

# Nuorten äitien kokemuksia äitiyteen kasvusta ja tuen muodoista

Noora Teittinen

Opinnäytetyö  
Toukokuu 2015

Hoitotyön koulutusohjelma  
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala





Tekijä(t) Teittinen Noora	Julkaisun laji Opinnäytetyö	Päivämäärä 11.05.2015
	Sivumäärä 54	Julkaisun kieli Suomi
		Verkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi <b>Nuorten äitien kokemuksia äitiyteen kasvusta ja tuen muodoista</b>		
Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma		
Työn ohjaaja(t) Maritta Pohjolainen, Teija Häyrynen		
Toimeksiantaja(t) Jyvälän Setlementti ry, Nuoruus ja vanhemmuus –hanke (Avi)		
Tiivistelmä Nuorena äidiksi tuleminen on suuri muutos nuorelle äidille. Samalla kun nuori kasvaa nuoruuden kehitysvaihetta, hän kasvaa äitiyteen. Näiden muutosten ja kasvun keskellä vertaistuen ja tuen merkitys erityisesti korostuu.  Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää nuorten äitien kokemuksia vanhemmuuteen ja äitiyteen kasvusta. Tavoitteena opinnäytetyölle oli tuoda tietoa sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille nuorten äitien kokemuksista äitiyden kasvun prosessissa. Lisäksi tavoitteena oli pohtia, kuinka vanhemmuuteen ja äitiyteen kasvua voitaisiin tukea hyvinvointia edistävästi.  Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Jyvälän Setlementti ry:n hallinnoiman ja Aluehallintoviraston rahoittaman Nuoruus ja vanhemmuus-hankkeen Nuoret äidit -ryhmän kanssa. Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Haastattelut toteutettiin teemahaastatteluina. Tutkimuksessa haastateltiin kolmea (N=3) Nuoret äidit -ryhmässä käyvää nuorta äitiä, jotka olivat iältään alle 25-vuotiaita ensisynnyttäjiä. Aineiston analysoinnissa käytettiin sisällönanalyysiä.  Tutkimustuloksista kävi ilmi että nuoret äidit jakoivat saadun tuen konkreettiseen tukeen ja henkiseen tukeen. Merkittävämmäksi tuen muodoksi koettiin vertaistuki ja erityisesti Nuoret äidit ryhmästä saatu tuki. Samassa elämäntilanteessa olevien henkilöiden antama tuki ja ymmärrys teki Nuoret äidit -ryhmästä saadun tuen merkittäväksi. Myös ystävien antama tuki koettiin tärkeäksi.		
Avainsanat ( <a href="#">asiasanat</a> ) nuoruus, vanhemmuus, äitiys, vanhemmuuteen kasvu, vertaistuki, laadullinen tutkimus, teemahaastattelu, sisällön analyysi		
Muut tiedot		



Author(s) Teittinen Noora	Type of publication Bachelor's/Master's thesis	Date 11.05.2015
		Language of publication: Finnish
	Number of pages 54	Permission for web publication: x
Title of publication <b>Young mothers' experiences of growing into motherhood and the forms of support</b>		
Degree programme Degree Programme in Nursing		
Tutor(s) Häyrynen, Teija Pohjolainen, Maritta		
Assigned by Jyväskylän Setlementti ry, Nuoruus ja vanhemmuus –hanke (Avi)		
Abstract <p>Becoming a mother at a young age is a major change of life. Simultaneously with adolescence the young woman is growing into adulthood and motherhood. In the middle of these changes the significance of peer support is especially highlighted.</p> <p>The purpose of this Bachelor's thesis was to study how young mothers had experienced their growth into parenthood and motherhood. The aim of this study was to give information for social and health care professionals about the experiences of young mothers concerning the process of growing into motherhood. In addition, the aim was to consider how this growth, alongside the well-being of the mothers, could be supported.</p> <p>The cooperation partner in this study was the Young Mothers group which was a part of a bigger organisation called Jyväskylä Setlementti ry. The study had a qualitative research approach. The method for collecting the data was theme interviews that were individually carried out with three under 25-year-old first-time mothers who participated in the Young Mothers-group. The data was analysed by using a data-oriented content analysis.</p> <p>According to the results, the young mothers divided their support in psychological and concrete support. Peer support was deemed to be the most important form of support and especially that coming from the Young Mothers-group. The support and understanding coming from those in the same life situation made the support of the group significant. In addition, support given by friends was also found important.</p>		
Keywords/tags ( <a href="#">subjects</a> ) Adolescence, parenthood, motherhood, growing into parenthood, peer support, qualitative research, theme interview, data- oriented content analysis		
Miscellaneous		

## Sisältö

<b>1</b>	<b>Johdanto</b> .....	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Nuoruus ja äitiys</b> .....	<b>4</b>
2.1	Äitiyden ja vanhemmuuden määritelmä.....	4
2.2	Nuori äiti .....	5
2.3	”Lapseksi synnyttään, äidiksi kasvetaan”- Naisen kasvu äitiyteen .....	6
2.3.1	Vanhemmuus ja parisuhde .....	8
2.3.2	Mentalisaatio.....	9
<b>3</b>	<b>Vertaistuki ja tuen muodot</b> .....	<b>10</b>
3.1	Nuoruus ja vanhemmuus- hanke .....	10
3.1.1	Nuoret äidit-ryhmä.....	10
3.1.2	Tukea tarjoavia palveluita .....	11
<b>4</b>	<b>Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimustehtävät</b> .....	<b>12</b>
<b>5</b>	<b>Opinnäytetyön toteutus</b> .....	<b>13</b>
5.1	Aineiston keruu.....	13
5.2	Tutkimuksen kohdejoukko .....	14
<b>6</b>	<b>Käytetyt tutkimusmenetelmät</b> .....	<b>15</b>
6.1	Laadullinen tutkimus .....	15
6.2	Teemahaastattelu.....	15
6.3	Aineiston kuvaus ja analysointi .....	17
6.4	Aineiston haku ja valinta .....	18
<b>7</b>	<b>Tutkimustulokset</b> .....	<b>19</b>
7.1	Äitiyteen kasvu ja äitirooliin sopeutuminen.....	19
7.1.1	Naiseuteen kasvaminen .....	21
7.1.2	Raskausaika .....	21
7.1.3	Oma äitisuhte .....	23
7.2	Vanhemmuus.....	24
7.3	Kokemus saadusta tuesta.....	25
7.3.1	Parhaaksi koettu tuki.....	29
7.3.2	Tuen määrä .....	30
7.3.3	Odotukset tuesta.....	31
7.3.4	Äidin hyvinvointi.....	32
7.4	Vertaistuki.....	33
7.4.1	Nuoret äidit -ryhmä.....	33
7.5	Nuori äitiys.....	35
<b>8</b>	<b>Pohdinta</b> .....	<b>36</b>
8.1	Tutkimustulosten tarkastelua.....	36
8.2	Opinnäytetyön eettisyys.....	42
8.3	Opinnäytetyön luotettavuus .....	45
8.4	Johtopäätökset ja jatkotutkimusaiheet.....	47
	<b>Lähteet:</b> .....	<b>49</b>

<b>9</b>	<b>Liitteet .....</b>	<b>52</b>
9.1	LIITE 1: Opinnäytetyön haastattelukysymykset apukysymyksineen .....	52

## Taulukot

TAULUKKO 1.	Nuoret äidit –ryhmän tapaamisten teemat .....	11
-------------	---	----

# 1 Johdanto

Raskaaksi tuleminen kesken nuoruuden kehityksen tuo nuoren naisen elämään suuria haasteita. Samalla kun nuori kasvaa nuoruuden kehitysvaihetta, kasvaa hän äitiyteen. Tämä tie sisältää emotionaalisia, psykologisia sekä fyysisiä haasteita joissa vertaistuki on tärkeää. (Halonen & Apter 2010. )

Tämän opinnäytetyön aiheena on vanhemmuuteen ja äitiyteen kasvu nuorten äitien kokemana. Tässä opinnäytetyössä nuorilla äideillä tarkoitetaan alle 25-vuotiaita raskaana olevia tai jo synnyttäneitä naisia (Oiva ja Ilona-hanke 2014). Aiheen valintaan vaikutti kiinnostus vanhemmuuteen kasvua kohtaan sekä yhteistyökumppanin toive kyseiseen tutkimukseen. Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää nuorten äitien kokemuksia vanhemmuuteen ja äitiyteen kasvusta. Opinnäytetyön tavoitteena on tuoda sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille tietoa nuorten äitien kokemuksista äitiyden kasvun prosessissa. Lisäksi tavoitteena on pohtia, kuinka vanhemmuuteen ja äitiyteen kasvua voitaisiin tukea hyvinvointia edistävästi.

Tutkimus toteutettiin laadullisena tutkimuksena ja haastattelumenetelmänä käytettiin teemahaastattelua. Analysointimenetelmänä käytettiin sisällönanalyysiä. Opinnäytetyön yhteistyökumppanina toimi Jyväskylän Setlementin hallinnoima ja Aluehallintoviraston rahoittama Nuoruus ja vanhemmuus-hanke.

## 2 Nuoruus ja äitiys

### 2.1 Äitiyden ja vanhemmuuden määritelmä

Piensoho kirjoittaa väitöskirjassaan äitiyden olevan naisen elämäntehtävä jota ei voida välttää. Äitiys koskettaa niin synnyttäneitä äitejä, lapsen adoptoivia äitejä kuin myös niitä, jotka valitsevat tiekseen lapsettomuuden. Äitiys voidaan nähdä gender teorian mukaan taas kulttuurisena ja sosiaalisena konstruktiona. Tämän teorian mukaan naisen ruumis jakautuu kahdeksi osaksi raskauden ja synnytyksen edetessä. Raskauden edetessä, omaa elämäänsä alkaa elää myös toinen osapuoli, lapsi. Edellä mainitun teorian mukaan suhde lapseen on keskeisessä osassa. (Piensoho 2001, 56.) Lapsen hyvinvoinnista huolehtiminen kuuluu molemmille vanhemmille, mutta ideologiat ja ihanteet ovat mieltäneet arkisen lapsen hoidon kuuluvaksi hyvään äitiyteen eikä niinkään isyyteen. Äidin rooli lapseen liittyvässä vastuussa on suurempi kuin isän ja erityisesti vauvaikäisen hoidossa äidin jakamattomalla vastuulla nähdään olevan suuri merkitys. (Huttunen & Sevo'n 2002, 72.)

Tarkasteltaessa äitiyden yläkäsitettä, vanhemmuutta, Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymän kehitystyön tuloksena syntynyt Vanhemmuuden roolikartta ® määrittelee vanhemmuuteen viisi pääroolia. Näitä ovat Elämän opettaja, Ihmissuhdeosaaja, Rajojen asettaja, Huoltaja sekä Rakkauden antaja. Nämä edellä mainitut roolit kehittyvät vanhemmuudessa lapsen ja vanhemman vuorovaikutuksen kautta ja ne ovat vanhemmalle lapsen tarpeiden näkökulmasta toimintaa ohjaavia perusmotiiveja. (Ylitalo 2011, 10,11.) Kurosen ja Hokkasen mukaan (2008, 34) vanhemmuus sisältää vastuun kantamista, arkista huolenpitoa sekä hoivatyötä. Hoivaavana vanhempana nähdään perinteisesti äiti, mutta läheinen tunnesuhde ja herkkyyks lapsen tarpeille voi kehittyä myös lapsen arkeen osallistuvalla miehelle päivittäisessä hoivasuhteessa, vuorovaikutuksessa ja toiminnassa. (Hokkanen & Kuronen 2008, 34,35.)

Kuten edeltä on jo käynyt ilmi, liitetään hoivaaminen usein äidin rooliin. Hoivaamisen käsite voidaan jakaa neljään eri vaiheeseen. Näitä vaiheita ovat välittäminen, vastuullisuus, käytännön hoivatoiminta sekä hoivan vastaanottaminen. Hoivaan voi liittyä niin positiivisia kuin negatiivisiakin tunteita. Niin syyllisyys, häpeä, viha, sääli kuin empatia, rakkaus ja sitoutuminen voivat olla osana hoivaamiseen liittyviä tunteita. Lapsien tuoma vastuu ja hoivan tarve voi olla siis äidille tyytyväisyyden ja ilon lähde tai väsyttävä tekijä hoivatyön määrän vuoksi. (Notko & Sevo'n 2008, 15, 16.)

## 2.2 Nuori äiti

Nuoruus voidaan jakaa kolmeen vaiheeseen, joita ovat varhaisnuoruus (12-14-vuotiaana), varsinainen nuoruus (15-17-vuotiaana), sekä jälkinuoruus (18-22-vuotiaana). Näin ollen Aalbergin ja Siimesin (2007, 67) määritelmä nuoruudesta sijoittuu 12 ja 22 ikävuoden väliin. Persoonallisuuden muovautuvuuteen nuoruudessa vaikuttavat ympäristön vuorovaikutus, aikuisuuteen pyrkiminen sekä aikaisemmat kehitysvaiheet. Näiden lisäksi persoonallisuuden muodostumiseen vaikuttavat yksilön kehityksen ja kasvun voima. (Aalberg & Siimes 2007, 67,68.)

Suomessa ensisynnyttäjien keski-ikä on noin 28 vuotta. (Klemetti, Gissler, Lammi-Taskula & Miettinen 2014,171.) Vuonna 2013 kaikista synnyttäjistä 2 % oli alle 20-vuotiaita (Gissler & Vuori 2014, 1). Alle 28-vuotiaat voidaan täten luokitella nuoriksi äideiksi verrattuna ensisynnyttäjien keski-ikään. Kun tarkastellaan esimerkiksi Suomen Tyttöjen talojen nuorten äitien toimintaa ja niiden ikäsuosituksia, voidaan todeta, ettei nuorelle äidille ole iän suhteen tarkkaa määritelmää. Helsingin Tyttöjen Talon Nuoret äidit ryhmä on suunnattu alle 21-vuotiaille raskaana oleville ja jo synnyttäneille äideille. (Helsingin tyttöjen talo n.d.) Kuopiossa puolestaan vertaisryhmätoimintaa nuorille äideille järjestävä Tyttöjen talo "Vaippatehdas"-ryhmä on suunnattu alle 23-vuotiaille raskaana oleville ja jo synnyttäneille. (Kuopion



tyttöjen talo n.d.) Tyttötyön internet -sivut kertovat puolestaan Nuoret äidit -toimintamuodon olevan alle 21-vuotiaille odottaville ja jo synnyttäneille äideille ja heidän lapsilleen. (Nuoret äidit toiminta n.d.) Tässä opinnäytetyössä nuorilla äideillä tarkoitetaan alle 25-vuotiaita raskaana olevia tai jo synnyttäneitä äitejä. Iän rajausta perustuu siihen, kuinka yhteistyökumppanina toimivassa Jyväskylän Nuoret äidit -ryhmässä nuori äiti on määritelty. Sitä, minkä ikäinen tarkalleen on nuori äiti, ei voida siis tarkkarajaisesti sanoa.

Raskaaksi tuleminen teini-iässä on harvoin suunniteltu tapahtuma. Aikuiseksi kasvaminen ja äidiksi tuleminen sovittaminen voi olla haasteellista konkreettisesti ja psykologisesti (Halonen & Apter 2010). Murrosiän kehitykseen kuuluu fyysistä ja psyykkistä kehitystä. Näiden muutosten lisäksi raskaana oleva teini-ikäinen joutuu sopeutumaan fyysisiin ja emotionaalisiin muutoksiin raskauteen liittyen. Lisäksi nuori äiti sopeutuu asemaan äitinä sekä luo suhdetta syntyvään lapseen. (Fredriksen, Lyberg, Severinsson 2012.) Nuori joutuu nuoruuden kehityksellisten työtehtävien, kuten identiteetin muotoutumisen ja seksuaalisuuden lisäksi kohtaamaan vanhemmuuden vastuun. Elämänmuutokset voivat aiheuttaa lisää stressiä jo valmiiksi myllertävässä elämänvaiheessa. Nuoren hyvinvoinnille on tärkeää, että lähellä on sosiaalinen verkosto tukemassa nuorta. Sosiaalinen tuki vaimentaa stressaavia kokemuksia nuoren elämässä ja on tärkeä äidin hyvinvointia lisäävä tekijä. (Wahn, Nissen & Ahlberg 2005.)

## 2.3 ”Lapseksi synnyttään, äidiksi kasvetaan”- Naisen kasvu äitiyteen

Vanhemmuuden keskeinen tehtävä on huolehtia lapsen hyvinvoinnista ja kantaa vastuuta lapsen hoidosta. Kulttuuriset ja sosiaaliset tekijät muovaavat kasvua vanhemmuuteen ja ne vaikuttavat jo raskausaikana naisen elämään. (Huttunen & Sevo'n 2002, 72.) Äidiksi ja isäksi tullaan lapsen synnyttyä. Kuitenkin elämää

muovaavaan psykologiseen prosessiin kasvu alkaa jo raskauden aikana. (Lindroos & Hyypiä 2009.)

Naisen kasvu äitiyteen alkaa jo sikiön hedelmöitymisestä. Äitiyteen siirtyminen tapahtuu neljän eri biologispsykososiaaliseen vaiheen kautta. Näitä vaihteita ovat heilahdus tai häiriövaihe, sovittautumisvaihe, keskittymisvaihe sekä ennakointi- ja valmistautumisvaihe. Näistä ensimmäisessä, heilahdus tai häiriövaiheessa (ensimmäiset 12 viikkoa), hedelmöitys aloittaa ketjun ja raskaudenaikaiset muutokset saavat alkunsa naisen kehossa ja mielessä. Tämä herkistymisaika on otollinen äitiyteen sopeutumisessa. Lapsi koetaan vielä osaksi itseään. Ajatusmaailma ja suhteet läheisiin voivat muuttua ja nainen voi kiinnittää enemmän huomiota hyvinvointiinsa. (Punamäki 2011, 96.)

Tämän jälkeen alkaa sovittautumisvaihe (12-20 raskausviikko). Vaiheelle ominaista on äidin valveutuminen ja tiedon hakeminen lapseen ja raskauteen liittyen. Sikiön olemassa olo konkretisoituu sydänäänten kuulumisena, vatsan kasvuna sekä ultraäänikuvien kautta. (Punamäki 2011, 97.)

Kolmannessa vaiheessa, eli keskittymisvaiheessa (20-32 raskausviikko) sikiön olemassa olo konkretisoituu entisestään kun äiti alkaa tuntea sikiön liikkeitä. Suhdetta vauvaan aletaan rakentaa puheen ja lapsen huomiooninnin avulla, joka on pohjana äidin ja lapsen väliselle vuorovaikutukselle. Tässä vaiheessa äiti alkaa kokea lapsen olevan hänestä erillinen. (Punamäki 2011, 97.)

Neljäs biologis-psykososiaalinen vaihe on ennakointi- ja valmistautumisvaihe joka ajoittuu 32. raskausviikosta lapsen syntymään. Tälle vaiheelle ominaista on valmistautuminen niin fyysisesti kuin psyykkisesti lapsen syntymään. Äidit voivat kokea niin odotusta, pelkoa, kuin huoltakin tulevaa synnytystä kohtaan. Kaikki nämä edeltä mainitut vaiheet ovat kuitenkin osana vahvistamassa äidin ja lapsen välistä vuorovaikutusta. (Punamäki 2011, 98.)

### 2.3.1 Vanhemmuus ja parisuhde

Vanhemmuus voidaan kokea lapsen synnyttyä aluksi vaikeana vanhemmuuden roolien kehittyessä vähitellen. Vuorovaikutus ja suhde lapseen muovaavat ja kehittävät vanhemmuuden rooleja. Vanhemmuuden roolit jaetaan viiteen kehitysasteeseen. Näitä kehitysasteita ovat sopivasti kehittynyt rooli, ylikehittynyt rooli, alikehittynyt rooli, puuttuva rooli sekä vääristynyt rooli. Helpoksi ja luontevaksi rooliksi Ylitalo (2011, 14) kuvaa sopivasti kehittyntä roolia. Alikehittynyt rooli taas on usein yleistä alkuvaiheessa vanhemmuutta. Alikehittyneessä roolissa vanhempi voi tuntea kyvyttömyyttä vastata lapsen tarpeisiin. (Ylitalo 2011, 14,15.)

Vanhemmuuteen kasvuun vaikuttaa lujasti myös parisuhde. Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä on julkaissut Vanhemmuuden roolikartan<sup>®</sup> lisäksi Parisuhteen roolikartan<sup>®</sup>. Roolikartan mukaan parisuhteen ongelmat heijastuvat myös vanhemmuuteen. Näitä parisuhteen motivaatio-rooleja ovat: Arjen sankari, Kumppani, Rakastaja, Rajojen kunnioittaja sekä Suhteen vaalija. Kuten Vanhemmuuden roolikartassa<sup>®</sup>, myös Parisuhteen roolikartassa<sup>®</sup> roolit voidaan jakaa viiteen eri kehitysasteeseen, jotka ovat mainittuna aikaisemmassa kappaleessa. Parisuhteen roolit kehittyvät parisuhteen edetessä. (Ylitalo 2011; 27,31.)

Tuki tai tuen puute, asenteet sekä ympäristö vaikuttavat vanhemmuuden ja aikuisuuden kasvun prosessiin (Cantell-Laijoki 2012, 67). Ympäristöstä etenkin median ja tieteen tavalla puhua vanhempien huolenpidosta ja vastuusta on vaikutusta siihen, miten äiti rakentaa omaa vanhemmuuttaan. (Notko & Se'von 2008, 16.) Myös lapsen synnyttyä muutokset elämässä tapahtuvat nopeasti ja tämän vuoksi on tärkeää, että äidin saama tuki olisi helposti, oikeaan aikaan saatavaa sekä matalakynnyksistä. (Cantell-Laijoki 2012, 67.)

### 2.3.2 Mentalisaatio

Mielikuvat syntyvästä lapsesta alkavat kehittyä jo raskausaikana ja kehittyvät raskauden edetessä. Tästä saa alkunsa myös mentalisaatiokyky, jossa tärkeää on se, että vanhempi on kiinnostunut lapsen mielen liikkeistä. Mentalisaatiokyky tarkoittaa vanhemmuudessa sitä, että vanhemmalla on kyky pohtia lapsensa ajatuksia, tunteita, kokemuksia ja tarpeita arjessa ja niiden yhteyttä vanhemman omiin kokemuksiin vuorovaikutussuhteessa. Vanhempi, jolla on mentalisaatiokykyä, on kiinnostunut siitä, millainen kokemusmaailma lapsella on ja on valmis tekemään töitä tämän ymmärryksen eteen. Tämä kiinnostus lasta kohtaan edesauttaa vuorovaikutuksen kehittymistä sekä parantaa myönteistä ajattelutapaa lapsesta ja itsestä vanhempana. Virheitä tulkintoihin voi tulla, ja vanhemman tulisi olla itselleen virhetulkintojen sattuessakin armollinen. Äidin arkiset virhetulkinnat ja niiden korjaaminen itse asiassa auttavat lapsen mielen kehittämisessä. Täydellisyyteen ei siis mentalisaatiossakaan tarvitse pyrkiä. Äidin tulee kyetä vastaanottamaan lapsen vaikeitakin tunteita eikä koettaa pehmentää niitä liikaa. Mahdollisuus lapsen tunteiden tukahduttamiselle tulee, jos äiti ei anna itselleen mahdollisuutta virhetulkintoihin. (Kalland 2014, 31.)

Vauva on aluksi osa äitiä, kunnes äiti alkaa tuntea lapsen liikkeitä kohdussa. Tällöin äiti kokee lapsen erilliseksi. Mentalisaation kannalta tämä vaihe on tärkeä, sillä siitä alkaa ydintehtävä vanhemmaksi kehittämisessä. Ydintehtävässä vanhempi ymmärtää lapsen olevan erillinen ainutkertainen yksilö, ainutkertaisine kokemuksineen, joka on kuitenkin yhteydessä äitiin ja äidin kokemuksiin. (Kalland 2014, 30.)

## 3 Vertaistuki ja tuen muodot

### 3.1 Nuoruus ja vanhemmuus- hanke

Yhteistyökumppanina opinnäytetyölle toimii Aluehallintoviraston rahoittama Nuoruus ja vanhemmuus-hanke jota puolestaan hallinnoi Jyvälän Setlementti ry. Hankekausi Nuoruus ja vanhemmuus-hankkeella on 1.7.2014–30.6.2015 (Hankesuunnitelma 2013). Yhteyshenkilönä opinnäytetyölle toimivat niin Jyvälän Setlementti ry:n toiminnanjohtaja, kuin Nuoruus ja Vanhemmuus-hankkeen koordinaattori, joka toimii myös hankkeen äitityön ohjaajana.

#### 3.1.1 Nuoret äidit -ryhmä

Nuoret äidit toiminta tarjoaa alle 25-vuotiaille raskaana oleville ja jo synnyttäneille äideille tukea vanhemmuuteen kasvuun nuoruuden kehitysvaiheen keskellä. Keskustelut, vertaistuki, vanhemmuuden tukeminen ja ryhmätoiminta ovat neuvonnan ja yksilöllisen tuen ohella tärkeimpiä työmuotoja. Nuoret äidit ryhmä jakaantuu suljettuun ja avoimeen ryhmään. Molempien ryhmien toiminta järjestetään äitien toiveista lähtöisin. Avoimessa ryhmässä tapaamiset ovat kerran viikossa ja se on kaikille alle 25-vuotiaille raskaana oleville tai jo synnyttäneille äideille avoin. Sitoutumista ryhmään ei avoimessa ryhmässä vaadita.

Suljettu ryhmä on puolestaan tarkoitettu alle 1-vuotiaiden lasten äideille tai raskaana oleville. Suljetun ryhmän erottaa avoimesta ryhmästä se, että ryhmään sitoudutaan tietyn ajanjakson ajaksi. Ryhmä koostuu 4-8 äidistä, jotka elävät samankaltaisessa elämäntilanteessa. Ryhmässä keskustellaan äitiydestä, elämästä, unelmista sekä muista aiheista joita vauvaperheissä nousee esiin. Ryhmä kokoontuu kerran viikossa

ja antaa hyvän mahdollisuuden keskustella samassa elämäntilanteessa elävien naisten kanssa. (Nuoret äidit n.d.)

Nuoret äidit -ryhmässä keskustelun lisäksi järjestettiin suunniteltua toimintaa. Ohessa taulukoituna syyskauden tapaamisten teemoja, joita suljetussa Nuoret äidit ryhmässä käytiin läpi.

TAULUKKO 1. Nuoret äidit –ryhmän tapaamisten teemat

Tutustumista + Synnytys & raskaus	Ravitseminen & Ruokavinkit: Vierailijana ravitsemusneuvoja
Ristiäiset, lasten nimet	Huulirasvan valmistus
Halloween/isänpäivä/joulukorttiaskartelua	Vierailu museolla
Parisuhde: Vierailijana perheneuvoja, perheterapeutti	Joulutunnelmointia nuoren äidin kotona

### 3.1.2 Tukea tarjoavia palveluita

Suomessa perheille tarjotaan palveluja terveyden ja hyvinvoinnin turvaamiseksi ja edistämiseksi. Yksi suuressa roolissa oleva palvelu on neuvolapalvelut, joka tulee jokaisen kunnan järjestää raskaana oleville naisille, lasta odottaville perheille sekä lapsille jotka ovat alle oppivelvollisuusikäisiä ja heidän perheilleen.

(L30.12.2010/1326, 15§.)

Neuvolapalveluiden tehtävänä on sekä äidin että lapsen hyvinvoinnin turvaaminen ja terveydentilan seuraaminen, lapsen kasvun hyvinvoinnin edistäminen, perheen terveyden edistäminen sekä vanhemmuuden tukeminen. (L 30.12.2010/1326, 15§.) Pariskunnan mielikuviin mahassa olevasta vauvasta voidaan psykososiaalisella tuella vaikuttaa myönteisesti. Lisäksi psykososiaalinen tuki on avain ennaltaehkäisyssä synnytyksen jälkeistä masennusta vastaan (Lindroos, Hyypiä 2009).

Neuvolan perhetyö on neuvolatoiminnan ohella tarjottavaa ennaltaehkäisevää ja lyhytkestoista tukea. Neuvolan perhetyöhön ohjataan äitiys- tai lastenneuvolasta. Lyhytkestoinen tuen tarve voi liittyä esimerkiksi vanhempien väsymykseen tai perheen äkilliseen kriisiin. Neuvolan perhetyö voi olla tukemassa myös esimerkiksi nuorta perhettä, johon on syntynyt ensimmäinen lapsi. (Perhetyön toimintamuodot n.d.)

Piensoho kirjoittaa väitöskirjassaan (2001, 210) siitä kuinka erilaisia merkityksiä, toiveita ja tarpeita naisilla on raskaudesta ja synnytyksestä. Hoitokäytäntöjä kehittäessä tulisikin huomioida asiakkaan tarpeet vuorovaikutuksessa asiakkaan kanssa. Neuvolasta saatu tuki on merkityksellistä raskauden eri vaiheissa ja myös synnytyksen jälkeen. Neuvolan lisäksi niin kutsuttu ”kolmas sektori” järjestää esimerkiksi äiti-vauva-ryhmiä, jotka ovat tärkeitä vertaistuen paikkoja äitiydestä keskusteluun. Näiden kunnan tarjoamien tukimuotojen lisäksi lähiympäristön tuki on äideille tärkeää raskautta ja synnytystä koskevien kysymysten vastausten löytämiseksi. (Piensoho 2001, 210.)

## **4 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimustehtävät**

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää nuorten äitien kokemuksia vanhemmuuteen ja äitiyteen kasvusta. Opinnäytetyön tavoitteena on tuoda sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille tietoa nuorten äitien kokemuksista äitiyden kasvun prosessissa. Lisäksi tavoitteena pohtia, kuinka vanhemmuuteen ja äitiyteen kasvua voitaisiin tukea hyvinvointia edistävästi.

**Tutkimustehtävät:**

1. Millaista tukea nuoret äidit ovat äitiyteen ja vanhemmuuteen kasvussa saaneet?
2. Millaista tukea nuoret äidit olisivat kaivanneet enemmän?
3. Millaista tukea nuoret äidit tulevaisuudessa toivoisivat saavansa?

## **5 Opinnäytetyön toteutus**

### **5.1 Aineiston keruu**

Aineistonkeruu menetelmäksi valittiin haastattelu, sillä siinä tutkittavan kanssa ollaan suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa. Aineiston keruussa haastattelun etuna on joustavuus, joka mahdollistaa tiedonhankinnan suuntaamisen itse tilanteessa. (Hirsjärvi 2013, 204; Hirsjärvi & Hurme 2011, 34,35.) Haastattelutyypiksi puolestaan valikoitui teemahaastattelu, sillä lähtökohtaisesti opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää äitien kokemuksia. Haastatteluista esiin nousevien aiheiden teemoittelu nähtiin toimivaksi tavaksi esittää tulokset.

Haastattelukysymykset muotoutuivat teorian pohjalle ja niiden käyttökelpoisuutta testattiin esitestauksen avulla, jotta mahdolliset muutostarpeet havaittaisiin kysymyksissä. Kysymyksiä esitettiin perheellisille läheisille ja heidän mielipiteensä kysymysten toimivuudesta oli osana kysymysten muotoutumista. Kysymysten toimivuutta testattiin tuttavilla, joiden elämäntilanne olisi mahdollisimman lähellä haastateltavien elämäntilannetta iän ja lapsien suhteen. Vaikka haastattelun kysymykset esitettiin useaan kertaan eri henkilöillä, näkyi itse tutkimuksen lopullisessa haastattelutilanteessa kysymyksissä epäolennaisuuksia ja toistoa.



Haastattelutilanteen paikan valintaan vaikutti haastateltavien äitien toive paikasta. Haastattelut toteutettiin äitien kotona äitien toiveista. Haastattelut taltioitiin tavalliselle nauhurille sekä puhelimen nauhurille. Haastattelujen litteroinnin, analysoinnin ja purkamisen jälkeen haastattelut poistettiin ja tuhottiin puhelimen tiedostoista. Äideille korostettiin sitä, että haastattelussa esiin tulevat tiedot ovat luottamuksellisia ja opinnäytetyön raportissa äitien tilanteet kirjoitetaan muotoon, josta äitejä ei voi tunnistaa.

## 5.2 Tutkimuksen kohdejoukko

Haastateltavat tutkimukseen valikoituivat Nuoret äidit -ryhmästä. Yhteistyökumppani kertoi äideille Nuorten äitien viikoittaisessa tapaamisessa mahdollisuudesta osallistua tutkimukseen. Tutkimukseen valikoitui näin kolme (N=3) halukasta nuorta äitiä. Haastateltaviin äiteihin oltiin yhteydessä noin kuukautta ennen haastattelujen toteuttamista ja tuolloin sovittiin suurpiirteinen aika haastattelulle, joka myöhemmin tarkentui lähempänä haastatteluja. Haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina. Haastattelut pyrittiin järjestämään äideille mahdollisimman helpolla ja vaivattomalla tavalla. Äitien toiveista haastattelut järjestettiin heidän omissa kodeissaan.

Tutkimuksen kohdejoukko koostui kolmesta (N=3) 20-23 vuotiaista äideistä, jotka kaikki olivat käyneet Nuoret äidit -ryhmän suljetussa ryhmässä. Lisäksi kaksi äitiä oli käynyt Nuoret äidit -ryhmän avoimessa ryhmässä. Tutkimukseen osallistuminen perustui vapaa-ehtoisuuteen.

Tutkimisen arvoisen opinnäytetyöstä tekee se, että sen tuloksista hyötyvät niin opinnäytetyön toimeksiantaja, opinnäytetyön tekijä, nuoret äidit sekä sosiaali- ja terveysalan henkilöstö. Kartoittamalla nuorten äitien kokemuksia, voidaan toimintaa kehittää sekä ylläpitää jo olemassa olevia hyväksi koettuja tukimuotoja.

## 6 Käytetyt tutkimusmenetelmät

### 6.1 Laadullinen tutkimus

Hirsjärven ym. (2013, 137, 161) mukaan kvalitatiivinen tutkimus eli laadullinen tutkimus pohjautuu todellisen elämän kuvaamiseen merkitysten kautta. Tässä opinnäytetyössä juuri laadullisen tutkimusotteen kautta äitien omakohtaiset kokemukset tuesta äitiyteen kasvussa tulevat esille. Haastattelua tekevän kohteen tutkimuksessa pyritään kokonaisvaltaisuuteen ja arvolähtökohdista kiinni pitämiseen. Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on tuoda esille uutta tietoa ja teoriaa ongelmien kannalta tarkoituksenmukaisesti. (Hirsjärvi ym. 2013, 137,161.) Prosessiluontoisena tutkimuksena laadullisen tutkimuksen vaiheet, kuten aineistonkeruu ja tutkimustehtävä, teorian muodostus sekä analyysi voivat muotoutua ja kehittyä tutkimuksen edetessä. (Kiviniemi 2007, 70.) Kvalitatiiviselle tutkimukselle olennaista on, että yleistettävyyteen ei pyritä, toisin kuin kvantitatiivisessa tutkimuksessa. Mahdollisimman hyvin tutkittavaa ilmiötä edustavia henkilöitä pyritään harkinnanvaraisesti saamaan mukaan tutkimukseen. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 67.) Tämä edeltä mainittu kvalitatiivisen tutkimuksen piirre ilmenee tässä opinnäytetyössä siinä, että tutkimusjoukko on valittu Nuoret Äidit ryhmässä käyvistä äideistä, jotka edustavat hyvin tutkittavaa ilmiötä, nuorta äitiyttä.

### 6.2 Teemahaastattelu

Teemahaastattelussa, eli puolistrukturoidussa haastattelussa olennaista on, että siinä ennalta tiedetään haastateltavien kokeneen jonkin tietyn tilanteen. Haastateltavan ajatusten, kokemusten, tunteiden ja käsitysten välittyminen tutkimuksesta jää tutkijan tehtäväksi. Haastattelu on hyödyllinen tutkimusmenetelmä, sillä

haastattelussa haastattelija on kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa ja näin ollen voi tarpeen tullen täydentää tai selventää kysymyksiä. Keskeisiä ovat ihmisten asioille antamat merkitykset, tulkinnat asioista sekä merkitysten syntyminen vuorovaikutuksessa. (Hirsjärvi, Hurme 2011, 34, 41, 47,48.)

Puolistrukturoidulle haastattelulle on ominaista se, että haastattelu etenee haastattelussa esiintyvien teemojen mukaan. Täten haastattelun keskiössä eivät ole yksityiskohtaiset kysymykset vaan keskeiset teemat, joiden mukaan haastattelua viedään eteenpäin. Strukturoidusta haastattelusta puolistrukturoitu haastattelu eroaa siinä, että kysymysten tarkka järjestys ja muoto puuttuvat ja näin ollen haastattelija voi puolistrukturoidussa haastattelussa vaihdella kysymysten järjestystä. (Hirsjärvi, Hurme 2011, 47,48.)

Tämän opinnäytetyön haastattelumenetelmäksi teemahaastattelu soveltui myös siltä osin, että haastateltavat kokivat helpommaksi ja vaivattomaksi kasvotusten tapahtuvan haastattelun verrattuna lomake-haastatteluun. Kasvokkain tapahtuva teemahaastattelu mahdollistaa myös helpommin haastateltavan omaa itseään koskevien asioiden esille tuomisen mahdollisimman vapaasti (Hirsjärvi, Hurme 2011, 35). On kuitenkin tärkeää, että tutkimusta edeltävä suunnittelu on tehty huolella. Jotta ilmiöstä voitaisiin tehdä luotettavia päätelmiä haastattelun avulla, on hyvin suunnitellulla haastattelusuunnitelmalla suuri rooli tutkimuksen onnistumisen kannalta. (Hirsjärvi, Hurme 2011,66.)

Kasvokkain tehtävä haastattelu tuo haastatteluun monia etuja, mutta myös haitat tulee huomioida. Koska haastattelu toteutetaan yksi kerrallaan kasvokkain tapahtuvana haastatteluna, on vaarana se, ettei haastateltava tuo kaikkia arkoja tai vaikeita aiheita esille. Kyselylomakkein kerättävä aineisto olisi tämän vuoksi anonyymiyden takia sopivampi. (Hirsjärvi & Hurme 2011, 35.)

### 6.3 Aineiston kuvaus ja analysointi

Aineiston hajanaisuus pyritään saada yhtenäiseksi, selkeäksi ja mielekkääksi informaatioksi laadullisen aineiston analyysin avulla, joka tässä opinnäytetyössä analysoidaan sisällönanalyysinä (Tuomi & Sarajärvi 2013, 108). Kvalitatiivisissa tutkimuksissa ja lähestymistavoissa usein käytetty perinteinen analysoinnin menetelmä, sisällönanalyysi, on yksi aineistojen perusanalysointimenetelmistä. Hoitotieteessäkin jalansijaa saanut sisällönanalyysi pyrkii laajaan mutta tiiviiseen ilmiön esittämiseen. Tämä puolestaan tukee käsitejärjestelmien, mallien, käsiteluokitusten ja käsitekarttojen muodostumista. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 165, 166.)

Sisällönanalyysin pyrkimyksenä on kuvata dokumenttien sisältöä ja esittää tutkittavien ilmiöiden välisiä suhteita (Tuomi & Sarajärvi 2013, 106; Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 166). Tässä opinnäytetyössä dokumentti käsittää litteroidun haastattelu-aineiston. Sisällönanalyysillä analysoitavia dokumentteja voivat olla esimerkiksi päiväkirjat, artikkelit, kirjat, puhe, keskustelut, dialogi, raportit, kirjeet tai haastattelu. Sisällönanalyysiä on kuvattu menettelytapana, jonka avulla dokumenttien analysointi tapahtuu objektiivisesti ja systemaattisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 103,106.) Aineiston analyysin perustana on aineiston kuvailu, jossa tutkittavien henkilöiden, kohteiden tai tapahtumien ominaisuuksia tai piirteitä kartoitetaan. (Hirsjärvi & Hurme 2011, 145).

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineisto voidaan analysoida aineiston tulkinnan, raportoinnin ja aineiston keruun kanssa yhtäaikaaisesti. Haastatteluaineiston analyysi toteutettiin niin, että ensin aineisto purettiin, jonka jälkeen koodattiin eri teemoihin ja lopulta analysoitiin. Tämän kaltainen järjestys voidaan luokitella olevan yksi yleisimmistä tavoista joilla haastatteluaineiston analyysin voi tehdä. (Hirsjärvi & Hurme 2011, 136.)

## 6.4 Aineiston haku ja valinta

Aiheesta on kirjoitettu tutkimusmateriaalia sekä suomeksi että englanniksi. Tarkoituksena on etsiä ajankohtaisia tutkimuksia ja teoretietoa luotettavista lähteistä. Aineisto on rajattu seuraavin kriteerein:

- Aineisto on julkaistu vuosina 2001- 2015
- Tutkimusmetodien aineiston kriteerit ovat, että aineisto on julkaistu vuosina 2001-2015
- Aineiston vastaavuus tutkimuskysymykseen
- Tutkimukset käsittelevät nuoria äitejä
- Aineiston keskittyminen äitiyteen, nuoruuteen ja vanhemmuuteen ja äitiyteen kasvuun
- Aineisto voi olla kirjana tai internet-julkaisuna
- Tietokantoina käytetään tietokantoja CINAHL with full text (EBSCCO), Pubmed, Terveysportti

Aineistohaun hakusanoja ovat: "nuoruus" + "vanhemmuus", "äitiys" , "vanhemmuuteen kasvu" + "vertaistuki", "metodologia", "kvalitatiivinen tutkimus", "motherhood" + "adolescent", "teemahaastattelu", "puolistrukturoitu haastattelu."

## 7 Tutkimustulokset

Tutkimukseen osallistuneet kolme äitiä olivat iältään 20- 23-vuotiaita ja jokaisella oli yksi lapsi. Kaikkien äitien lapset olivat noin vuoden ikäisiä. Äideistä yksi oli haastatteluhetkellä parisuhteessa. Parisuhteessa elävä äiti asui yhdessä lapsen ja puolisonsa kanssa. Kaksi muuta äitiä olivat yksinhuoltajia ja asuivat yksin lastensa kanssa. Yksinhuoltajaäitien lapset olivat tekemisissä isiensä kanssa, mutta äitien sanojen mukaan lasten isät olisivat voineet olla enemmänkin lastensa elämässä. Raskausaikana kaksi äitiä eli parisuhteessa ja yksi äideistä oli raskausajan eronneena.

Kaikki haastateltavat äidit olivat käyneet Nuoret äidit -ryhmässä. Äideistä kaksi oli käynyt sekä suljetussa, että avoimessa Nuoret äidit -ryhmässä. Yksi äideistä oli käynyt vain suljetussa ryhmässä. Nuoret äidit -toimintaan äidit olivat löytäneet muun muassa neuvolan kautta, kuulleet läheiseltä, tai jälkihuollon työntekijältä. Äideistä yksi oli raskaana alkaessaan käymään Nuoret äidit suljetussa -ryhmässä. Kaksi äideistä oli jo synnyttänyt kun he alkoivat käydä Nuoret äidit toiminnassa. Haastatteluissa esiin nousseet teemat äitien kokemaan tukeen liittyen on tässä opinnäytetyössä teemoiteltu isompiin kokonaisuuksiin.

### 7.1 Äitiyteen kasvu ja äitirooliin sopeutuminen

Haastateltaville äideille lähetettiin perehdyttäväksi haastattelun kysymykset ennen haastatteluiden tekemistä. Äidit kokivat haastavaksi äitiyteen kasvun määrittelyn, mutta tietämättä toistensa vastauksista, äidit vastasivat kaikki miltei samalla tavoin. Tuloksista ilmeni, että ajatus äitiyteen kasvusta oli kaikilla äideillä samankaltainen. Äidit määrittelivät äitiyteen kasvun muun muassa seuraavanlaisesti.

*”Se, että asettaa ne lapsen tarpeet itsensä edelle ja se, että niin kun ei oo enää minä itse, vaan ollaan niinkun tästä edespäin me. Et aina ajatellaan ensin lapsia ja sit vasta omaa tilannetta.”*

Äidiksi kasvaminen nähtiin jatkuvana prosessina. Haastatteluista tuli esille ajatus, että koskaan ei voi sanoa olevansa täysin valmis äiti.

*”Koko ajan siihen kasvaa ja koko ajan tulee uusia asioita mitä pitää niin kun äitinä huomioida. Et se ei niinku lopu missään vaiheessa. Siihen kasvetaan koko elämän ajan. Et ikinä ei oo mitään mittaria siihen, et millon on sen äitiyden huipussaan. ”*

Äitiyteen kasvu nähtiin myös konkreettisesti kasvuna äidiksi. Lapsen tarpeiden laittaminen omien tarpeiden edelle nähtiin kuuluvan äitiyteen kasvuun. Tämä näkyi konkreettisesti esimerkiksi siinä, että vaikka äiti kokisi itsensä kovin nälkäiseksi, täyttäisi hän ensin lapsen tarpeet ja sen jälkeen vasta omansa.

Äitiyteen kasvun nähtiin alkavan jo raskausaikana. Omien menojen sovittelu opetti laittamaan kohtuvauvan tarpeet edelle ja esimerkiksi alkoholin käyttöön tuli muutoksia.

Yhtenä merkittävänä tapahtumana äitirooliin kasvamisessa nähtiin raskausaika. Toisaalta myös riidat oman äidin kanssa ja halu näyttää oma pystyvyys vanhemmuuteen, nuoresta iästä huolimatta, olivat osana auttamassa äitirooliin sopeutumista. Eräs nuori äiti koki oman siskonsa ja oman äitinsä aiheuttaman arvostelun tekevän hänestä paremman äidin, sillä hänen kohtaamansa haukut ja arvostelut itse asiassa syvensivät suhdetta hänen lapseensa. Tästä kasvoi äidille halu ja puhti näyttää, että hän todella on hyvä äiti arvosteluista huolimatta. Äitirooliin sopeutumiseen koettiin vaikuttavan oma itse, raskausaika, ystävät sekä psykologin apu. Eräs äiti koki äitirooliin sopeutumisen jatkuvan edelleen. Tähän äitiroolin kasvuun äiti koki saavansa tukea psykologilta ja Nuoret äidit -ryhmästä.

*”Tuntuu vieläkin oudolta sanoa että olen äiti, tai oon yrittänyt vieläkin sopeutua siihen että kutsun itseäni äidiksi. Se on jotenkin semmosta vaikeeta.”*

### 7.1.1 Naiseuteen kasvaminen

Naiseuteen kasvaminen nähtiin toisaalta jännittävänä ja odotettavana asiana mutta myös kokemuksia sen hankaluudesta tuli esille. Yksi äideistä koki murrosiässä odottavansa kovasti naiseksi tulemista. Kyseinen äiti koki raskasajan tapahtumana joka sopeutti häntä naiseuteen kasvamisessa. Raskausajan lisäksi lapsen isän rooli tukijana vaikutti positiivisesti naiseuteen kasvussa. Sopeutuminen naiseuteen kasvuun saattoi edetä myös äidin, äitipuolen tai terapeutin avulla. Näiden henkilöiden avulla naiseuteen liittyvistä asioista pystyttiin puhumaan. Toisaalta eräs äiti koki, ettei hänellä ollut aikaisemmin ollut henkilöä tai tapahtumaa, joka olisi auttanut häntä sopeutumaan naiseuteen kasvussa ja koki nyt naiseuteen kasvun ja seksuaalisuuden hankalana asiana. Tähän liittyen synnyttäminen tuntui äidistä todella epäluonnolliselta. Naiseuteen kasvamiseen koettiin vaikuttavan myös parisuhde ja aikaisempi kumppani.

### 7.1.2 Raskausaika

Kaikki kolme haastateltavaa äitiä kokivat raskausajan fyysisesti helpoksi vaikka raskaus tuli yllätyksenä. Eräs äideistä kuvaa tuntemuksiaan seuraavanlaisesti positiivisen raskaustestin tehtyään.

*”Sit mä menin koulusta kotiin ja mä oksensin. Sit mä tein sen testin ja sit mä olin ihan silleen et voi ei. Mut kyllä mä heti ajattelin et kyllä mä*



*pidän sen. Mut sitten ku rupes kertoo kaikille, et mä oon raskaana, niin sit se rupes vähän niinku ahistaa. Ja sit mulle tuli semmonen fiilis et ei vitsi, en mä pysty pitää sitä enkä mä osaa huolehtii siitä silleen. Mutta sitte mä varasin ajankin aborttiin.”*

Samainen äiti oli miettinyt pari päivää ja tullut lopulta siihen tulokseen ettei raskaudenkeskeytystä haluakaan tehdä. Tämän päätöksen jälkeen vauvan tuloon asennoituminen muuttui. Pian äiti hyväksyi sen asian, että vauva oli tulossa, vaikkakin asian ymmärtäminen tuntui vaikealta ja aikaa vievältä.

Raskausuutisen toinen äiti koki järkytyksenä kun tulevaisuuden suunnitelmiin lastenhankinta ei ollut kuulunut. Raskaus oli selvinnyt äidin ollessa raskausviikolla 8 ja heti tiedon saatuaan äiti oli päättänyt tehdä raskaudenkeskeytyksen. Aikomus ei kuitenkaan käynyt toteen, sillä äiti perui raskaudenkeskeytyksen.

*”Se oli ihan niin kun vahinko, kun ei oltu huolehdittu ehkäisystä, niin mä aattelin että ei mulla oo oikeutta tehdä sitä keskeytystä. Niin tosiaan, ajatus tuli, että kyllä mää sen pidän ja katotaan nyt että mitä siitä sitten tulee.”*

Raskausaikana epävarmuus selviämisestä lapsen kanssa, lapsen isän puuttuminen äidin elämästä sekä kehon muutokset olivat osana vaikuttamassa psyykkiseen jaksamiseen. Lisäksi epävarmuus sen hetkisten kavereiden pysyvyydestä lapsen synnyttyä oli mielessä. Ystäville raskaus-uutisen kertominen nähtiin niin tärkeänä ja mukavana asiana kuin myös haastavana ja vaikeana.

Haastatteluista ilmeni se, että kuultuaan raskausuutisesta, äidit pyrkivät itsenäistymään nopeasti. Yksi äideistä muutti 2 viikon sisällä raskausuutisen kuultuaan omaan asuntoon suoraan lapsuuden kodista, haluna aloittaa itsenäinen elämä lapsen kanssa.

### 7.1.3 Oma äitisuhde

Haastatteluista selvisi, että oma äiti nähtiin toisaalta hyvänä tukena äitiyteen kasvuun, mutta toisaalta taas samoja virheitä ei haluttu tehdä, mitä oma äiti oli tehnyt kasvatuksen suhteen. Oman äidin ”kaverimaisuus” koettiin myöhemmin katsottuna negatiivisena asiana, vaikka nuorena tupakan ja alkoholin ostaminen äidin toimesta oli ollutkin nuoren mielestä hyvä ja mielekäs asia. Rajojen puuttuminen koettiin negatiivisena asiana. Rajattomuus kasvatuksessa toi myöhemmin omat ongelmansa ja ristiriidat elämään. Oman isän kasvatusta rajojen asettajana ja tarvittaessa rangaistusten asettajana arvostettiin. Eräs haastateltavista näki äitinsä sekä tukena tunne-elämän asioissa että henkilönä jota ei haluttu päästää lähelle. Rajojen asettaminen oli yksi asia, mitä haastateltava piti tärkeänä tehtävänä oman lapsensa kohdalla.

Yksi nuori äiti koki raskaaksi sen, jos hänen äitinsä tuomitsi häntä tai arvosteli nuoren äitiyttä. Oman äidin osallisuus nuoren äidin elämässä nähtiin ristiriitaisena. Toisaalta oman äidin neuvoja kaivattiin esimerkiksi arkipäiväisissä asioissa lapsen kasvatuksen suhteen, kun taas toisaalta omaan äitiin ei luotettu ja äiti nähtiin jopa uhkana. Vaikka luottamus omaan äitiin saattoi olla rikkonainen, oli äiti mukana lapsenlapsensa elämässä.

Haastatteluista ilmeni myös emotionaalinen yksinäisyys suhteessa omaan äitiin. Haastateltavan oman äidin kokemukset omasta lapsuudestaan ja äitisuhteestaan olivat heijastuneet myös haastateltavan äitiin ja näin edelleen myös haastateltavan elämään. Erityisesti emotionaalinen yksinäisyys suhteessa omaan äitiin nousi haastatteluista esille. Tämän seurauksena turvautuminen omaan äitiin nähtiin vaikeana nuoruudessa. Omalle äidille paha oloa tai itkua ei osattu näyttää, sillä nuori koki näin suojelevansa äitiänsä liialliselta kuormitukselta. Haastattelusta ilmeni se, ettei oman lapsuuden kokemuksia haluttu siirtää omalle lapselle. Erään äidin tukena psykologi olit ollut auttamassa asioiden läpikäymistä niin, että haastateltava voisi tarjota mahdollisimman hyvän lapsuuden omalle lapselleen. Haastateltavan

äidin isoäidin kasvatus lapsuudessa oli vaikuttanut siihen, että äiti kasvatti oman lapsensa vapaammin. Haastattelussa selvisi, että rajoja olisi lopulta tässäkin suhteessa kaivattu. Kokemukset omasta lapsuudesta ja nuoruudesta kuitenkin muokkasivat haastateltavan omaa ajatusta siitä, kuinka hän oman lapsensa haluaa kasvattaa ja kuinka löytää sopiva ja toimiva muoto rajojen asettajana.

Äitisuhte saattoi sisältää toisaalta huolenpitoa arkisissa asioissa kuten tarvittavien vaatteiden hankinnassa ja ruuan laitossa. Toisaalta oma äiti saatettiin nähdä henkisesti tasolla välinpitämättömänä. Terapian tuoma tuki nähtiin tärkeänä sellaisten asioiden käsittelyssä, joiden purkaminen ei aikaisemmin ollut onnistunut. Eräs haastatelluista äideistä kommentoi oman äitisuhteensa läpikäymistä seuraavanlaisesti:

*”Ite yritän tän terapiankin kautta hoitaa tavallaan niitä menneisyyden asioita. Ja just se, että ne ei niin kun jatkuis. Ja kukaan nyt ei oo täydellinen, mut se mitä ei nimenomaan halua sille omalle lapselle, niin sit just pystyis käsittelemään ne myös silleen että ei niitä myöskään tee.”*

## 7.2 Vanhemmuus

Vanhemmuuteen kasvuun liittyi positiivisia kokemuksia, joista äiti iloitsi. Yksi äiti mainitsi esimerkiksi lapsen puhumaan oppimisen. Vanhemmuuteen kasvu sisälsi toisaalta myös ristiriitaisia tuntemuksia elämänmuutoksen myötä. Matkustelu ja harrastuksiin meno vaati enemmän suunnittelua ja vaivannäköä lapsen tulon myötä. Ajatuksissa olivat myös pelko ystävien menettämisestä ja yksin jäämisestä.

Vanhemmuuteen kasvuun koettiin saavan positiivisia kokemuksia ystävien ja tuttavien kehuista ja rohkaisusta varsinkin jos äiti huolsi lastansa yksin ja lapsen isän

tuki oli vähäistä. Lisäksi Nuoret äidit -ryhmän koettiin olevan yhtenä tärkeänä toimijana vanhemmuutta tukemassa.

Äidin rohkaisu ja kehuminen oli myös toisen haastateltavan äidin mielestä tärkeä asia vanhemmuuteen kasvussa. Erityisesti omalta isältä saatu positiivinen palaute lastenkasvatukseen liittyen koettiin merkittävänä. Myös oma oletamus omasta äitiydestä ennen lapsen syntymää ja lapsen synnyttyä koettu äitiys oli yllättänyt äidin itsensä positiivisesti. Positiivisia kokemuksia vanhemmuuteen kasvussa koettiin myös toisen henkilön kautta. Eräs äideistä kertoo ihailleensa oman tätinsä lasten kasvatustaitoja.

*”Kun on muitakin semmosia, jotka osaa hyvin kasvattaa lapsen, niin niiden kanssa kun keskustelee, niin tulee niin kun silleen, et näin minäkin haluan tehdä.”*

### 7.3 Kokemus saadusta tuesta

Haastatteluista selvisi, että äidit jakoivat äitiydestä saadun tuen kahteen osa-alueeseen; henkiseen tukeen ja konkreettiseen tukeen. Konkreettinen tuki merkitsi äideille esimerkiksi tiedon saantia lapsen perus-asioihin liittyen tai konkreettista apua esimerkiksi lapsen hoidossa. Haastattelussa kysyttiin erikseen, mistä äidit olivat saaneet tukea äitiyteen kasvussa ja minkälaista tukea he olivat saaneet. Nämä kaksi kysymystä linkittyivät äitien vastauksissa paljon yhteen. Seuraavana on otsikoituna esiin tulleita asioita, josta äidit olivat kokeneet saavansa tukea äitiyteen kasvussa ja millaista tämä tuki oli ollut.

#### **Vanhemmat ja sukulaiset**

Äidit olivat kokeneet saavansa tukea äitiyteen kasvussa omilta vanhemmiltaan tai lapsen isän äidiltä. Vanhemmilta saatu tuki oli suurimmaksi osaksi omalta äidiltä tai

lapsen isän äidiltä saatua tukea. Tuki sisälsi paljon käytännöllistä tukea ja apua. Kysymyksiin vastauksia, esimerkiksi lapsen kasvatuksesta, haettiin lapsen isovanhemmilta. Lapsen isovanhemmilta oli helpompi kysyä kysymyksiä joita ei neuvolassa kehdannut kysyä. Lisäksi isovanhempien omista kokemuksista koettiin olevan apua. Haastateltavan äidin lapsen isovanhemmat ja erityisesti isoäidit olivat mukana myös hoito-apuna. Mikäli haastateltavan äidin vanhemmat asuivat eri paikkakunnalla, ei hoitoapua ollut niin helposti saatavilla. Haastateltavan välit omaan äitiin saattoivat vaihdella. Äitiyteen kasvua tukevana seikkana nähtiin myös halu näyttää oma pärjääminen äitinä niille, jotka sitä mahdollisesti epäilivät.

### **Ystävät**

Ystäviltä saatu tuki nousi kaikkien äitien haastatteluissa yhdeksi merkittävimmistä tuista äitiyteen kasvuun liittyen. Ystäviltä saatu tuki oli usein niin henkistä tukea, kuin myös konkreettista tukea. Ystävät olivat olleet apuna esimerkiksi muutossa tai joskus siivousapuna. Eräs äiti koki haastavaksi yleisen vaatimustason äitiyttä kohtaan. Hänen mukaansa ystävien tuomat mielipiteet tukivat hänen äitiyttään. Ystäviltä haettiin hyväksymistä omalle toiminnalle esimerkiksi lapsen kasvatuksen ja hoidon suhteen. Ystävien antamat positiiviset kommentit äidin tekemisistä nähtiin äitiyttä tukevana seikkana. Rohkaisu äidin pärjäämisestä nähtiin erittäin tärkeänä tukena. Rohkaisun lisäksi keskustelu oli yksi tuen muodoista jonka koettiin tukevan äitiyteen kasvua.

*”Monesti oon vaikka sanonut kaverille, että mitä mieltä sä oot tästä ja miten sä oisit tässä asiassa toiminut. Sitten jos se sanoo, et se ois tehnyt justiin samalla tavoin, niin siitä tulee sit semmonen varmuus, että okei, mä en vahingoittanut sitä lasta tällä asialla. Ja sit tuntuu että osittain vaaditaan ihan hirveesti. Se yleinen vaatimustaso on ihan älytön.”*

## **Internet**

Tukea äitiyteen kasvuun koettiin saavan myös internetin kautta. Internetistä saatu tuki oli niin konkreettista kuin myös henkistä. Kaikki äideistä käyttivät sosiaalisen median palveluita. Esiin nousi esimerkiksi Facebookin ryhmät. Esiin tuotuja ryhmiä olivat muun muassa Facebookin ryhmät, jossa samaan aikaan syntyneiden lasten äidit voivat keskustella keskenään ja jakaa kokemuksiaan sosiaalisen median välityksellä.

Myös Facebookin erilaiset äitiryhmät koettiin hyväksi. Äitiryhmien kautta koettiin yhteyttä muihin äiteihin, kun saman ikäisten lasten äidit pääsivät purkamaan ajatuksiaan yhdessä. Äitiryhmistä äidit kokivat saavansa hyviä vinkkejä ja neuvoja äitiyteen. Omaa äitiyttä saatettiin verrata muiden käyttäjien esittämiin kommentteihin ja näin verrata omaa tietämystä ja omia toimintatapoja muiden tapoihin. Tämä saatettiin nähdä jopa omaa itsetuntoa nostavana.

Internetin tuoma ja helposti saatavilla oleva informaatio nähtiin myös hyödyllisenä. Erityisesti vauvaiässä ja raskausaikana vauva.fi nettisivusto oli tarjonnut tarpeellista tietoa raskausajasta ja lapsen kuukausittaisesta kasvusta. Nuoret äidit -ryhmän tapaamisten lisäksi Nuoret äidit -toiminta oli saavuttanut myös sosiaalisen median. Äidit kokivat hyvänä myös sosiaalisen median kautta tapahtuvan vertaistuen joka internetin välityksellä saattoi tavoittaa tuhansia nuoria äitejä ympäri Suomea.

## **Neuvola**

Neuvolasta saatu tuki koettiin myös tärkeänä äitiyteen kasvun tukijana. Eräs äiti kertoi, että omilta vanhemmilta oli helpompi kysyä arkisempia kysymyksiä, mutta ammattilaisen apu koettiin myös merkittäväksi. Neuvolan apua kaivattiin esimerkiksi lapsen hoitoon liittyviin kysymyksiin liittyen. Näitä kysymyksiä olivat esimerkiksi kysymykset tuttipullon lopettamisesta tai yömaidon antamisesta. Neuvolasta koettiin

saavan tukea äitiyteen myös raskausaikana. Ohjaus ja neuvonta siitä, mitä äidin kannattaa tehdä ja milloin, koettiin tärkeäksi. Pääpiirteittäin neuvolan toimintaan oltiin tyytyväisiä. Eräs äiti kuitenkin kertoi, että ei ollut kokenut saavansa tarpeeksi informaatiota ja esimerkiksi perhevalmennukseen tai hammastarkastukseen meno olisi jäänyt tekemättä, ellei äiti olisi itse ollut valveutunut. Pääpiirteittäin neuvolasta koettiin saavan tukea äitiyteen kasvussa ja terveydenhoitajien ammattitaitoa arvostettiin. Yksi äideistä koki saavansa tukea äitiyteen kasvuun sekä hyödyllistä informaatiota neuvolan lisäksi myös synnytysalasta.

Neuvolan lisäksi äidit kokivat tärkeänä tuen muotona äitiyteen kasvussa neuvolan perhetyön. Osa äideistä koki arjen hankalaksi ja esimerkiksi ruuanlaitto saattoi tuntua haastavalta. Tähän äidit saivat neuvoja ja ohjausta neuvolan perhetyöltä. Neuvolan perhetyöstä koettiin olevan apua arjen pyörittämisen tukijana. Yksi äideistä käytti neuvolan perhetyön-, perhetyöntekijän sekä psykologin palveluiden lisäksi kotipalvelua. Kotipalvelu oli apuna lastenhoidossa, siivouksessa sekä ruuanlaitossa. Edeltä mainittu tuki koettiin hyväksi ja äidin jaksamista edistäväksi.

### **Psykologi, perhetyöntekijä ja jälkihuollon työntekijä**

Haastateltavista ainakin kaksi käytti psykologin palveluita. Psykologin tuki nähtiin apuna äitiyteen kasvamisessa. Tuki nähtiin tärkeänä myös äitirooliin sopeutumisessa. Äitien omat kokemukset henkisen läsnäolon puuttumisesta olivat lähtökohtana tarpeessa käyttää psykologin palveluita. Eräs äiti oli kokenut, ettei saanut omalta äidiltään henkistä läsnäoloa tai emotionaalista läheisyyttä. Tämän kokemuksen myötä äiti halusi varmistaa, ettei toimi samoin oman lapsensa kohdalla. Halu toimia eri tavalla kuin oma äiti, oli toiminut-motivaattorina psykologilla käymiseen.

Äidit kokivat saavansa tukea äitiyteen kasvuun myös lastensuojelun perhetyöntekijältä. Perhetyöntekijän antama tuki oli esimerkiksi keskustelutukea, neuvojen antoa sekä apua päätöksenteoissa. Lastensuojelun mukana oleminen

elämässä koettiin turvallisena ja hyvänä asiana. Eräs äideistä oli itse ollut lastensuojeluun yhteydessä vaikean parisuhteen vuoksi. Toinen äideistä koki näiden lisäksi myös jälkihuollon työntekijän tuen merkittäväksi.

### **Nuoret äidit ryhmä**

Kaikki äidit korostivat Nuoret äidit -toiminnan merkitystä ja apua äitiyteen kasvussa tärkeäksi. Samanikäisten ja samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten tuoma vertaistuen merkitys korostui tutkimuksessa eniten. Ryhmässä vierailleilta asiantuntijoilta äidit kokivat saaneensa hyvin tietoa äitiyteen liittyen ja myös ryhmän ohjaajan antama tuki oli merkittävää. Nuoret äidit -ryhmän vertaistukeen palataan vielä myöhemmin tässä opinnäytetyössä.

#### **7.3.1 Parhaaksi koettu tuki**

Yksi äideistä koki parhaaksi tueksi Nuoret äidit -ryhmän avoimen ryhmän. Hän koki tärkeäksi tavata samassa elämäntilanteessa olevia äitejä. Toinen haastateltava äiti nimesi parhaaksi tueksi puolestaan lapsen isovanhemmat. Äiti koki, että lapsen isovanhemmilta pystyi parhaiten kysymään kysymyksiä, joita hän ei neuvolassa viitsisi kysyä. Toisaalta asiantuntijoiden, kuten neuvolan terveydenhoitajan antama tuki koettiin tärkeäksi. Kolmas äideistä koki parhaaksi tueksi ystävän, johon oli tutustunut Nuoret äidit -ryhmän kautta. Varsinkin tilanteessa, jossa oma perhe asuu kauempana, samassa elämäntilanteessa oleva ystävä koettiin todella tärkeäksi.



### 7.3.2 Tuen määrä

Kaksi äideistä kertoi, että olisi toivonut enemmän tukea lapsen isältä. Toinen äideistä koki, että lapsen isä oli olettanut lapsen hoidon olevan suurelta osin vain äidin tehtävä. Äiti oli myös kokenut luottamuspulaa lapsen isää kohtaan. Luottamuspula oli saanut alkunsa jo raskausaikana, kun lapsen isä ei ollut äidin tukena arjessa. Oli myös aikoja kun lapsen isä oli osallistunut lapsen hoitoon ja auttanut lapsen herättyä yöllä. Tämän avun äiti koki merkittäväksi tueksi.

Toinen äideistä koki, että tukea oli tarjolla neuvolan perhetyöstä ja muilta toimijoilta sopivasti.

*”Ei siis todellakaan tunnu yhtään siltä et joku ois tyrkyttännyt apuaan liikaa.”*

Kaksi äideistä toi esille kesä-ajan yksinäisyyden. Monen ryhmätoiminnan kesä-aika on tauolla ja tuolloin kontaktit mahdollisiin vertaistuki-ryhmäläisiin olivat vähäisiä. Yksinäisyyttä lisäsi se, että osalla äideistä oma perhe asui kaukana ja lapsen isä ei ollut apuna. Lisäksi kaupunki ja sen ihmiset saattoivat olla vieraita ja näin ollen myös uusien ihmissuhteiden solmiminen kotoa käsin lapsen kanssa koettiin haastavaksi.

*”Se oli kyllä rankkaa aikaa se, että piti oikein keksimällä keksiä et mitä tekee. Sit kun oli vielä tosi hukassa sen lapsen hoitamisen kanssa. Ja kun mä olin alkuun tosi varovainen ja epäileväinen ja en uskaltanut tehdä suurin piirtein mitään, kun pelotti ja kaikki oli uutta. Et siitä ryhmän kautta olis voinut saada lisää varmuutta siihen omaan äitiyteen.”*

*”Ois ollut ehdottoman tärkeää että ois pyörinyt kesälläkin tuo ryhmätoiminta.”*

### 7.3.3 Odotukset tuesta

Yksi äiti koki, että olisi toivonut äitiysneuvolasta enemmän tietoa ja tukea. Lisäksi äiti koki että olisi kaivannut neuvolan puolelta enemmän äidin valmistamista ja herättelyä lapsen tuloon. Toinen äiti koki, että olisi tarvinnut enemmän omien perheenjäsentensä tukea, jotka asuivat toisella paikkakunnalla.

Tulevaisuudessa äidit toivoivat että vertaistukiryhmät, kuten Nuoret äidit, jatkuisivat myöhemminkin. Tukea ja vertaistukea vanhemmuuteen ja lapsen hoitoon kaivattiin myös tulevaisuuden haasteisiin, kuten esimerkiksi lapsen uhmaikään ja murrosikään. Lisäksi osa äideistä toivoi tulevaisuudessa lapsen isän olevan enemmän apuna ja tukena lapsen hoidossa. Mikäli lapsen isä ei ollut paljoa lapsen elämässä mukana, toivoi äiti lapselle isä-hahmoa, ja näin myös tukea arkeen.

Yksi haastateltavista toi esille, että tulevaisuudessa toivoisi saavansa samanlaista tukea kuin haastatteluhetkellä oli elämässään kokenut saavansa. Tukea vanhemmuuteen äiti toivoi saavansa ympärillä olevilta ihmisiltä. Mahdollisuus keskustella ja kysyä neuvoja lähimmäisiltä nähtiin tärkeänä.

Myös toive kohdennetuista vertaistukiryhmistä tuli haastatteluissa esille. Yksi äideistä oli käynyt ryhmässä jossa oli ensimmäisen lapsen saaneita vanhempia. Äiti koki ryhmän mukavaksi, mutta sen jäsenkirjo vaikutti siihen, että äiti koki elävänsä eri elämänvaihetta kuin muut vanhemmat.

*”Mulla oli semmonen olo että mä en kuulu tänne. Kaikki muut oli semmosia kolmekymppisiä ja naimisissa, tai naimisiin menossa ja omakotitaloo ostamassa.”*

Nuoret äidit -ryhmän äiti koki enemmän omakseen, sillä siellä äideillä oli ainakin kaksi yhdistävää tekijää: nuori ikä ja lapsi.

#### 7.3.4 Äidin hyvinvointi

Äideiltä kysyttiin haastattelussa asioita, jotka heidän mielestään saavat äidin voimaan hyvin. Kaikkien äitien vastauksia yhdisti ihmisen perustarpeet ja riittävä uni. Äidin hyvinvointi nähtiin merkittävänä seikkana äitiydessä jaksamiseen. Myös oma lapsi nähtiin henkilönä, joka sai äidin voimaan hyvin. Toisaalta oma lapsi ja lapsen hoito nähtiin myös voimaa vievänä seikkana. Vaikka lapsen hoito saatettiin kokea joskus voimia vieväksi, koettiin lapsen hoito kuitenkin palkitsevana.

Onnistumisen kokemukset lapsen kanssa saivat aikaan iloa ja näin myös lisäsivät jaksamista lapsen kanssa. Puolison tuki, positiivisuus ja rohkaisu nähtiin tärkeänä äidin hyvinvointia lisäävänä asiana.

*”Pääosin oma lapsi tekee iloiseksi. Se kun se näyttää mulle tunteita niin silloin mä tiedän että mäkin oon niinkun onnistunut jossain. Et kun se tulee antaa pusuja, niin silloin mäkin tiedän, et mäkin oon ollut onnellinen, kun mä sitä aina pussailen.”*

Myös ystävät ja oman ajan saaminen koettiin tärkeänä äidin hyvinvointia lisäävänä asiana. Eräs äideistä perusteli äidin hyvinvoinnin pohjaksi sen, että kun itsellä on hyvä olla niin ihmisenä kuin yksilönä, niin silloin myös äiti voi hyvin ja jaksaa olla hyvä äiti lapselleen. Lisäksi hyvän ja luotettavan lastenhoito-avun saaminen koettiin tärkeänä äidin hyvinvointia lisäävänä asiana.

Viitaten aiempaan, unen puute sai äidin voimaan huonosti. Väsymys saattoi lisätä negatiivisia tunteita äidissä lapseen kohdistuen ja tästä saatettiin kokea syyllisyyttä.

Lisäksi vaativa ja vaikea lapsi, lapsen sairastelu ja avun puuttuminen tai sen vähäisyys koettiin raskaina. Muita esiin tulleita seikkoja, jotka vaikuttivat äidin hyvinvointiin negatiivisesti, olivat esimerkiksi muut ihmiset jotka arvostelivat ja epäilivät naisen äitiyttä.

Osa äideistä koki, että lapsen isä ei ollut tarpeeksi mukana lapsen hoidossa ja elämässä. Luottamuspuola entiseen puolisoon ja muihin ihmisiin koettiin voimia vievänä asiana. Yksin oleminen ja yksin selviäminen kaikesta työstä oli myös seikka jonka yksi äideistä mainitsi hyvinvointia kuormittavaksi tekijäksi

## 7.4 Vertaistuki

Nuoret äidit -ryhmän lisäksi äidit kokivat saavansa vertaistukea esimerkiksi kavereilta joilla oli lapsia, vauvajumppassa käyviltä vanhemmilta, internetin sosiaalisen median keskustelupalstoilta, sekä järjestetystä toiminnasta. Yksi äideistä kertoi käyneensä eräässä yksinhuoltajille tarkoitetussa vertaistukiryhmässä. Toinen äideistä kertoi olleensa ryhmässä, jossa toimintaa järjestetään ensimmäisen lapsen saaneille perheille. Äidit kokivat, että muutkin kuin Nuoret äidit -ryhmä olivat hyviä ryhmiä, mutta he olisivat kaivanneet enemmän oman ikäisiä jäseniä ryhmään. Iäkkäämpien äitien puheenaiheet esimerkiksi naimisiin menosta saivat äidin kokemaan ulkopuolisuutta.

### 7.4.1 Nuoret äidit -ryhmä

Nuoret äidit -ryhmään äidit ohjautuivat neuvolan kautta tai perheenjäsenen suosittelemana. Äideillä oli erilaisia ennakkoajatuksia Nuoret äidit -ryhmästä. Yksi äiti ajatteli ennen ryhmään menoa, että ryhmä olisi tarkoitettu vain äideille, joilla oli ongelmia. Toisella äidillä oli seuraavanlaisia ennakkoajatuksia.

*”Mä aattelin, et me istuttais jossakin valosassa huoneessa ringissä ja kaikki varmasti näkee toistensa naamat.”*

Äidin ennakoajatukset muuttuivat ensimmäisen kerran jälkeen ja äiti alkoi odottaa Nuoret äidit -ryhmän tapaamisia innolla. Mukavien ihmisten ja ohjaajan koettiin olevan suureksi avuksi ja tueksi. Nuoret äidit ryhmästä äidit kokivat saavansa tuen lisäksi myös hyviä ohjeita ja vinkkejä muilta äideiltä, koskien muita äideille tarkoitettuja ryhmiä, esimerkiksi Mannerheimin lastensuojeluliiton ryhmät tai perhekahvilat.

Haastateltavat äidit kokivat Nuoret äidit -ryhmän tuoman vertaistuen ja tuen merkittäväksi ja toivoivat toiminnan jatkumista myös tulevaisuudessa. Myös kesätoiminnan lisäämistä toivottiin. Suljetun ryhmän ohjaus ja tiiviys ja koettiin hyväksi ympäristöksi jakaa henkilökohtaisempiakin asioita. Avoimeen ryhmään toivottiin lisää tapaamiskertoja ja lisää ohjattua toimintaa.

*”Tuolla oli niin helppo kun oli niin monta samassa tilanteessa olevaa.”*

Yksi äiti koki muiden vanhempien äitien tuomitsevan häntä nuorena äitinä, käydessään perhevalmennuksessa. Äiti koki nuorille äideille kohdennetun Nuoret äidit -ryhmän tärkeäksi paikaksi, jossa hän ei kokenut tulleensa tuomituksi, sillä kaikki muutkin olivat samassa elämäntilanteessa nuorena lapsen kanssa.

*”Hyvä että tommosia järjestetään. Se oli kiva että mä näin muita saman ikäisiä siellä ja sit se, että siellä pysty puhumaan ihan kaikista jutuista ilman että kukaan siellä tuomitsi.”*

*”Kyllä siitä sai vertaistukea. Siellä tajus sen, että ei oo niin kun yksin niiden asioiden kanssa, ja et muilla on ihan samanlaisia meneillään.”*

Samassa elämäntilanteessa olevien kanssa keskustelu ja asioiden jakaminen nähtiin tärkeänä ja merkittävänä tuen muotona.

## 7.5 Nuori äitiys

Äidit kokivat, että yhteiskunnassa esiintyy ennakoasenteita nuorta äitiyttä kohtaan ja nuoren äidin leimaaminen huonoksi koettiin olevan yleistä. Yhteiskunnan asettamat paineet olla täydellinen äiti koettiin myös painostaviksi. Nuoren äitiyden huomioiminen yhteiskunnassa koettiin toisaalta hyväksi asiaksi, toisaalta huonoksi. Hyväksi nuoren äidin huomioiminen yhteiskunnassa koettiin silloin, jos huomioiminen sisälsi tuen saamista, esimerkiksi lastensuojelun kautta. Huonoksi taas, jos huomioitavat asiat olivat nuoria äitejä negatiivisesti yleistäviä.

*”Paljon on ennakkoluuloja ihmisillä ja oon itse sen huomannut, että nuori äiti voi olla tosi hyväkin äiti. Ei se sitä ikää kuitenkaan kato, vaikka oon kyllä itsekin ajatellut aikaisemmin vähän samoin.”*

Eräs äiti toi ajatuksen, että muiden tulisi antaa nuorelle äidille lupa surra asioita jotka hän on menettänyt tai jotka ovat muuttuneet lapsen tulon myötä. Äitiä ei pitäisi syyllistää siitä, jos hän on harmissaan elämänmuutoksesta lapsen tulon myötä. Äiti voi olla harmissaan esimerkiksi siitä, ettei pystynyt käymään kouluun loppuun tai siitä, että matkustelu on muuttunut lapsen tulon myötä vaikeammaksi. Äidille pitäisi luoda oikeus omiin tunteisiin syyllistämättä.

Eräs äideistä esitti ajatuksen, että mitä nuorempi äiti on, sitä enemmän yhteiskunnan tulisi huomioida hänen nuori äitiytensä. Äidin nuoruus tulisi huomioida myös tilanteissa joissa äiti jatkaa riehakasta elämää vielä lapsen synnyttyä eikä ota vastuuta lapsesta.

Eräs äiti koki, että nuoret äidit tarvitsisivat enemmän yhteiskunnasta tukea esimerkiksi virasto-asioiden hoitoon. Lapsen synnyttyä elämään voi tulla monia muitakin muutoksia, kuten kotoa pois muutto. Näissä muutoksissa selviämiseen ja itsenäistymisen tukemiseen kaivattaisiin tukea yhteiskunnalta. Yksi haastateltavista toi ajatuksen esille, että yhteiskunnan tuki itsenäistymisen tukemiseen voisi alkaa jo silloin kun äiti on raskaana.

*”En mä sitä tarkota että pitäis antaa enemmän rahaa nuorille äideille, mutta nimenomaan just sitä apua, et miten sitä rahaa säästää ja miten sitä käyttää.”*

Toiveena sosiaali- ja terveysalan henkilöstölle oli nuoreen äitiyteen liittyen se, että jokainen asiakas sosiaali- ja terveysalalla otettaisiin asiakaslähtöisesti vastaan ilman ennakkoluuloja asiakasta kohtaan. Yksi äideistä oli kokenut synnytyksessä, että häntä ei ollut kuunneltu, eikä hänen toiveitaan otettu huomioon. Samanlaisia kokemuksia äiti oli kuullut myös muiden äitien kokeneen.

## **8 Pohdinta**

### **8.1 Tutkimustulosten tarkastelua**

#### **Nuoruuden ja äitiyden kasvuprosessien yhteensovittaminen**

Yksi opinnäytetyöhön osallistuneista asui vielä vanhempiansa luona, kun tieto raskaudesta tuli. Kahden viikon sisällä nuori oli jo hankkinut itselleen oman asunnon ja halusi aloittaa itsenäisen elämän lapsen tulon vuoksi. Itse hankittu autonomia onkin yksi nuoruuden kehityksellisistä päämääristä. Aalbergin ja Siimesin mukaan (2007,67.) lapsuuden riippuvuus vanhemmista alkaa hävitä, kun nuori pyrkii saavuttamaan itsenäisyyttä. Toisaalta kiire itsenäistymiseen aiheutti opinnäytetyön

tutkimuksen mukaan sen, että arkielämän taitojen opettelua ei ehditty harjoitella kunnolla. Tämä saattoi tuoda arkeen haasteita esimerkiksi taloudellisten ongelmien, ruuanlaiton tai aterioiden suunnittelun yhteydessä. Lapsi ja nuorisopolitiikan kehittämisohjelman 2012-2015 mukaan itsenäiseen asumiseen, erityisesti nuorina kotoa muuttavat, tarvitsevat tukea. Vastuu taloudenhoidosta voi aiheuttaa ongelmia, kun muutokset tulevat monelle nuorelle nopeassa tahdissa. Kehittämisohjelman mukaan opetuksen ja koulutuksen kautta tehostetaan valmiuksien antamista oman talouden hallintaan. Järjestöjen, elinkeinoelämän, seurakuntien ja kuluttajaviraston yhteistyöllä on tavoitteena tehostaa nuorten parissa oman talouden hallinnan osaamista. (Opetus ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2012, 31.)

Äitiys tuo mukanaan aikuistumista. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, että lapsen saatua nainen olisi nuoruuden päätepisteessä. Nuoruuden eläminen jatkuu edelleen lapsen saatua, mutta sen muoto voi muuttua, ja se voi olla erilaista kuin ikätovereilla. (Niemelä 2005, 184.) Äidit kuvasivat samansuuntaisesti opinnäytetyössä äitiyteen kasvamista. Kaikilla oli käsitys siitä, että äitiyteen kasvaminen on prosessi, johon kasvetaan hiljalleen. Lisäksi lapsen tarpeiden tuominen omien edelle, nähtiin äitiydessä tärkeänä. Lapsen tarpeiden laittaminen edelle ja toisesta huolehtiminen saivat toisaalta aikaan sen, että äidin arki ja rutiinit muuttuivat. Esimerkiksi baareissa käyminen muuttui vähäisemmäksi, kuin mitä se oli ollut aikana ennen raskautta. Alkoholinkäytön väheneminen nähtiin kuitenkin positiivisena asiana. Toisaalta muutoksien myötä esimerkiksi tärkeä harrastus saattoi jäädä pois. Muutkin seikat, kuten matkustelu, kävivät haastavammaksi lapsen synnyttyä. Yksi haastatelluista äideistä koki kaipaavansa entistä elämäänsä, vaikka ei vaihtaisi elämää lapsen kanssa pois. Haastateltavan äidin mukaan nuorille äideille tulisi sallia myös negatiiviset tunteet ja lupa surra. Nämä tunteet saattavat saada äidissä aikaan myös häpeän tunnetta. Äiti voi itse kokea sopimattomaksi oman ajattelunsa, mikäli se uhkaa lapsen ensisijaisuutta. Oman ajan kaipuu, surullisuus ja itsekkyydet ovat tunteita joiden ajattelu voi saada äidin kokemaan häpeää. Välttyäkseen muiden syyllistämislta äiti voi patoa nämä ajatukset sisälleen. Tärkeää on kuitenkin muistaa, että jokainen äiti on yksilö, joilla on oma tunne elämä ja omat tarpeet. Tunteiden tunteminen on



normaalia ja äidin tulisi antaa itselleen lupa tuntea myös negatiivisia tunteita. (Janhunen & Oulasmaa 2008, 19.)

Jokaisella äidillä on oma tapansa tulkita maailmaa. Oli nuoruusiässä lapsi suunniteltu tai ei, kasvaa nuori äiti samaan aikaan äitiyden ja nuoruuden kehitysvaihetta. (Cantell-Laijoki 2012, 65.) Sen jälkeen, kun nuori on tehnyt päätöksen raskauden jatkamisesta, tulee äidin selvitä kehitysvaiheensa normatiivisten pulmien lisäksi tulevan vanhemmuuden emotionaalisista, fyysisistä ja psykologisista haasteista. (Apter & Halonen 2010.) Tämän lisäksi Kronqvist & Pulkkinen (2007, 214) kuvaavat vanhemmuuteen kasvamisen olevan elämänmuutoksen myötä myös stressaava tekijä, vaikka muutokset olisivatkin yksilön mielestä positiivisia. Kokemukset elämänmuutoksesta muotoutuvat sen pohjalle, millainen elämäntilanne tulevilla vanhemmilla oli ollut ennen raskaaksi tuloa. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 214.) Tutkimuksessa äitiyteen kasvuun koettiin vaikuttavan suhde omaan äitiin. Omat lapsuuden kokemukset emotionaalisesta välinpitämättömyydestä tai emotionaalisen läsnäolon puuttumisesta saivat aikaan halun muuttaa vuorovaikutusta parempaan oman lapsen kohdalla. Teiniäidin käsityksiin omista vanhemmuuden taidoista vaikuttaa myönteisesti teiniäidin äidin emotionaalinen tuki (Halonen & Apter 2010). Opinnäytetyön tuloksista selvisi, että omalle lapselle haluttiin antaa mahdollisimman hyvät eväät elämään tukemalla jo varhaista vuorovaikutusta.

Sosiaalisesti ja kulttuurisesti ihmisellä ajatellaan kuuluvan tiettyyn ikävaiheeseen tietynlaisia elämäntapahtumia. Mikäli tämä oletus ei toteudu, nähdään että odotuksia rikotaan. Normatiivisesti ajatellaan, että lasten hankinta ajoittuisi esimerkiksi opintojen lopun jälkeen alkavaksi. Muita elämäntapahtumia ovat oman kodin perustaminen ja talouden hoitaminen itsenäisesti. Normien mukaan yksilön tulisi saavuttaa nämä tapahtumat elämässään ennen kuin perheen perustaminen olisi normien mukaan sopivaa. (Niemelä 2005, 171.)

Nuoruus nähdään elämänvaiheena, joka sisältää keskeneräisyyttä ja itsensä etsimistä. Nämä kehitysvaiheet voidaan nähdä huonosti yhteen sopivana

vanhemmuuden haasteiden kanssa. (Niemelä 2005, 171.) Yleiseurooppalainen trendi on kuitenkin vaikuttanut siihen, että lastenhankinnan ajankohta on siirtynyt yhä myöhemmäksi. Ensimmäisen lapsen suomalaisnaiset saavat keskimäärin noin 28-vuotiaana. (Klemetti, Gissler, Lammi-Taskula & Miettinen 2014, 171.) Vaikka kulttuurisia ikäjärjestyksiä ja normeja rikotaan suhteessa perheen perustamis-ikäen, rikotaan myös kronologiseen ikään perustuvaa kehitysajattelua. Tietty määrä ikävuosia ei välttämättä takaakaan sopivuutta ja valmiutta äitiyteen, vaan tärkeämpää on tarkastella yksilön kehityksen yksilöllisyyttä ja omia kokemuksia. Lisäksi tulee muistaa, että nuoruuksia, perheitä ja elämänkulkuja on monenlaisia. (Niemelä 2005, 174, 192.)

Haastateltavat äidit kokivat raskaaksi tulon yllätyksenä, eikä suunnitelmissa ollut aikaisemmin ollut perustaa perhettä vielä siinä iässä jolloin he raskaaksi tulivat. Ennen raskautta äidit olivat saattaneet kyseenalaistaa muiden nuorten äitien äitiyden. Raskaaksi tultuaan ja lapsen saatuaan nämä ennakkoasenteet olivat kuitenkin muuttuneet. Nuori äiti nähtiin yhtä hyväksi äidiksi kuin iäkkäämpikin äiti. Nuoreen äitiyteen liitettiin myös positiivisia seikkoja, kuten fyysisesti parempi jaksaminen lasten hoidossa ja synnytyksestä nopeammin palautuminen. Näiden lisäksi synnytykset ovat olleet vaivattomampia ja synnytyskomplikaatioiden on todettu olevan harvinaisempia nuorilla ensisynnyttäjillä kuin vanhemmilla synnyttäjillä (Apter & Halonen 2010).

### **Koettu tuki ja tuen muodot**

Opinnäytetyössä äidit jakoivat tuen konkreettiseen ja henkiseen tukeen. Lisa Bunting ja Colette McAuley tuovat tutkimuksessaan (2004) esiin samankaltaisia tuloksia. Tutkimuksen mukaan kolmasosa tutkittavista odotti saavansa emotionaalista tukea kun taas 90 % vastanneista koki tarvitsevansa apua lastenhoidon kanssa. Toisaalta ne, jotka kokivat saavansa vähän emotionaalista tukea, pärjäsivät todennäköisesti taloudellisesti huonommin tai saivat huonompia arvosanoja koulussa. (Bunting &

McAuley 2004.) Edeltä mainittu tutkimus osoittaa, että emotionaalisen tuen puuttuminen vaikuttaa johonkin toiseen elämän osa-alueeseen.

Bunting ja McAuley tuovat esiin tutkimuksessaan Roye & Balk´sin vuonna 1996 tehdyn tutkimuksen kumppanin tuesta. Tutkimuksen mukaan kumppanin tuki nähtiin olevan yhteydessä äitien korkeampaan itsetuntoon, oli kyseessä lapsen biologinen isä tai joku muu merkittävä henkilö. Kumppanin tuen nähtiin vaikuttavan myös lopputulemana äidin psyykkiseen hyvinvointiin, koulutukseen ja taloudellisiin asioihin. (Bunting & McAuley 2004.) Tässä opinnäytetyössä tutkimustuloksista selvisi, että äideistä kaksi olisi kaivannut enemmän lapsen isän antamaa tukea. Tuen kaipuu oli alkanut toisella äideistä jo raskausaikana kun lapsen isä ei ollut henkisesti läsnä.

Positiivisessa sopeutumisessa ja asennoitumisessa raskauteen tuki on kriittinen tekijä. Tuella on vaikutusta sekä negatiivisista haasteista selviämiseen että psykologiseen kasvuun. Lisäksi kokemukseen vanhemmuudesta ja kyvystään olla äiti, vaikuttaa myönteisesti lapsen isän tarjoaman tuen määrää. (Halonen & Apter 2010.) Vaikka äidit kokivat haastattelun mukaan saavansa tukea moninaisilta tahoilta, ei voida unohtaa lapsen isän merkitystä.

### **Vertaistuen merkitys**

Mannerheimin lastensuojeluliitto on kehittänyt Vahvuutta vanhemmuuteen pienryhmämallin edistämään koko perheen hyvinvointia. Tavoitteena on lisätä vanhempien mentalisaatiokykyä, eli kykyä havainnoida lastaan, arvioida lapsen tunnekokemuksia sekä pohtia lapsen käyttäytymistä. Lisäksi ryhmä toi vertaistukea. Kokemukset pienryhmästä olivat äideille ja isille hyviä. Tapaaminen kasvokkain ja yhteiset keskustelut samassa elämäntilanteessa olevien kanssa koettiin olevan parasta antia. Samanlaisten huolien ja ajatusten kuuleminen myös muilta vanhemmilta koettiin helpottavana. Lisäksi vanhemmat pääsivät ryhmässä näkemään muiden vanhempien toimintatapoja ja ongelmanratkaisumenetelmiä. (Viinikka,

Sourander, Oksanen 2014, 121, 127.) Kokemukset Vahvuutta vanhemmuuteen -ryhmän vertaistuesta koettiin hyvin paljon samankaltaiseksi, mitä tämän opinnäytetyön haastateltavat olivat kokeneet saavansa Nuoret äidit -ryhmän toiminnasta.

### **Terveydenhoitajan rooli nuoren äidin tukemisessa**

Eräs äideistä kertoi, että raskausaikana lapsen tulon ymmärtäminen ja sisäistäminen oli ollut vaikeaa. Äiti olisi toivonut neuvolasta enemmän herättelyä lapsen tuloon liittyen. Äiti koki, että olisi tarvinnut hyvissä ajoin informointia esimerkiksi hankittaviin lastentarvikkeisiin liittyen. Pääasiassa neuvolan antamaan tukeen oltiin kuitenkin tyytyväisiä. Jonna Rajamäki kirjoittaa Pro gradu tutkielmassaan Nuorten äitien kokemuksia raskaudesta ja äitiydestä (2006, 63) siitä, kuinka yksi hänen tutkimukseensa osallistuvista äideistä oli kokenut neuvolan jopa epämiellyttävänä paikkana. Neuvolasta oli annettu ainoaksi vaihtoehdoksi nuorelle äidille tehdä raskaudenkeskeytys tai lapsen adoptio. (Rajamäki 2006, 63.) Onneksi aika on muuttanut myös terveydenhoitotyötä ja asiakaslähtöisyys ja asiakkaan tarpeet huomioon ottava hoito on saanut jalansijaa hoitotyössä.

Terveydenhoitajan tehtävänä on luoda luottamuksellinen suhde asiakkaaseen tukeakseen nuoria äitejä. Tehtävänä perheen parissa on myös edistää lapsen ja äidin välistä vuorovaikutusta. (Fredriksen, Lyberg, Severinsson 2012.) Tässä opinnäytetyössä yksi haastatteluun osallistunut koki lapsen tulon vaikeasti ymmärrettävänä asiana. Äiti koki myös, että olisi kaivannut terveydenhoitajalta enemmän herättelyä lapsen tuloon liittyen. Terveydenhoitajan tulisi olla tukemassa äitiyttä ja auttaa äitiä mielikuvien luomisessa kohtuvauvasta. Myönteiset näkemykset itsestä vanhempana, puolisoista ja vauvasta on yhteydessä siihen, miten äiti näkee vanhemmuutensa ja perheen toiminnan. (Kansallinen äitiyshuollon asiantuntijaryhmä 2013, 32.)

## 8.2 Opinnäytetyön eettisyys

Tieteellisen toiminnan ytimenä voidaan pitää tutkimuksen eettisyyttä. Hoitotieteissä tutkimusetiikka ja sen kehittäminen on ollut kauan keskiössä (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 211). Tutkijan tulee ottaa huomioon ja olla vastuussa monista eettisistä kysymyksistä tutkimuksen teon yhteydessä. Jokainen tutkija on itse vastuussa siitä, että eettisen toimintatavan periaatteet tunnetaan ja niiden mukaan toimitaan. (Hirsjärvi ym. 2013, 23.)

Tutkijan eettiset ratkaisut ja tutkimuksen uskottavuus kulkevat yhdessä. Tutkijoiden noudattama hyvä tieteellinen käytäntö luo pohjaa uskottavuudelle. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu muun muassa tutkijoiden toimesta rehellisyys, yleinen huolellisuus sekä tarkkuus tutkimustyössä. Näitä seikkoja pyritään toteuttamaan lisäksi tulosten tallentamisessa, esittämisessä sekä tutkimuksen arvioinnissa. Tutkijan tulee kunnioittaa muiden tutkijoiden työtä ja antaa muiden tutkijoiden tuloksille niille kuuluva arvo, heidän tuloksia julkaistessaan omassa työssään. Lisäksi hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu avoimuus tutkimustulosten julkaisussa sekä eettisesti kestävien tiedonhankinta-, tutkimus-, ja arviointimenetelmien soveltaminen. Hyvän tieteellisen käytännön mukaista on myös tutkimuksen suunnitelman, toteutuksen ja raportoinnin yksityiskohtainen esittäminen tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 132, 133.)

Tämä opinnäytetyö on pyritty toteuttamaan eettisesti. Lisäksi opinnäytetyössä on pyritty noudattamaan hyvää tieteellistä käytäntöä, joka lisää myös tutkimuksen uskottavuutta. Eettinen sitoutuneisuus on osa hyvää tutkimusta. Tutkimuksen eettisyys kiertyy muodollisesti tutkimuksen luotettavuus- ja arviointikriteereihin. Tutkijan tehtäväksi jää huolehtia siitä, että valittu tutkimussuunnitelma on sopiva, laadukas, sekä raportointi hyvin tehty. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 127.)

Ongelmat tutkimusetiikassa liittyvät pääasiassa itse tutkimustoimintaan, kuten tutkimukseen tulevien informoimiseen. Lisäksi ongelmat liittyvät anonymiteettiongelmiin, aineiston keräämisessä ja analyysissä käytettävien menetelmien luotettavuuteen sekä tutkimustulosten esittämistapaan. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 128.)

Tässä opinnäytetyössä on pyritty kiinnittämään huomiota muiden tutkijoiden tutkimustuloksiin viitatessa oikeanlaiseen viittaamistapaan. Teoria- ja pohdinta-osuudessa muilta kirjoittajilta peräisin oleva teksti on tuotu esille lähdeviittein. Viitatessa toisen kirjoittajan tekstiin, raportoinnissa on noudatettu Jyväskylän Ammattikorkeakoulun raportointi-ohjeita. Tutkimustulokset on pyritty esittämään lukijalle yksityiskohtaisesti. Siitä huolimatta tutkimuksessa on huomioitu tarkasti haastateltavien anonymiteetti ja esimerkiksi haastateltavat tunnistavat tiedot on esitetty tavalla, josta äitejä ei voisi tunnistaa. Tutkimustyössä keskeisenä asiana on anonymiteetti ja haastatteluun osallistuville korostettiin anonymiteetin tärkeyttä. Anonymiteetin suojelemiseksi tutkijan tulee huolehtia siitä, etteivät tutkimustiedot pääse tutkimusprosessin ulkopuolisen käsiin. Pienen osallistujamäärän omaavissa tutkimuksissa osallistujien tiedot voidaan kuvata keskiarvoisina taustatietoina. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 221.)

Tässä opinnäytetyössä tutkimusmateriaali säilytettiin huolellisesti sellaisessa paikassa, josta ulkopuoliset eivät päässeet sitä lukemaan. Haastatteluiden äänitteet tuhottiin opinnäytetyön valmistumisen myötä. Lisäksi litterointi-aineistossa äideistä ei puhuttu äitien omilla nimillä, vaan äidit oli eritelty koodein A, B, C. Lisäksi äitien tilanteet kuvattiin yleistetyllä tasolla. Tutkimustulosten esittämisessä äitien elämän kokonaistilannetta ei kuvattu liian tarkasti, jotta äitejä ei voitaisi tekstistä tunnistaa.

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa alkuperäisilmauksia käytetään usein verifioimaan saatuja tutkimustuloksia (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 221). Tässä opinnäytetyössä äitien kokemuksia esitettiin sitaatein. Murteeseen liittyvä

tunnistettavuus ei ollut sitaateista todennäköistä, sillä kaikki äidit puhuivat samantapaisella murteella.

Tässä opinnäytetyössä tutkittavien osallistuminen perustui vapaaehtoisuuteen. Ihmisarvon kunnioittaminen tulee olla lähtökohtana tutkimuksessa. Ihmisille tulee antaa mahdollisuus päättää, osallistuvatko he tutkimukseen vai eivät. Tämä tukee ihmisen itsemääräämisoikeutta. (Hirsjärvi ym. 2013, 25.) Asiakkaan, eli tässä opinnäytetyössä haastateltavan itsemääräämisoikeus onkin yksi lähtökohta tutkimukseen osallistumisessa (Kankkunen & Vehviläinen -Julkunen 2013, 218).

Tutkittavia informoitiin tutkimuksesta Nuoret äidit -ryhmän yhteistyökumppanin toimesta ennen tutkimukseen osallistumista. Ilmaistuaan halukkuutensa osallistua tutkimukseen, tutkittavat tavattiin Nuoret äidit -ryhmän tapaamisessa.

Opinnäytetyön haastatteluun osallistuvat äidit pääsivät näkemään haastattelijan kasvotusten ja kysymään tarvittaessa kysymyksiä tutkimukseen liittyen. Myöhemmin haastateltaviin oltiin yhteydessä sähköpostitse ja puhelimitse ennen haastatteluiden toteutumista. Myöhemminkin äideille korostettiin tutkimuksen vapaaehtoisuutta ja annettiin mahdollisuus kieltäytyä jatkamasta tutkimuksessa. Tutkimuksen eettisiin ominaisuuksiin kuuluu tutkittaville annettava mahdollisuus kysymysten esittämiseen, mahdollisuus kieltäytyä antamasta tietojaan, sekä keskeyttää tutkimus (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 219). Vaikka äitejä informoitiin suullisesti mahdollisuudesta keskeyttää tutkimus, olisi tässä opinnäytetyössä ollut hyvä lisäksi kirjoittaa kirjallinen suostumus jossa asia oltaisi myös tuotu esille. Kirjallinen suostumus, sopimus opinnäyteyhteistyöstä kirjoitettiin kuitenkin yhteistyökumppanin, Jyväskylän Setlementti ry:n kanssa.

### 8.3 Opinnäytetyön luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuus ja pätevyys voivat vaihdella vaikka tutkimuksessa pyrittäisiinkin välttämään virheiden syntymistä. Tutkimuksen luotettavuutta pyritään arvioimaan kaikissa tutkimuksissa (Hirsjärvi ym. 2013, 231). Luotettavuuden arvioinnin kriteerejä laadullisessa tutkimuksessa ovat uskottavuus, siirrettävyys, riippuvuus ja vahvistettavuus. Uskottavuuden edellytys on tutkimustulosten kuvaaminen niin selkeästi, että analyysin teko, tutkimuksen vahvuudet ja rajoitukset ovat lukijan ymmärrettävissä. Tärkeänä luotettavuuskysymyksenä voidaan pitää aineiston ja tulosten suhteen kuvausta ja arviota aineiston totuudenmukaisuudesta. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 197, 198; Tuomi & Sarajärvi 2013,138.)

Tämän opinnäytetyön aineisto kerättiin haastatteluin. Kasvokkain tapahtuva haastattelu tuo monia etuja, mutta haastattelumenetelmän käyttöön voi liittyä myös haittoja. Haastattelussa haastateltava ei välttämättä tuo kaikkia vaikeita tai arkoja asioita esille. Kyselylomakkein kerättävä aineisto olisi tämän vuoksi voinut olla sopivampi sillä siinä haastateltavan anonymiteetti säilyisi paremmin. (Hirsjärvi & Hurme 2011, 35.) Haastattelun käyttö tämän opinnäytetyön aineistonkeruumenetelmänä on voinut heikentää haastatteluaineiston luotettavuutta.

Luotettavuuden arvioinnin kriteereistä siirrettävyys tarkoittaa sitä, missä määrin tulokset voisivat olla siirrettävissä johonkin muuhun tutkimusympäristöön eli kontekstiin. Jotta toisen tutkijan olisi mahdollista seurata tutkimusprosessia, on huolellinen tutkimuskontekstin, taustojen selvittämisen ja osallistujien valinnan sekä aineiston keruun ja analyysin seikkaperäinen kuvaus edellytyksiä siirrettävyyden toteutumiselle (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 198.) Opinnäytetyöhön osallistui kolme Nuoret äidit -ryhmässä käynyttä äitiä. Otos tutkimukseen oli pieni,



jonka vuoksi opinnäytetyö päätettiin jo alussa tehdä laadullisena tutkimuksena mitaten määrän sijasta laatua.

Riippuvuus luotettavuuden kriteerinä, luo tieteellisen tutkimuksen toteuttamisen yleiset ohjaavat periaatteet, jotka ovat pohjana tutkimuksen toteuttamiselle. Tämä opinnäytetyö on pyritty toteuttamaan yleisiä periaatteita noudattaen ja ennen tutkimuksen aloittamista tutkimuskirjallisuudesta otettiin selvää sopivien tutkimustapojen löytämiseksi. Neljäntenä luotettavuuden kriteerinä oleva vahvistettavuus tarkoittaa ratkaisuiden esittämistä seikkaperäisesti. Lukijan tulee pystyä seuraamaan ja arvioimaan tutkijan päättelyä. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 139.)

Tutkimuksen luotettavuutta kohentaa myös tutkimuksen tarkka selostus tutkimuksen toteuttamisesta. Aineiston tuottamisen olosuhteet, kuten haastattelupaikat, aika, ja mahdolliset häiriötekijät tulisi tuoda esille. Lisäksi tutkijan oma itsearviointi ja mahdolliset virhetulkinnat haastattelussa tulisi tuoda esille. (Hirsjärvi 20013, 232.) Opinnäytetyössä on pyritty tutkimusprosessin tarkkaan kuvaamiseen. Tutkimukseen osallistuneiden tapa valikoitua tutkimukseen on tuotu tutkimuksessa esille. Lisäksi Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite on määritelty selkeästi. Käytetyt tutkimusmenetelmät ja tutkimuksen eteneminen on myös pyritty kuvaamaan mahdollisimman tarkasti. Tähän sisältyy opinnäytetyössä käytettyjen tutkimus- ja analyysimenetelmien kuvaaminen sekä aineiston keräämistavat sisäänottokriteereineen. Raportoinnissa on käytetty Jyväskylän Ammattikorkeakoulun raportointiohjeita. Näin ollen lähdemerkinnät on merkitty yhteisesti sovittujen ohjeiden mukaisesti. Tämän avulla lukija pystyy seuraamaan tutkijan omaa päättelyä ja erottamaan sen muilta lainatusta tekstistä.

Opinnäytetyössä haastateltavien toiveita kunnioitettiin ja kuunneltiin esimerkiksi haastattelupaikan valintaan liittyen. Aika haastattelulle pyrittiin järjestämään äideille parhaiten sopivaan aikaan. Haastattelutilanteet olivat rauhallisia, joten äidit pystyivät vastaamaan kysymyksiin hyvin, eikä suurempia keskeytyksiä tai häiriötekijöitä haastattelutilanteessa esiintynyt. Tutkijan kokemus haastattelutilanteesta oli

positiivinen ja vuorovaikutus haastateltavan kanssa sujui hyvin. Haastatteluiden materiaali litteroitiin tietokoneelle tekstimuotoon äänitteeltä sanasta sanaan. Tämä on lisännyt tutkimuksen luotettavuutta, kun haastattelut on litteroitu sanasta sanaan ja käytetty tutkimuksessa sellaisenaan. Haasteltavien yksityisyys on kuitenkin otettu huomioon niin, että haastateltavien nimiä, lasten nimiä tai muita tunnistettavia tietoja ei ole kirjoitettu tekstiin.

Analyysitapa muotoutui opinnäytetyössä vasta haastattelun ja litteroinnin toteuduttua. Analyysitapa tulisi olla harkittuna jo ennen haastattelun tekemistä ja litteroinnin aloittamista (Hirsjärvi & Hurme 2011, 135). Tämä voi vaikuttaa tutkimusprosessin luotettavuuteen. Haastatteluiden teon ja litteroinnin jälkeen haastatteluiden litterointeja käytiin läpi ja nostettiin esiin nousevia teemoja. Kuitenkin suurimmilta osin litteroinnin jälkeen opinnäytetyön tekeminen hiljeni noin kuukaudeksi. Tämä voidaan nähdä niin positiivisena kuin negatiivisenakin asiana aineiston tarkastelun ja purkamisen näkökulmasta. Hirsjärvi & Hurme (2011, 135) kirjoittavat kirjassaan siitä kuinka pian haastattelun jälkeen aloitettu materiaalin purkaminen inspiroi tutkijaa kun haastattelu on vielä hyvässä muistissa. Toisaalta myös ajallinen etäisyys tutkimusmateriaaliin ja sen ongelmiin voi olla hyväksi. (Hirsjärvi & Hurme 2011, 135.) Tätä opinnäytetyötä toteuttaessa pieni etäisyys tutkimusmateriaaliin haastatteluiden jälkeen koettiin tutkimusmateriaalin kokonaiskuvaa ja hahmottamista lisäävänä seikkana.

## 8.4 Johtopäätökset ja jatkotutkimusaiheet

Tässä tutkimuksessa on käsitelty nuorten äitien kokemuksia äitiyteen kasvusta ja tuen muodoista. Jatkossa olisi mielestäni tärkeää tutkia myös terveydenhoitajien kokemuksia nuorten äitien kohtaamisessa. Toinen jatkotutkimusaihe on mielestäni erilaisten nuorille äideille tarkoitettujen ryhmien kartoittaminen ja koonti yhdelle listalle. Niin äitien kuin myös terveydenhoitajien kannalta olisi hyödyllistä, jos

hyödynnettävissä olevat ryhmät olisivat koottuna tiedostona yhdessä paikassa. Näin palveluun ohjautumista voitaisiin helpottaa sekä äidille, että sosiaali- ja terveysalan ammattilaiselle.

Tutkimustuloksista selvisi, että lapsen isän antamaan tukeen oltiin tyytyväisiä. Toisaalta osa äideistä olisi kaivannut lapsen isän emotionaalista tukea ja osallistumista lapsen hoitoon. Kolmantena jatkotutkimusaiheena on selvittää, kuinka kehittää perheen vuorovaikutusta ja isien osallistumista lapsen hoitoon. Lasten isille tulisi antaa mahdollisuus varhaisen vuorovaikutuksen toteuttamiseen niin, että mielikuvat syntymättömästä lapsesta voisivat alkaa kehittyä jo raskausaikana. Lisäksi myös isien mentalisaatiokyvyn tukeminen olisi tärkeää. Tämä siksi, että mentalisaatiokyvyn vahvistuminen lisää merkittävästi koko perheen hyvinvointia. (Viinikka, Sourander, Oksanen 2014, 121.)

Johtopäätöksenä tälle opinnäytetyölle on se, että koettu tuki äitiyteen kasvuun liittyen koettiin olevan moninaista. Tuki jaettiin konkreettiseen tukeen ja henkiseen tukeen. Molemmat tuen muodot koettiin tärkeänä. Lisäksi äidin kohtaaminen yksilönä koettiin tärkeäksi. Harmillisena koettiin muiden tekemät yleistyksset ja arvostelu nuorta äitiyttä kohtaan. Tutkimuksessa korostui ystävien ja vertaistuen merkitys äitiyteen kasvua tukevana seikkana. Lisäksi Nuoret äidit -ryhmän toiminta näyttäytyi merkittävänä tukena nuorten äitien elämässä vertaistuen kautta.

## Lähteet:

- Apter, D., Halonen, M. 2010. Teiniraskauden ja äitiyden moninaiset haasteet. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. Katsaus. 126(8):881-7. Viitattu 12.2.2015. [http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/arkisto?p\\_p\\_id=Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet&p\\_p\\_action=1&p\\_p\\_state=maximized&p\\_p\\_mode=view&p\\_p\\_col\\_id=column-1&p\\_p\\_col\\_count=1&viewType=viewArticle&tunnus=duo98744](http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/arkisto?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet&p_p_action=1&p_p_state=maximized&p_p_mode=view&p_p_col_id=column-1&p_p_col_count=1&viewType=viewArticle&tunnus=duo98744)
- Bunting, L., McAuley, C. 2004. Research review: Teenage pregnancy and motherhood: the contribution of support. (2): 207-15 School of Social work, Queens University. Wiley Blackwell. Nelli-portaali. Cinahl EBSCO. Viitattu 1.5.2015. <http://web.b.ebscohost.com.ezproxy.jamk.fi:2048/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=baa810c6-e1f1-44fc-aa9e-6e35148a025c%40sessionmgr115&vid=4&hid=107>
- Cantell-Laijoki, L. 2012. Nuoret äidit. Teoksessa Tyttötyön kansio. Helsinki: Suomen Setlementtiliitto ry. Viitattu 3.2.2015. <http://www.setlementti.fi/@Bin/127576/tyttotyönkansio.pdf>
- Fredriksen, A-M., Lyberg, A., Severinsson, E. 2012. Health supervision of young women during pregnancy and early motherhood: A Norwegian qualitative study. (3): 325-31. Wiley Blackwell. Nelli-portaali. Cinahl EBSCO. Viitattu 2.5.2015. <http://web.b.ebscohost.com.ezproxy.jamk.fi:2048/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=baa810c6-e1f1-44fc-aa9e-6e35148a025c%40sessionmgr115&vid=8&hid=107>
- Gissler, M., Vuori, E. 2014. Prenataalisaatio- synnyttäjät, synnytykset ja vastasyntyneet 2013. 23/2014. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 31.3.2015. [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116818/Tr23\\_14.pdf?sequence=3](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116818/Tr23_14.pdf?sequence=3)
- Hankesuunnitelma. 2013. Nuoruus ja vanhemmuus-hanke 1.7.2014-30.6.2015. Jyväskylän Setlementti ry.
- Helsingin tyttöjen talo. n.d. Nuoret äidit. Nuoret äidit vertaistukiryhmän esittely. Viitattu 9.2.2015. <http://www.tyttojentalo.fi/nuoret-%C3%A4idit>
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2013. Tutki ja kirjoita. 18.p. Helsinki: Tammi.
- Hirsjärvi, S., Hurme, H. 2011. Tutkimushaastattelu Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Huttunen, J., Sevo'n, E. 2002. Odottavan äidin vastuu. Teoksessa Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Toim. Rönkä, A., Kinnunen, U. Jyväskylä: PS-kustannus.

- Janhunen, K., Oulasmaa, M. 2008. Äidin kielletyt tunteet. Väestöliitto. Nykypaino Oy.
- Kalland, M. 2014. Vanhemman mentalisaatiokyky. Teoksessa Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Toim. Viinikka, A. Julkaisija: Mannerheimin lastensuojeluliitto 2014. Tampere: Hämeen Kirjapaino Oy.
- Kankkunen, P., Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. 3.uud. p. Toim. Kokkonen, H., Lindqvist, E. Helsinki: Sanoma Pro.
- Kiviniemi, K. 2007. Ikkunoita tutkimus-metodeihin 2. 2. toim. Aaltola, J., Valli, R. uud. p. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Klemetti, R., Gissler, M., Lammi-Taskula, J., Miettinen, A. 2014. Lastenhankinnan ajoitus. Teoksessa Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. toim. Lammi-Taskula, J., Karvonen, S. Tampere: Juvenes Print-Suomen Yliopistopaino.
- Kansallinen äitiyshuollon asiantuntijaryhmä 2013. Äitiysneuvolaopas. Suosituksia äitiysneuvolatoimintaan. Toim. Klemetti, R., Hakulinen-Viitanen, T. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 3.5.2015.  
[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110521/THL\\_OPA2013\\_029\\_verkko.pdf?sequence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110521/THL_OPA2013_029_verkko.pdf?sequence=1)
- Kronqvist, E-L., Pulkkinen M-L. 2007. Kehityopsykologia. Matkalla muutokseen. 1.p. Toim. Stormi, A. Helsinki: WSOY.
- Kuopion tyttöjen talo. n.d. Ryhmät. Vaippatehdas vertaistukiryhmän esittely. Viitattu 9.2.2015. <http://www.hilimat.fi/?TOIMINTA:Ryhm%C3%A4t>
- Hokkanen, T., Kuronen, M. 2008. Vanhemmuuspuhe ja sukupuolen tutkimisen vaikeus. Teoksessa Perhesuhteet puntarissa. Toim. Notko, M., Sevo'n, E. Gaudeamus Helsinki University Press. Tampere: Tammer-paino.
- Lindroos, S., Hyypiä, M-L. 2009. Raskaus. Duodecimin artikkeli aiheesta Potilas, perhe ja perusterveydenhuolto. Kustannus oy Duodecim. Viitattu 9.2.2015.  
[http://www.terveysportti.fi.ezproxy.jamk.fi:2048/dtk/oppi/koti?p\\_artikkeli=inf04592&p\\_aineisto=87067&p\\_haku=%C3%A4itiys](http://www.terveysportti.fi.ezproxy.jamk.fi:2048/dtk/oppi/koti?p_artikkeli=inf04592&p_aineisto=87067&p_haku=%C3%A4itiys) Nelli-portaali, Oppiportti-Duodecimin verkko-oppikirjat.
- L30.12.2010/1326. Terveystietolaki. Säädös säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 8.2.2015. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326#L2P15>
- Niemelä, A. 2005. Nuorena äidiksi – vauhdilla aikuisuuteen? Teoksessa Polkuja ja poikkeamia – Aikuisuutta etsimässä. Toim. Aapola, S., Ketokivi, K. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura Julkaisuja 56. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy.

Nuoret äidit-toiminta. n.d. Tyttötyö. Tyttötyön eri muotojen esittely. Viitattu 9.2.2015. <http://www.setlementti.fi/tyttotyö/tyttöjen-talo/tyoalat/nuoret-aidit-toiminta/>

Nuoret äidit. n.d. Setlementti Jyväskylä. Nuoret äidit-toimintaa esittelevä internet-sivusto. Viitattu 12.2.2015. <http://www.jyvala.fi/index.php?page=nuoret-aeidit>

Notko, M., Sevo'n, E. 2008. Perhesuhteiden omalakisuus. Teoksessa Perhesuhteet puntarissa. Toim. Notko, M., Sevo'n, E. Gaudeamus Helsinki University Press. Tampere: Tammer-paino.

Oiva ja Ilona. 2014. Nuoret äidit. Nuoruus ja vanhemmuus-hanke. Viitattu 31.1.2015. <http://www.oiva-ilona.fi/index.php/nuoret-vanhemmat>

Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisu 2012. Lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämisohjelma 2012-2015. Opetus ja kulttuuriministeriö. Kulttuuri-, liikunta- ja nuorisopolitiikan osasto 2012. Viitattu 3.5.2015. <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2012/liitteet/OKM06.pdf?lang=fi>

Perhetyön toimintamuodot. n.d. Lastensuojelun käsikirja. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 3.5.2015. <https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/avohuolto/lastensuojelun-avohuollon-tukitoimet/perhetyo/perhetyon-toimintamuodot#linkki2>

Piensoho, T. 2001. Äitiyden alkumetrit. Naisten raskaudelle ja synnytykselle antamat merkitykset ja oppimiskokemukset. Väitöskirja. Helsingin Yliopiston kasvatustieteen laitoksen tutkimuksia 176. Helsinki: Yliopistopaino. Viitattu 8.2.2015. <http://ethesis.helsinki.fi/julkaisut/kas/kasva/vk/piensoho/aitiyden.pdf>

Punamäki, R-L. 2011. Vanhemmuuteen siirtyminen: raskausajan ja ensimmäisen vuoden kiintymyssuhteet. Teoksessa Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. 1.p. Toim. Kalland, M., Sinkkonen, J. Helsinki: WSOY pro

Rajamäki, J. 2006. Nuorten äitien kokemuksia raskaudesta ja äitiydestä. Pro gradu-tutkielma. Tampereen yliopisto. Viitattu 1.5.2015. <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/94029/gradu01451.pdf?sequence=1>

Teemahaastattelu. n.d. Virtual Statistics. Viitattu 31.1.2015. <https://www.stat.fi/virsta/tkeruu/04/03/>

Tuomi, J., Sarajärvi, A. 2014. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 10.p. Helsinki: Tammi.

Viinikka, A., Sourander, J., Oksanen, E. 2014. Vahvuutta vanhemmuuteen-perheryhmä. Teoksessa Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Toim. Viinikka, A. Mannerheimin lastensuojeluliitto 2014. Tampere: Hämeen kirjapaino oy.

Wahn, E-H., Nissen, E., Ahlberg, B-M. 2005. Becoming and being a teenage mother: How teenage girls in South Western Sweden view their situation. United Kingdom of Great Britain & Northern Ireland. Taylor and Francis group: Routledge. Viitattu 4.5.2015.

<http://web.a.ebscohost.com.ezproxy.jamk.fi:2048/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=c968ffb1-6cf0-4c9b-8c73-ce1a22072080%40sessionmgr4004&vid=15&hid=4109>

Ylitalo, P. 2011. Roolikartta vanhemmuuden, parisuhteen ja itsenäistymisen tueksi. 1.p. Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä. toim. Ylitalo, P. Helsinki: Suomen kuntaliitto.

## 9 Liitteet

### 9.1 LIITE 1: Opinnäytetyön haastattelukysymykset apukysymyksineen

- Kuinka monta vuotta olet?
- Siviilisäätyysi? (naimisissa/ avoliitossa/ en ole tällä hetkellä parisuhteessa)
- Kuinka monta lasta sinulla on?
- Kertoisitko raskaudestasi/raskauksistasi?
  - APUKYSYMYS: Milloin kerroit raskaudesta muille?
  - APUKYSYMYS: Oliko raskauden hyväksyminen sinulle helppoa?
- Millaisena koit raskausajan?
  - APUKYSYMYS: Jos on aikaisemmin jo lapsia niin millaisena koit viimeisimmän raskausajan?
- Mitä kautta löysit Nuoret äidit ryhmään?

(Ohjattiinko ryhmään esimerkiksi neuvolasta? Kuulitko ystävältä? Oliko joku tuttu jo entuudestaan ryhmässä? Näitkö mainoksen ryhmästä jossakin?)

- APUKYSYMYS: Oliko lapsesi jo syntynyt kun menit Nuoret äidit ryhmään vai olitko tuolloin raskaana?

- Oletko käynyt Nuoret äidit toiminnan suljetussa tai avoimessa ryhmässä?
- Kuinka kauan olet käynyt Nuoret äidit ryhmässä?
- Millaisia ennakkooajatuksia sinulla oli Nuoret äidit ryhmästä?
- Käytkö muissa vertaistukiryhmissä?
- Mitä sinun mielestäsi on äitiyteen kasvu?
- Mistä olet saanut tukea äitiyteen kasvussa? (esim. Perhe? Ystävät? Vertaistukiryhmät? Puoliso? Internet? Neuvola? Äitikahvit? Yms....)
- Minkälaista tukea olet saanut äitiyteen kasvussa?
- Oletko saanut mielestäsi tarpeeksi tukea?
- Millainen tuki on ollut sinusta kaikkein parasta?
- Millaista tukea olisit vielä toivonut?
- Mistä olet kokenut saavasi positiivisia kokemuksia vanhemmuuteen kasvussa?
  - APUKYSYMYS: Mistä nämä kokemukset ovat muodostuneet?
- Millaista tukea vanhemmuuteen toivoisit tulevaisuudessa saavasi?



- Tuottiko jokin tuen muoto sinulle pettymyksen?
  - Miksi?
  
- Oletko kokenut internetistä saatavalla vertaistuellalla olevan merkitystä omaan vanhemmuuteen kasvuusi?
  
- Mitä mieltä olet vertaistuesta Nuoret Äidit ryhmässä?
  
- Kertoisitko omasta äitisuhteestasi?
  - Mitä asioita tekisit samoin kuin oma äitisi?
  - Mitä asioita et tekisi samoin kuin oma äitisi?
  
- Kuka henkilö, tai mikä tapahtuma on auttanut sinua sopeutumaan äitirooliin ?
  
- Kuka henkilö, tai mikä tapahtuma on auttanut sinua sopeutumaan naiseuteen kasvamisessa?
  
- Mikä saa sinun mielestäsi äidin voimaan hyvin?
  
- Mikä saa sinun mielestäsi äidin voimaan huonosti?
  
- Miten sinun mielestäsi nuoria äitejä on kohdattu yhteiskunnassa?
  - Onko äidin nuoruus huomioitu muuallakin kuin Nuoret Äidit-ryhmässä?
  - Onko äidin nuoruuden huomioiminen mielestäsi hyvä vai huono asia?
  - Oletko joutunut perustelemaan nuorta äitiyttäsi?
  
- Mitä muuta haluaisit sanoa nuoreen äitiyteen liittyen?
  
- Millaisia toiveita Sinulla on esittää sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille?