



**LAUREA**  
AMMATTIKORKEAKOULU  
*Yhdessä enemmän*

”Ihan selkeesti tää ryhmä on antanu työkaluja,  
mistäpä muualta niitä olis saanu”

Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän vai-  
kuttavuus Nurmijärvellä vanhemman näkökul-  
masta

Pennanen, Teija

2017 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

”Ihan selkeesti tää ryhmä on antanu työkaluja, mistäpä muualta niitä olis saanu”

Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän vaikuttavuus  
Nurmijärvellä vanhemman näkökulmasta

Teija Pennanen  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Opinnäytetyö  
Toukokuu, 2017

Teija Pennanen

**”Ihan selkeesti tää ryhmä on antanu työkaluja, mistäpä muualta niitä olis saanu” Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän vaikuttavuus Nurmijärvellä vanhemman näkökulmasta**

Vuosi 2017 Sivumäärä 61

---

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän vaikutusta ja vaikuttavuutta ryhmän käyneiden vanhempien vanhemmuuteen Nurmijärven kunnassa. Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmä on vertaisryhmä käytöshäiriöisten ja tottelemattomien lasten vanhemmille. Vanhemmuusryhmän sisältö perustuu amerikkalaisen Carolyn Webster-Strattonin tutkimustyön kautta luotuun Ihmeelliset vuodet -menetelmään. Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmiä on järjestetty Nurmijärvellä vuodesta 2013 alkaen. Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, miten ryhmän käyminen vaikuttaa sen käyneiden vanhempien vanhemmuuteen, mikä ryhmässä on vaikuttavaa ja onko vanhemmilla ollut tarvetta käyttää kunnan perhepalveluiden tukipalveluita ryhmän käymisen jälkeen.

Opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä kerron Nurmijärven kunnan sosiaalipalveluista, Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmästä ja ryhmän taustalla olevasta menetelmästä. Näiden lisäksi käsittelen myös vanhemmuutta ja sen monia haasteita niin arjen kuin yhteiskunnankin tasolla. Opinnäytetyön tutkimuksellinen osuus on toteutettu laadullisena tutkimuksena. Tutkimuksessa on käytetty puolistrukturoitua teemahaastattelua. Tutkimuksen tulokset on analysoitu teorialähtöisellä sisällönanalysillä. Haastatteluihin osallistui satunnaisesti valitut kuusi vanhempaa, jotka olivat osallistuneet Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän toimintaan vuonna 2015. Tutkimuksen tekemistä varten hain ja sain tutkimusluvan Nurmijärven kunnan sosiaali- ja perhepalveluista.

Teemahaastattelussa käytin apuna janaa, jonka avulla vanhemmat saivat numeraalisesti kuvata vanhemmuuden muutoksia tilanteesta ennen ryhmää tilanteeseen, jossa ovat tänä päivänä. Janan esiin tuomat tulokset kertovat ryhmän vaikuttavuudesta. Janan arvot kertovat, että Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmällä on pitkäkestoinen vaikuttavuus ryhmän käyneiden vanhempien vanhemmuuteen. Ryhmän kokonaisuus, materiaalit ja menetelmät, vertaisuus ja ohjaajien tuki nousivat merkittäviksi tekijöiksi vaikuttavuuteen. Vanhemmat kokivat, että ryhmällä on positiivisia ja pitkäkestoisia vaikutuksia heidän omaan vanhemmuuteensa. Haastatellut vanhemmat eivät olleet tarvinneet perhepalveluiden tukea ryhmän käymisen jälkeen. Haastatteluiden pohjalta nousi esille se, että ohjaajien tuki ryhmän aikana on vahvaa, mutta se loppuu ryhmän päättyessä. Kehittämisideana nousi esiin se, että ryhmän jälkeistä yhteydenpitoa vanhempiin voisi tehostaa ja jatkaa pidempään, kuin kolme kuukautta ryhmän päättymisen jälkeen.

Tässä opinnäytetyössä tehdyssä tutkimuksessa tulokset ovat hyvin samansuuntaiset kuin muualla maailmalla tehdyistä tutkimuksista saadut tulokset. Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmätoimintaa ei ole aiemmin Suomessa juurikaan tutkittu, joten on vaikeaa yleistää tuloksia. Toivon tämän tutkimuksen tulosten valossa Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmätoiminnan jatkuvuutta Nurmijärven kunnassa.

Asiasanat: Ihmeelliset vuodet, Vanhemmuusryhmä, Vanhemmuus, Vaikutus, Vaikuttavuus

Teija Pennanen

**“Clearly this group has been giving me tools, where else could I have got them” The effectiveness of the Incredible years -parenting group in Nurmijärvi at the parent`s perspective**

Year	2017	Pages	61
------	------	-------	----

---

The purpose of this thesis was to find out the "Incredible years -parenting groups" effect and effectiveness for those who have been involved at a group in Nurmijärvi. "Incredible years -parenting group" is a peer group for parents who have to deal with a conduct disorder or disobedient children. The parenting group is based on Incredible years -method which is a result of American Carolyn Webster-Stratton`s research. These groups have been organized in Nurmijärvi since 2013. The aim of the thesis was to find out the influence on parent`s parenthood, who has been involved in the group, and find out what has been the effective thing in the group and did the parents have the need to use the family community services for support after the group.

In this thesis as a theoretical frame I have described the social services in Nurmijärvi, "Incredible years -parenting group" and the method of the group. I also describe the parenting and its many challenges both to everyday life and at a social level. The execution of the thesis was carried out using a qualitative research process. I used half structured method in the investigation of the theme of the interview. The results of the study have been analysed with theory oriented content analysis. Interviews were conducted randomly through selecting six parents, who had been involved in the "Incredible years -parenting group" in 2015. I asked permission for my study from Nurmijärvi`s social- and family services.

At the theme interviews I used a guide line that helped parents to describe their parenting situation before the group and changes after they have been in the group. The guideline results confirm and reflect that the group is effective. The values of the guideline tell us that "Incredible years -parenting group" has a long-term effectiveness for parenting. The complex, materials and methods, peer support and leaders support, were significant factors in the effectiveness. The parents felt that the group did have a positive and long-lasting effect on their own parenting. In the interviews came up the fact, that the leaders support while the group is ongoing is strong, but the support runs out at the end of the group. The idea behind the development of the group was for the period after communication with the parents, to step up and continue for a longer period.

In this thesis study the results are very aligned to research results in the rest of the world. The "Incredible years -parenting group" had not been the subject study in Finland before my thesis, so it is difficult to generalize about the results. I hope that in the light of the results of the study, the "Incredible years -parenting group" activity will continue at Nurmijärvi.

Keywords: Incredible years, Parenting program, Parenthood, Effect, Effectiveness

## Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Opinnäytetyön tausta ja tarve.....	7
2.1	Nurmijärven kunnan perhe- ja sosiaalipalvelut.....	7
2.2	Sosiaalipalveluiden kehittäminen .....	8
2.3	Ihmeelliset vuodet toiminta Nurmijärvellä .....	10
3	Vanhemmuuden monet haasteet .....	11
3.1	Vanhemmuus .....	11
3.2	Lapsuusiän uhmakkuus ja käytöshäiriöt.....	12
3.3	Vanhemmuuden tehtävät ja yhteiskunnan odotukset .....	14
4	Ihmeelliset vuodet .....	16
4.1	Ihmeelliset vuodet -menetelmä .....	16
4.2	Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmä .....	18
4.3	Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmien toteuttaminen Nurmijärvellä .....	20
4.4	Tutkimuksia Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmästä.....	22
5	Opinnäytetyön toteutus.....	24
5.1	Tutkimusongelma .....	24
5.2	Vaikuttavuus .....	25
5.3	Tutkimuksen eettisyys.....	27
5.4	Tutkimuksen toteutus .....	30
5.5	Aineiston analysointi.....	33
6	Tutkimuksen tulokset .....	35
6.1	Tutkimustulosten yhteenveto .....	35
6.1.1	Vaikuttavuuden todentaminen janan avulla.....	36
6.1.2	Tavoitteet ja tarpeet vanhempana .....	39
6.1.3	Vanhemmuuden taidot .....	40
6.1.4	Perhe-elämä.....	45
6.1.5	Tukipalveluiden tarve vanhempana .....	46
6.2	Tutkimuksen luotettavuus .....	47
7	Johtopäätökset .....	48
8	Pohdinta .....	51
	Lähteet .....	54
	Kuviot.....	57
	Taulukot .....	58
	Liitteet.....	59

## 1 Johdanto

Vanhemmuus on läpi elämän kestävä tärkeä rooli. Vanhempana, äitinä tai isänä muodostaa aivan erityisen ihmissuhteen oman lapsensa kanssa. Vanhemmuus voi olla samalla kertaa ihmeellistä ja ihanaa ja toisaalta haastavaa ja rankkaa. Vanhemmat asettavat itselleen toiveita ja odotuksia siitä, millaisena vanhempana hän haluaa toimia. Odotuksia vanhemmuudelle asettavat myös yhteiskunta ja läheiset. Vanhempana tulee asetettua odotuksia ja toiveita myös omalle lapselleen, hänen toiminnalleen ja käytökselleen. Arjen hektisyys ja työelämän paineet luovat omat odotukset ja vaatimukset vanhemmuudelle. Joskus nämä kaikki odotukset ovat hyvin vaikeita täyttää. Toisinaan keinot kohdata huonosti käyttäytyvää lasta voi tuntua mahdottomalta ja vanhemmuuteen liittyvät haasteet voivat kasvaa niin suuriksi, että niistä on vaikeaa selviytyä yksin. Silloin tarvitaan tueksi erilaisia keinoja ja menetelmiä auttamaan selviytymisessä vanhemmuuden haasteiden keskellä. Tällaista tukea arkeen tarjoaa Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmä.

Ihmeelliset vuodet -menetelmä, on amerikkalaisen Carolyn Webster-Strattonin tekemien useiden vuosien tutkimustyön seurauksena syntynyt menetelmä. Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmä on vertaisryhmä käytöshäiriöisten ja tottelemattomien lasten vanhemmille. Vanhemmuusryhmän sisältö pohjautuu Ihmeelliset vuodet -menetelmään. Opinnäytetyöni olen tehnyt selvittääkseni Nurmijärvellä ohjattavien Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmien vaikutusta ja vaikuttavuutta ryhmän käyneiden vanhempien arkeen ja heidän vanhemmuuteensa.

Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmiä on ohjattu Nurmijärvellä vuodesta 2013 lähtien, kaksi kertaa vuodessa. Olen itse Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän koulutettu ohjaaja ja olen ohjannut viisi ryhmää Nurmijärvellä. Vanhemmuusryhmät on suunnattu sekä 3-6-vuotiaiden lasten vanhemmille, että 1-3-luokkalaisten koululaisten vanhemmille. Opinnäytetyössäni keskityn 3-6-vuotiaiden lasten vanhemmille suunnattuihin -vanhemmuusryhmiin. Ryhmän vaikuttavuudesta kunnan yhtenä perhepalvelun muotona ei ennen opinnäytetyötäni ollut vielä tietoa

Opinnäytetyössäni tein laadullisen tutkimuksen Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän vaikuttavuudesta ryhmän käyneiden vanhempien arkeen ja vanhemmuuteen. Tutkimuksen tekemisessä päädyin puolistrukturoituihin teemahaastatteluihin, joissa kohderyhmänä olivat satunnaisesti valitut kuusi vanhempaa, jotka olivat osallistuneet Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmään vuonna 2015.

Teoriaosuudessa kerron taustaa ja tarvetta opinnäytetyölleni. Kerron Nurmijärven kunnan sosiaalipalveluista sekä kunnan hyvinvointisuunnitelmasta. Kerron Ihmeelliset vuodet -menetelmästä, Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmästä sekä niihin liittyvistä tausta-ajatuksista.

Teoriaosuudessa keskityn vanhemmuuteen ja siihen liittyviin odotuksiin ja haasteisiin monesta eri näkökulmasta. Kerron myös tarkemmin laadullisen tutkimuksen tekemisestä ja siitä, miten olen sen toteuttanut opinnäytetyössäni. Nostan esiin vaikuttavuuden merkityksen.

Opinnäytetyössä tehdyn tutkimuksen tulokset olen kuvannut auki teemoittain haastatteluiden pohjalta. Elävöittääkseni ja kuvatakseni näitä tuloksia paremmin, olen kirjoittanut haastatteluvien suoria lainauksia heidän haastatteluistaan. Kuvaan opinnäytetyön tutkimuksen tuloksia suhteessa tutkimusongelmaan. Pohdin tutkimuksen luotettavuutta ja esitän myös esiin nousseita vastauksia tutkimuskysymyksiin. Lopuksi kirjoitin opinnäytetyön johtopäätökset kirjoitetun teorian suhteesta opinnäytetyössä tehdyn tutkimuksen tuloksiin, omaa pohdintaa unohtamatta.

## 2 Opinnäytetyön tausta ja tarve

Tässä luvussa tulen avaamaan opinnäytetyöni taustaan ja sen tarpeellisuuteen vaikuttavia seikkoja. Kerron sosiaalihoitolain vaikutuksesta palveluihin ja niiden kehittämiseen. Kerron myös Nurmijärven kunnan sosiaali- ja perhepalveluista sekä niiden kehittamisestä. Avaan Nurmijärven kunnan lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmaa ja kerron, miten se liittyy opinnäytetyöni aiheeseen. Kerron myös taustaa Ihmeelliset vuodet -menetelmän käyttöön otosta Suomessa ja erityisesti Nurmijärvellä.

### 2.1 Nurmijärven kunnan perhe- ja sosiaalipalvelut

Sosiaalihoitolain (30.12.2014/1301) tarkoituksena ja tavoitteena on edistää ja ylläpitää hyvinvointia, sosiaalista turvallisuutta ja osallisuutta ja vähentää eriarvoisuutta. Lain tarkoituksena on turvata laadukkaat ja tarpeelliset sosiaalipalvelut sekä hyvinvointia edistävät toimenpiteet ja edistää asiakkaan oikeutta hyvään kohteluun sosiaalihoitoon palveluissa. Lain tarkoituksena on parantaa yhteistyötä sosiaalihoitoon ja kunnan eri toimialojen sekä muiden toimijoiden välillä, jotta lain toteutumiseksi asetetut tavoitteet toteutuvat. (Sosiaalihoitolaki, 1:1 §.)

Nurmijärven kunnan perhe- ja sosiaalipalveluiden tarkoitus on tarjota kuntalaisille toiminnassaan sellaisia sosiaalipalveluita, jotka ovat hyvätasoisia ja taloudellisesti tuotettuja. Palveluiden tavoitteena on vahvistaa kuntalaisten sosiaalista hyvinvointia ja turvallisuutta. Palveluiden tavoitteena on myös lisätä kuntalaisten omatoimisuutta ja ehkäistä syrjäytymistä. (Perhe- ja sosiaalipalvelut 2016.)

Perheiden tukeminen perhepalveluissa on ehkäisevää lastensuojelua, jolla edistetään ja turvataan lasten kasvua, kehitystä ja hyvinvointia sekä tuetaan vanhemmuutta. Ehkäisevää las-

tensuojelua on tuki ja erityinen tuki, jota annetaan kunnan eri palveluissa, kuten opetuksessa, nuorisotyössä, päivähoitossa, neuvolassa ja muissa sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa silloin, kun lapsi tai perhe ei ole lastensuojelun asiakkaana. Nurmijärvellä lasten, nuorten ja perheiden palveluita ohjaa "Varhainen avoin yhteistyö peruspalveluissa" -toimintamalli. Se ohjaa asiakaslähtöiseen, moniammatilliseen ja verkostomaiseen yhteistyöhön lähtökohtana tarttua asioihin yhdessä ja varhain tukea antaen. Tätä ajatusta tukevat kunnan strategiset linjaukset sekä lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma. (Perheiden tukeminen ja lastensuojelu 2016.)

Nurmijärven kunnalle on luotu kuntastrategia. Sillä on keskeinen asema kaikessa kunnan toiminnassa. Strategia kertoo mihin ollaan menossa ja millä keinoilla yhteiset tavoitteet saavutetaan. Nurmijärven kunnan strategia on laadittu vuosille 2014 - 2020. Sen kulmakivinä ovat panostaminen vastuulliseen johtamiseen ja taloudenpitoon, kuntalaisten aktiivisuuteen ja palveluiden ylläpitoon sekä kunnan vetovoimaisuuden vahvistamiseen. Strategiaa ja sen onnistumista mitataan parhaiten sillä, miten siinä tehdyt linjaukset siirtyvät päivittäiseen toimintaan. (Elinvoimaa ja elämisen tilaa 2014, 3.)

## 2.2 Sosiaalipalveluiden kehittäminen

Lapsille, nuorille ja lapsiperheille tarkoitettuja palveluja annettaessa ja niitä kehitettäessä tulee huolehtia, että palvelujen avulla tuetaan kasvatustehtävässään vanhempia, huoltajia ja muita lapsen hoidosta ja kasvatuksesta vastaavia henkilöitä ja saadaan selville lasten, nuorten ja lapsiperheiden erityisen tuen tarve. Tarvittaessa järjestetään erityisen tuen tarpeessa olevia lapsia ja nuoria tukevaa toimintaa ja palveluita tuotettaessa tai niitä kehitettäessä kiinnitetään erityistä huomiota tarpeisiin ja toiveisiin, joita lapsilta ja nuorilta nousee esiin. (Sosiaalihuoltolaki, 2:10 §.) Erityistä tukea tarvitsevalle lapselle tai hänen perheelleen voidaan järjestää muun muassa vertaisryhmätoimintaa turvaamaan lapsen terveyttä ja kehitystä. (Sosiaalihuoltolaki, 3:28 §.)

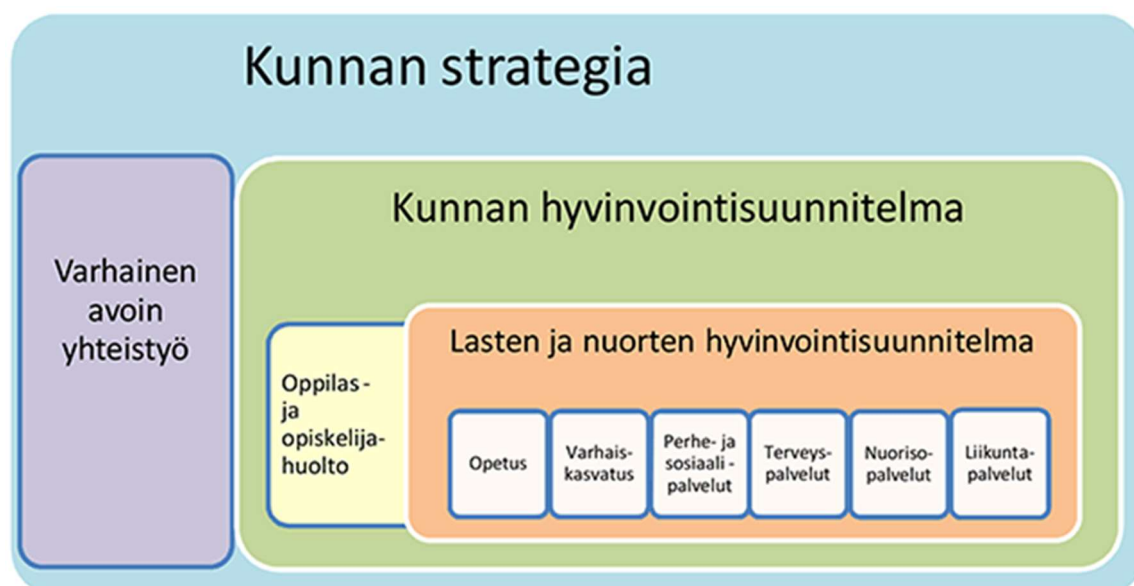
Nurmijärven kuntaa kehitetään kokonaisuutena kunnan eri palveluiden täydentäessä toisiaan tarkoituksenmukaisesti. Kunta tarjoaa hyvinvointia tukevia palveluita ja ne tuotetaan kustannustehokkaasti hyödyntäen uusia ideoita ja ajatuksia ennakkoluulottomasti. Kunnallisten palveluiden hyvä taso turvataan toimimalla tehokkaasti. Palveluita kehitetään huomioiden kuntalaisten hyvinvointi, elämäntilanne ja palveluntarve, päämääränä toimivat ja tehokkaat tavat järjestää palveluita. (Elinvoimaa ja elämisen tilaa 2014, 5, 17.)

Vuonna 2014 on laadittu Nurmijärven kunnan hyvinvointikertomus, jossa kuvataan hyvinvoinnin edistymistä kunnassa vuosina 2009 - 2013. Samassa kertomuksessa on tarkasteltu kuntastrategian painopistealueita ja arvoja. (Nurmijärven laaja hyvinvointikertomus 2009-2013



2014, 2.) Hyvinvointikertomuksen tietojen pohjalta suunnitelmaan on päivitetty painopiste-alueet vuosille 2014 - 2016. Suunnitelmassa on kaikkiaan viisi pääpainoaluetta, joista yhdeksi pääpainoalueeksi on nostettu lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen ja perheiden tukeminen. Yhtenä tavoitteena siellä on myönteisten kasvatustietojen kehittäminen kouluissa, päiväkodeissa ja kodeissa. Toimenpiteiksi on määritelty myönteisten kasvatustietojen käyttöönotto, joista ”Ihmeelliset vuodet” -menetelmään järjestetään koulutusta muun muassa ryhmänohjaajille ja järjestetään vertaisryhmiä vanhemmille. (Nurmijärven laaja hyvinvointikertomus 2009-2013 2014, 49.)

Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma on osa kunnan strategiaa ja hyvinvointisuunnitelmaa. Sillä ohjataan, johdetaan ja kehitetään lasten ja nuorten hyvinvointityötä kunnassa.



Kuvio 1: Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma osana kunnan strategiaa (Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2014-2016 2014, 5.)

Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma (kuvio 1) palvelee kunnan strategian toteutumista ja on yhteydessä kiinteästi koko kunnan tasolla tehtävään hyvinvointityöhön. Suunnitelmassa ja sen valmistelussa on tarkasteltu kokonaisvaltaisesti lasten ja nuorten palveluita. Suunnitelmaa laadittaessa ovat mukana olleet kunnan henkilöstö, viranhaltijajohto, luottamushenkilöt, lapsia ja nuoria sekä heidän vanhempiaan tuottamassa tietoa ja arvioimassa palveluiden toimivuutta ja hyödyllisyyttä. (Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2014-2016 2014, 5.)

Suunnitelman keskeisiksi ohjaaviksi periaatteiksi lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi kaikissa lasten, nuorten ja perheiden palveluissa on nostettu kaikkiaan neljä periaatetta. Nämä ovat osallisuuden toteutuminen, tuen vieminen lasten ja nuorten kasvu ympäristöihin,

toimivien ja oikea-aikaisten palveluiden turvaaminen ja varhaisen avoimen yhteistyön eettisten periaatteiden toteutuminen. Näiden periaatteiden avulla edistetään ennaltaehkäisevyyttä ja varhaista tukea kaikissa palveluissa. (Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2014-2016 2014, 6.) Kehittämiskohteiksi suunnitelmaan nostettiin lasten ja nuorten harrastaminen, koulu-uokailun kehittäminen, ennaltaehkäisevien- ja varhaisen tuen palvelujen kehittäminen, kannustavat kohtaamiset, lasten ja vanhempien eroauttaminen ja ryhmään kuulumisen. (Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2014-2016 2014, 26-31.)

### 2.3 Ihmeelliset vuodet toiminta Nurmijärvellä

Ihmeelliset vuodet -menetelmä, jota avaan enemmän luvussa 4, kuuluu lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmassa ”kannustavat kohtaamiset” -kehittämisen kohteeseen. Vahvistava kohtaaminen alkaa turvallisen aikuisen viestistä, jossa välittyy lapselle, että aikuista kiinnostaa aidosti, mitä lapselle kuuluu. Menetelmän tausta-ajatuksena on antaa eväitä lapsen ja aikuisen välisiin kannustaviin kohtaamisiin. Hyvinkään sairaanhoitopiirin lastenpsykiatrian palveluketjussa on todettu kyseisen menetelmän edistävän lapsen sosiaalisten taitojen kehittymistä ja tunne-elämän hyvinvointia. (Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2014-2016 2014, 29.)

Omaiset mielenterveystyön tukena (OTU), Uusimaa ry. on tuonut Ihmeelliset vuodet -menetelmän ja Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmä toiminnan Suomeen vuosien 2005 ja 2009 välisenä aikana. OTU on myös pilotoinut opettajille suunnattua TCM -ohjelmaa Suomessa vuosina 2010-2012. Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmää on menetelmänä käytetty eri puolilla Suomea tukitoimena esimerkiksi perheneuvoloissa ja lastensuojelussa. Kokemukset vanhemmuusryhmistä ovat olleet lupaavia, mutta niiden levittämisen ja juurruttamistyö on edelleen kesken. Kasvun eväät - projekti suunnattiin menetelmien ylläpitoon ja vakiinnuttamiseen, koordinointiin ja koulutustyöhön ja siihen saatiin rahoitusta RAY:ltä kolmeksi vuodeksi. (Kasvun eväät - projekti (2013-2015) 2016.)

Nurmijärven kunnassa on aloitettu Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmien ohjaaminen vuonna 2013. Ryhmiä on kaikkiaan kunnassa ohjattu vuoden 2016 loppuun mennessä seitsemän. Ryhmänohjaajiksi kunnasta koulutettiin vuonna 2012 yhteensä viisi ohjaajaa. Kolme ohjaajista oli perheneuvolasta, yksi perhetyöstä ja yksi oli neuvolan psykiatrinen sairaanhoitaja. Tämän jälkeen on ohjaajia koulutettu lisää myöhempinä vuosina, yksi perhetyöhön ja yksi perheneuvolaan. Ajatuksena ja tavoitteena on, että ryhmiä ohjataan moniammatillisesti eri työyhteisöjen työntekijäpareina. Ryhmien aloittamiseen vaikutti suuresti HUS lastenpsykiatrian hoitopolku, jossa suosituksena on järjestää kunnan peruspalveluissa Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmiä.

Kunta työnantajana maksoi ryhmänohjaaja koulutukseen osallistuvien työntekijöiden koulutusmaksut. Ryhmän ohjaamiseen tarvitaan erillinen lisensoitu materiaali, joka tilattiin Yhdysvalloista ja kustannuksiltaan se oli melko kallis, yli tuhat euroa pienten lasten ryhmään ja 800 euroa kouluikäisten ryhmään. Jokaiseen ohjattuun ryhmäkertaan suunnitteluineen menee työntekijöiden työaika noin 1-2 päivää viikosta ja ryhmäkertoihin panostetaan tarjoiluun ja materiaaleihin. Taloudelliset kustannukset nousevat jokaista ryhmäkokonaisuutta kohden melko korkeiksi. Ryhmätoimintaa varten on oma erillinen budjetti, joka on osa ennaltaehkäisevän työn budjettia. Budjetista maksetaan itse ryhmätoimintaan liittyvät kustannukset. Koulutus-kustannuksista vastaa jokaisen ryhmänohjaajan oma yksikkö omasta budjetistaan.

### 3 Vanhemmuuden monet haasteet

Tässä luvussa kerron teorian valossa vanhemmuudesta sen eri näkökulmista. Kerron vanhemmuudesta käsitteenä, isänä ja äitinä. Kerron lapsen uhmakkuus- ja käytöshäiriöistä ja vanhemmuudesta tällaisen lapsen vanhempana. Tarkastelen vanhemmuutta erilaisten kasvatus-tehtävien ja roolien näkökulmasta sekä yhteiskunnallisesta näkökulmasta. Kirjoitan myös ekokulttuurisesta teoriasta.

#### 3.1 Vanhemmuus

Vanhemmuus on erityinen ihmissuhde, joka on inhimillistä kasvua ja kypsymistä tuottava suhde. Vanhemmuus ei ole vain aikuisen rooli tai ominaisuus eikä joukko tehtäviä, joita aikuinen vanhemmaksi tullessaan ottaa vastuulleen. Se ei myöskään ole aikuisen oikeus tai velvollisuus, vaan ennen kaikkea lapsen ja aikuisen välinen ihmissuhde. Vain lapsi ja lapsen läsnäolo antavat mahdollisuuden olla vanhempi, sillä ilman lasta ei ole vanhemmuutta olemassa. (Tamminen 2004, 69.) Tullessaan äidiksi, nainen ei ole koskaan sama kuin ennen ja myöskään mies ei ole entisensä tultuaan isäksi. Esikoisen synnyttyä he tietävät, millaista on silloin, kun joku on heistä täysin riippuvainen. Siitä alkaa merkillinen ja suloisen kipeä matka. Se päättyy vasta, kun ummistaa silmänsä viimeisen kerran, sillä äitiyden tai isyyden sopimusta ei voi ikinä sanoa irti. (Sinkkonen 2008, 13.)

Vanhemmuus on elinikäinen ja keskeneräinen prosessi, joka syntyy lapsen ja vanhemman välisessä vastavuoroisessa vuorovaikutuksessa. Ymmärrys omasta äitiydestä tai isyydestä vaatii aikaa ja se kasvaa yhteisistä kokemuksista lapsen kanssa arjessa eläen ja vanhemmuutta yhdessä jakaen. Vanhempien keskinäinen ja lapsen sekä vanhempien välinen rakkaus vahvistaa ja ravitsee vanhemmuuden tilaa antaen kummallekin vanhemmalle voimia ja kärsivällisyyttä toimia lasta kohtaan rakastavasti myös haastavissa tilanteissa. Vanhemmuus on sitä, että näkee lapsen, tunnistaa hänen erilaiset tunteensa, tarpeensa ja viestinsä, vastaa niihin auttaen lasta tunnistamaan ja säätelemään niitä ja ottaa huomioon lapsen ja hänen tarpeensa. Vanhemmuus on tahtoa olla lapsen käytettävissä tunneperäisesti. (Rytönen & Rönkkö 2010, 124.)

Vanhemmaksi tuloon ei tarvita lupaa. Vanhempi joutuu itse selvittämään sen, millainen vanhempi hän haluaa olla. Toisinaan on helppo syyttää olosuhteita siitä, millaiseksi vanhemmaksi tulee. Vanhempi voi miettiä haluaako olla enemmän uraäiti tai uraisä kuin pullantuoksuinen kotiäiti tai haavaan puhaltava koti-isä. Myös ympäristö vaikuttaa vahvasti tai lamaannuttavasti meihin. Kasvatuksessa kannustus on yhtä tärkeää kuin hyvien lähtökohtien antaminen. Jos sosiaalinen tuki puuttuu eikä ole välineitä elämästä selviämiseen, niin silloin ihminen ei pysty kehittymään niin hyväksi kuin hänet olisi luotu, etenkin jos ympäristö on virikeköyhä. (Viljamaa 2014, 45-46.)

Vanhemmuus on haasteellinen tehtävä ja siihen pitää kasvaa. Vanhemmuus ei toteudu itsestään eikä siihen synnytä valmiina. Onnistumiseen vanhempana vaaditaan paneutumista ja vanhemmuuden tehtävän arvostamista. Vanhemmuus vaatii tukea niin kumppanilta kuin lähipiiriltäkin. Tuki auttaa vanhempaa toimimaan hyvänä ja tasapainoisena mallina lapselleen antamaan parhaat mahdolliset lähtökohdat lapsen tulevalle elämälle. Vastuulliseen vanhemmuuteen kuuluu halu sitoutua lapsen tukemiseen kaikissa kehitysvaiheissa vauvasta aikuisuuteen. (Kaimola 2005, 14-15.) Vanhemmuus on yksi vaikeimmista aikuisen vastaanottamista työtehtävistä, mutta todennäköisesti se, johon saa vähiten koulutusta ja valmistelua. (Webster-Stratton 2010, 17.)

Lapsen vanhemmuus ei ole aina yksiselitteinen asia, sillä vanhemmuus voidaan jakaa neljään eri vanhemmuuden luokkaan. Nämä ovat biologinen, juridinen, psyykinen ja sosiaalinen vanhemmuus. Biologinen vanhemmuus tarkoittaa sitä, että siirtää geeniperimänsä lapselle. Psyykinen vanhemmuus on sitä, jossa lapsi kokee tunnetasolla aikuisen vanhemmakseen. Sosiaalinen vanhemmuus tarkoittaa sellaista vanhempaa, joka huolehtii lapseen liittyvistä käytännön asioista. Juridinen vanhemmuus on lähtökohtaisesti sama asia kuin biologinen vanhemmuus ja siitä käytetään käsitettä huoltajuus. (Kurvinen, Neuvonen, Sivén, Vartiainen, Vihunen & Vilén 2006, 86.)

### 3.2 Lapsuusiän uhmakkuus ja käytöshäiriöt

Lasten kasvattaminen etenkin kolmen ja kahdeksan ikävuoden välillä voi olla vaikeaa aikaa, niin lapsille kuin vanhemmille. Tuo ajanjakso on lapselle suurta muutosten aikaa. Lapsi siirtyy maailmasta, jossa fantasia ja todellisuus sekoittuvat, maailmaan jossa kaikki on konkreettista. (Webster-Stratton 2010, 17.) Lapsen kehityksessä vaihtelevat suvantokohdat ja myrskyt. On tärkeää, että näitä molempia vaiheita on lapsen kehityksessä. Vanhempien voisi olla vaikeaa kestää, jos kaikki olisi yhtäjaksoista myrskyä, mutta toisaalta pelkässä suvantovaiheessa olemisen ei veisi lapsen kehitystä eteenpäin. Kuuhuntaa esiintyy eniten uhmaiässä ja murrosikässä. Näiden ikävaiheiden lisäksi erityisesti kuusivuotiaat voivat muistuttaa murrosikäistä mienikoossa. Kaikissa näissä ikävaiheissa yhteistä on se, että jokin jakso on päättymässä ja uusi

alkamassa. Kumpikaan uusi ikäjakso ei ole vielä vakiintunut, jolloin mieli ailahtelee ja psyyke etsii tasapainoista tilaa. (Sinkkonen 2008, 182.)

Ikävaihe kolme vuotiaasta aina kahdeksan vuotiaaksi asti voi aiheuttaa lapselle ristiriitaisuutta. Lapset kokeilevat ympäristönsä rajoja saadakseen selville sen, mitä saa ja mitä ei saa tehdä. Tämän ristiriitaisuuden seurauksena lapset saavat kiukkukohtauksia, marisevat ja käyttäytyvät huonosti, erityisesti jos eivät saa omaa tahtoaan läpi. He voivat jopa valehdella saadakseen huomiota tai vastaavasti lapsi voi vetäytyä ja vältellä tilanteita, jotka pelottavat. Vanhemmille nämä reaktiot voivat olla yllättäviä ja vaikeita käsitellä. Vanhempi voi tuntea menettävänsä hallinnan ja tuntea suuttumusta. Vanhempi usein miettii, kuinka paljon lapsi tarvitsee kuria ja silmälläpitoa suhteessa siihen, kuinka paljon vapautta lapsi tarvitsee. (Webster-Stratton 2010, 17.)

Kaikki lapset ovat välillä uhmakkaita ja se onkin osa normaalia kehitystä erityisesti 2-3 vuoden ja 6-vuoden iässä. Arjen stressi ja erilaiset kuormitustekijät voivat lisätä lapsen haastavaa käyttäytymistä. Mikä tahansa käyttäytymisen ongelma ei ole kuitenkaan vielä uhmakkuus- tai käytöshäiriö, vaikka ne ovatkin yleisimpiä lastenpsykiatrisia häiriöitä. Niiden esiintyvyys on noin 5-10 prosentilla lapsista ja häiriöt ovat yleisempiä pojilla kuin tytöillä. Käytöshäiriölle tyypillistä on tottelematon, uhmakas ja vihamielinen käytös, joka vaikeuttaa sujuvuutta arjessa. Usein oirekuvaan liittyy impulsiivisuus ja puutteellinen omatunto sekä heikko empatiakyky. Tyypillisimpiä ilmenemismuotoja ovat esimerkiksi sääntöjen rikkominen, taipumus ajautua riitoihin aikuisten tai ikätovereidensä kanssa, valehtelu ja kiusaaminen sekä fyysinen ja sanallinen aggressio. (Käyttäytymisen häiriöt 2016.)

Uhmakkuushäiriö ilmenee pääasiassa alle 10-vuotiaalla lapsilla ja sille tyypillistä on haastava käytös suhteessa läheisiin aikuisiin tai muihin lapsiin. Uhmakkuus- ja käytöshäiriöitä ei voida selittää millään yksittäisellä tekijällä, sillä taustalta löytyy usein perinnöllisiä tekijöitä, yksilöllistä alttiutta ja ympäristöön liittyviä riskitekijöitä. Jos uhmakas käytös on niin vakavaa, että se alkaa pysyvämmin haitata perhe-elämää tai lapsen pärjäämistä kavereiden kanssa, on tilannetta syytä arvioida tarkemmin. Uhmakkuus- tai käytöshäiriödiagnoosin asettaminen vaatii huolellista diagnostista arviota, jonka voi asettaa lastenpsykiatrisia perehtynyt lääkäri. Lääkärin asettaessa diagnoosia, tulee myös WHO:n kehittämän ICD-10 tautiluokituksen mukaiset kriteerit täytyä. Oireiden tulee olla pitkäkestoisia ja selvästi ikätasoon nähden poikkeavia haitaten lapsen arkea tai ympäristöä. (Käyttäytymisen häiriöt 2016.)

Moniammatillisella ja varhaisella ongelmiin puuttumisella voidaan vaikuttaa käytöksen ongelmiin. Lapset hyötyvät sellaisesta työskentelystä ja hoidosta, jossa pyritään tukemaan myönteisiä vanhemmuuden käytäntöjä arjessa. Työskentely- ja hoitomuodoista ensisijaisia ovat perhekeskeiset psykososiaaliset hoitomuodot joissa tulisi huomioida kaikki ne ympäristöt,

missä oireita esiintyy. Käytöshäiriöiden hoitoon on olemassa useita vaikuttavaksi osoitettuja perheinterventioita, sillä arki käytöshäiriöisen lapsen kanssa voi olla haastavaa ja tällöin vanhemmat tarvitsevat tukea ja ymmärrystä. Vanhemmat voivat auttaa lasta esimerkiksi antamalla lapselle paljon positiivista palautetta oikeanlaisesta käytöksestä aina kun mahdollista ja auttamalla lasta löytämään uusia toimintamalleja vaikeissa tilanteissa. Vanhempien tulee asettaa ikätasolle sopivia rajoja ja pyrkiä noudattamaan niitä aina samalla tavalla ja johdonmukaisesti. (Käyttäytymisen häiriöt 2016.)

### 3.3 Vanhemmuuden tehtävät ja yhteiskunnan odotukset

Jatkuva kiire ja työpaineet, parisuhteen kriisi ja lasten yö heräämiset. Onnellinen pariskunta, jolla on kaksi hyväntuulista kauniisti puettua lasta ja he asuvat omakotitalossa, jonka pihalla on farmariauto. Näin näyttäytyy lapsiperheiden elämä julkisissa keskusteluissa kahden ääri-tyyppin kautta joko ruuhkavuosien kanssa kamppailevana tai sitten idyllisesti onnellisena. Perheen arki, kaikille ihmisille niin tuttu, että sen sisällä tapahtuvat asiat ja ilmiöt tuntuvat itsestään selviltä. Kielikuvat, kuten ”arjen rumba”, ”hässäkät” ja ”hulabaloo”, kertovat osaltaan siitä, millaista on pikkulapsiperheen arki. Ominaista sille on se, että tietyt asiat ja rutinit toistuvat päivästä ja viikosta toiseen hyvin samanlaisina. Elämää rytmittävät vanhempien työajat ja sen myötä lasten hoitoajat. Myös päivärytmin muotoutuminen, kuten ruokailu- ja nukkumaanmenoajat rytmittävät päivää. Joka päivä ympäristöistä, joissa toimitaan, kulkeutuu vaikutteita perheeseen. Toisaalta myös perheestä viedään vaikutteita kodin ulkopuolelle. Perhesysteemissä tapahtuu koko ajan jotakin, se on jatkuvassa liikkeessä. (Lämsä, Malinen & Rönkä 2009, 11-12)

Vanhempana olemisessa tärkeää on mahdollistaa vastavuoroinen kiintymys. Vanhemman tulee kiinnittyä lapseensa emotionaalisesti ja toiminnallisesti sitoutuen toimimaan elinikäisesti vanhempana juuri omalle lapselleen. Vastavuoraisuus edellyttää sitä, että vanhempi ottaa vastaan lapsen kiintymyksen häneen. Vastavuoroinen vanhempi kokee iloa ja onnea aidosti oman lapsensa rakkaudesta. Vanhempi saa tyydytystä kiintymyksestä, siitä jolla lapsi on riippuvainen hänestä. (Tamminen 2004, 74,76.) Syntymästään lähtien jokainen lapsi on erilainen ja tarvitsee erilaista vanhemmuutta. Ei ole olemassa mitään yleispätevää toimintamallia lasten kasvattamiseen, vaan jokaiseen lapseen on tutustuttava yksilönä huomioiden juuri hänen omat tarpeensa ja voimavaransa. (Kurvinen ym. 2006, 86.)

Jokainen vanhempi pohtii mielessään, onko hän riittävän hyvä vanhempi. On tärkeää joskus pysähtyä miettimään omaa vanhemmuuttaan ja sitä, minkälainen on itse kasvattajana tai minkälaisin kasvatusperiaattein lasta kasvattaa. Olennaista vanhemmuudessa on välittää aidosti lapsestaan ja kuunnella hänen tarpeitaan ja toiveitaan. Vanhemman tehtävänä on auttaa lasta jäsentämään omaa toimintaympäristöään ennakoimalla asioita, kuten ylläpitämällä päivärytmiä ja kertomalla lapselle tulevista muutoksista ja uusista asioista. Vanhemman tulee

luoda lapselle turvallisuutta pysyvyydellä ja sillä, että lapsi tietää vanhemman olevan mukana hänen arkipäivän tilanteissaan jakamassa niitä kanssaan. Vanhemman tehtävänä on tunnistaa lapsen tunteita ja tarvittaessa sanoittaa tunteita lapselleen. Lapsella tulee olla mahdollisuus ilmaista sekä positiivisia että negatiivisia tunteitaan. Lapsi kaipaa kosketusta ja syliä ja vanhemman tehtävänä on sitä lapselle antaa. Lapsi tulee aina huomioida ikätasoisien kehityksensä mukaan asetettaessa hänelle odotuksia tai vaatimuksia. (Kurvinen ym. 102-104.)

Lapsi tarvitsee vanhemmiltaan säännöt, rajat, kontrollin ja kurin. Lapsen kyky kontrolloida ja hallita itseään sekä omaa käytöstään ja toimintaansa kasvaa hitaasti. Lapsen ikä, ominaisuudet, tilanteet ja vanhempien kasvatustavoitteet määrittelevät sen, minkälaisia rajoja ja sääntöjä lapsi milloinkin tarvitsee. Jotta lapsen kasvu ja kehitys menevät eteenpäin, tulee lapselle asettaa yksilölliset ja tilannekohtaisesti hänelle sopivat rajat. Rajoittamistilanteiden edellytyksenä on, että aikuinen tuntee riittävästi sekä lasta että meneillään olevaa tilannetta. (Tamminen 2004, 95-97.) Lapsi tarvitsee vanhemmaltaan neuvoja enemmän kuin kieltoja. Lapsen on tärkeää oppia sanan ”ei” merkitys. Kuitenkin tärkeämpää on lapsen ymmärtää se, mitä häneltä odotetaan ja miten hänen odotetaan käyttäytyvän. Positiivisten asioiden ja käytöksen huomioiminen ja kannustaminen ovat myös tärkeitä asioita vanhemman toiminnassa. (Kurvinen ym. 2006, 105.)

Suomalainen hyvinvointi on yleisesti katsoen viime vuosikymmeninä parantunut entisestään. Väestöryhmien välillä ovat hyvinvointierot kuitenkin kasvaneet, tuloerot ovat suurempia ja köyhyys on yleistynyt. Parempituloisten ja koulutettujen terveydentila on parempi kuin vähän koulutetuilla ja pienituloisilla. Nämä hyvinvointierot näkyvät lapsiperheiden elämässä. Tästä huolimatta enemmistö suomalaisista lapsista voi hyvin pahoinvoinnin kasautuessa vain hyvin pienelle vähemmistölle. Suomalaisen perhepolitiikan linjaukset ovat pysyneet lähes samoina viime vuosikymmenen ajan ja sen tavoitteena on turvata vanhemmille mahdollisuudet perheen perustamiseen ja lasten kasvattamiseen niin aineellisesti kuin henkisesti. Tämän myötä tavoitteena on luoda lapsille turvallinen kasvuympäristö. (Karvonen & Lammi-Taskula 2014, 13-14.)

Kehityspsykologi Bronfenbrenner (1917-2006) kehitti bioekologisen mallin kuvaamaan perheen merkitystä ihmisen kehityksessä. Tämän mallin ydinajatus on se, että yksilön myönteinen kehitys riippuu siitä ympäristöstä, jossa hän elää ja jonka kanssa hän on vuorovaikutuksessa. Perhe muodostaa hyvin keskeisesti tärkeän osan tästä ympäristöstä, mutta se ei ole ainoa tekijä, vaan tuo ympäristö koostuu monista sisäkkäisistä rakenteista. Nuo rakenteet ovat vuorovaikutuksessa keskenään ja jokainen rakenne vaikuttaa omalla tavallaan yksilöön, vaikka se ei olisi yksilöä itseä koskettava asia. Esimerkiksi sosiaaliset rakenteet, kuten vanhempien työpaikka, vaikuttaa lapseen. (Hurme 2014, 60-63.) Lapsen hyvinvointiin vaikuttaa keskeisesti

hänen kasvuympäristönsä. Vaikka koti onkin lapsen keskeisin kasvuympäristö, on myös esimerkiksi päiväkotia hyvin keskeisessä kehitysroolissa. Jokainen perhe rakentaa omat arkiset käytännöt tarpeidensa ja mahdollisuuksiensa mukaan. Perheen arki linkittyy väistämättä oman asuinympäristön tarjoamaan toimintaan. (Määttä & Rantala 2010, 68.)

Työ ja perhe ovat ihmisen elämässä keskeisiä hyvinvoinnin osatekijöitä ja tärkeitä asioita. Vuonna 2012 tehty lapsiperheiden hyvinvointikysely kuitenkin kertoo, että työssäkäyvät pikkulapsiperheiden vanhemmat kokivat, että heidän työnsä takia jää aikaa olla lasten kanssa liian vähän. Pikkulapsiperheiden vanhemmat kokivat ajanpuutetta myös suhteessa puolisoon. Lähes puolet vastanneista vanhemmista olivat huolissaan omasta jaksamisestaan äitinä tai isänä. (Lammi-Taskula & Salmi 2014, 38,41.) Perheen molempien vanhempien ollessa arkisin töissä, ei kotitöille tai vapaa-ajalle jää juurikaan aikaa. Tänä päivänä vapaa-ajalle on kuitenkin tarjolla monenlaisia aktiviteetteja ja viikonloppua voikin kodin sijaan viettää erilaisissa tapahtumissa tai harrastuksissa. Ajankäyttö on syklistä ja elämää suunnitellaan pitkälle eteenpäin. Muutokset työelämässä näkyvät siinä, että etätöiden mahdollisuus voi joskus sekoittaa työajan ja vapaa-ajan hämärtäen näiden rajan. (Ylikännö 2014, 136-137.)

#### 4 Ihmeelliset vuodet

Tässä luvussa kerron Ihmeelliset vuodet -menetelmästä. Kerron vertaisryhmätoiminnasta yleisesti ja kuvaan Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän sisältöä ja sen toimintaa. Kerron Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmien ohjaamisesta Nurmijärvellä. Esittelen Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmätoiminnasta aiemmin tehtyjä tutkimuksia ja selvityksiä muualla maailmassa.

##### 4.1 Ihmeelliset vuodet -menetelmä

Ihmeelliset vuodet -menetelmä perustuu Amerikassa Washingtonin yliopiston Vanhemmuusklinikalla tehtyyn tutkimustyöhön. Työtä on tehty viimeisten reilun 25 vuoden ajan yhteistyössä yli 3000 vanhemman kanssa opiskellen ja ohjaten kasvatusohjelmia. Näillä vanhemmilla on ollut 3-8-vuotiaita käytösongelmaisia lapsia. Tämän tutkimustyön päällimmäisenä tarkoituksena on ollut suunnitella tehokkaita hoito-ohjelmia perheiden avuksi, joissa pienet lapset ovat vaikeasti hallittavia. Tutkimustyön tuloksena on voitu kerätä kaikkein tehokkaimmat kasvatusmenetelmät ja sen pohjalta on muun muassa kirjoitettu kirja ”Ihmeelliset vuodet ongelmanratkaisupuos 2-8-vuotiaiden lasten vanhemmille”. (Webster-Stratton 2010, 22-23.) Tutkimustulosten valossa on kehitetty erilaisia Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmätoimintoja, niiden sisältöä sekä materiaaleja. Tutkimuksissa on noussut esille menetelmän vaikuttavuus niin omaan vanhemmuuteen, lapsen käyttäytymiseen kuin parisuhteeseenkin.



Vanhempien ja lasten ohjelma, BASIC leikki-ikäisten -ohjelma 1-4, on käytännöllinen ja monipuolinen ohjelma. Sitä voidaan käyttää, kun halutaan opettaa tehokkaita lapsen johtamisen taitoja erilaisille osallistujille. Alun perin ohjelma on suunniteltu opettamaan vanhempia, kuinka edistää lapsen myönteistä käytöstä ja antaa vanhemmille tehokkaita tekniikoita käsitellä yleisimpiä käyttäytymisen ongelmia. Tätä ohjelmaa voidaan myös käyttää ehkäisevänä ohjelmalla auttamaan vanhempia välttämään lapsen käytösongelmia varhaisessa vaiheessa. Ohjelmaa voidaan käyttää kohdennetulle väestölle, kuten vanhemmille, joilla on riski kohdella kaltoin lastaan omien lapsuuden kokemusten vuoksi, tai joilla on vähäiset sosiaaliset tukiverkostot. Tutkimusten mukaan ohjelmasta hyötyvät kuitenkin kaikki vanhemmat kaikista sosiaalisista ja ekonomisista luokista. (Webster-Stratton 2008, 14-15.)

Leikki-ikäisten -ohjelmalla on sekä pitkäkestoiset että lyhyen aikavälin tavoitteet ja odotukset. Pitkän aikavälin tavoitteena on ensinnäkin parantaa heikkoa pitkäaikaista ennustetta lapsille, joilla on käytöshäiriöitä tunnistamalla ne ja puuttamalla niihin sekä tukemalla perheitä, joissa on käytöshäiriöisiä lapsia. Toiseksi on tärkeää kehittää kustannustehokkaita ehkäiseviä ohjelmia ja hyödyntää niitä perheissä, joissa on pieniä lapsia ennaltaehkäisemään vakavien käytöshäiriöiden kehittymistä. Lyhyen aikavälin tavoitteita ohjelmalle ovat lapsen kannalta edistää hänen sosiaalisia taitojaan ja tunteiden sanoittamista, lisätä ongelmanratkaisutaitoja ja tehokkaita vihanhallinnan menetelmiä. Tavoitteena on myös vahvistaa lapsen empatiakykyä ja vähentää lapsen aggressiivista käyttäytymistä, johon liittyy käyttäytymisen ongelmia. Tällaisia ongelmia voivat olla tottelemattomuus, kiusaaminen ja valehteleminen. Lisäksi tavoitteena on edistää lapsen oppimisen taitoja ja kouluvalmiutta. (Webster-Stratton 2008, 13.)

Leikki-ikäisten -ohjelman tavoitteena vanhemman kannalta ja perheen vahvistamiseksi on lisätä vanhemman positiivista suhdetta ja sidettä lapseen leikin avulla sekä lisätä vanhemman ymmärrystä lapsen temperamentin ja normaalin kehityksen merkityksestä kannustaen kehittämään sopivia odotuksia lapselle. Tavoitteena on myös lisätä vanhempien positiivisia kommunikointitaitoja käyttämällä ohjaamista, kehumista ja positiivisen palautteen antamista lapselle välttämällä kritiikkiä ja turhia komentoja. Lisäksi tavoitteena on lisätä vanhempien kykyä asettaa rajoja käyttämällä väkivallattomia rangaistuksia ja edistämällä positiivisia menetelmiä, kuten huomiotta jättämistä, loogisten seuraamusten käyttämistä, uudelleen ohjaamista sekä kehittämällä lapsen ongelmanratkaisu- ja empatiataitoja. Toiveena on, että nämä keinot lisäävät vanhemman ymmärrystä, miten asettaa ennakoitavat rutiinit edistämään lapsen vastuullista käyttäytymistä ja seurata lapsen onnistumista hyvässä käytöksessä, sekä tukea vanhemman ongelmanratkaisutaitoja ja vihanhallintaa. (Webster-Stratton 2008, 13.)

#### 4.2 Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmä

Tarve osallistua ryhmätoimintaan nousee yleensä siitä, että ryhmässä usein välitetään ja huolehditaan toisista, tullaan kuulluksi ja jaetaan kokemuksia. Tuo tarve korostuu erityisesti silloin, kun oma sosiaalinen verkosto ei anna voimaantumisen kokemusta käsillä olevaan elämäntilanteeseen. Turvallisessa ryhmätilanteessa voi kertoa omia henkilökohtaisia asioita, joita ei muualla uskaltaisi tai haluaisi tuoda esiin. Ryhmässä muiden hyväksyntä ja ymmärrys auttavat vapautumaan mahdollisista syyllisyyden tai häpeän tunteista. Ryhmässä on yleensä sisältöön liittyvissä asioissa eri vaiheissa olevia jäseniä. Oleellista on, että muiden jakamat kokemukset asioiden etenemisestä tai muutoksista luovat ryhmän jäsenille toivoa. Silloin, kun ryhmäläisiä yhdistää sama ongelma tai tavoite, normaaliuuden tunne korostuu. Ryhmän jäsen kokee, ettei ole ainut, joka yrittää selviytyä kyseessä olevan asian kanssa. Arkipäivän vuorovaikutuksessa ongelmia voidaan vähätellä, mutta tilanteessa, jossa kaikkia kiinnostaa tai koskettaa sama asia, koetaan tulevan helpommin ymmärretyksi ja kuulluksi. Ryhmässä voi peilata näkemyksiään niin itsestään kuin myös vuorovaikutustaidoistaan. Siellä voi oppia muilta, miten muut toimisivat samassa tilanteessa mallin ja erilaisten rooliharjoitusten avulla. (Ekström, Leppämäki & Vilén 2008, 277-278.)

Toimiminen ryhmässä voi jo sinänsä olla palkitsevaa, mutta ryhmän toiminnan tarkoitus on herättää ryhmän jäsenten välille sellaista keskustelua, joka antaisi uusia ajatuksia ja näkemyksiä. (Ekström, ym. 2008, 267-270.) Ryhmässä olevilla on tietoa ja kokemuksia jaettavana aina enemmän, kuin kahden kesken käydyissä keskusteluissa ja erityisesti kokemusperäinen tieto on tärkeää. Vaikka ryhmänohjaajan tulee olla perehtynyt keskusteluaiheeseen hyvin, ei hänen tarvitse olla ainoa asiantuntija aiheeseen liittyen. Ryhmäläiset tuovat oman asiantuntijuutensa esiin, joka koostuu niin omista kokemuksista kuin hankitusta tiedosta. (Ekström ym. 2008, 276-277.)

Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmät perustuvat vakiintuneisiin sosiaalisten taitojen oppimisen periaatteisiin, jotka kuvaavat mallioppimisen merkitystä ja opettavat kuinka sitä voidaan muuttaa. Lähestymistavan yksinkertaisena ydinideana on, että ihmiset voivat muuttua päivittäisen vuorovaikutuksen avulla. Yksi keskeinen vaikuttavuuden tekijä tässä on se, että lapsen käyttäytyessä huonosti on yhtä tärkeää muuttaa vanhemman käytöstä kuin lapsen. Tämä lähestymistapa ei oleta, että lapsi olisi aina väärässä tai että vanhempi olisi kyvytön toimimaan vanhempana. Enemmän painopiste on auttaa vanhempien vuorovaikutusta lapsiaan kohtaan muuttamaan positiiviseksi ja vastaamaan lapsen erityiseen käyttäytymiseen. (Webster-Stratton 2008, 12.)

Leikki-ikäisten lasten vanhempien koulutusohjelma on ryhmämuotoinen. Se kestää pisimmillään noin 18 viikkoa ja ryhmään voidaan ottaa kerrallaan 10 - 14 osallistujaa. Yhden ryhmä-

kerran kesto on kaksi tuntia. Ryhmissä käytetään useita oppimisen menetelmiä ryhmän ohjaustilanteissa. Ryhmän ohjelma jakaantuu neljään erilaiseen ohjelmaan ja vaiheeseen. Näitä ovat leikki, kehuminen ja palkitseminen, positiivinen kuri ja tehokas rajojen asettaminen sekä huonon käytöksen käsitteleminen. Ryhmässä käsiteltävät asiat etenevät järjestyksessä. Jokainen sisällönosa ohjelman sisällä perustuu edelliseen aiheeseen ja rakentaa seuraavaa. On siis tärkeää varmistaa, että osallistujat oppivat vanhemman ja lapsen vuorovaikutustaitoja kahdessa ensimmäisessä ohjelmassa ennen siirtymistä käyttäytymisen hallintaa koskeviin lähestymistapoihin. Nämä osiot on rakennettu kuviossa 2 olevaan vanhemmuuspyramidiin, jonka avulla ryhmän ohjelmaa viedään eteenpäin. (Webster-Stratton 2008, 15-16.)



Kuvio 2: Vanhemmuuspyramidi (Webster-Strarron 2010, 24.)

Kuviossa 2 näkyvän pyramidin alaosassa keskitytään rakentamaan perustuksia ja opetellaan sellaisia lähestymistapoja kasvatukseen, jotka luovat vahvan siteen ja vuorovaikutuksen vanhemman ja lapsen välille. On tärkeää huomata, että pyramidin alemmilla tasoilla olevat taidot ovat niitä menetelmiä, joita useimmin käytetään lapsen kasvattamisessa. Pyramidissa on

kuvattuna keltaisella pohjalla vanhemman taidot ja strategiat. Värikkäällä pohjalla näkyvät hyödyt lapselle vanhemman toteuttaessa näitä taitoja ja strategioita. (Webster-Stratton 2010, 23-24.)

Ryhmän toimintaa johtaa ryhmänohjaaja. Hän auttaa ryhmää työskentelemään ryhmän tarkoituksen mukaisesti. Ohjaajan työtehtävään kuuluu huolehtia ryhmästä monin tavoin, kuten ohjaamalla keskustelua tai harjoitteita, toiminnallisesti tai harjoituksia teettämällä. Ryhmää muodostettaessa on tärkeää pohtia ryhmän tarkoitus ja toteuttamisen ehdot. Pienryhmä voi olla auttamisvälineenä tehokas, jos sen suunnittelussa on huomioitu ryhmäkonteksti, jäsenet sekä hyödyllinen ohjaustapa. Ryhmän ohjaajan on tärkeää huomioida oma virittäytymisensä ryhmän ohjaamiseen, päästä niin sanottuun valppauden ja spontaanisuuden tilaan. (Niemistö 2012, 67-79.)

Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmiä voivat ohjata vain siihen koulutuksen saaneet ohjaajat. Ohjaajat eivät toimi ryhmässä asiantuntijoina, vaan rinnalla kulkijoina yhdistäen ohjaajien ammattitaidon ja vanhempien tuntemuksen omista lapsistaan. Ohjaajilla on käytössään ryhmänohjaajan manuaali, joka sisältää kaiken tarvittavan materiaalin ohjaamiseen. Sieltä löytyvät ryhmäkertojen ohjelmat ja tarkistuslistat ohjaajille, vanhemmille jaettava materiaali, videomateriaali, kotitehtävät ja palautelomakkeet. Jokainen ryhmäkerta käsittelee omaa aihetta tai teemaa ja niiden käsittelemiseen käytetään monia eri menetelmiä. Näitä ovat videoilta erilaisten kasvatuksellisten tilanteiden katsominen ja niistä keskusteleminen, mallintaminen, ryhmäkeskustelut ja toimintojen harjoittelu ryhmäkerroilla. Vanhemmille annetaan kotitehtäviä ja he lukevat Ihmeelliset vuodet -kirjaa ja muuta materiaalia. He täyttävät oman toiminnan ohjauksen seuraamisen ja tavoitteiden asettamisen lomaketta. Yksi tärkeä menetelmä on ohjaajien antama tuki ja kannustaminen sekä vanhempien palkitseminen ja kehuminen. (Webster-Stratton 2008, 16-21.)

#### 4.3 Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmien toteuttaminen Nurmijärvellä

Nurmijärvellä Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmiä ohjataan monialaisesti perheneuvolan ja perhetyön yhteistyönä. Ryhmää ohjaa aina kaksi koulutettua työntekijää, yksi kummastakin yksiköistä. Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmien ohjaaminen on linjattu Nurmijärven kunnan perhepalveluissa toteutettavaksi kaksi kertaa vuodessa siten, että syksyllä ohjataan ryhmää 3-6 vuotiaiden lasten vanhemmille ja keväisin 1-3 -luokkalaisten lasten vanhemmille. Ryhmistä tiedottaminen on tärkeä osa työtä ja siinä yhteistyötahot kunnan sisällä ovat tärkeässä roolissa. Ryhmistä on tehty esitteet, joita voi jakaa ryhmistä kiinnostuneille ja tarvitseville vanhemmille. Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmätoiminnan käynnistyessä vuonna 2013 toimintaa käytiin esittelemässä muun muassa sosiaalityöntekijöille, neuvolan työntekijöille ja koulukuraattoreille. Esittelyiden tarkoituksena oli jakaa tietoa työntekijöille Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmätoiminnan sisällöstä auttaakseen heitä markkinoimaan ryhmiä

eteenpäin vanhemmille. Tänä päivänä ryhmien markkinoinnissa tehdään yhteistyötä koko kunnan alueella ja yhteistyötahot ohjaavat perheitä ryhmiin.

Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmätoiminta on vakiintunut Nurmijärvellä siten, että pienten lasten vanhempien ryhmiä ohjataan 14 kertaa ja kestoltaan yksi ryhmäkerta on kaksi ja puoli tuntia. Kouluikäisten lasten vanhempien ryhmä kokoontuu 13 kertaa ja on kestoltaan myös kaksi ja puoli tuntia. Ryhmään valitaan keskimäärin kymmenen vanhempaa. Toiveena on, että ryhmään voisi osallistua samanaikaisesti perheen molemmat vanhemmat, jotta ryhmästä saatu hyöty olisi paras mahdollinen. Ryhmään voivat hakeutua vain Nurmijärvellä asuvat kuntalaiset. Ryhmään hakeutuneet vanhemmat valitaan haastatteluiden perusteella, hyvin matalalla kynnyksellä. Tärkein kriteeri ryhmään osallistumiselle on se, että vanhempi itse on motivoitunut ja sitoutunut osallistumaan Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän toimintaan ja hän kokee haasteita lapsen käyttäytymisessä ja sen hallitsemisessa.

Vanhemmat asettavat itselleen tavoitteet ryhmän alkaessa ja niiden toteutumista seurataan ryhmän edetessä. Ryhmissä tarjotaan vanhemmille välipala ja heidän edistymistään palkitaan muun muassa suklaalla ja tarroilla. He saavat laajan materiaalipaketin itselleen ryhmän päätyttyä. Materiaali pitää sisällään kotitehtäviä, jääkaappimuistilappuja, erilaisia taulukoita kuten tarrataulukon, kotityölistan ja kodin säännöt. Ryhmässä käydyt keskustelut kirjataan fläppi papereille ja ne ovat esillä jokaisella ryhmäkerralla niin, että niihin voidaan aina palata. Ryhmän päätyttyä, ohjaajat kirjoittavat fläppipapereiden tekstit puhtaaksi ja ne jaetaan ryhmäläisille muistoksi ryhmäkeskusteluista. Ohjaajat soittavat viikoittain puhelut ryhmäläisille ja näin antavat henkilökohtaista tukea ja ohjausta jokaiselle vanhemmalle. Ryhmäläiset soittavat keskenään sovitusti toisilleen kaverisoiittoja ryhmän ajan.

Ryhmistä kerätään palautetta ryhmäkohtaisesti. Jokaisen ryhmäkerran jälkeen vanhemmat antavat lyhyen palautteen ryhmäkerran sisällöstä. Ryhmän päättyessä he kirjaavat laajan palautteen koskien koko ryhmän sisältöä suhteessa omaan tarpeeseen ja oppimiseen. Näitä ryhmän päättymisen palautteita seurataan kunnan perhe- ja sosiaalipalveluiden johtoryhmässä. Palautteista tehdään ryhmäkohtaiset koosteet ja niitä voidaan verrata keskenään kaikkien Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän käyneiden vanhempien antamiin palautteisiin. Annettu palaute on ollut hyvin saman suuntaista kaikissa ryhmissä. Ryhmät on koettu tärkeiksi ja niistä on koettu saavan apua ja hyötyä omaan vanhemmuuteen.

Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmissä toteutetaan niin sanottu Boosteri-tapaaminen, jolloin vanhemmat kokoontuvat noin kolme kuukautta ryhmän päättymisen jälkeen vielä yhdelle ryhmäkerralle. Tuon tapaamisen tarkoitus on vaihtaa kuulumisia ja keskustella, mitä ennen ryhmän alkamista asetetuille omille tavoitteille vanhemmuudesta nyt kuuluu. Tässä tapaami-

nessa voidaan vielä palata ryhmän sisältöihin ja harjoitella vanhempien vaikeiksi tai haastaviksi kokemia asioita. Myös Boosteri-tapaamiselta kerätään palautetta. Palautteessa vanhempi kuvaa ryhmässä oppimiaan asioita, ajatuksia ja oivalluksia, joita on voinut omassa vanhemmuudessaan hyödyntää. Boosteri-tapaamiset järjestetään sekä pienten lasten että kouluikäisten lasten vanhemmille.

#### 4.4 Tutkimuksia Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmästä

Ihmeelliset vuodet -menetelmä perustuu kokonaisuudessaan tutkimukseen. Menetelmää ja sen vaikuttavuutta on tutkittu paljon Yhdysvalloissa, mutta Suomessa ei juurikaan. Psykologi Carolyn Webster-Stratton Yhdysvalloissa on luonut Ihmeelliset vuodet -menetelmän. Washingtonin yliopistolla vanhemmuuslinikalla tehdyn tutkimustyön lisäksi myös eri ammattilaisten, jotka työskentelevät myönteisen kasvatustavan tukemiseksi eri puolilla maailmaa, tekemä tutkimustyö on osoittanut sen, että lasten käyttäytymisen hallitseminen ja myönteisten suhteiden luominen heidän kanssaan on maailmanlaajuisesti hyvin samankaltaista. Huolimatta vanhempien vaihtelevista päämääristä lastensa suhteen, on havaittavissa se, että kulttuurirajojen ylittävää samankaltaisuutta on olemassa. Useimmat vanhemmat toivovat lapsilleen koulumenestystä, hyviä ystävyyssuhteita, onnellisuutta ja terveyttä sekä kunnioitusta vanhemmilleen. (Webster-Stratton 2010, 15.)

Walesissa on tehty tutkimus tammikuun 2003 ja maaliskuun 2005 välisenä aikana Webster-Strattonin Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusohjelman vaikuttavuudesta ja kustannustehokkuudesta. Tutkimuksessa oli mukana vanhempia, joiden lapsilla oli riski sairastua käytöshäiriöön. Tutkimus toteutettiin walesilaisessa yliopistossa ja siihen osallistui 153 samanlaisessa lähtötilanteessa, sosiaalisesti heikossa asemassa olevaa korkean riskin perhettä, joissa oli 3-4-vuotiaita lapsia. Perheistä 104 osallistui vanhemmuusryhmiin ja 49 perhettä oli samanaikaisesti jonnossa ryhmiin. Vanhemmuusryhmiin osallistui 12 vanhempaa. Ryhmäkertoja oli 12 ja kestoltaan yksi ryhmäkerta oli kaksi tuntia. Osallistuminen ryhmäkerroille oli hyvää, keskimääräinen osallistujaprosentti oli 83,5%. (Atherton 2007.)

Kahden erilaisen ryhmän seuranta ja vertailu osoittivat merkittäviä eroja intervention kannalta lapsen ja vanhemman toimintaan. Tulosten mukaan ne vanhemmat, jotka olivat mukana vanhemmuusryhmissä, olivat saaneet lisää vanhemmuuden taitoja, jotka heijastuivat positiiviseen vanhemmuuteen kriittisen vanhemmuuden sijaan. Tutkimus osoittaa, että ohjelmalla on ollut myönteinen vaikutus lapsen käyttäytymiseen. Lapsen yliaktiivinen ja epäsosiaalinen käytös oli vähentynyt ja itsehillintä lisääntynyt. Tutkimustulokset kertoivat myös sen, että ryhmä on hoitomuotona kustannustehokasta sellaisille lapsille, joilla on riski sairastua käytöshäiriöön. Walesissa tehty tutkimus osoittaa sen, että vanhemmuusryhmän ohjelma on todistetusti osoittautunut tehokkaaksi ennen kaikkea silloin, kun ohjelmaan sitoudutaan. Silloin ohjelma tarjoaa vastinetta rahalle, joka siihen sijoitetaan. (Atherton 2007.)

Portugalissa tehdyssä tutkimuksessa, joka on julkaistu vuonna 2014, on arvioitu Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän ohjelman tehokkuutta parantamaan myönteistä kasvatusta esikouluikäisten lasten uhmakkaaseen käytökseen. Tutkimukseen osallistui satunnaisesti valitut 83 perhettä, joista 44 osallistuivat Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmään ja 39 olivat jonotuslistalla. Perheiden edistymistä tutkittiin ryhmän perusaikataulun ja siitä kuluneen kuuden kuukauden kuluttua. Ensimmäisen kuuden kuukauden ajanjakson aikana havaittiin seuraavia muutoksia: Ihmeelliset vuodet -ryhmän toimintaan osallistuneiden äitien vanhemmuuden käyttäntöihin oli tullut positiivisuutta ja vanhemmuuden taidot olivat parantuneet huomattavasti enemmän kuin jonotuslistalla olevien äitien. Myös parisuhde oli parantunut ja lapsen käytös muuttunut. Samoja asioita seurattiin 12 kuukauden kuluttua. Edelleen Ihmeelliset vuodet ryhmätoimintaan osallistuneiden vanhempien tulokset olivat merkittäviä. Positiivinen vanhemmuus ja käytännöt sekä lapsen uhmakkaan käyttäytymisen väheneminen olivat edelleen nähtävissä. Tulokset osoittavat, että Ihmeelliset vuodet -ohjelma edistää positiivisia vanhemmuuden taitoja ja vähentää lasten uhmakasta käyttäytymistä. Tutkimuksen tulokset kertovat, että pitkän aikavälin vaikuttavuus on nähtävissä Ihmeelliset vuodet ryhmän käyneiden äitien toiminnassa. (Azevedo, Canavarro, Gaspar, Homem & Seabra-Santos 2014a.)

Portugalissa on tehty myös toinen tutkimus liittyen Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän toimintaan. Tämä tutkimus on julkaistu vuonna 2014. Tutkimuksen päätarkoituksena oli tarkastella lyhyen aikavälin vaikutuksia uhmakkaasti käyttäytyvien esikouluikäisten lasten isien vanhemmuuteen heidän osallistuttua Ihmeelliset vuodet vanhemmuusryhmään. Yhteensä 36 isää, jotka olivat valmiita osallistumaan ryhmätoimintaan yhdessä puolisonsa kanssa, osallistuivat tutkimukseen. Osa heistä oli jonotuslistalla olevia isiä. Tietoja kerättiin ennen ryhmätoimintaa sekä kuusi kuukautta vanhemmuusryhmän toimintaan osallistumisen jälkeen. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmään osallistuminen on tehokas lyhyen aikavälin keino muuttaa vanhemmuutta positiivisemmaksi. Isät, jotka olivat mukana ryhmässä, edistyivät huomattavan paljon enemmän vanhemmuudessaan muuttamaan ja ehkäisemään omaa negatiivista vanhemmuuttaan ja tukemaan lastaan positiiviseen sosiaaliseen käyttäytymiseen. Vaikutus näkyi myös koko perheen toiminnassa positiivisena. (Azevedo, Canavarro, Gaspar, Homem & Seabra-Santos 2014b.)

Tutkija Piia Karjalainen on yhdessä lääkäri Päivi Santalahden kanssa Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitokselta tehnyt selvitystä koulutettujen Ihmeelliset vuodet -ryhmäohjaajien kokemuksista vanhemmuusohjelmasta ja sen hyödyistä syksyllä 2014. Kyselylomake lähetettiin 85 ohjaajalle ja siihen vastasi 73 vuosien 2006 -2014 välillä koulutettua ohjaajaa, jotka ovat ohjanneet Ihmeelliset vuodet -ryhmiä. Selvityksen tarkoituksena oli kartoittaa Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusohjelman levinneisyyttä Suomessa. Sen lisäksi selvitettiin ammattilaisten näkemyksiä ohjelman hyödyllisyydestä ja soveltuvuudesta käytännössä. (Karjalainen & Santalahti 2016, 734-735.)

Selvityksen mukaan Ihmeelliset vuodet -menetelmä koettiin erittäin toimivaksi ja hyödylliseksi sekä Suomeen hyvin soveltuvaksi menetelmäksi. Selvitykseen vastanneiden ryhmänohjaajien arvion mukaan vanhemmuusryhmät ovat edistäneet erittäin tai melko paljon lapsen ongelmakäyttäytymisen vähenemistä. Lisäksi ryhmät ovat edistäneet vanhemman arjessa selviytymistä sekä elämänhallinnan ja mielialan paranemista. Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusohjelma on levinnyt pääsääntöisesti vain Etelä-Suomen kaupunkeihin ja tämä asettaa perheet epätasa-arvoiseen asemaan Suomessa. Ihmeelliset vuodet -menetelmä on juurtunut hyvin niille paikkakunnille ja toimipisteisiin, joissa toimintaa on. Suomessa ei ole toiminnassa sellaista tahoa, joka vastaisi ohjelman levittämisestä, ohjaajien kouluttamisesta tai materiaalien hankkimisesta. (Karjalainen ym. 2016, 736, 738.)

## 5 Opinnäytetyön toteutus

Opinnäytetyössäni tarkastelen Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän vaikutusta sekä sen pitkäkestoista vaikuttavuutta vuonna 2015 Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän käyneiden vanhempien vanhemmuuteen. Tässä luvussa kerron opinnäytetyön tutkimuksellisesta osuudesta ja opinnäytetyön toteuttamisesta. Tutkimusmenetelmänä olen opinnäytetyössäni käyttänyt laadullista tutkimusta ja toteutin sen teemahaastattelun muodossa. Kerron tutkimusongelman muodostumisesta ja haastatteluissa apunani käyttämisestä ryhmän sisällöistä nousseista teemoista. Kerron vaikuttavuudesta ja sen osuudesta opinnäytetyössäni. Keron haastattelu- ja menetelmästä ja tavasta, jolla toteutin ne opinnäytetyötä tehdessäni. Keron myös analysointimenetelmästä, jolla olen työstänyt tekemäni haastattelut. Tässä luvussa pohdin myös tutkimuksen eettisyyttä.

### 5.1 Tutkimusongelma

Hyvässä tutkimuksessa vastataan yksilöityyn kysymykseen. Kysymyksen asettelussa on hyvä muistaa, että usein hyvä kysymys on parempi kuin vastaus. Kysymyksillä pyritään kaventamaan ja tarkentamaan aihepiiriä. Tutkittava kysymys on sellainen, jonka avulla voidaan ratkaista ongelma, tuottaa uutta tutkimusta tai parantaa ja tehostaa oppimista. Kysymys, jonka vastaus selittää, kuvaa, täsmentää tai luokittelee, on tutkittava kysymys. Hyvä tutkimuskysymys on muotoiltu selkeästi ja se on yksikäsitteinen ja informaatiota tuottava. (Metsämuuronen 2003, 8-9.)

Opinnäytetyöni tutkimusongelmana on selvittää Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän vaikutusta vanhemmuuteen sekä -ryhmän käymisen pitkäkestoista vaikuttavuutta vanhemmuudessa. Opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä ovat:

Millainen vaikutus Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän toiminnassa



on ollut ryhmän käyneiden vanhempien vanhemmuuteen heidän itse kokemana?

Onko Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän toimintaan osallistumisella havaittavissa pitkäkestoista vaikuttavuutta ryhmän käyneiden vanhempien vanhemmuuteen heidän itse kokemana?

Tutkimusongelmaa selvittäessäni nostan esille seuraavat teemat:

Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän toiminnan vaikuttavuus vanhemmuuteen  
Tavoitteet ja tarpeet vanhempana  
Vanhemmuuden taidot  
Perhe-elämä  
Tukipalveluiden tarve vanhempana

Teemat syntyivät niistä asioista, joita halusin selvittää saadakseni vastaukset tutkimusongelmaan. Nämä yllämainitut viisi teemaa liittyvät ryhmän sisältöön ja menetelmiin, ryhmässä keskeisiin ja tärkeisiin elementteihin, kuten asiasisältöön, materiaaleihin ja vertaistukeen. Teemojen valintaan vaikutti myös tietoisuus Ihmeelliset vuodet -menetelmästä ja ryhmistä jo aiemmin tehtyihin tutkimuksiin, joista olin kuullut muun muassa ryhmänohjaaja koulutuksissa. Tällainen teema oli erityisesti perhe-elämä. Koska teen opinnäytetyöni Nurmijärven kunnalle, nostin yhdeksi teemaksi tukipalveluiden tarpeen. Tällä teemalla haluan nostaa esille ryhmän käymisen vaikuttavuutta suhteessa kunnan palveluiden tarpeeseen.

## 5.2 Vaikuttavuus

Vaikuttavuus on keskeinen elementti sosiaalityössä, jossa tavoitteeksi usein asetetaan muutoksen tuottaminen ongelmallisiksi koetuissa tilanteissa. Nämä muutoksen näkökulmat haastavat jäsentämään aikaisempaa systemaattisemmin työn vaikuttavuuden ulottuvuuksia ja sen osoittamisen keinoja. Ajatus vaikuttavuuden moninaisuudesta avaa erilaisia ikkunoita vaikuttavuuteen liittyviin tulkintoihin ja ymmärtämistapoihin. Moninaisuus tulee ilmi vaikuttavuuden käsitteellisessä haltuunotossa. Käsite voi viitata yhteiskunnallisella tasolla erotettavaan vaikuttavuuteen tai palvelujärjestelmään. (Pohjola 2012a, 9-10.)

Vaikuttavuuden käsite laajenee moniksi erilaisiksi ymmärtämistavoiksi, kuten esimerkiksi hallinnollisesti käytetty kustannusvaikutus. Siinä kuvataan kustannusten ja vaikuttavuuden välistä suhdetta. Asiakslähtöisyyden tavoitteen korostuessa viime aikoina on vahvasti noussut esiin asiakasvaikuttavuuden käsite. Se viittaa asiakkaan tarpeisiin vastaamiseen, saamaansa apuun tai hyötyyn ja siten muutokseen tilanteessaan. Sosiaalityössä on hyvä muistaa myös yhteiskunnallisen vaikuttavuuden käsite sisältäen toimintojen laajemmat kokonaisvaikutukset.

Määrittelyissä käsite vaikuttavuus on perinteisesti nivottu yhteen tuloksellisuuden kanssa. Taloudellisesta näkökulmasta vaikuttavuus on yksi tuloksellisuuden osatekijä muun muassa tuotavuuden ja taloudellisuuden ohella. (Pohjola 2012b, 23-24.)

Ikäimmet -vanhemmuusryhmän ohjaaminen on kunnalle rahallinen kustannus. Tuon kustannuksen muuntaminen hyödyksi on haastavaa, vaikka ryhmästä kerätään välitön palaute. Pitkäaikaista seuranta ryhmän hyödyllisyydestä vanhemmalle ei ole tehty. Ryhmän ohjaamiseen kuluu rahaa niin materiaalien kuin työntekijöiden palkkakustannuksina. Opinnäytetyöni yksi tavoite onkin tuoda esille ryhmän vaikuttavuus myös taloudellisesta näkökulmasta. Ryhmään osallistuu kerrallaan useampi perhe ja vanhempi. Voidaan puhua keskimäärin ryhmää kohden noin kymmenestä vanhemmasta, jotka tulevat jopa kahdeksasta eri perheestä. Lapsia on tällöin välillisen hyödyn saajina vähintään kahdeksan. Usein perheissä on enemmän kuin yksi lapsi, joten ryhmän vaikutus ja vaikuttavuus koskettaa useampaa lasta.

Suomessa vaikuttavuutta on seurattu erityisesti erilaisten hankkeiden toteutuksessa, joissa rahoituksen saamisen edellytyksenä on tuoda esiin hankkeen vaikuttavuutta. Varsinaisessa sosiaalityössä vaikuttavuuden seuranta on vähäistä, sillä Suomeen ei ole syntynyt sosiaalityön vaikuttavuuden tutkimisen perinnettä. Vaikuttavuuden tutkimisen haasteet sosiaalityössä nähdään toimintakulttuurissa siten, että toiminnan ohjausjärjestelmät ovat erilaisia ja niiden toiminnan arvo määräytyy eritavoin. Omana haasteenaan vaikuttavuuden tutkimiselle on ollut vaikeus ymmärtää, mihin osa-alueeseen todellisuudessa vaikuttavuus kuuluu. Vaikuttavuus ja vaikutus ovat asioita, jotka usein sekoittuvat, vaikka niiden ero on selkeä. Vaikutusta tutkittaessa etsitään syy- ja seuraussuhteita. Vaikuttavuus taas on yhden tieteenalan ohjelma-arvioinnin käsite. Vaikuttavuudella tutkitaan ja arvioidaan jotakin asiaa mahdollisimman objektiivisesti. Siinä tutkitaan sitä, miten toiminta on onnistunut ja minkälaisia tuloksia toiminnalla on saatu eli mikä on ollut toiminnan vaikuttavuus. (Paasio 2017, 404-405.)

Opinnäytetyössäni on tärkeää erottaa nämä kaksi käsitettä, vaikutus ja vaikuttavuus, toisistaan. Ryhmän käymisellä on jonkinlainen vaikutus ryhmään osallistuvien vanhemmuuteen. Heillä on syy hakeutua ryhmään, koska he kaipaavat tukea vanhemmuuteen. Seuraus on se, että he saavat neuvoja ja vinkkejä sekä ohjausta toimintaansa vanhempana. Vaikutus näkyy ja tapahtuu vanhemmuudessa. Vanhempana alkaa toimia eri lailla kuin ennen. Ryhmän vaikuttavuus taas ulottuu moneen muuhun tekijään, kuin vain omaan vanhemmuuteen. Vanhemmuuden muutoksen myötä vaikuttavuus koskettaa monia muitakin. Se koskettaa lasta, lapsen toista vanhempaa ja lapsen sekä perheen ympärillä toimivia läheisiä ja viranomaisia. Vaikutus voi olla hetkellistä, mutta vaikuttavuus on pidempiaikaista. Vaikutus näkyy nopeastikin, mutta vaikuttavuuden havaitseminen vie aikaa.

Sosiaalityön vaikuttavuudella tarkoitetaan kykyä edistää tosiasiallisesti asiakkaan hyvinvointia sosiaalityössä. Toiminnan vaikuttavuutta voidaan edistää parhaiten niin, että olemassa olevissa toimintakäytännöissä jokaisessa asiakasprosessissa hyödynnetään luotettavaa tutkittua tietoa vaikuttavuudesta. On tärkeää tietää, millaista tietoa jokaisessa asiakasprosessissa tarvitaan vaikuttavuudesta, jotta prosessi onnistuu mahdollisimman hyvin. Vaikuttavuutta selvitettyessä luotettavan tutkitun tiedon lisäksi tarvitaan asiakasprosessin seurantaan siitä, mitä juuri kyseisen asiakkaan kohdalla tapahtuneita muutoksia ja positiivista kehitystä on nähtävissä. (Paasio 2017, 406.)

Opinnäytetyössäni haluan tuoda esille vaikuttavuuden eri tasot. Haastatteluiden teemat koostuvat lähinnä ryhmän sisältöihin liittyviin asioihin. Nostan haastatteluissa esille kysymyksen, ovatko vanhemmat tarvinneet vanhemmuuteensa muuta tukea ryhmän käymisen rinnalle. Tämä vastaus antanee kunnalle tärkeää tietoa siitä, kannattaako ryhmiin panostaa rahallisesti, jos ryhmän vaikuttavuus heijastuu palveluiden tarpeeseen. Oma työtä ajatellen on tärkeää saada tietoa siitä, miten tehty työ on vaikuttanut asiakkaan arkeen ja elämään. Jotta oma työ on mielekästä, on tärkeää, että sillä on tarkoitus ja tehdyllä työllä on jotakin vaikuttavuutta. Tärkeimpänä vaikuttavuuden tasona pidän kuitenkin sitä, miten vanhempi itse kokee ryhmän vaikuttaneen hänen elämäänsä. Tärkeää on siis saada selville vanhempien omat kokemukset liittyen ryhmään ja sen sisältöön. Vanhemmat ovat omalta osaltaan panostaneet ryhmään paljon. Osallistuminen monien viikkojen ajan ja kovan työn tekeminen muutoksen eteen vaatii ponnisteluja. On siis tärkeää, että vanhempi itse kokee saaneensa vaikutusta ja vaikuttavuutta omaan elämäänsä ryhmän käymisen myötä. Toisin sanoen, vanhempi kokee saavansa vastinetta tehdyille työlleen.

### 5.3 Tutkimuksen eettisyys

Mitä vapaamuotoisempia tiedonhankinnan keinot ovat, sitä enemmän ne muistuttavat vuorovaikutusta arkielämässä. Juuri tällaisessa tilanteessa tutkimuseettiset kysymykset korostuvat. Mitä avoimempaa tiedonkeruumenetelmää käytetään, sitä vaikeampi on punnita ennakkoon tutkimusasetelman eettisiä kysymyksiä. Yhteys tutkimuksella ja etiikalla on kahtalainen. Toisaalta eettisiin ratkaisuihin voivat vaikuttaa tutkimuksen tulokset ja toisaalta tutkijan tieteellisessä työssä tekemisiin ratkaisuihin voivat vaikuttaa eettiset kannat. (Sarajärvi & Tuomi 2011, 125.) Itse tutkimusaiheen valinta on jo eettinen kysymys. Aiheen eettiseen pohdintaan kuuluu selkeyttää, kenen ehdoilla tutkimusaihe valitaan ja miksi ryhdytään tutkimukseen. Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimusongelman muotoilu tuovat nämä eettiset kannanotot esille. (Sarajärvi ym. 2011, 129,)

Opinnäytetyössä tehdyn tutkimuksen aiheen valinta nousi esiin sekä omasta halustani tehdä tutkimusta ryhmien vaikutuksesta ja vaikuttavuudesta vanhemmuuteen ja toisaalta myös kun-

nan tarpeesta saada tietoa ryhmän vaikuttavuudesta. Opinnäytetyön tekemisessä oma lähtökohtani on hakea rehellistä, todellista ja aitoa tietoa vanhemmilta siitä, miten he ovat kokeneet ryhmän vaikutuksen ja vaikuttavuuden omaan vanhemmuuteensa. Haastatteluiden pohjalta saatuihin tutkimustuloksiin suhtaudun avoimesti. Tutkimusongelman ja tutkimuskysymysten muotoilussa olen pyrkinyt muodostamaan ne siten, että haastateltavien vastausten perusteella niihin saadaan vastaus ja ratkaisu. Tutkimuskysymykset ovat laajoja, jolloin haastateltava itse voi pitkälti määritellä oman näkemyksensä ja kokemuksensa eri asioiden vaikutukseen tai vaikuttavuuteen. Teemat auttavat haastateltavaa pysymään tutkittavan asian äärellä.

Ihmisiin kohdistuvan tutkimuksen eettisen perustan muodostavat ihmisoikeudet. Lähtökohtaisesti tutkittavien suojaan kuuluu, että tutkija selvittää osallistujalle tutkimuksen tavoitteet, menetelmät ja mahdolliset riskit. Osallistujien on suostuttava tutkimukseen vapaaehtoisesti ja heillä on oltava oikeus myös kieltäytyä tai keskeyttää mukanaolo tutkimuksessa. Tutkijan on varmistettava, että osallistujalla on selkeä kuva siitä, mistä tutkimuksessa on kysymys. Tutkimus ei saa haitata osallistujan hyvinvointia ja tutkimuksen on oltava luottamuksellinen. Osallistujan henkilöllisyyttä ei saa tuoda julki ja tutkijan on oltava kaikessa tutkimukseen liittyvässä rehellinen. (Sarajärvi ym. 2011, 131.) Eskolan & Suorannan (2000, 55.) mukaan tutkittavan ja tutkijan välillä ei saisi olla minkäänlaista riippuvuussuhdetta, kuten esimerkiksi terapeutti - potilas suhdetta. Tällainen suhde voi vaikuttaa olennaisesti tietojen antamisen vapaaehtoisuuteen.

Kaikki haastateltavat olivat minulle entuudestaan tuttuja, koska olen toiminut molemmissa ryhmissä toisena ohjaajana. Se on tärkeää huomioida haastattelun vastauksissa ja sen sisällössä. Haastatteluiden tekemisen hetkellä, minulla ei ollut enää aktiivista työskentelyä tai yhteydenpitoa haastateltavien kanssa. Edellinen kohtaaminen kaikkien haastateltavien kanssa tapahtui Boosteri -tapaamisessa. Kerroin haastateltaville, että haastatteluun osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Oma roolini ryhmäohjaajana sekä haastattelijana on tärkeää huomioida haastatteluvastausten analysointivaiheessa sekä lopullisissa tutkimustuloksissa. Roolini tulee huomioida myös siinä kohtaa, kun kirjaan haastattelut puhtaaksi litterointivaiheessa, jottei vastauksiin jää tulkinnan varaa. Litteroin haastattelut tarkasti, juuri niin kuin haastateltava on asian sanonut tai tarkoittanut. Ryhmien ollessa käynnissä, vanhemmat antoivat omalla nimellään palautetta jokaisesta ryhmäkerrasta. Jo tuolloin palaute oli avointa ja rehellistä, joten sen pohjalta uskon, että nyt annetut haastattelut ovat myös rehellisiä. Haastateltavat antavat palautteen juuri niin kuin he sen kokevat, ilman että roolini ohjaajana tulee vaikuttamaan heidän vastauksiinsa.

Haastateltavien henkilöllisyys ja muutoinkin tunnistettavuustiedot eivät tule esille opinnäytetyössä. Haastatteluissa tai sen aikana tehdyissä muistiinpanoissa ei ole käytetty

kenenkään haastateltavan tai hänen lastensa nimiä, vaan haastattelut ja muistiinpanot on erotettu juoksevin numeroin analysoinnin teko vaiheen tueksi. Litterointi vaiheessa korjasin ainoastaan haastateltavien sanomisia niin, että heidän käyttäessään lapsensa tai puolison nimeä, olen kirjannut nimen lapseksi tai puolisosksi. Haastattelukysymykset on myös muotoiltu siten, ettei niistä voi tunnistaa vastaajaa. Ainoina tunnistetietoina opinnäytetyössäni tulee esille paikkakunta ja vuosi, jolloin ryhmät ovat olleet käynnissä. Tästä tunnistettavuudesta on haastateltaville kerrottu.

Jokaisessa tutkimuksessa on sellaisia asioita ja päätöksiä, joissa tutkijan etiikka joutuu koetukselle. Tutkimuksen eettisiä ongelmakohtia voivat olla muun muassa tutkimusluvan hakeminen, tutkimusaineiston kerääminen ja itse tutkimuksesta tiedottaminen. Tutkijalta vaaditaan ammattitaitoa sekä ammattietiikkaa tunnistamaan etukäteen mahdollisia tutkimukseen liittyviä eettisiä ongelmia, jotta ne voidaan välttää. Selkeää rajaa eettisen ja epäeettisen toiminnan välillä ei ole. Tutkijalla itsellään tulee olla riittävästi herkkyyttä, jotta hän huomioi omassa tutkimuksessaan sen ongelmakohdat. (Eskola ym. 2000, 52,59.)

Hain tutkimuksen tekoa varten tutkimuslupaa Nurmijärven kunnasta syyskuussa 2016. Sain valmiin hakemuskavakkeen sosiaalipalveluiden sihteeriltä. Täytetyn kavakkeen toimitin perhe- ja sosiaalipalveluiden kokouksen sihteerille, jonka toimesta lupa-asia vietiin käsiteltäväksi. Hakemukseen kirjasin lyhyesti suunnitelman, jossa kerroin tutkimusaiheen taustaa, mitä aion tutkia ja miten. Tutkimuslupahakemuksessa kerroin, että aion kysyä opinnäytetyötäni varten haastateltavaksi vuonna 2015 Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän käyneitä vanhempia. Ryhmien ollessa tuolloin käynnissä, vanhempia pyydettiin niin halutessaan allekirjoittamaan kirjallinen suostumus siihen, että heihin saa olla yhteydessä myöhemmin ryhmän päätyttyä mahdollisia haastatteluja varten. Molemmissa ryhmissä kaikki vanhemmat antoivat tuolloin luvan yhteydenottoon. Tutkimuslupa-asiaa käsiteltiin perhe- ja sosiaalipalveluiden kokouksessa marraskuussa 2016 ja käsittelyn tuloksena sain tutkimusluvan. Tutkimuslupaan sisältyi ehto, että käyn esittelemässä valmiin opinnäytetyöni heidän kokouksessaan. Tiedon tutkimusluvan saamisesta sain sähköpostitse.

Kerroin haastatteluihin suostuneille vanhemmille työn sisällöstä ja sen tarkoituksesta avoimesti; tutkimuksessa selvitetään Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän käymisen vaikutusta ja vaikuttavuutta heidän omaan vanhemmuuteensa. Kerroin heille myös avoimesti, että tutkimuksen pohjalta kunta voi tarkastella ryhmän vaikuttavuutta ja sen kautta kannattavuutta järjestää Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmiä osana perhepalveluiden toimintaa. Lupasin välittää haastateltaville tietoa valmiin opinnäytetyön julkaisemisesta, jotta he pääsevät itse lukemaan antamistaan haastatteluista ja niiden pohjalta saamistani tuloksista ja johtopäätöksistä.

#### 5.4 Tutkimuksen toteutus

Lähtökohtana kvalitatiivisessa eli laadullisessa tutkimuksessa on kuvata todellista elämää. Siihen sisältyy ajatus siitä, että todellisuus on moninainen. Laadullinen tutkimus on luonteeltaan sellaista, että se pyrkii tutkimaan kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti todellisissa tilanteissa. Tutkimuksessa suositaan ihmistä tiedon keruun välineenä, jolloin tutkija luottaa enemmän omiin havainnoiteihinsa ja keskusteluun kuin mittausvälineillä saatuun tietoon. Laadullisessa tutkimuksessa suositaan metodeja, joissa tutkittavien oma ääni nousee esille. Tällaisia metodeja ovat esimerkiksi teemahaastattelut tai osallistuva havainnointi. Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen kohdejoukko valitaan tarkoituksenmukaisesti ja kerättyä aineistoa tulkitaan sekä käsitellään ainutlaatuisena. Tutkimus toteutetaan joustavasti, jolloin tutkimussuunnitelma voi muotoutua tutkimuksen edetessä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 161,164.)

Valitsin opinnäytetyöni tutkimusmenetelmäksi laadullisen tutkimuksen, koska halusin saada kokemuksellista ja todellista tietoa ryhmän käyneiltä vanhemmilta. Tähän tarkoitukseen ei olisi sopinut määrällisen tutkimuksen menetelmä. Tutkimuksessa on mukana vain pieni otanta ryhmän käyneitä vanhempia. Syynä tähän on opinnäytetyön laajuus ja aikataulu. Laadullinen tutkimus menetelmänä antaa myös väljyyttä tutkimuksen toteuttamiselle, sillä tutkimussuunnitelmaa voi tarvittaessa muokata ja muuttaa tutkimuksen edetessä.

Laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä tilastollisiin yleistyksiin vaan kuvaamaan jotakin tiettyä ilmiötä tai tapahtumaa. Sen avulla pyritään myös ymmärtämään tiettyä toimintaa ja antamaan mielekäs tulkinta ilmiölle. Laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää, että henkilöt joilta tietoa kerätään, tietävät tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon tai että heillä olisi asiasta kokemusta. Tiedonantajien valinta ei tule olla satunnaista, vaan harkinnanvaraista ja tarkoitukseen sopivaa. Tutkimusraportissa tulee kertoa, miten tiedonantajat on valittu ja miten he täyttävät sopivuuden kriteerit. Eräs harkinnanvaraisen aineiston keruun nimike on eliittiotanta, jossa perusjoukko voi olla pieni tai suuri. Tutkimuksen tiedonantajiksi valitaan ne henkilöt, joilta oletetaan saatavan parhaiten tietoa ilmiöstä, jota tutkitaan. (Sarajärvi & Tuomi 2009, 87.)

Lähestyin satunnaisesti valittuja kahtatoista vuonna 2015 Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän käynyttä vanhempaa tekstiviestillä. Päädyin valitsemaan kohdejoukoksi juuri tuona vuonna ryhmän käyneitä vanhempia, koska ajallisesti ryhmästä oli kulunut vaikuttavuuden näkökulmasta sopiva aika. Yhteystietoina käytin olemassa olevia ryhmäaikaisia yhteystietoja. Alkuperäinen suunnitelmani oli olla puhelimitse yhteydessä vanhempiin soittamalla heille ja kysymällä heidän halukkuuttaan osallistua haastatteluun. Pohdin kuitenkin sitä, että soittoon ei aina välttämättä pysty vastaamaan. Moni ei välttämättä edes vastaa heille vieraasta numerosta tulevaan puheluun. Yhteydenpidossa hyödynsin Prepaid-liittymää, koska haastatteluiden

aikaan olin työstäni opintovapaalla ja näin ollen minulla ei ollut käytettävissä työpuhelinia. Päädyin siis ottamaan yhteyttä vanhempiin tekstiviestillä. Ajattelin, että viestiin saa kirjoitettua asian tiivistetysti ja luettuaan viestin, vanhemmalla on aikaa pohtia, haluaako hän osallistua haastatteluun.

Tekstiviestissä kerroin lyhyesti opinnäytetyön tekemisestä ja kysyin halukkuudesta osallistua haastatteluun. Tavoitteenani oli saada haastateltavaksi neljästä kahdeksaan vanhempaa. Lähetin viestin kaikkiaan kahdelletoista vanhemmalle, joista sain vastauksen heti neljältä. He vastasivat olevansa halukkaita osallistumaan haastatteluun. Kahden viikon kuluttua ensimmäisestä viestistä, lähetin uudelleen tekstiviestillä kyselyn halukkuudesta osallistua haastatteluun. Uudelleen lähetettyyn viestiin sain vastauksen vielä kahdelta, jotka olivat halukkaita osallistumaan haastatteluun. Haastatteluihin ilmoitti halukkuutensa yhteensä kuusi vanhempaa.

Pohjimmiltaan tutkimushaastattelu rakennetaan samoilla keinoilla ja oletuksilla kuin muutkin keskustelut, jotka vaativat vuorovaikutusta. Olipa kyseessä sitten ihan tavallinen arkipäiväinen keskustelu tai tutkijan ja tutkittavan välinen haastattelutilanne, niin kysymme kysymyksiä. Arkikeskustelussa voi luottaa siihen, että kaikki noudattavat keskustelun sujumisen vuoksi julkilausumattomia sääntöjä, jotta keskustelun rakenne säilyy. Tutkimushaastattelulla taas on erityinen tarkoitus ja roolit. Haastatteluun on ryhdytty tutkijan aloitteesta ja tutkija yleensä ohjaa tai ainakin vähintään suuntaa keskustelua tiettyihin puheenaiheisiin. (Ruusuvuori & Tiitula 2005, 22, 27.)

Haastattelun idea on hyvin yksinkertainen. Kun haluamme tietää jotain ihmisestä tai asiasta, niin voimme kysyä sitä suoraan. Haastattelu on siis tilanne, jossa henkilö esittää kysymyksiä toiselle henkilölle. Haastattelu on vuorovaikutusta, jossa osapuolista molemmat vaikuttavat toisiinsa. Se on osa normaalia elämää, joten normaalit fyysiset, sosiaaliset ja kommunikaatioon liittyvät seikat vaikuttavat haastattelutilanteeseen. (Eskola ym. 2000, 85.) Haastattelun etu on joustavuus. Haastattelijalla on mahdollisuus toistaa kysymys, selvittää sanamuotoja tai oikaista väärinkäsityksiä. Joustavaa haastattelussa on myös se, että kysymykset voi esittää tutkijan aiheelliseksi katsomassaan järjestyksessä. Haastattelun etuna on myös se, että haastattelijalla voi muistiin kirjoittamisen lisäksi tehdä havainnointia. (Sarajärvi ym. 2011, 73.)

Tekstiviestien lähettämisen jälkeen ja kuuden halukkaan vanhemman ilmoittauduttua vapaaehtoisiksi haastateltaviksi, olin heihin yhteydessä puhelimitse. Soitin kertoakseni vielä tarkemmin, mitä haastattelu pitää sisällään ja mihin he ovat sitoutumassa suostumuksellaan. Samalla saimme sovittua haastatteluajan ja paikan. Kerroin, että haluan enemmän haastatella heitä kasvotusten tapaamisella kuin esimerkiksi puhelimitse tai kirjeitse haastattelulomak-

keella. Kysyin kaikilta haastateltavilta mahdollisuutta tehdä haastattelut heidän omissa kohteissaan, koska opintovapaan takia, minulla ei ollut työtiloja käytettävissä. Nämä järjestelyt sopivat kaikille, joten haastattelut on tehty haastateltaville tutussa ja turvallisessa ympäristössä heidän kotonaan. Haastatteluajat sovittiin haastateltaville sopivaan aikaan. Oma aika-auluni oli joustava ja pystyin näin ollen sovittamaan tapaamiset haastateltavien toiveiden mukaan. Kiitoksena haastattelusta vein kaikille haastateltaville suklaarasiat.

Erilaisten haastattelutyyppeiden jakoja on useita. Myös eri haastattelutyyppeiden nimityksiä on useita. Yksinkertainen jako saadaan silloin, kun otetaan huomioon kysymyksen muotoilun kiinteyden aste ja miten paljon haastattelija jäsentää haastattelutilannetta. Haastattelutyypit voidaan jakaa neljään eri tyyppiin: Strukturoitu haastattelu, puolistrukturoitu haastattelu, teemahaastattelu ja avoin haastattelu. Strukturoitu haastattelu voi olla lomakehaastattelu. Siinä kysymysten muotoilu ja järjestys on kaikille sama. Lomakehaastattelussa vastausvaihtoehdot ovat valmiina, ja haastattelija pyytää vastaajaa valitsemaan valmiista vastausvaihtoehdoista itselleen sopivimman. Puolistrukturoitu haastattelu taas poikkeaa strukturoidusta siinä, että kysymykset ovat kaikille samat, mutta valmiita vastausvaihtoehtoja ei ole, jolloin haastateltava saa vastata omin sanoin. Teemahaastattelussa aihepiirit, teema-alueet on valmiiksi määrätty etukäteen. Haastattelijalla on jonkinlainen tukilista haastateltavista asioista käytettävissään, jotta kaikki etukäteen päätetyt teema-alueet tulee käytyä läpi. Avoimessa haastattelussa tilanne muistuttaa kaikkein eniten avointa keskustelua tietystä aiheesta, mutta kaikkien kanssa ei käydä läpi kaikkia teema-alueita. (Eskola ym. 2000, 86-87.)

Opinnäytetyö on toteutettu puolistrukturoidulla teemahaastattelulla. Tämä näkyy siinä, että haastattelussa on käytetty valmiita teemoitettuja kysymyksiä. Haastattelutilanteessa lähtökohtaisesti kysymykset olivat kaikille haastateltaville samat, mutta jokainen sai tuoda oman näkemyksensä ja kokemuksensa niissä esiin. Teemat joihin vastauksia on haettu, ohjasivat haastattelukysymyksiä. Käytin haastatteluissa apuna kahta erilaista lomaketta, joissa toisessa oli numeraalinen jana ja toisessa lomakkeessa oli haastattelukysymykset. Janan avulla vanhempi sai kuvata numeraalisesti muutoksia omassa vanhemmuudessaan suhteessa niihin pulmiin, joiden vuoksi hän oli hakeutunut Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmään. Janaan merkittiin neljä eri ajankohtaa asteikolla -4 - +4. Jana alkaa tilanteesta ennen ryhmää ja päättyy tämänhetkiseen tilanteeseen, joka oli haastattelutilanne. (Liite 1) Janan avulla erityisesti on selvitetty -vanhemmuusryhmän käymisen pitkäaikaista vaikuttavuutta vanhemman kokemana omaan vanhemmuuteensa.

Haastattelu perustui tutkimusongelmaan. Ongelman kautta muodostui tutkimuskysymykset ja niiden tueksi laadin haastattelukysymyksiä teemojen pohjalta. Tarkoituksena oli selvittää teemojen avulla ryhmän vaikutusta sekä vaikuttavuutta ryhmän käymisen ajalta aina haastatteluiden hetkeen asti. Kysymykset olivat valmiiksi muotoiltu omien teemojen alle (Liite 2) ja



niiden pohjalta janaa apuna käyttäen keskustelimme haastattelutilanteessa. Teemahaastatteluiden avulla selvitin erityisesti sitä, miten vanhemmuusryhmä on vaikuttanut vanhemman kokemana hänen omaan vanhemmuuteensa ja näkeekö vanhempi ryhmästä olleen pitkäkestoista vaikuttavuutta omaan vanhemmuuteen. Keskustelun aikana pystyin tekemään vanhemmille tarkentavia kysymyksiä ja saimme keskustella vapaammin ryhmän tuomiin vaikutuksiin ja vaikuttavuuteen liittyvistä asioista eri näkökulmista. Haastattelut kestivät keskimäärin noin 45 minuuttia jokaisen haastateltavan kanssa.

Haastatteluiden aikana en tehnyt juurikaan mitään muistiinpanoja, koska halusin keskittyä täysin haastateltavaan ja hänen kertomaansa. Sain mukaani kirjallisessa muodossa vanhempien tekemät numeraaliset janat. Haastatteluiden puheosuudet nauhoitettiin kokonaan haastattelutilanteessa mukana olleelle tablettitietokoneelle.

## 5.5 Aineiston analysointi

Laadullisen aineiston analyysin tarkoitus on luoda selkeyttä aineistoon ja siten tuottaa tutkitavasta asiasta uutta tietoa. Analyysillä pyritään tiivistämään aineisto kadottamatta sen sisältämää informaatiota. Pyritään siis kasvattamaan informaatioarvoa luomalla hajanaisesta aineistosta selkeää ja mielekästä. (Eskola ym. 2000, 137.) Analyysissä kaikesta saadusta materiaalista erotellaan tutkimusongelman kannalta olennainen aineisto. Tästä luokitellusta aineistosta voidaan tehdä tulkintoja. Haastatteluaineiston analyysiin on ainakin kolme tietä. Aineisto voidaan purkaa ja edetä siitä tutkijan intuitiolla suoraan analyysiin. Toisaalta aineiston purkamisen jälkeen se voidaan koodata ja sitten edetä analyysiin. Kolmantena tapana voi yhdistää purkamisen ja koodaamisen vaiheet, jonka jälkeen siirrytään analysointiin. (Eskola ym. 2000, 150.)

Aineiston purkamisella tarkoitetaan haastattelunauhoitteiden siirtämistä kirjalliseen muotoon. Ensimmäisenä tehtävänä laadullisessa analyysissä on järjestää aineisto sen keräämisen ja tekstiksi purkamisen jälkeen. (Eskola ym. 2000, 150.) Menetelmänä käytin peruslitterointia. Siinä puhe litteroidaan sanatarkasti puhekieltä noudattaen, mutta siitä jätetään pois täytesanat, kuten ”tota”, ”niinku” ja niin edelleen. Siitä jäävät pois myös toistot, keskenjäävät sanat tai tavut ja yksittäiset äännähdykset. Selvästi kontekstiin liittymättömän puheen voi harkitusti jättää litteroimatta. Puheen lisäksi voi litteroida merkitykselliset tunneilmaisut kuten esimerkiksi nauru, liikuttuminen tai itku. (Aineistohallinnan käsikirja 2016.)

Melko pian haastatteluiden jälkeen purin haastatteluaineistoa litteroimalla. Haastatteluaineiston litteroinnin jälkeen kaipasin selkeyttä siihen, miten jatkan työskentelyä haastatteluaineiston kanssa. Päädyin eri menetelmävaihtoehtoihin siihen, että haastatteluiden purkamisen jälkeen koodaan vastaukset. Käsittelin haastatteluaineistoa niin, että koodasin haastatelta-

vien vastaukset eri värein teemojen mukaan alleviivaamalla puhtaaksi kirjoitettuja haastatteluita. Ajatukseni oli, että tällä keinolla pystyn helpommin löytämään ja toisaalta rajaamaan vastauksia värikoodien avulla vastaamaan juuri omaan teemaansa. Värikoodaaminen helpotti työskentelyä siten, että tämän työvaiheen jälkeen oli helpompi siirtyä analysoimaan aineistoa tarkemmin sisällönanalyysin menetelmällä.

Sisällönanalyysiä voidaan kuvailla menettelytapana, jolla voidaan analysoida systemaattisesti ja objektiivisesti dokumentteja, kuten haastatteluita. Sisällönanalyysimenetelmällä pyritään saamaan kuvaus tutkittavasta ilmiöstä yleisessä ja tiivistetyssä muodossa. Sisällönanalyysillä saadaan kuitenkin vain kerätty aineisto järjestetyksi johtopäätösten tekemistä varten. (Sarajärvi ym. 2011, 103.) Aineistolähtöinen sisällönanalyysi voidaan jakaa kolmevaiheiseksi prosessiksi. Näitä ovat aineiston pelkistäminen, aineiston ryhmittely ja teoreettisten käsitteiden luominen. Pelkistämisen vaiheessa haastatteluaineistosta litteroidaan tai koodataan tutkimustehtävälle olennaiset ilmaukset. Aineiston ryhmittelyssä koodatut ilmaukset käydään läpi ja etsitään kuvaavia käsitteitä, joko samankaltaisuuksia ja/tai eroavaisuuksia. Ryhmittelyä seuraa aineiston teoreettisten käsitteiden luominen. (Sarajärvi ym. 2011, 108-111.)

Teorialähtöinen sisällönanalyysi lähtee liikkeelle teoriasta. Tutkimus nojaa jo lähtökohtaisesti johonkin teoriaan, malliin tai ajatteluun ja analyysiä ohjaa jokin teema. Ensimmäinen vaihe teorialähtöisessä sisällönanalyysissä on muodostaa analyysirunko. Runko voi olla hyvinkin väljä, jolloin rungon sisälle muodostetaan aineistoista erilaisia luokituksia poimien ne asiat jotka kuuluvat analyysirunkoon sekä asiat, jotka jäävät rungon ulkopuolelle. Analyysirunko voi myös olla strukturoitu, jolloin aineistosta kerätään vain ne asiat, jotka sopivat analyysirunkoon. Analyysirungon valinnan jälkeen tehdään sisällönanalyysia noudattaen aineiston pelkistäminen. (Sarajärvi ym. 2011, 113-114.)

Analysointi vaihe jatkui siten, että värikoodauksen jälkeen, teorialähtöisen sisällönanalyysin menetelmän tavoin, kirjasin vastauksia teemoittain taulukkoon. Taulukossa yläluokka tarkoittaa teemaa, jota käytin haastattelussa kysymyksen asettelussa. Alkuperäiseen ilmaukseen kirjasin haastateltavan antaman litteroidun vastauksen. Pelkistettyyn ilmaukseen on haastateltavan vastausta pelkistetty ja alaluokkaan olen kerännyt aihe-aiheita kuvaamaan teemoista nousevia asioita tutkimuksen valossa. Esimerkkinä tästä työskentely vaiheesta on taulukko 1, jossa olen tehnyt vastausten pelkistämistä käyttäen teemana ”vanhemmuuden taitojen muutos”. Analysointivaiheessa tein vastaavat taulukot kaikista teemoista sekä janan arvoista. Nämä muut yläluokat olivat: ”Tavoitteet ja tarpeet vanhempana”, ”Vanhemmuuden taidot: positiivisuus, menetelmät ja välineet, materiaali, ohjaajat ja vertaisryhmä”, ”Perhe-elämä: yhteinen vanhemmuus, perheen muut lapset ja parisuhde”, ”Tukipalveluiden tarve vanhempana” ja ”Jana, vaiheet ensimmäisestä neljänteen vaiheeseen”.

YLÄLUOKKA	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALALUOKKA
VANHEMMUUDEN TAITOJEN MUU- TOS:	<p>”Ei tarvii puhuu koko ajan ei tarvii sanoo koko ajan mitä toinen saa ja mitä ei saa tehdä tai täytyy tehdä. Ei tarvii koko ajan ohjata lasta.”</p> <p>”Oivallus, että asioita voi tehdä eri tavalla. Aikuisena ei tarvii lähtee mukaan sen nyt7-vuotiaan lapsen tasolle vaan muistaa et oon vaan aikuismaisesti hiljaa. Tai sitten asetan ne rajat.”</p> <p>”En todellakaan huuda enää niin paljon, vaikka välillä korotanki ääntä. Ryhmässä sain uskoa ja luottamusta siihen, että olen hyvä vanhempi ja selviän.”</p>	<p>Lapsi ei tarvitse jatkuva ohjaamista tai jatkuvia käskyjä, mitä tai miten toimia ja tehdä.</p> <p>Aikuisena pysyminen, ei mene lapsen tasolle.</p> <p>Ei huutoa, äänen korottamista. Itseluottamusta vanhempana toimimiseen.</p>	<p>Rajojen asettaminen</p> <p>Aikuisjohtoisuus rajoittamisessa</p> <p>Ei huutamista Itseluottamus ja hyvinvointi vanhempana</p>

Taulukko 1: Analyysin tekovaiheessa käytetty taulukko

## 6 Tutkimuksen tulokset

Tässä luvussa kerron haastatteluiden kautta saamiani vanhempien kuvauksia ja vastauksia peilaten tutkimusongelmaa tutkimuskysymyksiin. Alaluvussa kerron yhteenvedon tutkimustuloksista nostaen esiin vanhempien kokemuksia, jotka tulivat esiin haastattelutilanteessa. Tämän jälkeen kerron tarkemmin teemoittain haastatteluissa esiin nousseita asioita. Lopuksi pohdin tutkimuksen luotettavuutta.

### 6.1 Tutkimustulosten yhteenveto

Opinnäytetyössä tehdyn tutkimuksen tekeminen on mielestäni ollut merkittävää. Suomessa ei ole aiemmin tehty mitään vastaavaa tutkimustyötä, kuin esimerkiksi Portugalissa tai Walesissa, liittyen Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän toimintaan. Opinnäytetöitä on Suomessa tehty jonkin verran liittyen Ihmeelliset vuodet -menetelmään ja vanhemmuusryhmän kokemuksiin, mutta esimerkiksi Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän pitkäkestoisesta vaikuttavuudesta ei ole opinnäytetyötä tehty. Nurmijärvellä ryhmän vaikutusta on seurattu ainoastaan ryhmäläisiltä saatujen palautteiden kautta. Palautteet ovat olleet kuitenkin välittömiä heti ryhmätoiminnan päättyessä, jolloin pitkäaikaista vaikutusta tai vaikuttavuutta ei ole voitu todentaa. Palautteiden perusteella ei ole voitu myöskään nähdä sitä, kuinka Ihmeelliset

vuodet -vanhemmuusryhmän sisältö, menetelmät tai materiaali kantavat arjessa ilman ohjaajien ja ryhmän tukea ja kuinka vanhemmat ovat voineet hyödyntää uusia oppimiaan vanhemmuuden taitoja arjessa lastensa kanssa.

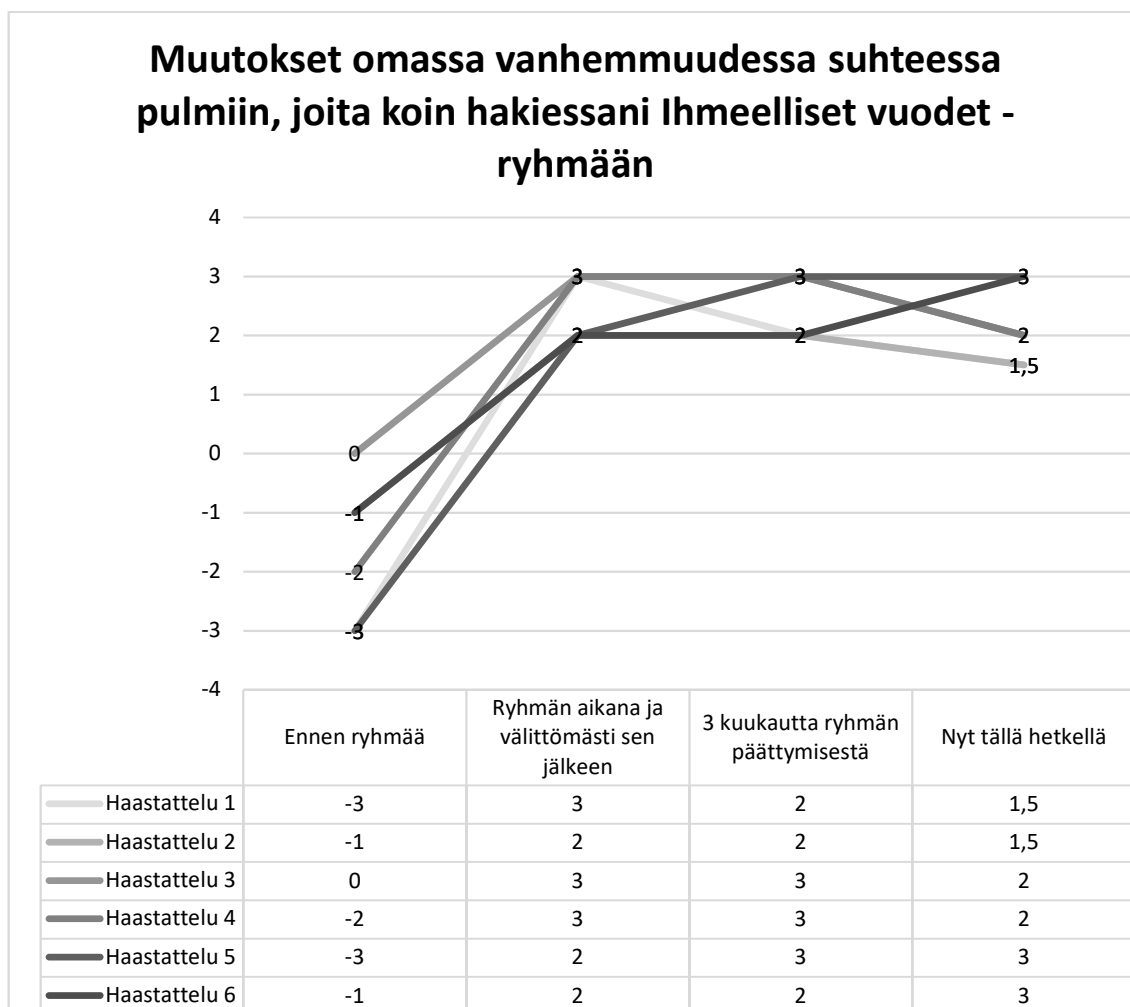
Opinnäytetyöni tutkimusongelmana oli selvittää Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän vaikutusta ja vaikuttavuutta ryhmän käyneiden vanhempien vanhemmuuteen. Opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä ovat: Millainen vaikutus Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän toiminnassa on ollut ryhmän käyneiden vanhempien vanhemmuuteen heidän itse kokemana? Ja onko Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän toimintaan osallistumisella havaittavissa pitkäkestoista vaikuttavuutta ryhmän käyneiden vanhempien vanhemmuuteen heidän itse kokemana?

Tutkimusongelmaan löytyi vastaus. Tuloksien pohjalta voidaan nostaa esiin yksiselitteisesti se tosiasia, että Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän käymisellä on positiivisia ja pitkäkestoisia vaikutuksia ryhmän käyneen vanhemman vanhemmuuteen. Erityisen hyvä vaikuttavuus sillä on silloin, kun perheen molemmat vanhemmat osallistuvat -vanhemmuusryhmään samanaikaisesti. Tätä johtopäätöstä tukee aiemmat tehdyt tutkimukset ympäri maailmaa. Ihmeelliset vuodet -menetelmä perustuu pitkälliseen tutkimustyöhön ja uskon juuri sen olevan suurin vaikuttava tekijä siihen, että Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmä on menetelmänä ja kokonaisuutena vaikuttava.

Myös tutkimuskysymyksiin löytyi vastaukset. Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän käymisellä on monenlaisia vaikutuksia vanhemmuuteen. Jokainen ryhmään osallistuva vanhempi poimii ryhmän sisällöstä itselleen juuri sen, mitä omassa vanhemmuudessaan tarvitsee. Ryhmän eri teemat ovat jokainen tärkeässä roolissa tukemaan ryhmään osallistuvien vanhempien vanhemmuuden taitojen muutoksessa. Vanhemmat kokivat saaneensa ryhmästä paljon tukea ja työkaluja omaan vanhemmuuteensa. Tuo tuki ja nuo työkalut ovat edelleen olemassa ja vaikuttamassa vanhempien arjessa yhdessä lapsen kanssa toimiessaan.

#### 6.1.1 Vaikuttavuuden todentaminen janan avulla

Hyödynsin tutkimusta tehdessäni haastatteluissa työvälineenä janaa (Liite1). Tarkoituksena oli janan avulla havainnollistaa ja saada selville vanhempien kokemana ryhmän antama tuki ja vaikuttavuus neljässä eri vaiheessa. Nämä vaiheet olivat aika ennen ryhmää, välittömästi ryhmän jälkeen, kolme kuukautta ryhmän päättymisestä ja tilanne juuri nyt, haastattelun hetkellä. Vanhempien numeraaliset tilanteet on kuvattu graafisesti kuviossa 3.



Kuvio 3: Janalla kuvattu vanhempien kokema muutos

Aloitustilanteessa numeraalisella janalla arvot vaihtelivat asteikolla nollassa miinus kolmeen. Tuo aloitustilanne kuvasi aikaa ennen ryhmää, kun vanhemmat olivat päättäneet hakeutua Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmään mukaan. Vanhempien tilanteet vaihtelivat pienen huolenaiheen ja ihmettelyn tilanteesta jatkuvan ja paljon huolta herättävään tilanteeseen. Kahden vastaus kuudesta oli miinus kolmen tilanteessa, yhden miinus kahdessa, kahden miinus yhdessä ja yhden tilanne oli nolla.

” Ennen ryhmää joo oli se aika paha, eli tähän miinus kolmoseen.”

Toisessa vaiheessa, eli tilanteessa ryhmän aikana ja välittömästi sen jälkeen, arvot asteikolla vaihtelivat plus kahden ja plus kolmen välillä. Tilanteet vaihtelivat tuolloin melko hyvän ja hyvän välillä. Vanhemmat olivat tilanteeseensa jokseenkin tyytyväisiä ja tyytyväisiä. Kolme vanhempaa kuudesta arvioivat tilanteensa olleen tuolloin plus kolme ja kolme vanhempaa plus kaksi. Janan arvot ovat selkeästi nousseet kaikkien vanhempien kohdalla aloitusvaiheen tilanteesta. Toisen vaiheen arviointitilanteessa ryhmä oli juuri päättynyt ja noin neljäntoista

viikon intensiivinen ryhmätyöskentely oli takana. Tässä arvioinnin vaiheessa, haastateltavat kuvasivat omaa tilannettaan tuon koko -vanhemmuusryhmän prosessin ajalta.

”Ryhmän alussa huomas, että jotain parantamisen varaa on ihan selkeesti, että kävi jopa täällä notkahduksen puolella, mut sit kyl ne ryhmän tulokset oli niin hyviä et tota laittasin sen tonne kolmosen paikkeille.”

Kolmannessa vaiheessa, eli tilanteessa kolmen kuukauden jälkeen ryhmän päättymisestä, jolloin Boosteri tapaaminen järjestettiin, olivat janan arvot asteikolla plus kahden ja plus kolmen välillä. Tilanne oli edelleen tuolloin melko hyvän ja hyvän välillä. Vanhemmat olivat tilanteeseensa jokseenkin tyytyväisiä ja tyytyväisiä. Arvot pysyivät vanhempien kohdalla muutoin samoina, mutta kahdella vanhemmalla arvot olivat vaihtuneet toisin päin. Eli tilanteessa kaksi oli arvona plus kolme, mutta kohdassa kolme tuo arvo oli pudonnut plus kahteen. Toisella vanhemmalla taas tilanne oli noussut toisesta vaiheesta kolmanteen plus kahdesta plus kolmeen.

”Mun mielestä ryhmän jälkeen on vaan ollu semmonen positiivinen jatkumo. Tavallaan semmonen haikeus ryhmän päättymisestä, mut silti jääny asiat kantamaan meille, että kylä sanoisin plus kolme, tuntuu siltä.”

Neljäs ja viimeinen vaihe kosketti haastattelutilanteen ajankohtaa. Siinä kohtaa ryhmän aloittamisesta oli osalla haastateltavissa kulunut noin kaksi vuotta ja toisilla noin puolitoista vuotta. Arvot janan asteikolla vaihtelivat plus yhden ja puolen sekä plus kolmen välillä. Tilanne oli tuolloin tyydyttävän ja melko hyvän välillä. Vanhemmat olivat jokseenkin tyytyväisiä tai tyytyväisiä tilanteeseensa. Useampi haastatelluista vanhemmista nosti esille sen, että ryhmän asiat olivat osittain ehkä hiukan unohtuneet ja jääneet toteuttamatta ja se heijastui heidän laittaessaan numeraalista arvoa janalle.

”No kyl mä ne periaatteet niinku esimerkiksi sen leikin osuus ni kyllä ne muistaa, et laitan ton kakkosen, mut se menee ehkä vähän siihen omaan, et ei oo saanu aikaseks.”

Ryhmän vaikuttavuutta selvittäessäni käyttämäni jana ja sen avulla esiin tuomat tulokset kertovat ryhmän vaikuttavuudesta selkeästi. Viisi vastaajaa kuudesta olivat omassa tilanteessaan selvästi miinuksien puolella. Ainoastaan yhden lähtötilanne oli nollassa. Haastatteluvaiheessa jokainen vanhempi koki oman vanhemmuuden tilanteensa nousseen janan asteikolla paremmalle asteelle, eli he olivat selvästi plussien puolella. Janan arvot kertovat, että ryhmällä on ollut pitkäkestoinen vaikuttavuus ryhmän käyneiden vanhemmuuteen. Haastateltavat kuvasivat ryhmän vaikuttaneen paljon heidän omaan vanhemmuuteensa ja parhaimmillaan se näkyi

yhden haastateltavan kuvauksena lähtötilanteen ollen miinus kolmessa ja haastatteluhetken tilanteessa plus kolmessa.

Useat haastateltavista toivat esille sen, että ryhmän vaikutus on ollut suuri ja asiat ovat jääneet vaikuttamaan vanhemmuuteen. Vaikuttavuus tuntuu, vaikka osa ryhmässä käsitellyistä asioista olikin unohtunut. Ryhmässä käsiteltyjen asioiden ja erityisesti ryhmän sisällön vaikutuksesta on muutosta vanhemmuudessa tapahtunut ja asiat lapsen kanssa sujuvat positiivisemmin. Ryhmässä opitut asiat kantavat arjessa. Ryhmän vaikuttavuus on nähtävissä janan avulla selvitettyinä pitkäkestoisena.

Kysyin haastateltavilta, onko heillä ollut muita vaikuttavia tekijöitä oman vanhemmuuden muutokseen ryhmän lisäksi, kun tilanne kaikilla haastateltavilla oli haastattelu hetkellä selvästi parempi kuin ennen ryhmää. Kaikki kuusi haastateltavaa vastasivat, että heidän kohdallaan ryhmä ainoana tekijänä on ollut vaikuttamassa siihen, että tilanne tällä hetkellä on hyvä. Ryhmän konkretia, neuvot, vinkit ja keinot sekä apu ovat olleet vaikuttavia tekijöitä muutokseen ryhmäläisten omassa vanhemmuudessa.

”Ilman ryhmää, ni ei mulla olis näitä keinoja.”

”Kyl mä nään et se on se ryhmä ja sitä mä oon sanonu muillekin et se on se mikä on kääntäny sen suunnan, kun me miehen kanssa opittiin puhumaan ja miettimään sitä vanhemmuutta niinku keskenämme.”

#### 6.1.2 Tavoitteet ja tarpeet vanhempana

Selvittäessäni vanhempien tavoitteita ja tarpeita ryhmän aikana ja sitä ennen, käytin haastatteluissa seuraavia kysymyksiä: Minkälaisia tarpeita sinulla oli vanhempana, kun lähdit ryhmään? Miksi hakeuduit ryhmään? Mitkä olivat tavoitteesi ryhmän aikana? Haastateltavat muistivat hyvin, minkälaisia tarpeita heillä oli ja mitkä syyt olivat heidät saaneet hakeutumaan ryhmään. Henkilökohtaiset tavoitteet olivat osalla vastaajista unohtuneet, mutta ne kuitenkin muistui mieleen haastattelun aikana.

Usealla vastaajista oli tarve oppia asettamaan lapselleen sopivia rajoja ilman, että itse hermostuu tilanteissa, joissa rajoja asettaa. Osalla oli myös tarve olla ohjaamatta lasta liikaa erilaisissa tilanteissa. Tarpeiksi nousivat itseluottamuksen ja varmuuden lisääntyminen vanhemmuudessa sekä kuulluksi tuleminen vanhempana. Tarpeena oli löytää uusia keinoja kohdata lapsen uhmaa, puuttua ristiriitatilanteisiin ja oppia ymmärtämään lapsen temperamenttia ja siitä johtuvaa käytöstä. Tarpeena oli myös löytää konkreettisia keinoja saada lapsi tottelemaan. Syyt hakeutua ryhmään olivat näiden tarpeiden takana. Haastateltavat halusivat löytää uusia tapoja toimia vanhempana niin, että arki olisi sujuvampaa ja mukavampaa.

”Varmuutta kautta itseluottamusta, että toimii kasvatuksellisesti oikeen, kun on monta lasta ni voi tehdä monia erilaisia ratkaisuja, niin tukea itselle, että toimii oikein, ulkopuolistenkin silmissä eikä vaan oo siinä omassa pienessä sykyssä, et näin pitää toimia. Ja ainahan, kun johonkin osallistuu, ni voi antaa toisille jotain ja saada itselle jotain.”

”Tarpeena saada tukea ja keinoja, et miten mä pystyn asettaan ne niin sanotut kultasen keskitien rajat.”

Haastateltavien tavoitteet nousivat näiden tarpeiden kautta. Usealla omat tavoitteet olivat hyvin konkreettisia. Tavoitteita, jotka nousivat esiin, oli löytää keinoja sisarusten välisiin ristiriitoihin, saada lapsi nukkumaan omassa sängyssä, oppia ymmärtämään lapsen temperamenttia tai löytää enemmän aikaa olla lasten kanssa. Yhden haastateltavan tavoitteena oli oppia soveltamaan omia oivalluksia tilanteissa lasten kanssa.

”Tavoitteita oli, kyllähän mulla tais olla se, kun mulla oli tosi vaikeeta sen lapsen uhman kanssa. Mä en osannu sen kanssa jotenki hanskata, et se oli se mun tulosyy.”

”Olin ehkä pikkusen hukassa sen lapsen temperamentin kanssa, et kun on niin äkkipikainen suuttumisessaan ja ne omat keinot oli niinku sitä kieltämistä ja rangaistuksen antamista vääränlaisesta toiminnasta, et tavoite oli löytää sen temperamentin ymmärtämiseen ehkä jotain.”

### 6.1.3 Vanhemmuuden taidot

Selvittäessäni, miten Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmä on vaikuttanut vanhemmuuden taitoihin eli miten vanhemmat ovat kokeneet vanhemmuuden taitojen muuttuneen ryhmän käymisen myötä, käytin haastatteluissa seuraavia kysymyksiä: Miten koet vanhemmuuden taitojen muuttuneen? Ryhmän sisältönä oli positiivisuus, menetelmät ja välineet, materiaali, ohjaajat ja vertaisryhmä, miten koet näiden asioiden vaikuttaneen omiin vanhemmuuden taitoihisi? Näitä sisältöjä käsiteltiin yksitellen jokaisen haastateltavan kanssa.

Haastateltavista lähes jokainen kertoi *positiivisuuden lisääntyneen* vanhemmuudessaan ainakin jonkin verran. Lasta voi kasvattaa huumorilla ja positiivinen lähestyminen säilyttää keskusteluyhteyden lapsen kanssa vähentäen huutamista. Positiivisen lähestymistavan katsottiin myös vähentävän lapsen turhaa kiukkua sekä lapsen turhaa kieltämistä. Haastateltavat nostivat esiin sen, että positiivisuuteen voi oppia ja positiivisuuden ylläpitämisen muistaminen on tärkeää.



”Mä oon koko ikäni kasvattanu näitä lapsii huumorilla ja silleen se on meillä mukana täs jokapäiväisessä jollain tapaa, mut ehkä se jotenki sillee et ei liian kärkeästi, et mieltii, ku lapset joskus tekee väärii ratkaisuja ja vanhemmat kenties vastaa niihin väärillä ratkaisuilla et tulee semmonen balanssi et säilyy se keskusteluyhteys eri tavalla et se ei oo semmosta huuto juttuu vaan pystyy keskustelemaan ihan oikeesti.”

”Positiivisuus, joo et ei enää tuu niinku kiellettyä semmosia asioita mitä ei oo oikeesti tarpeen kieltää, niinku se, et jos lapsi ei toimi mun mielen mukaan ni ei se oo niin iso ongelma.”

Vanhemmuuden taitojen muuttumisen tukena *menetelmät ja välineet* ryhmässä koettiin tärkeinä. Useampi haastateltavista koki, että on saanut konkreettisia työkaluja oman vanhemmuutensa tueksi. Ryhmässä rauhallinen eteneminen, konkreettiset esimerkit videoissa, ryhmäkeskustelut ja asioiden harjoittelu ryhmässä sekä kotitehtävien tekeminen koettiin tukeneen vanhemmuuden taitojen muutoksessa. Konkreettiset välineet, kuten vanhemmuuspyramidi, sääntöjen kirjaaminen ja tarrataulukko koettiin merkityksellisinä välineinä, samoin kuin palkitseminen ja rajojen asettaminen. Myös erilaisten taitojen opettaminen lapselle, kuten asioiden ja tunteiden sanoittaminen ja ongelmanratkaisutaidot koettiin hyvinä. Yhteisen ajan ja leikin merkityksen oivaltaminen koettiin tärkeinä asioina tukemaan muutosta vanhempana.

”Ainakin silloin siitä oli tosi paljon hyötyä, kun kokeiltiin niitä, et jotenki siinä oli, et jos mä olisin vaan lukenu ne kirjasta, enkä kokeillun ni en tiiä olisinko mä sit tehny niitä loppuun asti, et kyl niinku jollain tapaa se, et oli niitä tehtäviä ja piti tehdä.”

”Ne videot on ollu hyviä, koska siitä on tosiaan nähny sen, et miltä se näyttää se tilanne hyvänä ja huonot tilanteet. Ja ryhmäkeskustelut ehdottomasti hyviä, koska siinä tulee sitä jakamista.”

”Ku niitä juttuja harjottelee kotitehtävien kautta ja muutenki omien lasten kanssa niinku pitkin sitä ryhmää, niin se ei tunnu yhtään siltä, että hyppää johonkin tuntemattomaan vaan sen ryhmän aikana kasvaa siihen, et tulee siinä pikkuhiljaa ni valmiudet kasvaa ni ei tunnu mitenkään rajulta.”

”Mä pelkäsin sitä, et mä pidän liian kovat rajat ja niinku stumppaan sen lapsen, et en anna sen tuntee niitä asioita ja näyttää niitä, sitä mä pelkäsin. Mut nyt mä huomaan et mä annan sen niinku näyttää ne tunteet ja puhutaanki siitä, et

mitä sanoja ne on ja mitä tunteita ne on. Oon antanu tosi paljon sitä semmosta siimaa.”

*Materiaalin osuus* vanhemmuuden taitojen muutoksissa koettiin hyvänä. Ihmeelliset vuodet -kirjan lukeminen, jääkaappimuistilaput ja selkeä materiaali kokonaisuudessaan koettiin tukeeneen vanhemmuutta. Kaikilla haastateltavilla oli ryhmästä saatu materiaalikansio tallessa, mutta siihen ei juurikaan kukaan ollut palannut ryhmän käymisen jälkeen. Suurin osa haastateltavista kuitenkin sanoi, että on tärkeää materiaalin olevan tallessa, jotta siihen voi tarvittaessa palata. Kuudesta haastateltavasta kolme oli hankkinut ”Ihmeelliset vuodet” kirjan itselleen.

”Kyl se oli hyvä se kirja, kun siitä sai sen tiedollisen puolen ja tota sit ne matskut joo, kun siellä oli niitä tehtäviä ja sit niitä lappuja, mikä on edelleen tossa jääkaapissa, ni kyl ne oli hyviä ja ajo paikkansa.”

”En oo oikeestaan palannu niihin (materiaaleihin), et sithän ne on tuolla, jos tulee semmonen tilanne.”

*Ohjaajien tuki* suhteessa vanhemmuuden taitojen muutokseen koettiin olevan tärkeä. Ohjaajien ideat, kannustaminen, innostus ja rauhallisuus koettiin merkittävänä asioina. Erään haastateltavan kokemuksen mukaan ohjaajien kanssa sai olla oma itsensä. Ohjaajien koettiin luovan ryhmään avoin ja rento ilmapiiri, joka auttoi ryhmässä olemiseen. Se, että ohjaajia oli ryhmässä kaksi ja ryhmää ohjattiin työparina, koettiin hyvänä. Ohjaajien soittamat viikoittaiset puhelut ryhmäläisille koettiin myös merkityksellisinä. Ohjaajien tuen olisi toivottu jatkuvan jollain tavalla ryhmän jälkeen.

”Teis ohjaajissa oli se juttu kerta kaikkiaan, et se oli todella hyvä. Teil oli ihainii ideoita ja saitte tartuttuu niihin asioihin ja muuta.”

”Ohjaajien tuki, se on hirveen hyvä ja on hirveen hyvä et, teitä on kaksi ja sit ne oli tärkeitä ne puhelutkin, koska sit tavallaan sai purkaa niitä probleemeja silleen pienesti siinä.”

*Vertaisryhmän tuki* koettiin merkittävänä osana vanhemmuuden taitojen muutokselle. Ryhmän koettiin antavan voimaa sekä voimavaroja ja ryhmästä sai itselleen palautetta. Muiden vanhempien jakamat kokemukset auttoivat oppimaan ja näkemään oman tilanteensa eri näkökulmasta. Vertaistuellinen kokemus siitä, että ei ole yksin tilanteessa, vaan kaikki ryhmässä

olevat vanhemmat kamppailevat samojen pulmien kanssa, nousi usean vanhemman haastattelussa esiin. Tällainen kokemusten jakaminen koettiin merkittävänä. Toisen onnistumisesta ja edistymisestä osattiin iloita ja ryhmän jäsenet kannustivat toisiaan.

”Kyllä joo heidän (muiden ryhmässä olevien vanhempien) kokemuksistaan pystyy just siinä ryhmän aikana oppimaan ja huomioimaan sitä omaa tekemistä ja tulee tavallaan heti sit ne paremmat käytännöt itelle käyttöön heti.”

”Huomas ihan oikeesti, et muillakin ihmisillä on saman tyylisiä ajatuksia ja ihmetyksiä, onks tää tälleen, miten kannattas, miten pystyy ynnä muuta, et ku välillä ennen ryhmää niinku kuvitteli et tälleen se kuuluu mennä ni sit tuli se epävarmuus et entä jos mä en toimikkaan niinku pitäis ja pystyisinki paremmin. Mut huomasin, et muilla ihmisillä on ihan samoja ongelmia, et ei oo tavallaan yksin siinä jutussa. Et niitä samoja tyhmiä ajatuksia on muillaki päässä. Et ei tarvii vaatii iteltään niin paljoo.”

Yleisesti vanhemmuuden taitojen muutoksia haastateltavat kuvailivat tulleen paljon omaan vanhemmuuteensa. Muutokset näkyivät siinä, että *selkeiden ja lapselle sopivien rajojen asettaminen oli sujunut*. Huutaminen lapselle oli vähentynyt ja itseluottamus vanhempana oli kasvanut. Oivallus, että lasta ei tarvitse ohjata jatkuvasti tai antaa käskyjä, oli helpottanut omaa toimintaa vanhempana. Kehuminen, kannustaminen, lapsen tarpeiden ymmärtäminen yksilöllisesti ja negatiivisten tunteiden hyväksyminen olivat tulleet osaksi vanhemmuutta. Lapsen näkökulman huomioiminen asioissa ja monipuoliset taidot toimia vanhemmuudessa nousivat esiin haastatteluissa. Myös yhteinen aika lapsen kanssa oli lisääntynyt ja vanhempana osasi haastateltavien kertoman mukaan toimia paljon rennommin. Yksi haastateltavista nosti esiin sen, että hän oli vanhemmuuspyramidin avulla saanut keinoja muuttaa omaa vanhemmuuttaan. Aina voi korjata virheliikkeitä, jos sellaisia omassa toiminnassaan huomaa.

”Muistan aina ja ikuisesti sen, et mä sain sieltä (ryhmästä) sen, et ei tarvii puhuu koko ajan, ei tarvii koko ajan sanoo mitä toinen ei saa tehdä. Onhan se ihminen itekkin se lapsi, oppii ja osaa itsekin tehdä asioita, ei tarvii koko ajan ohjata.”

”Oon kautta aikojen kehunu lapsii ja asettanu rajat ja pitäny niistä rajoista ja jos jotain on niin se sit mennään läpi mut ryhmän myötä mä oon ehkä pehmentäny niitä ja kattonu eri tavalla sen. Ne ei oo ehkä niin radikaaleja, et ehkä semmosta tavallaan se on lapsillekin mukavampaa, et ei oo heti se pahin vaihtoehto.”

”Taitoja on niinku hirveen paljon enemmän ja sit voi niinku kokeilla siinä hetkessä et no mikähän tässä kohtaa nyt olis semmonen, et on niinku enemmän niitä vanhemmuuden taitoja.”

”Pyrkii ottaan silleen yksilöllisesti näitä, et tekee sen yhden lapsen kanssa juttuja ja ehkä ajattelee niitä asioita enemmän et mikä vaikutus niillä on. Et just, jos se yhteinen aika on jääny vähemmälle ja lapsi kiukuttelee ni osaa ajatella sen niin, et en mä yhtään ihmettele et siitä tuntuu tolta.”

Selvittäessäni teemoittain Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän vaikutuksia vanhemmuuteen, nousi esiin, että ryhmän kokonaisuus, erilaiset materiaalit ja menetelmät ovat tärkeä osa edistymistä. Ryhmän vertaistuki ja ohjaajien kannustus ovat merkittäviä elementtejä vaikuttavuuteen. Vanhemmuuden taitojen koettiin laajentuneen ja parantuneen huomattavasti ryhmän aikana. Nuo taidot kantavat edelleen arjessa vanhempana toimimisessa. Ryhmässä opitut ja oivalletut asiat ja erilaiset tavat toimia yhdessä lapsen kanssa ovat edelleen käytössä. Haastateltavat vanhemmat nostivat esiin sen, että selkeästi Ihmeelliset vuodet -vanhemmuustyhmän käyminen on ollut heidän vanhemmuuteensa positiivisesti vaikuttanut tukimuoto.

Ryhmän erilaiset menetelmät koettiin suurelta osin olevan vaikuttava tekijä siihen, että omat vanhemmuuden taidot ovat muuttuneet. Konkreettiset ja positiiviset menetelmät, kuten pal-kitseminen ja kannustaminen, ovat jääneet vanhempien käyttöön ja niiden turvin on arjessa pärjätty hyvin lasten kanssa. Materiaali koettiin hyvänä erityisesti ryhmän aikana. Siihen ei juurikaan oltu palattu ryhmän jälkeen. Vanhemmat kokivat kuitenkin sen hyvänä asiana, että materiaali on olemassa, jos siihen tarvitsee palata.

Tässä tekemässäni opinnäytetyössä on keskitytty ainoastaan vanhempien kokemuksiin. Lasten näkökulmaa tai muutosta lasten käyttäytymisessä ei ole selvitetty tarkemmin. Opinnäytetyössä tehdyn tutkimuksen tuloksena vanhemmat ovat kokeneet muutoksen omassa vanhemmuudessaan olleen positiivista ja he kertovat löytäneensä uusia tapoja toimia lastensa kanssa. Nämä uudet tavat ovat auttaneet vanhempia saamaan lapsen käyttäytymään toivomallaan tavalla ja tottelemaan heitä paremmin. Vanhemmat ovat myös kuvanneet sitä, että heidän oma näkökulma asioihin on muuttunut niin, että he pystyvät paremmin katsomaan asioita lapsen näkökulmasta, jolloin heidän on ollut helpompi ymmärtää ja hyväksyä lapsen huonoa käytöstä.

#### 6.1.4 Perhe-elämä

Selvittäessäni Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän vaikuttavuutta ryhmän käyneiden vanhempien perhe-elämään, käytin seuraavia kysymyksiä: Minkälainen vaikutus ryhmällä oli yhteiseen vanhemmuuteen? Minkälainen vaikutus ryhmällä oli perheen muihin lapsiin? Oliko ryhmän käymisellä vaikutusta parisuhteeseen? Myös näitä aiheita käsiteltiin yksitellen haastatteluvierien kanssa.

*Yhteisen vanhemmuuden koettiin pääosin parantuneen ryhmän myötä.* Ainoastaan yhden haastateltavan mukaan, yhteiseen vanhemmuuteen ei ryhmällä ollut minkäänlaista vaikutusta. Haastatteluissa tuli esiin, että vanhemmuutta on voinut jakaa toisen vanhemman kanssa ja vanhemmuudesta on keskusteltu. Yhteiset pelisäännöt ja yhteinen linja vanhemmuudessa oli löytynyt ja sen vaikutus näkyy suoraan lapsissa ja heidän hyvinvoinnissaan. Toisen erilaisuus vanhempana on ollut helpompi hyväksyä. Toiselle vanhemmalle on ollut helpompi antaa neuvoja haastaviin tilanteisiin. Vastauksissa nousi esille se, että molempien vanhempien osallistuminen yhtäaikaaisesti ryhmään on tärkeää. Ryhmän sisällöstä voi kertoa ja sitä voi ohjeistaa toiselle vanhemmalle, joka ei ole osallisena ryhmässä mukana. Tällainen toiminta on kuitenkin paljon haastavampaa kuin se, että toinen vanhempi olisi itse paikalla kuulemassa ja oppimassa asiat.

”Tosi isoja (vaikutuksia) ja varmaan se, et me ollaan paremmin pystytty olemaan yhdessä vanhempina on varmasti vaikuttanu siihen meidän lasten parempaan tilanteeseen. Et vaikka me ollaan oltu jossain asioissa erimieltä ni silti ollaan haettu sitä yhteistä ja mietitty, et mikä tässä on se hyvä juttu. Et on ihan oleellinen ja ihanne tilanne et siel on ne kaksi.”

”Se on varmaan se suurin ongelma, kun mies ei ollu siellä, et sen huomaa et mä oon oppinu hirveen paljon, mut sit jotenki tuntuu et se yhteinen tavallaan, et molemmat hiffais sen, et toinen saattaa ajatella eritapaa ja toinen toisella tapaa.”

*Ryhmän vaikutus myös perheen muihin lapsiin* nähtiin hyödyllisenä. Haastateltavista vanhemmista ainoastaan yhdessä perheessä oli vain yksi lapsi. Yksi haastateltavista kertoi pystyvänsä hyödyntämään ryhmän sisältöä jopa omaan lapsenlapsensa. Ryhmän sisältöä koettiin voivan hyödyntää perheen kaikkiin lapsiin ikään katsomatta. Myös se, että ryhmän sisältöä tai menetelmiä voi hyödyntää eri tavalla perheen muihin lapsiin, kullekin omalla tavallaan koettiin hyvänä.

”No joo kyl se niinku mun mielestä sit jotenki et kyl mä oon käyttäny samalla tavalla niitä menetelmiä siihen pienempäänkin. Et jotenkin se hänen uhma,

missä hän nyt on, hän ilmentää sitä eri tavalla, mut silti niitä menetelmiä voi käyttää. Ehkä vähän erilaisia hänen tähän tahto ikäänsä, mikä onneksi on sieltä tullut.”

”Must tuntuu, et nää isommat imi vielä paremmin ku tää pienimäinen, et taval-  
laan vaik se kohdentu pienimpään, ni niitä juttuja hiukan muuttamalla se pal-  
veli näit isompia lapsiaki tosi hyvin.”

*Parisuhteeseen heijastuvia vaikutuksia* nähtiin jonkin verran. Ryhmällä on ollut parisuhteeseen kaikin puolin helpottava vaikutus ja sen myötä parisuhteelle koettiin jäävän enemmän aikaa. Vanhemman oma hyvä mieli lapsen kanssa nähtiin heijastuvan parisuhteeseen. Ryhmässä käyminen on tuonut esiin tärkeitä asioita parisuhteesta ja sen tilasta. Kahden haastateltavan mukaan vaikutusta ei ollut lainkaan. Heistä toinen kertoi, että lasten ollessa nyt pieniä, ei parisuhteelle oikein ole aikaa. Toisen mukaan tuli jopa harmi siitä, kun toiset olivat ryhmässä pariskuntana ja saivat yhdessä pohtia asioita hänen käydessä ryhmässä ilman puoli-soaan.

#### 6.1.5 Tukipalveluiden tarve vanhempana

Selvittäessäni vanhempien tukipalveluiden tarvetta kunnan perhepalveluissa, käytin seuraavia kysymyksiä: Oliko sinulla vanhempana tarvetta kunnan perhepalveluiden tarjoamille tukipalveluille ennen ryhmää, ryhmän aikana tai ryhmän jälkeen? Jos oli, niin minkälaisia?

Haastatteluiden perusteella kuuden vanhemman avun tarve perhepalveluiden tukipalveluissa on ollut vähäistä. Kolmella kuudesta on ollut perhetyön kontakti ennen ryhmää tukemassa vanhemmuutta. Yhdellä kuudesta on ollut lastensuojelun asiakkuus. Muuten vanhemmilla on ollut käytössään ainoastaan kunnan peruspalveluita, kuten päivähoito, neuvola ja kerhotoiminta.

” Joo oli se perhetyö siellä Ompussa, kävin siellä ja joitain kertoja kävi täällä ja joitain kertoja käytiin siellä miehen kanssa yhdessä.”

” Ei me olla oikeestaan oltu tekemisissä muuten ku kerhot, et ei oo kyl tää ryhmä oli ihan ensimmäinen.”

Ryhmän aikana kenelläkään haastatelluista ei ollut käytössään perhepalveluiden tukea. Yhdellä on ollut seurakunnan diakonin kontakti ja yhdellä perheellä oli käytössään lastenhoitoapua ryhmän ajan. Tuo lastenhoitoapu oli järjestetty Ihmeelliset vuodet ryhmänohjaajien toimesta vapaaehtoistyöntekijän turvin. Muutoin kaikki vanhemmat ovat pärjänneet ilman perhepalveluiden tukea.

*Ryhmän jälkeen kukaan kuudesta haastateltavasta ei ollut tarvinnut tuekseen kunnan perhepalveluita, vaan ryhmän tuki oli ollut riittävää. Ainoastaan yksi haastateltava kertoi soittaneensa perhepalveluihin kysyäkseen neuvoa yksittäiseen vanhemmuuden haasteisiin liittyvään asiaan. Hän kertoi tämän puhelun olleen riittävä tuki kyseiseen tilanteeseen.*

” Siis joo tota näitä perhepalveluita, no kerran soitin joo, mut ei siis mitään oo ollu sen kummempaa.”

Selvittäessäni vanhempien tarvetta käyttää kunnan tarjoamia perhepalveluita ennen ryhmää, sen aikana tai ryhmän käymisen jälkeen, oli tarve vähäistä. Näin voi siis ajatella, että ryhmän käymisen vaikutus näkyy myös siinä, että muuta vanhemmuutta tukevaa palvelua ei tarvita tukemaan vanhemmuutta. Ryhmän tuki on riittävää ja sen vaikutus on pitkäkestoista.

## 6.2 Tutkimuksen luotettavuus

Opinnäytetyössäni tutkin Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän vaikutusta ja vaikuttavuutta ryhmän käyneiden vanhempien vanhemmuuteen, heidän omakohtaisena kokemuksena. Ryhmän käymisen ajankohdasta on kulunut jonkin aikaa, jolloin vaikuttavuus on päässyt näkyämään vanhemmuudessa ja toiminnassa perheen perus arjessa lapsen kanssa. Osallistuminen haastatteluun on ollut täysin vapaaehtoista ja haastateltavaksi pyydetty vanhemmat on valittu täysin satunnaisesti. Haastateltavat ovat saaneet valmiiden, ryhmätoimintaan liittyvien teemojen mukaan, kertoa oman näkemyksensä sekä kokemuksensa pohjalta sen, mitä ovat halunneet kertoa.

Tutkimus on toteutettu selkeän suunnitelman ja aikataulun mukaisesti. Tutkimuksessa on käytetty perustellusti laadullista tutkimusta ja siihen liittyviä analysointimenetelmiä. Haastattelut on toteutettu haastateltavien tunnistamattomuutta ja yksityisyyttä kunnioittaen. Haastattelut on purettu kirjallisiksi teksteiksi haastateltavien puheiden ja kommenttien mukaan ilman omaa tulkintaa tai sanojen merkitysten muuttamista.

Omaa rooliani haastattelijana olen pohtinut avoimesti ja tuonut ristiriidan esiin. Toimiessani haastattelijana itse haastattelutilanteessa, olen haastateltavalle samalla myös ryhmän toinen ohjaaja. Haastatteluiden sisällössä haastateltava pohti ohjaajien merkitystä ryhmän vaikutukselle ja vaikuttavuudelle. Haastatteluiden alussa pyysin haastateltavia olemaan täysin rehellisiä vastauksissaan huolimatta siitä, että olen toiminut ohjaajana ryhmässä. Koen, että roolini ei ole vaikuttanut haastateltavien vastauksiin tai sanomisiin, koska he pystyivät antamaan haastattelut omiana itsenään ja juuri niin, kuin he ovat asian kokeneet. He antoivat myös kriittisiä ja ryhmän toimintaa kehittäviä kommentteja haastatteluissa. He myös aidosti pohtivat omaa tilannettaan esimerkiksi janan avulla laittaessaan numeraalisia arvoja oman kehi-

tyksensä ja muutoksensa mukaan. Uskon, että jo ryhmän aikana omalla nimellä annetut palautteet jokaisesta ryhmäkerrasta madalsi nyt tässä kohtaa kynnystä kertoa asioista ja kokemuksistaan rehellisesti, roolistani huolimatta. Pyrin haastattelutilanteessa olemaan kommentimatta heidän sanomisiaan. Ainoastaan tarkensin lisäkysymyksiä heidän sanomaansa tai sanoitin heidän itse sanomiaan asioita ääneen, varmistaakseni kuulleen ne oikein.

Mielestäni opinnäytetyössäni tekemäni tutkimus on luotettava. Sen tulokset viittaavat aiempiin tehtyihin tutkimuksiin hyvin samansuuntaisesti. Opinnäytetyö on kokonaisuudessaan tehty hyvää tutkimustapaa noudattaen ja sen tekemistä on pohdittu monesta eri näkökulmasta, niin eettisesti kuin myös käytännön kannalta.

## 7 Johtopäätökset

Opinnäytetyössäni tehdyn tutkimuksen tuloksia on esitetty edellisessä luvussa. Olen tehnyt yhteenvetoa haastatteluissa esiin nousseista asioista. Kaikista vastauksista nousee esille jollain tavalla eri näkökulmistakin tarkastellessa se seikka, että Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmällä on vaikuttavuutta. Ryhmän käyneet vanhemmat kokevat ryhmän tuoneen heidän vanhemmuuteensa paljon hyviä asioita. Heillä on uusia tapoja toimia lapsensa kanssa arjessa positiivisemmin, kuin ennen ryhmää.

Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän toiminta vastaa Nurmijärven kunnan palveluntuottamisen tavoitteisiin kattavasti. Sosiaalihuoltolain (3:28 §) mukaan lapsiperheille suunnattujen palveluiden tarkoituksena on tukea vanhempia kasvatustehtävässään. Nurmijärven kunnan perhe- ja sosiaalipalveluiden tavoitteena on tarjota kuntalaisille hyvätasoisia ja taloudellisia palveluita (Perhe- ja sosiaalipalvelut 2016). Kuntastrategian pääpainoalueeksi on nostettu lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen ja perheiden tukeminen (Nurmijärven laaja hyvinvointikertomus 2009-2013 2014, 49). Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmä toiminta on kirjattu osaksi Nurmijärven kunnan lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmaa, jonka tehtävänä on palvella kunnan strategian toteutumista (Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2014-2016 2014, 5). Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmä vastaa niin kunnan tavoitteisiin kuin vanhempien kokemaan tuen tarpeeseen. Ryhmätoiminta Nurmijärven kunnassa on laadukasta ja vanhempia osallistavaa toimintaa. Ryhmänohjaajat ovat koulutettuja ja kokeneita. Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmä tarjoaa mahdollisuutta ennaltaehkäisevänä palveluna vanhemmille luoda muutosta vanhemmuudessaan. Tuo muutos heijastuu suoraan lapsen hyvinvointiin ja sitä kautta lapsen toimintaan suhteessa muihin ihmisiin ja ympäristöihin.

Rytkönen ja Rönkkö (2010,124) kuvaavat vanhemmuuden olevan sitä, että näkee lapsensa, tunnistaa hänen tunteitaan ja tarpeitaan, huomioi lapsen välittämät viestit vastaten niihin ja rakastamalla lasta haastavissakin tilanteissa. Hakeutuessaan ryhmään mukaan, on vanhempi kokenut pulmia ja haasteita omassa toiminnassaan vanhempana. Vanhemmalla itsellään on



halu ja tarve muuttaa omaa toimintaansa. Vanhemmat haluavat nauttia omasta vanhemmuudesta ja arjesta lapsen kanssa. Jokainen vanhempi varmasti rakastaa lastaan, vaikka tämä ei aina käyttäytyisikään parhaalla mahdollisella tavalla. Tammisen (2004, 95-97) mukaan monet vanhemman tehtävät, kuten sääntöjen luominen, rajojen asettaminen ja kontrollin ylläpitäminen ovat tärkeitä asioita lapsen elämässä. Joskus näiden asioiden toteuttaminen ja ylläpitäminen voivat olla haasteellista vanhemmille. Vanhemmalla on kuitenkin halu toimia hyvänä vanhempana lapselleen ja toteuttaa vanhemmuuden tehtäviä hyvin. Opinnäytetyössäni esiin tulleiden tutkimustulosten mukaan vanhemmat kokivat ryhmän hyödyllisuuden juuri siinä, että ryhmä tarjosi erilaisia työkaluja ja toimintatapoja näihin haastaviin tilanteisiin arjessa lapsen kanssa. Nämä uudet työkalut antavat mahdollisuuden nauttia vanhemmuudesta ja ajasta oman lapsen kanssa.

Nykyajan arki ja perhe-elämä ovat kiireistä aikaa ja vanhemmat kokivatkin Lammi-Taskulan ja Salmen (2014,38,41) tekemän tutkimuksen mukaan olevan huolissan omasta jaksamisestaan. Vanhemmat olivat myös huolissaan siitä, että työnsä vuoksi heille ei jää tarpeeksi aikaa olla lasten kanssa. Osallistuessaan Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmään, vanhempi sitoutuu 14 viikon ajan käymään ryhmässä ja tekemään työtä muutoksen eteen. Vanhemmalla on halu toimia lapsensa parhaaksi, vaikka arki on kiireistä ja voimavaroja vievää. Ajattelen, että ryhmään osallistuvalle vanhemmalle tuo ainutlaatuinen suhde omaan lapseen on niin tärkeä, että hän on valmis tekemään sen eteen paljon töitä. Tuo työskentely kantaa hedelmää erityisesti silloin, kun vanhempi ottaa käyttöön uudet oppimansa toimintatavat ja menetelmät. Antamalla aikaa lapselle ja toteuttamalla arkea yhdessä lapsen kanssa, pääsee näkemään positiivisen muutoksen niin omassa toiminnassaan kuin lapsen käytöksessä.

Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän sisältö on hyvin monipuolinen ja laaja. Menetelmää käytetään ja se on levinnyt laajasti ympäri maailmaa. Ihmeelliset vuodet -menetelmän keulakuva Carolyn Webster-Stratton (2010, 22-23), on kerännyt tutkimustulostensa pohjalta yhteen tehokkaat kasvatusmenetelmät ja niistä on koottu erilaisia ohjelmia vanhemmuuden tueksi, joita toteutetaan vanhemmuusryhminä. Vanhemmat tulevat ryhmään omine tarpeineen ja tavoitteineen. Opinnäytetyöni tutkimustuloksissa nousi esille se, että ohjaajien on tärkeää huomioida jokaisen vanhemman omat tavoitteet ja auttaa jokaista vanhempaa saavuttamaan nuo tavoitteeseensa vanhempana. Tähän auttaa se, että ryhmän sisältöä käsitellään selkeässä järjestyksessä selkeällä struktuurilla. Niemistön (2012, 67-79) mukaan ryhmänohjaajan tehtävänä on auttaa ryhmää työskentelemään tarkoituksen mukaisesti ja huolehtia ryhmästä monin tavoin muistaen roolinsa ryhmänohjaajana. Koen erityisen tärkeänä sen, että ryhmänohjaajien tulee olla kannustavia ja innostuneita työssään, jotta he voivat tukea vanhempia saavuttamaan tavoitteensa. Tämän toivon näkyvän omassa tavassani toimia ryhmänohjaajana.

Vertaistuen merkitys nousi yhtenä merkittävänä tekijänä vanhemmuuden taitojen muutokselle. Vertaistuella on hyvin vahva rooli vanhemmuuden muutoksissa. Kuten Ekström ym. (2008, 276-278) kuvaavat teoksessaan, että tarve osallistua ryhmätoimintaan nousee siitä, että haluaa tulla välitetyksi ja kuulluksi. Ryhmässä saa jakaa asioita ja ryhmässä voi kokea ymmärrystä ja vapautua mahdollisista syyllisyyden tunteista. On siis tärkeää järjestää vanhemmille sellaisia toimintaa, joka mahdollistaa jakamisen. Vertaisryhmillä on oma tarpeensa ja siihen tarpeeseen tulee vastata. Uudistettu sosiaalihuoltolaki (3:28 §) kannustaa järjestämään vertaisryhmätoimintaa sitä tarvitseville vanhemmille turvaamaan lapsen ja nuoren hyvää vointia ja kehitystä. Ryhmästä saatu kannustus ja onnistumisen kokemukset kantavat pitkälle tulevaan ja ovat osaltaan vaikuttamassa vaikuttavuuden syntyyn.

Opinnäytetyössäni tehty tutkimus on hieman erilainen kuin luvussa 4.4 esiin nostamani aiemat maailmalla tehdyt tutkimukset ryhmästä. Opinnäytetyössäni tehdyn tutkimustulokset ovat kuitenkin hyvin saman kaltaiset, kuten Walesissa vuosien 2003-2005 välisenä aikana tehdyn tutkimuksen tulokset (Atherton 2007). Tutkimuksen mukaan vanhemmat kokivat, että vanhemmuuden taitoja oli tullut lisää, positiivisuus vanhemmuudessa oli lisääntynyt ja se näkyi suorana vaikutuksena lapsen käyttäytymiseen. Portugalissa oli tutkittu ryhmän vaikuttavuutta puolen vuoden ja vuoden seurannassa. Vanhemmuuden taidot olivat parantuneet huomattavasti ja tuo parannus oli edelleen nähtävissä vuoden seurannassa. Tuon tutkimuksen tulokset kertoivat sen, että Ihmeelliset vuodet-vanhemmuusryhmän käymisellä on vaikuttavuutta vanhempien toiminnassa. (Azevedo, Canavarro, Gaspar, Homem & Seabra-Santos 2014a.) Opinnäytetyöni tutkimustulokset kertovat samaa kieltä. Ryhmällä on vaikuttavuutta positiivisesti ja pitkäkestoisesti vanhemmuuteen. Näin ollen voidaan todeta, että opinnäytetyössäni esiin nostamani tutkimustulokset voidaan yleistää ja todeta, että aiempiin muihin tutkimuksiin verrattuna, tulokset noudattelevat samaa linjaa.

Tekemässäni opinnäytetyön tutkimuksessa on haastateltu hyvin pientä otantaa kaikista ryhmän käyneistä vanhemmista. Heidän esiin nostamat asiat haastatteluissa ovat kuitenkin kaikki hyvin samansuuntaisia. Ryhmä koetaan hyödyllisenä ja konkreettisesti vanhemmuutta tukevana toimenpiteenä. Opinnäytetyön tutkimustulokset puoltavat sitä, että kunnassa kannattaa ylläpitää Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmä toimintaa järjestämällä ryhmiä säännöllisesti ja suunnitelmallisesti niin, että toiminnalla on jatkuvuutta. Pia Karjalaisen ym. (2016, 736, 738) tutkimuksen mukaan vanhemmat ovat eriarvoisessa asemassa kautta Suomen, sillä Ihmeelliset vuodet -ryhmätoimintaa ei ole tarjolla koko maan kattavasti. Onkin ensiarvoisen tärkeää säilyttää ryhmätoiminta Nurmijärvellä ja tarjota kuntalaisille ennaltaehkäisevää ja vahvaa tukea tarjoavaa vertaisryhmätoimintaa Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmätoimintana.

Vaikuttavuuden ja vaikutuksen tasot nousevat selkeänä esiin opinnäytetyössä. Ryhmän käymisen positiiviset vaikutukset heijastuvat välittömästi lapseen, perheen arkeen, vanhemmuuden taitoihin ja tapoihin toimia lapsen kanssa. Webster-Stratton (2008, 12) kuvaa tekstissään mallioppimisen merkitystä suhteessa lapseen. Vanhemman muuttaessa omaa tapaansa toimia, muuttuu myös lapsen käyttäytyminen. Heidän välinen vuorovaikutuksensa muuttuu positiivisemmaksi ja vanhemman on helpompaa suhtautua ja kestää lapsen huonoa käytöstä. Tällä muutoksella on vaikutusta moniin asioihin, kuten lapsen ihmissuhteisiin, tekemiseen ja olemiseen hänen omissa toimintaympäristöissään. Lapsen käytöksen positiivisella muutoksella on vaikutusta koko perheen toimintaan ja vanhempien parisuhteeseen. Vaikutuksen kehä on laaja. Muuttuneet asiat arjessa tukevat arjen sujuvuutta ja se voidaan nähdä pitkäkestoisena vaikuttavuutena. Tämä vaikuttavuus voidaan todentaa opinnäytetyössäni haastatteleminen vanhempien kuvaillessa muutosta vanhemmuudessaan tilanteesta ennen ryhmää aina haastattelun hetkeen asti. Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmä on tehokas ja vanhempia voimauttava tapa auttaa vanhempia löytämään vertaistuen avulla uusia tapoja toimia vanhempana.

Kustannuksiltaan ryhmän vaikuttavuutta on vaikeaa laskea euroissa. Kuitenkin yhdellä ryhmäkokonaisuudella voidaan tukea useita perheitä ja pääsääntöisesti ryhmästä saatu tuki koetaan niin vaikuttavana, että ryhmän käytyään perheet eivät juurikaan ole tarvinneet palveluita vanhemmuutensa tueksi. Pitkällä aikavälillä tästä voi koitua kunnalle merkittäviäkin säästöjä. Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän vaikutus kokonaisuudessaan heijastuu kaikkiin ryhmän osallistujiin, myös ohjaajiin. Ohjaajan näkökulmasta voisi tuoda esille sen, että ryhmän positiivinen energia ja vanhempien työskentelypanos oman edistymisen eteen ovat ohjaajaa itseä omassa työssä kantavia elementtejä. Ryhmästä saatu positiivisuus vaikuttaa työssä jaksamiseen ja sitä kautta työhyvinvointiin. Uskon tälläkin olevan taloudellista merkitystä jollain tasolla. Hyvin voivat vanhemmat ja lapset sekä työntekijät tuovat varmasti kunnalle enemmän taloudellisia säästöjä kuin kuluja.

## 8 Pohdinta

Opinnäytetyön tekeminen on kaiken kaikkiaan ollut mielenkiintoinen ja paljon uusia asioita opettava projekti. Olen päässyt työskentelyn edetessä tutustumaan tutkimuksen tekemiseen ja oppinut sen toteuttamista kaikkine työvaiheineen. Olen päässyt tutkimaan itselleni tärkeää aihetta ja samalla myös omaa työtäni ja sen hyödyllisyyttä. Pääasiallisesti opinnäytetyön tekeminen eteni suunnitelman mukaan ja sain toteutettua sen hyvin laatimani aikataulun puitteissa. Olen moneen asiaan erittäin tyytyväinen opinnäytetyön tekemisessä ja toteuttamisessa. Opinnäytetyön aiheen rajaaminen oli haastavaa, erityisesti teoreettista taustaa kirjoittaessa. Aina löytyi jotakin uutta ja mielenkiintoista tietoa, jota olisin voinut työssäni hyödyntää. Mielestäni sain kuitenkin kirjoittamisen rajattua kaikkein tärkeimpiin asioihin opinnäytetyöni kannalta. Kaikista tärkeimpänä, sain vastauksia asettamaani tutkimusongelmaan.

Kuitenkin jälkikäteen tulee mieleen monenlaisia ajatuksia ja kysymyksiäkin omasta jo tehdystä työstä. Tutkimustuloksia purkaessani huomasin pohtivani, olisiko sittenkin pitänyt vielä kysyä jotakin aisaa tarkemmin tai olisiko sittenkin pitänyt muotoilla kysymykset tai teemat eri tavalla. Olisinko saanut laajemman tai paremman kuvan vaikuttavuudesta jollakin toisella menetelmällä tai tavalla toimia. En tietoisesti lähtenyt kyselemään tai tuomaan esille haastateltavien taustatietoja sen tarkemmin. En eritellyt onko kyseessä mies vai nainen, onko haastateltavalla useita lapsia, oliko haastateltava yksin vai yhdessä puolison kanssa ryhmässä tai mikä oli haastateltavan osallistumisprosentti ryhmäkerroille. En ajatellut näillä asioilla olevan merkitystä tutkimusongelmaani nähden. Olen edelleen sitä mieltä tutkimuksen tekemisen jälkeen, että en tarvinnutkaan näitä tietoja. Toinen asia jota jäin pohtimaan, oli se, kuinka paljon tarkemmin olisin voinut haastattelutilanteessa pyytää vanhempia kuvaamaan edistymistään suhteessa tavoitteisiin ja tarpeisiin janan kussakin vaiheessa. Nyt haastateltavat kertoivat edistymisestään yleisesti kohdentamatta tai viittaamalla juuri johonkin tiettyyn ajankohtaan. Tuo tieto olisi ehkä voinut syventää ja laajentaa tutkimuksen tuloksia suhteessa vaikuttavuuteen. Nyt kuitenkin ajattelen, että tutkimusongelmaani nähden, sillä ei olisi ollut vastaavaa merkitystä.

Näistä pohdinnoista kumpuaakin ajatus tulevia tutkimusaiheita ajatellen. Nostinkin jo tutkimuksen tuloksia kirjoittaessani esille sen, että tutkittavana kohteena on tässä kohtaa ollut vain ryhmässä käynyt vanhempi. Voisi olla mielenkiintoista tutkia ja selvittää, miten vanhemman toiminta ryhmään osallistumisen jälkeen, muuttaa lapsen käyttäytymistä. Miten lapsen käyttäytyminen näyttäytyy erilaisissa kasvatuksellisissa tilanteissa tai miten se näkyy esimerkiksi päivähoitossa tai muualla kodin ulkopuolisessa toiminnassa. Tämän kaltaisen tutkimuksen voisi toteuttaa yhteistyössä varhaiskasvatuksen kanssa. Toisaalta voisi tutkia, miten vanhempien itselleen asettamat tavoitteet ryhmän alussa elää missäkin vaiheessa janan neljästä eri ajankohdasta ja missä kohtaa vaikuttavuus on havaittavissa.

Oli mielenkiintoista päästä kuulemaan haastateltavien kokemusten kautta heidän ajatuksiaan ryhmästä ja sen vaikuttavuudesta. Olen kuitenkin ryhmänohjaajana kulkenut osan tuosta matkasta yhdessä haastateltavien kanssa ja omalla osuudellani ollut jollakin tavalla osallisena heidän kokemuksissaan ja työskentelyssään kohti uusia vanhemmuuden taitoja. Oli hienoa päästä kuulemaan todellisuudessa se, miten ryhmän asiat elävät ja toimivat perheiden arjessa. Oli myös mukava havaita, että jokaiselle haastateltavalle oli jäänyt jokin erityinen oma juttu ryhmästä itselleen muistiin tai käytäntöön.

Oli myös hyvä kuulla haastateltavilta erilaisia kehittämisideoita ryhmätoiminnalle. Moni vanhempi olisi toivonut enemmän kohtaamisia ryhmän jälkeen. Moni vanhempi oli iloinen kohdattessamme haastattelutilanteessa, koska samalla heille muistui monta tärkeää asiaa ryhmän sisällöistä ja tavoista toimia vanhempana. Vanhempien mukaan noin kolme kuukautta ryhmän

päättymisestä oleva Boosteri-tapaaminen on tärkeä hetki, koska silloin palataan ryhmän asioihin. Useampi vanhempi toivoikin, että tällaisia Boosteri-tapaamisia voisi olla enemmän kuin vain se yksi. Esityksenä heiltä tuli, että tapaamisia olisi aina kolmen kuukauden välein ryhmän päättymisestä esimerkiksi vuoden ajan. Tällainen toiminta voisi olla kokeilemisen arvoinen asia. Silloin voisi tutkia sitä, kuinka paljon vaikuttavimmat ryhmän hyödyt ovat vanhemmalle ryhmän tuen jatkuessa säännöllisenä vuoden ajan varsinaisen ryhmätoiminnan päätyttyä.

Vanhemmuus on yhtä aikaa upeaa ja haastavaa aikaa ihmisen elämässä. Vanhemmuuteen kuuluu monia uskomuksia ja käsityksiä sekä paljon vaatimuksia ja odotuksia. Odotuksia tulee niin yhteiskunnalta kuin lähipiiriltäkin. Vaatimuksia omalle vanhemmuudelleen jokainen vanhempi asettaa itse. Sosiaalisen median paine ja kirjoittelu mediassa siitä, minkälainen vanhempi on hyvä, tai minkälainen tulisi olla, asettaa monen vanhemman voimavarat ja tyytyväisyyden omaan tapansa toimia vanhempana kovalle koetukselle. Näin haastatteluiden ja tutkimustulosten saamisen jälkeen olen iloinen ja osin helpottunutkin. Vanhemmat ovat kertoneet saaneensa sen tuen ja avun sekä ne keinot ja menetelmät, joita ovat tarvinneet. Ryhmänohjaajana olen voinut olla näitä heille tarjoamassa ja mahdollistamassa. Työlläni on merkitystä ja se on tärkeää.

Onkin tärkeää, että vanhemmuuden tueksi on erilaisia palveluita, erityisesti sellaisia, jotka auttavat arjessa ja ovat tukimuotoina matalankynnyksen palveluita. On todella tärkeää, että vanhemmilla on sellaisia paikkoja, joissa he voivat jakaa niin onnistumisia kuin myös tilanteita, joissa eivät selviä itse omine keinoineen. Juuri tällaisiin tilanteisiin on muun muassa vertaisryhmillä oma paikansa ja tarpeensa. Tietoa palveluista pitäisi olla helposti saatavilla ja hakeutuminen niihin tulisi olla niin vaivatonta, ettei kenenkään palvelun saanti jää kiinni siitä ettei jaksakaan hakea apua tai ei tiedä, mistä apua voi saada. Ja kuten Piia Karjalaisen selvityksessä nousi esille, avun ja tuen saaminen ei saisi olla asuinympäristöstä tai paikkakunnasta kiinni. Palveluja tulisi taata kaikille suomalaisille koko Suomen alueella.

Toivon, että tällä tekemälläni opinnäytetyöllä on vaikuttavuutta siihen, että jatkossakin Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmien toimintaa jatketaan Nurmijärven kunnassa. Tämä opinnäytetyö on tuonut esiin ryhmien tarpeellisuuden ja niiden hyödyn. Palveluita suunniteltaessa on tärkeää kuulla kuntalaisten ääntä. Toivon, että tämän tutkimuksen myötä, olen saanut kuuden vanhemman äänen esiin: Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmä on hyvä ja tärkeä juttu. Ja erityisesti tähän lopuksi, haluan nostaa erään haastatellun vanhemman terveiset esiin:

”Olis maailma paljon parempi paikka, jos useampi ihminen kävis tämmösen ryhmän, mutta tietysti jokainen tekee omat ratkaisut, että haluaako sitä olla hyvä vanhempi.”

## Lähteet

### Painetut lähteet

- Ekström, L., Leppämäki, P. & Vilén, M. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. Helsinki: WSOY.
- Eskola, J & Suoranta, J. 2000. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hurme, H. 2014. Bioekologinen malli. Teoksessa Hurme, H., Jallinoja, R. & Jokinen, K. (toim.). Perhetutkimuksen suuntauksia. Helsinki: Gaudeamus, 60-80.
- Kaimola, K. 2005. Koti terveen itsetunnon harjoittelukenttänä. Teoksessa Syrjälä, J. (toim.). Vahva vanhemmuus: paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: Väestöliitto, 11-19.
- Karjalainen, P. & Santalahti, P. 2016. Ohjaajien kokemukset vanhemmuusohjelmasta ja sen hyödyistä. Suomen Lääkärilehti 10/2016. Helsinki: Suomen Lääkäriliitto, 733-738.
- Karvonen, S. & Lammi-Taskula, J. 2014. Johdanto. Teoksessa Karvonen, S. & Lammi-Taskula, J. (toim.). Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos, 13-22.
- Kurvinen, A., Neuvonen, S., Sivén, T., Vartiainen, J., Vihunen, R. & Vilén, M. 2006. Lapsuus erityinen elämänvaihe. Helsinki: WSOY.
- Lammi-Taskula, J. & Salmi, M. 2014. Työn ja perheen yhteensovittaminen hyvinvoinnin tekijänä. Teoksessa Karvonen, S. & Lammi-Taskula, J. (toim.). Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos, 38-51.
- Lämsä, T., Malinen, K. & Rönkä, A. 2009. Pikkulapsiperheiden arjen paletti. Teoksessa Lämsä, T., Malinen, K. & Rönkä, A. (toim.). Perhe-elämän paletti. Jyväskylä: PS-Kustannus, 11-19.
- Metsämuuronen, J. 2003. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Helsinki: Methelp.
- Määttä, P. & Rantala, A. 2016. Tavallisen erityinen lapsi: onnistuneen yhteistyön arvoitusta ratkomassa. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Niemistö, R. 2012. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. Helsinki: Gaudeamus.
- Paasio, P. 2017. Sosiaalityö ja vaikuttavuus. Teoksessa Kananoja, A., Lähteinen, M. & Marjamäki, P. (toim.). Sosiaalityön käsikirja. Helsinki: Tietosanoma, 403-416.
- Pohjola, A. 2012a. Moniulotteinen vaikuttavuus. Teoksessa Pohjola, A., Kemppainen, T. & Väyrynen, S. (toim.). Sosiaalityön vaikuttavuus. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 9-15.
- Pohjola, A. 2012b. Tutkimukseen perustuva vaikuttavuus. Teoksessa Pohjola, A., Kemppainen, T. & Väyrynen, S. (toim.). Sosiaalityön vaikuttavuus. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 19-42.
- Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. 2005. Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. (toim.). Haastattelu. Tampere: Vastapaino, 22-56.
- Rytönen, T. & Rönkkö, L. 2010. Monisäikeinen perhetyö. Helsinki: WSOYpro.
- Sarajärvi, A. & Tuomi, J. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Sarajärvi, A. & Tuomi, J. 2011. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Sinkkonen, J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Helsinki: WSOY.

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014.

Tamminen, T. 2004. Olipa kerran lapsuus. Helsinki: WSOY.

Viljamaa, J. 2014. Kuka täällä oikein määrää. Helsinki: Minerva kustannus oy.

Webster-Stratton, C. 2008. The incredible years®: Parents and children series. Parenting programs. Leader's guide: Preschool version of Basic (ages 3-6 years). Seattle USA: ©The incredible years, inc.®.

Webster-Stratton, C. 2010. Ihmeelliset vuodet ongelmanratkaisuopas 2-8-vuotiaiden lasten vanhemmille. Helsinki: Profami oy.

Ylikännö, M. 2014. Lapsiperheiden lauantait nyt ja ennen. Teoksessa Karvonen, S. & Lammi-Taskula, J. (toim.). Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 136-147.

#### Sähköiset lähteet

Aineistohallinnan käsikirja. 2016. Kvalitatiivisen datatiedoston käsittely. Viitattu 16.10.2016. <http://www.fsd.uta.fi/aineistohallinta/fi/kvalitatiivisen-datan-kasittely.html>

Atherton, C. 2007. The Incredibles. Viitattu 28.3.2017. <http://search.proquest.com.nelli.laurea.fi/central/docview/223285193/fulltext/8D880DAC614341D2PQ/1?accountid=12003>

Azevedo, A., Canavarro, M., Gaspar, M., Homem, T. & Seabra-Santos, M. 2014a. Incredible Years Parent Training: Does it Improve Positive Relationships in Portuguese Families of Preschoolers with Oppositional/Defiant Symptoms? Viitattu 28.3.2017. <http://search.proquest.com.nelli.laurea.fi/central/docview/1686055094/fulltextPDF/49BDD5B4E3644E67PQ/1?accountid=12003>

Azevedo, A., Canavarro, M., Gaspar, M., Homem, T. & Seabra-Santos, M. 2014b. A Pilot Study with the Incredible Years Parenting Training: Does it Work for Fathers of Preschoolers with Oppositional Behavior Symptoms? Viitattu 28.3.2017. <http://search.proquest.com.nelli.laurea.fi/central/docview/1656032389/fulltext/454EED774D1C4B81PQ/1?accountid=12003>

Elinvoimaa ja elämisen tilaa. Nurmijärven kuntastrategia 2014-2020. Viitattu 22.10.2016. [http://www.nurmijarvi.fi/filebank/10764-Nurmijarven\\_kuntastrategia\\_2014.pdf](http://www.nurmijarvi.fi/filebank/10764-Nurmijarven_kuntastrategia_2014.pdf)

Kasvun eväät - projekti (2013-2015). 2016. FinFami uusimaa ry. Viitattu 11.3.2017. <http://www.otu.fi/index.php/projektit/kasvun-evaot/14-projektit>

Käyttäytymisen häiriöt. Uhmakkuus ja käytöshäiriöt. Mielenterveystalo. Viitattu: 27.10.2016. [https://www.mielenterveystalo.fi/lapset/ammattilaisille/hairiot/kayttaytymisen\\_hairiot/Pages/uhmakkuus\\_ja\\_kaytoshairiot.aspx](https://www.mielenterveystalo.fi/lapset/ammattilaisille/hairiot/kayttaytymisen_hairiot/Pages/uhmakkuus_ja_kaytoshairiot.aspx)

Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2014-2016. 2014. Nurmijärvi. Viitattu 22.10.2016. [http://www.nurmijarvi.fi/filebank/10468-Lasten\\_ja\\_nuorten\\_hyvinvointisuunnitelma\\_2014-2016.pdf](http://www.nurmijarvi.fi/filebank/10468-Lasten_ja_nuorten_hyvinvointisuunnitelma_2014-2016.pdf)

Nurmijärven laaja hyvinvointikertomus 2009-2013. Hyvinvointikertomus vuosilta 2009-2013 ja hyvinvointisuunnitelma vuosille 2014-2016. 2014. Viitattu 22.10.2016. [http://www.nurmijarvi.fi/filebank/10562-Hyvinvointikertomus+suunnitelma\\_raportti\\_lopullinen.pdf](http://www.nurmijarvi.fi/filebank/10562-Hyvinvointikertomus+suunnitelma_raportti_lopullinen.pdf)

Perhe- ja sosiaalipalvelut. 2016. Nurmijärvi. Viitattu 22.10.2016. [http://www.nurmijarvi.fi/perhe\\_ ja\\_hyvinvointi/perhe- ja\\_sosiaalipalvelut](http://www.nurmijarvi.fi/perhe_ ja_hyvinvointi/perhe- ja_sosiaalipalvelut)

Perheiden tukeminen ja lastensuojelu. 2016. Nurmijärvi. Viitattu 22.10.2016. [http://www.nurmijarvi.fi/perhe\\_ ja\\_hyvinvointi/perhe- ja\\_sosiaalipalvelut/lasten\\_nuorten\\_ ja\\_perheiden\\_palvelut](http://www.nurmijarvi.fi/perhe_ ja_hyvinvointi/perhe- ja_sosiaalipalvelut/lasten_nuorten_ ja_perheiden_palvelut)



## Kuviot

Kuvio 1: Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma osana kunnan strategiaa (Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2014-2016 2014, 5.) .....	9
Kuvio 2: Vanhemmuuspyramidi (Webster-Strarron 2010, 24.) .....	19
Kuvio 3: Janalla kuvattu vanhempien kokema muutos .....	37

## Taulukot

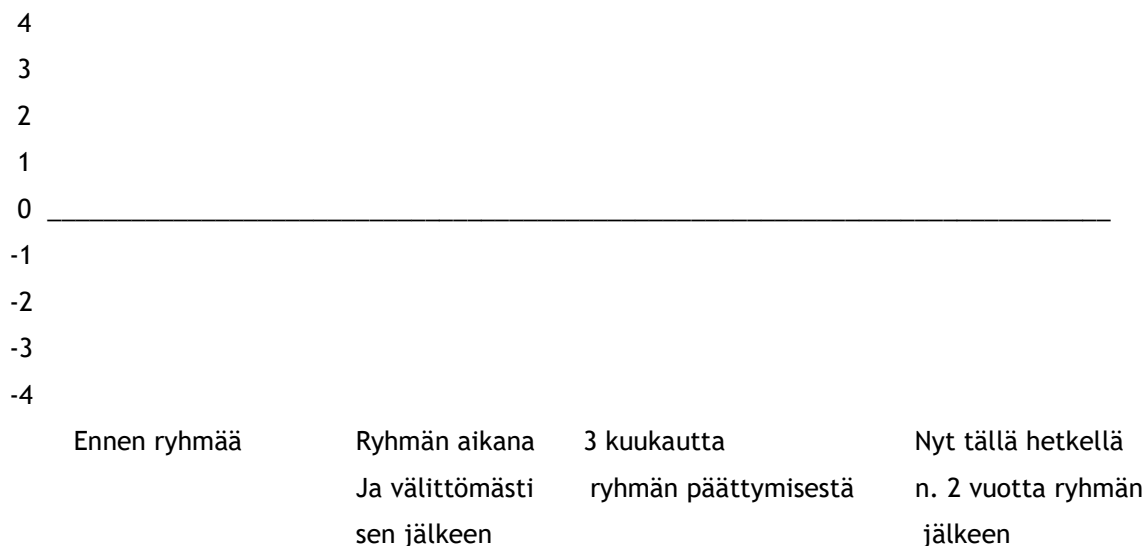
Taulukko 1: Analyysin tekovaiheessa käytetty taulukko .....	35
---	----

## Liitteet

Liite 1: Jana .....	60
Liite 2: Haastattelukysymykset.....	61

Liite 1: Jana

MUUTOKSET OMASSA VANHEMMUUDESSA SUHTEESSA PULMIIN, JOITA KOIN HAKIESSANI IHMEEL-  
LISET VUODET RYHMÄÄN



Jana -tehtävään liittyvä asteikko

- 4: Tilanne on erittäin hyvä ja olen erittäin tyytyväinen nykyiseen tilanteeseen  
3: Tilanne on hyvä ja olen tyytyväinen tilanteeseen  
2: Tilanne on melko hyvä ja olen jokseenkin tyytyväinen tilanteeseen  
1: Tilanne on tyydyttävä, mutta olen yhä harvemmin tyytyväinen tilanteeseen  
0: Pieni huolenhäivä tai ihmettely tilanteesta käy silloin tällöin ja yhä useammin mielessäni. Mutta minulla ei ole hätää. Minä kyllä pärjään.  
-1: Olen yhä enemmän huolestunut tilanteesta ja tiedän, että jotain pitäisi tehdä. Tilanne ahdistaa minua toisinaan. Toivon saavani apua / tukea jostakin tai joltakin.  
-2: Tilanne huolestuttaa minua yhä useammin ja enemmän. Tunnen kuinka ahdistus kasvaa. Tarvitsen apua / tukea jostakin tai joltakin.  
-3: Minulla on jatkuvasti paljon huolta tilanteesta. Olen lähes koko ajan ahdistunut. Minusta tuntuu, että en enää pärjää ilman jonkinlaista apua / tukea.  
-4: Tarvitsen apua / tukea heti, en enää selviä ilman sitä. Tunnen olevani erittäin ahdistunut koko ajan ja tunnen olevani vaarassa. Minulla on hätä!

## Liite 2: Haastattelukysymykset

TUTKIMUSONGELMA: Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän toiminnan vaikutus vanhemmuuteen sekä ryhmän käymisen pitkäkestoinen vaikuttavuus vanhemmuudessa.

Ihmeelliset vuodet -vanhemmuusryhmän toiminnan vaikuttavuus vanhemmuuteen

- JANA
- Miten ryhmän tuki näkyy eri vaiheissa? Välitön ja pitkäkestoinen vaikuttavuus

Tavoitteet ja tarpeet vanhempana

- Minkälainen tarve, missäkin vaiheessa janaa?
- Minkälaiset tavoitteet? Janan kussakin vaiheessa.
- Miksi hakeuduit ryhmään?

Vanhemmuuden taidot

- Miten vanhemmuuden taidot ovat muuttuneet? Positiivisuus?
- Ryhmän tarjoama tuki ja sen vaikutus
  - Menetelmät ja välineet
  - Materiaali
  - Ohjaajat
  - Vertaisryhmä

Perhe-elämä

- Vaikutus yhteiseen vanhemmuuteen
- Vaikutus perheen muiden lasten käytökseen
- Vaikutus parisuhteeseen

Tukipalveluiden tarve vanhempana

- Tarve kunnan tarjoamille tukipalveluille
  - ennen ryhmää, jos niin mitä?
  - ryhmän aikana, jos niin mitä?
  - ryhmän jälkeen, jos niin mitä?