

Miia Brunou

ÄITIEN VIRTAPIIRI
Kokemuksia äiti-vauvaryhmistä

Opinnäytetyö
Sosionomi amk


Marraskuu 2009




MIKKELIN AMMATTIKORKEAKOULU

Mikkeli University of Applied Sciences

KUVAILULEHTI

 MIKKELIN AMMATTIKORKEAKOULU Mikkeli University of Applied Sciences	Opinnäytetyön päivämäärä 01.12.2009				
Tekijä(t) Brunou Miia	Koulutusohjelma ja suuntautuminen Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi amk				
Nimeke Äitien Virtapiiri – Kokemuksia äiti-vauvaryhmistä					
Tiivistelmä <p>Äitiys muuttaa uuden äidin elämää. Uusi elämäntilanne voi olla vaativa, usein se on uuvuttava ja saattaa erottaa äidin tavallisesta sosiaalisesta ympäristöstään. Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää pienten vauvojen äitien kokemuksia ohjattuun vertaisryhmään osallistumisesta. Äitien Virtapiiri -ryhmät toteutettiin Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piirin vauvaperhehankkeen ja erään kunnan sosiaalitoimen yhteistyönä. Ryhmien ohjaajina olivat hankkeen koordinaattori ja kunnan perhetyöntekijä. Opinnäytetyön tavoitteena oli koota ja kuvata äitien kokemuksia ja toiveita ryhmätoiminnasta. Tavoitteena oli myös lisätä tietoa vertaisryhmien ohjaamisesta ja Virtapiiri-ryhmien merkityksestä äideille.</p> <p>Opinnäytetyön aineistona on Äitien Virtapiiri -ryhmiin osallistuneiden äitien vapaaehtoisuuden pohjalta kirjoittamat kirjoitukset. Kirjoitukset pyydettiin äideiltä sähköpostitse keväällä 2009. Opinnäytetyössä oli mukana kuusi ryhmää, jotka alkoivat vuosina 2007–2008. Näihin ryhmiin osallistui 42 äitiä, joista 18 äitiä kirjoitti kokemuksistaan. Kirjoitukset analysoitiin sisällönanalyysillä.</p> <p>Opinnäytetyössä kirjoituksista esille tulleet äitien kokemukset jakautuivat ajallisesti kokemuksiin ennen ryhmää, ryhmän aikana ja ryhmän jälkeen. Ennen ryhmää äideillä oli ollut sekä kannustavia että mietityttäviä tekijöitä. Moni oli juuri muuttanut paikkakunnalle tai äidillä oli muuten erityinen tilanne. Äidit pitivät tärkeänä, että neuvola ilmoitti ryhmän alkamisesta. Ryhmän toiminnan aikana äidit olivat kokeneet tärkeäksi keskustelut ja yhteisyyden kokemuksen. Ryhmää ja sen tapaamisia pidettiin monella tapaa merkityksellisinä ja ryhmän käytännöistä oli mielipiteitä. Lisäksi äidit miettivät hieman vauvaan liittyviä seikkoja. Äitien kokemukset ryhmän jälkeen olivat hyvin yhtenevät. He kertoivat saaneensa kestäviä ihmissuhteita ja ryhmät olivat useimmiten jatkaneet tapaamisia. Äitien teksteissä oli lisäksi erilaisia huomioita, ehdotuksia ja toiveita Virtapiiri-ryhmien toiminnasta.</p> <p>Ohjattu, tavoitteellinen vertaisryhmä näytti lisäävän äitien sosiaalista tukea ja verkostoa. Vuorovaikutuksellinen vertaistuki lisäsi äitien ymmärrystä itseä kohtaan uudessa elämäntilanteessa ja tuotti heille tiedollista ja taidollista tukea. Opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää ylläpidettäessä ja suunniteltaessa vastaavaa toimintaa jatkossa. Ammatillisesti ohjatut ryhmät tarjoavat äideille mahdollisuuden muodostaa tarvittavia sosiaalisia verkostoja. Näitä tarvitaan todennäköisesti myös tulevaisuudessa, pienten vauvojen äideillä ei välttämättä nykyään ole lähellä sukulaisten ja perheen tukea.</p>					
Asiasanat (avainsanat) Äitiys, sosiaalinen tuki, sosiaaliset verkostot, vertaistuki, vertaisryhmät					
Sivumäärä 40 + 6 liitettä	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%;">Kieli</td> <td style="width: 33%;">URN</td> </tr> <tr> <td>Suomi</td> <td></td> </tr> </table>	Kieli	URN	Suomi	
Kieli	URN				
Suomi					
Huomautus (huomautukset liitteistä)					
Ohjaavan opettajan nimi Virve Jussila Leena Kokkonen	Opinnäytetyön toimeksiantaja				

DESCRIPTION

 <p>MIKKELIN AMMATTIKORKEAKOULU Mikkeli University of Applied Sciences</p>	Date of the bachelor's thesis 01.12.2009	
Author(s) Brunou Miia	Degree programme and option Social Services, Bachelor of Social Services	
Name of the bachelor's thesis Maternal network – Experiences of mother-baby groups		
Abstract <p>Motherhood is a change of life to every new mother. New situation is demanding, most of the time exhausting and it may separate mothers from the normal social environment. The purpose of this study was to examine the experiences of mothers with young babies who had participated in a peer group. The Maternal circuit – groups were carried out as part of MLL's (the Mannerheim League for the child welfare) Vauvaperhe-project in cooperation with a municipal social service. Instructors of the groups were the project coordinator and the municipal family instructor. The aims of the study were to collect and describe mothers' experiences and hopes as well as to raise awareness of instructing the peer groups and of importance of the peer groups for mothers.</p> <p>The material of the study was the written input of mothers participating in the Maternal circuit – groups. Mothers were asked to write their experiences and impressions via e-mail in the spring of 2009. The study consisted of six groups which all began in 2007-2008. There were 42 mothers who took part in the groups of which 18 mothers wrote about their experiences. The texts were analyzed by content analysis.</p> <p>The experiences of mothers were divided chronologically in the experiences before the group, during the group and after the group. Some of the points found touching on before were i.e. that the decision to participate in the groups was in some cases supported and in others dubious, also worth noting was that many of the mothers had just moved to the municipality or mothers had otherwise a special situation. Some of the mothers thought it was important that the child health centre had announced of the start of the group. Important during the group were that mothers experienced the discussions and the sense of community, also the group and the meetings were considered significant in many ways. In addition, mothers were considering some baby-related issues and they shared some considerations of group practices. In general most of the mothers' experiences after the group were very similar. They wrote that they had created lasting relationships and that groups had often continued to meet even after the official support group was disbanded. Mothers had different comments, suggestions and hopes for or about the Circuit Groups.</p> <p>Structured, goal-oriented peer groups seem to increase the mothers' social support and social networks. Interactive peer support increased their new understanding of themselves in a new life situation and profited them both cognitively and in concrete support. The results received from the study can be used in planning and maintaining similar activities for the future. Professionally led peer groups are cheap and effective way to provide mothers the possibility to create needed social networks. Since mothers of young children today no longer automatically have a large family support at hand this is likely to be a need for mothers in the future too.</p>		
Subject headings, (keywords) Motherhood, social support, social networks, peer support, peer groups		
Pages 40 p. + app.6 p.	Language Finnish	URN
Remarks, notes on appendices		
Tutor Virve Jussila Leena Kokkonen	Bachelor's thesis assigned by	

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO.....	1
2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT	2
2.1 Äitiys	2
2.2 Varhainen vuorovaikutus	4
2.3 Äitiyden sosiaalinen tuki.....	4
2.4 Vertaistuki ja äitien vertaisryhmät	6
2.5 Vuorovaikutuksellinen tukeminen	8
2.6 Tavoitteellinen ryhmätoiminta	9
2.7 Äitiyden arki ja yhteiskunnan tuki	11
3 VIRTAPIIRI-RYHMÄT	13
3.1 Virtapiiri-ryhmien tausta ja tavoitteet	13
3.2 Virtapiiri-ryhmien paikka ja osallistujat	14
3.3 Virtapiiri-ryhmien kesto ja tapaamisten sisältö.....	15
4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	16
4.1 Opinnäytetyön tehtävä	16
4.2 Tutkimusmetodi ja analyysin kuvaus.....	17
4.3 Opinnäytetyön kohdejoukko ja aineisto.....	18
4.4 Eettiset kysymykset.....	19
5 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET	21
5.1 Ennen ryhmää.....	22
5.2 Ryhmän aikana.....	23
5.3 Ryhmän jälkeen.....	26
6 POHDINTA	28
6.1 Opinnäytetyön luotettavuus	28
6.2 Tulosten tarkastelu	30
6.3 Johtopäätökset	34
LÄHTEET	36
LIITTEET.....	41

1 JOHDANTO

Tämän opinnäytetyön aiheena on vuosina 2007–2008 alkaneisiin Äitien Virtapiiri -ryhmiin osallistuneiden äitien kokemukset ryhmän toiminnasta sekä kehittämisehdotukset. Piikkiö on ollut mukana Mannerheimin Lastensuojeluliiton (MLL:n) Varsinais-Suomen piirin Vauvaperhehankkeessa vuosina 2006–2009. Hankkeessa on kehitetty erilaisia palvelu- ja toimintamuotoja alle vuoden ikäisten lasten perheille. Eräänä toimintamuotona aloitettiin tammikuussa 2007 Äitien Virtapiiri -ryhmät lähinnä ensisynnyttäjä-äideille ja heidän vauvoilleen. Ryhmät ovat alusta pitäen olleet avoimia neljästä kahdeksaan äidin ryhmiä. Kaksituntisia kokoontumisia on ollut joka ryhmässä kuusi, pääsääntöisesti joka toinen viikko. Virtapiiri-ryhmiä aloitti vuosien 2007–2008 aikana kuusi, äitien ja vauvojen määrä kussakin ryhmässä vaihteli kuudesta kymmeneen, yhteensä mukana on ollut 42 äitiä.

Piikkiö on ollut melko nopeasti kasvava kunta Turun seudulla, 1.1.2009 Piikkiö ja Kaarina yhdistyivät kuntaliitoksessa. Viime vuosien väestökasvu on Piikkiössä ollut noin 5 %. Kuntaan on muuttanut runsaasti nuoria pareja tai lapsiperheitä. Syntyvien lasten määrä on joitakin vuosia sitten ollut noin 75, viime vuosina lapsia on syntynyt yli 100. Myös ensisynnyttäjien määrä on kasvanut. Tuoreilla vanhemmilla ei useinkaan ole ollut verkostoja kunnassa, koti on ollut yöpymispaikka työn ja harrastusten lomassa. Lapsen syntymä tiivistää usein arkea kodin lähiympäristöön ja ohjaa etsimään palveluja ja uusia yhteyksiä lähipiiristä.

Virtapiiri-ryhmien tavoitteena on ollut tuoda äideille vertaistukea ja yhteisöllisyyttä, kokemusten jakamista sekä uuden oppimista ja ymmärrystä vauva-arjesta. Ryhmät määrittelivät tapaamiskertojen sisältöjä oman tarpeensa mukaan, ryhmäläisten ajatuksista koottiin kullekin kerralle teema. Nämä aiheet ja teemat vaihtelivat jonkin verran ryhmien välillä, toisinaan oli vierailevia asiantuntijoita, välillä edettiin keskustellen ryhmän kesken. Ehdotetut aiheet liittyivät muun muassa vauvan hoitoon, vauvarkeeseen, parisuhteeseen, päivähoidon aloittamiseen. Ryhmät olivat kaikille äideille avoimia, varsinainen ryhmätoiminta on ollut suljettua etukäteen ryhmään ilmoittautuneille äideille.

Valitsin opinnäytetyön aiheeksi Äitien Virtapiiri –ryhmät, koska ryhmien ohjaajana olin kiinnostunut äitien kokemuksista ryhmien aikana ja niiden jälkeen sekä ryhmien

kehittämisestä ja jatkamisesta. Aineistona on Virtapiiri-ryhmiin osallistuneiden äitien oman vapaaehtoisuuden pohjalta kirjoittamat vapaamuotoiset kirjoitukset kokemuksistaan Äitien Virtapiiri -ryhmästä. Ryhmien jälkeen kerätyn palautteen mukaan ryhmiin osallistuminen on ollut myönteistä ja tukenut äitien jaksamista kotona vauvan kanssa sekä tuonut ainakin osalle ryhmistä ja äideistä lisää yhteisöllisyyttä. Opinnäytetyössä tarkastellaan äitien kokemuksia kun ryhmä on päättynyt. Osalla äideistä ryhmän päättymisestä on kaksi vuotta, joidenkin ryhmä päättyy talvella 2009. Tästä voi aiheutua vaihtelua kokemuksissa, toisaalta enemmän merkitystä voi olla sillä millainen kunkin ryhmän kokoonpano on ollut ja miten ryhmän teemat ovat vastanneet äidin tarpeisiin.

Opinnäytetyön tavoitteena on koota äitien kokemuksia, ajatuksia ja toiveita innoitukseksi ja ideoiksi työntekijöille sekä perusteluksi ryhmätoiminnan jatkamisesta johtajille ja päättäjille. Opinnäytetyö toivottavasti myös lisää tietoa Äitien Virtapiiri -ryhmätoiminnasta, ohjaa tulevien ryhmien vetäjiä kehittämään yhä enemmän pienten vauvojen äitien avointa ryhmätoimintaa sekä sisältöjen, fyysisten puitteiden että ohjauksen näkökulmista.

2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

2.1 Äitiys

Äitiyttä määrittävät äidin omat odotukset äitiyteen, ympäristön odotukset ja lapsen tarpeet. Berg (2008, 175) määrittelee seuraavasti: ”Äitiyttä määrittävät perinteiset normit sekä nykyiset uudet odotukset muodostavat yhdessä ristiriitaisten uskomusten ja odotusten joukon”. Äitiyden identiteetin muodostuminen alkaa odotusaikana ja jatkuu vauvan syntymän jälkeen konkreettisenä sopeutumisena vauva-arkeen uusien tunteiden ja tilanteiden myötä. Äitiydestä vallitsevat myytit muovaavat sekä äitien että yhteiskunnan käsitystä äidistä ja tämän kyvystä olla äiti. Äitiyden mallitarina kaiken jaksavasta ja lasten eteen uhrautuvasta äidistä elää vahvana ja asettaa äidit vertaamaan omaa äitiyttään suhteessa siihen (Härkälä 2006, 65–66). Oma äitiys asettuu suhteeseen ihanneäitiyteen. Myytit, kuten että äiti on automaattisesti onnellinen tai rakastuu heti vauvaan, voivat aiheuttaa ahdistusta, mikäli niiden sisältämät odotukset eivät toteudukaan kuten äiti odottaa (Cacciatore 2008, 12). Avun pyytäminen tai ajatuksista puhuminen tuntuu vaikealta, jollei niille ole sopivaa aikaa ja tilaa.

Stern (1998) kuvaa äitiyttä neljän teeman kautta. Teemojen mukaan äitiyteen kuuluu vauvan fyysinen hyvinvointi ja kasvu, vauvan henkinen ja kiintymyksen kehitys, äidin edellytykset hoitaa ja rakastaa lasta sekä äidin identiteetin muuttuminen, uusi arvostus ja entisestä luopuminen (Kalland 1998, 56–57). Ympäröivän yhteiskunnan kannalta merkittävintä on lapsen selviäminen hengissä, se että lapsi saa ruokaa, hänen puhtaudestaan ja unestaan huolehditaan sekä odotusten mukainen kasvu. Äidin huoli kohdistuu useammin lapsen henkiseen kehitykseen ja siihen osaako hän äitinä rakastaa ja ymmärtää lastaan riittävästi.

Riskinä äidin kyvyille hoitaa lastaan voi Sternin (1998) mukaan olla äidin omat puutteelliset kokemukset hoivasta ollessaan lapsi. Mikäli äiti tiedostaa oman historiansa merkityksen, hänellä on mahdollisuus välttää omalla kohdallaan samantyyppisen puutteellinen vanhemmuus. Äitiyden kriisin ja väsymyksen keskellä voivat oman lapsuuden kokemukset aktivoitua ja äiti huomaa reagoivansa itselleen käsittämättömästi, omien vanhempien teot ja vuorovaikutus vaikuttavat nykyisyyden rakentumiseen (Kaimola 2008, 62–63).

Stern (1998) puhuu ympärillä olevien ihmisten merkityksestä äidille. Mies, sukulaiset ja ystävät antavat äidille tukea ja hoivaa ja mahdollistavat näin äitiyttä. Äidille erityisen merkityksellinen on suhde toiseen synnyttäneeseen naiseen, tämä voi olla oma äiti, sisar, anoppi tai ystävä (Kalland 1998, 56). Yhteisen kokemuksen jakaminen on tällöin tärkeää, saman tilanteen kokenut ymmärtää uuden äidin tuntemuksia. Muiden äitien kohtaaminen täyttää äidin tarvetta varmuudelle siitä että hoitaa lastaan asianmukaisesti, opettaa uusia keinoja, vertailua siitä kuinka pärjää ja kuulumista äitien joukkoon (Stern 1998, 131).

Äitiys asettaa naisen uuteen tilanteeseen. Hän joutuu luopumaan osasta identiteettiään ainakin joksikin aikaa. Vauvan hoitaminen kotona erottaa hänet työyhteisöstä sekä työn tuomasta ammatillisesta arvostuksesta. Toisaalta äitiys on yhteiskunnallisesti arvostettua ja äitiys lisää uuden ”palasen” naisen identiteettiin (Kalland 1998, 57; Stern 1998, 110–128.)

2.2 Varhainen vuorovaikutus

Vauvan ja äidin välille kehittyy suhde jo raskausaikana. Äiti tunnistaa vauvan liikkeet, nukkumisen ja levottomuuden. Vauvakin reagoi äidin mielialoihin, liikkeeseen ja puheeseen (Siltala 2003, 22). Synnytyksen jälkeen vuorovaikutus konkretisoituu ja monipuolistuu mm. katseen ja kosketuksen tasolla (Siltala 2003, 26). Stern korostaa imeytyksen merkitystä, ei ainoastaan ravinnon saamisena, vaan myös ihokosketuksen ja katseen välittämisenä (Siltala 2003, 36).

Vanhemmat luovat suhdetta uuteen ihmiseen, ovat tästä kiinnostuneita ja keskittyvät vauvan tarpeisiin. Vastasyntynyt vauva ilmaisee ikävää oloaan itkemällä, mikä saa useimmiten vanhemmat toimimaan riittävän hyvällä tavalla (Siltala 2003, 32–34). Vanhemmat pyrkivät selvittämään mistä lohduton, kiukkuinen tai vaativa itku johtuu, tarjoavat maidon, sylin tai vaikkapa mahdollisuuden uneen. Päivien kuluessa ja lapsen ja vanhemman tutustuessa toisiinsa muodostuu heidän välilleen ymmärrys siitä, mitä lapsi kulloinkin tarvitsee, millä tavoin hänen oloaan voi helpottaa (Niemelä 2003, 242–245).

Vauvalle syntyy kokemus siitä, että hänen tarpeensa on huomioitu, häntä on hoidettu ja että hän on tärkeä. Tuntiessaan itsensä hoidetuksi ja huomioituksi vauva palkitsee hoitajaansa vastavuoroisesti hymyillen, katseella. Vauvan tarpeiden kyllin hyvä huomioiminen kehittyy useimmiten luonnostaan, silti äidin voi olla toisinaan vaikea hyväksyä avuttomuuden, epätietoisuuden ja riippuvuuden tunteita (Schulman 2003, 74). Äiti tarvitsee jaksakseen tukea ja hyväksyntää, mahdollisuutta saattaa puhuen asiat oikeaan mittasuhteeseen. Niemelä (2003, 249), luonnehtii, että äitiyden muotoutuessa äiti tarvitsee muilta äideiltä tukea, ei niinkään ulkoapäin tulevia neuvoja tai ohjausta. Vuorovaikutusta voidaan tukea esimerkiksi ryhmässä, jossa tuetaan elämänhallintaa ja nostetaan esille lapsen tarpeita (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 115).

2.3 Äitiyden sosiaalinen tuki

Sosiaalinen tuki on tietoisuutta niistä ihmisistä, joilta voi saada emotionaalista, arviointia sisältävää ja tiedollista tukea sekä käytännön apua. Ihmisellä on tietoa siitä, että hän on osa vastavuoroisten suhteiden verkkoa ja että ihmisten välillä on yhteistoimintaa johon sisältyy kiintymystä ja lujittamista ja apua (Pelkonen 1994, 39). Sosiaalinen

tuki voi vähentää stressitilanteiden määrää, auttaa ylläpitämään hyviä käytäntöjä vaikeissa tilanteissa, auttaa rakentamaan selviytymiskeinoja ja saatu emotionaalinen tuki vahvistaa kykyä hoivata omaa lasta (Viljamaa 2003, 26). Kivijärvi (2003, 258) toteaa, että äidin saama sosiaalinen tuki hyödyttää sekä äitiä että lasta. Myös Seikkula (1996, 31) toteaa, että iso verkosto parantaa hyvinvointia ja antaa enemmän tukea. Vertaisessa ryhmässä on mahdollista saada sosiaalista tukea, joka voi olla emotionaalista, tiedollista ja arviointia sisältävää tukea sekä käytännöllistä apua (Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö 2004, 113). Ryhmä vahvistaa vanhempien sosiaalisen tuen verkostoa (Hägman-Laitila & Pietilä 2007, 211).

Sanotaan, että nyky-yhteiskunta on vähemmän yhteisöllinen kuin aikaisemmin (Niemi 2003, 258; Vilén 2002, 22). Perheinstituutio on muuttumassa, mikä vähentää minuutta suojaavia rakenteita (Aalto 2002, 4). Perheet ovat kooltaan pienempiä ja koostuvat vain kahden eri sukupolven ihmisistä. Sukulaiset voivat olla kaukana, ainakin asutaan erillään ja vauvaperheet saattavat olla lähes ilman apuun ehtivää sukua (Viljamaa 2003, 24). Märijärvi (2006, 69) toteaa, että nykyisessä yhteiskunnassa sosiaalisen tuen saanti ei ole itsestään selvyyttä.

Tuore äiti tarvitsee tukea ja apua erityisesti puolisoiltaan. Toinen tärkeä tuen antaja on suku ja vauvan isovanhemmat. Äidille erityisesti oman äidin tuki on ensisijaista. Tämä voi olla hankalaa fyysisen etäisyyden ja perheiden itsenäisyyden ja eriytyneisyyden vuoksi. (Kivijärvi 2002, 258.) Silti erityisesti äidit kokevat saavansa tukea perheen ulkopuolelta, suvulta, ystäviltä ja asiantuntijoilta (Rotkirch & Saloheimo 2008, 83; Viljamaa 2003, 27). Rotkirch ja Saloheimo (2008, 83) toteaa, että on tärkeää löytää tukiverkosto, joka ymmärtää äidin kokemuksia. Kontakteja voi kuitenkin olla vaikea löytää, kun äiti on uudessa elämäntilanteessaan väsynyt ja elämä rajoittuu kotiin. Rotkirch ja Saloheimon (2008, 84) mukaan äitejä kannattaa tukea vanhemmuudessa, jotta heillä olisi mahdollisuus jakaa kokemuksia, saada riittävä sosiaalinen verkosto ja mielekästä tekemistä.

Uusi elämäntilanne saattaa yllättää kokonaisvaltaisuudellaan ja ilman vaikkapa suvun muodostamaa verkostoa aiheuttaa epävarmuutta vanhemmuuteen. Aikaisemmin kokemus yhteisöllisyydestä on voinut muodostua työelämässä tai harrastaessa, äitiys aiheuttaa katkon tuohon jokapäiväiseen yhteyteen. Kotona olo saattaa ensimmäisen lapsen äidistä tuntua yksinäiseltä (Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö 2004, 117).

Äitiyteen liittyy runsaasti myönteisiä tunteita, asenteita ja odotuksia. Kaiken epävarmuuden ja pelkojen keskellä on hyvä nostaa esiin myös onnistumista, pieniä iloja ja kehittymistä vanhempana. Tuki ei ole hyvää vain silloin kun se tarjoaa mahdollisuuden käsitellä kielteisiä tunteita tai tapahtumia, tarvitaan myös hyvien hetkien luomista, iloista palautetta ja toisen voimavarojen korostamista (Rasila & Pitkonen 2009, 30). Sosiaalisissa suhteissa kaikki vaikuttavat kaikkiin, kokemusten ja ajatusten vaihdon tasosta riippumatta on tärkeää kokea myös itse olevansa avun antajana (Seikkula 1996, 18).

2.4 Vertaistuki ja äitien vertaisryhmät

Vertaistuki on toisten samanarvoisten keskinäistä yhteyttä ja asioiden jakamista, tällöin tuki tulee vertaisilta vapaaehtoisesti ja vastavuoroisesti. Samassa elämäntilanteessa olevien kohtaaminen tuo usein tunteen toisen tilanteen ymmärtämisestä ja myös oman kokemuksen jakamisesta (Kajamaa 2003, 302). Sosiaalinen verkosto voi lujittua vertaistuen ansiosta, vertaisuus voi lisätä arjen voimavaroja ja tukea arjen hallinnassa (Ks. Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 113; Viljamaa 2003, 50). Vertaistuki on usein hyväksyvää ja luottamuksellista, se tukee äidin äitiyyttä ja antaa mahdollisuuden puhua vaikeistakin asioista (Kajamaa 2004, 302). Toisaalta vertaistuki voi myös olla keskinäistä kilpailua, huonommuuden tunnetta eikä aina ole myöskään helppo puhua kaikkein vaikeimmista asioista (Rotkirch & Saloheimo 2008, 84).

Vertaisryhmät ovat samassa elämäntilanteessa, saman kriisin, sairauden tai vastaavan kanssa tekemisissä oleville tarkoitettuja ryhmiä (Vilén ym. 2002, 208). Ryhmiin kootaan esimerkiksi eroperheiden lapsia ja aikuisia käymään yhdessä läpi eroon liittyviä samankaltaisia sekä eriäviä seikkoja asiantuntevan ohjaajan tuella. Ryhmässä voi ennakoida mahdollisia ongelmia, keskustella erilaisista toimintatavoista ja ratkaisuista sekä osoittaa pulmien yleisyyttä (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 113). Ryhmässä kunkin tilanteen samankaltaisuus luo toisaalta yhteenkuuluvuutta ja luottamusta, toisaalta auttaa ehkä paremmin ymmärtämään omaa tilannetta (Aalto 2002, 15). Vesterlin (2007, 38) pohtii tutkimuksessaan, että vanhempien vertaisryhmä koettiin hyvänä paikkana kohdata muita aikuisia, jakaa kokemuksia arjesta ja vuorovaikutuksesta sekä huomata kuinka samanlaisia ongelmat muissakin lapsiperheissä ovat. Tunne siitä, että hyväksytään ja että samanlaisessa tilanteessa olevat ymmärtävät, tukee keskustelemaan avoimesti (Häggman-Laitila & Pietilä 2007, 210). Moni vanhempi kokee oman

tilanteensa poikkeuksellisen ongelmalliseksi, ryhmässä voi huomata että muilla on samanlainen tilanne, omat ongelmat on helpompi hyväksyä yleisesti lapsiperheen arkeen kuuluviksi. (Häggman-Laitila & Pietilä, 2007, 210).

Vilén ym. (2002, 208) toteaa, että vertaisryhmän tavoitteena on asennemuutos johonkin tiettyyn asiaan. Vertaisryhmän ohjaajalta vaaditaan sekä kykyä asettua ryhmäläisten asemaan että pysyä ulkopuolisena (Vilén 2002, 208–209). Vesterlin (2007, 48) toteaa aikaisemmista tutkimuksista, että ”ryhmämuotoinen tukitoiminta on todennäköisesti taloudellisin ja myös perheiden kannalta paras tukivaihtoehto, sillä se mahdollistaa sekä vertaistuen että ammatillisen tuen saamisen samalla kertaa”. Vertaistuki ryhmässä mahdollistaa samanlaisten ongelmien käsittelyn ja ne asettuvat hallittavampaan yhteyteen.

Ensisynnyttäneiden äitien vertaisryhmissä korostuu äitiyden yhdistävä merkitys (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 117). Erilaiset kokemukset raskaudesta, synnytyksestä ja alkaneesta vauva-arjesta ovat enemmänkin yhdistäviä kuin erottavia seikkoja. Äitiyden jakaminen riittää ryhmää yhdistäväksi tekijäksi (Märijärvi 2006, 66). Vertaisessa ryhmässä on helppo puhua mieltä vaivaavista, intiimeistäkin kysymyksistä, osalle jotkin asiat ovat itsestään selviä, toisia mietityttävät muut seikat (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 118). Ryhmässä asioitten jakaminen ja oman tilan saaminen tuottaa vahvistusta omalle äitiydelle huolimatta väliin erilaisista mielipiteistä ja kokemuksista (Viljamaa 2003, 47). Vanhanen-Silvendoin (1996, 232) toteaa, että tärkeä tekijä on äitiyden jakaminen joka tapahtuu monella tasolla. Se voi olla konkreettista tavaranvaihtoa tai lastenhoitoa, äitiyden kokemusten vertailua sekä myös asiantuntijatiedon jakamista.

Äitiyden jakamisen lisäksi äitiryhmät ovat yksityisyyden ylittäjiä ja vaikuttajia. Äitiys sijoitetaan useimmiten kotiin, äitinä olon ajatellaan olevan yksityistä. Ryhmässä yksityisyys yhdistyy yhteisyyden kokemukseen, ajatusten jakaminen vahvistaa omaa äitiyttä. Yhteisöllisyys palvelee äitien yksilöllistymistä. (Vanhanen-Silvendoin 1996, 235–237.) Savolaisen (1999, 91) mukaan äitiryhmän suurin merkitys on mahdollisuudessa irtautua kotoa ja päästä toisten äitien seuraan.

Ryhmä koetaan myös virkistykseen, levon ja kiinnostavan seuran tuojaksi. Ryhmään tulo on tauko rutiineissa, ryhmästä saa iloa ja hyvää oloa, joillekin ryhmä saattaa olla

pelastusköysi joka pitää pinnalla tai lapselle ainut mahdollisuus tavata muita lapsia. (Häggman-Laitila & Pietilä 2007, 210.) Muiden tapaaminen rytmittää viikkoa, tarjoaa mahdollisuuden lähteä pois kotoa ja voi olla ”henkireikä” arjen keskellä (Märijärvi 2006, 44). Ryhmä vahvistaa sekä vanhempien sisäisiä (terveys, itsetunto, tieto, taidot, ongelmanratkaisukyky, optimismi) että ulkoisia (sosiaalinen tuki) resursseja (Häggman-Laitila & Pietilä 2007, 210).

2.5 Vuorovaikutuksellinen tukeminen

Vuorovaikutuksellisella tukemisella tarkoitetaan kokonaisvaltaista perehtymistä kunkin asiakkaan, perheen, ryhmän tilanteeseen ja tarpeisiin (Vilén 2002, 15–16). Lähtökohtana on ammatillinen tukeminen huomioiden kunkin yksilölliset tarpeet ja mahdollisuudet. Vilén ym. (2002, 11, 17–19) vertaa vuorovaikutuksellisesta tukemisesta englannin kielen termiin ”counselling”. Eri aloilla ”counselling”-termi voidaan kääntää monella tavoin, esim. ohjaaminen, psykososiaalinen työ, keskusteluhoito. Vanhanen-Silvendoin (1996, 232) toteaa, että suhtautuminen kokemusten vaihtoon ja asiantuntijatietoon vaihtelee, osa kokee ne ristiriitaisiksi, toiset näkevät niiden tukevan toisiaan.

Vuorovaikutuksessa sanaton ja sanallinen viestintä yhdistyvät sosiaalisiksi kentäksi. Ammatillisen vuorovaikutuksen taitoja on mahdollista ja tarpeen kehittää huolimatta siitä, että niitä usein pidetään jo valmiina pätevyytenä. Vuorovaikutusta tapahtuu monella tasolla, asioiden tiedottamisesta neuvontaan, opettamiseen, ohjaamiseen ja tilanteiden uudelleentarkasteluun. Vuorovaikutus työssä vaatii uusiutumista ja saattaa olla väsyttävää. (Vilén ym. 2002, 21–22.)

Vuorovaikutuksellinen tukeminen voi tapahtua yksilöllisesti puhuen tai ryhmässä. Tavoitteena on ”kuunnella ja tukea ihmisessä jo olevia voimavaroja ja auttaa häntä ratkomaan päivittäisen elämänsä ongelmia ja synnyttää voimaantumisen kokemus.” (Vilén ym 2002, 23). Voimaantuminen syntyy ihmisessä itsessään kokemusten ja tiedon kautta, voimaantumisessa osatekijänä voi olla vuorovaikutus ryhmän kanssa. Työntekijän taidot rakentaa vastavuoroinen suhde, tutkia ja tarkentaa sekä toimia, luovat mahdollisuuden voimaantumiselle. Ryhmäläiset kokevat tulevansa ymmärretyksi, näkevät vaihtoehtoja ja tekevät suunnitelmia asioiden muuttamiseksi. (Vilén ym 2002, 25–27.)

Pienten lasten perheissä osallistuminen ammatillisesti ohjattuun ryhmään tuo myös odotuksia lastenhoidollisesta ja kasvatuksellisesta tuesta. Ohjaajilta kaivataan ohjeita ja vinkkejä, toisaalta neuvot saattavat kuitenkin jäädä käyttämättä mutta perhe voidaan ohjata eteenpäin, mikäli tarvitaan enemmän tukea (Vesterlin 2007, 39). Häggman-Laitila ja Pietilä (2007, 211) toteaa, että perheryhmässä tärkein hyöty on tosiasiallisen ja tilannesidonnaisen tiedon saanti sekä halu etsiä lisää tietoa. Vanhemmat myös tuntevat (Häggman-Laitila & Pietilä 2007, 211), että heillä on ryhmäkeskustelujen jälkeen paremmat keinot keskustella kotona ja he kokevat myös saaneensa aitoa ja kriittistä palautetta.

2.6 Tavoitteellinen ryhmätoiminta

Jauhiainen ja Eskola (1994, 37–65) jakavat ryhmätoiminnan, ryhmäilmiöt, neljään eri tavoin toimivaan käytäntöön. Yhteisö on heidän mukaansa yksilöiden välisiin sopimuksiin perustuva nykyaikainen yhteenliittymä. Yhteisössä on voimakas yhteenkuulumisen tunne, joka ei kuitenkaan välttämättä näy toiminnassa mutta on tarvittaessa voimavara. Tavoitteellinen ryhmä pyrkii asettamiinsa päämääriin, ryhmä on olemassa ainoastaan tavoitteen saavuttamiseksi. Satunnainen ryhmä ei noudata yhteisiä sääntöjä eikä sillä ole tavoitteita, ryhmä toimii olosuhteitten mukaan. Sosiaalinen verkosto on ihmisten mahdollinen toimintakenttä, joka sisältää erilaisia, mm. sosiaalista tukea tuottavia, ryhmiä. (Mt.)

Ryhmätoiminta voi olla enemmän tai vähemmän suunniteltua ja tavoitteellista (Kopakkala 2005, 36). Usein se lähtee tietystä tarpeesta, jolloin ryhmä suunnittelee ja ohjaa toimintaansa itse tai sillä on ulkopuolinen ohjaaja. Ohjaajan tehtävänä on suunnata ryhmän toimintaa tavoitteiden suuntaan, huolehtia sovittujen kokoontumisten toteutumisesta sekä siitä, että kaikilla on ryhmässä tilaa ilmaista ajatuksiaan (Kopakkala 2005, 89). Ryhmän ohjaajana toimiminen ei sinällään edellytä erityiskoulutusta mikäli ryhmän toiminta on suunniteltua ja sisällöltään kiinnostavaa (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2004, 118).

Ohjauksellisia taitoja ja riittävää asiaosaamista tarvitaan kun ryhmän tavoitteet ovat tavallista ryhmätoimintaa erityisemmät. Tietyille kohderyhmälle suunnattu ryhmä saattaa tarvita ohjaajan innostamista erityisesti ryhmän alussa sekä toiminnan päättyessä. Pienryhmän ohjaamisessa työparityöskentely on eduksi, se kehittää ohjaustaitoja ja

helpottaa kokemusten purkamista ja palautteen saamista (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2004, 119). Vesterlin (2007, 48) toteaa, että ryhmässä ohjaajat ohjaavat keskustelua, tuovat turvallisuuden tunnetta ja antavat mahdollisuuden kysyä asioita. Toisaalta ammattilaiset pyrkivät selvittämään ja ymmärtämään ryhmäläisten asioita pyrkimättä olemaan liiaksi asiantuntijoita.

Keskustelu on osana kaikissa ryhmissä. Toiminnallisissakin ryhmissä osa vuorovaikutuksesta tapahtuu suullisesti vaikka varsinaisesti ryhmä toimisi jonkin tekemisen puitteissa. Vanhanen-Silvendoin (1996, 232) toteaa, että äitiryhmät perustuvat keskusteluun ja puhuttuun kulttuuriin. Ryhmässä tukeminen tapahtuu vuorovaikutuksessa koko ryhmän kesken, tarpeen tullen erityisiin ongelmiin voi tarttua rajatummassa yhteydessä. Luottamuksellisen suhteen luomisessa on merkityksellistä olla kiinnostunut ja kuunteleva, tarkentaa epäselviä seikkoja ja myös myöhemmin muistaa keskustellut asiat. Perhekeskeisyys on äitien ryhmässä ehkä vähäisemmässä merkityksessä kuin olisi vaikkapa parisuhderyhmässä. Vesterlinin (2007, 40–42) tutkimassa perheryhmässä oli vanhempien kokemuksen mukaan saatu tukea perheen vuorovaikutukseen ja keskinäiseen tukeen sekä parisuhteeseen.

Ryhmässä toimimiseen sisältyy hoitavia tekijöitä, tällaisia ovat tiedon jakaminen, ryhmään kuulumisen, avautuminen ja hyväksyntä, toivon herättäminen ja löytyminen, samankaltaisuuden kokeminen, toisen auttamisen kokemus, ihmissuhdetaitojen ja sosiaalisten taitojen oppiminen, sosiaalinen tuki sekä primäärin perheryhmäkokemuksen korjaava kokeminen (Vilén ym. 2002, 202–204). Jokainen ryhmän jäsen tuo ryhmään omat kokemuksensa ja osaltaan muokkaa ryhmän tuottamaan tietoa. Tunne kuulumisesta hyväksyvään ryhmään on tärkeää varsinkin tilanteessa jossa muuten on vähemmän sosiaalisia suhteita. Tällöin omista asioista puhuminen hyväksyvässä ilmapiirissä auttaa käymään niitä läpi. Muut ryhmäläiset, jotka ovat jo käyneet läpi saman ongelman ja ratkaisseet sen, luovat toivoa omasta etenemisestä toisaalta myös muiden auttaminen lisää omaa kokemusta elämänhallinnasta. Ryhmässä syntyy myös samankaltaisuuden tunne kun kaikkia koskee sama asia, jokainen tuntee tulevansa ymmärretyksi. Ryhmässä voi miettiä uusia taitoja, harjoitella niitä tai oppia seuraamalla muiden toimintaa. Yhteenkuuluvuus tukee myös muutokseen pyrkimistä, tieto seuraavasta tapaamisesta voi kannustaa jaksamaan. Psykoterapeuttisessa ryhmässä voidaan työstää vanhoja kiintymyssuhteita, ohjaavalla tasolla pyritään olemaan tässä ja nyt – tilanteessa. (Vilén ym. 2002, 203–204.)

Turvallisuuden tunnetta ryhmässä lisää luottamus, hyväksyntä, avoimuus, tuen antaminen ja sitoutuminen (Vilén ym. 2002, 211; Aalto 2002, 6 – 7). Luottamus tarkoittaa avoimuutta sekä itselle että muille, muiden avoimuuden hyväksymistä ja olemista muille luotettava. Hyväksyntä luo myös turvallisuutta, kun aremmat alueet meissä hyväksytään, sitä suurempi on luottamus. Haavoittuvaksi altistuminen lisää luottamusta kun ryhmäläinen kokee tulevansa hyväksytyksi. Tuen antaminen lisää muiden luottamusta ja turvallisuutta. Sitoutuminen syntyy parhaiten turvallisessa ja luotettavassa ryhmässä sekä auttaa ryhmän tavoitteen saavuttamisessa. (Aalto 2002, 6-7.)

Äitiryhmien tausta on vaikuttava tekijä siinä kuinka ryhmä mielletään ryhmäläisten mielessä ja ulkopuolisten silmissä. Ryhmään kuulumista, samoin kuin kuulumattomuutta, saattaa joutua perustelemaan ulkopuolisille (Vanhanen-Silvendoin 1996, 235–237). Myös Vesterlinin (2007, 41) tutkimuksessa ryhmään osallistuneet vanhemmat olivat pohtineet leimaako osallistuminen heidät ongelmaperheeksi. Ryhmän instituionalisoituminen ei ole niin tärkeää, ryhmä vastaa tiettyä aikana äitien tarpeeseen ja muuttuu äitiys-kokemuksen muuttuessa. ”... Äitiryhmien toiminta sitoutuu moniäänisen, yksilöllisen ja tämän myötä ei-yhtenäistävän äitiyden tukemiseen: jokainen äiti on äiti omalla tavallaan.” (Vanhanen-Silvendoin 1996, 239).

2.7 Äitiyden arki ja yhteiskunnan tuki

Erilaiset poikkeavat tilanteet luovat haasteita arjen sujumiselle ja sen mielekkäänä kokemiselle. Poikkeustilanne saattaa olla lyhytaikainen ja paluu tavalliseen arkeen on helppoa ja hallittua. Jatkuessaan poikkeava arki saattaa aiheuttaa stressiä ja turhautumista. Vauvaperheissä arki muodostuu usein hyvin erilaiseksi kuin aika ennen lapsen syntymää. Vauva itsessään vaatii oman tilan, varusteet ja hoitovälineet. Vauva lisää kotitöiden määrää ja aikaisemmin tasapuolinen työnjako painottuu usein äidin vastuulle (Rotkirch & Saloheimo 2008, 74). Väsymisen ja siitä aiheutuvan hermostuneisuuden, asioiden keskeneräisyyden ja sotkuisuuden sietäminen vaatii opettelua ja niiden hallitsemattomuus saattaa aiheuttaa ongelmia (Märijärvi 2006, 63).

Aikuisten asema perheessä muuttuu, vastuu lapsesta tulee konkreettiseksi ja vaatii ainakin toisinaan jättämään muut asiat toissijaiseksi. Vauva muuttaa myös ajankäyttöä, usein rytmi on niin epäsäännöllinen ja ennakoimaton, että on mahdoton suunnitella päivän kulkua kuten aikaisemmin. Parisuhde on toisinaan ainakin jonkin aikaa tois-

sijainen, kahden aikuisen välinen suhde muuttuu väistämättä vauvan saadessa oman paikkansa perheessä (Häggman-Laitila & Pietilä 2007, 212; Savolainen 1999, 44). Haastetta saattaa aiheuttaa vaikkapa äidin ja vauvan välinen tiivis yhteys, jos isä ei tunne saavansa tilaa suhteessa kumpaankaan.

Äidit toivovat isän osallistumista lapsen ja kodin hoitoon, mutta eivät tiedä kuinka muuttaa tilannetta tai ottaa asia puheeksi (Häggman-Laitila & Pietilä 2007, 212). Lisähaastetta arjen sujumiseen muodostavat ”ylimääräiset” rasitteet kuten talon rakennus tai uran luominen, jotka ovat kovin yleisiä vauvaperheiden kohdalla (Rotkirch & Saloheimo 2008, 79). Vesterlin (2007) pohtii, että vanhemmat ovat keskellä ruuhka-
vuosia, arjen pyörittäminen vie paljon aikaa, tilaa itselle, parisuhteelle tai kotona ololle voi olla vaikea löytää. Hän toteaa, että vanhemmat toivovat tukea arjessa selviämiseen, kasvatus- ja parisuhdepulmiin sekä samassa elämäntilanteessa olevilta että ammattilaisilta.

Äitiyden arjen myönteiset puolet koostuvat hienovaraisista ja pienistäkin asioista, lasten hymystä, uuden oppimisesta, toisaalta myös sujuva arki itsessään palkitsee kun äiti näkee arjen mahdollisuutena hengähtää työn ja suoritusten paineesta (Märijärvi 2006, 30). Arjen kriisit ja perheen ongelmat mahdollistavat myös oman toimijuuden korostamisen. Äidit ajattelevat että suhteessa moniin muihin sujuu hyvin, myös suhde omaan lapseen kantaa vaikeiden aikojen yli. (Härkälä 2006, 65.)

Lapsiperheille on tarjolla kattavat ja hyvät neuvolapalvelut. Niiden käyttö perustuu vapaaehtoisuuteen mutta niitä käytetään hyvin laajasti (Neuvolatyö 2009). Janhunen (2008, 11) toteaa kuitenkin, ettei neuvola aina pysty tukemaan eniten apua tarvitsevia äitejä. Ensisynnyttäjille on tarjolla perhevalmennusta, joissakin kunnissa myös synnytyksen jälkeen. Tätä suositellaankin erityisesti ensimmäistä lasta odottaville ja kasvataville vanhemmille (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 119). Vesterlin (2007, 22, 51) toteaa, että lapsiperheitä tulisi tukea moniammatillisesti. Eri ammattiryhmien välinen yhteistyö ei kuitenkaan ole aina sujuvaa, jolloin yhteistyössä toteutettu ryhmätöiminta on hyvä mahdollisuus oppia yhteistyötä.

Tutkimuksissa (mm. Kuronen 1994, 106; Tarkka 1996) todetaan, että äidit tarvitsevat tuen ja ohjauksen lisäksi konkreettista apua arjessa selviytymiseen. Alun perin erityisesti lapsiperheille kohdistettua kotipalvelua on karsittu nykyään lähes koko maassa (Oulasmaa ym. 2008, 92). Sinänsä lakisääteistä, kunnallista palvelua on melko mah-

dotonta saada ”tavalliseen” perheeseen. Pienten lasten perheille annetaan tukea lähinnä lastensuojelullisilla perusteilla. Vauvaperheiden palvelut vaihtelevat alueittain ja kunnittain, viranomaistoimintana saattaa olla ns. avointa toimintaa perhekahviloitten, avointen päiväkotien, asukaspuistojen tms. muodossa. Kolmas sektori, vapaaehtoistoimijat (esim. MLL) ja seurakunnat järjestävät resurssien ja kiinnostusten puitteissa erilaista tukea ja toimintaa kuten tukihenkilötoimintaa, kerhoja, muskareita ja perhekerhoja. Märijärvi (2006, 73) toivoo, että voitaisiin lisätä paikkoja, joissa äidit voisivat luontevasti kohdata toisiaan ja jotka edistäisivät yhteisöllisyyden syntymistä.

3 VIRTAPIIRI-RYHMÄT

3.1 Virtapiiri-ryhmien tausta ja tavoitteet

Piikkiön kunta on ollut mukana Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piirin Vauvaperhehankkeessa vuodesta 2006. Syksyllä 2006 kehiteltiin hankkeen moniammatillisessa kuntatiimissä erilaisia työmuotoja ja palveluja tarjottavaksi piikkiöläisille vauvaperheille. Yhtenä toimintamuotona päätettiin aloittaa äitien ryhmätoiminta, joka sai nimen Äitien Virtapiiri. Hankkeen koordinaattori oli aloittanut samanlaista ryhmätoimintaa naapurikunnassa Paimiossa, josta saatujen kokemusten ja oman harkinnan mukaan päätettiin aloittaa ryhmä tammikuussa 2007.

Virtapiiri-ryhmiä aloitettaessa ei oltu varsinaisesti mietitty tavoitteita ryhmille. Vauvaperhehankkeen kuntatiimi, jossa oli edustettuna kunnan sosiaali- ja terveydenhuolto sekä päivähoito, seurakunta, vapaaehtoistoimija MLL:n yhdistyksestä, äitiedustaja sekä hankkeen koordinaattori, suunnitteli ryhmän aloittamista ideoiden ja omien kokemusten pohjalta. Piikkiössä oli näkyvissä syntyvien vauvojen määrän lisääntyminen sekä runsas muutto kuntaan. Sekä seurakunta että MLL tarjosivat lapsiperheille erilaisia toimintoja perhekerhoista ja –kahviloista lasten kerhoihin. Varsinaisia vauvaperheille suunnattuja toimintoja ei kuitenkaan ollut. Kuntatiimissä ajateltiin, että saattaisi olla tarvetta suoraan vauvaperheille tarkoitettulle ryhmälle, joka samalla helpottaisi Piikkiöön muuttaneiden äitien tutustumista toisiinsa. Virtapiiri-ryhmä päätettiin aloittaa kokeiluna tukemaan äitiyttä sen varhaisvaiheessa.

Ryhmien aikana ohjaajille muodostui ajatus kolmesta tavoitteesta: 1. tuoda äideille vertaistukea ja yhteisöllisyyttä 2. kokemusten jakamista 3. uuden oppimista ja ymmär-

rystä vauva-arjesta. Ryhmään kuuluvien äitien yhteen kokoontuminen tiettyjen kertojen ajan antoi heille mahdollisuuden luoda suhteita lähellä asuviin muihin äiteihin. Ryhmässä oli tavoitteena myös jakaa kokemuksia omasta arjesta, vauvan hoidosta ja siitä, mikä kulloinkin oli palvellut äitien tarpeita. Lisäksi pidettiin alusta lähtien tärkeänä paitsi jakaa tietoa lapsen kehitykseen ja hoitoon liittyvistä seikoista myös lähiympäristössä olevista palveluista ja toiminnoista.

Vauvaperhehankkeessa on koottu Virtapiiri-ryhmien vertaisohjaajille ohjevihko. Tässä ryhmien perimmäiseksi ideaksi on asetettu kokemusten vaihto, ajatusten jakaminen ja uusien ideoiden keksiminen sekä äitien tutustuminen (MLL 2009b, 5).

Alkavasta ryhmästä ilmoitettiin paikallislehdessä MLL:n Piikkiön yhdistyksen toimesta, siitä oli tietoa MLL:n nettisivuilla ja neuvolan terveydenhoitajat jakoivat ilmoituksen (esim. liite 1) vauvaperheille neuvolakäynneillä. Samalla tavoin on ilmoitettu myös myöhemmin toteutuneista ryhmistä. Lisäksi Virtapiiri-ryhmistä on puhuttu ensimmäisen lapsen saaneille vanhemmille perhevalmennuksessa synnytyksen jälkeisillä kerroilla. Ensimmäinen ryhmä oli suunnitelmassa kohdistaa äideille, joilla on ollut tavallista hankalampaa aikaa vauvan kanssa johtuen joko äidin omasta tai vauvan terveydentilasta, perhetilanteesta tai muista kuormittavista tekijöistä. Pian selveni, ettei Piikkiössä syntyvien vauvojen määrä riitä poimimaan joukosta erityistä tukea tarvitsevia äitejä ja ryhmää mainostettiin kaikille pienten vauvojen äideille. Virtapiiri-ryhmät olivat avoimia kaikille piikkiöläisille pienten vauvojen äideille, niitä mainostettiin erityisesti ensisynnyttäjille. Lähes jokaisessa ryhmässä oli mukana äiti, jolla oli vanhempia lapsia. Vanhemmat lapset eivät kuitenkaan olleet mukana ryhmäkerroilla, vaan he olivat koulussa tai hoidossa.

3.2 Virtapiiri-ryhmien paikka ja osallistujat

Virtapiiri-ryhmää suunniteltiin pidettäväksi perhekeskus Nuppulassa. Tämä on kunnan omistamassa kiinteistössä toimiva MLL:n Piikkiön yhdistyksen perhekeskus. Perhekeskuksessa toimii yksi palkattu toiminnanohjaaja. Ensimmäinen Virtapiiri-ryhmä kokoontui Piikkiön kirjastossa perhekeskuksen ja ohjaajien kalenterien päällekkäisyyksien vuoksi. Seuraavat ryhmät olivat pääsääntöisesti Nuppulassa. Perhekeskus joutui välillä remonttiin ja muutti joksikin aikaa tilapäistiloihin ennen muuttoa täysin perhekeskusta varten remontoituihin tiloihin. Muutama kerta on päällekkäisyyden

vuoksi pidetty kunnan esiopetustilassa. Jollekin ryhmälle osui kaksi paikanvaihtoa. Äidit suhtautuivat asiaan reilusti mutta asian selvittely vaati lisätyötä.

Tammikuun 2007 ja maaliskuun 2009 välillä toimi kuusi Virtapiiri-ryhmää. Alun perin oli sovittu, että kukin ryhmä aloitetaan, mikäli ilmoittautuneita on 4-8. Ryhmiin ilmoittautui kuudesta kymmeneen äitiä. Kymmenen äidin ryhmään päädyttiin, koska äidit olivat pääasiassa samasta perhevalmennusryhmästä. Suuri osallistujamäärä tuntui kuitenkin raskaalta ja päädyttiin jälleen toteuttamaan pienempiä ryhmiä. Äitejä ja vauvoja oli yhteensä 42. Ryhmiin osallistuminen oli säännöllistä, ainoastaan ensimmäisessä ryhmässä oli ilmoittamattomia poissaoloja. Muuten poissaolot johtuivat ennakkaan ilmoitetuista matkoista tai sairastumisista. Kokonaisuudessaan kuuden ryhmän osallistumisprosentti oli 89.

TAULUKKO 1 Virtapiiri-ryhmien osallistujamäärät, poissaolot ja osallistujaprocentit

	Talvi 2007	Syksy 2007	Talvi 2008	Kevät 2008	Syksy 2008	Talvi 2008– 2009	Yht.
Osallistumis%	75	93	83	92	93	93	89
Äitejä	6	7	6	6	10	7	42
Kokoontumisia	6	6	6	6	6	6	36
Poissaolot yht.	9 / 4 äitiä	3/ 3 äitiä	6/ 4 äitiä	3/ 3 äitiä	4/ 4 äitiä	3/ 2 äitiä	28
Syyt poissaoloon	lasten sairaus, ilmoittamatta	lasten sairaus	sairaus	sairaus, matka	sairaus, matka	sairaus	

3.3 Virtapiiri-ryhmien kesto ja tapaamisten sisältö

Äitien Virtapiiri kokoontui kuusi kertaa pääsääntöisesti kahden viikon välein. Muutamalla ryhmällä osui joulukuun tms. väliin, jolloin kertojen väliin jäi enemmän aikaa. Tapaamiset toteutettiin klo 10.00 - 12.00, aika määrittyi toisaalta Nuppulan aikataulujen mukaan ja myös suurin osa vauvoista oli silloin virkeimmillään. Kussakin tapaamispaikassa oli enemmän tai vähemmän hyvät mahdollisuudet nukuttaa vauvoja vaunussa, imettää ja lämmittää tarvittaessa ruokaa. Virtapiiri-ryhmän tapaamisissa äideille tarjottiin kahvi, tee tai mehu sämpylän ja hedelmien kanssa.

Virtapiiri-ryhmien aluksi sovittiin yhteisistä säännöistä. Ryhmässä oli mahdollista keskustella haluamista asioista niin syvällisesti kuin kukin itse halusi. Ryhmäläiset lupasivat pitää keskustellut asiat ryhmän sisällä. Toisten asioista ei keskustella ulkopuolisten kanssa. Ryhmässä edettiin aina vauvojen ehdoilla, heitä voi nukuttaa, rauhoittaa tai syöttää vauvan tarpeiden mukaan. Alkuun myös sovittiin poissaolojen ilmoittamisesta, valokuvauksesta ja yhteystietojen jakamisesta.

Ensimmäisellä kerralla kerättiin äitien ajatuksia kiinnostavista teemoista. Niiden mukaan ohjaajat jakoivat eri kertojen aiheet ja sopivat erilaisia käsittelytapoja. Äidit ehdottivat usein keskustelua äitiydestä, lapsen kehityksestä ja arjesta. Lisäksi toivottiin vaikkapa vauvahierontaa, lastenleikkejä, tietoa sairauksista, rooleista perheessä, päivähoitomahdollisuuksista tai kiinteän ruuan aloittamisesta. Tarvittaessa joillakin kerroilla oli mukana asiantuntija, terveydenhoitaja, fysioterapeutti, vauvahieroja tai päivähoiton edustaja, kestovaippon tuntija. Useimmiten ryhmissä edettiin ”omin voimin” keskustellen erilaisista aiheista.

Tapaamiset olivat melko vapaamuotoisia. Kukin kerta aloitettiin ”Onko täällä...” – laululla ja kuulumiskierroksella. Aiheesta riippuen oli pieni alustus tai tehtävä, jonka lomassa tai aiheen jälkeen oli kahvihetki. Vierailevat asiantuntijat olivat paikalla joko alusta lähtien tai osan aikaa sopimuksen mukaan. Toisinaan oli edellisellä kerralla annettu ”kotitehtävä”, jonka avulla käsiteltiin aihetta (esim. Vauvan vuorokausirytm, MLL). Keskustelun lomassa saatettiin harjoitella laululeikkejä tai loruja. Erään ryhmän kanssa koottiin Pienten laulut -vihkonen, jota käytettiin myöhemminkin.

4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

4.1 Opinnäytetyön tehtävä

Opinnäytetyön tarkoituksena on koota Äitien Virtapiiri -ryhmiin osallistuneiden äitien kokemuksia ryhmästä. Tavoitteena on koota ajatuksia, kokemuksia ja toiveita innoitukseksi ja ideoiksi työntekijöille sekä perusteluksi Äitien Virtapiiri -toiminnan jatkamiseksi ja kehittämiseksi.

Virtapiiri-ryhmiin osallistuneita äitejä pyydettiin kirjoittamaan

- Millaisia kokemuksia (vaikkapa tuesta arkeen, äitiyteen tai sosiaalisiin suhteisiin) sinulla oli Äitien Virtapiiri -ryhmän aikana?
- Mitä merkitystä ryhmällä mahdollisesti oli kokoontumiskertojen päätyttyä?
- Mitkä asiat Virtapiiri-ryhmässä olisivat voineet olla toisin?

4.2 Tutkimusmetodi ja analyysin kuvaus

Laadullisella tutkimustavalla tavoitellaan tutkittavan kuvausta koetusta todellisuudesta, joka sisältää myös hänelle merkityksellisiä ja tärkeitä asioita (Vilkka 2005, 97). Näiden kuvausten pohjalta tutkijan on mahdollista ymmärtää ja tulkita kohdettaan. Tutkijan tulisi pyrkiä ottamaan huomioon useita ratkaisu- ja päätösvaihtoehtoja tutkimusaineistosta sillä ”merkitysten, laatujuen maailmassa asiat ja ilmiöt eivät ole koskaan vain yhdellä tavalla” (Vilkka 2005, 98). Laadullisessa tutkimuksessa aineistonkeruumenetelminä käytetään yleisimmin haastatteluja, havainnointia, kyselyjä ja erilaisiin dokumentteihin perustuvaa tietoa (Tuomi & Sarajärvi 2002, 73).

Kirjallinen tutkimusmateriaali voidaan jakaa yksityisiin dokumentteihin (mm. kirjeet, elämäkerrat, esseet) ja julkisiin asiakirjoihin (mm. sanomalehdet ja elokuvat) (Tuomi & Sarajärvi 2002, 86). Tekstimateriaali sisältää jo itsessään erilaisia merkityksiä kuten ihmisten käsityksiä, kokemuksia ja arvoja (Vilkka 2005, 122). Kirjalliset dokumentit ilmentävät kirjoittajansa todellisuutta. Tällöin kirjoituksesta näkyy kunkin hetken merkityksellisimmät asiat. Kirjoituksista saattaa jäädä pois jokin merkityksellinen seikka verrattuna haastatteluun, niistä kuitenkin näkyvät kirjoittajan sen hetkiset näkemykset ja painotukset asiasta (Eskola & Suoranta 1998, 124). Toisaalta pyynnöstä kirjoitetut kirjoitukset, ovat jo kirjoittajan muita varten tulkitsemaa todellisuutta ja kirjoittaja esittää kokemukset yleisellä tasolla (Vilkka 2005, 124). Hirsjärvi ym. (1997, 215) mukaan tarinat eräänlaisina elämäkertoina voivat olla koko elämää koskevia tai kohdistua yhteen merkittävään teemaan tai merkitykselliseen tapahtumaan.

Tässä työssä aineistona ovat äitien kirjoitukset. Kirjoitukset käsiteltiin sisällönanalyysillä. Sisällönanalyysin tarkoituksena on järjestää aineisto tiiviiseen ja selkeään muotoon kadottamatta sen informaatiota. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 94, 110–115.) Kirjoituksista koottiin äitien kokemukset, analyysiyksikkönä on ollut lause tai lauseen osa (Vilkka 2005, 140). Tämän tiivistämisen jälkeen ilmaukset äitien kokemuksista pelkistettiin ja yhdistettiin samaan asiaan viittaaviksi luokiksi. Edelleen näitä luokkia on

yhdistelty kunnes on päädytty mahdollisimman kuvaaviin luokkiin (esim. liite 5). (Tuomi & Sarajärvi 2002, 111–112.)

Luokittelussa päädyttiin etenemään ajallisesti ajatuksista ennen ryhmää, kokemuksiin ryhmän aikana ja ryhmän jälkeen. Näiden ajallisten luokittelujen välillä on myös läheisesti toisiinsa liittyviä luokkia, äitien kirjoituksista nousseita teemoja, jotka toisenlaisessa luokittelussa olisi voitu asettaa toisiaan seuraaviksi poluiksi. Analyysin avulla muodostetut teemat on esitetty luvussa 5 Opinnäytetyön tulokset. ”Kvalitatiivisessa analyysissä tutkijan apuna eivät ole muuta kuin omat tai tutkijakollegan ennakkoletukset, arkielämän peukalosäännöt ja enemmän tai vähemmän vahva teoreettinen oppineisuus.” (Eskola & Suoranta 1998, 209).

4.3 Opinnäytetyön kohdejoukko ja aineisto

Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on kuvata tapahtumaa, ymmärtää tiettyä toimintaa tai antaa teoreettisesti mielekäs tulkinta ilmiöstä, aineiston tehtävänä on toimia tutkijan apuna rakennettaessa käsitteellistä ymmärrystä tutkittavasta asiasta (Eskola & Suoranta 1998, 61–62). Aineiston tulee tuottaa kattava kuvaus ilmiöstä. Kattavuuteen vaikuttavat aineiston koko, analyysin ja tulkinnan onnistuneisuus ja tutkimustekstin sekä erilaisten aineistojen käytön kokonaisuutta. (Eskola & Suoranta 1998, 61; Vilkkä 126.) Opinnäytetyön tavoitteena on ollut koota äitien kokemuksia Virtapiiri-ryhmätoiminnasta. Tuomi & Sarajärven (2002, 87–88) mukaan on tärkeää, että kohdejoukko tietää tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon tai heillä on kokemusta asiasta. Kohdejoukon valinnan tulee olla harkittua ja tarkoitukseen sopivaa. Kohdejoukoksi valikoitui tarkoituksenmukaisesti kaikki Virtapiiri-ryhmiin osallistuneet äidit.

Virtapiiri-ryhmiä on ollut Piikkiössä seitsemän vuosina 2007–2009. Kokemukset Virtapiiri-ryhmistä on kerätty kuudesta ryhmästä, viimeisin ei ehtinyt päätyä ennen kirjoituspyyntöjen lähettämistä. Opinnäytetyötä varten on haettu tutkimuslupaa (liite 2), tutkimusluvan (liite 3) 15.4.2009 myönsi Kaarinan kaupungin Hyvinvointipalveluiden johtaja. Kirjoituspyyntö (liite 4) lähetettiin 22.4.2009 sähköpostitse 40:lle Virtapiiri-ryhmään osallistuneelle äidille. Sähköpostiosoitteet saatiin kunkin ryhmän osallistujalistalta. Yhdelle äidille lähetettiin pyyntö myöhemmin häneltä saatuun sähköpos-

tiosoitteeseen. Äitejä pyydettiin vastaamaan viestiin, mikäli sähköpostiosoite toimii edelleen ja viesti on tavoittanut oikean ihmisen.

Kaikkiaan 34 äitiä vastasi saaneensa sähköpostin. Joistakin vastaamattomista osoitteista tuli automaatti-ilmoitus ettei osoite ole käytössä. Kuudelle äidille, joiden sähköpostiosoite ei ollut tiedossa tai joiden osoite ei ollut enää käytössä, etsittiin osoitetta osoitepalvelusta ja lähetettiin pyyntö kirjeitse 20.5.2009. Äideille lähetettiin kirjoituspyynnöstä muistutus sähköpostitse 18.5 ja 8.6. Jälkimmäisessä sähköpostissa oli ilmoitus Piikkiön yhteispalvelupisteeseen äideille varatuista kiitossuklaasta.

Kuudessa Virtapiiri-ryhmässä oli yhteensä 42 äitiä. Näistä kirjoituspyyntö tavoitti 40 äitiä. Moni, joka vastasi saaneensa postin, toivoi ehtivänsä kirjoittamaan mutta epäili sen olevan hankalaa arjen ja työn viedessä ajan. Äideiltä saatiin yhteensä 18 kirjoitusta, joista yksi palautettiin nimettömänä yhteispalvelupisteeseen ja muut sähköpostitse. Ensimmäinen kirjoitus tuli 22.4 ja viimeinen 11.6. Vastanneet äidit olivat tasaisesti kaikista kuudesta ryhmästä. Kirjoitusten pituus vaihteli muutaman rivin kootuista huomioista kahdenkin sivun mittaisiin pohdiskeleviin kirjoituksiin.

Äitien kirjoitukset olivat sisällöltään samankaltaisia, niissä toistuu samantyyppisiä teemoja ja kokemuksia. On mahdollista, että kirjoittaneiden äitien kokemukset ovat olleet erityisen hyvin mielessä, ne ovat olleet myönteisempiä tai että näille äideille on luontaisempaa ilmaista itseään kirjoittamalla kuin äideille jotka eivät kirjoittaneet. Kirjoittamiseen vaikutti oletettavasti osaltaan äitien arjen kiireisyys ja ajan puute. Kuittausvastausten myönteisestä hengestä päätellen moni toivoi voivansa kirjoittaa, kirjoitusten puuttuminen todentaa ehkä enemmän äitien kiireistä arkea kuin haluttomuutta kertoa kokemuksistaan.

4.4 Eettiset kysymykset

Tutkimusprosessin aikana joudutaan pohtimaan monia tutkimuksen ja tutkijan etiikkaan liittyviä seikkoja. Eskola ja Suoranta (1998, 52) toteavat, että tutkimuksen eettisyyttä voidaan pohtia tiedon hankinnan ja tiedon käytön kysymyksinä. Suojanen (1982) esittää etupäässä tiedon hankintaprosessiin liittyvän luettelon tutkimuksen eettisistä ongelmista (mts. 52). Eettiset kysymykset ja ongelmat liittyvät tutkimuslupaun, tutkimusaineiston keruuseen, tutkimuskohteen hyväksikäyttöön, tutkimukseen osallis-

tumiseen ja tutkimuksesta tiedottamiseen. Näiden ulkopuolelle jäävät kysymykset mm. tiedon käytöstä, tutkijan rehellisyydestä ja tulosten julkaisemisesta. (Eskola & Suoranta 1998, 52–53.)

Ryhmien alkaessa äideille kerrottiin Virtapiiri-ryhmien olevan osa Vauvaperhehankkeessa kehitettävää toimintaa vauvaperheille. Äidit myös antoivat hankkeen toteutukselle yhteystiedot hankkeen puitteissa tehtäviä kyselyitä varten. Tämä opinnäytetyö ei liity hankkeen tutkimuksiin, vaan on Virtapiiri-ryhmien toisen ohjaajan opinnäytetyö. Tämän vuoksi, Piikkiön kunnan ja Kaarinan kaupungin yhdistyttyä 1.1.2009, luvan opinnäytetyöhön on myöntänyt Kaarinan kaupungin Hyvinvointipalvelujen johtaja. Äitien yhteystiedot (sähköpostiosoitteet) on täten saatu ryhmien osallistujalistoilta eikä aikaisemmin kyselyjä varten kerätyiltä yhteystietolomakkeilta. Puuttuneita yhteystietoja on haettu julkisesta osoitepalvelusta.

Virtapiiri-ryhmiin osallistuneet äidit saivat kirjoituspyynnön pääasiassa sähköpostitse. Kirjoituspyynnössä on kerrottu opinnäytetyön aihepiiri, opinnäytetyön tekijä ja Kaarinan kaupunki taustaorganisaationa, opinnäytetyön tarkoitus, opinnäytetyön käytännön ohjeet ja kirjoittajien henkilöllisyyden suojaaminen niin että opinnäytetyö tehdään nimettömänä ja kirjoitukset tuhoetaan opinnäytetyön valmistumisen jälkeen (Vilka 2005, 154). Äidit ovat osallistuneet tähän opinnäytetyöhön vapaaehtoisesti ja halutessaan voineet palauttaa kirjoituksen nimettömänä. Valtaosa kirjoituksista tuli sähköpostitse, jolloin vastaaja oli tiedossa ja myös se, että kirjoittajat olivat eri ryhmistä. Kirjoitukset tulostettiin ilman kirjoittajan tai ryhmän tietoja ja niitä käsiteltiin nimettömänä.

Opinnäytetyön raportoinnissa huolehditaan äitien nimettömyydestä, mm. suorat lainaukset on merkitty kirjaintunnisteella (A-Q). Joissakin teksteissä mainittiin tietoja, joiden perusteella oli mahdollista tunnistaa niiden kirjoittaja. Nämä maininnat otettiin huomioon siten, ettei kirjoittajan henkilöllisyys näy opinnäytetyössä. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 135,138.) Lainauksia esitettäessä on kiinnitetty erityistä huomiota siihen, ettei äitejä voida tunnistaa pienellä paikkakunnalla sisällön tai ilmaisutavan vuoksi. Virtapiiri-ryhmien välisiä eroja ei ole tutkittu tai kirjattu. Kirjoituksia on käsitelty yhtenä aineistona riippumatta äitien ryhmästä. (Eskola & Suoranta 1998, 57.)

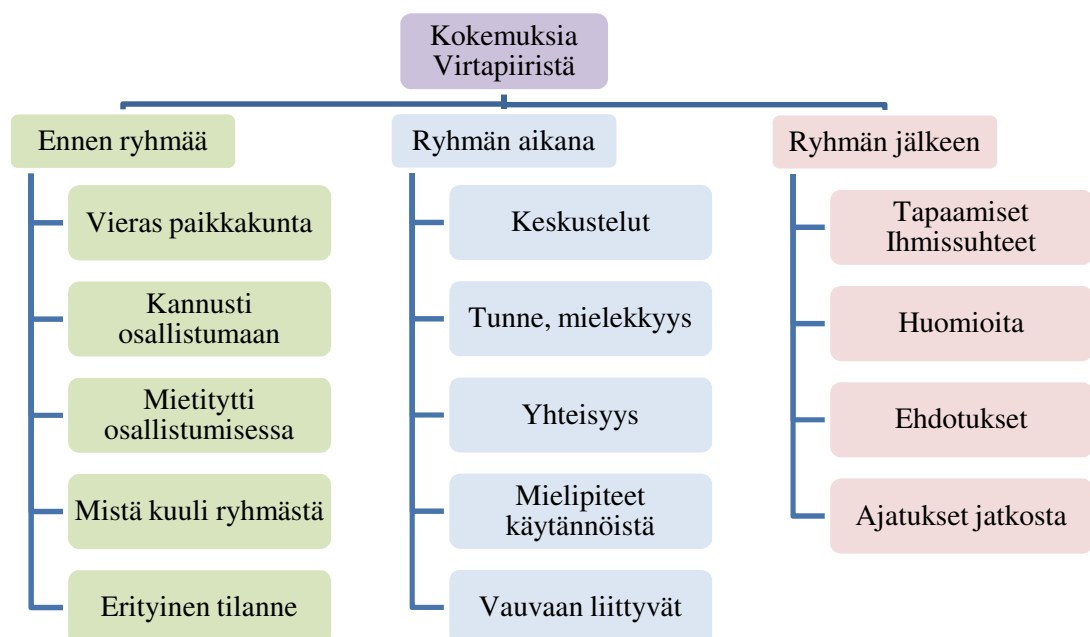
Opinnäytetyöntekijä oli kaikille äideille tuttu Virtapiiri-ryhmän ohjaaja. Tuttuus näkyi myös äitien kirjoituspyyntökuittauksissa. Moni äiti lisäsi niihin henkilökohtaisia toivoksia, pyyntöjä ja tietoja. Voisi ajatella, että tuttuus voi sekä kannustaa että estää

kirjoittamista. Ryhmien äideillä voi olla velvoittava olo osallistua kirjoittamalla, toisaalta kirjoituksen lähettäminen voi arveluttaa, mikäli kokemukset ryhmästä tai ohjauksesta eivät ole olleet niin hyviä. Tuttuus ei ole aiheuttanut riippuvuussuhdetta, joka olisi vaikuttanut kirjoittamisen vapaaehtoisuuteen (Eskola & Suoranta 1998, 55).

Vilkan (2005, 122 – 123) mukaan ”tulkinta edellyttää tutkimuskohteena olevan materiaalin tuotantoedellytysten pohtimista eli peilaamista kulttuuriseen asiayhteyteen, aikaan ja paikkaan, missä tuo materiaali on tuotettu ja missä sitä havainnoidaan ja tulkitaan”. Tässä työssä tuttuuden ja äitien elämäntilanteen tuntemisen seurauksena kirjoitukset on voitu sijoittaa kirjoittajien todellisuuteen ja niiden sisältämät ajatukset on ollut helpompi ymmärtää suhteessa kirjoittajan kokemuksiin.

5 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

Äitien kirjoituksista näkyi pohdintaa ryhmää edeltäneistä ajatuksista, ryhmän aikaisista kokemuksista ja ryhmän jälkeen näkemyksistä Virtapiirin toiminnasta sekä siitä mitä itselle jäi ryhmän jälkeen (kuvio 1). Kokemukset on jaoteltu kolmeen kronologisesti toisiaan seuraavaan polkuun. Näiden polkujen sisällöt eivät ole odotusten tai kokemusten suhteen yhtäpitävät. Opinnäytetyön kannalta oletettavasti merkityksellisimpiä ovat äitien ajatukset siitä mitä he kokivat ryhmän aikana sekä mitä he kokevat saaneensa ryhmän jälkeen.



KUVIO 1. Äitien kokemuksia Virtapiiristä, yläluokat

5.1 Ennen ryhmää

Moni äiti kuvaili tilannettaan ennen Virtapiiri-ryhmään tuloa (kuvio 2). Useat vastan- neista äideistä kertoivat asuneensa Piikkiössä vain vähän aikaa, he olivat siis juuri muuttaneet eivätkä tunteneet juurikaan ketään. Tämä oli heidän mielestään oletetta- vasti tärkein syy lähteä mukaan äitiryhmään, vieraalla paikkakunnalla ei ollut tuttuja lähellä.

Esikoisemme syntyessä olimme juuri muuttaneet Piikkiöön, emmekä tun- teneet täältä juuri ketään.(G)

Kirjoituksissa oli myös mainintoja siitä mitkä asiat kannustivat osallistumaan. Osa äideistä mainitsi toiveenaan olleen saada tekemistä päivisin, joillakin oli toive tavata ihmisiä.

...10 vuoden työputken jälkeen, oli kotosalla olo vähän yksinäistä ja ou- toa. (P)

...päätin lähteä mukaan, koska meillä ei ollut muutakaan ohjelmaa aa- mupäivisin. (G)

Ryhmään tulemisessa oli myös ollut mietittävää, ryhmätoiminta ei välttämättä tuntu- nut etukäteen ”omalta jutulta”, toisaalta oma mieliala oli tuntunut esteeltä osallistua.

Sellaiset ryhmät eivät oikeasti ole minun juttuni, mutta päätin kuitenkin osallistua. (H)

Kai ajattelin, etten haluaisi puida henkilökohtaisia asioita ventovierai- den ihmisten kanssa tms. (L)

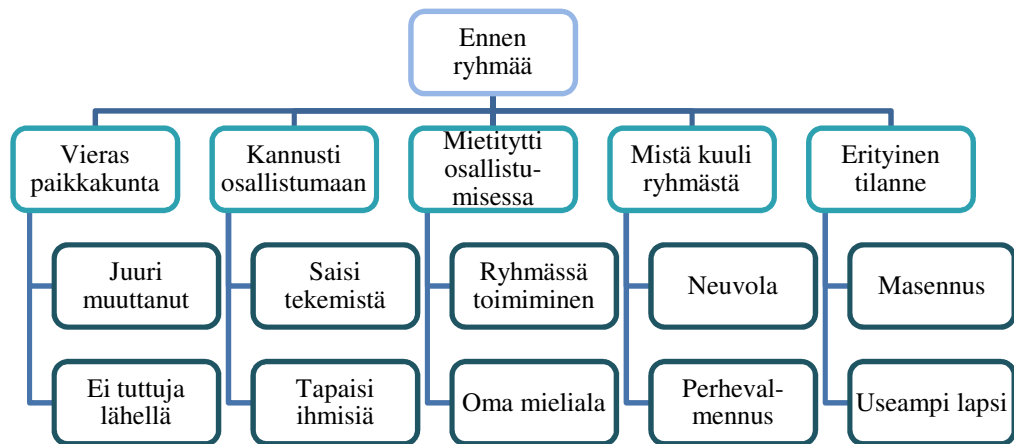
Tieto ryhmästä oli saatu joko neuvolassa tai perhevalmennuksessa. Tiedon saamista neuvolasta pidettiin tärkeänä. Myös perhevalmennuksessa oli innostettu osallistumaan Virtapiiri-ryhmään. Osalla oli ollut toiveena tavata samassa perhevalmennusryhmässä olleita äitejä.

Kun huomasin ilmoituksen neuvolan ilmoitustaululla 2-3 kk neuvolan ai- kana otin heti yhteyttä ja liityin sen hetkiseen virtapiiriin. (M)

Kuulin Äitien virtapiiri-ryhmästä synnytysvalmennuksessa ja ajattelin jo silloin, että haluan liittyä siihen. (C)

Osa äideistä mietti kuinka oma erityinen tilanne oli vaikuttanut ryhmään osallistumi- seen. Aikaisemmat kokemukset yksinäisyydestä kotona vanhempien lasten kanssa tai tarve saada ”päivittää” tietoja vauvan kanssa sekä oma masennus oli koettu merkittä- vinä syinä osallistua ryhmään.

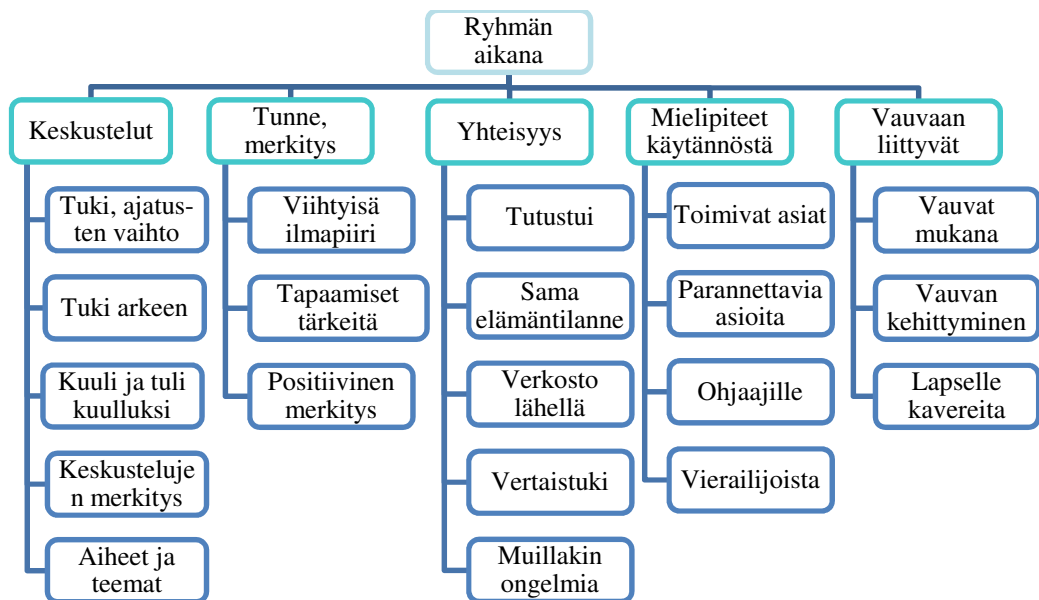
Itselläni tilanne oli kuitenkin hieman eri, koska minulla oli jo ... lapsi kyseessä. (B)



KUVIO 2 Äitien odotuksia, ajatuksia ja tilanne ennen ryhmää

5.2 Ryhmän aikana

Kirjoituksissa äidit kirjoittivat kokemuksista Virtapiiri-ryhmän aikana. Nämä kokemukset luokiteltiin keskusteluiden tärkeyteen, Virtapiiri-tapaamisten merkityksellisyyteen, yhteisyyden löytymiseen, mielipiteisiin käytännöistä sekä suoraan vauvaan liittyviin vaihteleviin teemoihin (kuvio 3).



KUVIO 3.

Äidit kirjoittivat Virtapiiri-ryhmällä olleen merkitystä heidän sosiaalisiin suhteisiinsa ja siihen ettei ollut yksinäinen olo. Tapaamisia pidettiin hyödyllisinä mm. koska tuli lähdettyä liikkeelle ja niistä sai tarpeellista apua äitiyteen. Äidit kertoivat odottaneensa

tapaamisia etukäteen. Niistä sai hyvää mieltä ja jaksamista. Virtapiiriin koettiin olevan kaukana avoimesta perhekahvilasta. Tapaamisten ilmapiiri oli äitien mielestä ollut vapaamuotoinen, avoin ja mukava. Oli hyvä, että oli mahdollisuus osallistua. Monet äidit totesivat, että yleinen kokemus ryhmään osallistumisesta ja tapaamisista oli myönteinen, tärkeä ja mukava.

Minusta äitienvirtapiirissä oli hyvä ilmapiiri keskustella. Siihen auttoi hyvät vetäjät jotka saivat luotua avoimen ja epävirallisen tunnelman. (A)

Tapaamiset olivat mukavia, ”vapaamuotoisia”. (I)

...olen ehdottomasti sitä mieltä, että virtapiiriin liittyminen oli minulle erinomainen ratkaisu. (C)

Meille virtapiiri oli tosi tärkeä. (P)

Virtapiiri oli minulle ja vauvalle todella hyvä kokemus. (R)

Keskustelut olivat yleisesti äitien mielestä myös tärkeä puoli Virtapiiri-ryhmän antia. Virtapiiri-ryhmän koettiin olevan mahdollisuus puhua myös aroista asioista. Keskusteluissa oli tärkeää kokemus siitä, että äiti tuli kuulluksi ja toisaalta myös se että kuuli muitten puhuvan. Muilta sai keskusteluissa tukea arkeen ja omille ajatuksille. Oli hyvä vaihtaa kokemuksia ja pohtia asioita. Kirjoituksissa mainittiin myös, että oli hyvä että tapaamisissa oli keskusteluteemat, aiheita pidettiin hyvinä ja mahdollisuus päättää niistä oli merkityksellistä.

Oli tosi hyvä päästä vaihtamaan ajatuksia samassa tilanteessa olevien äitien kanssa. (L)

Itselleni se toi ainakin tärkeän tuen ja säännöllisen piristyksen myös äidin arkeen. (J)

Ja oli ihanaa, kun joku oli oikeasti kiinnostunut siitä, että minä kerroin niistä! (E)

Sain paljon keskustelu- apua oman lapsen kehityksen tueksi. (M)

Oli mukavaa, että saimme itse päättää aiheista, joita Virtapiirissä käsiteltiin. (G)

Virtapiirissä pidin siitä, että olimme etukäteen sopineet keskusteluaiheen ja aiheesta oli aina pieni alustus. (C)

Tunne- ja keskusteluteemoihin liittyi äitien kokemuksia yhteisestä kokemisesta ja tapaamishetken jakamisesta. Erityisen selkeästi erottui kuitenkin yhteisyyteen liittyvät puheet äitien kirjoituksissa. Virtapiiri oli monelle äidille mahdollisuus tutustua muihin

äiteihin. Suurin osa äideistä mainitsi kuinka tärkeää oli, että kaikilla oli sama elämäntilanne. Moni totesi olevan hyvä, että äitiverkosto on lähellä. Vertaistukea pidettiin tärkeänä osana Virtapiiri-ryhmää. Äidit kertoivat myös huomanneensa kuinka muilla on samanlaisia ongelmia kuin itsellä.

Virtapiiri oli hyvä mahdollisuus tutustua uusiin ihmisiin ja vielä samassa tilanteessa oleviin, eli pienten lasten äiteihin. (F)

On ollut helpottavaa huomata, että moni muukin äiti miettii samoja asioita liittyen äitiyteen, vauvaan ja parisuhteeseen. (C)

On paljon merkitystä sillä, että etenkin äitiys- ja vanhempainvapaan aikana oli kontakteja nimenomaan fyysisesti lähellä, eikä vain puhelinsoiton ja automatkan päässä. (E)

Vertaistuki vauvaperheiltä äitien virtapiirissä auttoi kovasti ensimmäisen lapsen kanssa ihmetellessä. (A)

... oli helpottavaa huomata, että kaikilla muillakin elämä oli ”heittänyt kuperkeikkaa” vauvan synnyttyä. (G)

Äidit olivat myös miettineet kuinka erityyppiset asiat toimivat ryhmän aikana. Moni totesi, että kaikki oli toiminut. Osa mietti että ryhmän koko, paikka, tehdyt harjoitukset olivat olleet kunnossa. Parannettavaa oli keskustelun ohjauksessa. Toisinaan oli ollut tunne, että hiljaisimmat jäivät unohduksiin, ryhmä ohjasi keskustelua ja puhetta palautettiin alkuperäiseen aiheeseen liikaa.

Mielestäni virtapiiriryhmämme oli sopivan kokoinen ja toimi hyvin. (E)

... on hankala nimetä oikein mitään mitä olisi voinut olla toisin. (Q)

Itse koin että ehkä kaikkia ei kuunneltu tasapuolisesti joissakin keskusteluissa (K)

mielestäni oli kurjaa, että keskustelu piti katkaista ja palauttaa alkuperäiseen aiheeseen. (G)

Mutta kaipasin ehkä kuitenkin hieman tarkemmin ohjattua toimintaa - ehkä enemmän tukea ja ohjausta ohjaajilta. (E)

Vetäjät olivat rauhallisia ja kiireettömän tuntuisia. (F)

Jos ette te siellä osanneet heti kertoa, saisitte tosi mukavia ammattilaisia asioista kertomaan. (B)

Puhetta vauvasta oli kirjoituksissa melko vähän. Vauva mainittiin lähinnä yhdistelmässä ”vauva-arki” tai ”vauvaperhe”, jolloin termejä käytettiin kuvaamaan äidin tai perheen tilannetta eikä suoranaisesti vauvaan liittyviä asioita. Vauvasta puhuttiin joko suhteessa siihen kuinka ryhmäkerrat sujuivat hänen kanssaan tai millaista tukea äiti sai

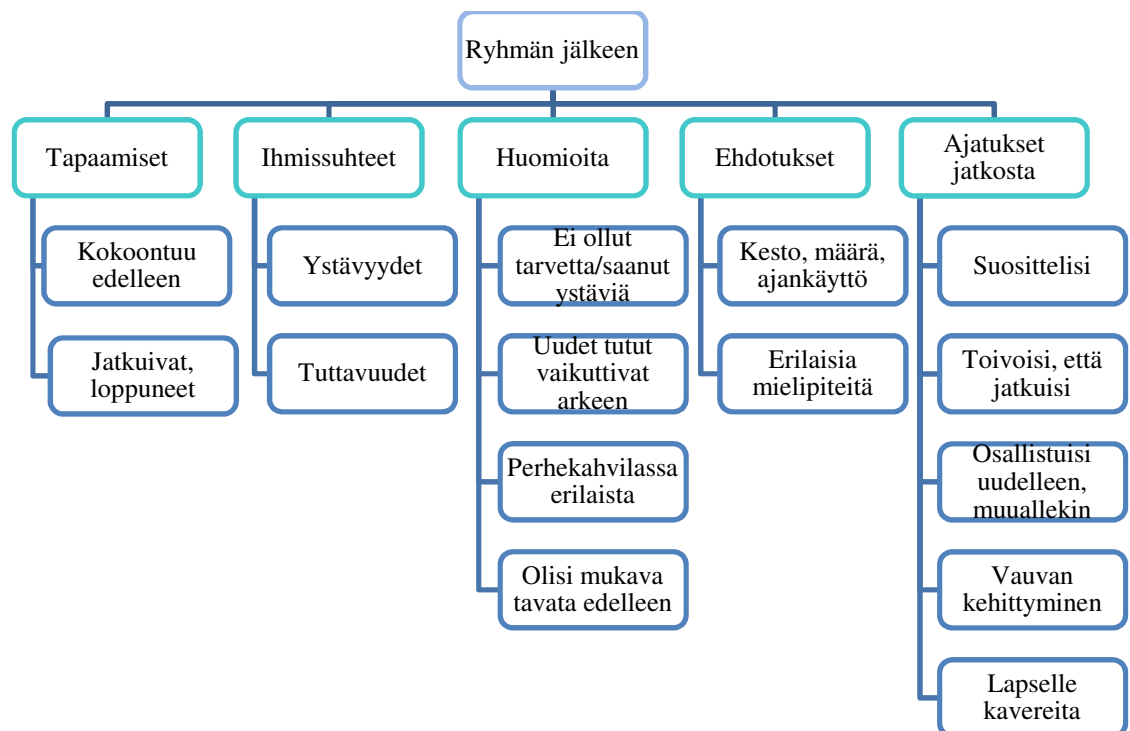
vauvan kehitykseen. Lisäksi oli muutamia ajatuksia siitä, että vauvat oppivat tuntemaan toisensa.

... ettei vauvan itku ahdistanut ketään tai jos nyt samalla vaihtoi vaippaa niin ei tullut kenellekään kiusallinen olo, ettei tuo nyt täysillä kuuntele minua! (P)

... silloin osasi taas yhdistää sen lapsen normaaliin kehityksen kulkuun. (M)

5.3 Ryhmän jälkeen

Äidit kirjoittivat myös siitä, mitä Virtapiiri-ryhmä on merkinnyt heille virallisten tapaamisten jälkeen (kuvio 4). Kirjoituksista syntyneet luokittelut ovat tapaamisten jatkuminen, ihmissuhteiden syntyminen, huomioita Virtapiiri-ryhmästä jälkeenkäin, erilaiset ehdotukset ja ajatukset jatkosta.



KUVIO 4.

Valtaosa äideistä mainitsi, että heidän ryhmänsä on jatkanut tapaamisia varsinaisen Virtapiiriin päätyttyä. Suurin osa kertoi, että ryhmä pysyi hyvin kasassa. Ryhmässä pidettiin huolta, että kaikki pääsivät osallistumaan tapaamisiin. Tapaamiset olivat jatkuneet osalla äideistä säännöllisesti, kerran tai kaksi kuukaudessa. Tapaamiset olivat toteutuneet vuorotellen kunkin äidin luona. Tämän lisäksi äidit kertoivat myös käyneensä babybirossa tai puistossa, olevansa porukalla facebookissa tai suunnittelevansa

äitien yhteistä iltaa. Osa kertoi koko perheen päässeen mukaan, isätkin olivat tutustuneet toisiinsa. Moni kuitenkin mainitsi myös tapaamisten loppuneen, koska osa äideistä oli palannut töihin. Joillakin oli toiveena, että yhteys muihin äiteihin säilyisi jatkossakin.

Ainakin meidän porukka on kokoontunut useamman kerran järjestettyjen tapaamisien jälkeenkin. (Q)

Vaikka jatkoihan ryhmämme tapaamisia omatoimisesti vielä ohjattujen tapaamistenkin jälkeen. (L)

Varsinaisten tapaamisten jälkeen ryhmämme kokoontui vuorotellen jokaisen kotona ja muutaman kerran meillä oli tapaaminen myös kaupungilla. (I)

Virtapiiri oli vaikuttanut äitien ihmissuhteisiin. Suurin osa kertoi saaneensa ryhmästä joko ystäviä tai tuttavvia. Vaikka ryhmät saattoivat jatkaa tapaamisia kokonaisuudessaan, joillakin äideillä oli muodostunut tiiviimmät suhteet keskenään. Lisäksi muutamat äidit, jotka eivät selkeästi kertoneet saaneensa ystäviä tai tuttavvia, mainitsivat tapaavansa muita ryhmän äitejä toisinaan. Tuttavuudet olivat selkeästi vaikuttaneet arkeen. Kuitenkin oli myös äitejä jotka kertoivat, etteivät olleet saaneet ystäviä tai ettei heillä ollut tarvetta saada ystäviä tuttavapiirin ollessa jo riittävä. Äitien muodostamiin suhteisiin liittyi myös pohdintaa siitä, ettei perhekahvilassa ole muodostunut samantaisia ystävyksiä. Muutamat äidit totesivat, että se on toimintana erilaista kuin Virtapiiri-ryhmä.

Tutustuminen ryhmän muihin äiteihin johti kestäviin ystävyysuhteisiin. (D)

Koen erittäin tärkeäksi uudet ystäväni, jotka ovat kanssani samassa elämäntilanteessa ja asuvat samalla paikkakunnalla. (E)

On ollut hauska saada uusia tuttavuuksia. (H)

Itselleni jäi sieltä muutama kaveri jonka kanssa ollaan myöhemminkin tavattu. (K)

Itselläni ei ehkä ollut tarvetta uusille ”äitiystävälle”, koska sosiaalinen piiri on muutenkin aika laaja. (F)

Ryhmästä saadut uudet ystävät tekivät lisäksi arjesta toisenlaista mitä se olisi ollut ilman heitä. (L)

Useat äidit totesivat että ryhmä oli toiminut hyvin, eikä ollut tarpeen muuttaa mitään. Tapaamisiin liittyi ajallisia ja määrällisiä toiveita. Toivottiin, että ryhmä jatkuisi pi-

dempään ja että kertoja olisi enemmän ja tiheämmin. Tapaamiset olisivat voineet myös olla pidempiä ja niissä olisi voinut olla enemmän aikaa vapaaseen keskusteluun. Lisäksi oli toive siitä, että ryhmä alkaisi heti synnytyksen jälkeen. Toisaalta oli myös maininta, ettei olisi aikaisemmin jaksanut osallistua. Toivomukset saattoivat olla vastakkaisia. Toisaalta useampi totesi, että ryhmä oli ollut riittävän pitkä.

Yleisesti toivoisin, että näitä toimintoja olisi tarjolla jatkuen myös pian synnytyksen jälkeen. (A)

Yleensä aika loppui kesken eli kestoaltaan tapaamiset olisivat voineet olla pidempiäkin. (I)

Miksi sen täytyy olla Äitien Virtapiiri, onko isille mahdollisuus osallistua vastaavaan ryhmään? (H)

Ehkä pari viimeistä kertaa voisi olla vapaamuotoisia tapaamisia, joissa voisi vaan keskustella ja tavata muita. (M)

Äideillä oli myös joitakin toiveita Virtapiiri-ryhmien jatkosta. Ryhmää suositeltaisiin muille, toivottiin että toiminta jatkuisi ja sitä järjestettäisiin muuallakin.

Osallistuisin mielellään uudelleen! (H)

6 POHDINTA

6.1 Opinnäytetyön luotettavuus

Laadullisessa tutkimuksessa voidaan tarkastella luotettavuutta ja yleistettävyyttä. Laadullisen tutkimuksen tavoitteena ei ole tilastollinen yleistys vaan pyrkimys kuvata ilmiötä, ymmärtää tiettyä toimintaa tai antaa teoreettinen tulkinta ilmiölle (Tuomi & Sarajarvi 2002, 87; Vilka 2005, 126). Laadullisessa tutkimuksessa yleistäminen toteutuu kun yksittäisen avulla ymmärrys yleisestä lisääntyy, tutkija osoittaa kykyä tarkastella yksittäistapausta yleisen tasolla jo tutkimuksen aikana (Vilka 2005, 157). Yleistettävyyden kriteerinä on aineiston järkevä kokoaminen. Tutkimukseen osallistuvilla olisi hyvä olla ”suhteellisen samanlainen, ainakin sen hetkinen, kokemusmaailma, että he omaisivat tutkimusongelmasta tekijän tietoa ja olisivat vielä kiinnostuneita itse tutkimuksesta”. Yleistettävyyttä parantavat myös vertailuasetelmat muihin tutkimustuloksiin ja tulkintoihin nähden. (Eskola & Suoranta 1998, 66.) Yleistäminen tehdään tulkinnasta, joka on tutkijan, tutkimusaineiston ja teorian välistä vuoropuhelua. Olennaisia ovat tutkijan, tutkimusaineiston ja teorian välisestä vuoropuhelusta

tehdyt tulkinnat, niiden syvyys ja kestävyys (Eskola & Suoranta 1998, 68; Vilka 2005, 156–157).

Tämän opinnäytetyön pohjalta ei ole mahdollista tehdä yleistystä äitien kokemuksista vertaisryhmistä. Työ antaa käsityksen Virtapiiri-ryhmiin kuuluneiden ja työtä varten kirjoittaneiden äitien näkemyksistä ryhmästä. Vertaistuen ja ohjatun ryhmätoiminnan merkityksestä äitien kokemusten pohjalta tehdyt tulkinnat vastaavat äitien ryhmäkokemuksista tehtyjä tutkimuksia (vrt. liite 6) ja nojaavat esitettyihin lähtökohtiin. Virtapiiri-ryhmiin kuuluneet äidit vastaavat hyvin Eskola & Suorannan (1998, 66) näkemystä aineiston järkevistä kokoamisesta kokemusmaailman, tiedon ja kirjoittaneiden osalta myös kiinnostuksen suhteen. Voidaan todeta, että tutkimuksen tulkinta ja aineiston kokoaminen vastaavat yleistettävyyden kriteerejä näiden äitiryhmien osalta.

Tutkimuksen luotettavuus on laadullisessa tutkimuksessa sidoksissa tutkimuksen toteuttamiseen. Luotettavuuden kriteerinä on tutkija ja hänen tekemänsä teot, valinnat ja ratkaisut. Luotettavuuden arviointiin vaikuttavat teoria, analyysitapa, tutkimusaineiston ryhmittely, luokittelu, tutkiminen, tulkinta ja johtopäätökset. (Eskola & Suoranta 1998, 211; Vilka 2005, 158–159.) Luotettavuutta voidaan mitata tutkimuksen toistettavuudella. Samoja tulkintasääntöjä käyttämällä toisen tutkijan pitäisi olla mahdollista päästä samaan tulkintaan. Tämän käytännön toistettavuuden lisäksi tutkimuksessa tulee ilmetä teoreettinen toistettavuus, tutkimustekstin perusteella on päädyttävä samaan tulokseen kuin tutkimuksen tekijä. (Vilka 2005, 159–160.)

Opinnäytetyön ensimmäisissä luvuissa on selvitetty työn lähtökohtia, käsitteitä ja Äitien Virtapiiri -ryhmien toimintaa. Äitien Virtapiirin ryhmänohjaajana itselläni on ollut esiymmärrys ryhmätoiminnan taustakäsitteistä sekä äitiyteen liittyvistä määrittelyistä (Aaltola & Valli 2007, 32). Aineiston lukemisen ja analyysin jälkeen työn lähtökohdat täsmentyivät ja niitä selkiytettiin. Työn edetessä oli tarpeen koota eri tutkimusten tuloksia (ks. liite 6). Taulukko auttaa vertaamaan tämän opinnäytetyön tulkintoja ja johtopäätöksiä näihin tutkimuksiin. Aineiston analyysi- ja keräystavat sekä analyysin tulokset on esitetty toteutus ja tulokset -lukuissa. Esimerkkinä luokitteluista ovat luokitteluteemat (kuviot 1-4) sekä luokittelu äitien tunne- ja merkityskokemuksista ryhmässä (liite 5). Luokittelun ja tulkinnan totuudellisuutta voi arvioida suorien lainausten perusteella (Aaltola & Valli 2007, 64). Analyysin pohjalta tehdyt tulkinnat ja johtopäätökset ovat tässä luvussa.

Käytännön toistettavuuteen vaikuttaa luokittelun ja tulkinnan tuntemisen lisäksi tutkimuksen tekijän asiantuntemus tutkittavasta ilmiöstä (Eskola & Suoranta 1998, 217). Tässä työssä tekijällä on käytännön perehtyneisyyttä tutkittavaan ryhmätoimintaan ryhmänohjaajana. Laadullisen tutkimuksen tulkintaan ja valintoihin vaikuttavat mm. tutkijan roolit, arvot, sitoumukset (Hirsjärvi ym. 1997, 287; Tuomi & Sarajärvi 2002; Vilka 2007, 160). Tiedostamalla nämä subjektiivisuudet tutkimuksessa ja tekemällä ne läpinäkyviksi, on mahdollista saavuttaa objektiivisuus (Eskola & Suoranta 1998, 17). Luvussa 3.4 Eettiset kysymykset on pohdittu työn tekijän tuttuutta Virtapiiri-ryhmien äideille. Äitien kirjoituksista saatu tieto on autenttista kokemustietoa. Opin- näytetyöntekijä ei ole lisännyt mitään omasta päästään (Anttila 1997, 407–414).

6.2 Tulosten tarkastelu

Varhaisessa äitiydessä on paljon koettavaa ja opittavaa. Äitiyden alkutaival voi olla monella tapaa mutkainen, sekä ulkoiset että sisäiset tekijät kuormittavat äiti-lapsi -suhdetta ja sujuvan arjen muodostumista. Tukea saatetaan tarvita – ja antaa – monelta taholta. Tässä opinnäytetyössä oli tarkoituksena koota ja todeta äitien kokemuksia Äitien Virtapiiri -ryhmästä. Ryhmien tarkoituksena on ollut tukea äitejä uuden identiteetin vahvistumisessa, sosiaalisten yhteyksien luomisessa ja käytännön kokemusten ja tiedon jakamisessa. Jotta tulevat ryhmät vastaisivat äitien tarpeisiin ja toiveisiin, kerättiin myös ajatuksia Virtapiirin toiminnasta ja kehittämisideoita.

Merkityksellisimmiksi nousivat tapaamisista syntyneet myönteiset kokemukset, ryhmässä keskustelujen tärkeys sekä muitten äitien kanssa syntynyt konkreettinen ja henkinen yhteisyys. Äidit kirjoittivat myös Virtapiirin merkityksestä ryhmän päättymisen jälkeen. Suurin osa äideistä kertoi oman ryhmänsä jatkaneen tapaamisiaan ja saaneensa uusia ystäviä ja tuttavuuksia ryhmästä. Äidit eivät nähneet paljonkaan muutettavaa ryhmän toiminnassa. Esitetyt toiveet ja mielipiteet olivat osittain vastakkaisiakin.

Keskustelujen tärkeys

Virtapiiri-ryhmissä äidit kokivat saaneensa tukea äitiyteen keskusteluista. Ryhmässä oli mahdollisuus keskustella äitejä kiinnostavista asioista. Äitien Virtapiiri -ryhmissä keskeisinä teemoina ovat olleet äitiys konkreettisine arjen ongelmineen ja kuormituk-

sineen mutta myös syvällisempinä ajatuksina omasta pärjäämisestä ja käsityksestä itsestä äitinä. Äidin ja lapsen suhdetta, sen luonnetta, äitien toimintatapoja on mahdollista tarkastella ja niiden on mahdollista kehittyä kun on tekemisissä muiden äitien ja vauvojen kanssa. Rikkaamman vuorovaikutuksen syntymiseen vaikuttaa ehkäpä sanallista ohjausta paremminkin muiden vuorovaikutuksen seuraaminen ja ympärillä olevien vuorovaikutustapojen omaksuminen. Aikaisemmissa tutkimuksissa (Häggman-Laitila & Pietilä 2007; Laaninen & Lukka 2008; Savolainen 1999; Vanhanen-Silvendoin 1996; Vesterlin 2007) äitien kokemuksista ryhmätoiminnasta on ollut selkeämmin nähtävissä tiedollista tukea äitiyteen kuin tässä työssä. Toisaalta asiantuntijoiden käynnejä arvostettiin ja heiltä saatua opastusta pidettiin tärkeänä. Sosiaalinen tuki näyttäytyi Virtapiiri-ryhmissä mahdollisuutena; äidit kokivat että he kuulivat muita ja tulivat kuulluksi sekä tietona siitä että muut ovat läsnä ja mahdollisuutena jakaa kokemuksia muiden kanssa.

Tässä ja aikaisemmissa (mm. Vesterlin 2007) tutkimuksissa on todettu, että vanhempien ryhmissä tarvitaan paitsi vertaistukea myös ammatillista ohjausta. Tavoitteellisen ryhmän toiminta tarvitsee aloittamisen lisäksi myös ymmärrystä ryhmän toiminnasta ja perehtymistä kulloiseenkin aiheeseen. Äidit kokivat keskustelu- ja käsittelyaiheiden mielekkäiksi ja toivoivat keskustelun ohjausta aiheessa pysymisen että kaikkien osallistujien huomioimisen suhteen. Näissä ajatuksissa korostuu vuorovaikutuksellisen tuen merkitys ryhmän ohjaamisessa.

Tavoitteellisessa ryhmätoiminnassa on tärkeää pitää mielessä kunkin ryhmän suunta ja toiminnan ja keskustelujen ohjaaminen sovitusta lähtökohdista käsin. Virtapiiri-ryhmien tavoitteet voidaan nähdä kahden tasoisine, toisaalta Virtapiiri-ryhmien yleisinä tavoitteina ja toisaalta kunkin ryhmän asettamina tavoitteina. Yleisen tason tavoitteiden toteutuminen näkyi äitien kokemuksissa ryhmien vaikutuksesta vertaissuhteisiin, sosiaaliseen tukeen ja yhteisyyden kokemuksiin. Kunkin ryhmän alussa kerätyistä toiveista koottu tapaamisten teemojen suunnitelma oli ollut äitien mielestä tärkeä. He olivat olleet tyytyväisiä siihen, että tapaamiskerroilla oli ollut teemat, joihin he olivat itse vaikuttaneet (ks. myös Häggman-Laitila & Pietilä 2007).

Yhteisyyden kokemus

Virtapiiri-ryhmissä olleiden äitien kokemus yhteisyydestä pohjautuu samanlaiseen elämäntilanteeseen. Tämä on yleinen piirre pienten lasten vanhempien ryhmissä

(Häggman-Laitila & Pietilä 2007; Härkälä 2006; Laaninen & Lukka 2008; Märijärvi 2006; Savolainen 1999; Vanhanen-Silvendoin 1996; Vesterlin 2007). Äidit toteavat toivoneensa vertaistukea tai muiden vanhempien tapaamista. Äitien kirjoituksissa nousi myös esiin kokemus ongelmien yhteisyydestä. Koettiin että yhteisten ongelmien tunnistaminen tukee omaa äitiyttä. Itsetunto nousi kun äidit huomasivat, etteivät he ole yksin ongelmien kanssa. Sosiaalisen tuen näkökulmasta äideille oli tärkeää tietää, että muodostunut sosiaalinen verkosto on lähellä. Virtapiiri-ryhmien osalta merkityksellisin asia on äitien kokemus ihmissuhteiden jatkumisesta varsinaisten kokoontumisten jälkeen.

Häggman-Laitilan ja Pietilän (2007, 213) mukaan vanhempien pienryhmä vahvistaa sekä perheiden sisäisiä että ulkoisia voimavaroja. Sisäisiä voimavaroja ovat fyysinen ja psyykinen terveys, itsetunto, tieto ja taidot, ongelmanratkaisukyvyt ja optimismi. Ulkoisia voimavaroja ovat sosiaalisen tuen eri ulottuvuudet, emotionaalinen, kognitiivinen, konkreettinen sekä henkinen tuki. Näitä samoja voimavaroja kirjoittivat saaneensa myös Virtapiiri-ryhmien äidit. Heillä tuki näytti painottuvan sosiaaliseen ja henkiseen tukeen yhteisyyden, vertaisuuden ja hyväksymisen kautta.

Tapaamisten merkitys

Äidit kokivat Virtapiiri-ryhmien tapaamiset hyvin tärkeinä. Jo ryhmien aikana äitien sitoutuneisuus ja motivoituneisuus näkyi poissaolojen vähytenä. Tapaamisten koettiin olevan tarpeellinen apu äitiydessä. Ryhmätapaamiset vaikuttivat äitien arkeen lisäämällä hyvää mieltä ja tuomalla säännöllistä piristystä. Virtapiiri-ryhmän tapaamiset antoivat äideille mahdollisuuden toisiin äiteihin tutustumiseen ja sosiaalisen verkoston luomiseen.

Äidit kokivat Virtapiiri-ryhmien tunnelman avoimeksi ja luontevaksi, minkä he osaltaan itse loivat. He tiedostavat vertaistuen mahdollisuudet ja merkityksen pohdittaessa äitien samantyyppisiä tilanteita.

Äitien mielipiteitä ryhmien käytännöistä

Äitien kokemuksissa Virtapiiri-ryhmien käytännöistä voitiin nähdä tavoitteellisen ryhmän ja vuorovaikutuksellisen tuen elementtejä. Äidit olivat tyytyväisiä ryhmien

fyysisiin tekijöihin, paikkaan, kokoon ja aikaan. Nämä järjestyivät ohjaajien puolesta, samoin kuin monet ryhmän sisällölliset elementit. Vuorovaikutuksellisen tuen merkitys näkyi äitien kokemuksena kaikkien kuulemisesta tai ryhmän ohjauksesta. Ryhmän ohjaaminen vaatii nyanssien tajuamista ja hetkeen tarttumista sekä kunkin äidin tarpeiden huomioimista. Perheen näkeminen ammatillisuuden, ongelmien ja tehtävien keskittymisen läpi on ryhmässä merkityksellistä. Piikkiössä on ollut joustavat mahdollisuudet pyytää ryhmäkertoihin asiantuntijoita eri sektoreilta, mitä myös äidit pitivät myönteisenä asiana. Tavoitteellisen ryhmän ohjaaminen vaatii ohjaajan mielenkiinnon ja ammatillisen asiantuntijuuden lisäksi ryhmänohjauksellisia taitoja (Häggman-Laitila & Pietilä 2007).

Vauvoista

Kirjoituksissa oli vähän ”vauvapuhetta”. Ryhmissä teemoina oli ollut runsaasti vauvaan liittyviä aiheita, mm. lapsen kehityksestä ja vauvahieronnasta. Ryhmäkerroilla oli myös käytettävissä olevan ajan puitteissa otettu konkreettisesti vauvat mukaan toimintaan tai leikkeihin. Vauvat olivat tiiviisti läsnä tapaamisissa, lukuun ottamatta nukkuvia vauvoja. Äitien kirjoitukset keskittyivät kuvaamaan omia kokemuksia, tunteita ja niiden merkitystä. Myöskään muissa vauvaryhmien tutkimuksissa ei ole nousut esiin vanhempien kokemuksia ryhmien merkityksestä vauvalle (vrt. liite 6). Ryhmien voidaan todeta hyödyttävän vauvaa äidin tai vanhempien saaman tuen ja kokemusten kautta. Äiti, jolla on riittävä sosiaalinen tukiverkosto vastaa lapsen tarpeisiin asianmukaisemmin (Kivijärvi 2003, 258).

Ennen ryhmää

Äitiryhmään tulemiseen vaikuttivat monet eri tekijät. Sosiaalisten kontaktien tarve oli monelle tuoreella piikkiöläisellä äidille ensisijainen toive. Aikaisemmin on todettu (Märijärvi 2006; Savolainen 2006), että osallistumista äitiryhmiin tukee toive saada tekemistä ja tavata ihmisiä. Tämän totesivat äidit myös tässä opinnäytetyössä. Sen sijaan aikaisemmissa tutkimuksissa (Häggman-Laitila & Pietilä 2006; Vesterlin 2006) ryhmiin osallistuneita vanhempia on mietityttänyt leimautuminen erityistä tukea tarvitseväksi riippumatta siitä onko ryhmä ollut ”ongelmaperheille” suunnattu vai kaikille avoin. Tällaisia seikkoja ei noussut tästä aineistosta, mihin on saattanut osaltaan vaikuttaa se, että ryhmät olivat kaikille avoimia ja niistä puhuttiin tavallisilla neuvola-

käynneillä sekä perhevalmennuksessa. Virtapiiri-ryhmät myös miellettiin ehkä enemmän MLL:n toiminnaksi, jolloin se mahdollisesti ajateltiin enemmän ”vapaaehtois-toiminnaksi”.

Leimautumisen sijaan äitejä oli mietityttänyt oma jaksaminen tai kiinnostus ryhmässä toimimiseen. Neuvolan kannustus ja muiden äitien innostus olivat ylittäneet nämä epäilyt ja Virtapiiri-ryhmä oli koettu mielekkääksi ja tarpeelliseksi. Erityisessä tilanteessa olivat äidit, joilla oli suurempia vaikeuksia juuri ryhmän alkaessa tai jo lapsia aikaisemmin. Tällöin melko yleisellä tasolla keskusteleva ryhmä tarjoaa tukea tiettyihin asioihin. Erityisten tarpeiden huomioiminen riippuu kunkin ryhmän halusta ja taidosta pysähtyä pohtimaan esimerkiksi synnytyksen jälkeistä masennusta tai sisarkateutta.

Ryhmän jälkeen

Virtapiiri-ryhmissä muodostunut sosiaalinen tuki näkyi kaikkein selkeimmin äitien kokemuksissa ryhmän päättymisen jälkeen. Ryhmät jatkoivat tapaamisia ja äidit olivat muodostaneet osin lujakin ystävyysuhteita muiden äitien kanssa. Tapaamiset olivat olleet monimuotoisia, laajentuneet koko perheiden tuttavuuksiksi ja tarjosivat edelleen mahdollisuuden jakaa kokemuksia. Tällainen jatkuvuus näkyy vain muutamassa aikaisemmassa tutkimuksessa (Häggman-Laitila & Pietilä 2007; Savolainen 1999).

6.3 Johtopäätökset

Piikkiössä syntyi vuosien 2007–2008 aikana ensimmäisenä lapsena 72 vauvaa (Salmi-nen 2009), näistä vauvoista noin puolet on ollut mukana Äitien Virtapiiri -ryhmässä. Tarkemman määrän laskemista vaikeuttaa se, että ensimmäisen Virtapiiri-ryhmän vauvat (7 lasta) olivat syntyneet vuoden 2006 puolella ja lisäksi lähes jokaisessa ryhmässä oli mukana äiti, jolla oli aikaisempia lapsia. Vuonna 2007 järjestettiin kaksi ryhmää. Kysynnän kasvaessa vuonna 2008 aloitettiin neljä ryhmää, jolloin myös ryhmissä olleiden vauvojen suhteellinen osuus tuona vuonna syntyneistä vauvoista kasvoi. Tähän voi olla syynä se, että eri yhteistyötahojen tietoisuus ryhmistä kasvoi, Virtapiiri-ryhmän ”maine” kiiri äitien keskuudessa ja kokemukset aikaisemmista ryhmistä vakuuttivat osallistumisen merkityksellisyydestä. Edellä olevat tosiasialliset luvut ja ryhmiin liittyvät pohdinnat pohjustavat pysyvän ja säännöllisen toiminnan etuja.

Ryhmätoiminta, joka on kohdennettu nimenomaan tietyille ryhmälle, jota ei ole liitetty erityisiin ongelmiin ja joka on kaikille kohderyhmään kuuluville avointa, näyttää tavoittaneen kohteensa ja tuottaneen tavoitteiden mukaisia hyötyjä. Ammatillisesti ohjattuna toimintaa on mahdollista kehittää ja asettaa ryhmien tavoitteita tarpeelliseen suuntaan, ohjata keskustelua ja toimintaa ryhmässä ja huomioida osallistujien mahdollinen lisätuen tarve. Virtapiiri-ryhmät toteutettiin Piikkiössä hankkeen koordinaattorin ja kunnan perhetyöntekijän ohjaamina. Työparityöskentely onkin erittäin tärkeää sekä ryhmän että ohjaajien kannalta. Yhteistyö muiden viranomaisten kanssa on tärkeää, jatkossa hankkeen loputtua voisi pohtia Virtapiiri-ryhmien järjestämistä eri tahojen yhteistyönä kuten esim. Paimiossa (MLL 2009a, 25).

Virtapiiri-ryhmiin osallistuneiden äitien kokemukset olivat selkeästi myönteisiä. Moni toivoi ryhmien jatkumista. Äiti-vauvaryhmä oli koettu suositeltavana toimintana. Myös tutkimuksista ja opinnäytetyön lähtökohdista nousee esiin toisaalta vertaistuen merkitys pienten lasten vanhemmille sekä tarve sosiaaliseen tukeen. Pienessä ryhmässä voidaan ohjauksen avulla tukea äitien yhteisyyden kehittymistä, tarpeellisen tiedollisen tuen saamista ja tarvittaessa ohjata tukevampien palvelujen piiriin. Monipuolinen asiantuntijuus, joko ryhmänohjaajien kykyinä tai mahdollisuuksina yhteistyöhön, tuo ryhmien valitsemiin aiheisiin selkeyttä ja keskusteluihin lisää syvyyttä. Ohjatut vertaisryhmät voivat olla tehokas ja kustannuksia säästävä muoto lisätä vauvojen äitien voimavaroja. Vertaistukeen perustuvissa ryhmissä osallistujien välinen luottamus ja yhteinen kokeminen on asiantuntijatietoa merkityksellisempää. Avoin kohtaaminen tekee tapaamisista merkityksellisiä ja ryhmäkokemuksista mielekkäitä.

Jatkossa olisi mielenkiintoista tutkia Virtapiiri-ryhmiin osallistuneiden äitien välille muodostuneiden ystävyys-suhteiden säilymistä ja sosiaalisten verkostojen kestävyyttä joidenkin vuosien kuluttua. Toinen kiinnostava aihe olisi verrata Piikkiössä toimineiden Virtapiiri-ryhmien äitien kokemuksia Paimion Virtapiiri-ryhmissä olleiden äitien kokemuksiin.

LÄHTEET

- Aalto, Mikko 2002. Turvallinen ryhmä ja itseksi tuleminen. Aseman lapset ry. Forssa: Forssan Kirjapaino oy.
- Aaltola, Juhani & Valli, Raine 2007. Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Anttila, Pirkko 1997. Tutkimisen taito ja tiedonhankinta. Helsinki: Akatiimi
- Berg, Kristiina 2008. Äitiys kulttuurisina odotuksina. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisu D 48. Väestöliitto.
- Cacciatore, Raisa 2008. Täydelliset äidit – 11 myyttiä. Teoksessa Janhunen, Kristiina & Oulasmaa, Minna (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Väestöliitto: Nykypaino oy, 12–27.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 1997. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kirjayhtymä oy.
- Häggman-Laitila, Arja & Pietilä, Anna-Maija 2007. Perceived benefits on family health of small groups for families with children. *Public health nursing* 24, 205-216. PDF-dokumentti. <http://www3.interscience.wiley.com/cgi-bin/fulltext/118533682/PDFSTART>. Luettu 14.10.2009.
- Härkälä, Anna 2006. Kertomuksia äitiydestä. Narratiivinen tutkimus äitiyden kulttuurisesta rakentumisesta. Tampereen yliopisto. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos. Pro gradu –tutkielma. PDF-dokumentti. <http://tutkielmat.uta.fi/haekokoversio.php?id=15654>. Luettu 12.10.2009.
- Janhunen, Kristiina 2008. Tutkimuksen tausta. Teoksessa Janhunen, Kristiina & Oulasmaa, Minna (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Väestöliitto: Nykypaino oy, 8-11.

- Jauhiainen, Riitta & Eskola, Marjatta 1994. Ryhmäilmiö. Helsinki: Wsoy.
- Kaimola, Kari 2008. Lähtöperheen perintö – aarrearkku vai rasite äitiydelle? Teoksessa Janhunen, Kristiina & Oulasmaa, Minna (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Väestöliitto: Nykypaino oy, 62–71.
- Kajamaa, Ritva 2003. Varhainen vuorovaikutus – äiti-vauvaryhmät. Teoksessa Pölonen, Ritva & Sitolahti, Terttu (toim.) Ryhmä hoitaa. Helsinki: Yliopistopaino, 293–305.
- Kalland, Mirjam 1998. Halkiovauvan syntyminen perheeseen. Teoksessa Hukki, Jyri & Kalland, Mirjam (toim.) Avoin hymy. Halkiolapsen hoito vauvasta aikuisikään. Helsinki: Edita, 55–68.
- Keränen, Armi & Tiia Lamberg 2007. Äitiys ja psyykinen sairaus. Vertaisuudesta voimaa. Helsingin Ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Kivijärvi, Marja 2003. Äidin sensitiivisyys varhaisessa vuorovaikutuksessa. Teoksessa Niemelä, Pirkko, Siltala, Pirkko & Tamminen, Tuula (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Helsinki: WSOY, 252–260.
- Kopakkala, Aku 2005. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Helsinki: Edita.
- Kuronen, Marjo 1994. Lapsen hyväksi naisten kesken. Helsinki: Gummerus.
- Laaninen, Katri & Lukka, Kirsi 2008. Kontulan vauvaperhehanke. Varhaisen tuen hanke 2005–2007. Helsingin kaupungin sosiaalivirasto. Selvityksiä 2008:5.
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL). Vauvan vuorokausirytytmi. WWW.vanhemmat.MLL.fi/huoneentaulut/Vauvan_vuorokausi.php?dir=/huoneentaulut. Luettu 10.11.2009.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL) 2009a. ”Vauva vaan muuttaa sitä arkee...”
Vauvaperhe-hanke 2005–2009. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen
piiri.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL) 2009b. Äitien Virtapiiri – vertaisryhmä äi-
deille ja vauvoille, Ohjaajakansio. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-
Suomen piiri.

Märijärvi, Päivi 2006. Pieniä lapsia kotona hoitavien äitien kokemuksia arjestaan ja
arjen kohtaamisistaan näkökulmana sosiaalinen tuki. Tampereen yliopisto. Sosiaalipo-
litiikan ja sosiaalityön laitos. Sosiaalityön koulutusohjelma. Pro gradu – tutkielma.
PDF-dokumentti. <http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu00821.pdf>. Luettu 12.10.2009.

Neuvolatyo. <http://neuvolakeskus.stakes.fi/FI/neuvolatyo/index.htm>. Luettu
3.11.2009.

Niemelä, Pirkko 2003. Äitiyden tunteen syntyminen. Teoksessa Niemelä, Pirkko, Sil-
tala, Pirkko & Tamminen, Tuula (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus.
Helsinki: WSOY, 237–251.

Oulasmaa, Minna, Raimovaara, Katja, Salmi, Iida & Karne Sorella 2008. Hyvä paha
neuvola. Teoksessa Janhunen, Kristiina & Oulasmaa, Minna (toim.) Äidin kielletyt
tunteet. Väestöliitto: Nykypaino oy, 86-101.

Pelkonen, Marjatta 1994. Lapsiperheen voimavarat ja niiden vahvistaminen hoitotyön
keinoin. Kuopion yliopisto, Hoitotieteen laitos. Akateeminen väitöskirja. Kuopion
yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 18.

Rasila, Minna & Pitkonen, Maria 2009. Hyvä ryhmä, toimiva tiimi. Helsinki: Yritys-
kirjat oy.

Rotkirch, Anna & Saloheimo, Anja 2008. Yksin kotona? Teoksessa Janhunen, Kristii-
na & Oulasmaa, Minna (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Väestöliitto: Nykypaino oy,
72–85.

Salminen, Katherina 2009. Sähköpostikeskustelu 13–14.9.2009. Äitiysneuvolan terveydenhoitaja. Kaarinan kaupunki.

Savolainen, Tarja 1999. Äitiryhmät äitiyden tukena. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Pro gradu – tutkielma. PDF-dokumentti. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-1999825557>. Luettu 12.10.2009.

Schulman, Marja 2003. Vauvahavainnointi. Teoksessa Niemelä, Pirkko, Siltala, Pirkko & Tamminen, Tuula (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Helsinki: WSOY, 70–82.

Seikkula, Jaakko 1996. Sosiaaliset verkostot. Helsinki: Kirjayhtymä.

Siltala, Pirkko 2003. Varhainen vuorovaikutus kokemuksen ja tutkimuksen valossa. Teoksessa Niemelä, Pirkko, Siltala, Pirkko & Tamminen, Tuula (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Helsinki: WSOY, 16–43.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Opas työntekijöille. Oppaita 2004:14.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2008. Perhekeskustoiminnan kehittäminen. Perhehankkeen loppuraportti. Selvityksiä 2008:12.

Stern, Daniel 1998. The birth of a mother: how the motherhood experience changes you forever. New York: Basic Books.

Tarkka, Marja-Terttu 1996. Äitiys ja sosiaalinen tuki ensisynnyttäjän selviytyminen äitiyden varhaisvaiheessa. Tampere: Tampereen yliopisto.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Vanhanen-Silvendoin, Sari 1996. Äitien vuorovaikutusryhmät. Teoksessa Matthies, Aila-Leena, Kotakari, Ulla & Nylund, Marianne. Välittävät verkostot. Jyväskylä: Vastapaino, 227–239.

Vesterlin, Hannele 2007. Voimavaroja vanhemmuuteen ja parisuhteeseen. Lapsiperheiden vanhempien kokemuksia tukiryhmätoiminnasta. Tampereen yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta. Hoitotieteen laitos. Pro gradu – tutkielma. PDF-dokumentti. [https://lastenkuntoutus-net- ... /Vesterlin_gradu.pdf](https://lastenkuntoutus-net-.../Vesterlin_gradu.pdf). Luettu 12.10.2009.

Vilén, Marika, Leppämäki, Päivi & Ekström, Leena 2002. Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosiaali- ja terveystieteillä. Helsinki: WSOY.

Viljamaa, Marja-Leena 2003. Neuvola tänään ja huomenna. Vanhemmuuden tukeminen, perhekeskeisyys ja vertaistuki. Jyväskylän yliopisto. Studies in education psychology and social research 212. Väitöskirja.

Vilkka, Hanna 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

Tervetuloa mukaan ÄITIEN VIRTAPIIRIIN!

- ☉ryhmässä vaihdetaan arkikokemuksia
- ☉jaetaan ajatuksia, tunteita lapsen kasvusta ja vanhemmuudesta
- ☉suunnitellaan tulevaa
- ☉opitaan uutta ja saadaan uusia oivalluksia arkeen



Uusi Äitien virtapiiri - ryhmä alkaa 18.1.2008 klo klo 10-12 MLL:n Perhekeskus Nuppulassa, Kirkkopuiston tie 5.
Muut kokoontumiskerrat ovat 1.2., 15.2., 29.2., 14.3. sekä 28.3.
Otahan vauvalle oman peitonvalustan mukaan. Luvassa on toiminnallisia menetelmiä, alustuksia ja keskustelua vauva-arjesta.

Ryhmän vetäjinä toimivat kunnan perhetyöntekijä Miia Brunou ja Vauvaperhe-hankkeen koordinaattori Petra Henriksson.
Tiedustelut ja ilmoittautumiset 14.1.2008 mennessä Petralle petra.henriksson@ml.fi tai p. 045-1363002.
Mukaan mahtuu 8 äitiä vauvoineen.



TERVEISIN,
Miia Brunou & Petra Henriksson

MLL
MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITON
VARSINAIS-SUOMEN PIIRI



LIITE 2.
Tutkimuslupahakemus
Tutkimuslupahakemus

Miia Brunou

Haen lupaa suorittaa sosionomi amk -tutkintoa varten tehtävään opinnäytetyöhön liittyvä tutkimus

Opinnäytetyön aihe:

Äitien kokemuksia Äitien Virtapiiri -ryhmien toiminnasta

Tutkimuksen toteutuspaikka/-yksikkö:

Kaarinan kaupunki, Hyvinvointipalvelut, Perhepalvelut

Tutkimuksen:

a) kohde/kohdejoukko: Virtapiiri-ryhmiin vuosina 2007–2008 osallistuneet piikkiöläiset äidit (6 ryhmää, 43 äitiä)

b) aineiston keruumenetelmä:

Vapaamuotoinen kirjoitus, pyyntö lähetetään sähköpostitse/kirjeitse

c) aineiston keruun ajankohta: Huhti-toukokuu 2009

Opinnäytetyön ohjaaja/t:

Virve Jussila, lehtori, Mikkelin ammattikorkeakoulu, Raviradantie 16, Mikkelä

Leena Kokkonen, lehtori, Mikkelin ammattikorkeakoulu

Työelämäohjaaja:

Nina Kalela, perheohjaaja, Kaarina

Petra Henriksson, Vauvaperhehankkeen koordinaattori, MLL V-S:n piiri

____ / ____ 20____

Miia Brunou

LIITTEET: Selvitys opinnäytetyöstä

Sähköpostitse tai postitse lähetettävä kirjoituspyyntö

Viranhaltijapäätös

Kaarinan kaupunki
Lautakunnankatu 4
20780 KAARINA

/ 15.04.2009

Päätöksen otsikko	TUTKIMUSLUPA /BRUNOU MIA
Selostus asiasta	Perheohjaaja Miia Brunou suorittaa sosionomi AMK -tutkimtoa. Hän on anonut tutkimuslupaa tehdäkseen tutkimuksen Äitien kokemuksia Äitien virtapiiri -ryhmien toiminnasta. Piikkiö on ollut mukana Mannerheimin lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen Vauvaperhehankkeessa vuosina 2006-2009, jonka kanssa yhteistyössä aloitettiin kuusi ryhmää vuosien 2007-2008 aikana. Tutkimuksen tarkoituksena on koota äitien kokemuksia Äitien virtapiiri -ryhmien toiminnasta. Tavoitteena on todeta avoimen ryhmätoiminnan merkitys äideille, lisätä tietoa ryhmätoiminnasta sekä perusteita ja ideoita kehittää avointa ryhmätoimintaa. Tarkoituksena on kerätä aineisto vapaamuotoisella kirjoituksella. Kysely on tarkoitettu suorittaa huhti-toukokuussa 2009. Opinnäytetyön suunniteltu valmistumisaika on lokakuussa 2009. Opinnäytetyöstä jää kappale Perhepalveluihin.
Päätösteksti	Myönnän tutkimusluvun seuraavin ehdoin: 1. Tutkimusraportti tulee tehdä niin, ettei tutkimuksessa mukana olleiden henkilöllisyys paljastu 2. Tutkimus tulee toimittaa tiedoksi perusturvalautakunnalle 3. Tutkimuksen tekijä tekee perusturvalautakunnalle tiivistelmän tutkimuksen keskeisistä tuloksista.
Päätöksen perustelut	Konsernijohtoon ja toimialojen johtosääntö 7 §, kohta 7.1 / 3
Päätöksen tekijä	HYVINVOINTIPALVELUIDEN JOHTAJA
Jakelu	Mia Brunou perhepalvelujohtaja perusturvalautakunta
Päätös nähtävillä	Viranhaltijapäätökset pidetään yleisesti nähtävänä kaupunginvirastossa seuraavasti: - kuukauden 1.-15. päivinä tehdyt päätökset saman kuukauden 16. päivänä klo 9.00-12.00 - kuukauden 16.-31. päivinä tehdyt päätökset seuraavan kuukauden 1. päivänä klo 9.00-12.00
Tiedoksiantotapa	<input type="checkbox"/> Lähetetty postitse saantitodistusta vastaan <input type="checkbox"/> Lähetetty postitse tavallisena kirjeenä <input type="checkbox"/> Lähetetty sisäisessä postissa <input type="checkbox"/> Luovutettu asianosaiselle

päivämäärä

Tiedoksiantajan allekirjoitus ja
virka-asema

Vastaanottajan allekirjoitus

LIITE 4.
Kirjoituspyyntö

Hei

Olet osallistunut Äitien Virtapiiri –ryhmään Piikkiössä vuosien 2007–2009 aikana. Teen sosionomi amk –tutkintoa varten opinnäytetyötä Virtapiiriryhmistä. Kaarinan kaupungin Hyvinvointipalveluiden johtaja -- on myöntänyt luvan tutkimukseen 15.4.2009. Sähköpostiosoitteet olen saanut osallistujalistoilta.

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää ryhmiin osallistuneiden äitien kokemuksia Virtapiiri-ryhmästä. Pyydän sinua kirjoittamaan vapaamuotoisen ja haluamasi mittaisen, pohdiskelevan kirjoituksen 15.5. mennessä. Kirjoituksen teemoina voisi olla

- Millaisia kokemuksia (vaikkapa tuesta arkeen, äitiyteen tai sosiaalisiin suhteisiin) sinulla oli Äitien Virtapiiri -ryhmän aikana?
- Mitä merkitystä ryhmällä mahdollisesti oli kokoontumiskertojen päätyttyä?
- Mitkä asiat Virtapiiri-ryhmässä olisivat voineet olla toisin?

Kirjoituksen voit palauttaa minulle sähköpostin liitteenä tai nimettömästi Piikkiön kirjastossa olevaan yhteispalvelupisteeseen (kuoreen; Miia Brunou, perheohjaaja, perhepalvelut 4 krs).

Opinnäytetyössä käsittelen kirjoituksia nimettömänä ja siten, ettei kirjoittajan henkilöllisyys tule ilmi opinnäytetyössä. Aineistoa käytetään vain tähän opinnäytetyöhön ja se hävitetään työn valmistuttua.

Toivon, että löydät aikaa ja intoa kirjoittamiseen. Pyydän, että vastaat tähän sähköpostiin joka tapauksessa jotta tiedän sinun saaneen sen enkä hätyyttele sinua enempää.

Valoisaa, innostavaa ja rentoa kevättä toivotellen, vastauksesta kiittäen

Miia Brunou

LIITE 5.
Luokittelu

A	epävirallinen tunnelma	vapaa- paa-	Ilmapiiri	Tunne, mieliala, kokemus
I	"vapaamuotoisia"			
J	mukavan vapaamuotoinen	Mukava tun- nelma	Avoin, luonteva	Mistä tapaamiset merkitsivät
A	oli hyvä ilmapiiri keskustella			
B	mukavaa yhdessäoloa	Hyvä mieli	Tapamista odotti	Sosiaalisiin suhteisiin
I	tapaamiset olivat mukavia			
I	ryhmän tapaaminen oli aina mukavaa	Hyödylli- syys	Tyyty- väi- misistä	Merkitys, kokemus
O	mukava			
F	mieleen jäi rauhallisuus	Myönteinen kokemus		
A	avoin tunnelma			
F	mukavasti intiimimpi tapaamispaikka (kuin esim. perhekahvilat)			
G	lisäsi yhteenkuuluvuuden tunnetta			
L	tuntui alusta asti varsin luontevalta			
N	riippuu ryhmäläisistä kuinka avoimeksi muodostuu			
D	sai ammennettua hyvää mieltä			
D	jaksoi monta päivää			
G	vaikka olisi ollut väsynyt ja kurja olo, niin kotiin tullessa olin aina piristynyt			
J	ja säännöllisen piristykseen			
N	tapaamisten jälkeen oli hyvä mieli			
F	rytmitti kivasti viikkoa			
G	aloin oikein odottamaan tapaamisiamme			
H	oli aina kiva tulla ryhmään			
J	kokoontumiskertoja odotti joka kerta			
K	tapaamisen päätyttyä jo odotettiin innolla seuraavaa			
L	odotin suurella innolla jokaista tapaamista			
N	VP:iin lähteminen sai tsemppaamaan ja innostumaan			
E	suurin vaikutus sosiaalisiin suhteisiin			
N	erityinen merkitys sosiaalisissa suhteissa			
C	olisin ollut paljon yksinäisempi kotiaiti			
F	sai olla hetken muitten kanssa			
J	tärkeää oli vain kokoontua yhteen			
M	en ole tuntenut itseäni yksinäiseksi			
A	sai itsensä pois kotoa			
C	valtava apu äitiydessä			
K	Tarpeellinen			
O	varmasti jokaiselle oli jotakin			
L	perhekahvilatyypistä toimintaa, vielä kovin kaukana Virtapiiristä			
L	tyytyväinen, että mahdollisuus osallistua			
K	todella tyytyväinen että järjestettiin			
H	olin tyytyväinen että osallistuin			
F	koin rauhoittumispaikkana			
L	pääsin onnekseni osallistumaan jok'ikiseen			
P	tykkäsin todella tapaamisista			
L	iso kasa mukavia muistoja			
L	oli oikeastaan suurempi merkitys			
A	VP oli minusta todella hyvä asia			
C	oli minulle erinomainen ratkaisu			
P	Oli tosi tärkeä			
J	itse koin ryhmän erittäin merkittäväksi			
F	mukava kokemus kaiken kaikkiaan			
K	ihana kokemus			
Q	kokemus oli erittäin myönteinen			
J	positiivinen kokemus			
R	todella hyvä kokemus			

**LIITE 6 (1).
Tutkimuskooste**

Tekijä, julkaisu- vuosi	Aihe	Lähde	Tarkoitus	Menetelmä	Otos	Tulokset
Hägman-Laitila, Arja & Anna-Maija Pietilä 2007.	Perceived benefits on family health of small groups for families with children.	Public health nursing 24, 205-216	Kuvata pikkulapsiperheiden kokemuksia resursseja lisäävästä pientukiryhmästä ja todentaa perheiden kuvaamia hyötyjä perheiden terveyteen ryhmäprosessin lopussa	Ryhmähaastattelu. Kvalitatiivinen sisällönanalyysi piilevistä sisällöistä	63 äitiä, 14 isää, 63 % vastausaste. (n=123 vanhempaa 13 ryhmässä)	Pienryhmät antoivat vanhemmille tietoa perhe-elämästä ja kannustivat heitä hakemaan tietoa, virkistivät heitä, vahvistivat heidän sosiaalisen tuen verkostojaan Jaetut kokemukset lisäsivät heidän tietoisuuttaan omista voimavaroista ja erilaisista kehityksellisistä tarpeista perheiden muutostilanteissa, ja kasvattivat varmuutta heidän kyvystään selviytyä. Ryhmässä vanhemmat saivat tukea kahdesta suunnasta, ammattilaiselta ohjaajalta ja muilta ryhmäläisiltä
Härkälä, Anna 2006.	Kertomuksia äitiydestä. Narratiivinen tutkimus äitiyden kulttuurisesta rakentumisesta.	Tampereen yliopisto. Sosiaalipoliitiikan ja sosiaalityön laitos. Pro gradu – tutkielma	Tarkastella äitiyteen liittyviä kulttuurisia merkityksiä, määritelmiä ja normatiivisia odotuksia	Äitiryhmän ryhmähaastattelu ja ryhmäläistenyksilöhaastattelut	Ryhmä; 5 äitiä Yksilö; 4 äitiä	Äidit tunnistavat ”hyvän äidin mallin”, omaa äitiyttä kerrotaan positiiviseksi vaikka malli koetaan saavuttamattomaksi. Äitien kokemus äitiryhmän jäsenyydestä oli voimavarojen ja vertaistuen saaminen, ei asiakkuus organisaatioon. Äitiyden jakaminen yhdistää ryhmää.
Keränen, Armi & Tiia Lamberg 2007.	Äitiys ja psyykinen sairaus. Vertaisuudesta voimaa.	Helsingin Ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opin- näytetyö	Perustettavan vertaistukiryhmän avulla tarjota mielen- terveystu- toutujaäideille voimaannut- tavia koke- muksia	Osallistuva havainnointi ja avoin kyse- ly. Ana- lyysimetodina teorialähtöi- nen sisällön- analyysi	Neljä äitiä	Äidit saivat voimaannuttavia kokemuksia, kokivat hyväksyntää, luottamuk- sellisuutta ja turvallisuutta. Äidit kokivat, että heidän kokemuksensa omasta vanhemmuudesta olivat muuttuneet myönteisemmäksi.

**LIITE 6 (2).
Tutkimuskooste**

Tekijä, julkaisu- vuosi	Aihe	Lähde	Tarkoitus	Menetelmä	Otos	Tulokset
Laaninen, Katri & Lukka, Kirsi 2008.	Kontulan vauvaperhehanke. Varhaisen tuen hanke 2005–2007.	Helsingin kaupungin sosiaalivirasto. Selvityksiä 2008:5.	Kehittää moniammatillista yhteistyötä vauvaperheiden tarpeiden mukaan ja tuottaa heitä tukevia työmuotoja -> moniammatillinen työmalli	Avoimen äiti-vauvaryhmän palautekyselyt	19 äitiä	Kehitetty työmalleja, joita on kuvattu selvityksessä. Valtaosa äideistä koki saaneensa virkistystä ja arjessa jaksamista. Suurin osa äideistä koki itsetuntemuksen ja luottamuksen omiin voimavaroihin lisääntyneen. Myös vertaistukea, tiedollista tukea ja luottamusta perheen tulevaisuuden suhteen koettiin saadun paljon. Sen sijaan ryhmä ei ollut vaikuttanut keskustelun virittämiseen puolison kanssa erityisen runsaasti.
Märijärvi, Päivi 2006.	Pieniä lapsia kotona hoitavien äitien kokemuksia arjestaan ja arjen kohtaamisistaan näkökulmana sosiaalinen tuki.	Tampereen yliopisto. Sosiaalipoliitiikan ja sosiaaliryö- laitos. Pro gradu – tutkielma	Tarkastella pieniä lapsia kotona hoitavien äitien kokemuksia arjesta ja arjen kohtaamisistaan, sosiaalisten verkostojen viitekehksestä	Teemahaastattelu, analyysimetodina teemoittelu	11 äitiä	Lähiyhteisö on merkityksellisin tuen tuoja. Vertaisryhmätoiminta on piristävää ja tärkeää arkitoimintaa ja rytmittää viikkoa. Neuvola on osa lapsiperheen elämää ja sosiaalisen vuorovaikutustilanne. Koti on äidin yksityinen tila, jossa ollaan paljon yksin. Kotona sosiaaliset kohtaamiset olivat lähinnä virtuaalisia. Esiin tuli arjen onni ja tietoisuus tärkeydestä, mutta myös rajallisuuden ja ristiriitaiset tunteet. Tutkimuksessa tulee ymmärrettäväksi, että äiti on riippuvainen toisista ihmisistä ja tarvitsee näiden tukea.
Savolainen, Tarja 1999.	Äitiryhmät äitiyden tukena.	Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Pro gradu – tutkielma	Selvittää millaisia äitejä käy äitiryhmissä	Puolistrukturoidu kyselylomake	Neljän äitiryhmän koontumisissa 30 äitiä	Ryhmässä oli korkeasti koulutettuja, ylempään sosiaaliluokkaan kuuluvia naimisissa olevia monilapsisen perheen kotiäitejä. Ryhmät olivat mahdollisuus päästä kodin ulkopuolelle ja tavata muita. Äidit saivat ryhmissä muilta äideiltä, vetäjiltä ja asiantuntijoilta henkistä ja tiedollista tukea lastenkasvatukseen, äitiyteen, vanhemmuuteen, parisuhteeseen, lapsen terveyteen ym. Äidit ovat pohtineet mm jaksamistaan. He kokevat myös hyödyntäneensä saamiaan ajatuksia. Ryhmät sopivat etenkin sosiaalisille ja aktiivisille äideille.

**LIITE 6 (3).
Tutkimuskooste**

Tekijä, julkaisu- vuosi	Aihe	Lähde	Tarkoitus	Menetelmä	Otos	Tulokset
Vanhanen-Silvendoin, Sari 1996.	Äitien vuorovaikutusryhmät.	Matthies, Aila-Leena, Kotakari, Ulla & Nylund, Marianne. Välittävät verkostot	Vastauksia, miksi äitiryhmiä tarvitaan, mikä on niiden merkitys äitinä olon kannalta	Haastattelu	Kolmen erilaisen äitiryhmän äidit	<p>Ryhmään tulon syynä halu tavata muita, muutto uudelle paikkakunnalle, seuraa lapsille. Ryhmiin sitoutuneisuus vaihteli ryhmien ja äitien välillä. Ryhmissä näkyvät äitiyden jakamisen konkreettiset käytännöt ja ennen kaikkea ajatusten ja kokemusten, tunteiden ilmaisu sekä puhuttu kulttuuri. Kokemusten jakaminen ja asiantuntijatieto koetaan vastakkaisena, rinnakkaisena ja väliin toisiaan täydentävänä. Osa äideistä kaipaa ryhmistä tietoa, keskusteluun teemoja eikä ”turhan” puhumista.</p> <p>Äitiryhmien yhteisöllisyys palvelevat äitien yksilöllisyyttä, keskeistä on mitä äidit saavat ryhmästä kuin mitä he antavat ryhmälle. Tutkimuksen mukaan äitinä olon tila on ensisijaisesti koti. Ryhmätapaamisissa äitinä olon yksilöllisyys voi näyttäytyä hetkittäisinä yhteisöllisyyden kokemuksina. Äitiryhmien toiminta on monella tavalla joustavaa, ryhmien institutionalisoitumiselle ei ole tarvetta, äitien seurantarve vähenee ja äitiys muuttuu. Joustavuudesta ja vaihtuvuudesta huolimatta ryhmät voivat olla intensiivisiä ja merkityksellisiä. Äitiryhmät tukevat jokaista äitiä olemaan äiti omalla laillaan.</p>
Vesterlin, Hannele 2007.	Voimavaroja vanhemmuuteen ja parisuhteeseen. Lapsiperheiden vanhempien kokemuksia tukiryhmätoiminnasta.	Tampereen yliopisto. Hoitotieteen laitos. Pro gradu – tutkielma	Kuvata millaista tukea vanhemmat kaipaavat ja kuvata perheiden kokemuksia saamastaan tuesta	Parihaastattelu, analysoitu induktiivisella sisällönanalyysillä	Viiden perheen molemmat vanhemmat kuukausi ryhmän jälkeen	<p>Perhe-elämään vaikuttavat sosiaalinen verkosto, toimeentulo ja hyvinvointia edistävät tekijät kuten hyvä terveys, henkinen hyvinvointi ja harrastukset. Perhe-elämää kuormittavat kasvatukseen ja hoitoon liittyvät ongelmat, työnjako, puolison jaksamiseen ja parisuhteeseen liittyvät ongelmat ja puutteelliset tukiverkostot. Ryhmätoiminta antoi mahdollisuuden vertaistukeen ja ammattihenkilöiden antamaan ohjaukseen. Ryhmästä sai tukea kasvatukseen, parisuhteeseen ja keskinäiseen vuorovaikutukseen. Muiden tapaaminen antoi uuden näkökulman ongelmiin ja helpotti ahdistusta. Keskustelut jatkuivat myös kotona, mikä paransi suhdetta. Saatu tieto auttoi ymmärtämään sekä lasten että puolison toimintatapoja. Ajankäyttö ja ilmapiiri perheissä parani.</p>