

”SAA OLLA KAMALA ÄITI”

Murrosikäisten nuorten äitien kokemuksia vertaistukiryhmästä

Anne Belghiti ja Tanja Heikkinen

Opinnäytetyö, syksy 2009

Diakonia-ammattikorkeakoulu,

Diak Pohjoinen, Oulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

Diakonisen sosiaalityön

suuntautumisvaihtoehto

Sosionomi (AMK) +

diakonin virkakelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Belghiti, Anne & Heikkinen, Tanja. ”SAA OLLA KAMALA ÄITI”. Murrosikäisten nuorten äitien kokemuksia vertaistukiryhmästä. Oulu, syksy 2009. 69 sivua + 1 liite
Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Pohjoinen, Oulu. Sosiaalialan koulutusohjelma, Diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto, sosionomi (AMK) + diakonin virkakelpoisuus.

Opinnäytetyömme tavoitteena oli tutkia Nuorten Naisten Kristillisen Yhdistyksen (NNKY) Kamalat äidit -vertaistukiryhmässä kokoontuvien äitien kokemuksia vertaistuesta murrosikäisten vanhempina. Vertaistuella tarkoitetaan kokemusten jakamista samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien kanssa. Työn tarkoituksena oli myös tuottaa tietoa, josta on hyötyä NNKY:n uusien vastaavien ryhmien toiminnan suunnittelulle.

Opinnäytetyössä käytettiin kvalitatiivista lähestymistapaa, jossa aineisto kerättiin parihaastatteluna käyttäen puolistrukturoitua teemahaastattelua. Tutkimukseen haastateltiin neljää äitiä kahdesta eri vertaistukiryhmästä. Haastattelut nauhoitettiin ja purettiin sisälönanalysin menetelmien mukaisesti.

Tutkimuksen perusteella voidaan todeta, ettei äideillä ollut keinoja vastata murrosiän tuomiin haasteisiin. Äitien kokemus oli, että nyky-yhteiskunta asettaa heille uudenlaisia haasteita, koska oma nuoruusaika ja murrosikä oli ollut hyvin erilaista kuin lapsella. Tulosten mukaan äidit kokivat tarvitsevansa tukea nuoren kanssa elämiseen. He halusivat sekä konkreettisia ohjeita että muiden vanhempien neuvoja.

Tulokset osoittivat, että äidit tunsivat vertaistuen kautta saaneensa laaja-alaista vahvistusta kasvatuksellisille näkemyksilleen sekä kokonaisvaltaista tukea äitiyteen. Vertaistukiryhmässä mukana oleminen oli tuonut konkreettisia muutoksia äitien ja heidän perheidensä elämään. Äitien kokemusten mukaan tuen merkitys oli suurinta heidän oman hyvinvointinsa ja jaksamisensa suhteen, mutta myös kotitilanteet helpottuivat äidin ja murrosikäisen välillä.

Tulosten mukaan sillä, että vertaistukiryhmän tarjoajana toimi kristillinen yhdistys, ei ollut merkitystä osallistujille. Keskeistä sen sijaan oli se, että äidit kokivat vertaistukiryhmän ilmapiirin luottamukselliseksi ja sallivaksi. Myös ammatillisilla neuvoilla ja tuella oli oma merkityksensä äitien tilanteen helpottumisessa.

Jatkotutkimuksiksi ehdotamme isien kokemuksia suhteessa nuoriin sekä heidän vertaistuentarvettaan ja sitä, kuinka syrjäytyneet, väsyneet äidit saataisiin mukaan vertaistuki-toimintaan.

Asiasanat: murrosikä, nuoruus, sosiaalinen tuki, vanhemmuus, vanhempi-lapsisuhde, vertaisryhmät, vertaistuki, äitiys

ABSTRACT

Belghiti, Anne & Heikkinen, Tanja. "It's allowed to be a horrible mother". The experiences of a peer group from adolescent young mothers. Oulu, Autumn 2009. 69 pages + 1 appendix.

Diaconia University of Applied Sciences, Diak North, Oulu, Finland. The Degree Programme in Social Services, Option in Diaconal Social Work. Bachelor of Social Services + qualification for the post of diaconia in the Evangelical Lutheran Church of Finland.

The purpose of the thesis was to investigate the Young Women Christian Association's (YWCA) "Horrible mothers" peer support group, the experiences of mothers peering as adolescents' parents. Peer support means the sharing of experiences with people who are in similar life situations. The purpose was also to produce information for the benefit of YWCA when developing contents for new groups.

In this thesis a qualitative approach was used, where the data was collected through a pair interview, using theme interviews. Four mothers were interviewed from two separate peer groups. The interviews were recorded, and trans-literated using the content analysis methodology.

According to the study it can be noticed that mothers had no means to respond to the challenges of puberty. Mothers' experience was that today's society sets them new challenges. Their own adolescence and puberty had been very different from their child. The results suggest that mothers felt that they needed support with living with the young person. They wanted concrete advice as well as guidelines from the other parents.

The results show that many mothers felt that they were alone responsible for rearing the adolescent, despite the possible relationship. Mothers indicated that peer support had brought broad-based confirmation for their educational visions, and comprehensive support to the motherhood. Being involved in peer support group had made substantive changes to the lives of the mothers and their families. According to the mothers' experiences, the effect was greatest for their own well-being and over-all coping, but also the domestic situations between the mother and the adolescent were eased up.

The results show that the fact that the peer support groups' organizer was a Christian community did not have any meaning for the participants. Instead, it was relevant that the mothers experienced the atmosphere in peer support group to be confidential and permissive. Also professional advice and support had an effect in the facilitation of the mothers' situation.

For future topics of examinations it is suggested how fathers experience their relationship with adolescents and if fathers also need peer support, and how marginalized and tired mothers could be introduced to peer group activities.

Key words: puberty, adolescence, social support, parenthood, peer group, peer support, motherhood

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ	2
ABSTRACT	3
1 MURROSIKÄ OSANA NUORUUTTA	7
1.1 Murrosiän mukanaan tuomat muutokset nuorelle.....	7
1.2 Lapsesta aikuisuuteen - murrosiän ikävaiheet.....	8
1.3 Nuoren identiteetin rakentuminen.....	9
2 VANHEMMUUDEN HAASTEET	12
2.1 Vanhemmuuden monet piirteet	12
2.2 Vanhempi vastuunkantajana ja mallina	15
3 VERTAISTUEN MONET MUODOT	20
3.1 Sosiaalinen ja emotionaalinen tuki elämänhallinnan välineenä.....	20
3.2 Vertaistuki- ja oma-apuryhmät	22
4 KIRKKO AVUN TARJOAJANA	27
4.1 Suomalainen kirkko ja diakoniatyö.....	27
4.2 Diakonia vertaistuen tarjoajana.....	29
5 KOLMAS SEKTORI.....	32
5.1 Kolmas sektori sosiaalisen tuen tuottajana	32
5.2 Nuorten Naisten Kristillinen Yhdistys ja Kamalat äidit -ryhmä.....	33
6 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TEHTÄVÄT	35
7 TUTKIMUSMENETELMÄ	36
7.1 Opinnäytetyön käytännön toteutus.....	36
7.2 Kokemuksen tutkiminen	36
7.3 Teemahaastattelu.....	37
7.4 Kvalitatiivisen tutkimuksen aineistolähtöinen sisällönanalyysi.....	38
7.5 Tutkijan itsekriittisyys sekä tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	41
8 ”SILLON KU LAPSET ON PIENIÄ NIIN ON PIENET HUOLET JA ISONA ISOT HUOLET” (Ä1)	44
8.1 Äitien kokemukset tarvitsemastaan tuesta	44
8.2 Äitien kokemukset ryhmän antamasta tuesta.....	49
10 POHDINTA	53
10.1 Vertaistukiryhmä auttavana toimintamuotona	53
10.2 Vertaistuen kokonaisvaltainen merkitys äitiydelle	55
10.3 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys sekä jatkotutkimushaasteet	61
LÄHTEET.....	63
LIITTEET	70

JOHDANTO

Nykyajan perheet ovat yhä pienempiä yksiköitä, joista kaikilla ei välttämättä ole suvun antamaa tukiverkostoa. Siksi ympäri Suomea on perustettu erilaisia vertaistuki- ja oma-apuryhmiä korvaamaan puuttuvaa luonnollista sosiaalista verkostoa. Oulun Nuorten Naisten Kristillinen Yhdistys (NNKY) aloitti vuonna 2007 Kamalat äidit – vertaistukiryhmän toiminnan. Jo ryhmän nimi on mielenkiintoa herättävä, mutta ennen kaikkea toiminnan tavoite sai meidät tarttumaan aiheeseen tutkimuskohteena. Kyseessä on NNKY:n hallinnoima ja Raha-automaattiyhdistyksen rahoittama kolmivuotinen projekti, jonka tavoitteena on tukea tavallisia murrosikäisten nuorten äitejä arjen haasteissa. Avainsanoja toiminnassa ovat vertaisuus, voimaantumisen ja vapaaehtoisuus. Ryhmässä äidit voivat purkaa huoliaan ja kokemuksiaan sekä saada toisilta, samassa elämäntilanteessa olevilta, tukea ja vinkkejä tulevaisuuteen. (Ilvesviita & Peltoniemi 2007.)

Tutkimme opinnäytetyössämme äitien kokemuksia vertaistukiryhmän toiminnasta, millaista tukea ja apua he kokevat tarvitsevansa ja kokevatko he saaneensa tarvitsemaansa tukea. Murrosikä on suuren muutoksen aikaa nuorelle, jolloin hän kehittyy sekä fyysisesti että henkisesti. (Jarasto & Sinervo 1999, 29-30, Alaja 2007, 18.) Murrosiän vaikutukset koko perheeseen ovat suuria, ja nuoren suhde vanhempiin voi muuttua radikaalistikin. (Kukkumäki & Tulusto 2006, 40, Aaltonen 2003, 192, Jarasto & Sinervo 1999, 61, Fenwick & Smith 1994, 63.) Nuoruusiän tarkoituksena on nimenomaan irrottaa nuori perheestä ja auttaa itsenäistymään, mikä vaatii koko perheeltä joustamista. (Jarasto & Sinervo 1999, 61-62.) Tutkimuksemme äidit elävät näiden murrosiän aiheuttamien ristiriitojen keskellä, ja he ovat lähteneet hakemaan niistä selviytymiseen apua vertaistukiryhmästä.

Vanhempiin ja nuoriin kohdistuu nykyisin haasteita, jotka ovat täysin erilaisia kuin vanhempien omassa nuoruudessa. Murrosikää, nuoruutta ja vertaistukea on tutkittu paljon. Yleensä murrosikään liittyvät tutkimukset ovat ongelmakeskeisiä, eikä tutkimuksia niin sanotuista tavallisista nuorista ja heidän perheistään löytynyt. Kuitenkin saamme lukea lähes päivittäin, kuinka nykynuoret ja heidän perheensä voivat pahoin.

Yksi mahdollisuus murrosikäisten vanhemmille saada helpotusta arjessa jaksamiseen on vertaistuki, joka liikkuu ennaltaehkäisevän ja korjaavan työn välimaastossa. Vertaistuen myötä saatavan avun perustana on ihmisten välinen arkinen kohtaaminen, jossa jaetaan kokemuksia ja näin autetaan ja tuetaan muita samassa tilanteessa olevia. (Hyvärinen 2005, 214-215.)

Opinnäytetyömme auttaa NNKY:tä arvioimaan projektin toimintaa sekä kehittämään sitä edelleen. Tuloksista voidaan nähdä vertaistuen merkitys äidille sekä myös tuen myötä tulleita vaikutuksia perheessä. Tuloksia ei välttämättä voida yleistää, mutta niistä voi tulkita pienen häivähdyksen siitä, millainen merkitys laajemmalla verkostoitumisella ja sen kautta saatavalla tuella olisi murrosikäisten nuorten vanhemmille.

1 MURROSIKÄ OSANA NUORUUTTA

*”Äidille lapsi on seikkailu. Lapselle äiti on itsestäänselvyys,
jonka tekemiset eivät voisi vähempää kiinnostaa.
Perhe merkitsee samaa kuin pysyvyys ja historia,
haasteet ja seikkailut sen sijaan sijaitsevat edessäpäin.
Äidin ja tyttären näkökulmat maailmaan ovat niin erilaiset,
että ennemmin tai myöhemmin he huomaavat ottavansa mittaa toisistaan.
Suhde alkaa rakoilla ja tunnetila kypsä eri teille lähtemiseen.
Lapset kasvavat irti vanhemmistaan ja vanhemmat lapsistaan.
Se on yhtäaikaan kiehtovaa, vapauttavaa ja kauhistuttavaa.”*
(Partanen 2007, 40.)

1.1 Murrosiän mukanaan tuomat muutokset nuorelle

”Murrosiällä” tai ”nuorilla” on ollut käsitteinä eri merkitys eri aikoina. Niiden historia ja ilmenemismuodot liittyvätkin kiinteästi muuhun historiaan sekä ympäröivään kulttuuriin. Nykyään puhutaan yhtä aikaa nuoruuden lyhenemisestä ja pitenemisestä. Aikuisen aseman saavuttaminen on vaikeaa nyky-yhteiskunnassa, sillä se vaatii työtä ja rahaa. Kuitenkin nuoret saavat jo hyvin varhain tietoa aikuisen elämästä etenkin joukkotiedotusvälineiden kautta. Osa joutuu kantamaan itsestään vastuuta jo hyvin varhaisessa vaiheessa, koska vanhemmilla ei ole joko aikaa, voimavaroja tai kiinnostusta siihen. (Jarasto & Sinervo 1999, 23, 26.)

Murrosikä on biologista ja fysiologista kehitysaikaa, joka kestää yleensä kahdesta viiteen vuoteen, ja jonka aikana lapsi kasvaa fyysisesti aikuiseksi. Murrosikä on osa nuoruusvaihetta ja se ilmenee yleensä tytöillä aikaisemmin kuin pojilla. Nuoruusikä on ihmisen toinen yksilöitymisvaihe, jolloin nuori itsenäistyy ja irrottautuu lapsuudestaan. Aalbergin ja Siimeksen mukaan (2007, 67) nuoruusiässä kyetään korjaamaan mahdollisia lapsuudessa saatuja häiriöitä, ja näin aikaa kutsutaankin persoonallisuuden rakentamisen toiseksi mahdollisuudeksi, tai yksilöitymisen toiseksi vaiheeksi. Kehityksen tarkoituksena on saavuttaa autonomia ja siihen vaikuttavat paitsi aikaisemmat kehitysvaiheet, myös jokaisen synnynnäinen kehitys ja kasvuvoima, pyrkimys aikuisuuteen, sekä nuoren ja ympäristön vuorovaikutus. (Aalberg & Siimes 2007, 15, 67.)

Korostunut kiinnostuneisuus omaa kehoa ja ulkonäköä kohtaan kuuluu murrosikään. Nuori opiskelee itsetuntemusta ja itsetiedostusta, ja usein hän tuntee itsensä rumaksi ja epäkelvoksi. Häntä on kuunneltava ja otettava vakavasti, vaikka keskittyminen ulkonäköön usein aikuisesta tuntuu huvittavalta. Nuoren fyysinen olemus muuttuu ja se saattaa tuntua pelottavalta. Myös nykykulttuuri ja media aiheuttavat runsaasti paineita ja jopa syömishäiriöitä. Nuori tarvitsee runsaasti tukea ja kannustusta siinä, että hän on hyvä juuri sellaisena kuin hän on. (Kinnunen 1999, 27-29.) Nuoruus sisältää ikävuodet murrosiästä täysi-ikäisyyteen, aina ulkoisten sukupuolisuuteen liittyvien muutosten alkamisesta laillisen täysi-ikäisyyden saavuttamiseen. Se voidaan jakaa kolmeen eri kehitysvaiheeseen; varhais-, keski- ja myöhäisnuoruuteen, eli kaikkia nuoria ei tulisi niputtaa yhteen. (Fenwick & Smith 1994, 15.)

1.2 Lapsesta aikuisuuteen - murrosiän ikävaiheet

Esipuberteetti ajoittuu noin 11-15 vuoden ikään käynnistäen murrosiän. Monet tekijät kuten perinnöllisyys, terveys, ravinto, psyykinen hyvinvointi ja elämäntilanne vaikuttavat puberteettiin. Kehitys voi asettaa nuoret eri asemaan, sillä se alkaa eri aikaan, ja näin se saattaa aiheuttaa nuorelle ongelmia ja kysymyksiä. Aikuisuuteen siirtyminen voi tuntua sekä hyvältä että pahalta. Nuoren sisin voi tarvita pidemmän ajan kypsytellä murrosiän alkamista kuin vartalo. Ulkonäkö alkaa saada yhä suuremman merkityksen ja myös identiteetti kehittyy nopeasti. Sen kautta vuorovaikutustaidot ja empatiakyky lisääntyvät, vaikka niitä ei vanhempien mielestä aina huomaakaan. Kodista irtaantuminen alkaa kavereiden merkityksen lisääntyessä. (Jarasto & Sinervo 1999, 43-49.)

Murrosiän keskivaihe ajoittuu ikävuosiin 14-16. Tähän liittyy yhä voimakkaampi irtaantuminen vanhemmista sekä oman ikäisiin integroituminen. Rippikoulu liittyy tähän irtaantumiseen tärkeänä etappina. Nuoren ajattelu kehittyy ja hän hahmottaa asioita eri näkökulmista sekä laajentaa omia käsityksiään, mikä saattaa lisätä väittelyhalua. Kuva ympäröivistä ihmisistä monipuolistuu, mutta nuoren ajattelussa saattaa vielä olla mustavalkoisuutta ja minäkeskeisyyttä. Vuorovaikutus toisten kanssa kehittyy ja ihmissuhteet vahvistuvat ja syvenevät. Nuori alkaa tehdä tulevaisuudensuunnitelmia sekä itsenäisiä ratkaisuja. Jaraston ja Sinervon (1999, 53) mukaan nuoren tunteet vanhempiin voivat olla hyvinkin ristiriitaisia. Toisaalta vanhemmat koetaan tärkeiksi, mutta toisaalta nuori

haluaa päästä pois heidän holhouksensa alta. Vanhemmilta tulevat neuvot ja ohjeet koetaan kahlehtiviksi, vaikka ne olisi sanottu ystävälliseen sävyyn. Nuori saattaa kokeilla omia rajojaan ja voi kaivata vanhempien tukea ja neuvoja, vaikka ei sitä suoraan ilmaiseksikaan, myös omaan seksuaalisuuteen liittyen. (Jarasto & Sinervo 1999, 49-54.)

17-18-vuotiaat nuoret elävät jo aikuistumisen kynnyksellä, mutta kaikkia aikuisen vapauksia heillä ei kuitenkaan ole. 18. syntymäpäivä onkin tärkeä virstanpylväs yhteiskunnassamme, sillä silloin henkilö saavuttaa laillisen täysi-ikäisyyden. Nuori on siis virallisesti aikuinen, ja hän voi myös joutua vastakkain oman vastuunsa kanssa; hänen tulevaisuutensa ja elämänsä rakentuu hänen omien kykyjensä ja mahdollisuuksiensa varaan. Psykkinen prosessi kohti aikuisuutta jatkuu vielä useamman vuoden ajan. Suhde vanhempiin muuttuu tasavertaisemmaksi nuoren ymmärtäessä, että hänellä on oma elämä, jonka suhteen hän voi tehdä omat päätöksensä. Näillä päätöksillä ei tarvitse pyrkiä miellyttämään läheisiä ihmisiä itsensä kustannuksella. Identiteetti selkiintyy vähitellen, vaikka toisaalta ihmisen sisäinen kasvu ja kehittyminen jatkuvat koko elämän ajan. Oman itsensä kanssa sinuiksi tulemisen myötä ihmissuhteet tulevat syvemmiksi ja pysyvämmiksi. (Jarasto & Sinervo 1999, 55-58.)

1.3 Nuoren identiteetin rakentuminen

Nuoruus on sosiaalisesti aktiivista elämänaikaa, jolloin nuori rakentaa omaa identiteettiään. Vastuun saaminen eri yhteyksissä antaa nuorelle onnistumisen ja tasavertaisuuden kokemuksia. Erkaantumisesta huolimatta nuori tarvitsee itsenäistyäkseen vanhemman hyväksyntää, arvonantoa tukea ja vastuuta. Nämä vaikuttavat nuoren minäkuvaan, joka sisältää omien vahvuuksien ja heikkouksien tunnistamisen ja tiedostamisen, sekä itse-tuntoon. (Kinnunen 1999, 41, 43, Alaja 2007, 21-22.) Minäkuva syntyy yksilön ja ympäristön välisessä vuorovaikutussuhteessa, ja nuoren minäkuvan kehitykseen vaikuttavatkin suuresti vanhemmat, opettajat ja kaverit. Itsensä hyväksyvä nuori kokee olevansa osaava, menestyvä ja arvokas, kun paheksunta puolestaan lisää epävarmuutta sekä minäkuvan kehitystä negatiiviseen suuntaan. (Kinnunen 1999, 33-34.)

Nykykuoret tutustuvat aikuisten maailmaan yhä nuorempina. Alkoholien ja huumeiden käyttö sekä seksuaaliset kokemukset aloitetaan yhä nuorempina. Erilaisten vaatimusten

keskellä nuori pyrkii aikuistumaan nopeammin, ja ulkoisesti aikuisten piirteet saavutaankin varhaisessa vaiheessa. Kuitenkaan ulkoapäin saatu tieto ja ulkoinen käyttäytyminen eivät tuo todellista kypsyyttä ja viisautta. Psykkinen kasvu vie oman aikansa, jolle ei välttämättä kuitenkaan jää aikaa ulkoisten paineiden vuoksi. Nuorella on paljon vaihtoehtoja valittavanaan nyky maailmassa, ja yksilöllisyyden korostaminen vain voimistaa painetta valita oikein. (Jarasto & Sinervo 1999, 27-28, Helminen 2005, 28.)

Oleellista nuoren identiteetin kehitykselle on, että hän saa kokea olevansa ainutlaatuinen persoona ja että hänet hyväksytään muiden joukkoon. Ystävyys-suhteet samanikäisten kanssa tulevat yhä tärkeämmiksi ja kavereiden kanssa keskustelemalla nuori testaa omia ajatuksiaan ja mielipiteitään. Muiden hyväksyntä on nuorelle tärkeää ja vaikuttaa hänen itsetuntoonsa. Taito käsitellä ystävyys-suhteisiin liittyviä pettymyksiä, vaikeuksia ja risiiriitoja on tärkeää myöhempää elämää ajatellen. Positiivisten vuorovaikutussuhteiden kautta nuoren persoonallisuus jäsentyy terveellä tavalla. (Jarasto & Sinervo 1999, 40, 89-91, Kinnunen 1999, 47, 51.) Murrosiässä nuori kamppailee etenkin sen peruskysymyksen kanssa, mikä hän on suhteessa ympäristöön ja muihin ihmisiin. Kodin ja vanhempien tehtävänä on tarjota turvalliset puitteet näiden kysymysten esittämiselle niin, että hän voi luoda realistisen kuvan itsestään ja arvoistaan. Nuoren tulee kokea olevansa arvokas myös tässä elämän vaiheessa. (Kaimola, 2005, 18.)

Murrosiän aikana nuori joutuu sopeutumaan moniin uusiin asioihin sekä miettimään, miten selvitä niiden tuomista haasteista. Erilaiset puolustusmekanismit suojaavat nuorta liialta ahdistukselta sekä auttavat häntä hahmottamaan tilannetta. *Split* eli halkominen on puolustusmekanismi, jonka avulla henkilö näkee muut tai itsensä joko hyvänä tai pahana. Hän ei kykene yhdistämään kielteisiä ja myönteisiä ominaisuuksia ehjäksi kokonaisuudeksi. Myös murrosikään kuuluu tiettyä mustavalkoisuutta. *Identifikaation* eli samaistumisen myötä omaksutaan jonkin ihailun tai arvostetun mallin ajatuksia, puhe-tyyliä, käyttäytymistapoja, pukeutumistapaa ja muita ominaisuuksia. Nuori voi sen kautta vahvistaa itseään samastamalla esimerkiksi johonkin idoliinsa tai eri aateryhmiin. *Päiväunelmat* ovat myös eräs puolustusmekanismi. Niiden avulla nuori saa voimaa ja hetkittäistä lepoa arkeensa. *Kompensaatiolla* peitetään epävarmuus tai osaamattomuus pätemällä jollakin toisella alueella. Tämä kohottaa nuoren itsetuntoa, sillä kokiessaan avuttomuutta tai pienuutta hän voi mahtaila, pyrkiä olemaan ”kovis” ja antamaan itsensä kokeneemman ja varttuneemman kuvan kuin onkaan. (Jarasto & Sinervo 1999, 34-37.)

Murrosiässä nuori poimii vanhempien arvomaailmasta itselleen sopivat asiat. Sellaiset arvot, jotka nuori kokee itseään rajoittavaksi, hän hylkää ja saattaa omaksua täysin päinvastaisia arvoja ja ideologioita. Muun muassa uskonto on yksi tällaisista arvoista, jonka nykynuori voi kokea täysin erilaisena kuin aiemmat sukupolvet. Usein itseään etsivä nuori haluaa löytää sellaisen ihmisen, jonka uskoon ja elämäntapaan hän voi samaistua. Mikäli nuoren itsetunto on heikko, on hän helposti ohjailtavissa. Vahvan itsetunnon omaava nuori kykenee itse päättämään, mihin hän haluaa kuulua. (Kinnunen 1999, 62, 65, Jarasto & Sinervo 1999, 41, Lehtinen, 2007, 41.)

Vanhempien on hyvä toimia mallina, antaa lapsille tietoa ja kertoa omista ajatuksistaan, mutta he eivät voi olettaa omien arvojensa siirtymistä nuorille sellaisenaan, sillä vanhemmat ja lapset edustavat lähes poikkeuksetta täysin eri sukupolvea. Usein jankuttaminen ja saarnaaminen vain pahentavat tilannetta. Nuoren kuunteleminen ja hänen kanssaan neuvotteleminen auttaa häntä kasvamaan luottavaiseksi ja itsenäiseksi yksilöksi. (Jarasto & Sinervo 2000, 95-96.) Toisaalta Alajan (2007, 46) mukaan tietyt lapsena omaksutut perusarvot eivät katoa minnekään, vaan sisimmässään nuori tietää, mitä tarkoittaa hyvyys, totuus ja kauneus. Moraalin, oikean ja väärän tiedostamisen opettaminen nuorelle on yksi vanhemman tehtävistä. Esimerkiksi väärin tekoihin tulee suhtautua vakavasti. (Kinnunen 1999, 117, 120.)

2 VANHEMMUUDEN HAASTEET

2.1 Vanhemmuuden monet piirteet

Leinosen (2004, 177) mukaan vanhemmuus-sanalla viitataan äitinä ja isänä olemiseen, eli siihen tapaan, jolla vanhemmat ovat lastensa kanssa tukeakseen heidän kasvuaan hyvinvoiviksi aikuisiksi ja myöhemmin vanhemmiksi. Nykypäivänä vanhemmuus käsitteään lapsen sekä äidin ja isän välisenä vuorovaikutussuhteena, jossa vanhemmalla on päävastuu. Lasta ei siis nähdä passiivisena, vanhemman kasvatuksen kohteena. Tästä johtuen kasvattamisen käsitteen rinnalle on kielenkäytössä noussut sana vanhemmuus. (Leinonen 2004, 177.)

Useiden kouluikäisten lasten elämänpiirit muodostuvat kodista, koulusta, ystävistä ja harrastuksista. Nämä elämänpiirit tukevat lapsen monipuolista kehitystä. (Pulkkinen 2002, 14.) Eri ikäkausina perheellä ja kodilla on erilainen merkitys. Nuoruudessa kaverien ja ympäristön vaikutus nuoreen kasvaa samalla kun vanhempien vaikutus vähenee. Jokainen vanhempi toimii oman luonteensa, kokemuksensa ja omilta vanhemmilta saamiensa mallien mukaan. Vanhemmuus ei ole aina helppoa, vaan se on vastuullista ja vaativaa, eikä siihen anneta koulutusta. Elämä vanhempana on osa elämän koulua. (Lehtinen, 2007, 40.) Vanhemmuus on osa kasvatustapahtumaa, joka on täynnä oivalluksia, pettymyksiä ja epätoivon tunteita. Onnistuessaan se on yksi aikuisuuden onnellisuuden lähde ja toivottavaa onkin, että siitä päällimmäiseksi jäisi tyytyväisyyden tunne. (Wahlberg 2005, 82, 84.)

Joissakin perheissä murrosikä ei aiheuta suuria kahnauksia, toisissa taas paraskin vanhempi-lapsi-suhde voi joutua koetukselle. Tulisi kuitenkin muistaa, että ihanneäitiä tai –isää ei ole olemassa vaan erilaisiin perheisiin sopivat erilaiset kasvatusmenetelmät. (Fenwick & Smith 1994, 27, 37.) Ensimmäisenä murrosikä näkyy perheen vuorovaikutussuhteissa. Nuoren käytös vanhempia kohtaan muuttuu, ja aiemmin kiltistä ja sopeutuvaisesta lapsesta voi tulla töksähtelevä, arvaamaton kiukkupussi. Kaikki tämä liittyy luonnollisena osana lapsen fyysiseen kasvuun ja sen hormonaaliseen muutokseen ja ne aiheuttavat tunne-elämän vaihteluja. Nämä edesauttavat nuoren irtautumista vanhemmista. (Kinnunen 1999,16.) Nykytutkimusten mukaan nuoruutta ei enää nähdä mullista-

vana kriisivaiheena, vaan on keskusteltu siitä, kuinka nuoruusvaihe stressaa vanhempia. (Litsilä ym. 2002, 60.)

Lapsen murrosikä saattaa hämmentää, rasittaa ja kiinnostaa koko perhettä (Kukkumäki & Tulusto 2006, 40, Aaltonen 2003, 192). Murrosikäinen voi tuntua omille vanhemmillekin arvoitukselta, kun yhtäkkiä oma tuttu lapsi kasvaa, kehittyy ja muuttuu vauhdilla. (Jarasto & Sinervo 1999, 61, Fenwick & Smith 1994, 63.) Tässä tilanteessa ei välttämättä aina ole kovin helppoa asua saman katon alla. Yksi nuoren kehitystehtävistä on irtautuminen lapsuuden perheestä ja siirtyminen laajempaan sosiaaliseen yhteisöön. Tässä tilanteessa tarvitaan myös muulta perheeltä kykyä joustaa ja muuttua sekä myös ristiriitojen ratkaisukykyä. Murrosikä tulee jokaiselle omalla ajallaan ja kulkee tavaltaan. Saman perheen sisällä voidaan elää hyvin monenlaisiakin murrosikiä. Kehitys ei välttämättä kulje suoraan, vaan siihen voi kuulua nopeampia, hitaampia ja jopa pysähdyksen vaiheita. (Jarasto & Sinervo 1999, 30-31, 61-62.)

Nykyään perhe- ja työelämän yhdistäminen asettaa haasteita vanhemmille (Helminen 2005, 28, Kurz 2000, 14.) Vanhempien viikoittainen työaika jaksottaa nuorten päivän kulkua, ja yhteistä aikaa voi olla vähän myös nuoren harrastuksienkin vuoksi. (Litsilä, Poikkeus, Rönkä & Viheräkoski 2002, 53.) Jotta lapsen ja nuoren itsenäisyys, demokraattisuus, omatoimisuus ja vastuullisuus kasvaisivat ja kehittyisivät, tulee hänen mielipiteitään kuunnella ja ottaa hänet mukaan perheen yhteisten asioiden päättämiseen ja suunnitteluun. Nuorten osallistuminen kotitöihin on osa perheen yhteistä aikaa ja auttaa nuorta jatkossa selviytymään myös itsenäisesti. (Jarasto & Sinervo 2000, 93, 98). Tärkeää on sopia yhteisistä rajoista ja säännöistä perheen kesken. Tämä auttaa nuorta ja viestii hänelle, että hänestä pidetään huolta ja että vanhemmat kantavat vastuun arjesta. Lapset oppivat ja omaksuvat elämänasenteensa kotoaan, ja heidän kasvulleen on tärkeää kokea tulevansa hyväksytyiksi virheistään huolimatta. Positiivisuuden lisäksi lapsi ja nuori tarvitsee rakkauteen pohjautuvaa jämäkkyyttä ja rajoja elämäänsä. (Alaja 2007, 44, 83-84, Lehtinen 2007, 41.)

Litsilän, Poikkeuksen, Rönkön ja Viheräkosken (2002, 53) tutkimuksen mukaan kontrollointia paremmin ongelmakäyttäytymiseltä suojaa vanhempien ja nuorten keskeiset hyvät ja luottamukselliset välit. Kuitenkin vanhempien on hyvä seurata nuorten tekemiä sekä sopia kotiintuloajoista. (Litsilä ym. 2002, 54, Kukkumäki & Tulusto 2006, 54-55.) Lämmön ja kontrollin yhdistelmää pidetään parhaimpana kasvatustyylinä. (Aalto-

nen ym. 2003, 194-195.) Kaikenlaisten turvallisuustoimien, sääntöjen ja määräysten kokeileminen on nuorelle normaalia. Näin hän testaa niiden olemassaoloa sekä kestävyyttä. Ihmisten, jotka näitä rajoja asettavat, tulee olla sellaisia, joita nuori tietää voitavansa turvallisesti rakastaa ja vihata. Nuori tarvitsee rajat, jotka suojaavat vääriä ja vahingoittavilta ratkaisuilta. Päätösvalta ja vastuu tulee olla vanhemmilla. Kasvu on narssistinen ja itsekeskeinen tapahtuma, jossa auktoriteetit koetaan kasvun esteeksi. Kiintymykseen ja välittämiseen pohjautuvien rajojen kautta nuorta suojellaan sekä annetaan tilaa kasvulle. (Aalberg & Siimes 2007, 127-128.)

Nuoren hyvinvointi voi riippua siitä, millaisessa perheessä hän elää, vaikkakaan yksioikoisia ennusteita pelkästään perhemuodon perusteella ei voida tehdä. Eroja ilmenee sekä perhemuotojen sisällä että välillä. Eri perheissä lapset kohtaavat erilaisia ongelmia, mutta tutkijat korostavat vuorovaikutussuhteiden laadun ja lapsen oman osallistumisen vaikutusta hyvinvointiin. Ulkoiset tekijät (toimeentulo, sosiaalinen asema) eivät niinkään kerro perheen sisäisestä vuorovaikutuksesta tai vanhemmuuden laadusta, jotka ovat keskeisiä lapsen ja nuoren kehitykselle. (Litsilä ym. 2002, 62-63, 64, 66.)

Yläasteelle siirtymisen jälkeen nuoren ja vanhemman välit tulevat monimutkaisemmiksi, ristiriitaisemmiksi sekä emotionaalisesti etäisemmiksi. (Litsilä ym. 2002, 57, Jarasto & Sinervo 1999, 89, Kukkumäki & Tulusto 2006, 158, Fenwick & Smith 1994, 97.) Vanhempien tehtävänä perheessä on lankojen kädessä pitäminen ja perusasioista huolehtimien. (Alaja, 2007, 72.) Kuitenkin he ovat edelleen nuoren elämän tärkeimmät ihmiset, ja tämä kaipaa heidän huolenpitoaan ja rakkauttaan vaikka ei sitä kykenisikään myöntämään. Huolenpito ei kuitenkaan välttämättä ilmene kosketuksena ja syliin ottamisena vaan kiinnostuksena, muistamisena, tilan antamisena ja tiukkuutena. On tärkeää, että nuori kokee edelleen olevansa vanhemmilleen tärkeä ja arvokas vaikka välillä riideltäisiinkin voimakkaasti. (Jarasto & Sinervo 1999, 69.)

Aikuisen ei tarvitse sietää kaikenlaista kielenkäyttöä ja käytöstä (Alaja 2007, 38, Vainikainen 2005, 56). Nuorelle tulee selkeästi kertoa millainen käytös vanhemman mielestä on loukkaavaa, koska hän ei voi sitä itse tietää. Usein erilaisten tunteiden purkaantumispaikka on juuri kotona, koska siellä nuori tuntee voitavansa ilmaista itseään ilman, että hänen tarvitsee tuntea hylätyksi tulemisen pelkoa. Kun nuori viimein tuntee, ettei hänen itsenäistymispyrkimyksensä ole enää vaarassa ja uhattuna, antaa se tilaa uudelleen suhteen luomiselle nuoren ja vanhempien välille. (Kinnunen 1999, 17.) Vastuulli-

seksi kasvaminen tai siksi tuleminen vaatii aikaa. Parhaimpaan tulokseen päästään nuoren kanssa neuvottelemalla ja antamalla hänelle vähitellen enemmän vastuuta. Nuorelle tulee osoittaa, että häneen luotetaan, vaikka siitä, kuinka nuori toimii kodin ulkopuolella, ei voikaan olla varmuutta. (Alaja 2007, 38-39.)

Jotta lapsen aikuistuminen sujuisi onnistuneesti, edellyttää se hyviä vuorovaikutustilanteita vanhempien kanssa. Kasvaakseen ja kehittyäkseen nuori tarvitsee aikuista, jolla on odotuksia hänen suhteensa, joka on hänestä huolissaan ja joka ilmaisee niin pettymyksen ja suuttumuksen kuin ilon ja onnen tunteensakin. (Kinnunen 1999, 23.) Kokonaisvaltainen vastuu lapsesta ja lapsen hyvinvoinnista voi aiheuttaa vanhemmille emotionaalista räsitusta. Etenkin kun vanhemmat ymmärtävät, joskus hitaastikin, että vanhemmuus on elämänikäinen ura. Omaa riittävyttään voivat pohtia taitavatkin vanhemmat, mikä voi myös lisätä huolta. (Belsky, Ward & Rovine 1986, 121.)

Vanhemmuuteen liittyy useita erilaisia haasteita, jotka voivat olla esimerkiksi taloudellisia, puutteelliseen lapsesta huolehtimiseen tai lapsen ja vanhemman henkilökohtaisiin tarpeisiin liittyviä. Nyky-yhteiskunnan paineet aiheuttavat sen, että lapset ovat yhä pidempään riippuvaisia vanhemmistaan taloudellisesti. Myös nuoren kaveripiiri vaikuttaa tämän kulutustapoihin. Kun lapsi kasvaa, lisääntyy myös huoli hänen selviytymisestään tulevaisuudessa, aikuisena. (Arendel 1999, 5-6.) Toisaalta Belskyn, Wardin ja Rovinen (1986, 121) mukaan vanhemmuuden mukanaan tuomat vastuut ja tehtävät vahvistavat itsetuntoa sekä persoonan kasvua. Itsekeskeisyys vähenee ja tulevaisuuden ajattelu tulee tärkeämmäksi.

2.2 Vanhempi vastuunkantajana ja mallina

Nuorten normaaliin kasvuun kuuluu erilaisia ongelmia. Kaikkien nuorten mielialat vaihtelevat, välillä he pursuavat energiaa ja välillä tuntuvat vaipuvan apatiaan. (Fenwick & Smith 1994, 229.) Nuorten ja heidän vanhempiensa arkeen kuuluu tuttu osana mielihäpän tai ärtymyksen kokemukset ja ilmaukset, joista suurin osa liittyy arkipäivän asioihin. Suurin osa ristiriidoista johtuukin yksinkertaisesti siitä, että yhdessä asuu ihmisiä, jotka ajattelevat asioista eri tavalla ja joiden elämänrytmi on erilainen. Tunteiden kuo-

huminen kuuluu nuoruuteen, ja se lisää sähköä nuorten ja vanhempien välille. (Litsilä ym. 2002, 59-60, Fenwick & Smith 1994, 40, 63.)

Konfliktien kautta nuori kokee itsensä vanhemmista erilliseksi. Ne vähentävät riippuvuutta, kannustavat nuoria solmimaan perheen ulkopuolisia ihmissuhteita ja muuttavat lapsen ja vanhemman suhdetta vastavuoroisemmaksi. Lisäksi nuoren itsenäistymisen pyrkimykset saattavat herättää myös vanhemmassa vastarintaa. Ristiriitojen kautta suhde muuttuu pikkuhiljaa tasavertaisemmaksi. Nuori saa neuvoteltua itselleen vähitellen lisää itsenäisyyttä. (Litsilä ym. 2002, 60.) Nuoren on hyvä oppia, että asioista voidaan puhua ja riidat selvittää ja että kaikkien mielipidettä arvostetaan, vaikka oltaisiinkin eri mieltä. (Jarasto & Sinervo 1999, 69.)

Ristiriitatilanteessa vanhemman tehtävänä olisi pysyä rauhallisena ja avoimena nuorelle ja hänen tunteilleen. Omien tunteiden tiedostaminen konfliktitilanteessa on tärkeää. Tilanteiden ratkaisemiseksi on hyvä kokoontua koko perheen voimin ja keskustella tilanteesta avoimesti niin, että jokaisen ääni tulee kuuluville. Vanhemman tulee olla jämäkkä niin, että perhe kokee yhtenäisyyttä, mikä myös luo turvaa perheeseen. Valtataistelut perheessä eivät suinkaan lähennä sen jäseniä toisiinsa. Toisen kuunteleminen ja avoimuus johtavat paljon pidemmälle. (Alaja 2007, 96-98, Fenwick & Smith 1994, 58-59.) Kinnusen (1999, 103) mukaan yhteisten sääntöjen rikkomisesta tulee kantaa vastuu yhteisesti. Nuorten tulee olla mukana, kun mietitään sopivia seuraamuksia sääntöjen rikkomiseen. Vanhemman tulee pysyä sovittujen rajojen ja niiden noudattamisen takana. (Kinnunen, 1999, 103, 106.)

Vahvaan perheeseen liitetään usein hyviä ominaisuuksia: yhdessäolo, toisten arvostaminen, sitoutuminen, hyvät keskustelusuhteet ja kyky selviytyä kriisitilanteista myönteisellä tavalla. Nuoret tarkastelevat perhettään ja vanhempiaan kriittisesti etenkin itsenäistymisen myötä. Suotuisaa nuoren psyykkis-sosiaalisen kehityksen kannalta on vahva tunnesuhde vanhempiin, mutta kuitenkin lisääntyvä liikkumatila ja vastuu. Tämä tukee itseluottamusta ja kykyä asettaa omia tavoitteita. (Litsilä ym. 2002, 58-59.) Ollakseen riittävä vanhempi aikuisella tulee olla kyky eläytyä vuorovaikutussuhteessa nuoren kanssa sekä luoda tämän kehitystä tukeva tunnelmailmapiiri. Kaimolan (2005, 16) mukaan edellytyksinä tähän ovat itsestä huolen pitäminen, oma henkinen hyvinvointi sekä tyytyväisyys elämään. (Kaimola 2005, 15-16.) Rakkaus vaatii paljon sitoutumista, tekoja ja valintoja toisen eduksi. Se on kokonaisvaltainen elämisen asenne, ja kohdistuu aina

myös itseen, mikä ei kuitenkaan tarkoita itsekeskeisyyttä. Rakkaus on osa vanhemmuutta ja vanhemmuus puolestaan on suuri lahja, ja tärkeä koko elämän kestävä tehtävä. (Alaja 2007, 91-92.)

Nuoren luottamuksellinen suhde omiin vanhempiin on pitkäaikaisen kehityksen tulosta. Varhaisesta lapsuudesta lähtien vanhempien reaktiot ja käytös lasta kohtaan tuottavat ilmapiiriä, joka joko rohkaisee lasta kertomaan tai olemaan vaiti tekemisistään. Pohjana luottamukselle on vanhempien läsnäolo ja aito kuunteleminen. (Litsilä ym. 2002, 65.) Myös nuoren kanssa elämisessä auttaa monella tavoin se, että voidaan keskustella, väitellä ja joskus myös riidellä ja kiistellä. Niin nuoren kuin vanhempien on hyvä saada puhua avoimesti omista tunteistaan, ajatuksistaan ja tarpeistaan. (Jarasto & Sinervo 1999, 67, Fenwick & Smith 1994, 47.) Pulkkinen (2002, 16) mukaan lapsen temperamenttiirteet kehittyvät kaksisuuntaisessa vuorovaikutuksessa vanhempien kanssa. Näin vanhemmat vaikuttavat lapseen ja lapsi vanhempiinsa. (Pulkkinen 2002, 16-17.)

Lapsille on hyvä antaa malli siitä, ettei vihaa tunteena tarvitse pelätä. Heidän on hyvä nähdä, että vanhempi voi olla vihainen, mutta silti toimia johdonmukaisesti ja että asioista voidaan sopia. Aggressiivisuus on yksi itsenäistymiseen ja yksilöitymiseen kuuluvia tunteita. Mikäli niihinkin suhtaudutaan luontevasti, kokee lapsi ja nuori luottamusta myös suhteessa elämäänsä. Luottamus siihen, ettei häntä hylätä, vaikka hän osoittaa avoimesti myös negatiivisia tunteitaan, antaa eväitä tulevaisuuden ihmissuhteisiin. (Jarasto & Sinervo 2000, 92.)

Nuoresta voi tuntua, että hän viisastuu ja vanhemmat tyhmistyvät päivä päivältä (Kukkumäki & Tulusto 2006, 40). Nuori voi kapinoida vanhempiaan vastaan jopa sitä rajummin, mitä paremmat välit hänellä heihin on. Se osaltaan kuvastaa sitä vaikeutta, joka irtautumiseen jostain itselle tärkeästä kuuluu. Toisesta osapuolesta kaivellaan kaikki huonoimmat puolet esiin, jotta eron tekeminen olisi helpompaa. Vaikka nuori kuinka haluaisi katkaista suhteensa vanhempiinsa täysin murrosiän myrskyissä, sitä ei missään nimessä tule päästää tapahtumaan. On tärkeää, että edes jonkinlaiset puhevälit säilyvät, ja että vanhempi kykenee sietämään nuoren suorasukaisetkin mielenilmaisut, vaikka ei niitä hyväksyisikään. Vanhemman pudottaminen alustaltaan tavalliseksi ihmiseksi nuoren omissa silmissä on yksi osa kehitystä. (Jarasto & Sinervo 1999, 62-63, Kukkumäki & Tulusto 2006, 54.) Vaikka vuorovaikutuskanavien auki pitäminen tuntuukin vaikealta, on olennaisen tärkeää puhua ja ennen kaikkea kuunnella. (Fenwick & Smith 1994,

57-59.) Vanhemman ja nuoren keskinäistä suhdetta tulee hoitaa. Vaikka murrosikäinen viettää suuren osan päiväänsä omissa oloissaan, on hetkellinenkin jakamattoman huomion antaminen nuorelle päivittäin tärkeää silloinkin, kun käynnissä ei ole konfliktitilanne. (Kinnunen, 1999, 120-122.)

Murrosiässä suuret tunnekuohut ja itsenäistymisuhma ajavat nuorta provokaatioihin sekä harkitsemattomiin tekoihin. Epävarmuus, älyttömyydet ja tyytymättömyys ovat ilmiöitä joiden yli vanhempien pitäisi nuorta tukea. Nuoruusaikana kerätään niitä rakennustarpeita, joilla myöhemmin elämässä tulisi selvitä eteenpäin. Nuoren kuohuntavaiheessa luodaan erilaisia selviytymisstrategioita ja suojauskeinoja tulevaisuuden varalle. Perhe on prosessi, jonka tarpeet ovat yksilölliset sekä jatkuvasti muuttuvat. Se vaatii jatkuvaa panostusta ja kehittymistä. (Cacciatore 2005, 30-31, 41.)

Alajan (2007, 59) mukaan nuoren aiheuttaessa jatkuvasti ärtymyksen ja pettymyksen tunteita kannattaa vanhemman miettiä, mitä hän oikein odottaa nuorelta. Tietoisuus tästä voi auttaa ei-hyväksyvän viestin lähettämisen vähenemiseen ja näin parantaa vanhemman ja nuoren keskinäisiä välejä. Nuoret saattavat ärsyttää ja provosoida vanhempiaan tahallaan ja niin kauan kuin vanhempi hermostuu, on hän antanut nuorelle aseensa itseään vastaan. (Alaja 2007, 59-60, 80.) Palautteen antaminen nuorelle on tärkeää. Vanhempien tulee huolellisesti miettiä, mikä on oikea tapa antaa palautetta juuri tälle nuorelle. Valintaan vaikuttavat niin henkilöiden temperamentit kuin heidän keskinäiset suhteensa. Usein autoritääriset keinot eivät johda hyvään tulokseen, vaan toisen kunnioittaminen ja optimistinen asenne voivat olla lopputulokseltaan huomattavasti tuloksellisempi. (Alaja, 2007, 31, Jarasto & Sinervo 2000, 93.)

Virheistä voi oppia. Vanhempien tulisi tiedostaa sekä omat että lasten tekemät virheet. Mikäli virheiden olemassaolo kielletään ja niiltä suljetaan silmät, ei myöskään nuorille tarjota mahdollisuutta oppia niistä. Virheiden liiallinen korostaminenkaan ei ole hyväksiksi. Molemmissa tapauksissa nuori voi saada kuvan, että virheet ovat kiellettyjä eikä niitä saa tehdä, vaikka ne ovat luonnollinen osa ihmisen kasvua kehitystä ja elämää. Mikäli lapsi tuntee, etteivät virheet ole sallittuja, taito valehdella vahvistuu. Alajan (2007, 53) mukaan pelko virheiden esiintulosta voi estää nuoren kehitystä ja etäännyttää häntä vanhemmistaan. (Alaja 2007, 53.)

Murrosiässä nuori kokee valtavan nopeaa kasvua ja jäsentää itseään uudestaan. Tässä

vaiheessa myös vanhempien tulee muistaa, että nuori on oma, ainutlaatuinen persoonansa, jolla on yksilölliset tapansa tulkita maailmaa ja toimia. Häntä tulee arvostaa juuri sellaisena kuin hän on, eikä häntä tulisi verrata sisaruksiin tai naapurin lapsiin, vaan hänen tulee antaa kasvaa omana itsenään sekä kehittää itseään ja omia mahdollisuuksiaan. (Jarasto & Sinervo 1999, 29-30, Alaja 2007, 18.) Hyväksyntä ei kuitenkaan tarkoita vain kehumista, vaan myös nuoren ohjaamista neuvomista ja tervettä kritiikkiä. Kun nuorella on vahva tieto ja tunne siitä, että vanhempi kaikesta huolimatta rakastaa häntä, antaa se pohjan nuorelle kasvaa vahvaksi yksilöksi. (Alaja 2007, 18-20.) Murrosikäisiin tulisi suhtautua lämmöllä ja kunnioituksella myös silloin, kun mielipiteet eivät ole yhteneväisiä, tai kun he eivät täytä vanhemman odotuksia. Mikäli kasvuilmapiiri on salliva ja rento, on nuorella mahdollisuus kasvaa itsevarmaksi aikuiseksi ilman, että hänen tarvitsee pelätä epäonnistumista muiden toiveiden täyttämässä. (Alaja 2007, 90.)

Wahlbergin (2005, 85) mukaan vanhemman ja lapsen tasavertainen kaveruus ei ole mahdollista, mutta ystävyys kyllä. Viime kädessä kuitenkin vanhemman tulee ottaa vastuu ja tehdä lopulliset päätökset. Nuoren kanssa toimiessaan vanhemman tulee säilyttää oma arvomaailmansa, vanhemmuuden ihanteensa sekä itsekunnioituksensa, vaikka nuori asettaakin ne kyseenalaisiksi. Lapsen kannalta vahingollista on sellainen vanhemmuus, joka ei takaa turvallisuutta, ennustettavuutta ja päämäärätietoisuutta. (Wahlberg 2005, 85-86.)

3 VERTAISTUEN MONET MUODOT

”--- *Minun lapseni, minun lapseni.*
Ei ollut äidille tukea naapureista
ei kirkosta tai koulusta
kaikilla tuntui olevan
vain hyvin menestyviä lapsia
koulunsa suorittaneita ja
tulevaisuutta suunnittelevia

Yksi äiti tuli tutuksi
auttoi tuskan keskellä ---”
(Askola & Porio 1985, 115.)

3.1 Sosiaalinen ja emotionaalinen tuki elämänhallinnan välineenä

Monet vanhemmat kokevat oman roolinsa hämmentäväksi muuttuvan yhteiskunnan ja ristiriitaisen tietotulvan keskellä. Vanhemmat eivät välttämättä tiedä, mitä nuorelta voi vaatia ja mitä sallia ja mikä on vanhempien rooli eri ikävaiheissa. Yhä vaativammaksi käyvä työ sekä sosiaalisten verkkojen mureneminen vaikuttavat myös vanhempiin. Vanhemmuutta tukemaan onkin perustettu erilaisia alueellisia vanhempainverkostoja-, ryhmiä ja –toimikuntia, jotta vanhemmat voisivat kohdata ja saada tukea arjen pulmiin, purkaa tuntojaan sekä luoda yhteisiä pelisääntöjä. (Litsilä ym. 2002, 66-67.)

Elämänhallinnalla tarkoitetaan niitä tapoja tai keinoja, joiden avulla ihminen pyrkii ratkaisemaan ongelmia ja selviytymään elämän ristiriidoista. Turvattomuus on tunne siitä, ettei ihminen hallitse elämäänsä. Hän voi säädellä elinoloja tyydyttävällä tavalla voimavarojensa avulla. Voimavarat jaetaan usein olosuhderesursseihin ja yksilöllisiin resursseihin, sekä objektiivisiin ja subjektiivisiin resursseihin. Eri ikävaiheissa ja elämäntilanteissa ulkoiset, sosiaaliset olosuhteet nähdään oleellisiksi resurssien lähteiksi. Yksi elämänhallintastrategia on sosiaalisen tuen etsiminen. Sosiaalinen tuki koostuu ihmissuhteista, joissa yksilö voi saada konkreettista apua, informaatiota, kannustusta tai muuta huolenpitoa. Kuitenkin sosiaalinen tuki saa lopullisen merkityksensä siitä, miten vastaanottaja sen kokee, kuinka hän kokee tulleen tuetuksi. Kaikki sosiaaliset kontaktit

voidaan nähdä sosiaalisina verkostoina. Verkostot voivat olla ensisijaisia (perhe, suku, ystävät) ja toissijaisia (itseapuryhmät). Niistä välittyy monin tavoin, suoraan ja välillisesti, hyvinvointia edistävää tukea. Tämä tuki lievittää riskitekijöitä. Sosiaalisen tuen avulla selviydytään erilaisista elämän kolhuista, vaikka tuella voi olla myös kielteisiä vaikutuksia. (Kotakari & Rusanen 1996, 177-179.)

Sosiaalinen tuki voidaan määritellä vuorovaikutuksen kautta saataviksi voimavaroiksi. Monenlaiset ihmiset ja ihmissuhteet tarjoavat mahdollisuuden tuen saamiseen ja antamiseen. Sosiaalinen tuki vahvistaa ihmisen hyvää vointia ja jaksamista. (Kiikkala, Munnukka & Valkama 2002, 27.) Kuopiolaisen yläasteikäisille tehdyn sosiaalisen tuen tutkimuksen tulosten mukaan nuoret olivat tyytyväisimpiä vanhemmiltaan saatuun informatiiviseen tukeen. Myös myönteinen palaute ja emotionaalinen tuki koettiin riittäväksi. Vähiten tyytyväisiä nuoret olivat samaansa materiaaliseen tukeen. Sukupuolten välisiä eroja ei mainittavasti ollut. Yleisimmin mainittuna emotionaalisen tuen lähteenä oli äiti, mutta pojat arvioivat kuitenkin saavansa emotionaalista tukea myös isältä ja veljeltä. Mitä vanhemmaksi nuori tulee, sitä suurempi on ystävien merkitys emotionaalisen tuen antajana. Yleisesti ottaen pojat kokivat suhteensa äitiin ja isään yhtä läheiseksi useammin kuin tytöt. Tutkimuksen mukaan tytöillä on enemmän riitoja vanhempien kanssa kuin pojilla. (Kauppinen, Koivu & Nissinen 2004, 25-27.)

Tutkimuksen mukaan ystävien merkitys on siis tytöille suurempi kuin pojille kaiken sosiaalisen tuen osalta. Pojilla ystävien merkitys kasvaa emotionaalisen ja informaatio-tuen antajana iän myötä. Pojat kokivat voivansa kääntyä äidin, isän ja mahdollisen veljen puoleen keskustellessaan henkilökohtaisista asioista ja tunteista, kun taas tytöt kääntyvä lähinnä äidin puoleen. Murrosiän myötä sekä tytöillä että pojilla näkyy kodin ilmapöly heikkeneminen, etääntyminen suhteessa isään ja sisarusten merkityksen kasvu. Murrosiässä nuoren sosiaalinen verkosto luonnollisesti laajenee, mutta siitä huolimatta nuori tarvitsee vanhempiaan turvana, tuen ja kannustuksen antajina, neuvonantajina sekä päivittäisten asioiden hoitajina. (Kauppinen ym. 2004, 29-30.)

Vanhemmuuden laadun kannalta kodin ulkopuolinen sosiaalinen tuki on merkityksellistä. Vanhemmuuden mahdollisia stressin vahingollisia vaikutuksia osaltaan ovat estämässä emotionaalinen ja instrumentaalinen tuki. Myös sosiaalisen verkoston laajuus, vanhempien sukupuoli sekä perherakenne ovat yhteydessä hyvään vanhemmuuteen ja

luovat ehtoja sosiaalisen tuen ja vanhemmuuden väliselle yhteydelle. (Leinonen 2004, 183.)

Emotionaalista tukea voidaan saada niin perheeltä, ystäviltä kuin ammattilaisiltakin, mutta tehokkainta se vaikuttaa olevan silloin, kun asioita voidaan jakaa samanlaisessa elämäntilanteessa olevien ennalta tuntemattomien ihmisten kanssa. Emotionaalisen tuen ryhmässä jäsen saa kuulla, kuinka toiset ovat selvinneet ongelmistaan, ja voi purkaa omaa sydäntään. (AIS.) Emotionaalista tukea tarjoavat ihmiset auttavat käsittelemään tiettyyn tilanteeseen liittyviä tunteita sekä rohkaisevat ja lohduttavat vaikeina aikoina. (Livestrong).

Tutkimuksen mukaan diakoniatyöntekijät kuvaavat emotionaalisen tuen merkitsevän kokemusten jakamista, kasvun jaksamisen tukemista, kuuntelemista, keskustelemista, rohkaisemista, lohduttamista ja välittämistä. Kiireettömyys, tarpeenmukaisuus, auttava ja puolueeton kuuntelu sekä hädän ja tarpeen kuuleminen painottuu tutkimuksessa myös. (Rättyä 2004, 42-43.)

3.2 Vertaistuki- ja oma-apuryhmät

Vertaistuki eli yhteisten kokemusten jakaminen on olennainen osa ihmisten arkea ja kanssakäymistä. Siinä korostuu arjen arvostus, jossa jokapäiväisistä pienistä ja suurista arkisista haasteista selviytyminen on sankaruutta. Vertaistoiminnassa elämää kantavana voimana toimii kokemusten jakaminen. Toiminnan perustana on se, ettei kukaan ole yksin iloinen ja suruinen, vaan vertaisyhteisön kanssa voi jakaa elämäkokemuksia. Toiminta tarjoaa mahdollisuuden kasvuun sekä uuden ja hyödyllisen oppimiseen erityisesti silloin, kun elämäntilanne poikkeaa lähiympäristön elämäntilanteista. Arvopohjana vertaistoiminnassa ovat tasa-arvo, avoimuus sekä toisen kunnioittaminen. Ryhmän jäsenet tekevät yhteistyötä, ottavat vastaan ja jakavat muille omia kokemuksiaan. (Kuuskoski 2003, 30-31.)

Samanlaisissa elämäntilanteissa olevat sekä samankaltaisia kokemuksia jakavat voivat saada ja antaa toisilleen tukea vertaistukiryhmissä. Toiminta ryhmässä perustuu tasavertaisuutteen sekä luottamuksellisuuteen niin osallistujien kuin ryhmän vetäjienkin suh-

teen. Jokaisella on oikeus tulla kuulluksi ja voida luottaa siihen, ettei ryhmässä käsitellyjä asioita puhuta muualla. Ryhmän tuki pohjaa jäsenten ajankohtaisiin sekä henkilökohtaisiin tarpeisiin. Tiedyt elämäntilanteet elänyt ja itse kokenut omaa sellaista ainutlaatuista asiantuntemusta, jonka hän voi jakaa muiden kanssa. Auttaessaan muita, jäsenet auttavat myös itseään. Apua ei tarvitse anella eikä tyrkyttää, eikä kokoontumisissa mietitä sitä, kuka auttaa ketä. Tukiryhmissä auttamien ei ole tarkoitushakuista, vaan on itseään ruokkiva prosessi. (Vertaistuki-mielenterveyden keskusliitto.)

Vertaistuki ei ole terapiaa, vaan siinä voi tukeutua toisiin, ystäväyryä ja jopa rakastua. Myös tuki ja auttamissuhteiset roolit vaihtelevat ryhmän sisällä tilanteiden mukaan. Kokemusten jakamisessa sekä vuorovaikutuksellisessa suhteessa ihminen antaa henkilökohtaisen kokemuksensa toisten käyttöön. Vastaanottaja voi näin eläytyä toisen läpi käymiin tilanteisiin ja tunteisiin henkilökohtaisella tasolla. Vertaistuessa ja sen toimintamuodoissa yksilöiden kokemukset luovat siltaa yksityisen ja julkisen tilan välille. Ryhmien kautta yksilön ääni pääsee kuuluville ja näitä kokemuksia voidaan hyödyntää myös hyvinvointipolitiikan kehittämisessä ja uudistamisessa. (Hyvärinen 2005, 219, 224, 225.)

Väitöskirjassaan Mikkonen (2009, 28) toteaa, että vertaistuki tunnetaan kansainvälisessä kirjallisuudessa käsitteillä oma-apu, vertais-/vertainen tuki, tukiryhmä, keskinäinen tuki sekä toiminnan tukijat. Käsitteenä vertaistuki kytkeytyy myös sosiaaliseen tukeen. (Mikkonen 2009, 28.) Oma-apuryhmät on perustettu helpottamaan erilaisissa elämäntilanteissa olevia ihmisiä, jotka tarvitsevat toinen toisensa tukea ja mahdollisuuksia jakaa kokemuksiaan. Ryhmissä ihmisillä on oikeus surra ja puhua vaikeista heitä koskettavista asioista ilman, että kuulijat ahdistuvat. Ryhmissä erilaisen tiedon tarve tiivistyy ja niissä voidaan käyttää hyväksi alan asiantuntijoita. Oma-apuryhmillä on myös mahdollisuus tukea ammattilaisten tekemää työtä ja antaa sille uuden, erilaisen näkökulman kokemuksellisen ja ammatillisen vuoropuhelun kautta. (Nylund 1999, 116, 126-127.)

Oma-apuryhmien toiminta perustuu sen jäsenten omiin tarpeisiin osallistua toimintaan. Kuitenkin myös ohjaajalla on toiminnassa oma merkityksensä. Ammattityöntekijä auttaa ryhmää alkuun tarjoamalla kokoontumispaikan, tiedottaa asioista kaikille ryhmäläisille ja kokoaa sen yhteen. Lisäksi hän toimii ammatillisen sekä ajankohtaisen tiedon välittäjänä ja ohjaa ryhmää läpi sen eri kehitysvaiheiden. Ohjaajan yksi tärkeimmistä tehtävistä kuitenkin on pyrkiä tekemään itsensä tarpeettomaksi. (Lehtinen, 1997, 45.)

Ryhmän ohjaaja voi olla ammattilainen, tai yhdestä osallistujasta voi ajan myötä kehittyä ryhmälle vertaisohjaaja. (Welch Cline 1999, 524.)

Vertaistukiryhmien perustajina voivat toimia kansalaiset tai ammattilaiset yksin tai yhdessä. Ryhmässä toisilleen ennalta tuntemattomat ihmiset kokoontuvat säännöllisesti yhteen. Toiminnan tarkoituksena on jakaa kokemuksia toisten kanssa, ei keskittyä vain yksilön omaan tilanteeseen. (Nylund 2005, 203.) Ihmisten välinen arkinen kohtaaminen on vertaistukeen perustuvan auttamisen ydin. Toimintamuotona se on vakiintunut 1990-luvun puolella välissä. Ryhmän jäsenet jakavat kohtaamiaan vaikeuksia ja näin auttavat ja tukevat muita samassa tilanteessa olevia. Kyse on vastavuoroisesta suhteesta, jossa erilaisia kriisejä ja kriittisiä tilanteita käsitellään yhdessä. (Hyvärinen 2005, 214-215.)

Oma-apuryhmät voidaan luokitella ongelmakeskeisesti jonkin tietyn oireyhtymän (kuten sairaus) tai elämäntilanteen (kuten omaishoitajuus tai sosiaaliset ongelmat) mukaan. Lisäksi ne voidaan jakaa myös ryhmän toimintaperiaatteen perusteella sisäänpäin (ns. 12 askeleen ryhmät) ja ulospäin (painostusryhmät) suuntautuneiksi ryhmiksi. Määrittely siis ei ole helppoa, ja Suomessa käytetäänkin oma-apu- ja itseapuryhmän nimityksien rinnalla myös vertaisryhmää. (Nylund 1996, 195.)

Eeva Jokinen toteaa kirjassaan *Väsynyt äiti* (1996, 177), että hänen tutkimuksessaan selkein puutos äitien elämässä heidän omasta mielestään oli aikuisen seuran ja tuen, kiinnipitävän ympäristön, puuttuminen. Oma-apuryhmän kautta saamansa tuen avulla sen jäsenen itsetunto voi parantua, samoin kuin hänen taitonsa selviytyä erilaisista kriisitilanteista. Ryhmä on siis yksi keino selvittää ja ratkoa omaa elämäntilannetta toisten kanssa, joilla on samanlainen tilanne. Ilmiönä keskinäinen apu on maailmanlaajuinen sekä pitkälle historiaan ulottuva perheen ja sukulaisten välisten suhteiden muodossa. Nykyaikana kuitenkin oma-apuryhmät koetaan vaihtoehdoksi esimerkiksi julkiselle avulle. Kohdattavia ongelmia voivat olla esimerkiksi sellaisia, joihin virallinen sosiaaliturva ja ammattiauttaminen ei ulotu. Ryhmän toiminnalla voidaan pyrkiä esimerkiksi sosiaalisen muutoksen aikaansaamiseen sekä uusien palvelumuotojen kehittämiseen. (Nylund 1996, 196-200, 204.)

Ihmiset voivat hakeutua oma-apuryhmiin koska he eivät koe saavansa tarvitsemaansa tukea ammattityöntekijöiltä. Toisaalta jotkut saattavat myös kyseenalaistaa ammattimaisia työskentelytapoja. Ammattilaiset eivät välttämättä kykenekään kilpailemaan oma-

apuryhmien tarjoaman tuen kanssa, vaikka heidän apunsa olisi kuinka pätevää ja hyvää tarkoittavaa tahansa. Oma-apuryhmien erityispiirre on vertaistuki, joka perustuu vuorovaikutukseen avun saamisessa ja antamisessa. Lisäksi julkinen apu on suunnattu kaikille, kun taas oma-apuryhmät keskittyvät pieneen kohderyhmään ja yhteen ongelma-alueeseen. Oma-apuryhmien etuna myös on, että toiminta on joustavaa sekä jäsenläh- töistä, toisin kuin byrokraattisen organisaation toiminta. Ryhmillä on myös oma elin- kaarensa, ryhmät ovat toiminnassa yleensä niin kauan kuin jäsenet kokevat sen tarpeel- liseksi. (Nylund 1996, 201-204.)

Vertaisryhmiä, tukiryhmiä ja oma-apuryhmiä on toiminut Suomessa jo muutamia vuo- sikymmeniä. Ilmiönä ryhmillä on kuitenkin huomattavasti pidempi historia, myös kan- sainvälisesti (Welch Cline 1999, 516). Ryhmien toimintaperiaate perustuu henkilön ak- tiiviseen rooliin ryhmässä. Ryhmän henkilöt yrittävät yhdessä löytää ratkaisun yhteiseen ongelmaan, kuten pulmalliseen elämäntilanteeseen. Ryhmän jäsenet ovat sekä avun an- tajia että vastaanottajia. Toimintamuodot ja tavoitteet voivat olla hyvinkin erilaisia riip- puen jäsenten tarpeista ja ryhmän perustamisen syistä. Oman avun määrittely on vaike- aa, eri maissa ja ryhmissä termi voidaan ymmärtää eri tavoilla. Olennaista ryhmille on joka tapauksessa vapaaehtoinen jäsenyys. Nylund (1996, 194) määrittelee oma- apuryhmät sellaisten henkilöiden muodostamiksi ryhmiksi, joilla on jokin yhteinen on- gelma tai jotka elävät samanlaisessa elämäntilanteessa. He haluavat jakaa kokemuksi- aan toisten kanssa ja sen avulla ratkaista tai lieventää omaa tilannettaan. Oleellista oma- apuryhmien toiminnassa on toisien tapaaminen sekä kokemusten ja tunteiden ja- kaminen. (Nylund 1996, 193-194, Mikkonen 2009, 29.)

Erilaisia äitiryhmiä ovat perustaneet monet yhteisöt, kuten seurakunnat, neuvolat ja Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Esimerkiksi äiti-lapsiryhmät tai mammaryhmät ovat lähinnä pienten lasten äideille suunnattuja. Ideana on koota äitejä keskustelemaan eri aiheista sekä tarjota hengähdystauko kodin ulkopuolella. Ryhmiin osallistumien syitä on monia; halu tavata muita samassa elämäntilanteessa olevia, uusien tuttavuuksien sol- miminen, samanhenkisten ihmisten seura, tietojen saanti tai ajatusten vaihto. (Vanha- nen-Silvendoin 1996, 228-230.)

Ryhmään osallistujien keskinäinen vuorovaikutus muokkaa ryhmän toiminnan sisältöä, tavallaan kyse on omien kokemusten ja äitiyteen liittyvän asiantuntijatiedon välisestä suhteesta, tiedosta ja tiedonvaihdosta. Äitiyden jakaminen merkitsee omakohtaisen äi-

tiyden työstämistä. Jakamisen myötä kuullaan toisten kokemuksia samalla kun kerrotaan omia, mikä voi antaa äideille paljon enemmän kuin kirjoitetut oppaat. Ryhmäläiset voivat myös havaita, että heidän kokemansa ristiriidat voivat ainakin osittain olla yleisesti äitiyteen liittyviä. Ryhmän kautta henkilö voi saada suoraa tai epäsuoraa tukea muutoksen etsimiseen ongelmallisessa tilanteessa. (Vanhanen-Silvendoin 1996, 232-233, 239.)

4 KIRKKO AVUN TARJOAJANA

*”Taivaallinen Isä -
 kiitos että saan esirukouksessa
 antaa jokaisen ihmisen
 sinun hyviin käsiisi.
 Salli rukouksen hengen asua minussa aina
 kun kuuntelen toista ihmistä.
 Opetä minulle sisäistä viisautta ja rakkautta,
 että osaisin oikealla tavalla
 iloita sen kanssa joka on iloinen
 ja surra sen kanssa joka on murheellinen.”
 Rukous St. Davidsordenista. Emt.
 (Einiger & Raittila 2002, 302.)*

4.1 Suomalainen kirkko ja diakoniatyö

Evankelis-luterilainen kirkko on Suomessa toiminnallaan vaikuttanut pohjoismaisen hyvinvointivaltiomallin syntyyn. Kirkolla onkin toimintaa koko Suomessa, jokaisella paikkakunnalla ja laajalla työsaralla kirjaimellisesti kehdosta hautaan. Kirkon työ tukee ja uusintaa hyvinvointivaltion rakenteita. Kansankirkkona toimimisen haitat liittyvät valtiokirkkomaisuuteen, joka luo toiminnalle tietyt rajat, joissa kirkon myös toivotaan pysyvän. Erilaiset kannanotot jakavatkin kirkon jäsenkuntaa. (Sipiläinen 1996, 49-50.)

Diakonian alkujuuri ja lähde löytyy Uudesta Testamentista sekä varhaiskirkosta. Rakkauden kaksoiskäskey (Matt. 22:37-40), vertaus laupiaasta Samarialaisesta (Lk 10:25-37) sekä apostolien tekojen kertomus diakoniasta (Apt6:1-6) sekä koko Jeesuksen toiminta parantajana, köyhien ja syrjittyjen ystävänä ja Jumalan valtakunnan julistajana Uudessa Testamentissa, sekä Apostolien teoissa (Apt 2: 42-47) kerrottu alkuseurakunnan esimerkki keskinäisestä jakamisesta ja huolenpidosta antaa suuntaa ja inspiraatiota diakoniatyölle. (Suomen ev.lut.kirkon...2003, 6.) Diakoniatyö on määritelty kirkkolaissa ja kirkkojärjestyksessä. ”Seurakunnan ja sen jäsenten tulee harjoittaa diakoniaa, jonka tarkoituksena on kristilliseen rakkauteen perustuva avun antaminen erityisesti niille, joiden hätä on suurin ja joita ei muulla tavoin auteta (Veikkola 2002, 114).” Diakoniatyön pe-

rusfunktioita ovat karitatiivinen, sosiaalinen, pastoraalinen, katekeettinen ja liturginen. ”Diakonia on kristilliseen rakkauteen perustuvaa palvelua. Se toteutuu ihmisten vuorovaikutuksena ja kirkon elämänä. Diakoniatyön lähtökohtana ovat Jeesuksen esimerkki ja hänen opetuksensa (Veikkola 2002, 115).” (Veikkola 2002, 114-115.)

Diakoniatyön tavoitteena on palvella ihmistä mahdollisimman kokonaisvaltaisesti yksilönä, perheenä ja erilaisten viitekehysryhmien jäsenenä. Auttamisen edellytyksenä on koko elämän- ja perhetilanteen kartoittaminen. Kohtaamisen tavoitteena on toivon, luottamuksen sekä selviytymismahdollisuuksien vahvistaminen eri elämänalueilla. Työntekijän antaman tuen lisäksi tärkeää on myös vapaaehtoisten antama panos sekä vertaistuki ja muut yhteisöllisen tuen muodot. (Hakala 2002, 234-235.) Lutherin mukaan ihmisen tulee toimia, kärsiä ja kuolla lähimmäisen hyväksi, ei Jumalan tai itsensä. Tämä vaatimus itsensä antamisesta ja keskittämisestä toisen ihmisen hyväksi koskee kaikkia ja perustuu käsitykseen luomisesta ja laista, uskosta ja rakkaudesta, virasta ja kutsu-muksesta. Jumala loi ihmisen omaksi kuvakseen, jonka tehtävänä on toimittaa luomisen lahjoja eteenpäin yhdessä Jumalan kanssa. (Elenius 2003, 113-114.)

Eleniuksen (2003, 116) mukaan kymmenen käskyä vaatii ihmiseltä uskoa Jumalan hyvyteen, tämän hyvyyden vastaanottamiseen ja sen jakamiseen lähimmäisille. Ihminen on asetettu Jumalan ja lähimmäisen välille välineeksi kuljettamaan Jumalan hyviä lahjoja ihmisten keskelle ja maailmalle. Usko merkitsee luottamusta ja kuuliaisuutta Jumalaa kohtaan sekä luopumista teoista ja asettumista vastaanottajaksi Jumalan edessä. Rakkaus merkitsee aktiivisuutta maailman ja ihmisten edessä antamalla oma elämä lähimmäisille toiminnan ja tekojen kautta. Lutherin mukaan lähimmäisen rakastamisen käsky on ”kaikkein hengellisin käsky” ja pitää sisällään kaikki muut käskyt. Lähimmäinen käskyn kohteena on ”kaikkein jaloin kohde”. Kultainen sääntö ”rakasta lähimmäistäsi niin kuin itseäsi” tarkoittaa, että asettumalla toisen asemaan ja ajattelemalla mitä vastaavassa tilanteessa haluaisi itselleen tehtävän antaa ihmiselle kyvyn tietää mitä toinen tarvitsee. Usko ja rakkaus kuuluvat yhteen, koska rakkaus voi nousta ja elää vain uskon maaperällä ja uskoa puolestaan harjoitellaan päivittäisissä teoissa. Ajattelutapa, jossa koko ihmisen toiminta ja teot pitäisi kohdistaa pelkästään lähimmäisen hyväksi, on kuitenkin nykyihmiselle vierasta. (Elenius 2003, 119-120, 127.)

Huotarín (2008, 7) mukaan luovuttamatonta diakoniassa on sen lähtökohta, se että Kristus on ottanut meidät huostaansa. Jumalan rakkaus ei vaadi, vaan antaa, ja näin ollen

diakoniatyön tehtävänkuvaukset ja velvollisuudet ohjaavat työtä oikeaa suuntaan. Henkilökohtainen kohtaaminen on diakonian ydintä. Siinä työntekijä voi poistaa tai vähentää yhden ihmisen hätää. Työtä toteutetaan hyväksymällä omat voimavarat ja taidot sekä käyttäen hyväksi niitä mahdollisuuksia, jotka annetaan heikompien auttamiseksi iloisella ja vapaalla mielellä. (Huotari 2008, 7-9.)

4.2 Diakonia vertaistuen tarjoajana

Diakoniatyöntekijöiden näkökulmasta diakoniatyön perustehtävä on kristillisen näemyksen mukaisesti auttaa ihmistä kokonaisvaltaisesti sekä levittää evankeliumia että lähimmäisenrakkautta. Ihmisten odotukset kirkon työtä ja diakoniaa kohtaan viestittävät odotuksista kirkon yhteiskunnallisesta vastuusta. Ihmiset tuntevat kirkon arvot ja tietävät, että seurakunta on kiinnostunut lähimmäistyöstä ja sosiaalisesta tukemisesta. Diakonia vie välittämisen ja lähimmäisenrakkautta viestiä eteenpäin. Uskon ollessa pitkälti henkilökohtainen asia on diakoniatyöllä mahdollisuus sosiaalisen toiminnan ja ihmisten kohtaamisten kautta tuoda kirkon opetukset arjen ja ihmisten todellisuuteen, muuttaa usko teoksi ja lihaksi. (Pessi 2008, 104-109.)

Rättyän (2004, 95) mukaan diakoniatyö koostuu ammattitaitoisesta auttamisesta, ihmisen kokonaisvaltaisesti tukemisesta sekä hädän ehkäisemisestä. Kohdatessaan ihmisen intensiivisesti sekä voidessaan tukea tätä kokonaisvaltaisesti diakoniatyöntekijä tuntee onnistuvansa työssään ja olevansa merkityksellisen. Diakonia-asiakkaiden asioiden selvittämiseksi heidän elämäntilanteitaan kartoitetaan ja heille esitetään ihmissuhdekysymyksiä diakoniatyöntekijän toimesta. Asiakkaan vaikeita tilanteita tulee ymmärtää ja niihin tulee etsiä ratkaisuvaihtoehtoja sekä auttamiskeinoja yhdessä hänen kanssaan. Diakoniatyöntekijä esittää asiakkaalle kysymyksiä ja näin auttaa asioita eteenpäin. (Rättyä 2004, 43-44, 95.)

Diakoninen työ ja toiminta on suppeimmassa merkityksessään sitä lähimmäisyyttä, mikä tapahtuu kahden ihmisen kohdatessa, eli lähimmäisapua. Laajimmassa merkityksessään diakonia on sitä työtä ja toimintaa, jota ihmiset järjestävät muiden auttamiseksi eli yleisesti organisoitua apua. Kirkollisessa merkityksessä diakoniatyö on sitä kirkollisen

organisaation järjestämää ja ylläpitämää toimintaa, jonka avulla apua annetaan kaikille niille, jotka sitä tarvitsevat, eli kirkollista apua. (Ryökäs 2006, 209.)

Seurakuntadiakonian ohella diakonialaitoksilla ja – järjestöillä on ollut suuri merkitys kehityksen eteenpäin viemisessä sekä toimintamuotojen luomisessa. Järjestöjen avulla diakonisen avun piiriin on saatu uusia ryhmiä ja ryhmittymiä. Sosiaalisen pääoman elementtejä ovat tukevat sosiaaliset vuorovaikutusverkot, luottamukselliset toimintatavat sekä yhteiselämää ja vastuuta tukeva normisto. Kirkon toiminta voi olla osaltaan vaikuttamassa sosiaalisen pääoman syntyyn sekä tukemassa yhteisvastuun kantamisessa ihmisistä ja yhteiskunnasta. Kirkon keskeisenä yhteiskunnallisena tehtävänä on edesauttaa vastuun ja solidaarisuuden ilmapiirin ylläpitämistä. (Suomen ev.lut. kirkon keskushallinto 2003, 21, 26-27.)

Kirkko toteuttaa perustehtäviään (oikeudenmukaisuus, osallisuus ja lähimmäisenrakkaus niin yksilötasolla kuin yhteiskunnassa ja koko maailmassakin) diakonia- ja yhteiskuntatyössä. Sen avaintehtäviä ovat lähimmäisenrakkauden tukeminen ja keskinäisen huolenpidon toteuttaminen, avun ja tuen tarjoaminen erityisesti niille, joiden hätä on suurin ja joita ei muilla tavoin auteta, ihmisarvon edistäminen sekä oikeudenmukaisuuden, rauhan ja ympäristövastuun toteuttaminen, ihmisen tukeminen kutsumuksensa löytämisessä ja toteuttamisessa työelämässä ja sen ulkopuolella. (Suomen ev.lut. kirkon keskushallinto 2003, 40.)

Esimerkiksi 1950-60 luvulla diakoniatyö järjesti Hietaperän sekä Timoniemen kouluilla äitileirejä. Valinnat leireille tehtiin yhteistyössä sosiaaliviranomaisten kanssa. Korkein kynnys leireille osallistumiselle oli henkistä ja houkuttelu vaati usein viikkojen työn diakoniatyöntekijältä. Leireille osallistui vuosittain 20-25 äitiä. Leiriohjelma sisälsi rentoutumista, kodinhoitoon liittyvää ohjausta, raamattutunteja ja seuroja sekä retkiä lähialueille. Vapaalle seurustelulle oli varattu riittävästi aikaa muun muassa saunomisen ja uimisen lomassa. Vähitellen leirien tarve kuitenkin hiipui perhekoon muuttuessa pienemmiksi ja elintason kohotessa. Aikanaan leirit tarjosivat äideille mahdollisuuden arjesta irrottautumiseen ja virkistykseen. (Kämäräinen 1995, 70-73.)

Muun muassa Helsingissä psyykkisesti sairaiden avohoidon tukemisessa on diakoniatyö ollut mukana järjestäen keskustelu- ja pienryhmiä sekä leiri- ja retkitoimintaa 1980-luvun puolivälistä lähtien. Niin ikään Helsingissä 1990-luvun laman myötä perustettiin

runsaasti erilaisia vertais- ja pienryhmiä tukemaan muun muassa työttömien toimintaa eri tavoilla. (Antikainen 2006, 128-129.) Yeungin (2006, 167) mukaan vertaistuki ja oma-aputeemojen ja -ryhmien lisääntyminen seurakunnan palveluissa on ollut selkeä muutos viime vuosina. Helsingin alueella muun muassa syrjäytyneille on tarjolla erilaisia oma-apuryhmiä. (Yeung 2006, 167.) Myös rippikoulu on yksi niistä paikoista, jotka on tarkoitettu etsimisen ja kyselemisen paikaksi. Sillä onkin Suomessa eräänlaisen siirtymäriitin merkitys, jossa lopullisesti siirrytään lapsuudesta nuoruuteen. (Kinnunen 1999, 48, 59-60.)

5 KOLMAS SEKTORI

5.1 Kolmas sektori sosiaalisen tuen tuottajana

Suomalaisessa yhteiskunnassa kolmas sektori tarkoittaa pääasiassa säätiöitä ja järjestöjä sekä uusosuustoimintaa. Voidaan myös ajatella, että organisoitunut kansalaistoiminta on osa kolmatta sektoria. Sekä palkka- että vapaaehtoistyö sisältyvät kolmannen sektorin toimintaan, vaikkakin Suomessa vapaaehtoistyö on korostunut enemmän kuin muissa Euroopan maissa. (Kolmassektori.) Kolmannen sektorin (esimerkiksi yleishyödylliset organisaatiot) nouseminen julkisen sektorin ja markkinoiden toimintamallien rinnalle alkoi 1970-luvulla. Sen osuus ja potentiaalit ovat olennaisia hyvinvoinnin sekataloudessa (welfare mix). Kuitenkaan minkään sektorin vastuuta ei voi siirtää toiselle, vaan kaikkien sektoreiden puolia tulisi hyödyntää ja yhdistää. Kolmannen sektorin sijaan voidaan puhua myös välitasosta, joka nähdään eri sektoreiden välisenä dynaamisena kanssakäymisenä. Rakenteellisesti se siis sijoittuu sektoreiden väliin ja on käsitteenä väljempi, ei oma varsinainen sektorinsa. Sille ei pyritäkään määrittelemään tiettyjä pysyviä rakenteellisia tunnusmerkkejä, jolloin sen koetaan joustavuudellaan ja muuntautumiskyvyllään vastaavan paremmin riskiyhteiskunnan haasteisiin. (Matthies 1996, 11-13.)

Suomesta löytyy suuri kirjo näitä välittäviä verkostoja, jotka sijaitsevat eri sektoreiden rajamailla. Esimerkiksi erilaiset omaehtoiset ryhmät ja liikkeet syntyvät kansainvälisesti katsoen Suomessa melko myöhään. Kuitenkin niin perinteiset järjestöt kuin uudet toimintaryhmätkin ovat vahvasti riippuvaisia julkisen sektorin toimenpiteille. Markkinasektorikaan ei ole vahvasti avautunut välitason intresseille, myös kirkko tulee usein vasta kriisien aikana esille sosiaalisena auttamisinstituutiona. Epävirallisten, organisoiutumattomien huolenpitoverkostojen määrä on laaja, mutta näkymätön. (Matthies 1996, 27.)

Kinnusen (1999, 110) mukaan kolmas sektori tuottaa sosiaalista tukea perustuen tuttuuuteen, vertaisuuteen, yksilölliseen vastuuseen ja samaistumiseen. Sen antamassa tuessa hyvin usein niin sanottu auttaja on myös autettava. Toiminta tapahtuu vuorovaikutus-

suhteessa pohjautuen omaehtoisuuteen, autonomisuuteen ja vapaaehtoisuuteen. (Kinnunen 1999, 110.) Kolmas sektori sijoittuu sosiaalisten perusinstituutioiden (yritykset, valtio ja perhe) keskiöön. Sen toiminta ei tähtää voittoon, vaan taloudellinen toiminta käynnistetään sen sosiaalisen arvon vuoksi. Toimintalogiikaltaan kolmas sektori on yritysmäistä. Toiminta kykenee harvoin kattamaan kaikkia siitä aiheutuneita kuluja, joten osa tuotosta tulee vapaaehtoisista lahjoituksista ja keräyksistä. (Rönneberg 1999, 79.)

Sosiaali- ja terveysalalla järjestöjen tarkoituksena on toimia edunvalvojina, jäsenjärjestönä, palvelujen tuottajina ja toimia sekä asiantuntijoina että harjoittaa vapaaehtoistoimintaa. Järjestöt ovat tyypiltään joko monialaisia toimijoita, etujärjestöjä tai palvelujen tuottajia. Kolmas sektori on myös merkittävä työllistäjä. (Rönneberg 1999, 81-82.)

5.2 Nuorten Naisten Kristillinen Yhdistys ja Kamalat äidit -ryhmä

Nuorten Naisten Kristillinen Yhdistys (myöhemmin NNKY) on yli 100 maassa toimiva kansainvälinen ja ekumeeninen järjestö, joka edistää tyttöjen ja naisten hyvinvointia sekä vaikutusmahdollisuuksia. Sen tavoitteina ovat täydet ihmisoikeudet, hyvinvointi, turvallisuus, vapaus, oikeudenmukaisuus sekä rauha kaikille ihmisille. Yhdistyksen toiminta on alkanut Englannista 1850-luvulla. Suomessa järjestön toiminta alkoi jo vuonna 1896 ja se on yksi vanhimmista naisjärjestöistä. Toimintaa sillä on 20 eri paikkakunnalla. Toimintaperiaatteita ovat ekumeenisuus, kansainvälisyys, avoimuus, oikeudenmukaisuus sekä pyrkimys tasa-arvoon kouluttamalla ja vahvistamalla tyttöjä ja naisia. Arjen tukemisen ohella tärkeitä työmuotoja ovat myös naisiin kohdistuvan väkivallan ja ihmiskaupan vastustaminen. NNKY toimii yhteistyössä muiden järjestöjen kanssa. Toimintamuotoja ovat mm. erilaiset käytännön kurssit, vertaistukiryhmät, kerhotoiminta, majoitustoiminta sekä hengellinen toiminta (raamattu-, rukous- ja lähetyspiirit, retriitit ja ekumeeniset tapahtumat) ja sosiaalinen työ. (NNKY.)

Kamalat äidit on Oulussa toimiva kolmivuotinen (2007-2009) projekti, jonka toteuttajana toimii NNKY ja rahoittajana Raha-automaattiyhdistys (RAY). Projektin tavoitteena on tarjota murrosikäisten nuorten äideille paikka, jossa he voivat jakaa tunteitaan ja kokemuksiaan äitinä sekä saada tukea vanhemmuuden kriiseihinsä. Äidit voivat olla yhteydessä muiden vastaavassa elämäntilanteessa elävien naisten kanssa ja verkostoitua.

He saavat mahdollisuuden kasvaa omassa äitiydessä ja aikuisuudessa niin, että lapsille välittyisi kuva kypsästä, turvallisesta aikuisesta joka välittää. Projektin avainsanoja ovat vertaisuus, voimaantuminen ja vapaaehtoisuus. (Ilvesviita & Peltoniemi 2007.) Idean projekti sai Kallion seurakunnassa toimineesta kamalien äitien seurasta. Kyseessä oli diakoniatyön järjestämä pienryhmä, puhuttiin äitiydestä, naiseudesta, syyllisyydestä ja voimavaroista. (Männistö 2004, 14.)

Ryhmä tarjoaa murrosikäisten lasten äideille vertaistukea, avoimia keskustelutilaisuuksia sekä kasvatuksellisia seminaareja. Keskustelemalla äitinä olemisesta, erilaisista arkisista tilanteista, rajojen asettamisesta sekä muista äitejä askarruttavista asioista pyritään saamaan voimia arkeen. Ryhmässä äideillä on mahdollisuus peilata omia kokemuksiaan ja ajatuksiaan muiden ryhmäläisten kokemuksiin, sekä saada näin uutta näkökulmaa omaan jaksamiseen arjessa. Ryhmä kokoontuu kahdeksan kuukauden sisällä kymmenen kertaa. Äidit sitoutuvat ryhmän toimintaan ilmoittautuessaan mukaan. RAY:n rahoituksen päättymisen jälkeen tarkoituksena on, että Kamalat äidit-ryhmä jatkaa toimintaa NNKY:llä ilman palkattuja vetäjiä, vertaisvetäjien voimin. Projektin aikana kerätään ryhmätoiminnalle ohjauskansio, jonka pohjalta ryhmä toimii jatkossa. (Ilvesviita & Peltoniemi 2007.)

6 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TEHTÄVÄT

Opinnäytetyömme tavoitteena on kuvata, millaisia kokemuksia äideillä on saamastaan vertaistuesta, kun he osallistuivat Kamalat äidit –ryhmään.

Tutkimustehtävät ovat:

1. Millaista tukea murrosikäisten äidit kokevat tarvitsevansa?
2. Millaisena äidit kokevat Kamalat äidit -vertaisryhmän tuen?

Tutkimalla näitä asioita ja hankkimalla näihin kysymyksiin vastauksia saadaan tuloksia siitä, onko vertaistuella merkitystä näihin äiteihin sekä heidän ja lasten välisiin suhteisiin. Murrosikä ja siihen suhtautuminen on muuttunut vuosien saatossa, samoin kuin vanhemmuus. Jo tällaisen ryhmän olemassa olo kertoo siitä, että murrosikäisten nuorten vanhempien tuelle on tarvetta. Tutkimuksella haluamme nostaa esiin konkreettisia kokemuksia vertaistuesta sekä sitä kautta auttaa projektin työntekijöitä suunnittelemaan ryhmien tulevaisuutta ja sisältöä sekä arvioimaan omaa työtään.

7 TUTKIMUSMENETELMÄ

7.1 Opinnäytetyön käytännön toteutus

NNKY:llä toimi kevään 2009 aikana kaksi Kamalat äidit –vertaistukiryhmää. Toimimme ohjaajina toisessa ryhmässä. Halusimme tutkia ryhmissä kokoontuvien äitien kokemuksia vertaistuesta murrosikäisten lasten vanhempina. Haastattelimme kahta äitiä kummastakin ryhmästä. Haastateltavat olivat eri-ikäisiä sekä omasivat erilaiset taustat ja elämäntilanteet murrosikäisten lasten suhteen. Suoritimme haastattelut parihaastatteluinä, koska äidit toivoivat niin. Kyseessä oli avoin teemahaastattelu, eli puolistrukturoitu haastattelu (Sarajärvi & Tuomi 2002, 77). Teimme haastattelukysymykset, jotka ohjaava opettaja hyväksyi (liite 1). Haastattelut suoritettiin kahvilassa ja ne nauhoitettiin. Etenimme haastatteluiden purkamisessa aineistolähtöisen sisällönanalyysin mukaisesti litteroiden, redusoiden, klusteroiden ja abstrahoiden.

7.2 Kokemuksen tutkiminen

Kokemukset voidaan käsittää ihmisen kokemuksellisenä suhteena hänen omaan todellisuuteensa. Kun todellisuuden kanssa ollaan vuorovaikutuksessa, syntyy kokemus, ja kokemuksissa ilmenee esimerkiksi yksilön suhde toisiin ihmisiin tai luontoon. Ilman tätä suhdetta omaan elämäntodellisuuteensa ei ihmistä voida ymmärtää. Esimerkiksi isyys tai äitiys muodostuvat eri merkityksien kautta. Samoin naiseus saa erilaisia merkityksiä eri tilanteissa, ja kietoutuu yksilön todellisuuteen sekä kulttuuriseen ja sosiaaliseen elämään. (Laine 2007, 26-27.)

Esimerkiksi fenomenologian mukaan maailma on intentionaalinen, eli kaikki merkitsee meille jotakin. Kokemus muotoutuu merkitysten mukaan, ja näitä merkityksiä voidaan tutkia. Ihmisen toimintaa voidaan ymmärtää, kun tutkitaan, millaisten merkitysten pohjalta hän toimii. (Laine 2007, 27, 29, Perttula 2009, 116.) Toisen ymmärtäminen tai kokemuksen tajuaminen ei ole helppoa sen enempää arkielämässä kuin tutkimustyössä-

kään. Tutkijan ymmärrys tutkittavaa ilmiötä kohtaan konkretisoituu haastattelutilanteessa. (Lehtomaa 2009, 192.) Tutkimus onnistuu silloin, kun siihen osallistujat kuvaavat kokemuksiaan jollain tavalla. Tutkija on kiinnostunut nimenomaan yksilön kokemuksista. Kokemuksen kuvaustapoja voivat olla esimerkiksi puhe, teksti tai valokuvat. Ehtona on, että kokemukseen voidaan palata, eli se täytyy voida tallentaa käyttäen erilaisia tallennusmenetelmiä. Tutkimustilanteen tulisi olla neutraali ja siihen päästään esittämällä osallistujille lyhyitä ja selkeitä kysymyksiä jotka liittyvät heidän kokemuksensa arkeen ja niin, että ne vastaavat tutkijoiden asettamaan tutkimuskysymykseen. (Perttula 2009, 140-141.) Haastateltaviksi valitaan ihmisiä, joilla on omakohtaisia ja eläviä kokemuksia siitä aiheesta, joka kiinnostaa tutkijaa (Lehtomaa 2009, 167.)

7.3 Teemahaastattelu

Haastattelu on yleisin tapa kerätä aineistoa. Se on eräänlaista keskustelua, joka tosin tapahtuu tutkijan aloitteesta ja jota hän johdattelee (Eskola & Suoranta 1998, 86). Vuorovaikutuksessa haastateltavan kanssa pyritään saamaan selville haastateltavaa kiinnostavat ja tutkimuksen aihepiiriin liittyvät seikat. (Eskola & Vastamäki 2001, 24 & Eskola & Suoranta 2005, 85.) Kyselyn ja haastattelun idea on kaikessa yksinkertaisuudessaan siinä, että toiselta ihmiseltä kysytään, kun halutaan tietää jotain hänestä. Haastattelussa etuna on joustavuus. Haastattelijalla on mahdollista tarkentaa, toistaa kysymys, selvittää ilmauksiaan sekä käydä keskustelua haastateltavan kanssa. Haastattelussa on tarkoitus saada mahdollisimman paljon tietoa halutusta asiasta. Näin ollen on järkevää antaa haastattelukysymykset tiedonantajille etukäteen tutustuttaviksi. On myös eettisesti perusteltua, että haastateltava saa tietää, mitä haastattelu koskee. (Sarajärvi & Tuomi 2002, 74-75.)

Teemahaastattelussa eli puolistrukturoidussa haastattelussa edetään etukäteen valittujen, keskeisten teemojen ja niihin liittyvien tarkentavien kysymysten varassa (Sarajärvi & Tuomi 2002, 77, Eskola & Suoranta 1998, 86). Haastattelussa haastateltava saa tuoda esiin oman mielipiteensä sekä kertoa omista kokemuksistaan. (Eskola & Vastamäki 2001, 25-26.) Puolistrukturoidussa haastattelussa käytetään kaikille haastateltaville samoja kysymyksiä, joihin haastateltava vastaa omin sanoin. (Eskola & Suoranta 2005, 40-41.) Mitä tahansa ei kuitenkaan voi kysellä, vaan teemahaastattelussa pyritään löy-

tämään merkityksellisiä vastauksia sen mukaisesti, mikä on tutkimuksen tarkoitus ja ongelmanasettelu tai tutkimustehtävä. Periaatteessa haastattelun teemat perustuvat jo tutkittavasta ilmiöstä tiedettyyn, eli viitekehykseen. Viitekehyksen ja haastattelussa esitettyjen kysymysten suhde vaihtelee kuitenkin suuresti. (Sarajärvi & Tuomi 2002, 77-78.)

Eri haastattelumuotoja, kuten yksilö- tai ryhmähaastattelu, voidaan käyttää tutkimuksessa toisiaan täydentävinä. Tutkijan on pohdittava, mikä muoto takaa hänen tutkimukselleen parhaimman tuloksen. Ryhmähaastattelussa saadaan tietoja usealta henkilöltä yhtä aikaa. Se on hyvä keino etenkin silloin, jos on odotettavissa, että haastateltavat arastelisivat haastattelua. (Hirsjärvi ym. 1997, 199-200.) Ryhmähaastattelussa haastateltavat saavat toisiltaan tukea, eivätkä välttämättä jännitä niin paljon kuin silloin, jos heitä haastateltaisiin yksin (Eskola & Suoranta 1998, 94). Laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää, että haastateltavia ei valita satunnaisesti vaan harkiten. Tutkimusraportissa on kerrottava, kuinka valinta ja sen harkinta on tapahtunut sekä kuinka aineisto täyttää tarkoitukseen sopivuuden kriteerin. Lisäksi on tärkeää, että haastateltavilla henkilöillä on kokemusta tutkittavasta asiasta tai että he tietävät tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon. (Sarajärvi & Tuomi 2002, 87-88.) Haastattelun nauhoittamisesta kannattaa sopia etukäteen haastateltavan kanssa. Myös luottamuksen saavuttaminen haastateltavan ja haastattelijan välillä on tärkeää. (Eskola & Suoranta 1998, 89, 93.)

7.4 Kvalitatiivisen tutkimuksen aineistolähtöinen sisällönanalyysi

Kvalitatiivisen tutkimuksen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen. Kohdetta pyritään tutkimaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Tiedon keruun instrumenttina suositaan ihmistä, ja tutkijan pyrkimyksenä on paljastaa odottamattomia seikkoja. Tutkija ei määrää sitä, mikä on tärkeää, vaan aineisto. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 152-154.) Kvalitatiivisen tutkimuksen periaatteita ovat väljyyteen ja joustoon pyrkiminen sekä täsmällisen suunnittelun ohittaminen. Tutkija ei pysty ennakoimaan kaikkea tutkimusprosessin tapahtumia, ja suunnitelma kehittyy tutkimuksen edetessä. Riippuen tutkimuksen tarkoituksesta sekä siitä, mitä tutkitaan, missä tutkitaan ja mitä tutkitaan. (Vehviläinen-Julkunen & Paunonen 1997, 45.)

Laadullinen analyysi koostuu havaintojen pelkistämisestä sekä tulkinnasta. Aineistoa tarkastellaan tietystä teoreettis-metodisesta näkökulmasta kiinnittäen huomiota siihen, mikä on teoreettisen viitekehyksen sekä kulloisenkin kysymyksenasettelun kannalta olennaista. Tulkinnan vaiheessa analyysissä eri muuttujien välillä löydetuille tilastollisille yhteyksille annetaan tulkinta, jolla viitataan aiemmista tutkimuksista saatuihin selitysmalleihin tai tutkimustuloksiin. Kvalitatiiviselle aineistolle on tyypillistä ilmaisullinen rikkaus, monitasoisuus ja kompleksisuus. Esimerkiksi haastatteluissa analyysin kohteena on sanatarkka kuvaus haastattelukysymyksistä ja -vastauksista. (Alasuutari 1999, 38-40, 44, 85.)

Kvalitatiivisen aineiston analyysitapoja on olemassa suuri joukko ja niitä kehitetään jatkuvasti. Tärkeää onkin valita omalle aineistolle sopiva analyysikeino. (Eskola & Suoranta 1998, 160.) Tyypittely on hyvin perinteinen analyysikeino. Siinä aineisto ryhmitellään tyypeiksi, selviksi ryhmiksi samankaltaisia tarinoita. (Eskola & Suoranta 1998, 181, Sarajärvi & Tuomi 2002, 95.) Analyysin aluksi päätetään, mikä tutkittavassa aineistossa kiinnostaa (Sarajärvi & Tuomi 2002, 93.) Haastattelun jälkeen aineisto käydään läpi ja litteroidaan, eli haastattelut kirjoitetaan auki. (Eskola & Vastamäki 2001, 40-41, Hirsjärvi ym. 1997, 210, Sarajärvi & Tuomi 2002, 93-95.) Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä auki kirjoittamisen jälkeen aineisto redusoidaan, eli pelkistetään (taulukko 1). Aineistosta karsitaan pois kaikki tutkimukselle epäolennainen kirjaamalla siihen liittyvät ilmaisut ylös. Tutkijan tulee valita jokin ilmiö ja rajata se tarkkaan. (Sarajärvi & Tuomi 2002, 93-94, 110-112, Eskola & Suoranta 1998, 64.)

Tämän jälkeen jäljelle jäänyt tutkimusmateriaali klusteroidaan, eli aineistosta koodatut alkuperäisilmaisut ryhmitellään sisällön samankaltaisuuden tai eroavaisuuden mukaan (taulukko 1). Näin saaduille luokille annetaan nimeksi jokin pelkistetty ilmaus, joka nousee luokan sisällöstä. Klusteroinnin jälkeen aineisto abstrahoidaan, eli aineistoa käsitteellistetään eri luokkia yhdistämällä niin pitkälle kuin mahdollista (katso taulukko 2, 3 ja 4). (Sarajärvi & Tuomi 2002, 110-115.)

TAULUKKO 1. Esimerkki redusoinnista ja klusteroinnista.

Alkuperäislause	Redusointi (Pelkistetty ilmaisu)	Klusterointi (Alaluokka)
"kun ei niihin oo niinku koskaan kiinnittäny huomiota että ne on vaan niitä jotaki juttuja kun kuulee joistaki kamalista perheistä, jossa on niin hirveen epätoivosesti asiat että pittää lapsi johonki laittaa niin nehän on hyvin kaukasia asioita, niin sitte kö itestä tuntuu että ... että äidin rakkaus on tosi koetuksella (Ä4)"	Äiti kokee, että rakkaus on koetuksella	Äiti kokee, että murrosikä vaikuttaa rakkauteen
"nii mulle joku sanoki että muista vaan että rakkauvesta se hevonenki potkii... (Ä2)"	Rakkaudesta se hevonenkin potkii	
"jos äidin rakkaus loppuu että mitä te sitte, mitä te sitte teette ku jotaki vaikka sattuu (Ä4)"	Äiti pohtii rakkauden riittävyttä	

TAULUKKO 2. Esimerkki abstrahoinnista.

Klusterointi (Alaluokka)	Abstrahointi 1 (Pääloukka)
Äiti kokee, että murrosikä vaikuttaa rakkauteen	Murrosikäinen koettelee äidin rakkautta
Nuoren tottelemattomuus	
Äitiin kohdistuva vihoittelu	
Nuoren ja äidin välinen äänekäs riitely	

TAULUKKO 3. Esimerkki abstrahoinnista.

Abstrahointi 1 (Pääloukka)	Abstrahointi 2 (Yläluokka)
Murrosikäinen koettelee äidin rakkautta Murrosiän tuoma häpeän tunne vanhemmalle	Äidin kokemat ristiriitaiset tunteet nuorta kohtaan

TAULUKKO 4. Esimerkki abstrahoinnista.

Abstrahointi 2 (Yläluokka)	Abstrahointi 3 (Yhdistävä luokka)
Äidin kokemat ristiriitaiset tunteet nuorta kohtaan Äitien haasteina murrosiän yllättävät piirteet	Murrosiän tuomat haasteet äideille

Teoriasidonnaisella analyysillä on teoreettisia kytkentöjä, jolloin teoria toimii apuna analyysin etenemisessä. Aikaisempi tieto ohjaa analyysiä, mutta sen tarkoituksena ei ole testata uutta teoriaa vaan pikemminkin aukoa uusia ajatussuuntia. (Sarajarvi & Tuomi 2002, 97-98.) Eskolan ja Suorannan (2005, 175) mukaan tämä onnistuu parhaiten teori-

an ja empirian vuorovaikutuksena, joka näkyy tutkimustekstissä niiden toisiinsa lomitumisena.

Aineiston analyysiin liittyy vahvasti myös keksimisen logiikka, jollaista toisaalta ei ole olemassa. Ei ole mitään tiettyä kaavaa, jonka kautta varmasti keksii viisaita ajatuksia. Analyysin viisaus on tutkijasta kiinni, hänen on tuotettava se itse. (Sarajärvi & Tuomi 2002, 101-102.) Tutkimustulokset ovat tutkijan ajatustyön tuotteita, jotka hän on eritellyt ja järjestänyt, suhteuttanut kokonaisuuksiksi ja tehnyt niistä tulkintoja. Analyysissä tutkimuksen tarkoitus ja aineisto ohjaavat sen yksityiskohtaista kulkua. Merkitykset paljastuvat kuvauksista tulkitsemalla ja ne jäsennetään sekä esitetään käsitteellisesti. Tutkimuksen lopputulokset ilmaistaan kielellisesti tekstinä. (Nieminen & Åstedt-Kurki 1997, 157.)

Teoriasidonnaisessa analyysissä analyysillä on nimen mukaisesti teoreettisia kytkentöjä, mutta se ei suoranaisesti pohjautu teoriaan tai nouse teoriasta. (Eskola 2007, 137.) Sarajärven ja Tuomen (2002, 17) mukaan teoriaa tarvitaan laadullisessa tutkimuksessa välttämättä, sen merkitys on ilmeinen. Heidän teoksessaan teoriolla tarkoitetaan tutkimuksen viitekehystä, eli tutkimuksen teoreettista osuutta. Viitekehyksessä kuvataan tutkimukselle keskeisiä käsitteitä. (Sarajärvi & Tuomi 2002, 17-18.) Myös Eskola ja Suoranta (1998, 81) kirjoittavat, että kvalitatiiviseen tutkimukseen tarvitaan taustateoria, jota vasten aineistoa peilataan. Lisäksi tutkijalla tulee olla kysymyksiä, joihin hän etsii vastauksia, ja näitä kysymyksiä ohjaa teoria. (Eskola & Suoranta 1998, 81-82.)

7.5 Tutkijan itsekriittisyys sekä tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Etiikalla (kreikk. *ethos*) käsitetään tapaa, tottumusta ja käytäntöä. Henkilö toimii eettisesti oikein, kun hän asiaa tarkemmin harkittuaan katsoo, että näin on hyvä ja oikein, eikä toimi vain tiettyjen tottumusten mukaisesti siksi, että muutkin tekevät niin. (Nyysönen & Kotkavirta 1996, 20, Pietarinen & Poutanen 2000, 12-13.) Etiikan avulla periaatteellisen pohdiskelun kautta pystytään tuottamaan edellytyksiä hyvin perustelluille moraalisisille ratkaisuille. Etiikan avulla voidaan poissulkea sellaisia toiminnan motiiveja ja periaatteita, jotka ovat moraalien ja ihmisuuden vastaisia. Etiikka arvioi kriittisesti val-

litseviä käytäntöjä ja toimintamuotoja moraalisuuden näkökulmasta. (Nyyssönen & Kotkavirta 1996, 24-25)

Tutkimuksen tekoon liittyy eettisiä kysymyksiä, joihin tutkijalla itsellään täytyy tehdä ratkaisut. Eri päätösten (muun muassa tutkimuslupa, tutkimusaineiston keruu, tutkijan oman osallistumisen vaikutukset, tutkimuksesta tiedottaminen) myötä tutkijan etiikka joutuu koetukselle. Tutkijan ja tutkittavan välillä ei tule vallita riippuvuussuhdetta, joka voisi vaikuttaa esimerkiksi tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuuteen. Tutkimusta tehtäessä tulee muistaa ihmisarvon kunnioittaminen, eli tutkittavaa ei tule loukata. (Eskola & Suoranta 1998, 52, 55.)

Tutkijan on hyvä huomata omien ennakkoluulojen tai esiyymmärryksen vaikutus tutkimuksen etenemiseen. Esimerkiksi teoriatieto antaa mahdollisuuksia nähdä uusia asioita samalla kun se rajaa joitakin näkökulmia pois. Merkitysten kuvauksen tuleekin nojautua aineistoon, ja sen tulee olla mahdollisimman riippumaton teoriasta. Toisaalta kuitenkin merkitysten kuvausten teoreettisessa syventämisvaiheessa luonnollisesti tarvitaan laajaa tietopohjaa. (Moilanen & Rähä 2007, 50-51, Lehtomaa 2009, 192.) Eskolan ja Suorannan (1998, 81) mukaan hyvä tutkimus lähtee teoriasta ja palaa jälleen siihen.

Tutkimustulosten julkaisemisen yleinen periaate on raportoinnin avoimuus ja rehellisyys. Tutkittavien tietosuojan takaaminen on välttämätöntä ja osallistujille on taattava anonymiteetin säilyttäminen. Raportista ei tule ilmetä sellaisia asioita, jotka voisivat aiheuttaa hankaluuksia tutkimukseen osallistuville henkilöille. (Vehviläinen-Julkunen 1997, 31, Eskola & Suoranta 1998, 56-57.) Tutkimuksen luotettavuus koskee nimenomaan tieteelliseksi kutsuttua tekstiä. Tutkimusta arvioiva tieteellinen yhteisö tulee vaakuuttaa eri toimenpitein tutkimuksen luotettavuudesta. (Eskola & Suoranta 1998, 209.) Tutkijan tulee antaa lukijalle tarpeeksi tietoa siitä, miten tutkimus on tehty. (Sarajärvi & Tuomi 2002, 138). Luotettavuuden arvioimiseksi kvalitatiivisessa tutkimuksessa ei ole luotu yhtä selkeitä kriteerejä kuin kvantitatiiviselle tutkimukselle (Nieminen 1997, 216). Luotettavuuden kriteeri on tutkija itse, ja luotettavuuden arviointi koskee koko tutkimusprosessia (Eskola & Suoranta 1998, 210, Sarajärvi & Tuomi 2002, 137-138). Tutkimusaineistoon tulee valita ainoastaan niitä, jotka siihen vapaaehtoisesti osallistuvat ja ovat kykeneväisiä ilmaisia itseään. Raportissa tulee ilmetä, mitä haastatteluteemoja tutkittaville on esitetty. Kysymysten tulee olla riittävän laaja-alaisia, mutta eivät liian väljiä, jolloin tutkimusaineistoa kertyisi liian runsaasti. (Nieminen 1997, 216-217.)

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa luotettavuutta voidaan mitata kolmessa ryhmässä. *Uskottavuudella* tarkoitetaan sitä, vastaavatko tutkijan käsitteellisyys ja tulkinnat tutkittavien käsityksiä. Millä ehdoin on tutkimustulosten siirrettävyys, eli yleistys, mahdollista? Tutkijan ennako-odotukset tulee ottaa huomioon, se lisää työn *varmuutta*. Tutkimusten tulkintojen tulisi saada *vahvistusta* toisista, vastaavaa ilmiötä tarkastelleista tutkimuksista. Lisäksi luotettavuuden kriteerejä ovat aineiston merkittävyys ja riittävyys sekä analyysin kattavuus. Aineiston tulkinnan ei tulisi perustua satunnaisiin poimintoihin aineistosta. (Eskola & Suoranta 1998, 214-215.)

Laineen (2007, 32) mukaan tutkijan tulee tarkastella myös itseään, arvomaailmaansa ja tulkintojaan kriittisesti. Tulkintoja tulee asettaa koetukselle. Myös Sarajärvi ja Tuomi (2002, 137) mainitsevat, että kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuutta tarkasteltaessa tulisi tutkijan pohtia omia valintojaan, tutkimuksen kohdetta ja tarkoitusta sekä omia sitoumuksia tutkijana (miksi tutkimus on tärkeä ja ovatko ajatukset muuttuneet). Reflektiivisyyden avulla tutkija tulee tietoiseksi omista tutkimukseen liittyvistä lähtökohdista. Oman perspektiivin kriittinen laajentaminen alkaa siitä, että tutkija ottaa etäisyyttä spontaaniin tulkintaan. Ensimmäisenä mieleen juolahtava tulkinta siis tulee kyseenalaistaa. Kriittisyyden ja reflektiivisyyden kautta päästään tutkimukselliselle tasolle. Tutkijan ja aineiston välillä tulee syntyä vuoropuhelua, tutkivaa dialogia. (Laine 2007, 32, 34-35.)

Jossakin vaiheessa tutkijan on osattava laittaa työlleen piste. Aineistoa voi pyöritellä loputtomiin, mutta tutkijan on vain päätettävä, milloin työ on valmis. Tutkimusprosessin aikana tutkija joutuu tekemään paljon muitakin ratkaisuja, joihin ei välttämättä ole oikeaa vastausta tai vakiintunutta käytäntöä. Olennaista on, että ratkaisut perustellaan ja niitä pohditaan raportissa. Tutkijan tulee tietää, mitä tekee, eikä vain soveltaa mekaanisesti jotakin mallia. (Eskola 2007, 153, 156.)

8 ”SILLON KU LAPSET ON PIENIÄ NIIN ON PIENET HUOLET JA ISONA ISOT HUOLET” (Ä1)

8.1 Äitien kokemukset tarvitsemastaan tuesta

Tuloksissa äitien kokemuksissa heidän tarvitsemastaan tuesta erottui kaksi ryhmää. Ensimmäisen muodostivat murrosikään sekä nuoren kanssa kommunikointiin liittyvät tuen tarpeet. Toiseen ryhmään sisältyivät murrosikään ja äitiyteen liittyvät, ulkopuolelta tulevat haasteet joihin äidit tarvitsivat tukea.

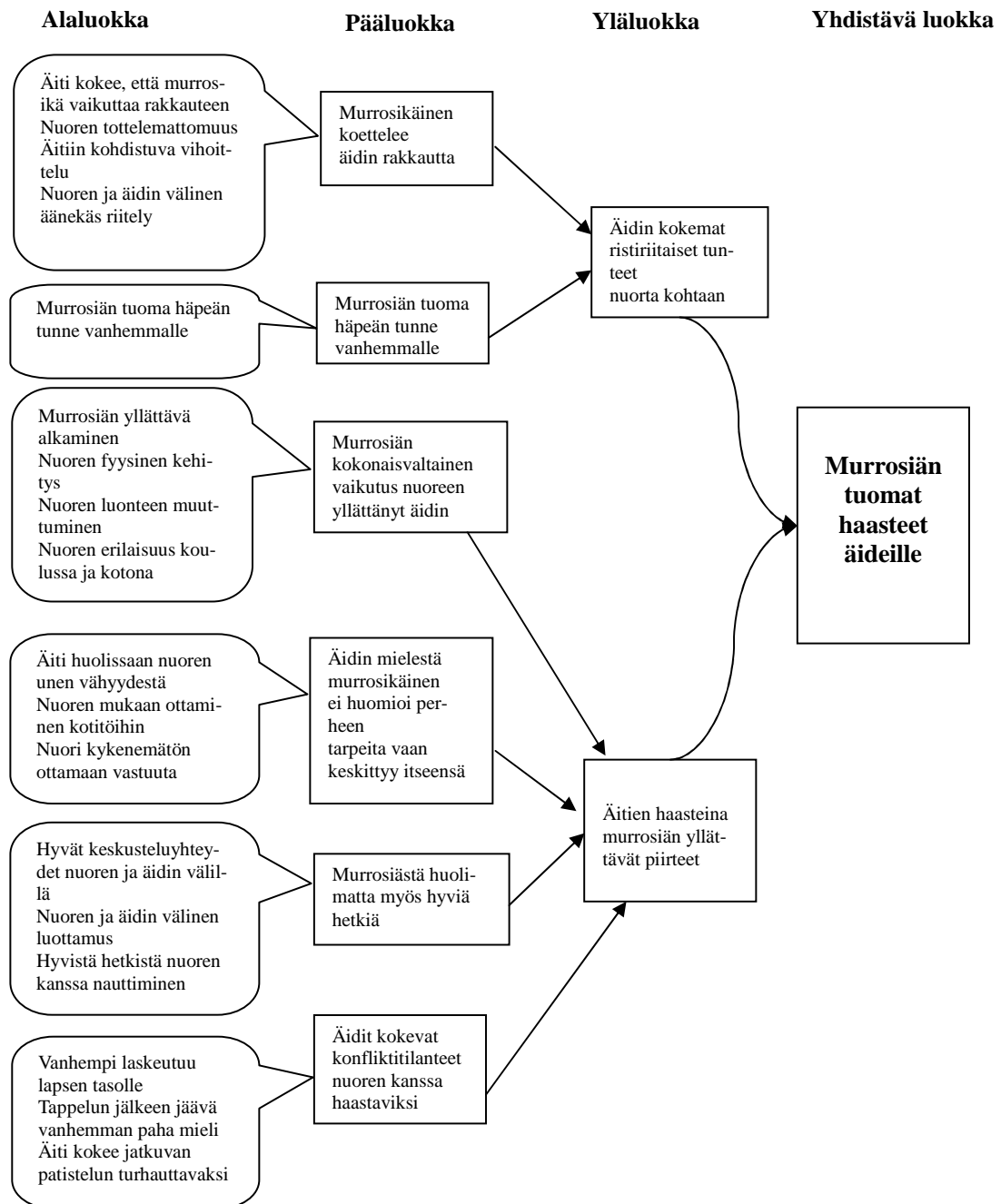
Vastausten perusteella (taulukko 5) voitiin todeta äitien kokeneen, että elämä nuoren kanssa on jatkuvaa rajojen ja vapauksien testaamista. Nuori koettelee äitiä tottelemattomuudellaan. Äidit kokevat, että lasten vihoittelu kohdistuu nimenomaan heihin, ja kommunikointi on usein hyvin äänekkästä. Riitelyt saattavat aloittaa ja lopettaa päivät, minkä äidit kokivat hyvin raskaaksi. Yksi äideistä toi muita enemmän esille ristiriitaisia tunteitaan omaa lastaan kohtaan. Päälimmäisenä hänellä oli tunne siitä, kuinka äidintarppaus on välillä ollut todella koetuksella nuoren tekemisien myötä. Lisäksi äiti koki, että oma lapsi tuottaa hänelle häpeää.

”Joo, ja semmoset häpiät ne vasta kamalia on että... saa kirjallisen varoituksen, että sitä en ei meinannu... sitä en oo edes mummulle kertonu... (Ä4)”

Äidit olivat yllättyneitä siitä, miten kokonaisvaltaisesti murrosikä vaikutti nuoreen ja hänen persoonaansa (taulukko 5). Tämän vaikutus näkyy myös koko perheessä murrosikäisen keskittäessä huomionsa lähinnä itseensä. Konfliktitilanteet nuorten kanssa koetaan hyvin haastaviksi ja raskaiksi. Äidit kokivat kuitenkin arjen keskeltä löytyvän myös hyviä hetkiä nuoren kanssa.

”Nuorempi on ollu se semmonen rämöpää ja ... jota on sitte kauhulla että se on aina semmonen ... hyvin voimakas ja änkyrä ja tämä on ollu ku unelma tämä vanhempi joka on oikeen empaattinen ja kiltti ja pehmo ja herkkä ja vaikka mitä.. niin sitte se tuli niinku täytenä yllätyksenä nyt että kaikki ylit.. mennee... joku sen kaveri sanoki että se... pitää näytellä kovaa että se ... tai semmosta... rajumpaa... että olis semmonen uskottava... (Ä4)

TAULUKKO 5. Murrosikään ja nuoren kanssa kommunikointiin liittyvän tuen tarve.



Tulosten mukaan murrosiän aikainen alkaminen ja sen tuomat varhaiset fyysiset muutokset yllättivät äidit (taulukko 5). He ovat havainneet myös muutoksia nuoren luonteessa. Äitien mukaan nuoret käyttäytyvät eri tavalla kotona ja kodin ulkopuolella. Muun muassa kielenkäyttö sekä nuoren unen vähyys huolettaa äitejä. Kaikkien äitien mielestä nuorten tulisi olla enemmän osallisina perheen arjessa sekä kotitöissä. Kuiten-

kin muutamit äidit kokivat vastuun antamisen nuorelle haasteelliseksi, heidän mielestään nuori ei yksinkertaisesti ole valmis kantamaan vastuuta. Yksi äideistä mainitsi jatkuvan patistelun olevan puuduttavaa.

”Minäki yks päivä mietin että sanooko tuo tyttö yhtään normaalilla puheäänellä, se kaikki huuti. Minä sitte että eiköstä voi normaalisti puhua, kaikki oli niinku sillai huutamalla... (Ä2)”

Kaikilla äideillä on murrosiästä huolimatta hyvät keskusteluyhteydet nuoriinsa (taulukko 5) ja heidän välillään vallitsee luottamus, joka ilmeni esimerkiksi siten, että vaikeina hetkinä nuori otti yhteyttä äitiinsä. Ryhmän tuella äidit kertomansa mukaan opettelevat nauttimaan hyvistä hetkistä nuoren kanssa niin, etteivät he kantaisi huolta mahdollisista tulevista ongelmista. Kuitenkin konfliktitilanteissa kaksi äideistä myönsi olevan erityisen haasteellista pysytellä tilanteessa aikuisena, ilman että ”laskeutuu” nuoren tasolle esimerkiksi käyttämään samanlaista kieltä. Riitatilanteiden jälkeen äidit kertoivat tuntevansa pahaa mieltä, mielestään enemmän kuin nuoret.

”Ja se että... mulla pitäis pysyä aikuisena siinä tilanteessa ja mä meen niin älyttömän äkkiä mukaan ja mä oon niin kärsimätön että, mä niin kauhean äkkiä niinku... että voi kun mä malttasin pysyäki hiljaa... (Ä3)”

Tulosten mukaan äidit kokevat, että yhteiskunta on muuttunut heidän omasta nuoruudesta niin, että he eivät kykene vastaamaan niihin tarpeisiin, joita se heille itselleen ja nuorille asettaa. Äidit kokevat (taulukko 6), että vertaistuen kautta he saavat sellaista tukea, joka auttaa selviämään arjen haasteiden kanssa. Haastateltujen äitien mukaan tällaiselle vertaistuelle on nykyisin paljon tarvetta ja tukea tarvitsevia äitejä on runsaasti. Äidit toivoisivat, että tukea tarvitsevat äidit löytäisivät tämän vertaistukiryhmän ja saisivat sen tarjoaman hyödyn. Heidän mielestään vastaavanlaiselle ryhmälle olisi ollut tarvetta jo aikaisemmin, jopa heidän omille äideilleen silloin, kun he itse olivat nuoria.

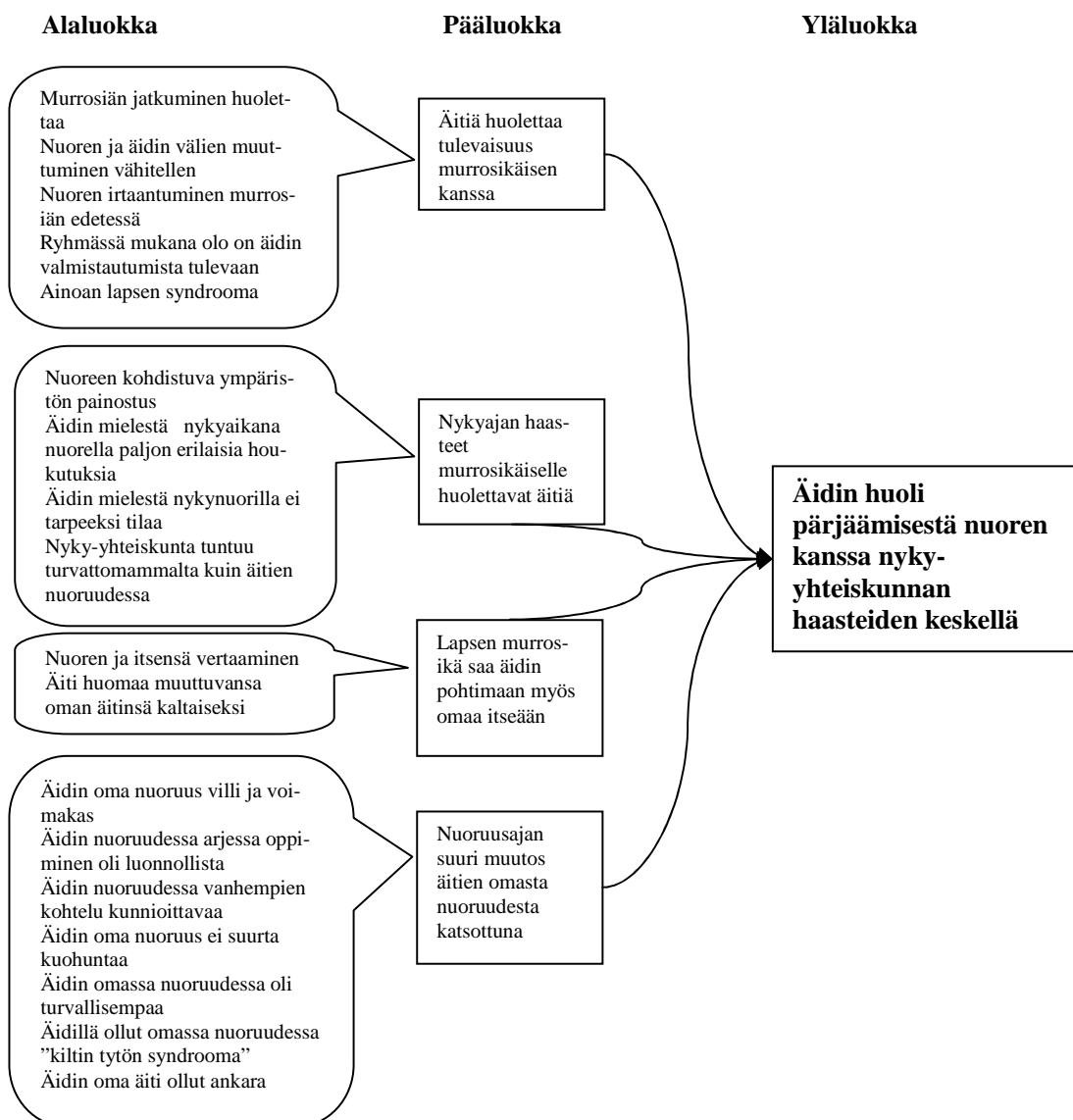
”Äidilleki kerroin ja häntä nauratti kovasti että hänki ois tarvinnu semmmosta aikoi-
naan.. (Ä3)”

Nyky-yhteiskunta asettaa äideille heidän mielestään uudenlaisia haasteita, jollaisista heillä ei ole aiempaa kokemusta (taulukko 6). Kaikki tutkimuksen äidit, olivatpa he sitten yksinhuoltajia tai parisuhteessa eläviä, kokevat olevansa yksin murrosikäisen kans-

sa. Tämä johtuu sekä tukiverkoston vähyydestä että yhteiskunnan vaikutuksesta. Murrosikäinen vie äidin ajasta suurimman osan, ja lähes jokainen haastatelluista äideistä kokee oman ajan määrän liian vähäiseksi. Osa äideistä lisäksi kokee, että nykyaikana nuoruutta ja murrosikää korostetaan liiankin paljon.

”Kyllä se tulee molemmille, mutta mulle tulee moninverron mää koen kuitenkin --- Nii se on varmaan tullu siitä että se on aina... että ku mä oon tää arkiyksinhuoltaja (Ä1).”

TAULUKKO 6. Murrosikään ja äitiyteen liittyvät, ulkoapäin tulevat haasteet.



Tutkimuksemme äideillä oli erilaisia nuoruuskokemuksia (taulukko 6). Vain yhdellä oli ollut villi ja voimakas nuoruus. Muiden äitien muistot omasta nuoruusajasta ja murrosiästä kertovat seesteisemmästä, sääntöjä ja vanhempia kunnioittavamasta ajasta.

Kaikki äidit kuitenkin kokevat oman nuoruusaikansa olleen turvallisempaa kuin nykyisin. Osa äideistä ei muistele omaa murrosikänsä suurena kuohunnan vaiheena, vaan normaalina osana nuoruutta ja kasvua.

”Äitihän on sitä mieltä että ennenhän sitä ei mittään murrosikiä etes ollu... se on nykyajan vouhotuksia ... (Ä2)”

Äitien mielestä nyky-yhteiskunta asettaa haasteita paitsi heille itselleen, myös nuorille (taulukko 6). Tämä huolettaa äitejä, ja saa heidät miettimään, kuinka heidän lapsensa tulevat pärjäämään näiden haasteiden edessä. Lisäksi äitejä huolettaa oma pärjäämisensä nuoren kanssa, millaisia tilanteita heillä tulevaisuudessa tulee vastaan. Nuoren murrosikä saa äidit pohtimaan myös omaa nuoruutta sekä omaa ja nuoren persoonaa. Yksi äideistä koki ongelmien johtuvan siitä, että hän ja nuori ovat erilaisia, toinen äiti puolestaan samankaltaisuudesta nuoren kanssa. Yksi äideistä myös havaitsi itsessään samoja piirteitä kuin omassa äidissään.

”Se on kai mulla vaikeinta että hän on niin erilainen ku minä että... se on niin unelmoija (Ä1).”

Tulosten mukaan äitejä huolettavat ympäristön paineet, joita nuoreen kohdistuu. Nyky-yhteiskunta on täynnä erilaisia houkutusja ja äidit ovat epävarmoja omien nuortensa valmiuksista kohdata niitä. Verratessaan omaa nuoruuttaan nykyaikaan, äidit kokevat, ettei nuorilla ole tarpeeksi tilaa kotona eikä kodin ulkopuolellakaan. Äidit kokevat, että lapset ”pyörivät jaloissa” enemmän kuin heidän omassa nuoruudessaan.

”Ja meillähi kun tyttö kahtoo kaikkia näitä mitä tähtimalleja ja ... mitä just tämmösiä amerikkalaisia just näitä mitä niitä on haluatko huippumalliksi ja kaikkia tämmösiä niin jotenki niin älyttömiä ohjelmia ku ne--- niin ja sitte minä että miten tuommosia voi kattoakaan ku tuo on niin älytöntä, mitä tämä on mukava kattoo... mutta nehän ihannoi tämmöstä... (Ä2)”

Äidit ovat huolissaan siitä, millaisena ja kuinka pitkään murrosikä heidän nuorillaan jatkuu. Äidit ovat huomanneet, että suhde omaan lapseen on muuttunut murrosiän myötä ja että murrosikään kuuluu irtaantuminen kodista ja äidin helmoista. Yksi äideistä koki irtaantumisen erityisen voimakkaana. Hänen mielestään se johtui siitä, että lapsi oli

ainokainen ja elänyt tiivistä yhteiselämää äidin kanssa. Ryhmässä mukana oleminen on auttanut äitejä valmistautumaan näihin murrosiän mukanaan tuomiin muutoksiin.

”Että on tajunnu että ei oo .. ei tää oo murrosikäisen lapsen ongelma vaan tää on ihan samalla lailla sen napanuoran katkasun ongelma itellä.--- jos.. kotona aina ois kaikki niin mahottoman ilosta niin eihän se lapsi niinko haluais taikka pystys irt, tai eihän siinä olis mittään järkeä irtautua siitä... (Ä4)”

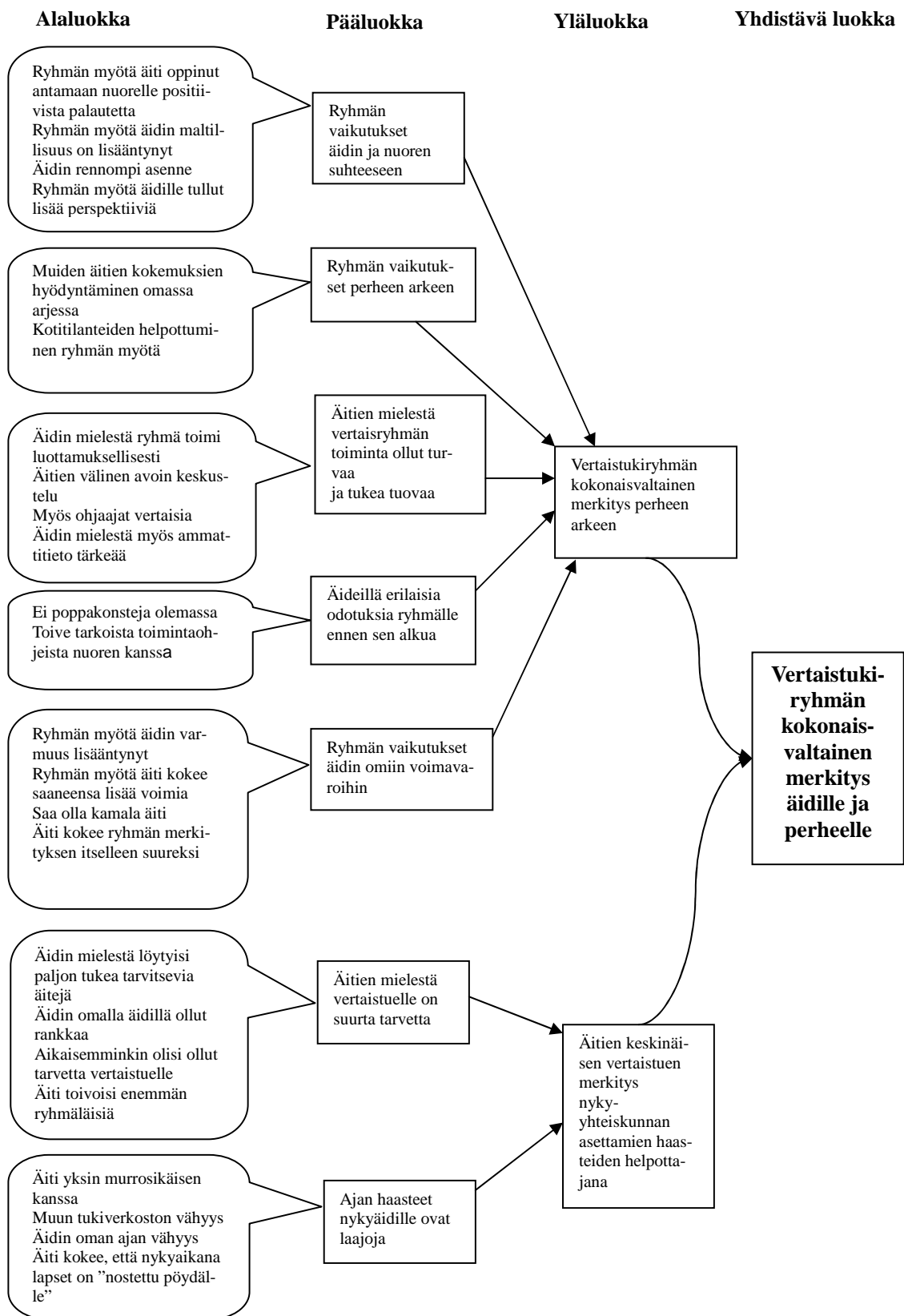
”Kyllä siinä tulee verrattua itteesä niinku lasta... Tullee kelattua ommaa nuoruutta.. ja mietittyä justiin semmosta aikaa että.. kyllähän sitä tuossa iässä kyllähän se itteki muistaa ja sitä keskittyy itteen ... (Ä2)”

8.2 Äitien kokemukset ryhmän antamasta tuesta

Äidit ovat saaneet ryhmästä varmuutta omaan toimintaan sekä voimia arkeen. Ryhmän keskinäisen tuen ja keskustelujen myötä äiti kokee saavansa luvan olla se kamala äiti, jonka päätökset eivät aina miellytä nuorta (taulukko 7). Äidit kokevatkin ryhmän merkityksen olleen suuri juuri tällä saralla. Toisaalta äitien maltillisuus on lisääntynyt ja he ovat oppineet suhtautumaan nuoreen rennommalla asenteella. Toisten äitien tarinoiden kautta äidit ovat saaneet perspektiiviä omaan perhe-elämäänsä, ja niihin ongelmiin, joita heillä nuoren kanssa on. Kuullessaan toisten äitien kertomuksia perheen sisäisistä sattumuksista ja niistä ongelmista, joita heillä nuorten kanssa on, saavat he uutta näkökulmaa myös omaan tilanteeseensa. Näistä tarinoista äidit ovat myös voineet poimia omaan tilanteeseen hyödyllisiä vinkkejä ja toimintaneuvoja. Äidit kokevatkin, että tilanteet kotona ovat helpottuneet juuri niiden avulla. Äidit ovat lisäksi oppineet jatkuvan kritiikin sijaan antamaan myös positiivista palautetta nuorelle.

”En oottanutkaan mittään poppakonsteja että tuota... lähinnä se oli justiin tämmösiä.. vertaistukea ja... ja tuota... keskustelua (Ä2).”

TAULUKKO 7. Ryhmän antama tuki äidille.



Haastatellut äidit kokevat, että vertaistukiryhmässä mukana oleminen on vaikuttanut positiivisesti heidän perheensä arkeen (taulukko 7). Tuen merkitys näkyy niin äidin omissa voimavaroissa, äidin ja nuoren keskinäisessä suhteessa kuin perheen toiminnasakin. Lisäksi äidit tuntevat, että ryhmän toiminnan kautta he ovat saaneet elämälleen turvaa sekä tukea omille ajatuksille. Äidit eivät omien sanojensa mukaan odottaneet ryhmältä mitään ”poppakonsteja” siihen, miten nuoren kanssa pärjättäisiin. Yksi äideistä kuitenkin kertoi odottaneensa tarkkoja toimintaohjeita vaikean tilanteen selvittämiseen.

”Siitä on hyvä tosiaan lähtä pois, itekki huomaa että siinä on liikaa ollu että ... kuitenkin sitä on itekki ... pitemmällä vieterillä mennee sinne takasin ku sieltä lähtee... Ihan hymyillä ku mennee kottiin ja aukasee oven... (Ä1)”

Äidit ovat kokeneet ryhmässä mukana olemisen helpoksi. Ryhmän ilmapiiri on heidän mukaansa ollut luottamuksellinen ja avointa keskustelua tukeva (taulukko 7). Äitien mielestä ohjaajat toimivat vertaisina heidän kanssaan, mikä edesauttoi hyvän ilmapiirin syntyä. Äidit kokivat myös ohjaajien ryhmään mukanaan tuoman ammatillisen tiedon olleen merkityksellistä. NNKY järjesti lisäksi vanhemmuuden teemailtoja, joihin äitejä rohkaistiin osallistumaan. Teemailloissa mukana olleet äidit kokivat niihin osallistumisen tukevan ryhmästä saatua antia.

”Ja oikeastaan se oli minusta mukava kun näki sen ohjelman... niin siinä oli justiin näitä yhteisiä iltoja... että just tämmösiä ammatti-ihmisiä (Ä2)”

Tulosten mukaan äidit kokevat, että vertaistukiryhmän järjestäjällä ei ole merkitystä. Siinä elämänvaiheessa, jossa he elävät, keinot nuoren kanssa toimimiseen ovat vähissä. Tällöin ei ole väliä sillä, mikä taho apua tarjoaa. Toisaalta se, että järjestäjänä oli nimenomaan kristillinen yhteisö, aiheutti vain yhdessä äidissä pienen vastareaktion. Se ei kuitenkaan estänyt häntä osallistumasta toimintaan.

”Että mä en ollu oikeastaan edes ajatellu että kuka sen järjestää --- tuli pikkasen, pikkasen semmonen että--- Että vaikka niinku tämmönen ihan kirkkoon kuulun ja tämmönen peruskristitty ja semmonen että--- mulla oli pikkunen semmonen mutta en mä toisaalta, ei se... se oli vaan semmonen häivähdys mikä kävi tuolla... (Ä3)”

9 JOHTOPÄÄTÖKSET

*”--- Naiset ovat kestäneet koska ovat saaneet
itkeä toisiaan vasten elämänsä surut
jakaa keskenään ajatuksensa, toiveensa
iloita kyyneliin saakka toistensa onnesta ---”
(Askola & Porio 1985, 129.)*

1. Murrosikäisten nuorten äidit tarvitsevat tukea nuoren kanssa elämiseen sekä arjen haasteisiin. He haluavat sekä konkreettisia ohjeita että vertaisten kokemusten kautta saatavia neuvoja.
2. Vertaistuen kautta äidit hakevat vahvistusta kasvatuksellisille näkemyksilleen ja kokonaisvaltaista tukea äitiyteensä. Siten vertaistukiryhmässä mukana oleminen voi tuoda konkreettisia muutoksia äitien ja heidän perheidensä elämään. Vertaistukiryhmän järjestäjä voi olla sekä kirkollinen että ei-kirkollinen, sillä ei ole äideille merkitystä. Apua haetaan sieltä, missä sitä tarjotaan. Tärkeää on luottamuksellinen ja avoin ilmapiiri ryhmässä.

10 POHDINTA

10.1 Vertaistukiryhmä auttavana toimintamuotona

Tulosten mukaan Kamalat äidit –ryhmästä on ollut monenlaista apua ja tukea haastatetuille äideille. Järjestäjän suhteen heillä ei ollut pahaa sanottavaa, NNKY:n kristillinen perusta ei estänyt äitejä osallistumasta ryhmän toimintaan. Myös seurakunta voisi olla mukana toiminnan toteuttamisessa, kuten se on alun perin ollut (Kallion seurakunta). Äitien tukeminen on kuulunut seurakunnan toimintaan aikaisemminkin, esimerkiksi 1950- ja 60-luvuilla järjestettyjen äitileirien muodossa (Kämäräinen 1995, 70-73). Diakoniatyön tekemä käytännön auttamistyö (diakonia) sekä hengellinen tukeminen (sielunhoito) koskee koko ihmistä ja elämää. Työllä on niin yksilöllinen kuin sosiaalinenkin ulottuvuutensa, ja nykyisin kirkko tekee yhteistyötä eri järjestöjen, kuntien työntekijöiden kuin valtion organisaatioiden kanssa. Tämän toiminnan avulla pyritään luomaan verkostoja ihmisten avuksi. (Seurakuntalaisen käsikirja 2005, 116-117, Monikasvoinen kirkko 2008, 173..) Mikäli RAY:n projektin loppumisen jälkeen toiminnalle ei löydy vertaisvetäjiä, NNKY:n tulee miettiä yhteistyötahoja, jotta tärkeäksi koettu toimintamuoto voisi jatkua. Yksi vaihtoehto onkin seurakunnan diakoniatyö, ryhmä voisi toimia esimerkiksi osana perhe- ja lapsityön diakoniaa. Vuosina 2004-2007 diakoniantyön piirien määrä pieneni ja ihmissuhderyhmien ja niihin osallistujien määrä sen sijaan kasvoi. (Monikasvoinen kirkko 2008, 178.) Yleisesti ottaen voidaan nähdä, että kirkon ihmissuhderyhmät, jotka voidaan käsittää myös vertaistukiryhmiksi, ovat tärkeä osa diakonian palveluja. Nämä ryhmät ovat pääsääntöisesti suunnattuja yksilön (esimerkiksi sururyhmät) tai parisuhteen auttamiseksi (parisuhdekurssit) (Oulun ev.lut.seurakunnat, Virtaa välillämme).

Toiminnan olisi tärkeää saada jatkoa, sillä nyt haastateltujen äitienkin mukaan sille on tarvetta. Kuten Lehtinen (2007, 40) sanoo, ei vanhemmuus ole aina helppoa vaan vaativaa ja vastuullista. Belsky, Ward ja Rovine (1986, 121) muistuttavat myös, että vanhemmuus on elämänikäinen ura, jonka aikana omaa riittävyttä pohtivat taitavatkin vanhemmat. Vaikka ryhmä on tarkoitettu ”tavallisten” äitien vertaistueksi, ennaltaehkäisevän ja korjaavan työn välimaastoon, on tuen tarve erilaista erilaisista olosuhteista

tuleville äideille. Voimaantuminen on yksi vertaistukiryhmän toiminnan tavoitteista, ja tulosten mukaan se toteutuu myös Kamalat äidit-ryhmän toiminnassa. Vanhemman oma jaksaminen (itsestä huolen pitäminen, oma henkinen hyvinvointi sekä tyytyväisyys elämään) ja kuten Kaimola mainitsee (2005, 15-16), on oikeanlaisen tunneilmapiirin luominen tärkeää myös nuoren kehittymisen kannalta. Juuri voimaantuminen olisikin siten tärkeää monille murrosikäisten lasten kanssa eläville, uupuneille äideille.

Myös parisuhteessa elävät äidit kokivat olevansa yksin murrosikäisen kanssa ja että nuoren pahimmat purkaukset kohdistuvat juuri heihin. Eveliina Markuksen Pro gradu -työn Vertaisuus voimavarana tuloksissa (2009, 59, 63) yksinhuoltajien tarve vertaistuen saamisessa korostuu toisen, aikuisen osapuolen puuttuessa. Hän tutki Kamalat äidit -ryhmän kautta vertaistuen tarvetta ja sen vanhemmuutta tukevaa merkitystä murrosikäisten nuorten äideille. Tutkimuksemme parisuhteessa elävät äidit puolestaan kertoivat, kuinka helpottavaa oli puhua toisten äitien kanssa, vaikka samoista asioita keskustellaan myös puolison kanssa. Haastattelemamme äidit kokevat myös, että vastuu kasvatuksesta on äitien harteilla.

Kinnusen (1999, 17) mukaan koti on usein nuoren tunteiden purkaantumispaikka juuri siksi, koska siellä hän tuntee voivansa olla oma itsensä ilman hylätyksi tulemisen pelkoa. Ilmeisesti haastattelemiemme äitien nuoret kokivat äitinsä sellaiseksi läheiseksi ihmiseksi, jolle on turvallista myös kiukutella ja osoittaa pahaa mieltä. Äidit kuitenkin kokevat jatkuvan tunteiden myllerryksen raskaana ja heihin itseensä kohdistuvana. Litsilä, Poikkeus, Rönkä ja Viheräkoski (2002, 58-59) kertovat, kuinka hyvät keskusteluyhteydet, arvostaminen ja sitoutuminen takaavat vahvan perheyhteyden. Olisikin siis hyvä, että perheiden sisällä voitaisiin keskustella eri tunteista avoimesti. Ihmisen perusolemukseen ja elämään liittyvät erilaiset tunteet ja niiden ilmaiseminen, joten nuoren olisi hyvä saada malli siitä, kuinka käsitellä ja ilmaista tunteitaan rakentavalla tavalla (Jarasto & Sinervo 2000, 92). Tässä vertaistukiryhmä voi toimia ennaltaehkäisevänä auttamistahona tukiessaan äitejä tunteiden ilmaisuun ja niistä puhumiseen. Kun asiat saadaan puhutuksi kunnolla, voi olla että suurimmat konfliktit vältettäisiin. Niissä perheissä, joissa isät ovat läsnä, tulisi heidät saada mukaan vahvemmin arkeen.

Tuloksista heijastuu äitien hämmennys murrosikää kohtaan, mitä lisää myös ympäröivän yhteiskunnan muutos ja oman nuoruuden erilaisuus. Tämä näkyy myös Markuksen tutkimuksen tuloksissa (2009, 40). Jarasto ja Sinervo (2000, 95-96) mainitsevat, että

vanhemman ja nuoren väliset konfliktit voivatkin johtua siitä, että he edustavat eri sukupolvia sekä erilaisia arvo- ja ajatusmaailmaa. Vaikka haastateltujen äitien mielestä murrosikää korostetaan nykypäivänä liikaakin ja lapset sekä nuoret on ikäänkuin nostettu pöydälle, ei Litsilän, Poikkeuksen, Rönkän ja Viheräkosken (2002, 60) mukaan nuoruutta enää nähdä mullistavana kriisivaiheena, ja nykyään keskustellaankin lähinnä siitä, kuinka nuoruusvaihe stressaa vanhempia. Äitejä huolettavat myös nuoren kohtaamat haasteet. Tähän tulokseen tulee myös Markus tutkimuksessaan (2009, 37). Jarasto ja Sinervokin (1999, 27-28) toteavat, että haasteita aiheuttavat esimerkiksi erilaiset houkutukset ja aikuisten maailman tutustuminen liian varhaisessa vaiheessa ilman, että nuori on vielä valmis sen tuomaan vastuuseen.

Etenkin isolla paikkakunnalla vanhemmat voivat tuntea epävarmuutta siitä ympäristöstä, missä nuori viettää aikaansa, koska vaihtoehtoja on monia. Vanhemmat eivät välttämättä tiedä myöskään lapsensa ystäväpiiriä. Ne äidit, joilla oli vielä suhteellisen nuoret murrosikäiset, olivat huolestuneita murrosikäisen jatkumisesta ja nimenomaan siitä, mitä kaikkea nuorella on vastassaan kaupungilla kulkiessaan. Myös tähän äitien verkostoituminen voi tuoda apua konkreettisen tiedon muodossa (missä nuoret viettävät aikaansa, millaisissa porukoissa, onko äideillä tietoa toistensa lapsista). Tämä voi toimia ennaltaehkäisevänä toimintana.

10.2 Vertaistuen kokonaisvaltainen merkitys äitiydelle

Vastuun ottamisen ja antamisen suhteen on omat ongelmansa. Nuori voi vaikuttaa fyysisesti aikuisemmalla kuin henkisesti onkaan. Tämä voi aiheuttaa paineita nuorelle itselleenkin (Helminen 2005, 28.) Eräällä haastatelluista äideistä oli etenkin ongelmana se, kuinka kontrolloida päätä pidemmän poikansa käyttäytymistä, esimerkiksi tupakan polton suhteen. Ryhmässä mukana olemisen myötä äiti sai vahvistusta ajatukselleen siitä, ettei nuoren tekemisiä tarvitse hyväksyä, vaikka niitä ei voikaan täysin kontrolloida. Jos nuori tekee äidin mielestä väärin, tämä tulee myös ilmaista, ja kuten Kinnunen (1999, 120) kirjoittaa, niihin tulee suhtautua vakavasti. Hyvät keskusteluyhteydet auttavat myös tämän ilmaisemisessa nuorelle. Litsilä, Poikkeus, Rönkä ja Viheräkoski (2002, 53) mainitsevat tutkimuksessaan, että kontrollointia paremmin ongelmakäyttäytymiseltä suojaa juuri vanhempien ja nuorten keskeiset hyvät ja luottamukselliset välit.

Eräs äideistä taas pohti sitä, kuinka nuori ei ota vastuuta teoistaan vaan vierittää syyn aina toisten niskoille. Tässä tilanteessa vanhempien tulisi myös miettiä omaa käytöstään ja suhtautumistaan nuoreen. Alajan (2007, 53) mukaan lapsen taito valehdella voi vahvistua, mikäli hän kokee, etteivät virheet ole sallittuja. Nuorelle tulisi antaa vastuuta sekä arvonantoa ja hyväksyntää, tämä edistää nuoren minäkuvan kehitystä sekä omien heikkouksien ja vahvuuksien tunnistamista (Kinnunen 1999, 41, 43 & Alaja 2007, 21-22.) Kaikki äidit olivat sitä mieltä, että nuoret pitäisi saada mukaan kotitöihin ja kuten Jarasto ja Sinervo (2000, 93, 98) toteavatkin, tämä auttaisi nuorta selviytymään jatkossa myös itsenäisesti. Suomalaisessa yhteiskunnassa myös rippikoululla on tärkeä rooli nuorten itsenäistymisessä (Kinnunen 1999, 48, 59-60). Eräs äideistä kertoikin tyttären voimakkaan irtaantumisen alkaneen juuri rippileirin jälkeen.

Äitien kokemukset murrosiän ilmenemisestä ovat hyvin moninaisia, esimerkiksi Jaraston ja Sinervon (1999, 43-49) määritelmät murrosiän ikävaiheista ja niiden piirteistä ovat tulleet tutuiksi kodeissa. Äitien kertomasta voi huomata, kuinka murrosikä on aihe, joka puhuttaa koko perhettä, kuten Kukkumäki ja Tulutso (2006, 40) sekä Aaltonen (2003, 192) kirjoissaan toteavat. Myös Markuksen (2009, 40-41) tutkimuksen mukaan murrosikä vaikuttaa koko perheeseen. Sekä fyysiset että henkiset muutokset nuorena ovat olleet suuria, ja esimerkiksi Fenwick ja Smith (1994, 63) kirjoittavatkin, että oma lapsi voi tuntua yhtäkkiä muukalaiselta. Äidit toivatkin esille, kuinka lapsen muuttuminen saa heidät miettimään myös omaa persoonaa ja vertaamaan itseä ja nuorta sekä omia odotuksia nuoren suhteen. Samaa sanovat myös Markuksen (2009, 46) tutkimuksen äidit. Lapsen muuttuminen ja hänen tekonsa, joita äiti ei hyväksy, voi aiheuttaa tutkimuksemme äitien mukaan jopa vihan tunteita, jotka herättävät äideissä itsessään hämmennystä ja epävarmuutta siitä, ovatko tunteet luonnollisia. Eräs äideistä oli pohtinut sitäkin, riittääkö äidin rakkaus, ja keskustellut aiheesta myös lapsensa kanssa. Ryhmän tuen myötä tämäkin jaettu kokemus on helpottanut äitien oloa.

Alaja (2007, 59) kirjoittaa, kuinka vanhemman kannattaa miettiä sitä, mitä nuorelta oikeasti odottaa etenkin silloin, jos tämä aiheuttaa pettymyksen ja ärtymyksen tunteita usein. Yksi haastatelluista äideistä kertoi, kuinka nuori on luonteeltaan täysin erilainen kuin hän itse, ja tämä aiheuttaa ärsyntyä. Litsilän, Poikkeuksen, Rönkän ja Viheräkosken (2002, 59) mukaan nuori tulisi hyväksyä sellaisena kuin hän on, vertaamatta muihin, saman toteaa muun muassa Alaja (2007, 18). Tämän ymmärtäminen auttaa sekä

nuorta että vanhempaa elämään yhdessä ja toimimaan arjessa. Pulkkinen (2002, 16-17) mainitsee, että nuoren temperamentti- ja käyttäytymispiirteet kehittyvät vuorovaikutuksessa vanhempien kanssa ja molemmat osapuolet vaikuttavat toisiinsa. Erilainen temperamentti ärsyttää ja voi aiheuttaa lisää konflikteja kun esimerkiksi toinen haluaa riidellä ja toinen mököttää huoneessaan. Kuitenkin molemmat voisivat oppia toisiltaan ja löytää kultaisen keskitien erimielisyyksien selvittelyssä. Samanlainen temperamenttikin voi aiheuttaa konfliktitilanteita, kun kumpikaan ei anna periksi.

Tuloksista käy ilmi myös se, kuinka äiti voi ”laskeutua” lapsen tasolle riitatilanteissa lähtemällä mukaan nuoren provosointiin ja käytökseen. Alaja (2007, 80) toteaa, että niin kauan kuin vanhempi toimii näin, hän antaa nuorelle aseensa itseään vastaan. Kyseessä on myös eräänlainen valtataistelu (Alaja 2007, 96-98, Fenwick & Smith 1994, 58-59). Tämän olivat huomanneet myös haastatellut äidit. Ryhmä oli tukenut heitä myös tässä asiassa, säilyttämään aikuisen asemansa. Toisaalta se, että nuori on samanlainen kuin äiti itse on, voi aiheuttaa myös huolta. Kun näkee oman lapsen tekevän samat virheet kuin itse on tehnyt nuoruudessaan, voi äiti tuntea avuttomuutta ja turhautuneisuutta. Tällöin on hyvä muistaa, että jokaisen täytyy elää oma elämänsä ja tehdä omat virheensä, mikä tarkoittaa joskus myös kantapäähän kautta oppimista.

Tutkimuksemme äidit kokevat, että konfliktitilanteista huolimatta heillä on nuoriin hyvät ja luottamukselliset keskusteluyhteydet. Kukkumäen ja Tuluston (2006, 54) sekä Jaraston ja Sinervon (1999, 62-63) mukaan nuoren kapina voikin olla sitä rajumpi, mitä paremmat välit heillä on vanhempiensa on. Äidit kuitenkin ymmärtävät, että nuoren kasvu sekä konfliktitilanteet kotona liittyvät vahvasti irtautumiseen sekä nuoren itsenäistymispyrkimykseen (Kinnunen 1999, 16, Aalberg & Siimes 2007, 67). Voi olla, että nuoret hakemalla hakevat konfliktitilanteita, jotta irtautuminen kotoa olisi helpompaa. Kuten eräs äideistä totesi, jos kotona aina olisi helppoa ja mukavaa, kuka sieltä haluaisi lähteä. Riidat siis osaltaan auttavat nuorta itsenäistymään.

Vaikka äidit ymmärtävät riitojen ja kiistojen merkityksen, ei se tarkoita sitä, että ne tuntuisivat mukavalta. Jatkuva erimielisyys ja äänekäs yhteenotto sekä nimittely käyvät raskaaksi ajan myötä. Kukkumäki ja Tulusto (2006, 54) sekä Jarasto ja Sinervo (1999, 62-63) mainitsevatkin, että eron tekemiseen liittyy myös toisen osapuolen kaikkien huonojen puolien esiin kaivaminen. Tästä huolimatta on mielenkiintoista, kuinka äidit toivat esiin irtautumisen olevan heille itselleenkin haasteellinen ja vaikea asia, erään-

lainen toinen napanuoran katkaisu, tästä mainitsevat myös Litsilä, Poikkeus, Rönkä ja Viheräkoski (2002, 60). On hyvin ymmärrettävää, että äitien tunteet ovat ristiriitaisia. Toisaalta kasvava nuori on oma lapsi, jonka haluaisi pitää lähellä ja turvassa, mutta toisaalta elämä vie tätä kohti omaa, itsenäistä elämää, joka hänelle pitää myös sallia.

Oma-apuryhmässä kokoontuvat samanlaisessa elämäntilanteessa elävät ihmiset, jotka haluavat jakaa kokemuksiaan sekä ratkaista ja lieventää omaa tilannettaan (Nylund 1996, 94). Tällaisen toiminnan kautta, tapaamisen ja kokemusten jakamisen myötä Kamalat äidit -ryhmä onkin auttanut osallistujiaan kokonaisvaltaisesti. Myös Markuksen (2009, 64) tutkimuksesta käy ilmi, kuinka sillä, että keskustelukumpaneilla on henkilökohtaisia kokemuksia samasta asiasta, on merkitystä. Äitien kertoman mukaan muutos kotona on lähtenyt nimenomaan heistä itsestään ja heidän käyttäytymisensä muutoksesta nuorta kohtaan. Samankaltaisia tuloksia on näkyvissä myös Markuksen (2009, 57, 83) tutkimuksessa. Myös äitien voimaantumisen oli tärkeä seikka, vertaistukiryhmästä muodostui tärkeä voimavara, jonne lähti mielellään, ja josta palasi kotiin ”pidemmällä vieterillä”. Sosiaalisen tuen onkin tarkoitus vahvistaa jaksamista ja hyvää vointia. (Kiikkala, Munnukka & Valkama 2002, 27.) Yhtälailla kuin nuori tarvitsee omaa aikaa, sitä tarvitsevat myös vanhemmat. Lisäksi yleistä tutkimuksen äideille oli muun tukiverkoston vähyys, esimerkiksi läheisiä sukulaisia ei asu samalla paikkakunnalla eikä välttämättä lähialueillakaan.

Vanhemmilla on suuri rooli nuoren minäkuvan kehityksessä ja Kinnusen (1999, 33-34) mukaan osaavuuden, menestyksen ja arvokkuuden tunteet auttavat nuorta hyväksymään itsensä kun taas paheksunta heikentää minäkuvan kehitystä. Mikäli nuoreen kohdistuu jatkuvaa paheksuntaa, erityisesti äidin taholta, voi se aiheuttaa nuorelle itsetunto-ongelmia ja siitä johtuvia sosiaalisten taitojen puutetta. Yksi tärkeä asia niin äitien kuin Alajan (2007, 31) sekä Jaraston ja Sinervon (2000, 93) mukaan on palautteen antaminen nuorelle. Jokainen tietää, kuinka positiivinen palaute vaikuttaa mielialaan, ja tämän olivat myös äidit havainneet. Kuten Kinnunen (1999, 120-122) mainitsee, on palautteen antaminen tärkeää myös seesteisenä aikana, silloin kun kotona menee hyvin. Onkin tärkeää, että äidit ovat oppineet huomioimaan nuoria myös positiivisessa sävyssä, eikä ainoastaan negatiivisesti moittien silloin, kun asioiden kulku ei miellytä. Yksi äitien havaitsema, tärkeä asia on myös tilan antaminen nuorelle. Jarasto ja Sinervo (1999, 69) mainitsevatkin, että yksi huolenpidon ulottuvuus on juuri tilan antaminen samoin kuin kiinnostuksen osoittaminen sekä tiukkuus. Luultavasti tilan antaminen nuorelle on

eräänlainen helpotus, sillä sitä kautta äidit saavat tilaa myös itselle. Jatkuva ”niskaan huohottaminen” tuskin on mukavaa kummankaan osapuolen mielestä, ja äidit mainitsevat esimerkiksi jatkuvan patistelun olevan turhauttavaa. Eräs äiti kertoi kuinka juuri jatkuvan patistelun lopettaminen tuki nuorta itsenäiseen toimintaan.

Äidit ovat havainneet myös nuoreen kohdistuvan runsaasti ulkopuolista painetta, joka vaikuttaa nuoren käyttäytymiseen. Nuori saattaa ottaa ihanteekseen erilaisia malleja julkisuudesta tai ystäväpiiristä. Samaistuminen, päiväunelmointi ja kompensointi ovat mukaan nuoren puolustusmekanismeja, joiden avulla hän pyrkii selviytymään (Jarasto & Sinervo, 1999, 34-37). Äideillä löytyy kokemusta myös näistä, kun toisen tytär ihannoi televisiotähtiä ja vertaa itseään heihin, ja toisen poika puolestaan esittää kovempaa kuin onkaan, nimenomaan kodin ulkopuolella. Osittain tästä johtuen nuoren käyttäytyminen ja kielenkäyttö voi olla hyvin erilaista kotona ja kodin ulkopuolella, mikä huoletti tutkimuksen äitejä myös. Luonnollisesti äidit toivovat nuoren uskaltavan olla oma itsensä kaikkialla, ja käyttäytyvän hyvin, niinkuin äidit ovat yrittäneet opettaa.

Mielenterveyden keskusliiton mukaan vertaistukiryhmässä mukana olevan tulee voida luottaa siihen, ettei ryhmässä ilmi tulleista asioista puhuta muualla. Kamalat äidit -ryhmän jäsenet kokivat ryhmän ilmapiirin avoimeksi ja luottamukselliseksi, mikä kertoo siitä, että ryhmän toiminta on tämän suhteen ollut onnistunutta. Saatu tuki on ollut kollektiivista, jokainen on saanut jotakin. Samaan tulokseen on tullut myös Markus (2009, 56). Nylund (1996, 201) toteaa, että vertaistukiryhmään voidaan hakeutua kun ammattiapu ei tunnu riittävältä tai sitä ei löydy. Kuitenkin Kamalat äidit -ryhmään liittyy sekä vertaisuutta että ammattitietoutta. Vaikka kyseessä on oma-apuryhmä, on mukana ollut myös ammattilaisten tietoa erilaisten luentojen sekä ammattivetoisten muodossa. Nämä tukevat hyvin toisiaan, tätä mieltä ovat myös haastatellut äidit, kuten tuloksista käy ilmi. Myös Markuksen (2009, 57) tutkimuksessa mainitaan ryhmänohjaajien merkitys ryhmän sujuvan toiminnan kannalta. Edelleen Nylund (1999, 116, 126-127) mainitsee, että oma-apuryhmien kautta ammattilaisten tekemä työ voi saada uuden, erilaisen näkökulman juuri vuoropuhelun kautta. Tämä on toteutunut Kamalat äidit -projektissa hyvin. Ammattitiedosta voi olla apua juuri silloin, kun äidit kaipaavat käytännön tarkkoja neuvoja eri tilanteisiin, esimerkiksi mistä voi hakea apua nuoren ahdistukseen. Tutkimuksen äidit kuitenkin totesivat, ettei ”poppakonsteja” ole olemassa, ja jokaisessa perheessä on omat toimintatavat ja -käytännöt. Toisten äitien kertomuksista voi kuitenkin ottaa itselle sopivilta kuulostavia vinkkejä ja neuvoja. Myös Markuksen

(2009, 65) tutkimuksen äidit kokivat käytännön vinkkien merkityksen arjen helpottamisessa suureksi.

Mielestämme nyky-yhteiskunnassa ei panosteta riittävästi ennaltaehkäisevään työhön, etenkin nuorten suhteen. Tilanteisiin tartutaan vasta sitten, kun nuori oirehtii ja ongelmat voivat olla jo hyvin vakavia. Kamalat äidit -ryhmän tyylinen vertaistoiminta tukee ennaltaehkäisevää työtä, sillä sen kautta äidit saavat itselleen tietoa sekä käytännön keinoja nuoren kanssa toimimiseen. Markuksen (2009, 80) tutkimuksesta ilmenee myös, että ryhmästä äidit saavat tukea nykyisistä ja tulevista haasteista selviytymiseen. Tuleekin muistaa, ettei vertaistuki ole terapiaa, kuten Hyvärinen (2005, 219) toteaa. Ryhmään osallistujat antavat omat kokemuksensa toisten käyttöön (Hyvärinen 2005, 224), ja näin apu on kaksisuuntaista ja käytännönläheistä. Tämä aspekti korostuu Markuksen tutkimuksessa sekä tuloksissa (2009, 70, 74-79). Ryhmässä ketään ei syyllistetä, vaan äidit voivat rauhassa tuntea niitä tunteita mitä hänellä on sekä kertoa kokemuksistaan ilman painetta huonoksi äidiksi leimaantumisesta. Kuten Hyvärinen kirjoittaa (2005, 225), tämänkaltaisten ryhmien kautta voidaan uudistaa ja kehittää myös hyvinvointipolitiikkaa, kun yksilöiden äänet pääsevät kuuluville. Toivottavasti muutkin heräävät huomaamaan tämänkaltaisten ryhmien merkityksen perheiden tukemiselle, olipa kyseessä millainen perhe tahansa.

Ryhmä on tarjonnut äideille niin suoraa kuin epäsuoraakin tukea erilaisiin tilanteisiin, jotka, kuten Vanhanen-Silvendoinin (1996, 232-233) mainitsee, ovat olleet osittain yleisesti äitiyteenkin liittyviä. On myös hienoa, kuinka äidit ovat saaneet tukea ryhmältä siihen, että voi olla niin sanottu kamala äiti. Toisin sanoen äiti saa luvan tuntea myös negatiivisia tunteita nuorta kohtaan, asettaa tälle sääntöjä ja rajoja sekä odottaa, että niitä myös noudatetaan, eikä nuorelta tarvitse sietää millaista käytöstä tahansa, kuten Alaja 2007, 38 sekä Vainikainen 2005, 56) kirjoittavat. Useassa lähdeeteoksessa (Litsilä ym. 2002, 54, Kukkumäki ja Tulusto 2006, 54-55 sekä Aalberg ja Siimes 2007, 127-128) käykin ilmi, kuinka vanhemman tehtävänä on asettaa nuorelle rajoja sekä seurata tämän tekemisiä. Oma-apuryhmistä saadun tuen kautta on tarkoitus juuri selvittää ja ratkoa elämäntilanteita, sekä parantaa taitoja selviytyä erilaisista tilanteista (Nylund 1996, 204). Mielestämme tämä kokonaisvaltaisen tuen saaminen on tärkeää, se on yksi askel kohti vahvempaa äitiyttä.

10.3 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys sekä jatkotutkimushaasteet

Yhä uudelleen haastatteluja ja niistä tehtyjä tuloksia kriittisesti ja reflektoiden läpikäymällä olemme saaneet vastaukset niihin kysymyksiin, jotka olimme tutkimukselle asettaneet. Perehtymällä aineistoon yhä uudelleen olemme voineet luopua spontaanista tulkinnasta ja luoda johtopäätökset tutkimukselle (Laine 2007, 32, 34-35). Tutkimusmateriaalia olisi voinut pohtia ja pyörittää vaikka kuinka pitkään, mutta jossain vaiheessa sille on tehtävä piste ja päätettävä, että saadut tulokset ja johtopäätökset niistä ovat lopulliset juuri tässä tutkimuksessa. (Eskola 2007, 153, 156.)

Vapaaehtoisille, haastateltaville äideille kerrottiin, ketkä haastattelua ja tutkimusta tekevät, mitä tarkoitusta varten ja missä valmis tutkimus julkaistaan. Heidän toivomuksensa mukaisesti haastattelut suoritettiin parihaastatteluina neutraalissa kahvilaympäristössä. Raportissa ei ilmene tarkkoja tietoja äitien henkilöllisyydestä ja näin olemme voineet taata heille anonymiteetin kuten Vehviläinen-Julkunen (1997, 31) mainitsee. Äidit ovat olleet aktiivisia osallistujia ryhmän toiminnassa ja arki murrosikäisen kanssa on tuttua, eli he ovat todellisia asiantuntijoita asiassa, jota tutkimme. Kaikille äideille esitettiin samat kysymykset, tarkentaen niitä jatkokysymyksillä tarpeen mukaan. (Nieminen 1997, 216-217.) Haastattelut nauhoitettiin dokumentin saamiseksi, jonka jälkeen nauhat purettiin litteroimalla. Nauhat jäävät tutkimuksen tekijöiden haltuun, eikä niitä luovuteta eteenpäin.

Toisella tutkijoista on omakohtaista kokemusta äitiydestä ja murrosikäisistä nuorista sekä vartaistuesta kuurojen lasten perheiden parista. Lapset ovat kuitenkin jo aikuisia, joten etäisyyttä näihin seikkoihin oli tullut riittävästi, jottei omat tunteet tai ajatukset päässeet vaikuttamaan tutkimukseen tai sen tuloksiin (Laine 2007, 32). Toimimme itse toisessa vertaistukiryhmässä vetäjinä. Päätimme kuitenkin, että emme käytä havainnointia yhtenä tutkimusvälineenä, sillä haastateltavia oli äitejä myös toisesta ryhmästä, jota emme olleet havainnoineet. Keskityimme ainoastaan tutkimusmateriaaliin, sulkemalla ryhmän kautta tulleen tiedon pois. Näin saimme vahvistusta tutkimuksen luotettavuudelle, sillä on mahdollista, että roolimme ryhmän vetäjinä vaikutti ryhmämme äitien vastauksiin. Esitimme haastateltaville toivomuksen, että he suhtautuisivat meihin neutraalisti ja kertoisivat myös mahdollisia negatiivisia kokemuksia suoraan.

Parityöskentelymme läpi opinnäytetyöprosessin sujui hyvin. Yhteistyömme on kuluneiden opiskeluvuosien aikana hioutunut toimivaksi kokonaisuudeksi. Aihe oli mielenkiintoinen, mutta siitä tehtyjä tutkimuksia ei juurikaan ole, mikä omalta osaltaan tuotti hankaluuksia. Myös vieraskielisen materiaalin löytäminen ja saaminen oli työlästä. Yhteistyö NNKY:n työntekijöiden kanssa on ollut sujuvaa ja antoisaa. Myös haastatellut äidit ansaitsevat kiitokset panoksestaan työllemme. Työssämme mukana olevat, laajemmat kappalekokonaisuudet aloittavat lainaukset ovat tekstejä, joita on käytetty myös Kamalat äidit -ryhmässä ajatusten ja keskustelun herättäjinä. Mielestämme ne sopivat työmme henkeen hyvin.

Yksi tulevaisuuden haasteita on se, kuinka tavoitettaisiin sellaisetkin äidit, jotka ovat uupuneita, eivätkä välttämättä jaksaa olla aktiivisia erilaisen avun hakemisessa. Tämä olisi hyvä aihe tutkia etenkin ennaltaehkäisevän työn kannalta. Nyt ryhmässä mukana olevat äidit ovat itse suhteellisen aktiivisia hakemaan tietoa itsenäisesti ja lähtemään mukaan matalan kynnyksen kohtaustapaikkoihin. Kuitenkin toimineista ryhmistä on jäänyt pois sellaisia äitejä, joiden kokonaisvaltainen elämäntilanne on ollut hyvin raskas ja haastava. He ovat kyllä ilmoittautuneet ryhmään, mutta eivät kuitenkaan ole jaksaneet tulla mukaan ryhmän toimintaan. Heidän kaltaisilleen äideille ryhmästä saatu tuki olisi kuitenkin äärettömän tärkeää ja voimaannuttavaa. Kuinka heidät saataisiin mukaan?

Tulosten mukaan haastatellut äidit kokivat olevansa yksin murrosikäisen kanssa, huolimatta mahdollisesta isän läsnäolosta. Mistä tämä johtuu? Millaiset ovat isien ja nuorten väliset suhteet, ja miksi parisuhteessakin elävät äidit kokevat olevansa yksin kasvatusvastuussa? Olisi hyvä tutkia, missä määrin isät tuntevat tarvetta keskinäiseen verkottumiseen ja asioiden purkuun. Toimiiko miesten välinen vertaistuki, vai riittävätkö sauna- ja kalastusillat?

LÄHTEET

- Aalberg, Veikko & Siimes, Martti A. 2007. Lapsesta aikuiseksi. Nuoren kypsyminen naiseksi ja mieheksi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Aaltonen, Marjo; Ojanen, Tuija; Vihunen, Riitta & Vilén, Marika 2003. Nuoren aika. Porvoo: WS Bookwell Oy.
- AIS – The American Institute of Stress – Emotional Support. Viitattu 24.9.2009.
http://www.stress.org/Emotional_support.htm
- Alaja, Kristiina 2007. Kasvun keskellä. Elämää murrosikäisen vanhempana. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Alasuutari, Pertti 1999. Laadullinen tutkimus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Antikainen, Marjo-Riitta 2006. Kontrollista korjaavaan ja hoitavaan yhteiskunnalliseen toimintaan. Teoksessa Antikainen, Marjo-Riitta; Laine, Esko M., & Yeung, Anne Birgitta (toim.). Kaupunkilaisten kirkko. Helsinkiläisten ja seurakunnan kohtaamisia kuudella vuosisadalla. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy. S. 118-140.
- Arendel, Terry 1999. A Social Constructionist Approach to Parenting. Teoksessa Arendel, Terry (toim.). Contemporary Parenting. Challenges and Issues. Thousand Oaks, California: SAGE Publications, Inc. 1- 44.
- Askola, Irja & Porio, Anja 1985. Mikä nainen. Mänttä: Mäntän kirjapaino Oy.
- Belsky, Jay; Ward, Mary J & Rovine, Michael 1986. Prenatal Expectations, Postnatal Experiences, and the Transition to Parenthood. Teoksessa Ashmore, Richard D & Brodzinsky, David M (toim.). Thinking About The Family: Views of Parents and Children. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc. 119-145.
- Cacciatore, Raisa 2005. Aika ja jaksaminen nuorten perheissä. Teoksessa Syrjälä, Jaana (toim.). Vahva vanhemmuus - Paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: Erweko Paino tuote Oy. 29-42.
- Einiger, Christoph & Raittila, Anna-Maija 2002. Maailman kauneimmat rukoukset. Juva: WS Bookwell Oy.
- Elenius, Jaakko 2003. Lähimmäinen spiritualiteetin tähtäyspisteenä. Teoksessa Häyrynen, Seppo; Kotila, Heikki & Vatanen, Osmo (toim.). Spiritualiteetin käsikirja. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä. 113-127.
- Eskola, Jari 2007. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Laadullisen aineiston analy-

- si vaihe vaiheelta. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.). Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 135-157.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2005. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Eskola, Jari & Vastamäki, Jaana 2001. Teemahaastattelu: opit ja opetukset. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.). Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineistonkeruu: Virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 24-41.
- Fenwick, Elizabeth & Smith, Tony 1994. Murrosiästä aikuisuuteen. Selviytymisopas nuorille ja heidän vanhemmilleen. Porvoo: WSOY:n graafiset laitokset.
- Hakala, Pirjo 2002. Ihmisen kokonaisvaltainen auttaminen. Teoksessa Helosvuori, Riitta; Koskenvesa, Esko; Niemelä, Pauli & Veikkola, Juhani (toim.). Diakonian käsikirja. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 233-268.
- Helminen, Jari 2005. Nuoruuden huuma ja psykososiaalinen työ nuorten kanssa. Teoksessa: Helminen Jari (toim.). Kiintopisteitä nuoruusaikaan. Psykososiaalinen tuki ja työ nuoruuden kanssa toimittaessa. Helsinki: Multi-print Oy. 13-34.
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 1997. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Huotari, Voitto 2008. Mikä diakoniassa on luovuttamatonta. Teoksessa Korpela Salla (toim.). Rakkauden virassa. Diakoniam ammattilaisten viisi vuosikymmentä. Hämeenlinna: Karisto Kirjapaino Oy. 7-9.
- Hyväri, Susanna 2005. Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa Nylund, Marianne & Yeung, Anne Birgitta (toim.). Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 214-235.
- Ilvesviita, Arja & Peltoniemi, Maarit 2007. Projektisuunnitelma. Kamalat äidit - vertaistoimintaa murrosikäisten nuorten äideille. Projektin vuodet 2007-2009. Oulun NNKY ry. Kolmassektori. Kolmas sektori käsitteenä. Viitattu 17.11.2009. <http://www.kolmassektori.net/kolmas.htm>
- Kämäräinen, Seppo 1995. Sisar Elsa pitkospuilla. Elsa Tikkasen muistelmat. Hämeenlinna: Karisto Oy. 70-73.

- Jarasto, Pirkko & Sinervo, Nina 1999. Elämää varten. Murrosikäisen ja nuoren maailma. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Jarasto, Pirkko & Sinervo, Nina 2000. Kouluikäisen lapsen maailma. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Jokinen, Eeva 1996. Väsynyt äiti. Äitiyden omaelämäkerrallisia esityksiä. Tampere: Tammer-paino.
- Kaimola, Kari 2005. Koti terveen itsetunnon harjoittelukenttänä. Teoksessa Syrjälä, Jaana (toim.). Vahva vanhemmuus. -Paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: Erweko Painotuote Oy. 11-20.
- Kauppinen, Tuula; Koivu, Aija & Nissinen, Aulikki 2004. Nuorten kokemukset lähi-suhteista ja saamastaan tuesta yläastevuosien aikana. Nuorisotutkimus 3/2004. 20-32.
- Kekkonen, Marjatta 2004. Vanhemmuutta etsimässä ja tukemassa. Lapsiperheiden palveluiden tukeminen. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino.
- Kiikkala, Irma; Munnukka, Terttu & Valkama, Katri 2002. Äitien keskinäinen sosiaalinen tuki välittyy internetin postituslistoilla. Sairaanhoitaja 05/2002. 24-27.
- Kinnunen, Saara 1999. Murrosikäinen perheessä. Tasapainoilua tilan ja rajojen välissä. Hämeenlinna: Karisto Oy.
- Kinnunen, Petri 1999. Sosiaalinen tuki ja kolmas sektori. Teoksessa Hokkanen, Liisa; Kinnunen, Petri & Siisiäinen, Martti. Haastava kolmas sektori. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 102-111.
- Kukkumäki, Heidi & Tulusto, Riitta 2006. Liekeissä. Aitoa puhetta murrosiästä. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Kurz, Demie 1999. Doing Parenting. Mothers, Care Work and Policy. Teoksessa Arendel, Terry (toim.). Contemporary Parenting. Challenges and Issues. Thousand Oaks, California: SAGE Publications, Inc. 92-115.
- Kuuskoski, Eeva 2003. Vertaistoiminta osana ihmisyyttä. Teoksessa Niemelä, Jorma & Dufva, Virpi (toim.). Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat. Sosiaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituhanella. Juva: WS Bookwell Oy. 30-31.
- Laine, Timo 2007. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.). Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy: Jyväskylä. 26-43.

- Lehtinen, Tiina & Ismo 2007. Mikä mättää? Murrosiän muutokset kotona ja koulussa. Helsinki: Edita prima Oy.
- Lehtinen, Sini-Tuulia 1997. Vapaaehtoistoiminta – kasvava voimavara? Näkökulmia ammattityöhön. Tampere: Mainosmakasiini.
- Lehtomaa, Merja 2009. Fenomenologinen kokemuksen tutkimus: haastattelu, analyysi ja ymmärtäminen. Teoksessa Latomaa, Timo & Perttula, Juha (toim.). Kokemuksen tutkimus. Merkitys-tulkinta-ymmärtäminen. Tampere: Juvenes Print. 163-194.
- Leinonen, Jenni 2004. Vanhemmuus lapsen kasvu ympäristön osana. Psykologia. Suomen psykologisen seuran julkaisu. 39. vuosikerta, 03/2004. 174-195.
- Litsilä, Riikka; Poikkeus, Anna-Maija, Rönkä, Anna & Viheräkoski, Johanna 2002. Nuoret ja vanhemmat perhesuhteiden muutoksessa. Teoksessa Kinnunen, Ulla & Rönkä, Anna (toim.). Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy. S. 51-70.
- Livestrong. Emotional Support. Viitattu 24.9.2009.
http://www.livestrong.org/atf/cf/%7BFB6FFD43-0E4C-4414-8B37-0D001EFBDC49%7D/Emotional_Support.pdf
- Mahkonen, Sami 2005. Nuorten vastuu ja vastuu nuorista. Teoksessa Syrjälä, Jaana (toim.). Vahva vanhemmuus - Paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: Erweko Painotuote Oy. 75-80.
- Markus, Eveliina 2009. Vertaisuus voimavarana. Vertaistuen tarve ja sen vanhemmuutta tukeva merkitys murrosikäisten nuorten äideille. Lapin yliopisto, sosiaalityön laitos. Pro gradu-työ.
- Matthies, Aila-Leena 2006. Hyvinvoinnin sekatalous ja suomalaiset välittävät organisaatiot. Teoksessa Kotakari, Ulla; Matthies, Aila-Leena & Nylund, Marianne (toim.). Välittävät verkostot. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 11-32.
- Mikkonen, Irja 2009. Sairastuneen vertaistuki. Kuopio: Kopijyvä.
- Moilanen, Pentti & Rähä, Pekka 2007. Merkitysrakenteiden tulkinta. Teoksessa Aaltonen, Juhani & Valli, Raine (toim.). Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 44-67.
- Monikasvoinen kirkko. Tampere 2008. Suomen evankelis-luterilainen kirkko vuosina 2004-2007. Kirkon tutkimuksen julkaisuja 103. Kirkon tutkimuskeskus. Porvoo: WS Bookwell Oy.

- Männistö, Riitta 2004. Kamalien äitien seura. Valkonauha 2/2004. 14-16.
- NNKY- Nuorten Naisten Kristillinen Yhdistys. Viitattu 6.2.2009.
<http://www.ywca.fi/cgi-bin/linnea.pl?document=paikallis>
- Nieminen, Heli 1997. Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa Vehviläinen-Julkunen, Katri & Paunonen, Marita (toim.). Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Juva: WSOY. 215-221.
- Nieminen, Heli & Åstedt-Kurki, Päivi 1997. Fenomenologisen tutkimuksen peruskysymykset hoitotieteessä. Teoksessa Vehviläinen-Julkunen, Katri & Paunonen, Marita (toim.). Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Juva: WSOY. 152-163.
- Nylund, Marianne 1996. Suomalaisia oma-apuryhmiä. Teoksessa Kotakari, Ulla; Matties, Aila-Leena & Nylund, Marianne (toim.). Välittävät verkostot. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 193-206.
- Nylund, Marianne 1999. Oma-apuryhmät välittäjinä arjessa. Teoksessa Hokkanen, Liisa; Kinnunen, Petri & Siisiäinen, Martti (toim.). Haastava kolmas sektori. Gummerus Kirjapaino Oy: Jyväskylä. S. 116-130.
- Nylund, Marianne 2005. Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa Nylund, Marianne & Yeung, Anne Birgitta (toim.). Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 195-213.
- Nyssonen, Seppo & Kotkavirta Jussi 1996. Ajatus. Etiikka. Porvoo: WSOY:N graafiset laitokset
- Oulun ev.lut.seurakunnat. Viitattu 22.10.2009.
http://www.oulunseurakunnat.fi/uutiset/4/sururyhmasta_apua_omaisille
- Partanen, Jaana 2007. Arjen alkemiaa. Helsinki: Maahenki Oy.
- Perttula, Juha 2009. Kokemus ja kokemuksen tutkimus: fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Teoksessa Latomaa, Timo & Perttula, Juha (toim.). Kokemuksen tutkimus. Merkitys-tulkinta-ymmärtäminen. Tampere: Juvenes Print. 115-162.
- Pessi, Anne Birgitta 2008. Diakonian työnäky ja suhde hyvinvointivaltioon. Teoksessa Korpela, Salla (toim.). Rakkauden virassa. Diakonian ammattilaisten viisi vuosikymmentä. Hämeenlinna: Karisto Kirjapaino Oy. 104-109.
- Pietarinen, Juhani & Poutanen, Seppo 2000. Etiikan teorioita. Tampere: Tammer kirjapaino Oy.
- Pulkinen, Lea 2002. Koti, koulu ja yksityinen elämänpiiri hyvän elämän ankkureina.

- Teoksessa Kinnunen, Ulla & Rönkä, Anna (toim.) Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy. 14-29.
- Pyykkönen, Ulla-Maija 2007. Äiti. Otavan Kirjapaino.
- Ryökäs, Esko 2006. Kokonaisdiakonia. Diakoniakäsityksen opilliset liittymät. Juvenes Print Oy. Tampere.
- Rättyä, Lea 2004. Diakoniatyöntekijöiden kuvauksia työstään ja siinä jaksamisestaan. Licensiaatintutkimus. Hoitotieteen ja terveydenhallinnon laitos. Oulun yliopisto.
- Rönberg, Leif 1999. Eriytynyt ja moniulotteinen kolmas sektori. Teoksessa Hokkanen Liisa, Kinnunen Petri & Siisiäinen, Martti (toim.). Haastava kolmas sektori. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. S. 78-97.
- Sarajärvi, Anneli & Tuomi, Jouni 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Seurakuntalaisen käsikirja 2005. Helsinki. Edita Prima Oy.
- Sipiläinen, Ilkka 1996. Kansankirkon haasteet. Teoksessa Kotakari Ulla; Matthies Aila-Leena & Nylund, Marianne (toim.). Välittävät verkostot. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 49-58.
- Suomen ev.lut. kirkon keskushallinto. Sarja C 2003:9. Vastuun ja osallisuuden yhteisö. Diakonia- ja yhteiskuntatyön linja 2010. Kirkkohallitus. Kirjapaino Lasse Helle Oy. Helsinki.
- Wahlberg, Karl-Erik 2005. Lapsi vanhemmuutta kasvattamassa. Teoksessa Syrjälä, Jaana (toim.). Vahva vanhemmuus - Paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: Erweko Painotuote Oy. 21-88.
- Vainikainen, Tuula 2005. Vanhemmuuden eväät - ruokaa, rajoja ja rakkautta. Ei mitään uutta auringon alla! Teoksessa Syrjälä Jaana (toim.). Vahva vanhemmuus -Paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: Erweko Painotuote Oy. 51-56.
- Vanhanen-Silvendoin, Sari 1996. Äitien vuorovaikutusryhmät. Teoksessa Kotakari, Ulla; Matthies, Aila-Leena & Nylund, Marianne (toim.). Välittävät verkostot. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 227-242.
- Vehviläinen-Julkunen, Katri 1997. Hoitotieteellisen tutkimuksen etiikka. Teoksessa Vehviläinen-Julkunen, Katri & Paunonen, Marita (toim.). Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Juva: WSOY. 26-34.
- Vehviläinen-Julkunen, Katri & Paunonen, Marita 1997. Tutkimussuunnitelman laadinta

kvantitatiivisessa ja kvalitatiivisessa tutkimuksessa. Teoksessa Vehviläinen-Julkunen, Katri & Paunonen, Marita (toim.). Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Juva: WSOY. 36-48.

Veikkola, Juhani 2002. Diakonian perustehtävät, visiot ja tavoitteet. Teoksessa Helosvuori, Riitta; Koskenvesa, Esko; Niemelä, Pauli & Veikkola, Juhani (toim.). Diakonian käsikirja. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 107-128.

Vertaistuki-Mielenterveyden keskusliitto. Viitattu 1.3.2009.

<http://www.mtkl.fi/tietopankki/kuntoutuminen/vertaistuki/>

Virtaa välillämme -parisuhdekurssit. Viitattu 22.10.2009.

http://www.virtaavalillamme.fi/kurssit/kurssipaikkakunnat/oulun_hiippakunta.php

Welch, Cline Rebecca J. 1999. Communication in Social Support Groups. Teoksessa Frey, Lawrence R., Gouran, Dennis S., & Poole, Marshall Scott (toim.). The Handbook Of Group Communication Theory & Research. Thousand Oaks, California: SAGE Publications Inc. 516-538.

Yeung Anne Birgitta, 2006. Seurakunnat yhteisön ylläpitäjinä tänään? Teoksessa Antikainen Marjo-Riitta, Laine Esko M., & Yeung Anne Birgitta (toim.). Kaupunkilaisten kirkko. Helsinkiläisten ja seurakunnan kohtaamisia kuudella vuosisadalla. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy. S. 165-193

LIITTEET

LIITE 1

AVOIMEN TEEMAHAASTATTELUN RUNKO

Muistellaan alkuun omaa murrosikäsi. Millaisia muistoja Sinulla siis on omasta nuoruudestasi? Äidistäsi kun olit murrosiässä?

Tausta

Millainen perhe Sinulla on?

Lähiperhe, sukulaiset?

Mikä sai Sinut hakeutumaan Kamalat äidit –ryhmään?

NNKY on kristillinen järjestö. Mikä sai Sinut hakeutumaan sen järjestämään

Kamalat äidit –ryhmään?

Mistä sait tiedon ryhmästä?

Millaisia odotuksia Sinulla oli ryhmän suhteen?

Ryhmän anti äidille

Mitä olet saanut ryhmässä mukanaolosta?

Mahdollinen tuki?

Vinkit ja neuvot arjessa sujumiseen?

Ryhmän anti perhesuhteille

Vaikuttiko ryhmässä olo nuoren kanssa elämiseen ja arkeen?

Miten vaikutus näkyy?

Mitkä näet syiksi muutoksiin?

Jos ei muutosta, miksi?

Ryhmän onnistuminen

Kohtasitko ryhmässä mukana olossa pettymyksiä?

Odotukset ennen ryhmän alkua vs. lopputulema?

Vuorovaikutus toisten äitien kanssa?

Ohjaajien panos?