

Saara Berg ja Jenni Haatanen

Vertaistoiminta sosiaalisena vahvistajana.

Pienperhekahvila Pasilan alueen yhden vanhemman perheille

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK)

Sosiaalialan koulutusohjelma

Opinnäytetyö

28.10.2013

Tekijät Otsikko Sivumäärä Aika	Saara Berg, Jenni Haatanen Vertaistoiminta sosiaalisena vahvistajana. Pienperhekahvila Pasilan alueen yhden vanhemman perheille. 40 sivua + 4 liitettä 28.10.2013
Tutkinto	Sosionomi AMK
Koulutusohjelma	Sosiaaliala
Suuntautumisvaihtoehto	Sosiaaliala
Ohjaajat	Lehtori Katja Ihamäki Lehtori Seija Mäenpää
<p>Opinnäytetyömme tarkoituksena oli toteuttaa perhekahvila yhden vanhemman perheille Pasilassa sekä selvittää palveleeko kyseinen vertaistoimintamuoto alueen perheiden tarpeita. Perhekahvilatoiminta on matalan kynnyksen vertaistukea, johon voi tulla mukaan missä vaiheessa tahansa. Työmme on toteutettu yhteistyössä Pienperheyhdistys ry:n kanssa, jonka tavoitteena on lisätä etenkin yhden vanhemman perheiden voimavaroja vertaistuen ja yhteisen tekemisen keinoin.</p> <p>Toiminnallinen opinnäytetyömme sai alkunsa alueella havaitusta tarpeesta. Pasilassa on paljon enemmän yhden vanhemman perheitä ja lastensuojeluasiakkuuksia kuin Helsingissä keskimäärin. Silti alueella ei ole lainkaan yhden vanhemman perheille suunnattua vertaistoimintaa. Työmme viitekehystenä on sosiaalinen vahvistaminen, johon on kytköksissä osallisuuden, yhteisöllisyyden ja voimaantumisen käsitteet. Innostimme kävijöitä osallistumaan toiminnan suunnittelu- ja toteutusprosessiin. Tavoitteena oli vertaistuen avulla edesauttaa kävijöiden osallisuuden ja voimaantumisen kokemuksia.</p> <p>Pienperhekahvila käynnistyi keväällä 2013 ja kokoontui yhteensä kuusi kertaa. Kahvilassa kävi yhteensä viisi eri perhettä, joista yksi oli mukana jokaisella tapaamisella. Kahvilailloissa oli joka kerralla sekä ohjattua tekemistä, että vapaata jutustelua. Lapsille oli oma leikittäjä, jotta vanhempien väliselle kohtaamiselle olisi tilaa ja myös lapsilla olisi mahdollisuus ohjattuun leikkihetkeen. Laadimme kevään viimeisen kahvilakerran kävijöille palautekyselyn, jonka pohjalta suunnittelimme syksyn toimintaa ja arvioimme pienperhekahvilan tarpeellisuutta. Toiminta päättyi syksyllä 2013.</p> <p>Kävijät kokivat vertaistuen muiden yhden vanhemman perheiden kesken tärkeäksi. Vertaistoiminnan toivottiin olevan vapaamuotoista yhdessä oloa ja siihen haluttiin osallistua joustavasti omien tarpeiden mukaan. Pienperhekahvilakokeilu osoitti, että vertaistoiminnan järjestämisen haasteita ovat tiedottaminen, luottamuksen hidas rakentuminen sekä osallistujien innostaminen sitoutumaan. Arvioinnin tuloksena tulimme johtopäätökseen, että tällä hetkellä Pasilan alueella ei ole kannattavaa järjestää vertaistukea perhekahvilan muodossa. Vertaistoimintaa voisi kehittää joustavamaksi esimerkiksi hyödyntämällä entistä enemmän sähköisiä viestintäkanavia tapaamisten järjestämisessä.</p>	
Avainsanat	vertaistoiminta, yhden vanhemman perheet, voimaantuminen, sosiaalinen vahvistaminen, osallisuus, yhteisöllisyys

Authors Title Number of Pages Date	Saara Berg, Jenni Haatanen Peer group activity as social reinforcement. Small family café to single parent families in Pasila area. 40 pages + 4 appendices 28 October 2013
Degree	Bachelor of Social Services
Degree Programme	Social Services
Specialisation option	Social Services
Instructors	Katja Ihamäki, Senior Lecturer Seija Mäenpää, Senior Lecturer
<p>The purpose of this thesis was to design and produce peer group activity, family café, to single parents in the area of Pasila, Finland and to find out if the peer group activity responds to the area's needs. The family café is working on low-threshold principle and the activity could be entered at any point. Our thesis was made in cooperation with The Single Parents' Association which works on supporting families through peer groups and other joint activity.</p> <p>Our thesis is functional and it was organized because there appeared to be a need for peer group activity in Pasila area. There are a lot more single parent families and child welfare customers in Pasila than in Helsinki on average. The frame of reference in our thesis is social reinforcement. It is also connected with the concepts of inclusion, empowerment and community. The aim was to inspire the attendants to participate in the design and implementation process of the peer group activity and enable their empowerment and reinforce their involvement.</p> <p>The family cafe was started in the spring 2013. Attendants were five different families, of which one was attending throughout the activity. Challenges of the peer group were advertisement, getting the participants to commit to the activity and the slow building of trust. Based on the low amount of participants we came to a conclusion that at the moment there wasn't a demand for communal activity targeted for single parent families in Pasila. The peer group met altogether six times and the activity was ended in the autumn 2013.</p>	
Keywords	Peer support activity, one-parent families, empowerment, social reinforcement, inclusion, community

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Pasila - yhden vanhemman perheiden asuinalue	3
2.1	Betonibrutalistinen asumissaareke	3
2.2	Aluekehittämistä Pasilassa	6
2.3	Yhden vanhemman perheiden haasteita	8
3	Lapsen oikeus lapsuuteen	10
3.1	Ennalta ehkäisevä lastensuojelutyö	10
3.2	Pienperheyhdistys ry – voimia vanhemmille, mahdollisuuksia lapsille	11
4	Sosiaalinen vahvistaminen hyvinvointia tukemassa	13
4.1	Sosiokulttuurinen innostaminen syrjäytymisen ennaltaehkäisijänä	13
4.2	Osallisuudesta voimaa – voimaantumisesta osallisuutta	15
4.3	Yhteisöllisyyttä luova vertaistuki	17
5	Vertaistoiminnan toteutus	20
5.1	Suunnittelu	20
5.2	Tiedottaminen	22
5.2.1	Ennen toiminnan alkua	22
5.2.2	Toiminnan käynnistyttyä	23
6	Pienperhekahvilan kokoontumiset	26
6.1	Tutustumista	26
6.2	Vappujuhlat	26
6.3	Aarrekartta	27
6.4	Palautekeskustelu	28
6.5	Syksyn toiminta	29
7	Arviointi	31
7.1	Palautekyselyn tulokset	31
7.2	Pienperhekahvilan tavoitettavuus	32
7.3	Pienperhekahvilan tarpeellisuus	33
8	Pohdinta	36
	Lähteet	38

Liitteet

Liite 1. Tiedotussuunnitelma

Liite 2. Tiedote 1. Uutta perhekahvilatoimintaa Pasilassa

Liite 3. Tiedote 2. Uusi perhekahvila Pasilassa

Liite 4. Asiakaspalautekyselyn runko

1 Johdanto

Vuosi 2010 oli EU-komission nimeämä Euroopan köyhyyden ja sosiaalisen syrjäytymisen torjunnan teemavuosi. Jokainen EU-maa toteutti teemavuotta omalla kansallisella ohjelmallaan ja Suomessa painopisteeksi valittiin osallisuus ja yhteenkuuluvuus. On aina ajankohtaista pohtia, miten osallisuus, yhteisöllisyys ja solidaarisuus toteutuvat yhteiskunnassa ja miten niitä voidaan edistää. Erittäin merkittäväksi aihekokonaisuus nousee etenkin taloudellisen laman aikana. (Lundblom – Herranen 2011: 4.) Viime aikoina Suomen hallitus on tarttunut nuorten syrjäytymiseen erilaisin tukitoimin. Samaan aikaan on kaavailtu uudistuksia, jotka heikentäisivät perheiden valinnan mahdollisuuksia päivähoidon ja kotihoidon tuen suhteen.

Toiminnallinen opinnäytetyömme toteutettiin yhteistyössä Pienperheyhdistys ry:n kanssa. Työmme tarkoituksena oli tuottaa ajankohtaista tietoa työelämän yhteistyökumppanillemme, jota se voisi hyödyntää toimintansa kehittämisessä. Toteutimme perhekahvilan Pasilan alueen yhden vanhemman perheille sekä pyrimme juurruttamaan sitä pysyväksi osaksi alueen toimintaa. Vertaistoiminnan tavoitteena on ollut tukea yhden vanhemman perheiden voimavaroja, arjessa jaksamista sekä sosiaalisten verkostojen muodostamista. Matalan kynnyksen vertaistoiminta on myös ennaltaehkäisevää lastensuojelutyötä.

Opinnäytetyömme kirjallisessa osuudessa avaamme ensin tutkimustietoa Pasilasta alueena sekä siellä toteutetuista aluekehittämishankkeista. Kerromme myös yhden vanhemman perheistä ilmiönä, avaamme ennaltaehkäisevän lastensuojelutyön näkökulmaa sekä kerromme, millä tavoin yhteistyökumppanimme Pienperheyhdistys toimii yhden vanhemman perheiden etujärjestönä. Luvussa neljä käsittelemme teoreettista näkökulmaamme sosiaalisesta vahvistamisesta ja avaamme siihen kiinteästi liittyviä käsitteitä osallisuutta, voimaantumista ja yhteisöllisyyttä sekä vertaistoiminnan merkitystä näiden vahvistamisessa. Luvussa viisi ja kuusi kerromme pienperhekahvilan käytännön toteutuksesta. Seuraavassa luvussa avaamme asiakaspalautekyselyn tuloksia sekä arvioimme toimintaa. Luvussa kahdeksan pohdimme opinnäytetyöprosessiamme ammattieettisyyden ja osallisuuden

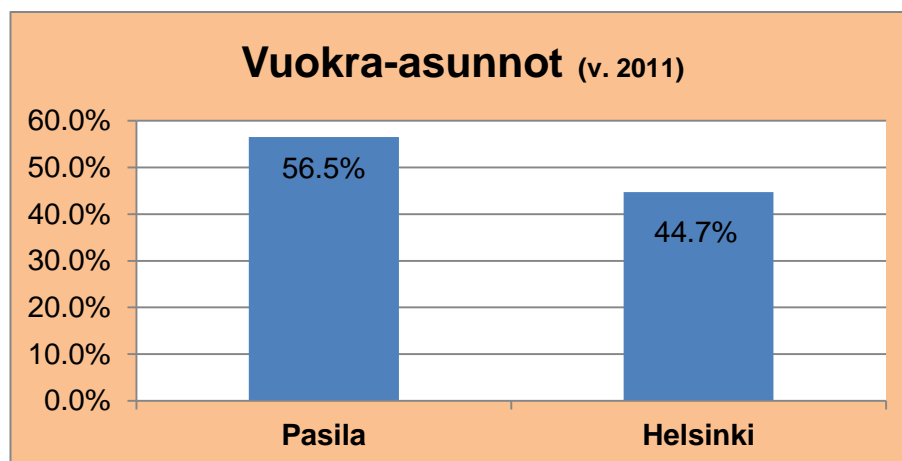
näkökulmasta sekä esitämme havaintojamme vertaistoiminnan jatkokehittämiseksi Pienperheyhdistyksessä.

2 Pasila - yhden vanhemman perheiden asuinalue

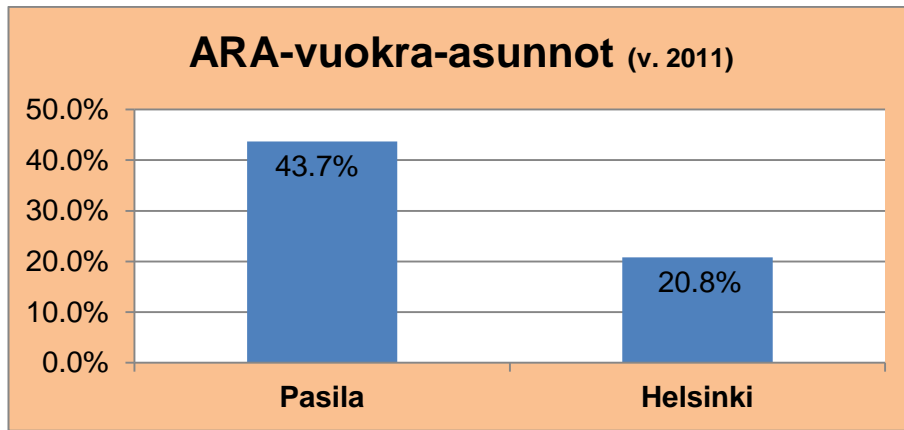
2.1 Betonibrutalistinen asumissaareke

Oma asuinympäristö vaikuttaa väistämättä ihmisen identiteettiin. Kaupunginosa, jossa asuu, on yleensä ensimmäisiä asioita, joita uuteen ihmiseen tutustuttaessa itsestä kerrotaan. Asuinpaikka on monille eräänlainen statussymboli. Kaikilla meillä on stereotyyppioita siitä, millainen on munkkiniemäläinen verrattuna kontulalaiseen. Asuinseutu voi siis vaikuttaa käsitykseen itsestä kansalaisena ja sitä kautta omanarvon tunteeseen. Asuntopulan vallitessa ja asuinkustannusten ollessa pilvissä monilla ei kuitenkaan ole mahdollisuutta valita missä asuu.

On huomattu, että vuokratolähiöihin keskittyvät monenlaiset sosiaaliset ongelmat, joissa ne voivat alkaa kasvaa, jos niihin ei puututa ajoissa. Pasila on yksi esimerkki alueesta, jolle on kasaantunut monenlaisia riskejä. Pasilaan on keskittynyt ihmisryhmiä, joiden omat voimavarat hukkuvat helposti monien elämän tuomien haasteiden alle. Alueella on paljon maahanmuuttajia, työttömiä, eläkeläisiä ja yksinhuoltajia. Viimeisimmän tilastotiedon mukaan (vuonna 2011) 56,5 % Pasilan asukkaista asui vuokralla, kun koko kaupungin keskiarvo on 44,7 %. Pasilassa peräti 43,7 % kaikista asunnoista oli vuoden 2011 tilastojen mukaan ARA-vuokra-asuntoja, kun luku koko Helsingissä on 20,8 % (Helsinki alueittain 2012: 26, 94.) ARA-vuokra-asunnot ovat valtion tuella rakennettuja vuokra-asuntoja, joita omistavat kunnat, muut julkisyhteisöt sekä yleishyödylliset yhteisöt (ARA-vuokra-asuntoja 2013).

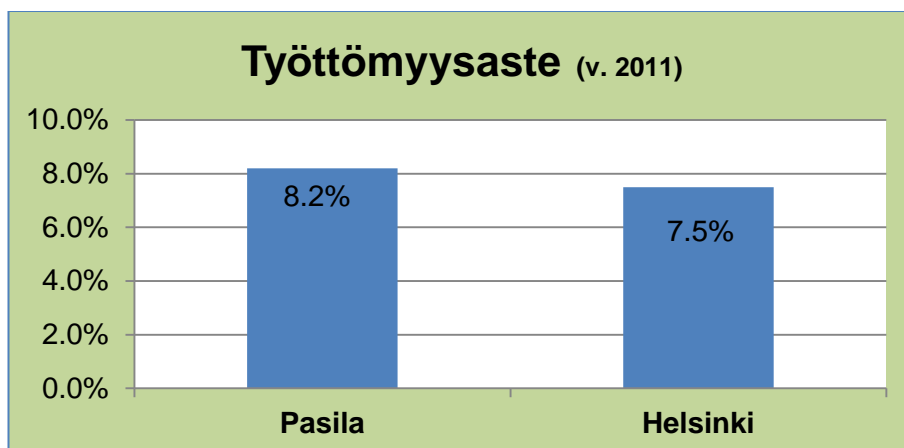


Kuvio 1. Vuoden 2011 Vuokra-asuntojen määrä Pasilassa ja Helsingissä (Lähde: Helsinki alueittain 2012).

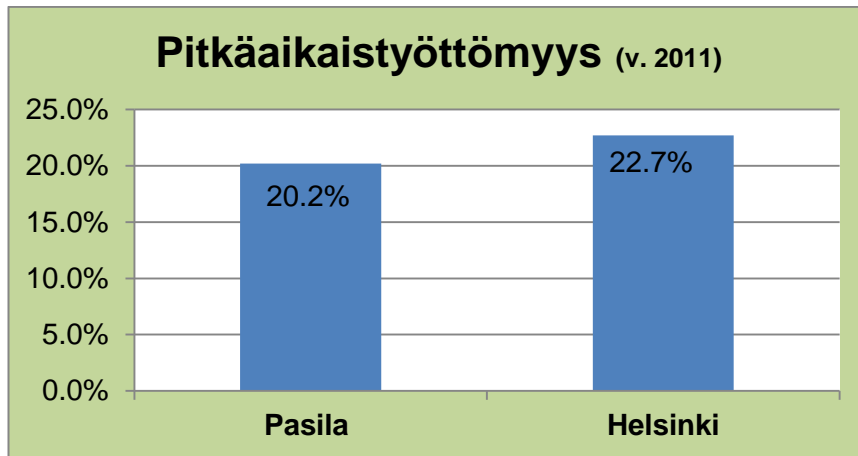


Kuvio 2. Kunta- ja julkisyhteisöjen omistamia ARA-vuokra-asuntoja asutti Pasilassa peräti 43.7 % vuonna 2011, joka on kaksinkertainen määrä Helsingin keskiarvoon verrattuna (Lähde: Helsinki alueittain 2012).

Pasilassa oli vuonna 2011 työttömiä 8,2 %, joista pitkäaikaistyöttömiä noin viidesosa (20,2 %) (Helsinki alueittain 2012: 95). Koko Helsingissä työttömyysasteen keskiarvo oli samana vuonna 7,5 %, josta pitkäaikaistyöttömiä oli puolestaan 22,7 % (Helsinki alueittain 2012: 27). Pasilassa vaikuttaisi siis olevan hieman suurempi työttömyysaste kuin Helsingissä keskimäärin, mutta pitkäaikaistyöttömyyttä hieman vähemmän. Työttömyysasteen suuruuteen voivat vaikuttaa esimerkiksi pätkätyöt, vanhempainvapaat tai opiskelu.

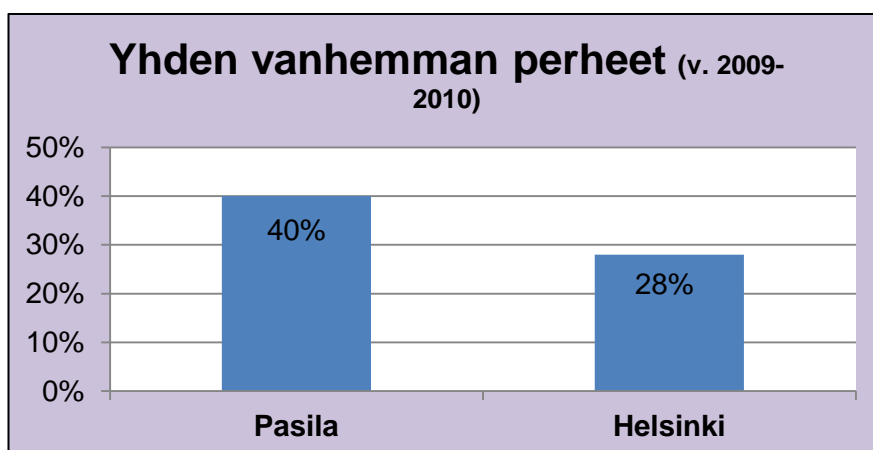


Kuvio 3. Pasilassa työttömyysaste oli vuonna 2011 hieman korkeampi kuin Helsingissä keskimääräisesti (Lähde: Helsinki alueittain 2012).

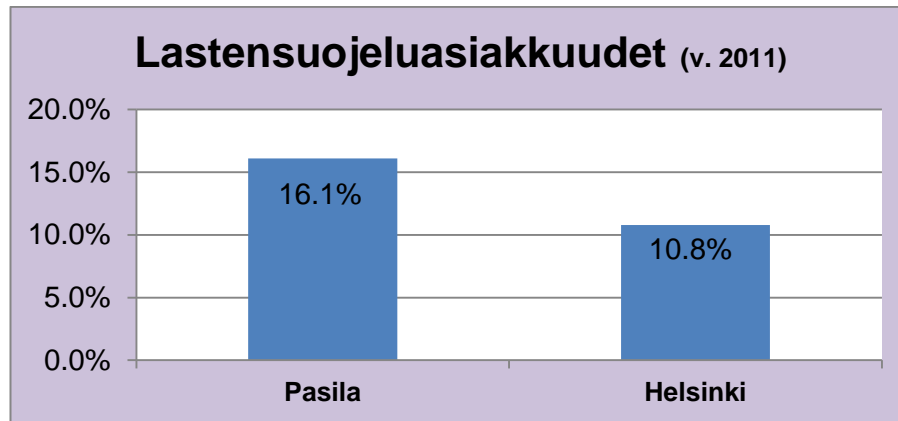


Kuvio 4. Pasilassa esiintyi vuonna 2011 pitkäaikaistyöttömyyttä, mutta määrä ei ylittänyt Helsingin keskimääräistä arvoa (Lähde: Helsinki alueittain 2012).

Pasilan lapsiperheistä vuodenvaihteessa 2009-2010 noin 40 %:ssa on vain yksi aikuinen (Helsinki alueittain 2012: 13). Helsingissä keskimäärin yhden vanhemman perheiden osuus lapsiperheistä vuonna 2011 oli 28 % (Alueelliset erot lapsiperheiden yleisyydessä ovat pieniä 2012). Pasilan peruspiirissä on siis huomattavasti enemmän yhden vanhemman perheitä kuin muualla Helsingissä. Huoltajana on lähes aina äiti. Helsingissä ylipäättään on paljon yksin lastaan huoltavia, sillä muualla Suomessa yhden vanhemman perheiden lukumäärä on noin 20 % (Isojen lapsiperheiden lukumäärä pysynyt samana 2012). Pasilan alueen lapsiperheissä on myös paljon pahoinvointia. Vuonna 2011 16,1 % Pasilan alueen alle 17-vuotiaista oli lastensuojelun asiakkaita, kun sama luku koko Helsingin alueella oli 10,8 % (Helsinki alueittain 2012: 27,94)



Kuvio 5. Yhden vanhemman perheet Pasilassa ja Helsingissä vuodenvaihteessa 2009-2010. Pasilan alueella on enemmän yhden vanhemman perheitä kuin Helsingissä keskimäärin (Lähde: Helsinki alueittain 2012).



Kuvio 6. Vuonna 2011 lastensuojeluasiakkuuksia oli Pasilassa 16.1 % ylittäen Helsingin keskimääräisten asiakkuuksien määrän (Lähde: Helsinki alueittain 2012).

Olemme tässä kappaleessa tarkastelleet karkeasti Pasilan alueen sosioekonomista tilannetta. On tärkeää ymmärtää, millaisessa sosioekonomisessa asemassa alueen väestö on, jotta sosiaalityötä voidaan kehittää vastaamaan alueella nousseisiin tarpeisiin. Saattaa kuitenkin käydä niin, että tilastotiedon valossa vaikuttaa tarpeelliselta järjestää esimerkiksi ennaltaehkäisevää lastensuojelutyötä, mutta käytännössä se ei tavoita kohdehenkilöitä. Tähän vaikuttavia tekijöitä voivat olla muun muassa tiedon huono kulkeminen tai epävarmuuden tunteet hakeutua palveluiden piiriin. On myös tärkeää huomioida, että tilastot kertovat vain osan totuudesta.

2.2 Aluekehittämistä Pasilassa

Pasilan alueen haasteisiin on pyritty vastaamaan erilaisin hankkein. Itä-Pasila oli vuosina 2001-2004 mukana sosiaalikeskuksen järjestämässä positiivisen diskriminaation hankkeessa, jossa pyrittiin kehittämään varhaisen puuttumisen strategioita lapsiperheiden palveluissa. Tavoitteena oli innovoida uusia keinoja huolen puheeksi ottamiseen ja perheiden varhaisvaiheen tukemiseen, ennen kuin lastensuojelun tukitoimia tarvittaisiin. (Mattila 2005: 1.) Pasilan asukastalon toiminta lähti liikkeelle projektista vuonna 2008 ja sitä toteutetaan Helsingin kaupungin ja Kalliolan Settlementin yhteistyönä. Projektin loppuraportin (Väisänen 2011: 6, 9, 19) mukaan tavoitteena on, että eri väestöryhmien välinen kommunikointi lisääntyisi, asukkaiden ja alueen toimijoiden välinen yhteistyö vahvistuisi ja asukkaiden omaehtoinen toiminta mahdollistuisi. Asukastalotoiminnan läpileikkaavana elementtinä on yhteistyöhön ja yhteisöllisyyteen kannustaminen. Toiminta pohjaa settlementityön arvoihin, jotka ovat erilaisuuden hyväksyminen, luottamus ihmisen ja yhteisön kykyyn

ratkaista itsenäisesti ongelmia, tasa-arvoisuus sekä yksilön oikeuksien kunnioittaminen.

Media luo paljon mielikuviamme. Esimerkiksi Itä-Pasilalla on ollut maine turvattomana ja harmaana radanvarsilähiönä. Viime vuosina Pasilan alue on kuitenkin saanut myös positiivista huomiota. Keski-Pasilan suunnittelussa on lähdetty visiosta, jonka mukaan Pasila kehittyi tulevana vuosina merkittäväksi ja elinvoimaiseksi keskuksesi liikennehankkeiden ja lisärakentamisen kautta (Pasila n.d.). Ympäristöjärjestö DODO:n designpääkaupunkivuoden 2012 myötä perustama kaupunkiviljelypuutarha Pasilan ratapihalla on ollut esillä kaupunkiviljelyn kokeilukenttänä ja tuonut inspiraatioita sellaisen kaupunkielämän ja -ympäristön kehittämiseksi, jossa huomioidaan uudenlainen yhteisöllisyys ja ympäristökysymykset (Kääntöpöytä 2012). Itä-Pasila taas sai ”kasvojenkohotuksen” YLE:n kesällä 2012 esittämässä Sissipuutarhurit -ohjelmasarjassa, jonka päätarkoituksena on innostaa ihmisiä töihin oman asuinalueensa vehreyttämiseksi. Ohjelma kannustaa kansalaistoimintaan: ”Byrokratia hiiteen, kuokka käteen ja hommiin!”

Ympäristön sosiaaliseen ja esteettiseen viihtyisyyteen tulisi panostaa etenkin alueella, jonka asukkaista monet viettävät päivänsä lähikulmilla työttömyyden, perhetilanteen tai muun syyn vuoksi. On tärkeää nähdä ympäristö moniulotteisena kokonaisuutena, jossa esteettisyys, toiminta- ja vaikuttamismahdollisuudet sekä sosiaalinen hyvinvointi liittyvät yhteen kaikki toisiaan ruokkivasti. Pasilan asukastalo onkin mahdollistanut puitteet erilaisille asukkaista itsestään lähteville hankkeille esimerkiksi Itä-Pasila iskuun! -projektille, joka syntyi asukkaiden tarpeesta tehdä asuinseudustaan kauniimpi ja viihtyisämpi. Vuosina 2012–2013 toteutetussa hankkeessa oli mukana parikymmentä Pasilassa asuvaa muotoilun ja taiteen ammattilaista sekä alueen muita asukkaita, toimijoita sekä Helsingin kaupungin eri virastoja. Viihtyisyyden nähtiin syntyvän esteettisyydestä ja yhteisöllisyydestä. Tarkoitus oli koota pasilalaisia yhteen, lisätä kiinnittymistä kotiseutuun sekä nostaa alueen erityispiirteet kuten monikulttuurisuus voimavaraksi. Erilaisin tempauksin pyrittiin lisäämään ihmisten vaikuttamismahdollisuuksia omaan ympäristöönsä sekä nostamaan esiin, että vaikka alue on arkkitehtuurisesti ”betonibrutalistinen asumissaareke”, voi sinne luoda omaleimaista kauneutta. (Itä-Pasila iskuun! 2012.)

2.3 Yhden vanhemman perheiden haasteita

Yksinhuoltajuus, tai kuten nykyään käytetään – yhden vanhemman perhe, on käsitteenä monimuotoinen. Tilastoissa se määräytyy asumisen perusteella ja käsittää perheet, joissa asuu yksi vanhempi ja vähintään yksi alaikäinen, alle 18-vuotias lapsi. Useimmissa tapauksissa avo- tai avioeron jälkeen lapselle jää kuitenkin kaksi huoltajaa. Yhteishuoltajuudesta sovitaan yli 90-prosenttisesti erotapauksissa. (Haataja 2009: 46, 47.) Työssämme käytämme yhden vanhemman perhe -käsitettä Pienperheyhdistyksen linjauksen mukaisesti eli huomioon ottaen ihmisen subjektiivisen kokemuksen omasta perhetilanteestaan. Mukana voi olla alusta pitäen ilman toista vanhempaa lasta kasvattavia, eronneita, yhteishuoltajia sekä jossakin tapauksissa uusperheellisiäkin.

20 % maamme lapsiperheistä on yhden vanhemman perheitä. Silti yhteiskunnan tukirakenteet perustuvat malliin, jossa perheessä on kaksi aikuista. Lapsen yksin huoltamiseen liittyy monia henkisiä ja taloudellisia paineita, jotka voivat heikentää osallisuutta yhteiskunnassa. Sen lisäksi, että yhden vanhemman perheissä on pulaa ajasta ja jaksamisesta, voi niukkuutta olla taloudellisestikin. Etuudet, kuten lapsilisä ja vanhempainpäiväraha ovat jääneet pahasti jälkeen muusta tulonkasvusta. 27 % yhden vanhemman perheistä luokitellaan pienituloisiksi, kun kahden vanhemman perheissä luku on 10 %. (Tuominen 2010; Lapsilisä-projekti 2013.) Yhden vanhemman perheissä etenkin lapsiin kohdistuva köyhyys on kahden vanhemman perheitä huomattavasti suurempaa ja se on kolminkertaistunut vuosina 1995–2007 (Lammi–Taskula - Karvonen: 2009: 86).

Huonon koulutuksen ohella työttömyys on oleellinen seikka, joka johtaa pienituloisuuteen. Yksin lasta kasvattavien äitien työttömyysaste on kaksinkertainen verrattuna parisuhteessa eläviin. Paluu työelämään hoitovapaan jälkeen on vaikeutunut muun muassa työelämän vaatimusten ja puutteellisen päivähoitojärjestelmän vuoksi. Myös ero lapsen kanssa yksin asuvien ja parisuhteessa elävien äitien koulutustasossa on kasvanut. Yhden vanhemman perheiden äidit ovat vähemmän koulutettuja, mihin voi vaikuttaa vaikeus yhdistää opiskelu ja perhe-elämä opintotuen huoltajakorotuksen poistamisen myötä. Köyhyys vähentää vanhempien jaksamista ja kaventaa lasten mahdollisuuksia niin opintojen kuin harrastustoiminnan suhteen (Tuominen 2010; Lapsilisä -projekti 2013.)

Eräs yhden vanhemman perheiden haasteista on vanhemman yksinäisyyden tunteet. Mikäli tukiverkosta ei ole tai arjen töitä voidaan jakaa, johtaa se helposti elämän kuormittumiseen. Tiikkaisen (2011: 65) mukaan yksinäisyyteen vaikuttavat tekijät liittyvät sekä persoonaan että tilanteisiin. Persoonaan liittyvät tekijät voivat olla esimerkiksi ujous, masentuneisuus tai heikko itsetunto. On myös todettu, että yksinäiseksi itsensä kokevilla on yhteisiä piirteitä, kuten huonot sosiaaliset taidot ja haluttomuutta sosiaalisten riskien ottamiseen. Yksinäisyyden tunteisiin voidaan puuttua kehittämällä sosiaalisia taitoja. Vuorovaikutussuhteet ystävien tai vertaisten kanssa johtavat liittymiseen, joka puolestaan mahdollistaa yhteenkuuluvuuden ja samankaltaisuuden tunteita. (Tiikkainen 2011: 70, 74.)

Yksinäisyys on yksi tämän päivän suurimmista ongelmista. Etenkin yhden vanhemman perheissä yksinäisyys voi käydä sietämättömäksi, kun arjessa jaksaminen hankaloituu. Vuonna 2012 kriisipuhelimeen soittaneista asiakkaista jopa 18 % kertoi soittonsa syyksi yksinäisyyden. Tämän ohella suurimmat syyt soittoon olivat ahdistuneisuus 14 % ja parisuhde- tai perheongelmat 9 % (Suomen Mielenterveysseura 2012: 3). Yksinäisyys voi perustua vapaaehtoisuuteen, mutta sen taustalla voi olla myös psyykkisiä ongelmia. Usein masentunut ihminen kokee olevansa huonoa seuraa toisille. Yksinäisyyden pitkittyminen johtaa helposti yksinäisyyden kierteeseen, jolloin osallistuminen koetaan vaikeana. Koska toimintaan ei lähdetä mukaan, ei myöskään tavata uusia ihmisiä, jolloin yksinäisyyden tunne syvenee entisestään. Tämä puolestaan johtaa siihen, ettei osallistua jakseta enää lainkaan. Masentuneena ihminen helposti kääpertyy omaan itseensä eikä jaksakaan hakeutua muiden ihmisten seuraan (Nevalainen, 2009: 104-105, 66). Pienperhekahvilatoiminnalla pyritään yhteisöllisyyteen ja siihen, että jokainen voi osallistua toimintaan omilla ehdoillaan. Yhdessä tekemiseen kannustetaan ja toimintaa pyritään muokkaamaan osallistujille mieluisaksi.

3 Lapsen oikeus lapsuuteen

3.1 Ennalta ehkäisevä lastensuojelutyö

Syrjäytyminen voi alkaa jo lapsesta, jos vähävaraisuuden takia ei pysty osallistumaan harrastuksiin tai koulun retkiin. Vähävaraisuus myös heikentää terveyttä, alentaa koulutustasoa, eristää sosiaalisesti, aiheuttaa häpeän tunnetta ja heikentää itsetuntoa. (Tuominen 2010; Lapsilisä-projekti 2013.) YK:n Lasten oikeuksien sopimus kiteytyy lapsen oikeuteen tulla suojelluksi, oikeutena riittäviin voimavaroihin ja oikeutena osallistumiseen (Aula 2008: 65; YK:n yleissopimus lasten oikeuksista 1989). Maksuton perhekahvilatoiminta on kaikkien perheiden saatavilla taloudellisesta tilanteesta riippumatta. Toiminta voi vahvistaa lasten oikeutta osallistumiseen, jos vertaistoimintaa järjestettäessä otetaan huomioon myös lasten vertaistuen ja omien kiinnostuksen kohteiden mukaisen tekemisen tarve. Ohjattua vertaistoimintaa voidaan perhekahvilassa järjestää käyttämällä sellaista ulkopuolista leikittäjää, joka kykenee ottamaan lapsen näkökulman huomioon.

Sosiaalisen tukiverkoston puuttuminen ja voimavarojen sekä taloudellisten resurssien vähäisyys vaikuttavat suoraan lapsen elämään, joka osaltaan voi johtaa lastensuojeluasiakkuuden syntymiseen. Perheissä yleisimpiä pahoinvoinnin tekijöitä taloudellisten ongelmien ohella ovat esimerkiksi turvattomat tai vaihtuvat ihmissuhteet, impulsiivinen tai aikuiskeskeinen elämäntyyli. Lasten pahoinvointiin liittyvät keskeisesti vaaran ja puutteen käsitteet. Puutteen käsitteet ovat usein suhteellisia ja kytköksissä arvoihin ja käsitteisiin. Vaara voi liittyä hetkelliseen tilanteeseen, esimerkiksi kriisiin. On kuitenkin tärkeää selvittää, heikentävätkö vaaratilanteet elämänlaatua ja onko lapsen kasvu ja kehitys lastensuojelulain silmissä vaarassa (Törrönen 1994: 57, 62.) Pienperhekahvilan tarkoitus on osallisuuden vahvistaminen ja sitä kautta arjessa jaksamisen tukeminen. Myös lapset voivat saada vertaistukea tutustumalla muihin perheisiin.

Ehkäisevällä lastensuojelutyöllä pyritään lasten ja nuorten turvalliseen kasvuun ja kehitykseen sekä riittävään osallisuuteen. Työn tarkoituksena on toteuttaa Lasten oikeuksien sopimuksen periaatteita (Sosiaaliportti, Lastensuojelun käsikirja, n.d). Ehkäisevän lastensuojelutyön keinoin puututaan tilanteeseen, jossa esiintyy tarvetta vanhemmuuden tukemiseen. Koska tilanteeseen tartutaan heti alkumetreillä, ehkäisevällä lastensuojelutyöllä voidaan estää lastensuojelun asiakkuuden syntyminen.

Lastensuojelulaissa ehkäisevällä lastensuojelulla tarkoitetaan lapsen kasvun, kehityksen ja hyvinvoinnin edistämistä ja turvaamista, sekä vanhemmuudessa tukemista erilaisin palveluin ja tukitoimin (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417, 2§, 3a§). Ehkäisevä lastensuojelutyö perustuu vanhemmuuden vahvistamiseen ja lasten turvallisen ympäristön varmistamiseen. Jotta perheitä voidaan auttaa ennen akuuttivaiheen puhkeamista, on äärimmäisen tärkeää, että vanhemmat tulevat kuulluksi ilman pelkoa siitä, että heidän vanhemmuuttaan kyseenalaistetaan. Omaehtoinen matalan kynnyksen vertaistoiminta on näin ollen omiaan arjessa jaksamisen tueksi.

3.2 Pienperheyhdistys ry – voimia vanhemmille, mahdollisuuksia lapsille

Opinnäytetyömme työelämäkumppanina toimi Pienperheyhdistys ry, johon tutustuimme työelämänharjoittelujaksolla. Pienperheyhdistys on uskonnollisesti ja poliittisesti sitoutumaton kansalaisjärjestö, jonka tarkoituksena on edistää lapsen aseman parantamista ja tasa-arvoisen lapsuuden toteutumista. Se on perustettu vuonna 1968 Helsingin ensikodissa asuneiden yksinhuoltajaäitien toimesta. Järjestö pyrkii turvaamaan lasten hyvinvointia edistämällä lapsen aseman parantamista yhteiskunnassa sekä kehittämällä ennaltaehkäisevää lastensuojelutyötä. Päämääränä toiminnassa on antaa voimia vanhemmuuteen ja mahdollisuuksia lapsille vertaistuen sekä yhteisen toiminnan kautta. (Toimintasuunnitelma 2012: 3-4.)

Järjestöillä on erityinen merkitys sosiaalisessa vahvistamisessa ja sosiaalisen pääoman lisäämisessä. Järjestöissä kansalaiset voivat toimia yhdessä tärkeiksi kokemiensa asioiden puolesta. Osallistuminen ja vastuun ottaminen yhteisössä kiinnittää myös yhteiskuntaan ja ehkäisee näin syrjäytymistä. (Seppälä 2011: 150.) Pienperheyhdistyksen tärkeänä yhteiskunnallisena tehtävänä onkin toimia yhden vanhemman perheiden aseman parantamiseksi sekä muokata yleistä mielipidettä erilaisia perhemuotoja hyväksyväksi (Toimintasuunnitelma 2012: 4). Yksinhuoltajien asemaa on nostettu esiin muun muassa 2010–2012 toimineessa Lapsilisä -projektissa. Projektin tarkoituksena oli tehdä lapsiperheköyhyyttä näkyväksi yksinhuoltajan näkökulmasta ja vaikuttaa yksinhuoltajaperheitä köyhdyttäviin rakenteisiin. Toisaalta sen toivottiin rohkaisevan yksinhuoltajia verkostoitumaan ja vaikuttamaan itseä koskeviin asioihin. (Lapsilisä-projekti 2013.)

Tärkeäksi vanhemman jaksamisen kannalta koetaankin erilaisten tukiverkostojen vahvistuminen. Mummila- sekä mieskaveritoiminnan tavoitteena on saada vapaaehtoisten avulla lisää aikuisuutta lapsen elämään. Mieskaveri mahdollistaa turvallisen miehen mallin niille lapsille, joilla ei ole kontaktia omaan isään tai muihin aikuisiin miehiin. Mummila-toiminnan tarkoituksena on rikastuttaa perheiden elämää sekä lisätä sukupolvien välistä kanssakäymistä. (Toimintasuunnitelma 2012: 11, 14.) Vertaistuen tarkoituksena on lisätä vanhemman osallisuuden kokemusta ja voimaantumista keskinäisen tuen ja uusien yhdessä luotujen näkökulmien avulla. Muita samassa tilanteessa olevia perheitä voi tavata erilaisissa ryhmissä sekä tapahtumissa. (Toimintasuunnitelma 2012: 6.)

Pienperheyhdistyksen kehittämistavoitteita vuonna 2012 oli muun muassa kansalaistoiminnan sekä vapaaehtoistoiminnan kehittäminen. Pyrkimyksenä on ollut kannustaa jäseniä vaikuttamaan yhdistyksen toimintaan sekä innostamaan omaehtoiseen tekemiseen vertaisohjaajuuden kautta. Vertais- ja vapaaehtoistoimintaa on pyritty vahvistamaan luomalla toiminnalle yhä parempia toimintaedellytyksiä sekä rakenteita, kuten koulutusta, työnohjauksellista tukea sekä palkitsemista. (Toimintasuunnitelma 2012: 5.)

Muita tavoitteita oli juurruttaa projekteissa kehitettyjä hyviä käytäntöjä yhdistyksen kaikkeen toimintaan ja levittää niitä muuallekin yhdessä yhteistyökumppaneiden kanssa (Toimintasuunnitelma 2012: 5). Aiommekin hyödyntää kehitystyössämme tietoa ja käytäntöjä, joita Pienperheyhdistys on tuottanut projekteissaan, kuten Lapsilisä-projekti (2010—2013) ja Miina-projekti väkivaltaa kokeneille naisille (2008—2013). Näissä projekteissa painopisteenä on ollut kyseisten ryhmien osallisuuden sekä voimaantumisen tukeminen vertaistoiminnan avulla.

4 Sosiaalinen vahvistaminen hyvinvointia tukemassa

4.1 Sosiokulttuurinen innostaminen syrjäytymisen ennaltaehkäisijänä

Sosiaalinen vahvistaminen voidaan määritellä kokonaisvaltaiseksi yksilöiden ja yhteisöiden elämänhallinnan ja hyvinvoinnin tukemiseksi. Pääpainona ovat ennaltaehkäisevät toimet, kuten vaikuttamisen mahdollisuuksien sekä osallisuuden kokemuksien vahvistaminen. (Mehtonen 2011: 13.) Esimerkiksi vertaistoiminta on tärkeä ennaltaehkäisevä keino, jonka avulla yksilön voimavaroja voidaan kasvattaa ja arjessa jaksamista parantaa, sillä se tukee yhteisöllisyyden tunnetta ja osallistumista. Vahvistaminen tarkoittaa yksilön kykyä löytää omat voimavaransa ja sen avulla hallita omaa elämäänsä ja siihen liittyviä tekijöitä. Vahvistamiseen liittyy olennaisesti osallisuuden käsitteet, joiden avulla yksilön vahvistuminen ja voimaantuminen on mahdollista.

Lämsä (2009: 29) määrittelee syrjäytymisen tilanteeksi, jossa yksilö jää yhteiskunnan keskeisten toiminta-alueiden ulkopuolelle sekä sosiaalisesti ja kulttuurisesti arvostetun elämän valtavirran ulkopuolelle. Syrjäytyminen on eron tekemistä niistä ihmisistä tai ihmisryhmistä, jotka ovat ulkopuolisia suhteessa muuhun yhteisöön. Syrjäytyminen onkin käsitteenä hyvin leimaava, negatiivissävytteinen ja yksilöä syyllistävä. Myös Mehtosen (2011: 18) mukaan syrjäytymisen leima lyödään ihmiseen ulkopuolelta tilanteessa, jossa yksilön ja yhteiskunnan välisiä normiristiriitoja ei ole kyetty ratkaisemaan. Sosiaalisen vahvistamisen käsite sen sijaan ei ole leimaava, koska siinä ei pyritä määrittelemään yksilön puolesta, mitä hyvän elämän kuuluu olla. Sosiaalinen vahvistaminen on prosessinomaista asiakkaan elämäntilanteen ja -hallinnan vahvistamista.

Sosiaalisen vahvistamisen ammatillinen työ suuntautuu yksilön persoonan kasvuun ja yhteiskuntaan kiinnittymisen turvaamiseen erilaisissa toimintaympäristöissä yhdessä ihmisten ja yhteisöjen kanssa. Työn sisällöt ja käytänteet määrittyvät kunkin organisaation tarpeiden ja työntekijöiden ominaisuuksien mukaan (Mehtonen 2011: 16.) Sosiaalista vahvistamista voidaan toteuttaa käytännössä esimerkiksi sosiokulttuurisen innostamisen keinoin. Innostamisella pyritään ihmisen henkilökohtaisen turvallisuuden luomiseen ja tunnealueen elämän rikastuttamiseen. Innostajan tärkeitä ominaisuuksia ovat luovuus, ilmaisun herkkyys ja spontaanius. Innostajan henkilökohtaiset ominaisuudet, sekä asenteet ja odotukset vaikuttavat

pitkälti siihen, millaisena innostajana hän toimii. (Kurki 2000: 80, 83.) Innostamisen menetelmiin voi liittyä esimerkiksi käden taidot ja muita taiteellisen ilmaisun tapoja, joiden avulla ihminen voi löytää yllättäviä voimavaroja itsestään. Vertaistoiminnassa innostaminen voi tarkoittaa kävijöiden aktivoimista osallistumaan yhteiseen tekemiseen kuten askarteluun, leikkiin tai yhteisten juhlien ideointiin.

Sosiokulttuurinen innostaminen tapahtuu yhteisen kokemisen kautta ja sen lähtökohdana on aina ihmisen oma osallistuminen ryhmän yhteisen päämäärän saavuttamiseksi. Innostaminen on jokaisen osallistujan persoonallista kokemista sekä ryhmän tai yhteisön jäsenten yhteistä kokemista. Innostaminen on siis ryhmien ja niiden jäsenten saattamista liikkeelle (Kurki 2000: 78, 88, 89.) Innostamiseen voidaan kannustaa ja motivoida, mutta on yksilöstä tai ryhmästä kiinni, tapahtuuko innostamisen prosessia vai ei.

Innostajana tarvitaan kykyä ihmisen herkistämiseen. Ilman herkistämistä ja motivoitumista ei synny aitoa osallistumista. Yksilön motivaation taustalla vaikuttavat hänen kulttuuriset tarpeensa ja se, mitä ihminen itse tahtoo. Herkistäminen liittyy ihmisen herättelemiseen, siihen, että hänen tietoisuuttaan kosketetaan. Motivaatio puolestaan on ihmisen tiettyjen intressien herättelemistä asioihin, jotka hän kokee oman elämänsä kannalta merkityksellisiksi (Kurki 2000: 133.) Pienperhekahvila on ihmisten intressien herättelemistä, sillä tarkoituksena on kohderyhmän verkostoitumisen ja yhteisöllisyyden kokemuksen tukeminen. Parhaassa tapauksessa vertaisryhmät voivat tehdä kansalaisaloitteita oman elämäntilanteensa parantamiseksi ja siten osallistua yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen.

Jotta innostaminen on mahdollista, vaatii se vuorovaikutuksellisen yhteisön rakentumisen, jossa jäsenet kokevat toiminnan merkitykselliseksi ja ovat siihen sitoutuneita. Aito yhteisö on puolestaan sellainen, jossa sosiaalinen toiminta on yhteisten arvojen sekä intressien ohjaamaa. Lisäksi sen tunnusmerkkejä ovat muun muassa avoimuus, dialogi ja pysyvyys. Jotta voidaan saada aikaan aito yhteisö, vaaditaan siihen ensin sellainen jakamisen muoto, joka juurtuu syvälle (Kurki 2000: 129, 130.) Yhteisöllisyyden tunne voidaan saavuttaa, mikäli sen yhteisön jäsenten välillä vallitsee luottamuksen ja avoimuuden ilmapiiri. Sosiokulttuurisen innostamisen näyttämönä voi toimia esimerkiksi vertaisyhteisö.

4.2 Osallisuudesta voimaa – voimaantumisen osallisuutta

Osallisuus voidaan nähdä vastakohtaisena prosessina syrjäytymiselle. Se on oikeutta omaan identiteettiin osana perhettä, muuta yhteisöä tai yhteiskuntaa. Se myös edellyttää aitoa sitoutumista vastuun kantamiseen ja saamiseen yhteisöä koskeissa asioissa. (Gretschel - Kiilakoski 2007: 12-14.) Siitosen (1999: 61) mukaan voimaantumisen ydinkäsite on sisäinen voimantunne, joka liittyy myönteiseen ja positiiviseen ilmapiiriin, vapauteen, arvostukseen ja vastuun ottamiseen. Lisäksi siihen liittyy oleellisesti luottamus omaan ympäristöön ja omiin kykyihin, mikä taas edesauttaa ihmisen itsenäisyyden tunnetta.

Osallisuus yhteisössä voi lisätä yksilön uskoa omiin kykyihin ja vaikutusmahdollisuuksiin ja edesauttaa yksilön voimaantumista. Toisaalta voimaantuminen voi johtaa osallisuuden lisääntymiseen omassa yhteisössä. Siitosen (2007: 1; 1999: 61) mukaan voimaantuminen voi kannustaa vastuulliseen elämäntapaan ja näin ollen ennalta ehkäistä ongelmien syntyä. Se perustuu yksilön vapauteen, itsenäisyyteen ja voimavaroihin. Yksilön voimaantuminen vaatii myönteistä kannustusta, turvallista ilmapiiriä ja ennen kaikkea arvostuksen kokemusta. Voimaantuminen lähtee yksilön omista lähtökohdista, kukaan muu ei voi voimaantuttaa toista ihmistä. Voimaantuessaan yksilö kokee henkilökohtaisen hallinnan tunteen vahvistuneen ja havahtuu omiin mahdollisuuksiinsa vaikuttaa ympäröiviin olosuhteisiin. Näin ollen päämäärien saavuttaminen kasvavan elämäntapaan kautta mahdollistuu. (Räsänen 2006: 79.)

Voimaantumiseen liittyy tiiviisti sosiaalisuus. Vaikka se on henkilöstä itsestään lähtevä prosessi, saattavat tietyt toimintaympäristöt vaikuttaa yksilöön niin, että hän ikään kuin ”itsestään” löytää työkalut omaan voimaantumiseensa. Voimaantunut ihminen on käynyt läpi muutosprosessin, jonka aikana hän on löytänyt voimavaroja itsestään ja on sitä kautta itsestään määräävä yksilö, joka on vapautunut ulkoisesta pakosta (Siitonen 1999: 93.) Vertaistoiminta voi tarjota turvallisen ympäristön yhteenkuuluvuuden ja hyväksytyksi tulemisen kautta ja näin herätellä osallistujissaan itsevarmuutta ja lisätä pärjäämistä omassa elämäntilanteessa.

Perheiden osallisuutta vahvistettaessa tulee ottaa huomioon myös se, miten lapset kokevat osallisuuden. Aulan (2008: 68, 69) mukaan lapsen osallisuus mahdollistuu, kun lähellä on lasta arvostavia, kuuntelemaan ehtiviä ja vuoropuheluun halukkaita

aikuisia. Osallisuuteen kuuluu lapsen oikeus saada tietoa ja mahdollisuus vaikuttaa. Ympäristön tulee antaa lapselle mahdollisuus itseilmaisuun ja tarvittaessa tukea häntä siinä. Lapsen yksilöllisyys tulee ottaa huomioon mahdollisuutena valita millä tavoin hän osallistuu sekä kunnioittaa lapsen toivetta olla osallistumatta niin halutessaan. Osallistuminen voimaannuttaa, kiinnittää lasta yhteisöön ja näin ollen voi tuoda lapselle tunteen itsestä tärkeänä olentona.

Eniten ihmisten toimintamahdollisuuksia kaventavat välinpitämättömyys ja kyynisyys. Yleinen haluttomuus vaikuttaa asioihin syntyy kokemuksesta, ettei itseä koskeviin päätöksiin voi kuitenkaan vaikuttaa. Tärkein tehtävä osallisuuden lisäämiseksi onkin välinpitämättömyyden kulttuurin murtaminen. (Gretschel - Kiilakoski 2007: 11.) Osallistuminen on kulttuurinen asia, johon kasvaminen lisää toisen mielipiteen huomioon ottamista, vastavuoroisuutta ja vastuun ottamista lähiyhteisöstä myös myöhemmässä elämässä (Aula 2008: 69). Siksi olisikin tärkeää jo lapsena oppia tapoja osallistua sekä saada kokemuksia siitä, että omilla mielipiteillään voi vaikuttaa asioihin. Perhe on lapsen tärkein osallistumisen paikka, mutta sen ohella lapsi voi saada osallisuuden kokemuksia muun muassa päivähoitossa, kerhoissa ja harrastuksissa.

Uusia tapoja osallistua onkin mahdollista oppia vielä aikuisenakin, jos siihen on järjestetty mahdollisuus. Toivan (2002: 17) mukaan kansalaisten osallisuutta on viime vuosikymmenien kehittämistyön tuloksena ruvettu vahvistamaan kaikessa päätöksenteossa. Byrokraattisesta viranomaisyhteiskunnasta ollaan astumassa kohti kansalaisyhteiskuntaa, jossa ihminen ei ole vain asiakas tai äänestäjä, vaan osallistuja ja vaikuttaja. Aktiivisuuden ja osallisuuden edistämiseksi tulisi kuitenkin tarkastella yksilön henkilökohtaisia haasteita ja miten hänen sosiaalinen ympäristönsä ja suhteensa ovat niihin kietoutuneet. Aktivoiminen voi valua hukkaan, jos se on ulkoapäin saneltua, sillä jokainen ihminen tarvitsee ennen kaikkea heidän itsensä määrittelemiään toiminnallisia haasteita. (Mönkkönen 2005: 280, 281.) Yksilöt ovat parhaita oman elämänsä asiantuntijoita, mikä saattaa virallisessa palvelujärjestelmässä toisinaan unohtua.

Järjestötoiminta tarjoaa ihmisille mahdollisuutta muutokseen toiminnan avulla virallisen auttamisjärjestelmän asiakkuuksien sijaan. Keskeisenä muutosprosessia aikaan saavana tekijänä nähdään ihmisen omaehtoinen osallistuminen ja mahdollisuus identiteetin rakentamiseen toiminnan kautta. Kansallistoiminnan mahdollisuudet ovat juuri vertaisuudessa, maallikkoudessa ja toiminnassa itsessään. Kansalaisaktiivisuutta

tulisikin tukea luomalla sille toimintaedellytyksiä sekä hyödyntämällä kolmannen sektorin kokemus- ja vuorovaikutusosaamista myös virallisissa sosiaali- ja terveystalveissa. (Mönkkönen 2005: 298-299.) Vertaistoiminnan näennäisen pienen mittakaavan tekemisen taakse kätkeytyy suuri mahdollisuus muuttaa elämän suuntaa pehmein keinoin, vastavuoroista kohtaamista hyödyntäen. Elämämme rakentuu pienistä hetkistä ja kohtaamisista. Näissä hetkissä on mahdollisuus vahvistumiseen ja elämän suunnan muutokseen.

4.3 Yhteisöllisyyttä luova vertaistuki

Nylund (2005: 203) määrittelee vertaistuen ryhmäksi, jonka muodostavat samankaltaisessa elämäntilanteessa olevat ihmiset, joilla on halu jakaa kokemuksiaan muiden kanssa. Tällä tavoin ryhmä voi pyrkiä yhdessä ratkaisemaan tai lieventämään elämäntilanteeseensa liittyviä haasteita toisia kunnioittavassa ilmapiirissä. Käytämme työssämme käsitettä vertaistuki tarkoittaen ihmisten vapaamuotoiseen kohtaamiseen perustuvaa toimintaa erotuksena vertaistukiryhmästä, joka tarkoittaa ohjattua toimintaa, jossa ennestään tuntemattomat henkilöt tapaavat säännöllisesti, kuten esimerkiksi AA-ryhmät.

Vertaistukea voi ilmetä kahden henkilön välillä, ryhmässä tai verkostoissa. Usein vertaisverkotot muodostuvat spontaanisti ja niiden toimintaa kuvaakin joustavuus sekä osallistuminen oman kiinnostuksen ja aikataulun puitteissa. (Nylund 2005: 203.) Lapsiperheitä ajatellen tällaiset verkotot voivat muodostua esimerkiksi hiekkalaatikon reunalla, lasten harrastusten kautta tai Internetin keskustelupalstalla. Nylundin (2005: 203) mukaan vertaisverkotot voivat myös laajeta esimerkiksi kahdenkeskisestä ystävien välisestä vertaistuesta säännöllisiksi ryhmätapaamisiksi. Toisaalta voi käydä niinkin, että vertaisryhmässä syntyy ystävyysuhteita, joita halutaan ylläpitää ryhmän ulkopuolellakin.

Vertaistuki hyödyttää siinä mukana olevia monella tavalla. Ihmiset voivat sen kautta jakaa elämäkokemuksiaan ja saada kokemustietoa muilta samassa elämäntilanteessa olevilta (Nylund 2005: 195). Vertaisryhmistä saa tukea ja osallistujat voivat myös tarjota palveluksia toisilleen (Hyväri 2005: 219). Yhden vanhemman perheissä tämä voisi tarkoittaa esimerkiksi vastavuoroista lastenhoitoapua tai lastenvaatteiden kierrätystä. Omien kokemusten peilaaminen toisten kokemuksiin voi myös olla identiteettiä eheyttävää ja auttaa hyväksymään eletyt vastoinkäymiset osaksi

omaa tarinaa (Hyväri 2005: 223). Yhden vanhemman perheissä saattaa olla takana sekä lasta että aikuista koskettava vaikea ero ja uuteen elämäntilanteeseen sopeutuminen. Tämä voi vaikuttaa omanarvon tuntuun ja käsitykseen itsestä vanhempana, naisena, miehenä tai lapsena. Kokemusten jakaminen vertaisten kanssa voi antaa perspektiiviä tilanteeseen ja keinoja oman itsen eheyttämiseen.

Karnell ja Laimio (2010: 9-11) toteavat, että yhteisöllisyyttä rakentavaa vertaistoimintaa tarvitaan, koska perinteiset suku- ja kyläyhteisöt ovat yhteiskunnassamme ohentuneet. Samankaltaiseen elämäntilanteeseen perustuva ryhmä tarjoaa mahdollisuuden jakamiseen ja välittämiseen. Ryhmällä on myös enemmän mahdollisuuksia vaikuttaa asioihin, kuin yhdellä ihmisellä. Niinpä toimintaan osallistuminen voi tuoda elämään turvaa ja luottamusta tulevaisuuteen sekä luoda pohjaa osallisuuden kokemukselle.

Vertaistoiminta on Suomessa lisääntynyt merkittävästi sosiaali- ja terveysalalla viime vuosikymmenien aikana ja tarkkaa tilastointia ryhmien määrästä ei edes ole. (Nylund 2005: 195.) Seppälän (2011: 150) mukaan kansalaistoiminnan merkitys hyvinvointiyhteiskunnassa onkin viime vuosina korostunut. Kansalaistoiminnalla tarkoitetaan henkilön julkista toimintaa yhteiskunnassa ja erilaisissa yhdistyksissä. Odotukset järjestöjen suuntaan kasvavat, kun heikko taloudellinen tilanne hankaloittaa palveluiden järjestämisestä julkisella sektorilla. Ongelmien ennaltaehkäisy ja esimerkiksi vertaisryhmätoiminnan järjestäminen onkin yhä enemmän kolmannen sektorin toimijoiden vastuualuetta.

Hyvinvointiyhteiskunta perustuu yhä enemmän usean toimijan vastuisiin. Sosiaalialan työkenttä ja organisaatiot muuttuvat ja yritysten sekä järjestöjen tuottamat sosiaali- ja terveyspalvelut ovat lisääntyneet nopeasti vuoden 1995 jälkeen. Järjestötoiminnan katsotaan olevan painottunut erilaisten sairauksien ja sosiaalisten ongelmien ennaltaehkäisyyn ja vähentämiseen ja näin olennaisesti tukevan yleisen palvelujärjestelmän toimintoja, joiden painotus on korjaavassa työssä. (Sosiaali- ja terveysalan kansalaisjärjestöt sosiaali- ja terveysministeriön kumppaneina 2011.) Järjestöjen tarjoama yhteisöllinen toiminta, esimerkiksi juuri perhekahvilat, onkin tapa ennaltaehkäistä ongelmien syntymistä ja kärjistymistä. Osallisuus yhteisössä, oli se sitten alueellinen lähiyhteisö tai vertaisyhteisö voi estää yksilöä syrjäytymästä yhteiskunnan toiminnoista.

Syrjäytymisen syyt ovat enemmän yhteiskunnan rakenteissa kuin yksittäisten kansalaisten tai ryhmien elämänvalinnoissa. Ihminen voi kokea olevansa osallinen, jos pääsee yhteyteen muiden samassa tilanteessa olevien kanssa. (Gretschel - Kiilakoski 2007: 12-14.) Vertaistoiminnan mahdollistuminen on kuitenkin hyvin riippuvainen yhteiskunnan rakenteista ja arvostuksista. Vertaistoimintaa järjestävät lähinnä kansalaisjärjestöt, joiden toiminta on ulkoisten avustusten varassa. Vertaistoimintaa ei voi syntyä ilman tiloja, joissa kohdata. Lapsiperheillä tämä voi tarkoittaa leikkipuistoja, kerhoja ja perhekahviloita. Kansalaisyhteiskunta ei voi muodostua ilman valtion tarjoamaa tukea ja ilman kansalaisyhteiskuntaa valtio on vain kasvoton koneisto. Kun toimintamahdollisuudet turvataan, voivat nämä kaksi parhaimmillaan tukea toisiaan ja toimia yhteisten päämäärien eteen.

5 Vertaistoiminnan toteutus

5.1 Suunnittelu

Opinnäytetyönämme suunnittelimme ja toteutimme yhteisöllistä vertaistoimintaa yhden vanhemman perheille. Vertaistoiminta järjestettiin Pasilassa, koska alueella ei ole leikkipuiston, seurakunnan tai järjestöjen tarjoamaa avointa perhekahvila toimintaa, joka olisi suunnattu yhden vanhemman perheille. Toiminnan tarkoituksena oli mahdollistaa kävijöiden keskinäistä verkostoitumista ja sitä kautta tukea heidän voimaantumistaan. Kävijät osallistuivat toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen. Pienperhekahvila toteutettiin avoimena vertaistoimintana, joka mahdollisti uusien osallistujien mukaan tulemisen missä toiminnan vaiheessa tahansa. Suljettu vertaisryhmä olisi voinut tuntua liian sitouttavalta ja karsia potentiaalisia toimintaan osallistujia.

Pienperhekahvilan suunnitteluprosessiin liittyi käytännön järjestelyjen ohessa kokous yhdessä Pasilan asukastalon työntekijöiden sekä Pienperheyhdistyksen koordinaattorin kanssa. Kokouksessa suunnittelimme, mitä toiminta pitää sisällään, kenelle se on suunnattu ja kuinka kävijöitä saadaan osallistumaan. Pienperhekahvila kokoontui joka toinen viikko arki-iltana, jotta työssä käyvälläkin olisi mahdollisuus osallistua. Lapsiperheissä voidaan kokea raskaaksi matkustaa arkena pitkän matkan päähän tapaamaan muita lapsiperheitä, mutta koska asukastalo sijaitsee Pasilan rautatieaseman läheisyydessä, on myös julkisen liikenteen käyttö vaivatonta.

Ideointivaiheeseen liittyi myös itse toiminnan suunnittelu. Päätimme Pienperheyhdistyksen koordinaattorin kanssa käydyn keskustelun perusteella, ettemme suunnittelisi tapaamiskerroille ohjattua ohjelmaa liikaa, sillä halusimme suoda osallistujille mahdollisuuden vaikuttaa toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen. Liian tarkka etukäteissuunnittelu voi osaltaan vaikuttaa siihen, etteivät osallistujat olisi mieltäneet toimintaa heille mieluisaksi. Lisäksi liiallinen suunnittelu voi tuntua pakonomaiselta osallistamiselta, mikä ei ollut tarkoitus. Sen vuoksi valitsimme jonkin väljän teeman jokaiselle tapaamiskerralle, mutta illat toteutettiin osallistujien ehdoilla. Hyvin pian kävikin ilmi, että osallistujat pitivät kaikkein eniten yhteisen ajan vietosta ilman liian tarkkaa ohjelmaa.

Ohjaajana toimiessa tulee pyrkiä siihen, että osallistujat tulevat kuulluiksi toimintaan tai sen ideointiin liittyen, mikä mahdollistaa luottamuksellisen ja avoimen ilmapiirin

syntymisen. Ryhmädynamiikalla tarkoitetaan ryhmän sisäisiä voimia, jotka saattavat kokijan kannalta olla hyvinkin merkittäviä. Se syntyy siitä, että ryhmän jäsenet pyrkivät yhdessä ratkaisemaan erillisyyden ja liittymisen dilemman. Jäsenet liittyvät emotionaalisesti toisiinsa sen mukaan, miten turvallisiksi he tuntevat olonsa ryhmässä. Vuorovaikutus kulkee aluksi ohjaajan kautta siirtyen alaryhmien sisälle, josta se vähitellen muuttuu koko ryhmän kattavaksi. (Kopakkala 2008: 37, 58.) Otimme toimintaa suunnitellessamme huomioon oman roolimme ohjaajina ja sen vaikutuksen ryhmädynamiikan muodostumiseen. Kiinnitimme huomiota dialogisuuteen, vuorovaikutukseen ja avoimuuteen.

Parhaimmillaan ryhmässä vallitsee luottamuksen ilmapiiri, jossa osallistujat kokevat voivansa jakaa asioitaan ja mielipiteitään turvallisessa ympäristössä. Tämän saavuttaminen riippuu pitkälti osallistujista ja heidän intresseistään osallistua toimintaan. Turvallisen olotilan saavuttamiseksi tarvitaan usein myös paljon aikaa ja tapaamisia, jotta muut osallistujat koetaan tarpeeksi tutuiksi. Eskolan ja Jauhiaisen (1993: 15) mukaan johonkin liittyminen, kuuluminen, vaikuttaminen ja hyväksytyksi tuleminen ovat myös yksilön kehityksen kannalta äärimmäisen tärkeitä asioita. Ryhmätoimintaan osallistuessaan yksilö vastaa lisäksi toisten odotuksiin ja joutuu jatkuvasti suhteuttamaan itseään ympäristöönsä. Tämä puolestaan vaikuttaa hänen tietoisuuteensa itsestään ja ympäröivästä maailmasta sekä näiden välisistä suhteista.

Otimme huomioon työmme ammatilliseen eettisyyteen liittyviä seikkoja koko toiminnan ajan. Sosiaalialan ammattilaisen eettisissä ohjeissa todetaan, että ”Asiakassuhteen luottamuksellisuus rakentuu siitä, kuinka ammattilainen työssään, sanoillaan ja tekemisillään viestittää suhtautumistaan asiakkaaseensa. Jokainen ihminen on itsessään arvokas ja oikeutettu moraalisesti arvokkaaseen kohteluun.” (Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet 2005: 21.) Tiedostimme jo vertaistoimintaa suunnitellessamme että pienperhekahvilassa saattaa nousta esiin vaikeitakin asioita. Siksi keskustelimme yhdessä ammattietiikasta jo ennen itse toiminnan alkua ja pyrimme kunnioittavaan kohtaamiseen ja osallistujien yksilöllisyyden ja yksityisyyden kunnioittamiseen.

Ammatilliseen osaamiseen liittyy olennaisesti kyky kyseenalaistaa omaa toimintaa ja pohtia omia arvoja (Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet 2005: 6,8). Koska etiikka pitää sisällään arvokäsitteitä ja sitä mikä on oikein tai väärin, on tärkeää käydä jatkuvaa vuoropuhelua ja kehittää ammatillisuutta myös muiden ammattilaisten tuella. Meillä oli

mahdollisuus kääntyä tarvittaessa Pienperheyhdistyksen ammattilaisten puoleen ja avoimen keskustelun ja pohdinnan kautta puida mahdollisia eettisiä kysymyksiä sekä ammatillista osaamistamme.

5.2 Tiedottaminen

5.2.1 Ennen toiminnan alkua

Tiedottaminen on yksisuuntaista tiedon jakamista ja välittämistä toisin kuin viestintä, joka on vastavuoroista kommunikointia. Yhdistystoiminnassa ulkoisen viestinnän avulla voidaan saada näkyvyyttä toiminnalle ja uusia jäseniä innostettua mukaan. Tiedotuksen suunnittelussa tulee pohtia, mitkä ovat pääasiat, mistä haluaa tiedottaa ja mihin tavoitteisiin tiedotuksella tähdätään. Seuraavaksi tulee tarkentaa kohderyhmät, joihin tiedotuksella halutaan vaikuttaa ja selvittää, mitä kanavia käyttäen kyseisen kohderyhmän tavoittaisi parhaiten. Viimeisenä sovitaan käytännön työnjako ja vastuut tiedotuksen suhteen. (Rosengren – Törrönen 2010.)

Ennen pienperhekahvilan käynnistämistä pohdimme, kenelle kohdennamme toiminnan ja miten tiedotamme siitä niin, että kohderyhmään kuuluvat saavat informaation. Käynnistämämme perhekahvila on ensisijaisesti tarkoitettu Pasilan alueen yhden vanhemman perheille, joten kohdensimme tiedottamisen Pasilaan ja sen lähialueille. Halusimme tavoittaa jo Pienperheyhdistyksen toiminnassa mukana olevia perheitä, mutta ennen kaikkea perheitä, joilla ei vielä ole kontaktia Pienperheyhdistykseen tai Pasilan asukastaloon.

Käytimme tiedotuksessa monipuolisesti erilaisia kanavia ja hyödynsimme yhteistyökumppaneidemme verkostoja, jotta tieto alkavasta toiminnasta olisi mahdollisimman monien saavutettavissa. Pienperheyhdistyksen 22.3.2013 ilmestyneen jäsenkirjeen kautta tavoitimme jo yhdistyksen toiminnassa mukana olevia perheitä. Lisäksi Pasilassa ja sen lähialueilla asuville jäsenille lähetettiin erikseen postitse kutsu alkavan perhekahvilan suunnitteluun. Pasilan asukastalon henkilökunnan vastuulla oli tuoda ryhmälle näkyvyyttä omalla ilmoitustaulullaan ja Pasilan omilla kaupunginosat.net verkkosivuilla sekä tiedottaa toiminnasta suoraan omille kohderyhmäämme kuuluville asiakasperheille.

Tavoittaaksemme yhdistysten verkostojen ulkopuolella olevat perheet ilmoitimme alkavasta perhekahvilatoiminnasta alueen lapsiperheiden kanssa työskenteleville tahoille sekä suoraan perheille. Aloitimme tiedottamisen viikolla 14 eli kaksi viikkoa ennen kahvilan aloituskertaa, jotta tieto olisi ajankohtaista ja näin ollen kiinnostavaa. Jaoimme tiedotusvastuuta niin, että Pienperheyhdistyksen vertaistoiminnan koordinaattori otti sähköpostitse yhteyttä lastenneuvolan henkilökuntaan sekä alueen lastensuojelun sosiaalihojajiin. Meidän vastuullemme jäi jalkautuva tiedottaminen päiväkoteihin, leikkipuistoihin, kauppoihin sekä kirjastoon.

Koska arvelimme tavoittavamme maahanmuuttajataustaiset yhden vanhemman perheet tehokkaimmin asukastalon verkostojen kautta, suunnittelimme tiedotuksen vain suomeksi. Tavoitteenamme oli laatia mahdollisimman selkeä ja helposti luettavissa oleva ilmoitus, josta ilmenee tiedot toiminnan sisällöstä, tarkoituksesta, ajankohdasta ja paikasta. (kts liite 3) Halusimme jo tiedottamisvaiheessa aktivoida ihmisiä omaehtoisen toiminnan suunnitteluun sekä luoda yhteishenkeä viittaamalla toiminnan sisällön ideoimiseen. Toivoimme maininnan ”Tule --- viettämään aikuisten yhteistä aikaa mukavissa merkeissä.” luovan mielikuvan vapaamuotoisesta ja rennosta olemisesta. Arvelimme, että kynnystä osallistua madaltaisi myös mainita siitä, että lapsille on illoissa mukana oma leikittäjä.

Koimme, että jalkautumisella päiväkoteihin ja leikkipuistoihin oli suuri merkitys viestin perille saamisessa. Työntekijöiden vastaanotto oli innostunutta viedessämme ilmoituksia ja monien kanssa ehdimme vaihtaa muutaman sanan yhdistyksen toiminnasta. Sähköpostiviesteihin taas emme saaneet vastauksia, minkä uskomme johtuvan viestitulvasta ja työntekijöiden kiireestä. Toivoimme, että pienperhekahvilatoiminnasta tiedottaminen herättelisi Pasilan alueella yleisemminkin huomaamaan ja huomioimaan perhetilanteiden moninaisuutta sekä lisäisi ymmärrystä ja empatiaa erilaisia perhemuotoja kohtaan. Vaikka päätavoittemme oli tiedottaa uuden kahvilatoiminnan alkamisesta, oli tarkoituksemme myös tuoda yksinhuoltajuutta positiivisella tavalla näkyväksi ja lisätä keskustelua yksinhuoltajuuteen liittyvistä teemoista.

5.2.2 Toiminnan käynnistyttyä

Ensimmäisellä perhekahvilakerralla paikalle löysi kaksi äitiä. Pohdimme sitä, onko tiedotuksemme tavoittanut ihmisiä ja onko sen sisältö tarkoituksenmukainen. Niinpä

päätimme jatkaa tiedottamista toiminnan käynnistymisen jälkeenkin resurssiemme puitteissa. Nyholmin ja Saarelaisen (2007) mukaan tiedotuksen on hyvä olla säännöllistä, jotta projekti ja sen sisällöt pysyvät ihmisten mielissä. Tiedotuksen vaikuttavuutta tulee myös seurata sekä arvioida ja tiedotussuunnitelmaa tarkentaa projektin edetessä. Päätimme myös päivittää ilmoitusta ja kokeilla uusia tiedottamisen kanavia. (kts liite 4)

Uuden ilmoituksen sisältöä varten teimme pienimuotoista kyselyä alueen lapsiperheiden keskuudessa ja kävimme keskustelua Pienperheyhdistyksen Lapsilisä-projektin koordinaattorin kanssa. Keskusteluissa tuli ilmi, että Itä-Pasilassa on aiemmin yritetty käynnistää vanhempien yhteisöllisesti ylläpitämää taaperoiden leikkikerhoa, jossa vetovastuu olisi ollut kullakin vanhemmalla vuorollaan. Kerho jouduttiin kuitenkin lopettamaan, koska kävijät eivät olleet valmiita sitoutumaan toimintaan. Myös ensimmäisellä perhekahvilakerralla nousi esiin, että kävijät toivovat kahvilan olevan rennon olemisen paikka, johon voi tulla pistäytymään omien resurssiensa puitteissa.

Keskustelujen perusteella vaikutti siltä, että ihmiset ovat varovaisia osallistumaan toimintaan, joka edellyttää sitoutumista alusta alkaen. Toiminnan sisällön suunnitteleminen taas saattaa luoda tunteen velvollisuudesta sitoutua. Yksi pienperhekahvilan toiminta-ajatus oli, että se tavoittaisi myös niitä perheitä, jotka eivät ole olleet aiemmin aktiivisia järjestötoiminnassa. Tavoitteena oli lisätä yhden vanhemman perheiden verkostoja ja herätellä vertaistuen kautta kiinnostusta aktiivisempaan osallistumiseen ja vaikuttamiseen. Sitoutuminen edellyttää luottamusta, joka rakentuu pikku hiljaa kävijöiden oppiessa tuntemaan toisensa. Niinpä päätimme madaltaa kynnystä tulla mukaan ja jättää uusitusta ilmoituksesta pois maininnan toiminnan sisällön ideoimisesta.

Lisäsimme ilmoituksen helppotajuisuutta mainitsemalla erikseen kevään kaikkien kahvilakertojen päivämäärät. Viestintä tehoaakin parhaiten, kun tiedotus on yksinkertaista ja selkeää. Lisäksi viesti tulee muotoilla niin, että vastaanottaja koee sen itsessään tärkeäksi ja ajankohtaiseksi. (Nyholm - Saarelainen 2007) Pienperheyhdistyksen toiminnassa on huomattu, että vuoden kiertoan liittyvät juhlat ovat hyvä keino saada uusia kävijöitä mukaan. Niinpä maininta koko perheen yhteisistä vappujuhlista toimi ”sisäänheittotuotteena” perheille, jotka eivät muuten rohkenisi tulla mukaan. Järjestetty pienimuotoinen tekeminen antaa kävijöille liikkumavaraa ja voi houkuttaa mukaan niitäkin, joille ei ole luontevaa istua paikallaan kahvikupin ääressä.

Halusimme, että tiedotteesta ilmenee kahvilan toiminta-ajatus ja sisältö. Nyholmin ja Saarelaisen (2007) mukaan viesti menee paremmin perille, kun se on muotoiltu niin, että vastaanottaja kokee sen koskettavan häntä henkilökohtaisesti. Tätä taas tukee mahdollisimman luonnollisen kielen käyttäminen. ”Tule tutustumaan muihin yhden vanhemman perheisiin ---.” on lämmin ja sopivan tuttavallinen tapa kutsua ihmisiä mukaan toimintaan. ”---rennon seurustelun sekä yhteisen tekemisen merkeissä.” taas kuvaa toiminnan sisältöä jättäen tilaa erilaisille tekemisen ja olemisen mahdollisuuksille.

Jatkoimme tiedottamista sähköisesti Pienperheyhdistyksen Lapsilisä-projektin Facebook-sivuilla, joka tavoittaa yli 350 henkilöä, omilla Facebook-sivuillamme sekä vauva.fi -keskustelufoorumilla. Tiedotimme edelleen myös jalkautuvasti käyden muun muassa Vallilan lastenneuvolassa, jonne lähettämämme sähköisen tiedotteen arvelimme olleen tehoton. Saimme perhekahvilan kävijätkin innostumaan tiedottamisesta ja he aikoivat levittää ilmoituksia omissa verkostoissaan. Aloimme myös aktiivisemmin markkinoida suullisesti toimintaamme, minkä huomasimme ilmoitustauluviestintään verrattuna vaikuttavammaksi keinoksi. Rosengren ja Törrönen (2010) toteavatkin, että vaikka suullinen viestintä on vanha ja perinteinen tapa tiedottaa, on se myös edelleen tehokkain.

6 Pienperhekahvilan kokoontumiset

6.1 Tutustumista

Ensimmäinen tapaamiskertamme oli keväällä, huhtikuun puolessa välissä. Olimme valmistautuneet tapaamiseen muun muassa pohtimalla, kuinka saisimme vanhemmat osallisiksi toiminnan ideointiin. Yksi opinnäytetyömme tavoitteita oli perhekahvilaan osallistuneiden vertaistuen mahdollistaminen ja sitä kautta voimaantuminen. Halusimme varmistaa, että osallistujat voisivat itse vaikuttaa ohjelman suunnitteluun ja päätöksentekoon, sillä se kasvattaa sosiaalista ymmärrystä ja sitouttaa osallistujia ottamaan vastuuta tehdyistä ratkaisuista (Toiva 2002: 12).

Paikalle saapui kaksi äitiä, joiden kanssa saimmekin hyvää ideointia tulevia kertoja varten. Osallistujat vaikuttivat innokkailta ja kaikkien ensitunnelmat olivat positiivisia yhteisen toiminnan suunnitteluun. Osallisuutta lisää mahdollisuus tulla kuulluksi mutta ennen kaikkea kokemus siitä, että omalla palautteellaan voi vaikuttaa asioihin. Tartuimmekin osallistujien ideoihin pyrkien toteuttamaan niitä mahdollisuuksien mukaan. Yksi äiti kertoi olevansa kiinnostunut lukemaan lapsille. Suunnittelimme yhdessä, että satutuokion voisi toteuttaa syyskaudella Pasila-päivänä tai taiteidenyönä, jolloin tempauksella saisi näkyvyyttä myös pienperhekahvilalle.

6.2 Vappujuhlat

Toisella tapaamiskerralla järjestimme vappujuhlat, sillä kerta osui juuri vappuaaton illalle. Panostimme myös enemmän mainostamiseen toiveenamme saada uusia kävijöitä paikalle. Vappujuhliin saapuikin aiemman kerran osallistujat sekä kaksi muuta äitiä, jotka olivat osallistujille ennestään tuttuja. Vappujuhliin kuului munkkien paistoa, kasvomaalausta lapsille, musiikkia ja mukavaa yhdessä oloa.

Vappu on kansainvälinen juhlapäivä ja monissa maissa yleinen vapaapäivä. Suomessa vappu tunnetaan suomalaisen työn päivänä ja kevään karnevaalijuhlana. (Vappu 2010.) Vuoden kierron juhlapäivien viettäminen on tärkeää etenkin lapsiperheissä. Perinteet tuovat yhteisyyttä erilaisten ihmisryhmien välille sekä kiinnittävät yhteisöön ja sukupolvien ketjuun. Juhlapyhät antavat myös mahdollisuuden lepoon, yhteiseen aikaan ja uusien oman perheen traditioiden muodostumiseen. Vappuna on aikuisillakin

lupa hassutteluun sekä erilaisten roolien kokeiluun. Otimmekin perhekahvilan kävijöiden yhteisen suunnittelun tuloksena ohjelmaan iloista, vapputunnelmaan sopivaa tekemistä. Halusimme ohjaajina pukeutua hauskoihin asuihin näyttääksemme, että aikuisellekin voi toisinaan olla vapauttavaa irrottautua asiallisesta roolistaan.

Juhlien tarkoituksena oli luoda koko perheen yhteistä toimintaa, joka vahvistaisi lasten ja aikuisten välistä vuorovaikutusta ja lähentäisi heidän kokemusmaailmaansa. Tarkoituksena oli myös herätellä aikuisia huomaamaan lasten tarpeita ja heidän tapansa kokea asioita. Vanhemmat voivat esimerkiksi olla arkoja heittäytymään lapsen kanssa hullutteluun, koska pelkäävät tämän murentavan auktoriteettiaan lapsen silmissä tai epäilevät muiden aikuisten arvostelevan heitä. Vappujuhliemme leikeissä, kuten ilmapallon kuljetuksessa, oli tarkoituksena rohkaista myös vanhempia heittäytymään lapsenmieliseen huolettomuuteen ja näin saada tuntua lapsen kokemusmaailmasta.

Jotta lapset voivat aidosti osallistua ja vaikuttaa, tarvitaan tietoa lasten tavasta toimia ja ajatella. Tämä vaatii aikuiselta kykyä huomata, että lasten tärkeysjärjestys on usein toinen kuin aikuisen. Lapsen maailmaan päästääkseen aikuisen tulisi antaa lapselle aikaa ja tarkistaa omaa tapansa toimia. (Aula 2008: 65, 69.) Juhlien yhtenä ohjelmanumerona oli kasvomaalaus. Tarkoituksena oli, että lapsi saa valita parista vaihtoehdosta kuvan, jonka aikuinen maalaa sapluunaa käyttäen lapsen kasvoihin. Lapset halusivat kuitenkin maalata itse peiliä avuksi käyttäen hurjat intiaanimaalaukset kasvoilleen. Aikuisten intressi kasvomaalauksissa oli ilahduttaa lapsia antamalla heille jotakin, mutta lapset kokivatkin tilanteen mahdollisuutena omaehtoiseen, luovaan tekemiseen. Lasten innostus tarttui aikuisiinkin ja eräs äiti innostui myös maalaamaan kasvonsa ja hulluttelemaan lasten kanssa. Vanhemmilla onkin tärkeä tehtävä olla mieleltään joustavia, jotta he voivat mahdollistaa lapselle sellaiset valinnan ja itseilmaisun mahdollisuudet, jotka lapsi voi turvallisesti toteuttaa.

6.3 Aarrekartta

Kevään kolmannella kerralla teimme oman elämän aarrekarttoja. Harjoitukseen osallistuminen oli vapaaehtoista ja sen tarkoituksena oli etsiä lehtileikkeistä mielenkiintoisia kuvia tai sanoja, jotka liittyvät tulevaisuuden haaveisiin ja tavoitteisiin tai asioihin, joista pitää. Oman elämän aarrekartta on psykologinen menetelmä omien haaveiden ja vahvuuksien kartoittamiseksi. Urataival -internetsivustolla (Aarrekartta

n.d.) kerrotaan, että ”Aarrekartta valmistaa meitä tietoisesti ja alitajuisesti muutokseen ja tekee meidät avoimemmiksi ratkaisujen löytämiselle”. Pysähtyminen oman itsen äärelle luovalla tavalla voi lisätä rohkeutta ja luottamusta elämään. Elämässä vahvistuvat ne asiat, mihin kiinnittää huomiota, joten jos huomioi sen, mitä elämältä todella haluaa, voi omaa elämää todella muuttaa. (Aarrekartta n.d.) Aarrekarttatyöskentelyn avulla omat toiveet muotoillaan visuaaliseen muotoon ja näin ollen tehdään ne konkreettisemmiksi. Luova tekeminen ja esille laitettava tuotos tuo myös iloa ja kauneutta arkeen.

Yksinkertaisimmillaan aarrekartan laatiminen on sitä, että leikataan lehdistä omaa sisintä ja toiveita heijastavia kuvia ja liimataan ne kartongille. Noudatimme väljästi aarrekarttatyöskentelyn periaatteita. Kerroimme osallistujille aarrekarttatyöskentelyn tavoitteista, mutta annoimme myös mahdollisuuden kuvata aarrekartassa sen hetkisiä tunteita syvällisen haaveiden pohtimisen sijaan. Teimme myös selväksi, että toimintaan osallistuminen ei ole pakollista. Eräs äiti kertoikin, ettei pidä askartelusta ja niin hän osallistui keskusteluun ilman tekemistä. Tekemisen lomassa keskustelimme kävijöitä koskettavista arkipäiväisistä asioista. Annoimme lopuksi osallistujille mahdollisuuden kertoa omasta kartasta niin halutessaan. Toiminnan päätarkoituksena oli kuitenkin rentouttaa tunnelmaa käsillä tekemisen avulla ja löytää yhteisiä päämääriä kävijöiden kesken.

Toteutimme aarrekarttatyöskentelyn niin, että lapset olivat mukana askartelussa. Edellisellä toimintakerralla vappujuhlista paikalla ei ollut lasten leikittäjää, jolloin huomasimme, että lapset villiintyvät helposti ilman aikuisten keskeytyksetöntä huomiota. Siksi arvelimme lapsien hyötyvän tavoitteellisesta rauhallisesta tekemisestä. Lapset innostuivatkin askartelusta kovasti ja olivat tapaamiskerran alkupuolen aikuisten kanssa. Loppupuoliskon he ulkoilivat leikittäjän kanssa, jotta saisivat myös fyysistä toimintaa ja aikuisille mahdollistuisi aarrekarttojen viimeistely ja jakaminen rauhassa.

6.4 Palautekeskustelu

Järjestimme kevään viimeiselle pienperhekahvilakerralle palautekyselyn kahvilan kävijöille (kts liite 4). Toisena vaihtoehtona olisi ollut antaa kyselylomake mukaan kotiin täytettäväksi ja seuraavalla tapaamiskerralla palautettavaksi, jolloin palautteen muotoilemista olisi voinut miettiä rauhassa. Ehdotimme kävijöille myös yhteisen kahvilapäiväkirjan käyttöä, johon olisi voinut kirjoittaa tai piirtää tunnelmiaan jokaisen

toimintakerran jälkeen. Tarkoituksena päiväkirjan käytössä olisi ollut mahdollisuus jatkuvan palautteen antamiseen ja yhteen kuuluvuuden hengen luominen perhekahvilaan. Osallistujat halusivat kuitenkin mieluummin antaa palautetta suullisesti.

Kyselyn avulla halusimme selvittää osallistujien mielipiteitä pienperhekahvilatoiminnasta, ohjaajan roolista siinä sekä kuulla heidän toiveitaan tulevaa toimintakautta varten. Paikalla oli myös Pienperheyhdistyksen vertaistoiminnan koordinaattori, joka toimi haastattelijana. Päädyimme ulkopuolisen haastattelijan käyttöön, sillä se mahdollisti osallistujia antamaan palautetta rohkeammin. Kysely toteutettiin perhekahvilatuokion lopussa, jolloin me ohjaajat poistuimme viereiseen huoneeseen antaen perhekahvilan kävijöille mahdollisuuden luottamuksellisempaan palautteen antoon. Kerroimme osallistujille, että palaute on osa opinnäytetyöprosessiamme ja sen tuloksia käytetään ainoastaan yhdistyksen toiminnan kehittämiseen.

Tapasimme osallistujat vielä haastattelutilanteen jälkeen, jotta heillä olisi mahdollisuus antaa palautetta tai kertoa mahdollisista toiveistaan myös suoraan meille. Kävimme yleisesti läpi kevään tapaamiskertoja ja sitä, mitä ensi kaudella voitaisiin tehdä. Ideoimme myös, kuinka saisimme lisää osallistujia kesän jälkeen. Tiedotimme osallistujia, että perhekahvila voisi jäädä toimimaan omaehtoisesti sen jälkeen, kun opinnäytetyömme on saatu päätökseen. Pienperheyhdistykseltä mahdollisesti voikin löytyä jatkoa varten vertaisohjaajat, jotka pääasiassa vastaisivat perhekahvilan toiminnasta oman opinnäytetyöprosessimme tullessa päätökseen.

Alkuperäisenä tarkoituksenamme oli järjestää vielä viides tapaamiskerta, jolloin olisimme lähteneet Pasilan Asukastalon kesäkoti Suvelaan virkistäytymään ja suunnittelemaan syksyn tapaamiskertojen ohjelmaa sekä ajankohtaa. Kesäloman alun takia ilmoittautuneiden määrä jäi vähäiseksi, jonka vuoksi retkeä päätettiin siirtää.

6.5 Syksyn toiminta

Jatkoimme perhekahvilaa kesätauon jälkeen jälleen elokuussa. Paikalle saapui perhe, joka oli ollut toiminnassa aktiivisesti mukana alusta lähtien. Perhekahvilatapaaminen meni kesätapahtumia kertaillessa ja yhteisen ajan vieton merkeissä. Mukana oli lasten leikittäjä, joka vei perhekahvilan puolivälissä lapset ulkoilemaan.

Osallistujaperheen äiti kertoi tapaamisessa ensimmäistä kertaa hieman henkilökohtaisesta elämästään. Koimme, että äidissä oli herännyt luottamuksen tunne tapaamiskerroilla. Saattoi myös olla, että ainoana osallistujana hän koki ilmapiirin turvalliseksi ja uskalsi sen vuoksi kertoa hieman enemmän itsestään. Toisaalta myös lasten ulkoilu mahdollisti aikuisten välisen luottamuksellisen keskustelun. Koska luottamuksen syntyyn vaaditaan aikaa, ei ole itsestään selvää, että osallistujat haluavat jakaa omia elämäkokemuksiaan muiden kanssa. On myös paljon kiinni, mitä asioita haluaa toisten kanssa jakaa.

Pohdimme tapaamisessa yhdessä uusia keinoja, joiden avulla pienperhekahvilaa voitaisiin jatkossa mainostaa. Ideoimmekin erilaisten mainosten tekoa ja niiden jakoa yhdessä. Päätimme osallistujaperheen kanssa yhteistuumin odottaa seuraavaan perhekahvilatapaamiseen, mikäli osallistujia tulisi enemmän paikalle. Näin voitaisiin pitää yhteiset mainostalkoot ja sopia syksyn tapaamisista.

Syksyn toiseen tapaamiseen osallistui alusta alkaen mukana ollut perhe. Toiminnassa mukana ollut lasten leikittäjä joutui työelämään siirtymisen vuoksi jäämään pois toiminnasta, jonka vuoksi myös lapset olivat tapaamisessa läsnä. Keskustelu äidin kanssa oli tuttavallista ja hän kertoi omaehtoisesti omia kuulumisiaan. Vaikutti siltä, että äiti on löytänyt itsestään voimavaroja, joita hän on kenties saanut perhekahvilan ja muuhun vertaistoimintaan osallistumisesta. Lasten mukana olo sujui myös hyvin ja he viihtyivät aikuisten lähellä askarrella. Koska syksyn seuraavallekaan kerralle ei osallistunut enää muita perheitä, päätimme yhteistuumin lopettaa kahvilatoiminnan.

7 Arviointi

7.1 Palautekyselyn tulokset

Laadimme kevään viimeiselle toimintakerralle palautekyselyn, jossa pyysimme palautetta pienperhekahvilan sijaintiin ja puitteisiin liittyen sekä toiveita tulevan toiminnan suhteen. Haastatteluun osallistui kaksi kahvilan jokaisella toimintakerralla mukana ollutta äitiä. Ensimmäinen kysymys liittyi vertaistuen merkitykseen. Tiedustelimme kävijöiden aiempaa osallistumista vastaavaan kahvilatoimintaan sekä syytä siihen, miksi nimenomaan yhden vanhemman perheille suunnattua vertaistoimintaa tarvitaan. Vastaajat pitivät hyvänä yhden vanhemman perheille suunnattua toimintaa nimenomaan elämäntilanteiden samankaltaisuuden vuoksi. He mainitsivat, että on ollut helpompi löytää yhteistä kokemuspohjaa, jolloin sitä on myös helpompi jakaa. Haastattelussa tuli myös esille, että vastaavissa suurempien järjestöjen perhekahviloissa käy lähinnä ydinperheitä, joilla on kovin erilaisia keskustelunaiheita yhden vanhemman perheisiin verraten. Koettiin vaikeaksi lähestyä vanhempaa, joka kertoo parisuhdeongelmistaan. Näin ollen samankaltainen elämäntilanne toimii tärkeänä yhdistävänä tekijänä.

Pyysimme palautetta ohjaajuudestamme selvittääksemme, millaisena kävijät olivat kokeneet ryhmään osallistumisen ensimmäisellä kerralla ja kuinka olemme ottaneet heidät huomioon. Annoimme tässä kohtaa myös mahdollisuuden kertoa omin sanoin toiveita tulevalle kaudelle nimenomaan ohjaajien roolin suhteen. Tästä esimerkinomaisena mainitsimme enemmän ohjattua toimintaa, retkiä tai vastaavaa muuta toimintaa. Tämän kysymyksen tarkoituksena oli pohtia yleisesti ohjaajan roolia ja tehtävää pienperhekahvilassa. Kysymyksen toinen tärkeä tarkoitus oli toiminnan kehittäminen osallistujien toivomaan suuntaan. Palautteen mukaan osallistujat ovat kokeneet tulleen hyvin huomioiduiksi osallistuessaan toimintaan. He vastasivat myös olleensa tyytyväisiä vapaaseen yhdessä oloon ja mainitsivat keskustelun syntyvän parhaalla tavalla nimenomaan yhteisen ajanvieton merkeissä ja ”vapaasti” yhdessä oleskelusta.

Kysyimme haastattelussa myös osallistujien mielipiteitä pienperhekahvilan puitteista. Vastausten perusteella osallistujat ovat pitäneet tärkeänä keskeistä sijaintia, jolloin saapuminen on ollut helppoa. He olivat myös tyytyväisiä ajankohtaan sillä työssä

kävijätkin ehtivät halutessaan mukaan toimintaan. Lastenhoidon koettiin mahdollistavan aikuisten väliset keskustelut, mitä pidettiin tärkeänä.

Haastattelun viimeisessä kohdassa tiedustelimme toiminnan kehittämisestä sekä kävijöiden odotuksista toiminnan suhteen. Kysyimme osallistujien toiveita tulevaa kautta ajatellen sekä keinoja uusien kävijöiden tavoittamiseen. Vastaajat kertoivat odottaneen enemmän vauvaperheitä ja ihmetelleensä kuinka vähän kävijöitä toimintaan on osallistunut. Muutoin pienperhekahvila oli vastannut vastaajien odotuksia. Tässä kohtaa mainittiin vielä, että kahvilan toivottaisiin toimivan joka viikko. Uusien osallistujien tavoittamisen keinoina vastaajat ehdottivat muun muassa asukastaloja, nettisivuja ja neuvoloita.

7.2 Pienperhekahvilan tavoitettavuus

Pienperhekahvilassa kävi kaikkiaan viisi perhettä. Kaksi perheistä oli läsnä kevään kaikilla tapaamisilla ja loput perheistä yksittäisillä kerroilla. Mietimme miten osallistujia olisi voinut saada enemmän mukaan toimintaan. Toiminnasta tiedottaminen ja mainostaminen ovat avainasemassa kohderyhmän tavoittamiseksi. Kohtasimme kuitenkin monia haasteita tiedotukseen liittyen. Totesimme, että sähköpostiviestit eivät useinkaan löydä perille kiireen tai huolimattomuuden vuoksi. Myös jäsenkirjeet ja mainokset ohitetaan herkästi tai niitä ei lueta tarkkaan. On myös kovin yleistä, että kiinnostusta uuteen toimintaan löytyy hyvinkin herkästi, mutta siihen ei välttämättä olla halukkaita sitoutumaan. Sen vuoksi toimintaa kehitettäessä tulee punnita tarkkaan, onko sille todellista tarvetta.

On tärkeää ottaa huomioon millaisiksi kokoontumistilat koetaan. Pasilan asukastaloa ei mielletä kovin vahvasti lapsiperheiden parissa toimijaksi ja yhteistyö esimerkiksi alueen leikkipuiston kanssa olisi kenties saanut suuremman joukon perheitä osallistumaan toimintaan. Uuteen ryhmään liittyminen on aina haasteellista. Osallistujilla on ennako-odotuksia toiminnasta ja omia itselle tuttuja roolisuhteita saatetaan joutua rakentamaan uudelleen. (Kopakkala 2008: 62,63.) Koska uuteen toimintaan mukaan tuleminen vaatii jo itsessään omien käsitysten muutostyötä, voi tuttu toteutuspaikka madaltaa kynnystä osallistua. Alueen oma leikkipuisto on suurimmalle osalle lapsiperheistä entuudestaan tuttu ympäristö.

Yleisissä tiloissa kokoontuessa kävijöillä voi olla ennakkoluuloja tilojen muita käyttäjiä kohtaan. Esimerkiksi Pasilan asukastalo nähdään alueella maahanmuuttajatyöhön suuntautuneeksi toimijaksi. Pienperhekahvilassa nousi esiin yhden äidin ennakkoluulot muita etnisiä ryhmiä kohtaan, mikä saattaa olla yleisempikin ilmiö. Tapaamisissa hankalaksi koettiin juuri muiden ryhmien samanaikainen tilojen käyttö, joka toi tapaamisiin levottomuutta. Meille oli varattu oma rauhallinen huone asukastalosta, mutta käytännön syistä tapaamiset siirtyivät vähitellen aulatalaan, jossa oli jatkuvasti liikennettä. Saimme myös muilta tilojen käyttäjiltä palautetta lasten metelöinnistä, mikä lisäsi varautunutta ilmapiiriä.

Tarkasti kohdennettu toiminta voidaan kokea vieraaksi, oman identiteetin vastaiseksi ja jopa leimaavaksi. Pienperhekahvilan kävijät määrittivät itsensä ensisijaisesti perheiksi yhden vanhemman perheen sijaan. Oma perhemuoto nähdään olevan osa perheiden moninaisuuden luonnollista kirjoa. Moni piti yksinhuoltaja-termiä lähes haukkumasanana ja vastusti sen käyttöä voimakkaasti. Niinpä yleisesti lapsiperheiden toimintaan profiloitunut toimintaympäristö antaa osallistujalle ennakkokäsityksen siitä, millaiseen toimintaan on lähdössä mukaan.

7.3 Pienperhekahvilan tarpeellisuus

Pienperheyhdistyksessä on huomattu, että vaikka aika ajoin tulee toiveita perhekahviloiden käynnistämisestä, perheet osallistuvat silti eniten yksittäisille retkille ja leireille. Niinpä tarkastelimme pienperhekahvilaa toimintamuotona tavoitettavuuden ja tarpeenmukaisuuden kannalta. Tapasimme säännöllisesti Pienperheyhdistyksen vertaistoiminnan koordinaattoria toiminnan suunnitteluun, toteutukseen ja lopulta päättämiseen liittyen. Hän oli myös mukana muutamassa perhekahvilassa ja tapasi itse kävijät.

Syy säännölliseen toimintaan osallistuvien vähäiseen määrään voi olla toiminnan ajankohta ja lapsiperheiden kiireinen arki. Pienperhekahvilan tapaamiset toteutettiin ilta-aikaan, jotta työssä käyvienkin vanhempien perheillä olisi mahdollisuus osallistua. On kuitenkin otettava huomioon, että yhden vanhemman perheissä voi olla lasten harrastuksia tai sovittuja etävanhempien tapaamispäiviä. Eräs vappujuhlista mukana ollut äiti kertoi, että osallistuisi mielellään pienperhekahvilaan, mutta kyseinen viikonpäivä on heidän perheessään ”isäpäivä”, eikä hän halunnut osallistua ilman lapsiaan.

Myös työn ja harrastusten yhteen sovittaminen saattaa olla haastavaa. Kaksi kahvilassa käynyttä äitiä kertoi palaavansa työelämään syksyllä ja lasten aloittavan päivähoidon. Pasilan alueen työllisyysluvut ja koulutustaso huomioon ottaen voisi päätellä, että alueella on paljon työssä käyviä yhden vanhemman perheitä. Työ- ja hoitopäivän jälkeen perheillä ei ole välttämättä aikaa osallistua toimintaan tai sitä ei ole koettu tällä hetkellä tarpeelliseksi. Uuteen elämänvaiheeseen totuteltaessa halutaan karsia menoja, kunnes tilanne taas vakautuu.

Pienperhekahvilan kävijät olivat yhden vanhemman perheitä hyvin erilaisista lähtökohdista. Yhdessä perheessä oli toimiva yhteishuoltajuus, yksi oli alusta asti suunnitellut lapsen hankintaa yksin ja yhden eron liittyi väkivaltaa ja turvattomuutta. Totesimme, että osalla kävijöistä ei ole tarvetta luoda tiiviitä ja henkilökohtaisia suhteita muihin kävijöihin. Heillä ei välttämättä ole tarvetta osallistua retkille tai muihin tempauksiin, vaan heille riittää tieto siitä, että on olemassa paikka, mihin voi tiettyyn aikaan halutessaan mennä tapaamaan muita ihmisiä ja silti säilyttää yksityisyytensä. Koska tavoitteenamme oli, että pienperhekahvilassa kävijät laajentaisivat sosiaalista verkostoaan ja saisivat toiminnan kautta voimavaroja arkeensa, otimme huomioon myös heidän oikeutensa tulla kokonaisvaltaisesti kuulluksi ja osallistua toimintaan omien tarpeidensa mukaan. Tämä tarkoitti käytännössä sitä, että pyrimme antamaan osallistujille oman tilansa keskustella asioista heidän omilla ehdoillaan.

Toiminnan edetessä on tärkeää huomioida, miten on ohjaajana rakentanut luottamusta ja millaisia merkityksiä luonut toiminnalle. Luottamus on keskeinen edellytys osallistumiseen ja osallisuuden kokemuksen syntymiseen (Salmikangas 2002: 16). Huomasimme, että erään äidin usko toiminnan jatkumiseen ja toteutustapaan mureni, kun hän kevään lopuksi havahtui siihen, että toimintaa ylläpitää Pienperheyhdistys, se on osa opinnäytetyöprosessiamme ja toiminnan on tarkoitus jatkua vertaisohjaajien vetämänä. Hänelle ajatus itselle ennestään tuntemattoman yhdistyksen organisoimaan toimintaan osallistumisesta vaikutti vieraalta, vaikka vakuutimme, ettei kahvilassa käydäkseen tarvitse kuulua yhdistykseen tai sitoutua sen toimintaan. Teimme myös selväksi, ettei kahvilan jatkuminen ole kävijöiden vastuulla, vaan yhdistyksen tarkoitus on olla luomassa puitteet tarpeenmukaiselle toiminnalle. Tapaus sai meidät pohtimaan, olemmeko olleet tarpeeksi avoimia ja huolehtineet, että kaikille kävijöille selviää tiedot toiminnan toteutuksesta ja tarkoituksesta.

Kuitenkin tapaamisissa syntyi myös luottamusta ja voimaantumista. Syksyn tapaamisissa oli läsnä yksi äiti, joka on aktiivisesti mukana muussakin Pienperheyhdistyksen toiminnassa. Syyskauden tapaamisissa hänen luottamuksensa oli kasvanut, jonka ansiosta hän omaehtoisesti halusi valottaa henkilökohtaista elämäntilannettaan aiemmasta poiketen. Hän koki voivansa keskustella asioista luottamuksellisessa ilmapiirissä ja tulevansa kuulluksi. Tätä on voinut edesauttaa se, ettei muita äitejä ollut syksyn tapaamisissa paikalla. On kuitenkin riskinä, että kävijät alkavat liikaa leimautumaan ohjaajaan, eivätkä luo suhteita toisiinsa. Ohjaaja on avoimessa toiminnassa ainoa varmasti pysyvä ja tuttu hahmo ja hänellä on vastuu siitä, minkä roolin antaa itselleen toiminnan toteutuksessa muodostua. Avoimessa vertaistoiminnassa tapaamiset eivät voi rakentua ohjaajan ympärille, vaan tarkoituksena on olla välittäjänä kävijöiden välillä.

Pyrimme luomaan kahvilatoiminnassa pohjaa luottamuksen syntymiseen kävijöiden välille, jotta aito vertaistuki voisi mahdollistua ja toiminnalla olisi edellytyksiä jatkoa. Luottamuksen rakentumiseen tarvitaan aikaa ja pitkäkestoista työtä. Muutama tapaaminen ei riitä syvemmän yhteyden luomiseksi. Avoimessa kahvilatoiminnassa ei vaadita sitoutumista, joten kävijät saattavat vaihtua kullakin toimintakerralla. Jos kävijät eivät tule tutuiksi keskenään, ei myöskään yhteenkuuluvuuden ja sitä kautta osallisuuden kokemusta voi syntyä.

8 Pohdinta

Syrjäytyminen on yksi nykyhetken suurimpia ongelmia. EU:n tavoitteena on vähentää köyhydessä ja syrjäytymisvaarassa elävien henkilöiden määrää vähintään 20 miljoonalla henkilöllä vuoteen 2020 mennessä. Suomessa tavoitteena on köyhien vähentäminen 150 000 henkilöllä. Suurimmassa köyhyysriskissä elävät muun muassa yhden vanhemman perheet. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Tulevaisuuskatsaus 2010, Terve ja hyvinvoiva Suomi: 7.) Puheissa nyky-yhteiskunnan arvoiksi nousevat yksilön valinnanvapaus ja uudenlainen yhteisöllisyys. Jos yhteiskunnassa ei kuitenkaan luoda rakenteita tukemaan näitä arvoja, jää osallisuus ja yhteisöllisyys vain sanahelinäksi heikoimmassa asemassa olevien osalta.

Käytäntöjen ja toimintatapojen kehittämistyö on yksi sosiaalialan merkittävimpiä nykypäivän tehtäviä. Toimintatapojen ajatellaan tehostuvan ja parantuvan asiakaslähtöisyyden keinoin. Tavoitteena on kansalaislähtöiset sosiaalipalvelut, joissa mahdollistuu asiakkaan osallistuminen palveluiden suunnitteluun, tuottamiseen ja arviointiin. (Toikko 2005: 10-12.) Uusien tapojen toimivuutta tai toiminnan tarpeellisuutta ei kuitenkaan voi todeta muuten kuin kokeilemalla. Opinnäytetyömme tarkoituksena olikin tuottaa Pienperheyhdistykselle ajankohtaista tietoa vertaistoiminnan tarpeista ja toteutustavoista sekä saadun tiedon pohjalta arvioida, miten toimintatapoja voisi kehittää osallistujia hyödyttävään suuntaan.

Sekä pienperhekahvilassa että Pienperheyhdistyksen muussa toiminnassa on huomattu, että vain harvat perheet sitoutuvat säännölliseen toimintaan. Tähän voi olla monia syitä. Koska yhden vanhemman perheiden elämäntilanteet ovat hyvin monenlaisia, tarvitaan myös erilaisia vertaistoiminnan muotoja. Pienperhekahvilassa nousi esiin, että osa kaipaa omaa ”heimoa”, josta saada turvaa ja tukea. Osalla taas on verkostoa muualta, jolloin vertaistoiminnalta halutaan kevyttä yhteistä ajanvietettä ja sitä kaivataan satunnaisemmin. Havaintojen perusteella perhekahvila ei kaikilla alueilla ole toimintamuoto, joka palvelee kohderyhmän tarpeita.

Arkielämän ollessa kiireistä haetaan vertaistukea ehkä enemmän verkosta. Juuri pienten lasten äidit ovat perustaneet paljon vertaisuuteen perustuvia keskustelufoorumeita ja tutkimusten mukaan tällainen vertaistuki palvelee heidän tarpeitaan (Munnukka – Kiikkala – Valkama 2005: 237). Etenkin yhden vanhemman perheissä aika ja jaksaminen ovat tiukilla, jolloin toiminnassa arvostetaan helppoutta ja

joustavuutta. Säännöllinen toiminta voidaan kokea arjen rutiineita sekoittavana ja aikaa vievänä.

Munnukan ym. (2005: 248) mukaan teknologian mahdollisuudet eivät kuitenkaan ole vähentäneet tarvetta inhimilliseen kohtaamiseen. Tekniikkaa käytetäänkin eniten kontaktien luomiseen ja tiedon välittämiseen. Muutoksen kohti virtuaalista yhteyksien luomista huomaa myös yhden vanhemman perheiden toiminnassa. Pienperheyhdistyksen Facebook-sivuilla esimerkiksi yleistyi kesällä käytäntö, jossa joku vanhemmista ehdotti yhteistä retkipäivää ja halukkaat saivat ilmoittautua mukaan. Retkien ajankohdat sovittiin yhteisöllisesti verkossa ja ne toteutettiin täysin vertaisohjaajien ohjaamina. Sähköisiä viestintäkanavia hyödyntämällä vertaistapaamisia voisikin järjestää joustavammin ja tarpeenmukaisemmin.

Pienperhekahvilasta nousi aiheita mahdollisiin jatkotutkimuksiin Pienperheyhdistyksen jäsenperheisiin liittyen. Jotta toimintaa voitaisiin edelleen kehittää enemmän erilaisten perheiden tarpeisiin sopiviksi, olisi tarpeellista tietää millaisia yhdistyksen jäsenperheet ovat. Tällöin voitaisiin tarpeen mukaan koota perheitä yhteen heidän elämäntilanteistaan nousevien teemojen ympärille. Esimerkiksi haasteita erossa kohdanneet perheet voivat kaivata kohdennettua vertaistukea. Jatkotutkimuksen aiheena voisi olla myös se, millaisena jäsenet kokevat Pienperheyhdistyksen imagoltaan olevan ja vastaako se heidän toiveitaan. Yhdistystoiminnassa on tärkeää ottaa huomioon kaikki jäsenet. Toimintaa kehitetään monesti aktiivisimpien jäsenten ehdoilla ja helposti sivuun jäävät ne, jotka eivät ole löytäneet omaa rooliaan yhdistyksen toiminnassa. Olisikin tärkeää selvittää, millaisia mielikuvia jäsenillä yhdistyksestä on ja miten helpoksi mukaan lähteminen koetaan.

Tilastotiedon valossa vaikuttaa siltä, että Pasilassa olisi tarvetta yhden vanhemman perheiden vertaistoiminnalle. Pienperhekahvilakokeilu kuitenkin osoitti, että ihmisten intressejä ja käyttäytymistä on vaikeaa ennakoida. Ihmiset voivat sanoa toivovansa jotakin ja kuitenkin toimia päinvastaisella tavalla. Uuden toiminnan juurruttaminen vaatii aikaa, kärsivällisyyttä sekä resursseja ja sen onnistumiseen vaikuttavat monet seikat. Sen järjestäjillä tulee olla tarkat tuntosarvet, joilla kuulostella herkkiä signaaleita.

Lähteet

Aarrekartta n.d.. Urataival. Verkkodokumentti. <http://urataival.fi/?page_id=413>. Luettu 10.10.2013.

Alueelliset erot lapsiperheiden yleisyydessä ovat pieniä 2012. Helsinki: Tilastokeskus. Suomen virallinen tilasto (SVT): Perheet [verkkajulkaisu]. ISSN=1798-3215. Vuosikatsaus 2011, 4. <http://tilastokeskus.fi/til/perh/2011/02/perh_2011_02_2012-11-09_kat_004_fi.html>. Luettu 27.9.2013.

ARA-vuokra-asunnot 2013. Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus. Verkkodokumentti. Päivitetty 11.6.2013. Luettu 22.10.2013.

Aula, Maria Kaisa 2008: Lapsiasiavaltuuttun katsaus lasten osallistumisen tilaan Suomessa. Teoksessa Lapsella on oikeus osallistua. Lapsiasiavaltuutetun vuosikirja 2008. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki. 64-69.

Gretschel, Anu - Kiilakoski, Tomi (toim.) 2007: Lasten ja nuorten kunta. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 77. Opetushallitus, Nuorten osallisuushanke. Humanistinen ammattikorkeakoulu, Sarja A 3, 2007.

Haataja, A. 2009: Kuka on Yksinhuoltaja? Yksinhuoltajien määrä ja profiili eriaineistojen valossa. Teoksessa Forssén, K & Haataja, A. & Hakovirta, M. (toim.): Yksinhuoltajuus Suomessa. Väestötutkimuslaitoksen julkaisusarja D 50. Helsinki: Väestöliitto. 46-62

Helsinki alueittain 2011. Tikkanen, Tea (toim.) – Selander, Päivi (toim.). Helsingin kaupungin tietokeskus. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa: <http://www.hel2.fi/tietokeskus/julkaisut/pdf/11_03_30_Tilasto_hki_alueittain_2011_Tikkanen.pdf>.

Isojen lapsiperheiden lukumäärä pysynyt samana 2012. Helsinki: Tilastokeskus. Suomen virallinen tilasto (SVT): Perheet [verkkajulkaisu]. ISSN=1798-3215. <http://tilastokeskus.fi/til/perh/2012/perh_2012_2013-05-24_tie_001_fi.html>. Luettu 27.9.2013.

Itä-Pasila iskuun! 2012. Verkkodokumentti. <<http://www.itapasilaiskuun.org>>. Luettu 24.9.2013.

Jauhiainen, Riitta – Marjatta Eskola 1994. Ryhmäilmiö. WSOY. Porvoo – Helsinki – Juva.

Karnell, Sonja – Laimio, Anne 2010: Vertaistoiminta- kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Laatikainen, Tanja (toim.): Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA.

Kopakkala, Aku 2008. Porukka, jengi, tiimi: ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Helsinki. Edita.

Kurki, Leena 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen: muutoksen pedagogiikka. Tampere. Vastapaino

Kääntöpöytä 2012. Verkkodokumentti. <<http://kaantopoyta.fi/info>>. Luettu 24.9.2013.

Lapsilisä-projekti 2013. Pienperheyhdistys. Verkkodokumentti. <<http://www.lapsilisa.fi/mika-projekti/>>. Luettu 24.9.2013.

Lasten ja lapsiperheiden elinolot Helsingissä 2007. Helsingin kaupungin tietokeskus. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa: <http://www.hel2.fi/tietokeskus/julkaisut/pdf/07_12_19_ranto_lasten_elinolot.pdf>.

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417. Annettu Helsingissä 1.1.2008.

Lämsä, Anna-Liisa 2009. Tuhat tarinaa lasten ja nuorten syrjäytymisestä. Lasten ja nuorten syrjäytyminen sosiaalihuollon asiakirjojen valossa. Oulun yliopisto. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa: <<http://herkules.oulu.fi/isbn9789514290213/isbn9789514290213.pdf>>.

Mattila, Teija 2005. Itä-Pasilan perhetyö, Loppuraportti. Teoksessa Perhetyö Itä-Pasilan, Jakomäen, Myllypuron ja Kallahden varhaisen tuen hankkeissa. Helsingin kaupungin sosiaalivirasto. Verkkodokumentti. <http://www.hel.fi/wps/wcm/connect/16c20d804a1563cc9688f6b546fc4d01/6_petyje.pdf?MOD=AJPERES&CACHEID=16c20d804a1563cc9688f6b546fc4d01>. Luettu 9.10.2013.

Mehtonen, Tuija 2011. Sosiaalisen vahvistamisen osaaminen. Teoksessa: Lundbom, Pia – Herranen, Jatta (toim.) 2011: Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Humanistinen ammattikorkeakoulu – HUMAK. Sarja C. Oppimateriaaleja 24. 13-29. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa: <<http://www.humak.fi/sites/default/files/liitteet/humak-sos-vahvistaminen-verkko.pdf>>.

Munnukka, Terttu – Kiikkala, Irma – Valkama, Katri 2005. Vertaiset verkossa. Nettiäidit virtuaalihiekkalaatikolla. Teoksessa: Nylund, Marianne – Yeung, Anne Birgitta (toim.): Vapaaehtoistoiminta – anti, arvot ja osallisuus. Vastapaino. Tampere. 236-254.

Mönkkönen, Kaarina 2005. Toiminnallinen vaikuttuminen. Maallikkous vuorovaikutuksen energialähteenä. Teoksessa: Nylund, Marianne – Yeung, Anne Birgitta (toim.): Vapaaehtoistoiminta – anti, arvot ja osallisuus. Vastapaino. Tampere. 277-304.

Nylund, Marianne 2005. Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa: Nylund, Marianne – Yeung, Anne Birgitta (toim.): Vapaaehtoistoiminta – anti, arvot ja osallisuus. Vastapaino. Tampere. 195-213.

Nyholm, Sari – Saarelainen, Jouni 2007. Yhdistyksen projektiopas. Tiedottaminen. Suomen mielenterveysseura. Verkkodokumentti. <<http://julkaisut.mielenterveysseura.fi/projektiopas/>>. Luettu 19.8.2013.

Pasila n.d.. Uutta Helsinkiä. Helsingin kaupunki. Verkkodokumentti. <<http://www.uuttahelsinki.fi/pasila>>. Luettu 24.9.2013.

Pulkkinen, Lea 2002. Teoksessa Kinnunen, Ulla – Anna Rönkä (Toim): Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen 2002. Keuruu. Otavan Kirjapaino Oy.

Pylkkänen, Elina 2009. Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Teoksessa Lammi-Taskula, Johanna - Karvonen, Sakari – Ahlström, Salme (toim.) 2009. Helsinki.94-103. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa: <<http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/0e6f5676-9ccf-4490-8496-45c7b3acce5f>>

Rosengren, Pirjo – Törrönen, Anneliina 2010. Yhdistystoiminnan avaimet. Kansan sivistystyön liitto KSL ry. Verkkodokumentti. Päivitetty 31.8.2010. <<http://www.ksl.fi/sisysluettelo-yhdistystoiminnan-avaimet-325.html>>. Luettu 19.8.2013.

Räsänen, Juhani 2006. Voimaantumisen mahdollistaminen ja ratkaisut. Yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön valtaistaminen. Suomen Työvalmennusakatemia julkaisu. Järvenpää. Julkisviestintä Oy.

Salmikangas, Anna-Katriina 2002. Osallistumiskokeiluja ja -kokemuksia. Teoksessa: Kohonen, Kirsi – Tiala, Toni (toim.) 2002: Kuntalaiset ja hyvä osallisuus. Lupaavia käytäntöjä kuntalaisten osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien edistämiseksi. Sisäasiainministeriö. Osallisuushanke. Helsinki. 13-18.

Seppälä, Henna-Riikka 2011. Vahvistavat verkostot. Näkökulmia järjestöjen toiminnan kehittämiseen ja vaikutusten arviointiin. Teoksessa: Lundbom, Pia – Herranen, Jatta (toim.) 2011: Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Humanistinen ammattikorkeakoulu – HUMAK. Sarja C. Oppimateriaaleja 24. 150-164. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa: <<http://www.humak.fi/sites/default/files/liitteet/humak-sos-vahvistaminen-verkko.pdf>>.

Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulun yliopisto. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa: <<http://herkules.oulu.fi/isbn951425340X/isbn951425340X.pdf>>.

Siitonen, Juha 2007. Voimaantumisen viitekehys. Verkkodokumentti. <<http://www.tyhjoverkosto.fi/materiaalit/seminaarit/siitonen.pdf>>. Luettu 15.9.2013.

Sosiaali- ja terveysalan kansalaisjärjestöt sosiaali- ja terveysministeriön kumppaneina. Sosiaali- ja terveysministeriön järjestöpoliittiset linjaukset 2011. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2011:05. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa: <http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=3320152&name=DLFE-15563.pdf>.

Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet 2005. Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry. Helsinki. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa: <http://www.talentia.fi/files/558/1649_Etiikkaopas2005_1_.pdf>.

Sosiaali- ja terveysministeriön tulevaisuuskatsaus 2010. Terve ja hyvinvoiva Suomi 2020. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2010:23. 2010 Helsinki (n.d.)
Saatavilla myös sähköisesti:
<http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=1087414&name=DLFE-12410.pdf>.

Sosiaaliportti. Lastensuojelun käsikirja. Ehkäisevän lastensuojelun periaatteet. Verkkodokumentti. Päivitetty 3.12.2012. <<http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/lastensuojelunkasikirja/tyoprosessi/ehkaisevatyo/tavoitteet/#>>. Luettu 15.7.2013

Suomen Mielenterveysseura 2012. Vuoden viestit. Vuosikirja 2012. Heiskanen, Tarja – Arho, Jaana - Tuomaala, Ellen - Kajander, Jutta – Liukkonen, Sami (toim.). I-Print. Seinäjoki. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa: <http://www.mielenterveysseura.fi/files/2044/VK_2012_net.pdf>.

Tiikkainen, Pirjo 2011. Teoksessa Heiskanen, Tarja & Saaristo, Liisa (toim.): Kaiken keskellä yksin. Yksinäisyyden syyt, seuraukset ja hallintakeinot. Juva. Bookwell Oy. 59-76

Toikko, Timo 2005. Johdanto. Teoksessa Toikko, Timo (toim.): Sosiaalialan kehittämistyön lähtökohtia. Seinäjoen ammattikorkeakoulun julkaisusarja B. Raportteja ja selvityksiä 20. 10-15.

Toimintasuunnitelma 2012. Pienperheyhdistys ry.

Toiva, Ari 2002. Osallisuus lähiympäristön kehittämiseen. Paikallisen osallisuuden edistäminen Vantaalla. Vantaan kaupunki, Keskushallinto.

Tuominen, Eija 2010: Yhden vanhemman perheiden köyhyys tilastoina. Kuka kuuntelee köyhää yksinhuoltajaa -seminaari. Pori 20.7.2010. Saatavina sähköisesti osoitteessa: <<http://www.kukakuunteleekoyhaa.fi/tiedostot/200710-tuominen.pdf>>. Luettu 9.10.2013.

Törrönen, Maritta 1994. Lapsen etu ja viidakon laki. Teoksessa Törrönen, Maritta (toim.): Lastensuojelun keskusliitto. Julkaisu 94. Helsinki 1994. Painopörssi Oy. 54-71.

Väisänen, Veikko – Immonen, Tuula – Ojaksela, Anu 2011: Setlementtityön juurilla nykyajassa. Itä-Pasilan asukastaloprojektin (2008-2010) loppuraportti ja kuvaus asukastalon ensimmäisistä vuosista. Kalliolan Setlementti. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa:
<http://www.kalliola.fi/Kalliolansetlementti/projektit/Documents/Ita_Pasila_loppuraportti_140611.pdf>. Luettu 9.10.2013.

YK:n yleissopimus lasten oikeuksista 1989. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa: <http://www.unicef.fi/files/unicef/pdf/LOS_A5fi.pdf>. Luettu 9.10.2013.

Vappu 2010. Wikipedia. Verkkodokumentti. <://fi.wikipedia.org/wiki/Vappu>.
Päivitetty 1.5.2013. Luettu 9.10.2013.

Tiedotussuunnitelma

vk 14

- Leikkipuistot
 - Lehdokki
- Päiväkodit
 - Ratamo
 - Lehdokki
 - Kasöörinkadun ryhmä
- Pasilan kirjasto
- Vallilan neuvolaan s-postitiedoite
- Pasilan sos.ohjaajille s-postitiedoite
- Pasilan lähialueella asuville yhdistyksen jäsenille kirje

vk 17

- facebook tiedotusta
 - Lapsilisän sivuilla
 - omille tuttaville
- suoramarkkinointia tuttaville
- tiedote Vauva.fi -sivuille
- kaupat
 - K-market Pasaati
 - Valintatalo Mäkelänkatu
 - K-market Länsi-Pasila
 - Alepa Länsi-Pasila
 - Alepa Sturenkatu
- Leikkipuistot
 - Sanna (Länsi-Pasila)
 - Vallila
- Vallilan lasteneuvolan ilmoitustaulu

Vielä mahdollisesti:

- leikkipuistot
 - Linja
 - Käpylä
- Pasilan seurakuntakoti

Tiedote 1

UUTTA PERHEKAHVILATOIMINTAA PASILASSA

Pienperheyhdistys ry aloittaa kahvilatoiminnan Pasilan alueen yhden vanhemman perheille. Tule mukaan ideoimaan toiminnan sisältöä ja viettämään aikuisten yhteistä aikaa mukavissa merkeissä! Illoissa mukana myös lapsille oma leikkittäjä. Joka toinen tiistai, 16.4. alkaen klo 17.00-19.00 Pasilan Asukastalossa, leikki puisto Lehdokin vieressä.

Lisätietoja: saara.berg@metropolia.fi, jenni.haatanen@metropolia.fi,
luru.natunen@pienperhe.fi

Tiedote 2



Uusi perhekahvila Pasilassa

Pienperhe ry on aloittanut uutta kahvilatoimintaa Pasilan alueen yhden vanhemman perheille. Tule tutustumaan muihin yhden vanhemman perheisiin rennon seurustelun sekä yhteisen tekemisen merkeissä.

Kevään tapaamiset ovat joka toinen ti (parilliset viikot) klo 17-19

30.4. järjestämme vappujuhlat, joissa on luvassa ainakin munkin syöntiä sekä pieniä kilpailuita ja kasvomaalausta lapsille

muut tapaamiset **14.5., 28.5. ja 11.6.**

Kokoonnumme Pasilan Asukastalossa, Topparikuja 2.

Tervetuloa!

Lisätietoja: saara.berg@metropolia.fi, jenni.haatanen@metropolia.fi ja luru.natunen@pienperhe.fi

Palautekyselyn runko

Vertaistuen merkitys

- Oletko aikaisemmin osallistunut perhekahvilatoimintaan?
- Miksi mielestäsi tarvitaan juuri yhden vanhemman perheille suunnattua toimintaa?

Ohjaajien rooli

- Oliko toimintaan helppo tulla mukaan?
- Miten ohjaajat (Saara ja Jenni) ovat huomioineet toiveitasi?
- Mitä toiveita sinulla on tulevaa kautta ajatellen ohjaajien suhteen? (Esim. enemmän ohjattua toimintaa, vapaampaa oleskelua, teemoitettuja kertoja jne.)

Puitteet

- Onko perhekahvilaan helppo tulla sijaintia ja ajankohtaa ajatellen?
- Kuinka suuri merkitys näillä tekijöillä on osallistumiseesi?
- Koetko tärkeänä, että lapsille on järjestetty omaa ohjattua toimintaa perhekahvilan ajaksi?

Toiminnan kehittäminen

- Millaisia ennako-odotuksia sinulla oli toiminnan suhteen?
- Ovatko perhekahvilatuokiot vastanneet toiveitasi?
- Mitä toivoisit tulevan kauden perhekahvilalta?
- Miten uusia mahdollisia osallistujia voitaisiin mielestäsi tavoittaa?