



HETKI AIKAA KAHDESTAAN

osallistujien kokemuksia

lapsiperheiden parisuhdeilloista

Killi Jokila

Opinnäytetyö
Tammikuu 2015
Sosionomikoulutus

TAMPEREEN AMMATTIKORKEAKOULU
Tampere University of Applied Sciences

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma

KILLI JOKILA:

HETKI AIKAA KAHDESTAAN – osallistujien kokemuksia lapsiperheiden parisuhdeilloista

Opinnäytetyö 66 sivua, joista liitteitä 11 sivua
Tammikuu 2015

Opinnäytetyö käsittelee lapsiperheiden parisuhdeiltojen merkitystä osallistujaparien parisuhteille sekä osallistujien kokemuksia parisuhdeiltojen sisällöistä, käytännön järjestelyistä ja kehittämisestä. Lapsiperheiden parisuhdeilloja on järjestetty syksystä 2007 lähtien Lempäälän kunnan ja Lempäälän seurakunnan yhteistyönä. Teoriataustana opinnäytetyössä on Gottmanin parisuhdeteoria, Bowlbyn kiintymyssuhdeteoria ja perhesysteemin lähestymistapa.

Opinnäytetyön tutkimusaineisto kerättiin puolistrukturoidulla laadullisella kyselyllä, johon sisältyi määrällinen kyselyosio kuvaamaan vastaajien mielipiteitä lapsiperheiden parisuhdeilloista. Kyselylomake jaettiin lapsiperheiden parisuhdeillassa kaikille 68:lle iltaan osallistuneelle. Vastauksia palautui 40.

Tutkimuksen tulokset olivat samansuuntaisia ensimmäistä kertaa ja useammin osallistuneilla sekä miehillä että naisilla. Parisuhdeiltaan osallistumisen perusteena useilla oli halu hoitaa parisuhdetta ja/tai puolison ehdotus osallistumisesta. Osallistujat kokivat oman ja puolison ymmärryksen lisääntyneen ja sitoutumisen parisuhteeseen vahvistuneen lapsiperheiden parisuhdeillan myötä. Vastaajat kokivat lapsiperheiden parisuhdeillan vahvistaneen ja tukeneen heidän vanhemmuuttaan. Osallistujien mukaan parasta lapsiperheiden parisuhdeillassa oli puhujaparin kertomat oman elämän esimerkit ja yhteinen aika puolison kanssa arjen keskellä. Lähes kaikki vastaajat pitivät hyvänä sitä, että parisuhdeillassa oli vain oman puolison kanssa käytäviä keskusteluja. Vastaajat toivoivat, että samanlaisia parisuhdeilloja järjestettäisiin useammin. Parisuhdeillan työskentelytapoihin, sisältöön ja käytännön järjestelyihin oltiin vastuksissa erittäin tyytyväisiä samoin kuin illan ajaksi järjestettyyn lastenhoitoon. Osallistujien mielestä kunnan ja seurakunnan yhteistyö näkyi sopivasti.

Opinnäytetyön tutkimusmateriaalista nousi esiin kokemuksia ja merkityksiä, jotka laajemmissa tutkimuksissa on todettu merkityksellisiksi parisuhteen hyvinvoinnin kannalta. Opinnäytetyön tutkimustulokset esitellään kunnan ja seurakunnan yhteistyöneuvottelussa ja tulosten perusteella tehdään mahdolliset muutokset tuleviin lapsiperheiden parisuhdeiltoihin. Tuloksia voivat käyttää myös muut kunnat, seurakunnat, yhdistykset ja järjestöt lapsiperheiden palveluiden kehittämisen ja vastaavien parisuhdeiltojen järjestämisen taustamateriaalina.

Asiasanat: lapsiperhe, parisuhde, parisuhdeilta

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services

KILLI JOKILA:

A LITTLE TIME TOGETHER – Participants experiences about Relationship Evenings for Couples with Children

Bachelor's thesis 66 pages, appendices 11 pages
January 2015

The objective of the study was to gather information about people's opinions on relationship evenings for couples with children that they attended. The focus was on how they felt about the contents of the evenings. The study also focused on organizing and development of the evenings.

The relationship evening for couples with children started in the autumn of 2007 as a joint production between Lempäälä municipality and congregation of Lempäälä.

The data were collected using semi-structured qualitative survey that included quantitative questionnaire to describe the respondents' opinions of the relationship evening for couples with children. The questionnaire was administered to 68 persons who attended the evening and 40 of them responded.

The results showed similar trends whether the respondent had attended the evening before or not. The reason for attending the evening, in the most cases, was the will to work on the couple's relationship and/or a partner's suggestion to attend these events. The respondents felt their understanding of their partner and themselves had improved due to attending the evening. The participants also felt that the most valuable content of the evenings were the examples of real life situations told by the arranging couple and the time the evening allowed the couples to spend time together. When asked about developing the events, the respondents mainly suggested for it to be held more often.

From the data emerged similar experiences and meanings which in other wider studies had been found relevant to welfare in a relationship. The content and the methods used during the evening received mostly positive feedback and people were really pleased with the childcare that had been organized for the attendants. The results of the study will be presented in the municipality-congregation joint negotiations. It is possible to replicate the study to gain comparable data.

Key words: relationship, family with children, relationship evening

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	OPINNÄYTETYÖN TAUSTAT JA TARKOITUS.....	8
2.1	Parisuhteet yhteiskunnan muutoksessa.....	8
2.2	Lapsiperheiden parisuhdeillat.....	10
2.3	Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset.....	13
3	OPINNÄYTETYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT.....	14
3.1	Parisuhde.....	14
3.2	Parisuhdeonnellisuus.....	14
3.3	Parisuhde lapsiperheessä.....	15
3.4	Perhesysteeminen lähestymistapa.....	15
3.5	Gottmanin parisuhdeteoria.....	17
3.6	Bowlbyn kiintymyssuhdeteoria.....	19
3.6.1	Kiintymyssuhteen organisaatiomuotoja.....	21
3.6.2	Luottavainen kiintyminen.....	22
3.6.3	Välttelevä kiintymyssuhde.....	23
3.6.4	Ristiriitainen kiintymyssuhde.....	23
3.7	Sitoutuminen.....	24
3.8	Sosiaalinen tuki ja sosiaalinen innovaatio.....	24
3.9	Teoreettiset lähtökohdat parisuhdeiltojen viitekehyksenä.....	25
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....	28
4.1	Laadullinen tutkimusote.....	28
4.2	Tutkimusaineiston hankinta ja kyselylomakkeen laadinta.....	28
4.3	Kohdejoukon kuvaus.....	30
4.4	Analyysi.....	31
5	TUTKIMUKSEN TULOKSET.....	34
5.1	Parisuhdeillan merkitys osallistujien parisuhteelle.....	34
5.1.1	Kuulluksi tuleminen ja toisen kuunteleminen parisuhteessa.....	35
5.1.2	Itsensä ja puolison ymmärryksen lisääntyminen.....	36
5.1.3	Tuki vanhemmuudelle ja omalle jaksamiselle.....	38
5.1.4	Sitoutuminen parisuhteeseen.....	39
5.1.5	Sosiaalinen tuki.....	39
5.2	Lapsiperheiden parisuhdeillojen sisältö.....	40
5.3	Käytännön järjestelyt.....	41
5.4	Yhteenvedo tuloksista.....	43
6	JOHTOPÄÄTÖKSET.....	45

6.1 Yleistä tutkimustuloksista.....	45
6.2 Lapsiperheiden parisuhdeiltojen kehittäminen	47
7 POHDINTA.....	49
7.1 Aiheen yleinen pohdinta	49
7.2 Opinnäytetyön reliaabelius, validius ja eettisyys.....	49
7.3 Opinnäytetyön prosessin pohdintaa ja jatkotutkimusaiheita	51
LÄHTEET.....	53
LIITTEET	56
Liite 1. Kyselylomake	56
Liite 2. Matriisi vastausten keskiarvoista	61
Liite 3. Parisuhdepalvelut Lempäälässä	63
Liite 4. 19.3.2014 Lapsiperheiden parisuhdeillan esite	65

1 JOHDANTO

Ihmisen riippuvuus toisesta ja turvallinen tunneyhteys rakastettuun, nähdään positiivisena parisuhteen perustana ja hyvinvoinnin ja stressistä toipumisen lähteenä. Olennaisimmaksi tekijäksi voidaan määrittää turvallisuuden tunne parisuhteessa ja parisuhteen perustaksi sitoutuminen parisuhteeseen. (Anttonen 2010, 176.)

Länsimaissa perinteiseksi muodostunut parisuhdekäsitys ”kunnes kuolema meidät erottaa” muuttui modernin aikakauden myötä täysin. Avioeroista ja avoliitoista sekä homoseksuaalisuudesta tuli hyväksyttävää. Tällä hetkellä parisuhteisiin vaikuttaa postmodernin ajan suuntaukset, kaikki on mahdollista, suhteita voi olla yksi tai useampi, rakkautta voi kohdistaa monenlaisiin ihmisiin ja asioihin. (Nevalainen 2006, 8–9.)

Parisuhde on kuin kaksiteräinen miekka, joka parhaimmillaan tuottaa onnea, terveyttä sekä hyvinvointia ja toisaalta pahimmillaan kaventaa ihmisen mahdollisuutta toteuttaa itseään tai saavuttaa tasapainoa läheisyyden ja erillisyyden välillä. Yhdysvaltalaisen tutkijoiden mukaan hyvä parisuhde näyttää vaikuttavan positiivisesti terveydentilaan, immunititeettijärjestelmään ja elämisen laatuun. (Määttä 2000, 18–20.)

Pikkulapsivaihe on koetus parisuhteelle, puhutaan elämän ruuhkavuosista sekä perheen ja työn yhteensovittamisesta. Lehtikirjoituksissa uutisoidaan parien eroista ja suhteiden hankaluuksista, mutta harvoin pitkistä, onnellisista parisuhteista. Parisuhteen hyvinvoinnilla on tutkimusten mukaan laajat vaikutukset, niin puolisoitten kuin lasten hyvinvointiin.

Laki lasten päivähoidosta (19.1.1973/36) määrittää päivähoidon tavoitteeksi tukea päivähoitossa olevien lasten koteja näiden kasvatustehtävässä ja yhdessä kotien kanssa edistää lapsen persoonallisuuden tasapainoista kehitystä. Lastensuojelulaki (13.4.2007/417) edellyttää kunnilta suunnitelmallista ja laaja-alaista lasten ja perheiden ongelmia ehkäisevää toimintaa. Hallinnonalat ylittävän ehkäisevän työn tarkoituksena tulee olla ongelmien varhainen havaitseminen ja varhaisen tuen tarjoaminen, jotta voidaan ehkäistä yksilökohtaista lastensuojelun tarvetta. Pääministeri Stubbin hallituksen hallitusohjelmaan on kirjattu 24.6.2014, että hallitus tekee työtä vanhemmuuden tukemiseksi sekä lasten vanhempien parisuhdeneuvonnan kehittämiseksi ja lisäämiseksi.

Yhteiskunnan ilmiöt ja muutokset heijastuvat parisuhteisiin ja perheisiin. Valtionosuuk-sien jakouudistus on muuttanut kuntien talousrakennetta ja uusia lain edellyttämiä toi-mia määritellään kuntien tehtäviksi. Parisuhteiden ja vanhemmuuden tukeminen on en-nakoivaa ja ehkäisevää toimintaa, jolla voidaan saada säästöjä aikaiseksi korjaavien toimenpiteiden tarpeen vähenemisen muodossa. Parisuhteille annetun sosiaalisen tuen merkitys on tullut esille mm. Väestöliiton perhebarometrissa 2003 sekä Kontulan & co tekemässä tutkimuksessa 1990 –luvun taloudellisen laman sosiaalisten ja terveydellisten haittavaikutusten valtakunnallisessa seuranta-aineistossa (Kontula 2009, 100).

Päivähoidon perhetyöntekijänä tapaan työssäni pienten lasten vanhempia. Monesti he tulevat asiakkaikseni, kun lasten kasvatus on haastavaa, lapset kiukuttelevat, vanhemmuus on raskasta eikä parisuhdekaan tarjoa turvaa ja kuulluksi tulemisen kokemuksia. Keskusteluissa esille nousee usein erilaiset tavat toimia vanhempina ja erilaiset odotukset, luulot ja kuvitelmat puolisoista ja parisuhteesta. Läheisyyden osoittamiselle ei tunnu löytyvän molemmille sopivaa tapaa ja kuulluksi tulemisen kokemusten puuttuminen nostaa helposti voimakkaita tunteita, kuten vihaa, pelkoa ja raivoa pintaan. Kontula (2009, 114) kirjoittaa miten ihmisten odotukset parisuhdetta kohtaan ovat lisääntyneet viime vuosina, suhteen odotetaan tarjoavan syvää rakkautta ja muuta tunnetäyttymystä.

Lempäälä on muuttovoittokunta ja useilla lapsiperheillä ei ole sosiaalista verkostoa lähellä. Mahdollisuuksia parisuhteen hoitamiselle ja vanhempien keskinäiselle ajalle on vähän. Kaisa Malisen (2011) tutkimuksen mukaan päivähoito edustaa pikkulapsiperheil-le tärkeää ulkoista systeemiä yhteiskunnassa ja päivähoidossa on tärkeää ymmärtää pikkulapsiperheissä vallitseva parisuhteen ja vanhemmuuden kytkös (Malinen, K. 2011, 15.) Lapsiperheiden haasteet tulevat esille usein päivähoidossa päivittäisissä kohtaami-sissa lasten tuonti- ja hakutilanteissa, varhaiskasvatuskeskusteluissa (VASU) tai lapsen käyttäytymisen muuttuessa, vanhemmat saattavat kertoa haastavasta parisuhdetilantees-ta.

Lempäälässä on järjestetty lapsiperheiden parisuhdeiltoja keväästä 2007 lähtien Lem-päälän kunnan ja Lempäälän seurakunnan yhteistyönä. Tämän opinnäytetyön tarkoituk-sena on selvittää parisuhdeiltoihin osallistuneiden henkilöiden kokemuksia iltojen mer-kityksestä heidän parisuhteelleen ja saada heiltä tietoa parisuhdeiltojen järjestelyistä ja kehittämistoiveista.

2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTAT JA TARKOITUS

2.1 Parisuhteet yhteiskunnan muutoksessa

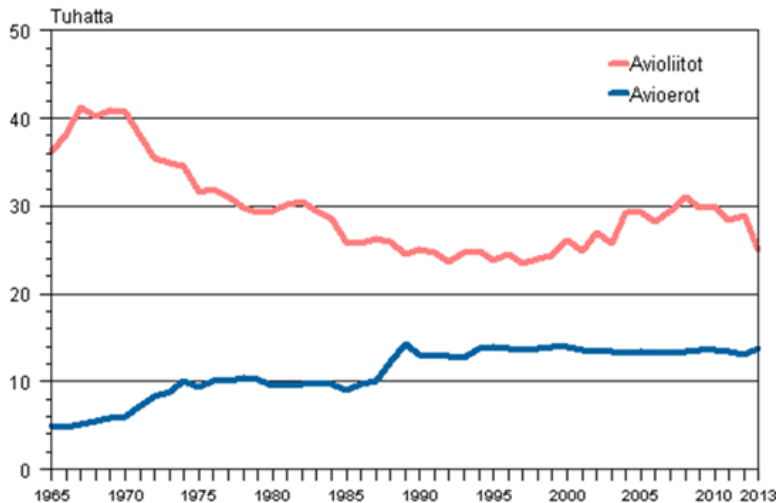
Parisuhteiden päätehtävä on muuttunut viimeksi kuluneen 50 vuoden aikana. Naiset ovat työllistyneet kodin ulkopuolelle ja miehet ovat ottaneet enemmän roolia lasten- ja kodinhoitoon liittyvistä tehtävistä. Parisuhteissa on noussut pinnalle sen osapuolten henkilökohtainen etu ja koettu tunnetäyttymys. Puolisot odottavat saavansa osakseen rakkautta, turvallisuutta ja kumppanuutta. (Kontula 2009, 22.)

Yhteiskunnan tuki ja arvostus heijastuu pari- ja vanhemmuussuhteiden laatuun ja siihen kuinka parit itse arvostavat ja hoitavat suhdettaan (Malinen & Alkio 2004, 7). Pääministeri Stubbin hallitusohjelmaan (2014) on kirjattu, että hallitus edistää yhdessä työelämän osapuolten kanssa perhevapaajärjestelmän kehittämistä niin, että perhevapaajärjestelmällä edistetään lapsen hyvinvointia ja tuetaan molempien vanhempien mahdollisuuksia osallistua lasten hoitoon ja työelämään.

Hallituksen esittämän uuden sosiaalihuoltolain (STM 196/2014) tavoitteena on vahvistaa peruspalveluja ja vähentää korjaavien toimenpiteiden tarvetta. Lain tavoitteena on asiakkaiden yhdenvertaisuuden paraneminen ja viranomaisten yhteistyön tiivistyminen sekä lapsiperheiden palvelukokonaisuuden yhtenäistyminen. Päivähoitolakia ollaan uudistamassa varhaiskasvatuslaiksi ja asian käsittely eduskunnassa on kesken, keskeisiä uudistusesityksiä nykyisiin säädöksiin verrattuna ovat varhaiskasvatuksen määrittely, tavoitteet ja monialaisen yhteistyön korostaminen (OPM 2014).

Tilastokeskus tilastoi niiden avioliittojen ja rekisteröityjen parisuhteiden alkamiset ja päättymiset, joissa vähintään toinen puolisoista tai osapuolista asuu tapahtumahetkellä vakinaisesti Suomessa. Taulukko 1 kuvaa avioliittojen ja avioerojen määrää Suomessa vuosina 1965-2013.

TAULUKKO 1. Avioliitot ja avioerot 1965–2013 (Tilastokeskus 2014)



Parisuhteiden päättyminen koskettaa vuosittain kymmeniä tuhansia lapsia. Eroavat vanhemmat kertovat usein olevansa huolissaan lasten hyvinvoinnista. Peruskoulu ei huomioi erolapsia ja heidän erityistarpeitaan vaikka eron tiedetään vaikuttavan vuosien ajan lapsen käyttäytymiseen ja opiskeluun. Lapsille tarkoitettuja palveluja ei ole saatavilla siinä määrin kun niitä tarvittaisiin. Tarvitsijoiden määrä ylittää kunnallisen perheneuvonnan kapasiteetin. (Kiiänmaa 2008, 92.)

TAULUKKO 2. Muiden kuin avioparien muodostamien perheiden osuus lapsiperheistä Suomessa (Tilastokeskus 2014)

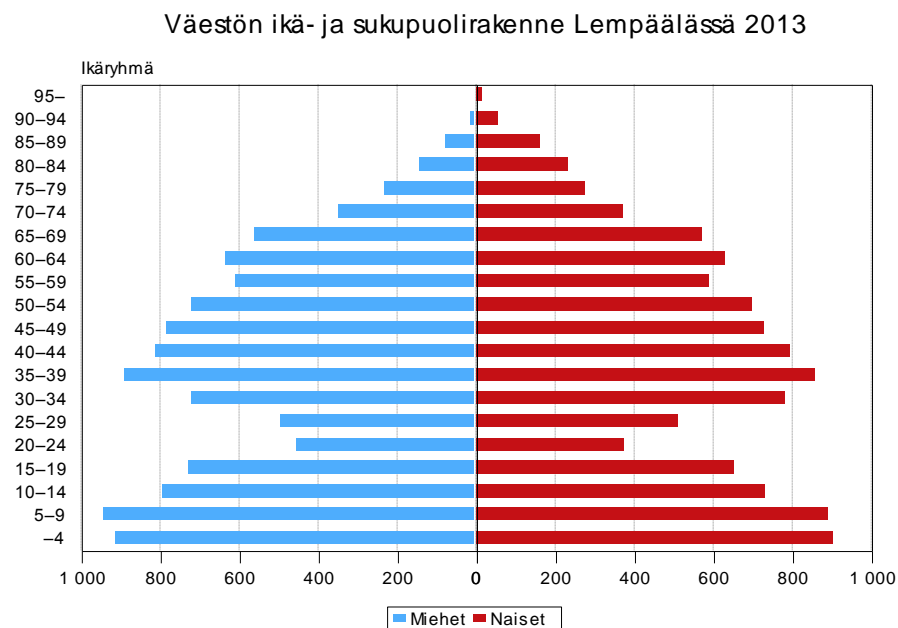
Suomessa lapsiperheistä	
avoparin muodostamia perheitä	19 %
yksinhuoltaja äidin muodostamia perheitä	18 %
Yksinhuoltaja isän muodostamia perheitä	3%

Yhden vanhemman ja avoparien lapsiperheiden määrä kasvanut 1990-luvun alusta lähtien, mutta viime vuosina määrät ovat pysyneet lähes samoina, kuten taulukosta 2 ilmenee (Tilastokeskus 2014).

2.2 Lapsiperheiden parisuhdeillat

Lempäälän kunta on väestörakenteeltaan muuttovoittokunta, jossa on paljon lapsiperheitä. Vuoden 2013 lopussa 0–14 -vuotiaiden osuus väestöstä oli 23,8 % , kun koko maan vastaava prosenttiluku oli 16,4. Lapsiperheiden suuri osuus väestöstä kertoo myös heille suunnattujen palveluiden tarpeesta. Perheet elävät elämässään pikkulapsiperheen ruuhkaista aikaa ja tukiverkot ovat usein kaukana. Taulukko 3 kuvaa Lempäälän kunnan väestön ikä- ja sukupuolirakennetta vuonna 2013.

TAULUKKO 3. Lempäälän kunnan väestörakenne 2013 (Tilastokeskus/Väestö)



Lapsiperheiden parisuhdeiltojen käynnistämisen taustalla oli halu lisätä pikkulapsiperheissä elävien vanhempien hyvinvointia, ja ennaltaehkäistä parisuhteen ongelmia ja tukea näin toimien lapsiperheiden selviytymistä arjen haasteissa. Huoli lapsiperheiden vanhempien avio- ja avoerojen määrän kasvusta herätti myös tarpeen ja halun tuottaa palveluja ennakoivasti ja ehkäisevästi. Järjestäjätahona päivähoidon ajateltiin olevan

neutraali ja luontainen yhteistyökumppani perheille, eikä kenenkään tarvitsisi häpeillä osallistumisestaan. Kunnan ja seurakunnan yhteistyöllä haettiin resurssien tehokasta käyttöä. Liitteellä 3 on kuvattu parisuhdepalveluita Lempäälässä järjestävät tahot.

Parisuhteessa eläviä ihmisiä voidaan auttaa hyvin ennaltaehkäisevästi ja vahvistavasti jo ennen isojen pulmien esilletuloa, ja normalisoida parisuhteiden vuorovaikutusmalleja.

Väestöliitossa on vuonna 2004 alkanut Parisuhde –projekti, jota Raha-automaattiyhdistys (RAY) on tukenut. Parisuhde –projektissa on haettu työskentelymalleja, joilla parisuhdeongelmia ja –kriisejä voidaan ennaltaehkäistä (Malinen & Alkio, 2004, 8).

Väestöliiton Parisuhde –projekti on muotoutunut valtakunnalliseksi Parisuhdekeskukseksi, jota RAY edelleen tukee. Keskus tarjoaa parisuhdetietoutta ja parisuhdetaitoja parisuhteessa eläville, ja sitä suunnitteleville tavallisille ihmisille sekä parisuhdeasioiden parissa työskenteleville. Pyrkimyksenä on tukea parisuhteessa eläviä ihmisiä niin, että tuki vaikuttaa myönteisesti heidän perhe-elämäänsä ja vanhemmuuteensa. Parisuhdekeskuksen työ painottuu ongelmia ennalta ehkäisevien työskentelytapojen suunnitteluun, kokeiluun ja julkisen parisuhdekeskustelun ylläpitoon. Vaikka parit hyötyisivät helposti tavoitettavista palveluista ja parisuhdetiedosta, niitä ei ole riittävästi saatavilla, jotta ongelmiin voitaisiin tarttua riittävän ajoissa. (Väestöliitto 2015.)

Jokaiseen parisuhteeseen kuuluu erilaisia hyviä ja huonoja jaksoja. Kuitenkin puhutaan hyvin vähän rakkaudesta ja sen haasteista ja siitä, miten parisuhteissa voidaan säilyttää ystävyys ja ystäville tyypillinen tapa olla vuorovaikutuksessa. Ihmisen perustarpeisiin kuuluu tarve saada rakkautta ja hyväksyntää, tukea ja lohdutusta eli tulla tunnetasolla kohdatuksi. Vain kolmasosalla aikuisista on luontaisesti parisuhdetta tukevat vuorovaikutustaidot. Väestöliitossa on kehitetty ennakoivan ja ehkäisevän parisuhdetyön malli, jonka kehittämisessä on hyödynnetty korjaavasta parisuhdetyöstä saatu tieto ja taito. Vaikka parisuhteet ovat yksilöllisiä, niin tiettyjä samankaltaisia kehitysvaiheita ja vuorovaikutusmalleja liittyy parisuhteisiin, ja niistä ennakkoon kertomalla parit voivat ymmärtää toimintaansa ja välttää parisuhteen karikoita. (Kumpula & Malinen, 2007, 10–12.)

Päivähoito ja neuvola tavoittavat lähes koko lasten ikäryhmän. He saavat tietoa asiakasperheidensä tilanteesta. Jotkut tiedot voivat antaa aiheita asian esille ottamiseen vanhempien kanssa ja lapsen perhetilanteen selvittämiseen. Tätä selvitystyötä ei ole tarkoitettu päivähoitoon tai neuvolan tehdä, mutta heillä on kuitenkin velvollisuus ottaa huolensa puheeksi vanhempien kanssa. Lapsella voidaan havaita ongelmakäyttäytymistä, kehityshäiriöitä tai vetäytymistä, jonka taustalla voi olla perheen ongelmat. Lapsen oireilu voi olla ainoa merkki perhetilanteen muutoksesta.

Monet työntekijät päivähoitossa epäröivät ottaa huoltaan puheeksi etenkin, jos työntekijällä on aavistus, että asia saattaa liittyä vanhempien parisuhteeseen. Puheeksioton välttely saattaa kuitenkin saada ongelmat kasvamaan. Terveystieteiden ja hyvinvoinninlaitos (THL) on kehittänyt toimintamallin varhaiseen ja dialogiseen puheeksiottamiseen kulttuurin lisäämiseen (THL 2014).

Lapsiperheiden parisuhdeiltojen toimintaperiaatteiden pohjana toimi kevästä 2003 lähtien järjestetyt perhetupien asiakasperheille järjestetyt parisuhdeillat. Toiminta laajeni käsittämään perhetupien ja seurakunnan lapsikerhojen asiakasperheet ja keväällä 2007 parisuhdeiltoja tarjottiin myös päivähoitoon asiakasperheille. Mainos lapsiperheiden parisuhdeilloista on jaettu jokaiseen kotiin (liite 4).

Iltojen kesto on ollut 2½ tuntia. Lastenhoito on alkanut ja päättynyt 15 minuuttia ennen ja jälkeen vanhempien osuuden. Pariskunnille suunnatun osuuden kesto on ollut 2 tuntia. Kokeiluluontoisesti on järjestetty yhtäaikaaisesti, vierekkäisissä tiloissa, erilliset tilaisuudet uusperheellisille ja ydinperheellisille.

Kunnan ja seurakunnan yhteistyöstä ja linjauksista lapsiperheiden parisuhdeiltojen osalta sovitaan vuosittain käytävissä yhteistyöneuvotteluissa. Yhteistyöneuvottelu käsittelee laajemmin kunnan ja seurakunnan parisuhdetyön tarjontaa, kuten kursseja, iltoja ja mahdollista vuosiesitettä.

Seurakunnan parisuhdetyön pappi ja kunnan työntekijöistä koostuva suunnittelutyöryhmä valmistelee lapsiperheiden parisuhdeillan käytännön järjestelyt; aiheen, tiedottamisen, lastenhoidon järjestelyt ja puhujaparin kutsumisen. Päivähoitoon edustaja on avannut tilaisuudet ja tilaisuudet ovat päättyneet parisuhdetyön papin suorittamaan siunaukseen.

Iltojen toteutuksessa on pidetty tärkeänä, että puhujina on pariskunta. Perusteena avio- tai avoparin käyttämiselle on ollut samaistumisen kohteen mahdollistuminen kuulijoille ja puhetta tukevien esimerkkien luonnollisuus. Puhujaparien käyttämien esimerkkien on ajateltu lisäävän kokemusta vertaisuudesta. Parisuhteisiin liittyy tutkimusten mukaan samantapaisia vaiheita ja hankaluuksia. Toimintaperiaatteena on ollut, että illan aikana työskentely tapahtuu vain oman puolison kanssa eikä ryhmäkeskusteluja ole.

Osallistujilta saadun aiheetoiveen pohjalta järjestettiin uusperheille ja ydinperheille suunnatut parisuhdeillat yhtäaikaaisesti vierekkäisissä tiloissa. Teemaa käsiteltiin painottaen ydinperheen ja uusperheen näkökulmaa. Uusperheen iltaa on toivottu järjestettäväksi uudelleenkin.

2.3 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksella halusin selvittää osallistujien kokemuksia ennakoivasta ja ehkäisevästä parisuhdetyöstä ja saada selville parisuhdeiltojen kehittämistarpeita niin sisällön kuin järjestelyjen osalta. Tutkimuksella halusin mitata lapsiperheiden parisuhdeiltojen vaikuttavuutta osallistujille, suuntautuuko Lempäälän kunnan ja Lempäälän seurakunnan ennakoivan ja ehkäisevän työn resurssi tehokkaasti ja tarkoituksenmukaisesti. Tutkimuksen tuloksista voi olla hyötyä myös muille kunnille, seurakunnille, yhdistyksille ja järjestöille lapsiperheiden parisuhdepalveluiden kehittämiseen.

Tutkimuskysymykset olivat:

- Mikä merkitys parisuhdeillalla on osallistujien parisuhteelleen?
- Mitä odotuksia osallistujilla on lapsiperheiden parisuhdeillan sisällölle ja käytännön järjestelyille?
- Miten lapsiperheiden parisuhdeiltoja tulisi kehittää?

3 OPINNÄYTETYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

3.1 Parisuhde

Parisuhde on yksi ihmisen elämän merkittävimmistä ihmissuhteista. Parisuhde on perheen perusta, joka luo pohjan koko perheen hyvinvoinnille. Perhe on kokonaisuutena enemmän kuin osiensa summa ja merkittävää on osien väliset suhteet. Kontulan (2009, 10–11) mukaan parisuhde voi tuntua käsitteenä ja asiana itsestään selvältä, mutta rajatapaukset kaipaavat määrittelyä. Hankalimpana hän pitää määrittelyä siitä, milloin ihmiset tiedostavat, että heidän välilleen on muodostunut parisuhde. Hän lisää, että yleensä tähän liittyy kaipausta toisen läheisyyteen ja seksuaalisuuteen. Samaan aikaan yleensä myös kumppanit alkavat odottaa toisiltaan yhteistä vapaa-ajankäyttöä. Kun ihmiset ovat muuttaneet yhteen asumaan ja heillä on seksuaalista läheisyyttä, lienee selvää, että voidaan puhua parisuhteesta. (Kontula 2009, 10–11.)

Tuula Pukkala (2006) on todennut Lapin yliopistossa tarkastetussa kasvatustieteen väitöskirjassaan, että tärkeä suhdetta koossa pitävä voima on puolisoiden taito ja halu huomioida toistensa muuttuvia tunteita ja tarpeita. Me-henki on yksi tärkeä parisuhteen sideaine, puolisoiden on voitava olla samalla puolella tilanteissa, joissa parisuhdetta koetellaan. Erityisen merkittävää on puolisoiden erilaisuuden arvostaminen. Kestävät parisuhteet vaativat onnistuakseen kompromisseja. Hänen tutkimansa avioparit hoitivat suhdettaan osallistumalla etenkin sellaisiin parisuhdetapahtumiin, jotka tukivat vuorovaikutustaitojen kehittymistä. (Pukkala 2006.)

3.2 Parisuhdeonnellisuus

Tunne parisuhteen onnellisuudesta kulminoituu parin väliseen vuorovaikutukseen. Oikeudenmukaisuus suhteessa synnyttää puolisoissa tyytyväisyyttä ja iloisuutta, tunne epäoikeudenmukaisuudesta synnyttää puolisoissa tyytymättömyyttä ja kielteisiä tunteita. Tärkeä parisuhteen vuorovaikutuksen tekijä on suhteesta ja puolisolta saatava sosiaalinen tuki. Ystävällisyys ja hellyys toimivat puskureina konflikteja ja negatiivisia tunteita vastaan. Sosiaalinen tuki lisää suhteen tunneperäistä läheisyyttä ja intiimiyttä sekä vähentää tunnetason eristäytymistä ja ehkäisee depressiota. (Kontula 2009, 131–132.)

Parisuhdeonnellisuudelle merkittävää on, kuinka ihmiset ymmärtävät intiimiyden, seksuaalisuuden ja sitoutumisen. Molemmilla sukupuolilla on entistä enemmän vapautta päättää intiimistä elämästään ja pyrkimyksestään onneen. Parisuhde ei ole enää välttämätön ihmisen toimeentulon kannalta ja entistä suurempi merkitys on annettu tunteille, hellyydelle ja seksuaaliselle nautinnolle. Parisuhdeonnellisuuteen voi vaikuttaa myös puolisojen luonteenpiirteet ja heidän itsetuntonsa. (Kontula 2009, 11, 64.)

3.3 Parisuhde lapsiperheessä

Vuokko Malinen (2004) kirjoittaa lasten syntymän ja lasten kanssa elämisen muuttavan parisuhteen luonnetta ja käytäntöjä hyvin paljon ja se heijastuu yleensä myös kokemukseen parisuhteen laadusta. Pitkän, kantavan ja tyydyttävän ihmissuhteen solmimiseen ja ylläpitämiseen ei ole mitään täsmäoppia. Tunteiden ymmärtämisen ja hallitsemisen sekä sosiaalisen vuorovaikutuksen taidot lapsi oppii yleensä vanhemmiltaan. Parisuhde on mahdollisuus kehittyä ihmisenä, kehittää ihmissuhdetaitoja ja saada korjaavia ja kannustavia kokemuksia. Vanhempien parisuhde on lapsiperheen ydin ja sen hoitaminen on parasta ennaltaehkäisyä sekä lasten ja nuorten tasapainoisen kehityksen turvaamista. (Malinen & Alkio 2004, 6–7.)

Vanhemmuus ja parisuhde ovat kiinteästi kytköksissä toisiinsa. Lapsi on riippuvainen vanhemmistaan ja kasvaa kodissa vallitsevan tunneilmapiirin sisällä. Lapset myös oppivat vuorovaikutus ja käyttäytymismallit vanhemmiltaan, perhetausta näkyy aikuisena tapana olla vanhempi ja puoliso. Vanhemman ja lapsen suhde rakentuu heidän välisessä vuorovaikutuksessaan eli kiintymyssuhteessaan. (Honkala 2010, 93–94.)

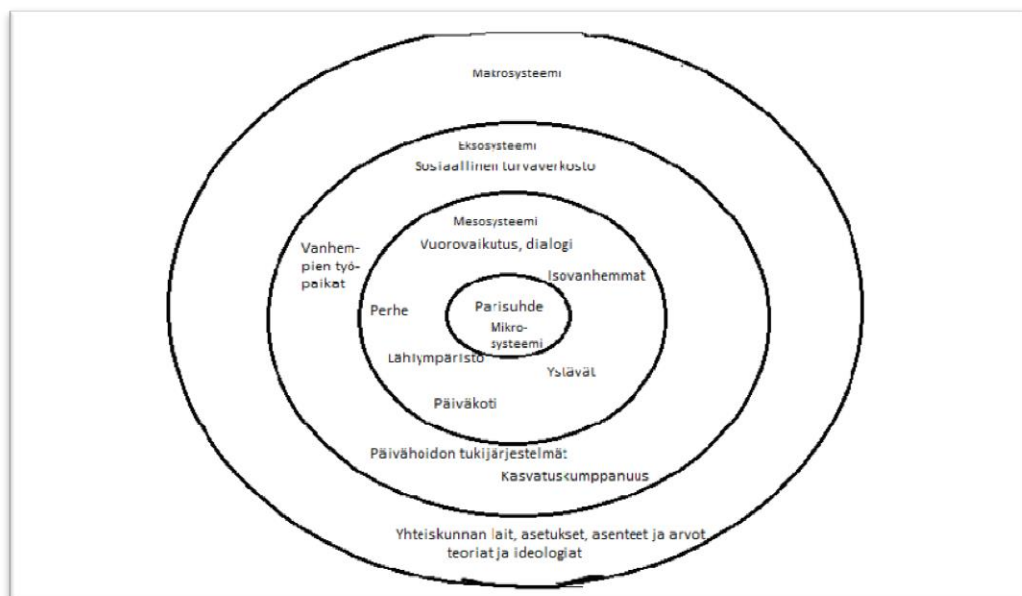
3.4 Perhesysteemin lähestymistapa

Perhesysteemin lähestymistapa ei ole teoria vaan tapa tarkastella jotain ilmiötä. Perhesysteemin lähestymistapa pohjautuu amerikkalaisen psykologin, Urie Bronfenbrennerin (1917–2005) käsitykseen ihmisen kehitystä ja myös sosiaalistumista kuvaavaan ekologiseen teoriaan. Psykologiassa ja kasvatustieteessä tätä teoriaa on sovellettu sekä kehitystä että kasvatusta koskeviin ilmiöihin. Perhesysteemistä lähestymistapaa parisuhteeseen kuvaa kuvio 1, jonka laatimiseen on sovellettu Tonttilan (2006) tutkimukseensa

laatimaa mallia ekologisesta viitekehyksestä. Mallin hän on kehittänyt kuvaamaan vammaisen lapsen perheen varhaisvuosien ekologista ympäristöä soveltaen Pennin (2005), Bronfenbrennerin (1979) ja Garbarinon (1990) teorioita. (Härkönen 2008.)

Perhe on avoin, elävä systeemi, joka mukautuu systeemin sisäisiin ja ulkoisiin muutoksiin. Elämänmuutokset haastavat perheen vuorovaikutussuhteita ja perhe vastaa näihin haasteisiin etsimällä uusia rakenteita ja muuttamalla. Perhesysteemisen lähestymistavan periaatteita voidaan löytää perhe- ja parisuhdeteorioiden ja -tutkimuksen sisältä. Selityksiä parisuhteen toiminnalle voidaan löytää kolmelta tasolta: puolisoista yksilöinä, heidän muodostamastaan parisuhteesta ja ympäristöstä. Puolisot elävät omaa parisuhdettaan yhteiskunnan, kulttuurin ja ympäristön muodostaman makroympäristön sisällä. (Malinen 2011, 12–13.)

Perhesysteemisen lähestymistapa auttaa hahmottamaan parisuhteiden toimintaa kolmelta eri tasolta: parisuhteesta käsin, puolisoista yksilöinä sekä näihin suhteisiin vaikuttavasta ympäristöstä käsin. Kaisa Malisen (2011, 13) mukaan on tärkeää muistaa, että parisuhde sijoittuu sosiaaliseen ympäristöön. Sosiaalinen ympäristö vaikuttaa puolisoitten tapaan toimia parisuhteessa. Vanhemmat elävät parisuhdettaan yhteiskunnan, kulttuurin ja fyysisen ympäristön ympäröimänä. Kulttuuriin liittyvät uskomukset ja myytit, yhteiskunnalliset muutokset, historialliset tapahtumat, asuinpaikka ja taloudelliset tilanteet vaikuttavat parisuhteiden toimintaan kuten esimerkiksi sukupuolirooleihin tai parisuhteen merkitykseen.



KUVIO 1. Perhesysteeminen parisuhteen tarkastelutapa (Härkönen 2008)

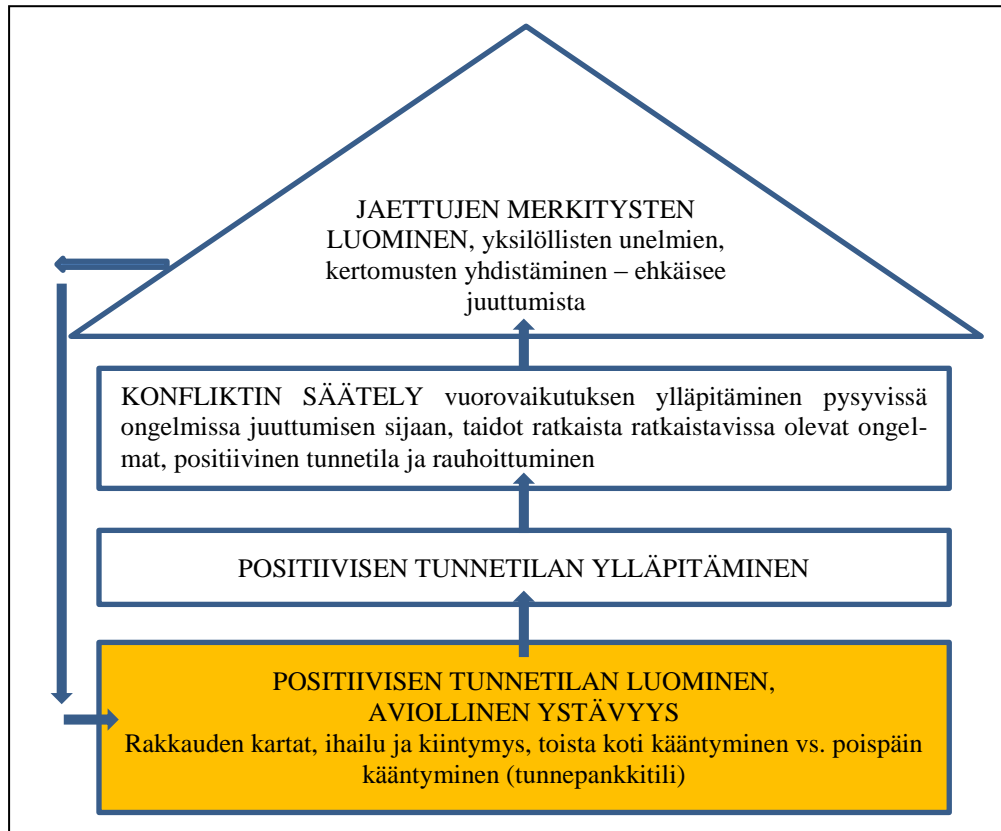
3.5 Gottmanin parisuhdeteoria

Washingtonin yliopiston professorim psykologi John Gottman on yhdessä puolisonsa Julien ja useiden muiden psykologien kanssa kehittänyt parisuhdeteorian Yhdysvalloissa Washingtonin yliopiston Perhetutkimuslaboratoriossa (Relationship Research Institute) sekä Seattlessa sijaitsevassa Ihmissuhdeinstituutissa (Relationship Research Institute). (Gottman 2006, 12–13.) Gottmanin teoria on Malisen ja Alkion mukaan parhaiten tutkittu ja teoria sisältää kattavimman ja kokonaisvaltaisimman näkemyksen parisuhteista (Malinen & Alkio 2004, 8).

Pareja tarkkailemalla, haastatteleamalla ja heidän vuorovaikutustaan havainnoimalla sekä videoimalla ja tutkittavien sekä puolisoitten stressitasoa ja sykettä mittaamalla, tutkijat ovat kehittäneet kolmenkymmenen vuoden aikana parisuhdeteorian, joka määrittelee millainen vuorovaikutus johtaa kestäväan onnellisuuteen ja millainen tunne-elämän loiventumiseen ja avioeroon. (Gottman 2006, 11–14.)

Kuvatessaan kehittämäänsä parisuhdeteoriaa eli Toimiva parisuhdetalo –teoriaa (The Sound Relationship House Theory, kuvio 2) Gottman kertoo sen keskeisenä löydöksenä olevan aviollisen ystävyyden, joka voidaan saavuttaa onnellisessa ja kestävässä parisuhhteessa. Toinen taso on positiivisen tunnetason luominen ja kolmas taso koostuu konfliktien säätelystä. Neljäs ja korkein taso sisältää jaettujen merkitysten luomisen parisuhhteessa. (Malinen & Alkio 2004, 8.)

Onnellisissa parisuhhteissa on vähemmän tilanteita, joissa vaimo esittää vaatimuksia ja mies vetäytyy vuorovaikutuksesta. Neljä Gottmanin kutsumaa suhteen kuolinkelloa ovat parisuhteen ongelmien kokeminen vaikeina ja vakavina, keskustelun tuntuminen hyödyttömältä ja ongelmien ratkaisu itsekseen. Ongelmien ratkaisu itsekseen, johtaa helposti suhteessa siihen, että puoliset elävät toisistaan erillistä elämää ja tilanne päättyy voimakkaan yksinäisyyden kokemiseen. (Perho & co 2010, 6.)



KUVIO 2. Gottmanin parisuhdeteoria Toimiva parisuhdetalo (Malinen & Alkio 2004, Gottman & co 2002)

Gottman jaottelee Toimivan parisuhdetalon rakentuvan seitsemästä pääkohdasta:

- 1) Rakkauden kartat, kumppanin elämänsäntunteminen. Rakkauden kartat ovat kuin tiekartta ihmisen sisäiseen maailmaan. Rakkauden kartta rakentuu kysymällä avoimia kysymyksiä.
- 2) Kiintymyksen ja ihailun vaaliminen huomioimalla ja kunnioittamalla toista, pienissä jokapäiväisissä tilanteissa.
- 3) Toisen puoleen kääntyminen vs. kääntyminen toista vastaan. Toisen puoleen kääntyminen vahvistuu, kun puoliso huomioi toisen toiveita ja odotuksia tunnetasolla.
- 4) Positiivisen tunneyhteyden vaaliminen pääasiallisena vuorovaikutustapana ja siihen pyrkiminen haastavissakin vuorovaikutustilanteissa. Jos kolme ensimmäistä kohtaa ei toteudu, puoliso kokee helposti neutraalitkin tavat toimia, negatiivisesti.
- 5) Pehmeän lähestymistavan käyttäminen vuorovaikutustilanteissa, ja toisen vaikutuksen hyväksyminen. Fyysisen rauhoittumisen ja kompromissin käyttö riidellessä. Yhteydessä pysyminen ja keskusteleminen haastavissakin tilanteissa.

- 6) Kunnioittaa toistensa elämän unelmia.
- 7) Yhteisten merkitysten luominen vahvistamalla virallisia ja epävirallisia rituaaleja ja vuorovaikutuksessa. Toinen toistensa roolien tukeminen luomalla jaettuun taivoitteita ja arvoja. Yhteisten symbolisten merkitysten luominen. (Gottman 2008, 140.)

Kumppanien keskinäinen arvostus ja ihailu kantavat suhdetta. Niiden vastakohtina ovat kritisointi ja halveksunta, jotka ovat erittäin tuhoisia suhteelle. Kumppaneiden osoittaessa arvostusta toisiaan kohtaan, suhde kestää paremmin myös ristiriitoja. Arvostusta voi osoittaa ehkä vilpittömimmin kuuntelemalla toista, eleillä ja myönteisellä vuorovaikutuksella. Kun suhteessa on vaikeuksia tai stressiä, on vaikeaa pitää suhteessa ihailua ja arvostusta yllä. Ihailu ja arvostus ovat kuitenkin tärkeä osa toimivaa parisuhdetta. (Kumpula & Malinen 2007, 65–67.)

3.6 Bowlbyn kiintymyssuhdeteoria

Psykiatri, psykoanalytikko John Bowlby (1907 - 1990) on luonut psykoanalyysin periaatteisiin ja käyttäytymistieteisiin pohjautuvan kiintymyssuhdeteorian 1960 -luvun lopulla. Hän on julkaissut useita teoriaa käsitteleviä kirjoja, joista varhaisimpia ovat 1500-sivuinen Attachment and Loss -trilogia, jotka on julkaistu vuosina 1969, 1973 ja 1980. (Hautamäki 2001, 14–15.)

Bowlby selvittää kiintymyssuhteen avulla miten lapsi sääntelee etäisyyttä ja läheisyyttä ensisijaiseen hoitajaansa, suojautuu vaaralta sekä pitää yllä jatkuvuuden, mielekkyyden ja hyvinvointitunteen värittämää kokemusta itsestään suhteessa muihin. Lapsi luo kuvaa itsestään suhteessa toisiin merkitseviin ihmisiin. (Hautamäki 2001, 23–25.)

Bowlbyn oppilas, yhdysvaltalainen psykologi Mary Ainsworth kehitti omiin havaintoihinsa pohjaavan systeemin, jonka perusteella voitiin luokitella varhaisia kiintymyssuhteita. Teorian pohjalta voitiin käyttäytymistä tutkia ja mitata. Kiintymyssuhdeteorian avulla pyritään kuvaamaan ja ymmärtämään lapsen varhaisten ihmissuhteiden vaikutusta hänen myöhäisempään kehitykseensä aina aikuisiän parisuhteeseen ja vanhemmuuteen saakka. (Sinkkonen & Kalland 2001, 7.)

Englanninkielen sana attachment sisältää kaksoismerkityksen ja sen kääntäminen suomenkielille ei ole yksiselitteistä. Kiintymyssuhdeteoria voidaan käsittää yläkäsitteeksi, joka käsittää kaikki ihmisen tärkeät vuorovaikutussuhteet läpi elämän. Lapsen kehitystä suojaavien tekijöiden sekä riskien tunnistamisen myötä voidaan lasta ja perhettä suojata riskeiltä ja pyrkiä mahdollistamaan lapsen turvallisuuden tunne. Syntyneen turvallisuudentunteen varassa lapsi uskaltaa muodostaa läheisiä ihmissuhteita myös kasvetuaan aikuiseksi. (Sinkkonen & Kalland 2001, 10–11.)

Kiintymyssuhdeteorian avulla voidaan tutkia, missä olosuhteissa ja millä tavoin ihmiset hakevat toistensa läheisyyttä ja turvaa. Ihmisen elämään kulkuun vaikuttavat monet muutkin riski- tai suojatekijät kuin varhaiset ihmissuhteet, mutta kiintymyssuhdeteoria on antanut välineitä ja käsitteitä varhaisten ihmissuhteiden tutkimiseen ja tutkijoiden väliseen keskusteluun. (Sinkkonen & Kalland 2001, 7–8.)

Anttonen (2010, 176) mukaan kiintymyssuhteen soveltaminen aikuisrakkauteen alkoi lisääntyä vasta Bowlbyn kuoleman jälkeen. Hän ei saanut aikanaan vielä vastakaikua teorialleen. Vasta Phil Shaverin ja Cindy Hazanin (1993) tutkimus ja Johnsonin (2008) aikuisrakkaussuhteen kiintymyssuhdeteoria, toi tukea Bowlbyn näkemykselle, että kypsyyden osoitus on tuen hakeminen toisesta tunnetasolla. Ihmisen riippuvuus toisesta ja turvallinen tunneyhteys rakastettuun, nähdään positiivisena suhteen perustana ja hyvinvoinnin ja stressistä toipumisen lähteenä. Olennaisimmaksi tekijäksi hän määrittää turvallisuuden parisuhteessa ja parisuhteen perustaksi sitoutumisen parisuhteeseen. (Anttonen 2010, 176.)

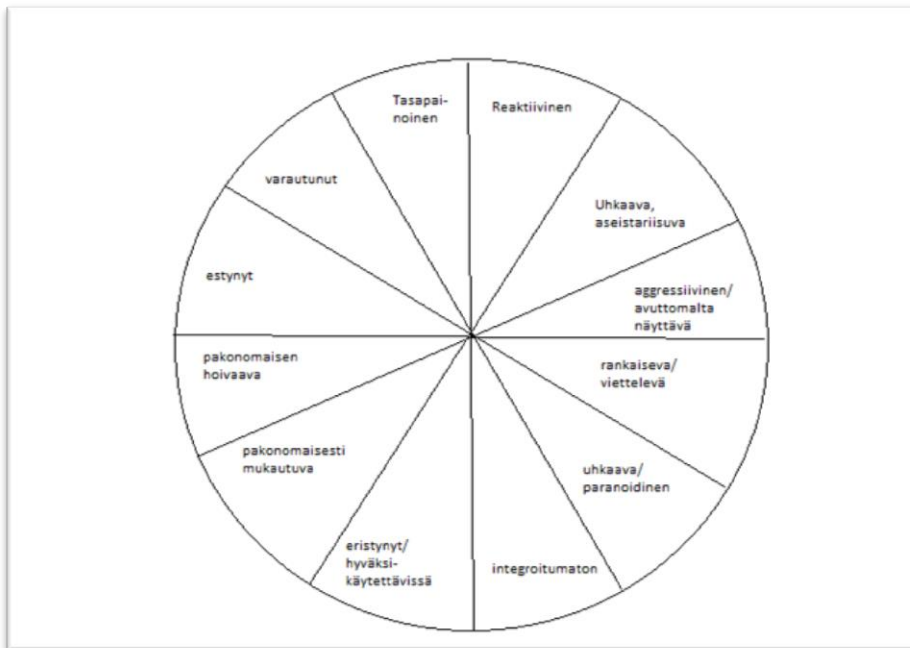
Markova (2012) kertoo suomalaisesta Nauhan ja Silvénin, vuonna 2000, tekemästä tutkimuksesta, jonka mukaan suomalaisten kiintymyssuhde oli turvallinen naisista yli puolella ja miehistä alle puolella. Naisista alle viidennes oli takertuvia ja miehistä vain muutama. Miehistä noin puolet, olivat välttelevästi kiintyneet ja naisista lähes neljännes. Nauhan ja Silvenin tutkimuksen mukaan naisilla yleisin kiintymystyyli on turvallinen ja miehillä välttelevä.

Pukkala (2007, 30, 32) kirjoittaa romanttisen rakkauden kiintymyssuhdeprosessista, jossa puolisoiden välinen luottamus rakentuu molempien perustarpeiden kuten lohdun, huolenpidon ja seksuaalisuuden täyttymiseen. Hän kuvaa myös miten tutkimusten mu-

kaan parisuhteen kiintymyssuhde vaikuttaa perheen lapsiin. Raskausajan parisuhdetyytyväisyydellä sekä äidin suhteilla sukulaisiin ja ystäviin, näyttäisi olevan merkitystä lasten turvallisten kiintymyssuhteiden kasvuun.

3.6.1 Kiintymyssuhteen organisaatiomuotoja

Amerikkalainen psykologian tohtori Patricia Crittenden on määrittänyt, että kiintymyssuhteet ovat tulosta geneettisistä prosesseista, kokemuksista ja vuorovaikutteisista suhteista. Crittendenin oppiäitinä on ollut Mary Ainsworth ja hänen ohjauksessaan Crittenden aloitti kiintymyssuhteen organisaatiomuotoja selittävän mallin kehittämisen, kuvio 3. Mallin taustalla on John Bowlbyn ja E. Mavis Hetheringtonin teoriat, yleiset psykoanalyttiset teoriat, perheteoriat, havaintopsykologia ja käytännön työkokemus. (Crittenden 2011.)



KUVIO 3. Crittendenin kiintymyssuhteen organisaatiomuotoja (Hautamäki 2001, 47)

Crittenden määrittää vuorovaikutussuhteet perimään pohjautuviksi sisäsyntyisten prosessien tuloksiksi. Sisäiset prosessit ja kokemukset muuttuvat ja muuttavat myös kiintymyssuhteiden kaavoja. Aikuisten ihmisten vuorovaikutussuhteet ovat siksi monimutkaisempia kuin lapsilla. Aikuiset käsittelevät tietoa monimutkaisemmin kuin lapset ja aikuisten suojautumiskeinot ovat lapsia monimutkaisempia. (Crittenden 2011.)

Crittenden (2011) painottaa, että n. 20 vuoden iässä, kun aivojen kehitys alkaa päättyä, on viimeinen hetki, jolloin voi vielä vaikuttaa aivoihin ja niiden fyysiseen kypsymiseen ja aivoihin muodostuviin malleihin, kuten esim. kiintymyssuhtemalleihin. Kehityksellisen neurobiologian keskeisinä löydöksinä pidetään kokemusten merkitystä aivojen toiminnan ja rakenteen kehitykselle, vuorovaikutus ja kosketus ovat erityisen merkittäviä ja puutteet suhteessa hoitajaan, rajoittavat lapsen itsesäätelykyvyn kehitystä merkittävästi. (Mäkelä 2003,107–108.)

3.6.2 Luottavainen kiintyminen

Erityisen tärkeää on, että vauva ja pikkulapsi saavat apua intensiivisimpiin negatiivisiin tunteisiinsa, pelkoon ja kipuun. Silloin, kun lapsi saa hoivaa ja tukea riittävän luotettavasti positiivisten tunteiden vahvistamisessa ja negatiivisten tunteiden tyyntymisessä, lapselle kehittyy kyky kokea intensiivistä onnea sekä kestää ja tyyntyy omia negatiivisia tunteitaan. Kun lapsi saa riittävästi taidollista ja kognitiivista kehitystä tukevaa turvallisuutta ja rohkaisua, hän kiintyy turvallisesti eli luottavaisesti. (Mäkelä 2003, 114–117.)

Turvalliselle kiintymyssuhteelle ovat ominaisia piirteitä luottamus, sitoutuminen, tyytyväisyys, tuen pyytäminen ja antaminen, läheisyyden tunteet, aggressiivisuuden vähäisyys suhteessa ja huolenpito toisesta. Turvallisesti kiintyneen ihmisen minuutta leimaa positiivisuus, koosteisuus ja jäsenyisyys. Mitä paremmin ihminen on yhteydessä lähi-ihmisiin, sitä erillistyneempi ja yksilöityneempi hänen minuutensa on. (Mäkelä 2003, 114–117.)

Turvallinen kiintymyssuhde läheiseen ihmiseen helpottaa ahdistusta, auttaa tuntemaan myönteisiä tunteita yhdessäoloa kohtaan, auttaa pyrkimyksessä intiimiyteen ja läheisyyteen ja helpottaa sitoutumista pitkäaikaisiin parisuhteisiin. Turvallinen kiintymyssuhde helpottaa toisista huolenpitoa ja toisten tarpeiden huomioon ottamista ja tyydyttämistä.

3.6.3 Välttelevä kiintymyssuhde

Turvattomissa kiintymyssuhteissa orbitofrontaalinen kuori säätelee mantelitulmakkeen toimintaa epätydyttävästi. Välttelevässä kiintymyssuhteessa lapsi on oppinut pärjäämään omillaan ja tukahduttamaan lohdun tarpeensa sekä pelon ja raivon ilmauksensa. Suomalaisessa kulttuurissa on tuettu lapsia pärjäämään omillaan ja tyyntymään itsensä harmin hetkellä. Välttelevä kiintymisen on tyypillistä perheissä, joissa lasta hoitava aikuinen on masentunut tai psyykkisesti lamaantunut. (Mäkelä 2003, 117.)

Välttelevän kiintymystyylin omaavat ihmiset eivät usko saavansa parisuhteessa turvaa sitä hakiessaan, vaan pelkäävät tulevansa torjutuksi ja siksi he kieltävät kiintymyksen tarpeensa. He pyrkivät elämään ilman toisten ihmisten rakkautta ja olemaan riippumattomia tunnetasolla toisista. Etäännyttämällä itsensä toisista ja kieltämällä hylätyksi tulemisen pelon ja haavoittavuuden, he pyrkivät ylläpitämään myönteistä kuvaa itsestään, säilyttämään autonomian ja kontrollin sekä sopivan etäisyyden ristiriitailanteissa Välttelevästi kiintyneen on vaikea hyväksyä itsetuntoa horjuttavia epäonnistumisia.

3.6.4 Ristiriitainen kiintymyssuhde

Mäkelän (2003, 118) mukaan lapsen tunteiden säätely on riippuvaista hoitavan aikuisen läsnäolosta. Lapsen lohduntarpeeseen ja negatiivisiin tunteiden ilmauksiin on vastattu arvaamattomasti ja ennakoimattomasti. Lapsi omaksuu helposti huolenpitäjän roolin ja kiintymyssuhde kääntyy nurin, lapsi yrittää lohduttaa ja ilahduttaa vanhempansa.

Parisuhteessa ristiriitainen kiintymyssuhde voi näyttäytyä takertumisena. Takertuva aikuinen voi syyttää itseään rakkauden puutteesta ja hän voi olla jatkuvasti huolissaan siitä, välittääkö puoliso hänestä. Hän voi yrittää kaikin tavoin miellyttää puolisoa tai vaatia, vihata ja takertua puolisoon niin, että saisi rakkaudentarpeensa tyydytettyä. (Markova 2012.) Oleellista tällaisissa suhteissa eläville olisi suhteen turvallisuuden lisääminen.

Markova (2012) määrittelee, että ristiriitainen kiintymyssuhde voi näyttäytyä parisuhteessa myös pelokkuutena, tällaiset henkilöt tuntevat olonsa ahdistuneeksi sekä yksin ollessaan että muiden seurassa ja heillä on kielteinen käsitys sekä itsestä että muista.

Heidän on vaikea luottaa omiin taitoihinsa tai kykyihinsä, mutta he eivät myöskään pyydä muilta apua.

3.7 Sitoutuminen

Sitoutuminen ei ole yhteiskunnassa vallalla olevia muutisuuntaus. Enemmän korostetaan omien tarpeiden tyydyttämistä, omaa aikaa ja kokemusten hankintaa. Sitoutuminen suhteisiin on tullut haastavammaksi nuorten suhteissa, nuoret pohtivat mitä voi jäädä kokematta, jos sitoutuu toiseen ihmiseen. Turvallisen parisuhteen perustana on sitoutuminen suhteeseen. Puolisot uskaltavat kiintyä ja kiinnittyä toisiinsa, kun he voivat luottaa, että he molemmat ovat sitoutuneet suhteeseen.

Intiimin rakkauden korostumisen myötä suhteeseen sitoutumisen tarve lisääntyy, suhteen perustan määrittelyyn käytetään tunneperusteilla eikä järkiperusteilla. Onnellisuuden vaatimukset ovat myös kasvaneet ja onnettomien liittojen päättäminen on hyväksyttyä. Tämä luo suhteisiin epävarmuutta etenkin, kun puolison odotetaan täyttävän onnellisuuden tarpeet ja toiveet. Suhde joutuu yhä uudelleen arvioitavaksi ja pohdinnan kohteeksi, kun mietitään mitä mahdollisesti voisi saada ja saavuttaa jossain toisessa suhteessa. (Kähkönen 2010, 85.)

3.8 Sosiaalinen tuki ja sosiaalinen innovaatio

Sosiaalinen tuki tarkoittaa sosiaalisiin suhteisiin liittyviä terveyttä edistäviä tai stressiä ehkäiseviä tekijöitä, jotka osallistuja voi kokea voimauttaviksi. Sosiaalinen tuki voi olla aineellista, tietotukea, arvostustukea tai henkistä tukea. Neuvot ja ehdotukset ovat tietotukea, positiivinen palaute toisen ihmisen tekemisistä tai kyvyistä on arvostustukea. Henkistä tukea ovat halukkuus auttaa, luottamuksellisuus, empaattisuus ja kuunteleminen. (Vahtera & Uutela 1994.)

Lapsiperheiden parisuhdeilloilla pyritään edistämään osallistujien terveyttä ja parisuhdeytyytyväisyyttä. Iltojen tarkoituksena on olla voimauttavia kokemuksia osallistujille. Sosiaalisen tuen mittaaminen ja toteutumisen osoittaminen on hankalaa.

Rakenteiden ja toimintamallien uudistuksessa voidaan puhua sosiaalisesta innovaatiosta. Innovaatioista on yleensä totuttu puhumaan ennemminkin teknologiateollisuuden yhteydessä kuin sosiaalialan toimintojen yhteydessä. Sosiaalisesta innovaatiosta voidaan kuitenkin puhua uuden toimintakäytännön yhteydessä. Innovaatio muuttaa vallitsevia käytäntöjä vahvistaen toimintakykyä. (Hämäläinen & Heiskala 2004, 46.) Lapsiperheiden parisuhdeiltojen alku voidaan tulkita sosiaalisesti innovaatioksi. Iltojen järjestäminen oli uusi radikaali toimintamalli, jolla tarkoituksena oli muuttaa vallitsevia käytäntöjä ja lisätä osallistujien toimintakykyä ja hyvinvointia.

3.9 Teoreettiset lähtökohdat parisuhdeiltojen viitekehystenä

Jokainen ihminen syntyy jonkun lapseksi, on jonkun lapsenlapsi, ihmiset muodostavat ystävyysuhteita. Ihmiselämää ympäröi jatkuvasti erilaiset vuorovaikutussuhteet. Ihmisen käsitys itsestään muodostuu näiden suhteiden kautta, näiden suhteiden vaikutuksesta hänen elämäänsä, millaista palautetta hän saa itsestään. Vauva etsii vuorovaikutusta, auttaako ensisijainen hoitaja, usein äiti, häntä vai ei. Tuleeko vauva kuulluksi omine tarpeineen, toiveineen ja saako hän apua sitä tarvitessaan, rakentaa ja opettaa vauvasta lähtien ihmiselle tapoja olla tekemisissä toisten ihmisten kanssa. Kokemusten kautta vauva saa ymmärrystä omasta tärkeydestään ja hänen omanarvontuntonsa lähtee rakentumaan. Samaa kuulluksi tulemisen kokemusta, tarpeisiimme vastaamista ja toisen tarpeiden tyydytystä etsimme myös parisuhteessa.

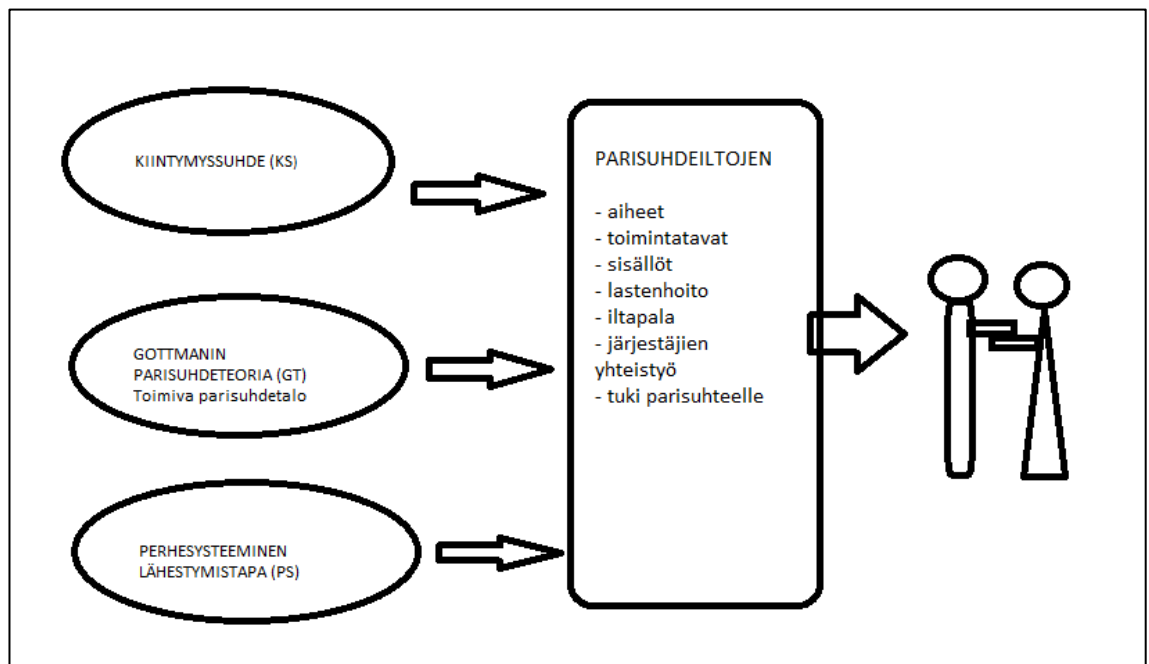
Kiintymyssuhdeteoria tuottaa tietoa erilaisista kiintymyssuhdetyyleistä ja niiden vaikutuksesta parisuhteen vuorovaikutukseen. Ihminen voi oppia ymmärtämään omaa käyttäytymistään tunnistamalla oman tapansa kiintyä toiseen ihmiseen. Oman historian ymmärtäminen kiintymyssuhteessa auttaa hallitsemaan omaa tunneilmaisuaan ja pysymään rakentavassa vuorovaikutuksessa.

Parisuhteessa eläviä ihmisiä voidaan auttaa hyvin ennakoivasti ja ehkäisevästi sekä vahvistavasti jo ennen pulmien esilletuloa ja normalisoida parisuhteiden vuorovaikutusmalleja. Parisuhteen arjessa on hyötyä siitä, että joku ulkopuolinen taho auttaa puolisoita näkemään omia toimintamallejaan ja lisää puolisoitten välille tietoisuutta nähdä toimintatapojen juuret ja merkitykset. Asioista puhuminen auttaa lisäämään ymmärrystä puolisoitten kesken ja auttaa puolisoita toimimaan toisilleen peilinä ja kasvun mahdol-

listajina. Ymmärryksen lisääntyessä puolisoilla on mahdollisuus ottaa vastuuta omasta käyttäytymisestään, omista tunteistaan ja tehdä valintoja tavastaan olla parisuhteessa.

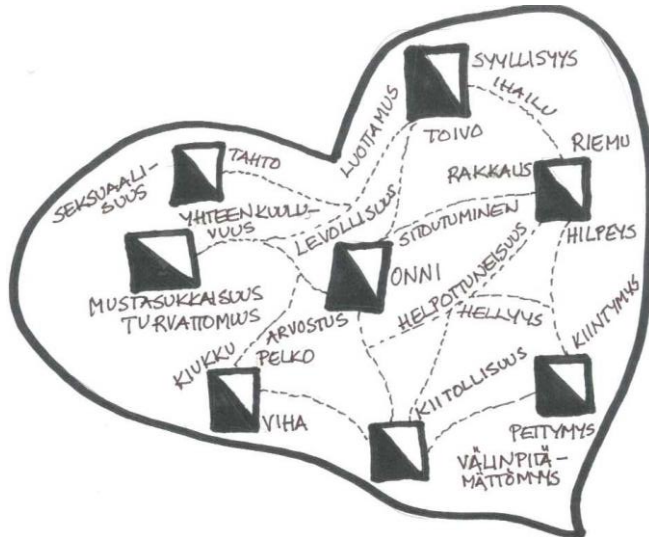
Lapsiperheiden parisuhdeilloilla pyritään tukemaan ja vahvistamaan jo ennakkoon parisuhteiden hyvinvointia. Gottmanin tutkimusten mukaan Toimiva parisuhdetalo rakentuu rakkauden kartoista, ihailusta, arvostuksesta, toisen puoleen kääntymisestä. Nämä asiat ovat myös kytköksissä parisuhteen kiintymyssuhteeseen. Mahdollistaako ja tukeeko parisuhteeseen muodostunut kiintymyssuhde vuorovaikutusta vai pitääkö pariskunnan luoda vuorovaikutusmalleja, jotka tukevat kiintymyssuhdetta ja toisinpäin. Gottmanin parisuhdeteorian esiin nostamia, parisuhdetta vahvistavia ja hyvinvointia lisääviä asioita pyritään vahvistamaan lapsiperheiden parisuhdeilloissa. Kaikki lapsiperheiden parisuhdeillojen toteutetut aiheet voidaan nähdä parisuhdetta tukevinä, Gottmanin teorian mukaisina, toimivan parisuhdetalon rakennusaineina.

Lapsiperheiden parisuhdeillojen tavoitteista löytyy kiintymyssuhteen vahvistamiselle, Gottmanin parisuhdeteorialle ja perhesysteemiselle lähestymistavalle ominaisia tapoja toimia. Kuviolla 4 kuvaan miten teoreettinen viitekehys vaikuttaa parisuhdeillojen suunnitteluun ja toteutukseen.

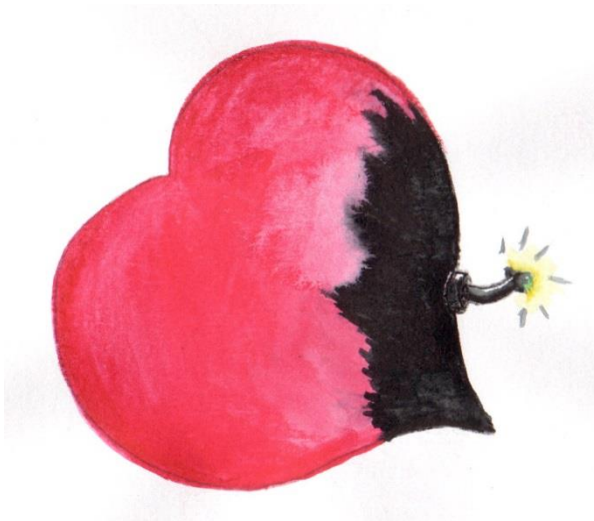


KUVIO 4. Teoreettiset lähtökohdat lapsiperheiden parisuhdeillojen viitekehysenä

Lapsiperheiden parisuhdeiltojen mainoksilla on haluttu herättää kiinnostusta illan aiheita kohtaan ja tuoda aihe lähemmäksi osallistujien arkea. Mainoksista halutaan välittyvän lämpöä ja positiivista asennetta, turhaa kliinisyttä välttäen. Kuvat 1 ja 2 ovat esimerkkeinä mainoksissa käytetyistä kuvista.



Kuva 1. Parisuhteen iltarastit – tunteiden ja tarpeiden maastossa 7.10.2009



Kuva 2. AIKAPOMMI – Parisuhde lapsiperheen ajankäytön pyörteissä

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

4.1 Laadullinen tutkimusote

Tutkimus oli puolistrukturoitu laadullisen eli kvalitatiivisen ja määrällisen eli kvantitatiivisen kyselyn yhdistelmä. Tutkimukseen sisältyi Likertin järjestysasteikolla toteutettu kysely osio kuvaamaan vastaajien mielipiteitä lapsiperheiden parisuhdeilloista. Vilkka (2007, 45) kirjoittaa Likertin asteikon soveltuvuudesta juuri vastaajan kokemukseen perustuvan mielipiteen mittaamiseen. Metsämuuronen (2006, 167) määrittelee kvantitatiivisen tutkimuksen pohjautuvan positivistiseen tai postpositivistiseen tieteen ihanteeseen. Kvantitatiiviseen tutkimukseen kuuluu käsitteiden määrittelyä, suunnitelmallista aineistojen keruuta tai koejärjestelyjä jotka pohjautuvat määrälliseen tai numeeriseen mittaamiseen. Saatua aineistoa käsitellään tilastollisesti johtopäätösten ja tutkimustulosten määrittämiseksi.

4.2 Tutkimusaineiston hankinta ja kyselylomakkeen laadinta

Parisuhdeillan aluksi olin kertomassa tutkimuksesta ja illan päätteeksi jaoin kyselylomakkeet osallistujille. Vilkka (2007, 95) käsittelee tutkimusaineiston anonymisointia, jota Henkilötietolaki 1999/523 ja Laki viranomaisten toiminnan julkisuudesta 1999/621 edellyttävät. Palautuneita vastauslomakkeita ei pysty yksilöimään eli tietosuojalain yksityisyyden suoja säilyy eikä vastaukset sisällä henkilötietoja, joista voisi tunnistaa vastaajan tai hänen perheensä.

Kyselylomake ja palautuskuori jaettiin kaikille lapsiperheiden parisuhdeiltaan osallistuneille. Parisuhdeiltaan osallistuneet muodostavat tutkimusjoukon. Kyselylomake oli mahdollista palauttaa suljetussa kirjekuoressa heti parisuhdeillan päätyttyä, tai postittaa työpaikkani osoitteeseen. Kirjekuoreen oli kirjoitettu valmiiksi osoite ja laitettu postimerkki. Iltaan osallistui 68 henkilöä eli 34 pariskuntaa. Vastauksia palautui minulle 40, 15 miehen ja 25 naisen täyttämää vastausta. Vastausprosentiksi muodostui 58,82 %, miesten vastausprosentti oli 44,12 ja naisten 73,53.

Kyselylomakkeen suunnittelin vastaamaan mahdollisimman hyvin tutkimuskysymyksiin. Kyselylomakkeen kysymykset jaettiin neljään osaan koskemaan aihekokonaisuuksia, joita halusin tutkimuksella selvittää. Neljäksi osiokokonaisuudeksi muodostuivat:

- parisuhdeillan merkitys omalle parisuhteelle
- lapsiperheiden parisuhdeiltojen sisältö
- käytännön järjestelyt ja
- kehittäminen.

Parisuhdeiltojen merkitystä kysymällä halusin selvittää osallistujien kokemuksia ja verata vastaavatko ne Gottmanin esittämään parisuhdeteoriaan aviollisesta ystävydestä, positiivisen tunnetason luomisesta sekä vuorovaikutusta ja kiintymyssuhdetta vahvistavasta toiminnasta. Parisuhdeiltojen sisältöön ja käytännön järjestelyihin liittyvien kysymysten kautta halusin saada tietoa, että vastaavatko illat osallistujien odotuksia. Jos iltojen järjestelyt ovat kunnossa ja vastaavat odotuksia, osallistujien on helpompi keskittyä illan aiheeseen. Kehittämiskysymysten avulla halusin saada tietoa osallistujilta siitä, mihin suuntaan iltoja tulisi tulevaisuudessa heidän näkemyksensä mukaan kehittää.

Luokitteleviksi taustamuuttujiksi valitsin sukupuolen, parisuhteen keston (alle 5v, 5–10 v ja yli 10 v), onko osallistunut parisuhdeiltaan ensimmäistä kertaa vai useamman kerran ja oliko aloitteellinen osallistumisessa. Luokittelevien taustamuuttujien avulla voin luokilla ja ryhmitellä aineistoa. (Muuttujat tutkittavina ilmiöinä, 2.)

Avoimet kysymykset antoivat vastaajille mahdollisuuden täydentää ja syventää strukturoituja kysymyksiä. Strukturoidut kysymykset yhdenmukaistivat vastauksia ja vähensivät virheellisten tulkintojen tekemisen mahdollisuutta. Kysely soveltui aineiston keräämistavaksi, koska tutkittavia oli paljon ja heiltä haluttiin kysyä hyvin henkilökohtaisia asioita. Kysymykset oli operationalisoitu ja strukturoitu niin, että teoreettiset ja käsitteelliset asiat olivat kaikkien ymmärrettävissä samalla tavalla (Vilka 2007, 15, 28).

Pyysin kommentteja kyselylomakkeen muodosta ja sisällöstä Tampereen Ammattikorkeakoulun lehtori Anssi-Pekka Uddilta. Kommenttien pohjalta korjasin lomaketta, vähensin kysymyksiä ja ryhmittelin niitä sisältöalueittain. Vilka (2007, 78) painottaa tutkimuslomakkeen suunnittelun, muotoilun ja testauksen tärkeyttä, sillä lomakkeeseen tulleita virheitä ei voi korjata enää aineiston keruun jälkeen. Esittelin ja testasin kyselylomaketta työyhteisössäni ja pyysin siitä kommentteja. Testasin lomaketta myös per-

heenjäsenilläni. Esittelin kyselylomakkeen päivähoiton johtaja Tarja Holttiselle, perhe- ja parisuhdetyön pappi Päivi Aikasalolle ja päiväkodin johtaja Risto Tuomiselle.

4.3 Kohdejoukon kuvaus

Tutkimuksen vastaajiksi valitsin 19.3.2014 lapsiperheiden parisuhdeiltaan osallistuneet henkilöt. Koska osallistujamäärä oli 68 henkilöä, päätin tehdä kokonaistutkimuksen enkä otantatutkimusta. Otantatutkimuksessa perusjoukosta poimitaan satunnaisesti tietty määrä yksilöitä tutkimusaineistoon ja saatujen tulosten pohjalta tehdään yleistyksiä. Otannan tulee olla riittävä ja kattava, vaikka toteutin tutkimukseni kokonaistutkimuksena, koen, että lapsiperheiden parisuhdeiltaan osallistuneet parit ovat tavallaan otanta koko päivähoiton ja seurakuntien päiväkerhojen asiakkaista. (Metsämuuronen 2006, 167.)

Parisuhdeiltaan osallistui 34 paria eli 68 henkilöä. Vastauksia palautui 40 henkilöltä, 25 naiselta ja 15 mieheltä. Vastaajat kuvaavat kokemuksiaan parisuhdeillasta pääsääntöisesti myönteisesti. Parisuhdeillan osallistujissa oli yhtä paljon miehiä kuin naisia, mutta vastauksista 62,5 % tuli naisilta. Miesten ja naisten vastauksia ei pysty kohdistamaan toisiinsa vaikka samasta parista olisi vastannut molemmat puoliset. Vaikka kaksi miestä ilmoittaa olleensa aloitteellisia osallistumisessa parisuhdeiltaan ja vastaavasti kaksi naista ilmoittaa, ettei ollut osallistumisen suhteen aloitteellinen, vertailu muihin taustamuuttujiin osoittaa etteivät nämä vastaajat ole samasta parisuhteesta.

TAULUKKO 4. Taustamuuttujat (n=40)

Kyselyyn vastanneet taustamuuttujien mukaan jaoteltuina.							
	osallistunut aiemmin	ensimmäinen kerta	yhdessä alle 5 v	yhdessä 5–10 v	yhdessä yli 10 v	aloitteellinen	ei aloitteellinen
miehet	8	7	1	7	7	2	13
naiset	14	11	3	10	12	23	2

Tutkimuksille tyypillisesti naisten vastausprosentti oli miehiä korkeampi samoin kuin aloitteellisuus parisuhdetapahtumaan osallistumisessa kokemukseni mukaan naiset ovat

aktiivisempia. Vastaajia on monipuolisesti eripituisista parisuhteista ja lähes yhtä paljon ensikertaan osallistuneita kuin useamminkin osallistuneita. Pienimmän vastaajajoukon muodostavat alle 5 vuotta naimisissa olleet miehet ja naiset.

Osallistumisen motiiviksi vastaajat olivat kirjoittaneet **halu panostaa parisuhteeseen** ja **halu hoitaa parisuhdetta**. Sanallisessa vastauksessa on käytetty usein sanoja **mielenkiintoinen**, **uteliaisuus** ja **tarpeellinen** kuvaamaan osallistumisen motiivina. Joissakin vastauksissa oli myös motiivina **puolisoni ehdotti osallistumista** tai **vaimo ehdotti/pyysi**.

4.4 Analyysi

Ensimmäiseksi järjestin aineiston sukupuolen mukaan järjestykseen ja numeroin saamani vastaukset. Luin kaikki tulleet vastaukset läpi saadakseni yleiskuvan sisällöstä. Litteroin sanalliset vastaukset taulukon muotoon eroteltuna vastaajanumeroittain ja koodasin väittämien vastaukset Excel-ohjelmaan. Metsämuuronen (2006, 167) vertaa, että kvantitatiivisessa tutkimuksessa käytetään harvemmin litterointia kuin kvalitatiivisessa tutkimuksessa, jossa litterointia käytetään tutkimukseen osallistujien puheen ja kirjoituksen organisoinnin ymmärtämiseen. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa aineistoa käsitellään yleisimmin tietokoneella. Aineistosta tehdään havaintomatriisi jonka pohjalta tehdään tilastointia ja erilaisia taulukointeja kerätystä aineistosta.

Ristiintaulukoinnin avulla tarkastelin joidenkin muuttujien vaikuttavuutta toisiinsa tai selvitin onko muuttujilla vaikutusta toisiinsa. Ristiintaulukointi mahdollistaa kahden muuttujan samanaikaisen tarkastelun kahdella taulukoitavalla muuttujalla (Vilkkä 2007, 129).

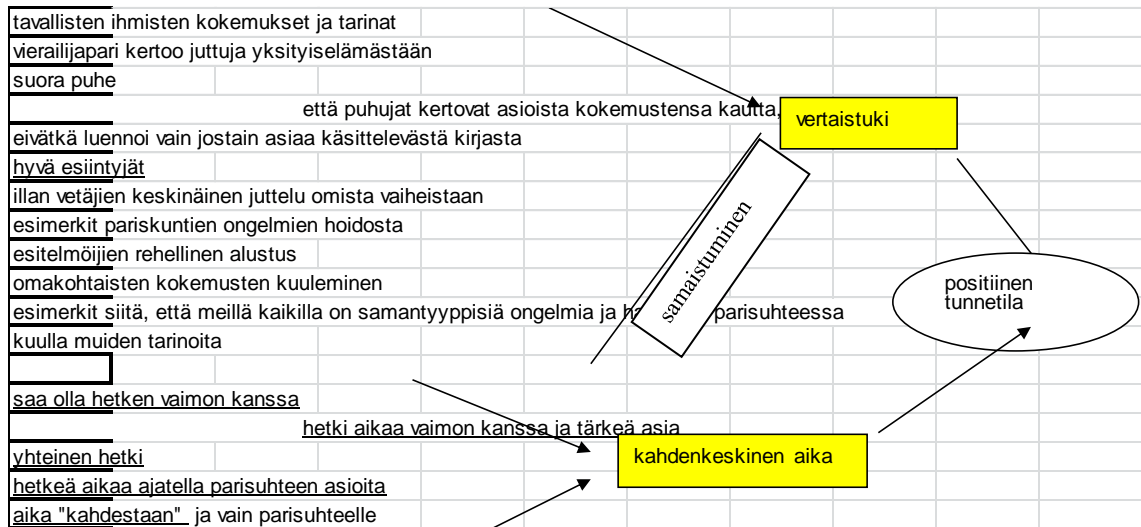
Tuomi ja Sarajärvi (2009, 105) kirjoittavat mahdollisuudesta käyttää laadullisissa tutkimuksissa käsittelymenetelmänä sisältöanalyysiä. Sisältöanalyysi voi olla aineisto- tai teorialähtöistä aineiston tarkastelua. Sisältöanalyysin avulla pyrin löytämään aineistosta yhtäläisyyksiä ja eroja ja tiivistää sanalliset vastaukset tiivistetympään kuvaukseen esiin tulevista ilmiöistä ja peilata näin löytämiäni vastauksia taustateorioihin.

Sanallisista vastauksista värjäsin, ympyröin ja alleviivasin samantyyppiset vastaukset (taulukko 5). Analyysin kautta vastausten sisällöt tiivistyivät kahteen tai kolmeen teemaan (kuvio 5).

TAULUKKO 5. Esimerkki kysymyksen 19 vastausten purkamisesta esille nouseviin teemoihin.

Kysymys 19	Parasta lapsiperheiden parisuhdeilla on.
1	tavallisten ihmisten kokemukset ja tarinat siitä, kuinka selvitä parisuhteessa eteen tulevista hankalista paikoista.
2	tilaisuuteen oli panostettu; asiantuntevat kristityt vanhemmat luennoitsijoina
3	kuunteleminen, kun vierailijapari kertoo juttuja yksityiselämästään
4	suora puhe, käytännönläheisyys
5	että puhujat kertovat asioista kokemustensa kautta, eivätkä luennoi vain jostain asiaa käsittelevästä kirjasta
6	saa olla hetken vaimon kanssa
7	hyvä esiintyjät
8	hetki aikaa vaimon kanssa ja tärkeä asia
9	uudet näkökulma
10	illan vetäjien keskinäinen juttelu omista vaiheistaan
11	yhteinen hetki
12	esimerkit pariskuntien ongelmien hoidosta
13	esitelmöijien rehellinen alustus
14	hyvin toimiva lastenhoito, omakohtaisten kokemusten kuuleminen
15	
16	hetkeä aikaa ajatella parisuhteen asioita
17	esimerkit siitä, että meillä kaikilla on samantyyppisiä ongelmia ja haasteita parisuhteessa
18	aika "kahdestaan" ja vain parisuhteelle sekä kuulla muiden tarinoita
19	hyvät järjestelyt (lastenhoito erityisesti)
20	sisältö
21	lastenhoito, tarjoilu plus koko paketti
22	muiden kokemukset

Laadullisen sisältöanalyysin mukaisesti pyrin hahmottamaan teemoja, jotka vastaavat tutkimuskysymyksiin. Vastauksia tarkastelin taustateorioihin peilaten.



KUVIO 5. Kysymyksen 19 teemojen tiivistäminen pääluokkiin

5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

5.1 Parisuhdeillan merkitys osallistujien parisuhteelle

Ylivoimaisesti eniten parit kertovat parisuhdeillan merkitsevän heille **yhteistä aikaa** vain puolison kanssa arjen keskellä. Moni kuvaa vastauksissaan iltaa myös hengähdystaukona ja pysäkinä. Monella parilla kommentoissa on mainittu hankaluus saada aikaa keskenään ilman järjestettyä lastenhoitoa. Vain neljä on jättänyt vastaamatta tähän kysymykseen, kaikkien vastanneiden vastaukset kertovat myönteisistä asioista ja jotkut voimakkaistakin merkityksistä itselle ja parisuhteelle.

Parisuhdeillan merkitystä osallistujat parisuhteelleen osallistujat arvioivat keskiarvolla 3,7. Lapsiperheiden parisuhdeillojen sisältöön vastaajat ovat erittäin tyytyväisiä samoin kuin käytännön järjestelyihin. Näiden vastausten keskiarvo oli sisältöä koskevien kysymysten osalta 4,49, parisuhdeillan käytäntöjä koskevien vastausten osalta keskiarvo oli 4,28 ja parisuhdeillojen kehittämistä koskevien vastausten keskiarvo oli 3,56. Kehittämisosion kysymykset olivat ainoita, joihin kaikki vastaajat eivät vastanneet, koetaanko kehittäminen etäiseksi vai onko tulkittavissa sisältö kysymysten korkean keski-arvon kautta, että ihmiset kokevat asioiden olevaan hyvin tällä hetkellä.

*Minulle se merkitsee jonkinlaista pysäkkiä elämän matkalla. Pysäkkiä, jossa pysähdyn miettimään menneitä, nykyisyyttä ja tulevaa. Parisuhteelle sen merkitys on suuri. (m, alle 5 v yhdessä, ensimmäistä kertaa)**

On paikka, jossa pysähtyä. (n, 5–10 v yhdessä, ensimmäistä kertaa)

Aikaa kahdestaan, muuten sitä ei useinkaan ole. (n, 5–10 v yhdessä, ensimmäistä kertaa)

Pelasti meidät jo yhdeltä erolta. Suuri merkitys siis. (n, alle 5 v yhdessä, useamman kerran)

* Suluissa oleva kirjain kuvaa vastaajan sukupuolta m = mies ja n = nainen, seuraava luku kuvaa vastaajan parisuhteen kestoa (alle 5 vuotta, 5–10 vuotta ja yli 10 vuotta) ja tämän jälkeen on vielä tieto siitä, onko vastaaja osallistunut parisuhdeiltaan ensimmäistä kertaa vai ollut osallistujana useammin.

Osallistuminen parisuhdeiltaan on vastaajien mukaan lisännyt heidän arvostustaan toisiinsa kohtaan. Sekä miesten että naisten vastauksista tulee esille arvostuksen lisääntyminen. Vastaus ei riipu siitä oliko vastaaja ollut osallistujana ensimmäistä kertaa vai oliko hän osallistunut vastaaviin iltoihin jo aiemmin. Kysymykseen; Osallistuminen parisuhdeiltaan on lisännyt toistemme arvostusta puolisoina, arviointi asteikolla 1–5 (1 = täysin eri mieltä ja 5 = täysin samaa mieltä) kaikkien arvostusvastausten keskiarvo oli 3,9.

Vastaukset kuvaavat osallistujien työskentelyä Gottmanin parisuhdeteoriassa kuvaattujen rakkauden karttojen parissa ja parisuhteensa päivittämiseksi. Yhteinen hetki arjen keskellä mahdollistaa puolison puoleen kääntymisen muiden osallistujien läsnäolosta huolimatta, parit pystyvät säilyttämään tunteen, että ovat kaksin yhteisen asian äärellä. Arvostuksen lisääntyminen puolisoa kohtaan tukee positiivisen tunneyhteyden rakentamista ja säilymistä parisuhteessa. Osallistujien kuvaavat merkitykset parisuhteelleen liittyvät teoriaosassa kuvatun Gottmanin parisuhdeteorian positiivisen tunnetilan luomiseen.

5.1.1 Kuulluksi tuleminen ja toisen kuunteleminen parisuhteessa

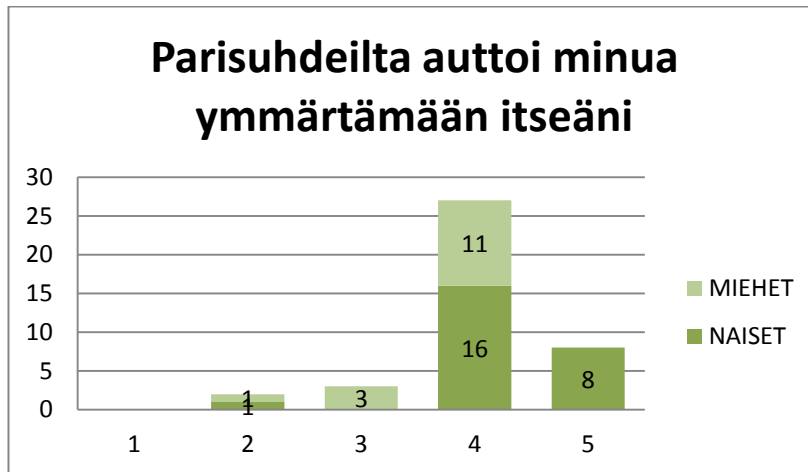
Teoria osuudessa selitetyn kiintymyssuhteen rakentuminen vaatii kokemuksen, että tulee parisuhteessa kohdatuksi ja kuulluksi omine tarpeineen. Gottman puhuu rakkauden kartoista, jotka rakentuvat yhteisesti jaetusta molempien historian ja maailman tunteuksesta. Kuuleminen ja kuulluksi tuleminen ovat arvokkaita huomion ja arvostuksen osoituksia puolisoa kohtaan. Lapsiperheiden parisuhdeillan osallistujat kertovat kuunnelleensa puolisoaan paremmin kuten taulukosta 6 ilmenee, mutta vain kolme vastaajaa oli täysin samaa mieltä, että olisi tullut kuulluksi paremmin parisuhdeillan jälkeen. Positiivinen palaute parisuhteissa oli lisääntynyt samoin kuin puolisoitten toistaan kohtaan tuntema arvostus. Hellyys ja fyysinen läheisyys oli parisuhdeillan jälkeen lisääntynyt yli neljäsosalla osallistujista. En osaa sanoa vastasi kysymykseen 13 henkilöä, joista 8 oli ensimmäistä kertaa parisuhdeillassa.

TAULUKKO 6. Puolison kuunteleminen, kuulluksi tuleminen ja positiivinen palaute ja fyysinen läheisyys ja hellyys (n=40)

	täysin eri mieltä	hieman eri mieltä	en osaa sanoa	melkein samaa mieltä	täysin samaa mieltä
Olen oppinut kuuntelemaan puolisoani paremmin	2	3	10	21	4
Olen tullut kuulluksi paremmin suhteessamme	2	7	15	13	3
osallistuminen parisuhdeiltaan on lisännyt toistemme arvostusta	1	1	9	18	11
positiivinen palaute suhteessamme on lisääntynyt parisuhdeillan jälkeen		7	16	10	7
Hellyys ja fyysinen läheisyys on lisääntynyt suhteessamme			2	19	19

5.1.2 Itsensä ja puolison ymmärryksen lisääntyminen

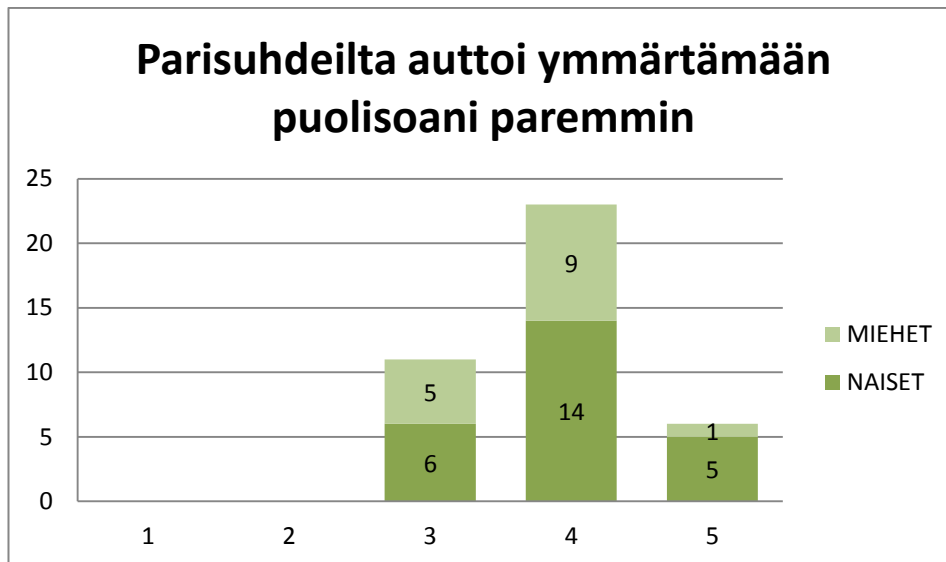
Sekä miehet että naiset ilmoittavat parisuhdeillan auttaneen ymmärtämään omaa itseään ja puolisoaan paremmin. Kysymykseen mikä oli tärkein oivalluksesi lapsiperheiden parisuhdeillassa, ovat useat vastaajat vastanneet ymmärryksen lisääntymiseen liittyvillä termeillä. Vastaajat kokevat puolison ymmärryksen lisääntyneen itsensä ymmärrystä enemmän.



1 = täysin eri mieltä

5 = täysin samaa mieltä

KUVIO 6. Itsensä ymmärryksen lisääntyminen (n=40)



1 = täysin eri mieltä

5 = täysin samaa mieltä

KUVIO 7. Ymmärrys puolisoa kohtaa lisääntyi (n=40)

Auttaa ymmärtämään itseä ja toista paremmin. (n, yli 10 v yhdessä, useammin)

Auttaa ymmärtämään paremmin erilaisuutta, toivottavasti joskus myös hyödyntämään sitä. (m, yli 10 v yhdessä, useamman kerran)

Erilaisuuden sietäminen (m, 5–10 v yhdessä, ensimmäinen kerta)

Itsensä rakastamisen tärkeys. (n, yli 10 v yhdessä, ensimmäistä kertaa)

Tärkeintä on hyväksyä ensin itsensä. (n, yli 10 v yhdessä, useamman kerran)

Parisuhteessa on tärkeää ymmärtää itseään ja omaa toimintaansa. Ymmärryksen lisääntyminen puolisoa kohtaan on onnellisen parisuhteen perusta. On helpompaa suhtautua puolisoon myönteisesti, kun ymmärtää hänen elämänsäkaartaan. Gottmanin rakkauden kartat tarkoittavat juuri tätä ymmärryksen lisääntymistä ja kumppanin elämänsäkaaren tunnistamista.

5.1.3 Tuki vanhemmuudelle ja omalle jaksamiselle

Lapsiperheiden parisuhdeillaan kymmenen osallistujaa kertoo sanallisissa vastauksissa parisuhdeillaan vaikuttaneen heidän vanhemmuuteensa **täydentävästi, vahvistavasti** ja **tukevasti**. Osanottajat kirjoittavat, että ilta auttaa jaksamaan paremmin ja ymmärtämään lasta paremmin. He kertovat myös parisuhdeillaan herätelleen ajatuksia arvojärjestyksestä ja ajankäytöstä. Miten parisuhdeilta tukee jaksamista, on hyvin subjektiivinen kokemus ja se tulee näkyviin myös osallistujien vastauksissa. Vaikka vastauksista nousee myös yhteisiä teemoja, on vastausten hajonta myös laaja.

Kun parisuhde on kunnossa, saan siitä voimaa vanhemmuuteen. (n, yli 10 v yhdessä, osallistunut useamman kerran)

Omien ja puolison erilaisuuksien tajuaminen ja hyödyntäminen. (m, alle 5 v yhdessä, ensimmäinen kerta)

Tutkimukseen osallistajat kertovat parisuhdeillaan tukevan heidän jaksamistaan ymmärryksen lisääntymisen ja arjen työkalujen saamisen kautta. Vastajat kokevat, että yhdessä vietetty aika ja pysähtyminen puolison kanssa lisäävät omaa jaksamista.

Antaa työkaluja parisuhteen ja lapsiperheen arjen hoitamiseen. (m, yli 10 v yhdessä, useammin)

Parisuhdeillaan on koettu tukevan vanhemmuutta ja jaksamista. Olisiko mahdollista kehittää ja miettiä myös vastaavia iltoja painottuen enemmän vanhemmuuden kysymyksiin. Vanhemmuutta käsitteleviin iltoihin voisi tulla myös yksinhuoltajavanhempia.

5.1.4 Sitoutuminen parisuhteeseen

Kolme neljäsosaa vastaajista kertoo sitoutumisensa parisuhteeseen vahvistuneen parisuhdeillan myötä. Vain yksi mies kokee, ettei parisuhdeillalla ole ollut vaikutusta hänen sitoutumiseen parisuhteeseen. Vastaajien parisuhteen kestolla ei ole vaikutusta sitoutumisen vahvistumisen kokemukseen.

TAULUKKO 7. Sitoutumisen vahvistuminen parisuhdeillan myötä (n=40)

	täysin eri mieltä	hieman eri mieltä	en osaa sanoa	melkein samaa mieltä	täysin samaa mieltä
Naiset					
alle 5 v yhdessä				2	
5-10 v yhdessä		2		3	5
yli 10 v yhdessä		1	2	6	4
Miehet					
alle 5 v yhdessä					1
5-10 v yhdessä			4	3	
yli 10 v yhdessä	1			5	1
Yhteensä	1	3	6	19	11

Herää huomaamaan kuinka ihan puoliso onkaan. (n, yli 10 v yhdessä, useammin)

Lisää parisuhteen Me-henkeä. (n, yli 10 yhdessä, useammin)

5.1.5 Sosiaalinen tuki

Kaikkien vastaajien keskiarvo kysymykseen 18; Parisuhdeillassa koin, ettemme ole yksin parisuhteisiin liittyvien haasteiden kanssa oli 4,43. Yksikään vastaaja ei ollut hieman eikä täysin erimieltä, ja kaksi vastaajaa oli valinnut vastausvaihtoehdon, en osaa sanoa. Monet vastaajat kertovat olleensa yllättyneitä osallistujien määrästä.

Osallistujien runsaslukisuus, ensimmäisellä kerralla olin hieman epäileväinen, mutta nyt nautin osallistumisesta ja kahdenkeskisestä ajasta. (m, yli 10 v yhdessä, useamman kerran)

Osallistujien runsas määrä. (n, 5–10 v yhdessä, ensimmäistä kertaa)

Lapsiperheiden parisuhdeiltojen sosiaalinen tuki välittyi vastaajien kommenteissa useampaankin eri kysymykseen. Puhujaparien oman elämän tarinat antoivat kuulijoille kosketuspintaa asiaan ja paikalla oli muita osallistujia runsaasti saman asian äärellä. Lähes puolet tutkimukseen osallistuneista käyttää vastauksissaan ilmaisua puhujien/tavallisten ihmisten **omat kokemukset, omat tarinat, omat esimerkit**. Yhdessä vastauksessa oli mainittu puhujien kristillinen elämäkatsomus.

Toisetkin työstävät samankaltaisia ongelmia kuin itsellä on. (m, yli 10 v yhdessä, useamman kerran)

Arjen ongelmat ovat samankaltaisia lapsiperheissä. (n, yli 10 v yhdessä, ensimmäisen kerran)

Tavallisten ihmisten kokemukset ja tarinat siitä, kuinka selviltä parisuhteessa eteen tulevista hankalista paikoista. (m, yli 10 v yhdessä, useamman kerran)

5.2 Lapsiperheiden parisuhdeiltojen sisältö

Parisuhdeiltojen aiheet koetaan ajankohtaisiksi ja työskentelytavat parisuhteen myönteistä ilmapiiriä tukeviksi. Lähes kaikki vastaajat ovat vastanneet olevansa melkein tai täysin samaa mieltä työskentelytapojen parisuhteen myönteistä ilmapiiriä tukevasta kysymyksestä. Vain neljä vastaajaa ei ole osannut sanoa. Koko tutkimuksen vastausten keskiarvot löytyvät liitteeltä

Valtaosa vastaajista on sitä mieltä, että on hyvä, että puhujina on pariskunta. Yksi miesvastaaja on asiasta täysin eri mieltä ja kaksi naisvastaajaa on asiasta hieman eri mieltä. Osallistujat kokevat puhujien oman elämän esimerkkien auttavan liittämään illan aiheen omaan parisuhteeseen. Kaksi vastaajaa on asiasta hieman eri mieltä.

En osaa sanoa, ehkä huomasin yhden yhtäläisyyden omassa mielessäni ja luennoitsijamiehen välillä. (n, alle 5 v yhdessä, ensimmäinen kerta)

TAULUKKO 8. Parisuhdeillan sisältö (n=40)

	täysin eri mieltä	hieman eri mieltä	en osaa sanoa	melkein samaa mieltä	täysin samaa mieltä
Puhujaparin oman elämän esimerkit auttavat minua liittämään illan aiheen omaan parisuhteeseeni			1	10	29
Koen hyväksi, että parisuhdeilloissa on vain oman puolison kanssa käytäviä keskusteluja	1	1		9	29
Pidän siitä, että illat päättyvät siunaukseen.	2		9	3	26

Vastaajista n. puolet vastasi kysymykseen; millaisia tehtäviä toivoisit parisuhdeilloihin, ettei toivo ryhmäkeskusteluja. Vastauksissa toivottiin myös tehtäviä kotiin ja yhdessä vastauksessa toivottiin myös pienryhmäkeskustelukysymyksiä. Tehtävissä toivottiin myös fyysistä kosketusta, halausta tai hierontaa. Jatkossa on varmaan hyvä pohtia onko tarvetta kehittää työskentelymuotoja monipuolisemmiksi.

Tarkasti harkittuja lyhyitä keskustelukysymyksiä. (m, 5 – 10 v yhdessä, useammin)

En ainakaan toivo ryhmäkeskusteluja. (n, yli 10 v yhdessä, ensimmäisen kerran)

Aiheiksi vastaajat toivoivat vauvojen ja pienten lasten elämään liittyviä aiheita. Useammassa vastauksessa oli myös kirjoitettu, että kaikki aiheet ovat aina ajankohtaisia. Aiheet tulevat uudelleen ajankohtaisiksi, kun vuosia kuluu. Työnjako, raha, ajankäyttö sekä riitelemine nousivat toivotuiksi aiheiksi. Erilaisten perheiden näkökulmaa toivottiin myös ja viitattiin aiemmin olleeseen uusperheissä eläville pareille suunnattuun iltaan. Kahdessa vastauksessa oli myös toivottu kristilliseen kasvatukseen liittyviä aiheita.

5.3 Käytännön järjestelyt

Käytännön järjestelyt saavat hyvää palautetta. Osa osallistujista koki kahvi-/teetarjoilun illan alussa turhaksi. Perusteena heillä oli, että lapsiperheissä pitää syödä kuitenkin ennen lähtöä. Yhtä paljon tuli kuitenkin palautetta, että tarjoilu alussa on oikealla paikalla ja mukava iltapala puolison kanssa kahdestaan. Puolet vastaajista oli sitä mieltä, että tarjoilu illan alussa helpottaa iltaan osallistumista.

Parisuhdeiltojen kesto koettiin hyvän mittaiseksi samoin kuin illan alkamisaika, parisuhdeiltojen järjestäminen arki-iltana sai vastaajien varauksettoman hyväksynnän. Toiveena vastaajat esittivät, että iltoja järjestettäisiin nykyistä useammin. Vastauksista nousi myös toive parisuhde- tai vanhemmuuskursseista.

Luulen, että iltoja voisi olla kolme tai jopa neljä/vuosi. Tietysti voi olla, että 2/vuosi voi olla hyvä, mutta en voi varmaksi sanoa, jos ei joku vuosi enemmän iltoja järjestetä. (m, alle 5 v yhdessä, ensimmäinen kerta)

Kaipaamme parisuhdepäiviä. Musiikkia illan lopuksi olisi kiva. (n, yli 10 v yhdessä, useammin)

Tulosten pohjalta vaikuttaa siltä, että lapsiperheiden parisuhdeillat kohtaa osallistujat oikea-aikaisesti ja aiheet kohdistuvat osallistujien tarpeisiin. Puhujien käyttämät esimerkit toivat illan aiheeseen yhtymäkohtia osallistujien omaan elämään ja loi tunnetta, että he eivät ole yksin parisuhteeseen liittyvien pohdintojen kanssa.

Moodi eli tyyppi-arvo kertoo aineistossa useimmin esiintyvän havaintoarvon (Nummenmaa 2009, 61). Moodi koko tutkimusaineistosta on 5, parisuhdeillan merkitys omalle parisuhteelle osiossa moodi on 4. Mediaani kuvaa jakauman keskimmäistä lukua, kun luvut on asetettu suuruusjärjestykseen (Nummenmaan 2009, 6). Opinnäytetyön koko aineiston mediaani on 3,5, merkitys omalle parisuhteelle osion mediaani on 4,5 ja sisältöosiossa 5. Näistä tunnusluvuista voi päätellä vastaajien olleen tyytyväisiä lapsiperheiden parisuhdeiltaan kokonaisuutena sekä sen osioihin.

Kolme neljäsosaa vastaajista koki lapsiperheiden parisuhdeillan lastenhoitojen toimivan hyvin. Lastenhoitoa koskevien kysymysten vastausten keskiarvo oli 4,5. Lasten hoito tuntui valtaosasta vastaajista turvalliselta. Ne, jotka vastasivat turvallisuutta koskevaan kysymykseen, etteivät osaa sanoa, olivat ensimmäistä kertaa osallistumassa parisuhdeiltaan. Jatkossa on varmaan syytä kiinnittää huomiota vanhempien kohtaamiseen lasten hoitoon tuontitilanteessa, että vanhemmat voivat osallistua parisuhdeiltaan luottavaisin mielin ja keskittyä vain parisuhteen asioihin.

Kunnan ja seurakunnan yhteistyön koettiin näkyvän sopivasti ja koettiin mukavana, että molemmat järjestäjätahot olivat paikalla edustettuina. Yksi toive oli tilaisuuden siunaa-

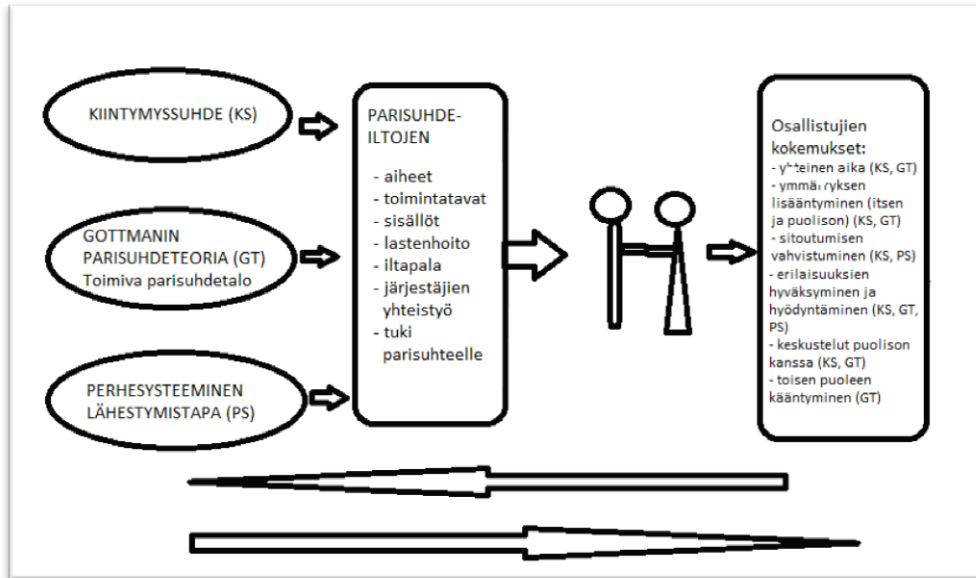
miseksi alussa ja yhdessä toivottiin hengellisen osan eriyttämistä täysin illan annista, että halukkailla olisi mahdollisuus poistua ennen hengellistä osuutta.

Varmaan on hyvä miettiä erilaisia toteutustapoja. Vastauksista nousi myös toive rukousavusta.

5.4 Yhteenveto tuloksista

Opinnäytetyön tutkimusmateriaalin pohjalta parisuhdeilta on täyttänyt hyvin sille asetetut tavoitteet ennakoivana ja ehkäisevänä parisuhdetyönä. Koko aineiston vastausten keskiarvo on 4 ja kysymyskohtainen erittely vastausten keskiarvoista on liitteellä 2. Osallistujat kokevat työskentelytapojen tukevan parisuhteen myönteistä ilmapiiriä. Myönteinen ilmapiiri ja sen vaaliminen, on Gottmanin mukaan yksi parisuhteen hyvinvointia lisäävä tekijä.

Tutkimuksesta nousee, että selviytymistarinoilla on kuulijoita voimauttava tai kannustava merkitys. Osallistujat kertovat myös sitoutumisensa parisuhteeseen lisääntyneen lapsiperheiden parisuhdeillan myötä. Sitoutuminen parisuhteen perusta ja luo yhdessä luottamuksen kanssa tukevan kasvualustan parisuhteelle. Sitoutumisen lisääntyminen tukee myös kiintymyssuhteen kasvua luomalla turvallisuutta ja pysyvyyttä suhteeseen. Suurin osa osallistuneista olisi valmiita suosittelemaan parisuhdeiltaa myös ystävilleen. Tämä kertoo työmuodon vaikuttavuudesta niin sisältöjen, käytännön järjestelyjen kuin parisuhdeiltaan osallistuneiden illalle antaman merkityksen suhteen. Kuvio 8 kuvaa lapsiperheiden parisuhdeiltojen teoreettista viitekehystä ja sen vaikutusta parisuhdeiltojen sisältöihin ja käytäntöihin sekä osallistujien kokemuksia suhteessa tutkimuksen taustateorioihin.



KUVIO 8. Parisuhdeillojen teoreettisen viitekehyksen ja osallistujien vastausten suhde

Ymmärryksen lisääntyminen itseä ja puolisoa kohtaan auttaa pareja selviämään arjessa ja hyödyntämään erilaisuuksiaan parisuhteen parhaaksi. Parisuhdeilloilla pystytään tukemaan vanhemmuutta ja Gottmanin käyttämää käsitettä aviollinen ystävyys.

Sosiaalinen tuki mahdollistui parisuhdeillassa samaistumismahdollisuudella puhujaparin esimerkkeihin että kuulumalla suurempaan joukkoon, joilla kaikilla oli sama tavoite, tehdä työtä oman parisuhteen hyvinvoinnin lisäämiseksi. Suurta osaa osallistujista hämmästytti osallistujien runsaslukisuus.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

6.1 Yleistä tutkimustuloksista

Parisuhdeiltojen tarkoituksena on olla parisuhteiden parantamiseen ennakoivaa ja ehkäisevää parisuhdetyötä ja siinä on näiden vastausten perusteella onnistuttu hyvin. Puolisot kertovat arvostuksen lisääntyneen suhteessaan. Gottmanin parisuhdeteorian (Gottman 2008, 140) ensimmäinen taso perustuu positiivisen tunnetilan luomiselle kumppanin elämänkaaren tuntemisen, arvostuksen ja ihailun sekä puolison puoleen kääntymisen avulla. Koen, että parien kertoma arvostuksen lisääminen liittyy juuri tähän aviollisen ystävyuden vahvistumiselle, ihailun ja kiintymyksen osoituksille. Yksistään jo osallistuminen yhdessä parisuhdeiltaan voi olla merkittävä viesti puolisolalle, että hän on tärkeä, ja puoliso on valmis hänen aloitteestaan tai toiveestaan osallistumaan parisuhdeiltaan vaikkei olisi ollut aloitteellinen.

Gottmanin (2008, 140) parisuhdeteorian kolmas taso sisältää puolisoiden välisen vuorovaikutuksen vahvistamisen. Parisuhdeiltaan osallistuneet parit kertovat tutkimuksessa, että he ovat jatkaneet keskustelua parisuhdeillan aiheesta kotona. Onnistunut dialogi vaikka parisuhdeillan aiheesta, tukee parin välistä muutakin vuorovaikutusta ja vahvistaa parisuhdetta. Parisuhdeillassa saatu keskustelumalli voi auttaa pareja keskustelemaan myös muista heidän parisuhteeseensa liittyvistä asioista. Parisuhdeiltojen pienet keskustelutehtävät auttavat puolisoita kääntymään toistensa puoleen ja luomaan positiivista tunneyhteyttä.

Parisuhdeillan tuloksissa sanallisessa vastauksessa oli kerrottu, että yksi pari oli parisuhdeillassa istunut yhdessä keskustelemaan ensimmäisen kerran kuuden kuukauden aikana. Vieraantumisen ja erilleen ajautuminen parisuhteissa lähtee helposti siitä, että keskustelu nähdään hyödyttömänä (Perho & co 2010, 6). Vuorovaikutuksessa parisuhteissa helposti jumiudutaan tiettyihin toimintatapoihin ja Gottmanin mukaan (2008, 140) unohdetaan pehmeä aloitus ja toisen vaikutuksen hyväksyminen, ystäville ominainen tapa olla vuorovaikutuksessa.

Parisuhdeilta voi toimia positiivisena ennaltaehkäisevän työn interventiona parisuhteeseen. Etenkin ensikertaa parisuhdeiltaan osallistuneet pari kertoivat jatkaneensa parisuhdeillan aiheesta keskustelua kotona. Puolison kuunteleminen on myös suuri lahja ja arvostuksen osoitus puolisolalle. Malinen ja Alkio (2004, 7, 10) nimeävät vuorovaikutuksen perheen toimivuuden rakentumisen kannalta tärkeimmäksi elementiksi. Jos vuorovaikutus ei toimi, parit ajautuvat helposti negatiiviselle kehälle ja kiintymyskäyttäytyminen aktivoituu.

Jotta puolison voi hyväksyä sellaisena ihmisenä kuin hän on, on ymmärrettävä sekä itseään että puolisoaan. Hautamäki (2001, 25) kuvaa miten ihminen rakentaa kokemusta itsestään suhteessa merkitseviin toisiin ihmisiin. Merkittävä tekijä parisuhteen perustana on puolisoitten tapa kiintyä toisiinsa, se millaisen kiintymyssuhdemallin he ovat lapsuudessaan saaneet. Kiintymyssuhteen ja lapsuudessa saatujen mallien pohjalta voidaan määrittää tavoitteita hyvälle ja onnistuneelle parisuhteelle. Kiintymyssuhteen avulla parisuhteessa puoliset voivat vaikuttaa tunteiden sääntelyyn ja siten parisuhteen ilmapiiriin. (Hautamäki 2001, 48.)

Parisuhteen tulisi olla molemmille tyydyttävä ja turvallinen. Lapsuudessa muodostunut kiintymyssuhdemalli ei ole itseään toteuttava ennuste, jolle ei voi mitään, mutta ymmärtääkseen itseään ja tapojaan toimia erilaisissa tilanteissa, on hyvä tunnistaa myös oma tapansa kiintyä ja toimia läheisissä suhteissa. Puolisoitten on helpompi hyväksyä toisensa, kun he ensin hyväksyvät itsensä ja tunnistavat omia toimintamallejaan. Puolison kanssa voi myös saada hyviä korjaavia kiintymyssuhdekokemuksia. Positiivisen suhteen perustana Antonen (2010) näkee sitoutumisen ja turvallisuuden parisuhteessa. Ihmisen riippuvuus toisesta ja turvallisen tunneyhteyden puolisoon hän näkee positiivisena suhteen perustana ja hyvinvoinnin ja stressistä toipumisen lähteenä. (Anttonen 2010, 176.)

Parisuhde on mahdollisuus kehittyä ihmisenä ja mielestäni vastauksissa esille nousut erilaisuuden hyväksyminen ja huomio siitä, että moni asia parisuhteessakin vaatii tahtoa ja tekemistä, ei vai odottamista, että toinen tulee ja tekee onnelliseksi. Tutkimuksessa tuli esille positiivinen asenne, mitä parisuhteen myönteisen ilmapiirin säilyttämisessä tarvitaan. Jotkut kirjoittajat kuvasivat, että erilaisuutta voi sietää ja erilaisuuden voi kääntää vahvuudeksi. Gottman käyttää termiä parisuhteen tehokkuus, kun puoliset osaavat hyödyntää toistensa erilaisuutta perheen ja parisuhteen parhaaksi (Malinen & Alkio 2004, 9).

Parisuhdeillat toimivat hyvin parisuhdetta tukevana hengähdystaukuna arjessa. Pukalan väitöskirjassa (2006) hän on nostanut parisuhdetta vahvistaviksi taidoiksi vuorovaikutustaidot, kyvyn jakaa tunteita ja ratkaista riitoja sekä ajan järjestämisen parisuhteelle. Suhteellisen pienellä vaivalla ja taloudellisella panostuksella voidaan saada aikaan merkittäviä kokemuksia parisuhdeiltoihin osallistuneille pareille. Itseäni kosketti yhden osallistujan kirjoitus siitä miten parisuhdeillat ovat pelastaneet heidät avioerolta. Kunnan ja seurakunnan taloudellisessa mittapuussa parisuhdeillan kulut ovat pienet, mutta se henkisen tuskan määrä mikä voidaan tällä toiminnalla estää, voi olla osallistujille mittaamattoman arvokas. Myös kunnan lapsiperheille suunnattujen palveluiden tarve voi vähentyä, jos puoliset saavat ajoissa käännettyä parisuhteen vuorovaikutuksen suunnan myönteiseksi.

Yhdessä vastauksessa oli toivottu lapsiperheiden parisuhdeiltoihin fyysisiä tehtäviä. Ehkä pienet fyysiset kosketustehtävät voisivat palvella Gottmanin parisuhdeteorian (2008, 140) kiintymyksen vaalimista sekä aivojen toiminnan ja hormonituotannon kannalta tärkeää vuorovaikutusta ja kosketusta sekä parantaisivat näin myös itsesäätelykyvyn kehitystä. (Mäkelä 2003, 107–108.)

6.2 Lapsiperheiden parisuhdeiltojen kehittäminen

Toisinaan törmää keskusteluun, jossa mietitään, että onko päivähoidon tehtävänä järjestää parisuhdeilloja pienten lasten vanhemmille. Lempäälän kunnan strategiassa (2014) mainitaan palveluiden joustavuus ja sujuvuus sekä palveluiden järjestäminen vaikuttavasti, taloudellisesti ja kustannustietoisesti. Kuntalaisten omaa aktiivisuutta ja yhteisöllisyyttä tuetaan. Strategisen päämääränä on, että kuntalaiset voivat hyvin. Opinnäytetyön materiaalia voi käyttää perusteluna työmuodon vaikuttavuudelle ja kannattavuudelle. Lapsiperheiden parisuhdeillat ovat kunnan strategian mukaista toimintaa. Tutkimus on toistettavissa ja näin voidaan saada vertailukelpoista tietoa iltojen vaikuttavuudesta laajemmin.

Hyvät käytännöt ja rakenteet kannattaa säilyttää jatkossakin ja maltillisesti kehittää toimintaa. Iltojen aiheissa on hyvä jatkossa huomioida erityisteemat ja vanhemmuuden ja parisuhteen kytkös. Iltapalan tarjoamista kannattaa miettiä ja kokeilla erilaisia vaihtoehtoisia toimintatapoja sen suhteen.

Lapsiperheiden parisuhdeillat ovat yhteiskunnan tukea ja arvostusta lapsiperheiden vanhempia kohtaan ja siten illoilla voi olla vaikutusta siihen kuinka parit itse arvostavat ja hoitavat parisuhdettaan.

Parisuhdeteorioiden pohjalta voisi kehittää sisältöjen pääteemoja. Teemat voivat tulla uudelleen muutaman vuoden päästä, kun lapsiperheiden parisuhdeiltojen osallistujat vaihtuvat kuitenkin lasten kasvun myötä. Lastenhoidon järjestäminen on mahdollistanut monelle parille osallistumisen parisuhdeiltaan ja sitä kannattaa varmaan jatkaa, mutta jos iltojen määrää lisättäisiin, kuten toiveita tutkimuksesta nousi, olisi varmaan hyvä miettiä lastenhoidon järjestämistä esimerkiksi kunnan nuorisotoimen tai kolmannen sektorin kanssa yhteistyönä.

Osallistujamäärän noustessa on myös pohdittava tilaratkaisuja. Vielä nyt osallistujat kokivat, että saavat keskustelurauhaa puolisonsa kanssa vaikka tilassa on muitakin osallistujia, mutta osallistujamäärän kasvaessa haasteeksi tulee mahdollistaa pienet keskustelutehtävät puhujaparin alustusten lomaan. Ehkä tulevaisuudessa voisi kokeilla puhujaparin pitämää alustusta ja sen pohjalta pienempiä porinaryhmiä jatkamaan aiheen käsittelyä ryhmätyömuotoisesti.

7 POHDINTA

7.1 Aiheen yleinen pohdinta

Opinnäytetyö vastaa sille asetettuihin tutkimuskysymyksiin. Osallistajat ovat kokeneet parisuhdeillat myönteistä ilmapiiriä luoviksi ja parisuhteen vuorovaikutusta tukeviksi. Ihmisen riippuvuus toisesta ja tunneyhteys rakastettuun tuntuu vahvistuvan parisuhdeillan myötä. Pikkulapsivaihe on haastava vaihe parisuhteelle ja tuntuu, että parisuhdeiltojen osallistajat ovat saaneet tukea illoista omaan jaksamiseensa sekä vanhemmuuteensa. Tärkeimmäksi kysymykseksi koen parisuhdeiltojen merkitystä selvittävän kysymyksen. Pareilta saatiin hyvin vastauksia ja he ovat vastanneet laajasti myös sanallisiin kysymyksiin. Metsämuuronen (2006, 398) summaa, että on kyettävä tekemään oikeita johtopäätöksiä saaduista tuloksista. On kyettävä tekemään yleistyksiä ettei tulos rajoitu vain tutkimuksen otokseen ja pohdittava tuloksen järjellisyttä. Jos tutkimustulos on vastoin yleistä käsitystä, onko se helposti selitettävissä ja mitä voimme tuloksesta päätellä.

Parisuhdeillat tämän muotoisina tuntuvat vastaavan ennakoivana ja ehkäisevänä toimintana sille asetettuun tehtävään. Lapsiperheiden haasteet ovat moninaiset ja ne heijastuvat parisuhteeseen. Päivähoidon järjestämänä parisuhdeillat viestittävät vanhemmille myös päivähoidon tukea perheille ja parisuhteille. Ehkä tulevaisuudessa tällainen työmuoto on jo kirjoitettu lakiin kuntien peruspalveluksi.

7.2 Opinnäytetyön reliabelius, validius ja eettisyys

Tutkimuksen reliabelius tarkoittaa, että tutkimus tuloksia, jotka eivät ole sattumanvaraisia. Reliabiliteetti arvioi tutkimustulosten pysyvyyttä, luotettavuutta ja toistettavuutta ja sitä, että sama tulos saadaan tutkijasta riippumatta. Tutkimuksen reliabiliteettia arvioidessa huomiota kiinnitetään mittaukseen liittyviin asioihin ja tarkkuuteen tutkimuksen toteutuksessa. Tutkimuksen tarkkuudella tarkoitetaan sitä, ettei tutkimus sisällä sattunaisvirheitä. (Vilka 2007, 149–150.)

Opinnäytetyö on kokonaistutkimus, jonka vastausprosentti on 59. Olen käsitellyt tutkimusmateriaalia erittäin huolellisesti ja syöttänyt tiedot tilasto-ohjelmaan tarkasti. Vaikka reliabiliteetti käsittää vain tutkimuksen numeeriset tulokset (Nummenmaa 2009,

360), tutkimuksen luotettavuuden lisäämiseksi olen litteroinut sanalliset vastaukset sanatarkasti. Tutkimuksen luotettavuutta lisää kyselylomakkeen testaaminen ja kommentoiminen ennen sen jakamista parisuhdeillan osallistujille. Vastauksista ei jouduttu hylkäämään yhtään. Tutkimuksen luotettavuutta lisää myös sanallisten vastausten samansuuntaisuus numeeriseen vastauksiin verrattuna.

Validius tarkoittaa, että tutkimuksen avulla on pystytty mittaamaan tutkimuksen tarkoitusta. Validius kertoo miten tutkija on onnistunut teoreettisten käsitteiden siirtämisessä arkikielen tasolle ja tutkimuslomakkeeseen. Kyselylomakkeen kysymykset olivat selkeitä ja helposti ymmärrettäviä. Sisältövaliditeettitarkastelussa arvioidaan miten edustava aineisto on mittauksen kohteena olevasta teoreettisesta käsitteestä (Nummenmaa 2009, 362). Kysymykset mittasivat hyvin parisuhdeiltojen merkitystä osallistujien parisuhteelle sekä mitä odotuksia heillä oli parisuhdeiltojen sisällölle ja käytännön järjestykselle.

Valittu menetelmä palveli tutkimusta hyvin. Kysymyslomake olisi voinut olla vielä lyhyempi ja rajatumpi, ehkä muutaman kysymyksen olisi voinut pudottaa vielä pois ja tehdä vähemmän sanallisia kysymyksiä. Toisaalta sanalliset kysymykset toivat parempaa tietoa lapsiperheiden parisuhdeillan merkityksestä kuin pelkästään numeerinen arviointi.

Kyselylomake oli sama sekä ensimmäistä kertaa osallistuville että useamman kerran osallistuneille. Pohdin tämän mahdollisuutta vääristää tutkimuksen tuloksia. Vastaajien kokemat merkitykset parisuhteelle ovat kuitenkin saman sisältöisiä riippumatta siitä onko vastaaja osallistunut lapsiperheiden parisuhdeiltaan ensimmäistä kertaa vai onko ollut useammin osallistumassa. Useammin osallistuneilla on vain pidempi perspektiivi vastauksensa takana.

Kyselylomakkeella olisi voinut kysyä myös vastaajan perhemuotoa, nyt ei vastauksista selviä onko vastaaja ydinperheen vanhempi vai uusperheen vanhempi samoin kuin parisuhdemuoto ei tule näistä vastauksista esille. Mielenkiintoista olisi tutkia myös näiden asioiden merkitystä vastauksille.

Henkilötietolaki 1999/523 ja Laki viranomaisten toiminnan julkisuudesta 1999/621 edellyttävät tutkimusaineiston anonymisointia. Tietosuoja edellyttää tutkittavien yksityisyyden suojaamista ja henkilötietojen suojaamista niin ettei ketään voida tunnistaa. Henkilötiedot tarkoittavat henkilön ominaisuuksia ja elinolosuhteita kuvaavia merkintöjä, joista voi tunnistaa niiden tarkoittavan kyseistä henkilöä, hänen perheensä tai samassa taloudessa elävän henkilön tietoja. (Vilka 2007, 95.) Tutkimusaineiston vastauksia ei pysty yksilöimään eikä kysytyillä taustatiedoilla pysty liittämään puolisoiden vastauksia toisiinsa tutkimusjoukon ollessa 40. Pohdin omaa rooliani tutkimuksen tekijänä, kun osa iltaan osallistuneista on ollut asiakkainani. En kuitenkaan pysty vastauksista yksilöimään kenen vastauksista on kyse, joten koen, että eettisyys kyselyssä säilyi tässäkin suhteessa.

Tutkimuksen tarkoitus on rajattu ja kerätty tutkimustieto vastaa siihen ja tunnen hyvin tutkimuskohteen. Tutkimus on puolistrukturoitu ja siten vastaa hyvin tarkoitustaan, numeeriset vastaukset ja sanalliset vastaukset täydentävät toisiaan ja vähentävät näin virhemahdollisuuksia tutkimustuloksen tulkinnassa. Hain tutkimusluvan Lempäälän kunnan päivähoiton johtajalta sekä Lempäälän seurakunnan kirkkoherralta. Tutkittavat saivat itse päättää vastaavatko nimettömään kyselyyn vai eivät. Kyselyn sai palauttaa lapsiperheiden parisuhdeillan jälkeen suljetussa kirjekuoressa tai postittaa kyselyn postimerkillä varustetussa vastauskuoressa. Vastaukset ohjautuivat postin kautta työpaikalleni. Tutkimusaineisto on ollut vain minun hallussani ja hävitin sen tutkimuksen valmistuttua. Olin kertomassa lapsiperheiden parisuhdeillan alussa opinnäytetyöstäni ja tutkimuksesta.

7.3 Opinnäytetyön prosessin pohdintaa ja jatkotutkimusaiheita

Opinnäytetyön aihe oli minulle läheinen ja liittyy kiinteästi työhöni päivähoiton perheyöntekijänä. Olen ollut aloittamassa ja kehittämässä lapsiperheiden parisuhdeiltoja alusta asti, mutta vasta nyt ensimmäisen kerran sain näin kattavasti tietoa osallistujien kokemuksista. Parisuhdetyö on minulle erittäin tärkeä ja rakas aihe ja tutkimuksen vastaukset olivat osittain suorastaan liikuttavia. Aiheen tuttuus toi mukanaan myös ongelman, osa asioista on itselle niin selviä, että ei huomaa mikä kaikki on perusasiaa, mikä tulisi avata lukijalle, joka on eri lähtökohdista lukemassa tutkimustuloksia.

Mietin, että oliko opinnäytetyön merkittävyys parisuhteelle siksi niin korkea, että iltaan olivat hakeutuneet sellaiset parit, jotka ovat muutenkin halukkaita kehittämään itseään ja parisuhdettaan. Jos parisuhdeiltaan olisi määrätty osallistujat, olisiko illan merkitys yhtä suuri. Kuitenkin osallistujat ovat eri-ikäisiä, eri pituisista parisuhteista ja erilaisista perhemuodoista eli tämä ei voi perustua vain kuulijoiden yhdennäköiseen katsantokantaan.

Opinnäytetyötä tehdessä olen oppinut lisää parisuhteista ja itsestäni, olen saanut vakuutuksen taustateorioiden toimimisesta ja liitettävyydestä lapsiperheiden parisuhdeiltoihin. Tutkimusprofessori Osmo Kontula on tehnyt mittavaa työtä Väestöliitossa tutkimalla parisuhteita ja perheitä julkaisemalla näistä tutkimuksista saatua tietoa perhebarometreissä, muutoin parisuhteiden tutkimus on Suomessa vielä hyvin vähäistä. Parisuhdetutkimus on selvästi nousussa Suomessa ja joitakin väitöskirjoja aiheesta löytyy nykyisin. Parisuhdetyötä eteenpäin vievänä ja kokoavana tahona Suomessa on Kataja - Parisuhdekeskus ry., joka toimii eräänlaisena kattojärjestönä erilaisille parisuhdetyötä toteuttaville tahoille. Useat seurakunnat tarjoavat erilaisia parisuhdeteemaisia tapahtumia ja kursseja.

Koen, että onnistuin osallistamaan lapsiperheiden parisuhdeillan kävijöitä kehittämään heille suunnattua peruspalvelua. Uskon tämän opinnäytetyön tulosten auttavan kehittämään lapsiperheiden palveluita niin Lempäälässä kuin muissa vastaavaa toimintaa harjoittavissa tai järjestävissä kunnissa, seurakunnissa, yhdistyksissä tai järjestöissä.

Jatkossa voisi tutkia miten parisuhdeillat ovat tukeneet uusperheellisiä vanhempia. Olisi myös mielenkiintoista syventää tutkimusta esimerkiksi vain parisuhteen vuorovaikutuksen syvenemiseen ja esimerkiksi toteuttaa tutkimus kahtena peräkkäisenä kertana ja verrata samojen osallistujien kokemuksia. Aihealueita ja teemoja voisi syventää ja ottaa vaikka vain sisältö, kokemukset, käytännönjärjestelyt tai taustateoriat tutkimuksen kohteeksi.

LÄHTEET

Anttonen, A. 2010. Lapsuuden traumaattiset kiintymyssuhdekokemukset paripsykoterapiassa. Teoksessa V. Malinen & P. Alkio (toim.) Paripsykoterapia ja parisuhteen kätkeytyt mahdollisuudet. Turku: VL-markkinointi Oy, 174 - 193

Crittenden, M. 2011. [Viitattu 15.1.2015]. Kirjallinen ilmaisu. The Family Relations Institute applies the Dynamic-Maturational Model of Attachment and Adaptation Saatavilla www-muodossa:
<http://www.patcrittenden.com/include/overview.htm>

Gottman, J. ja Gottman, J. 2006. Kuinka uudistat avioliittosi. Helsinki: Rasalas

Gottman, J. ja Gottman J. 2008. Gottman Method Couple Therapy. kirjassa Gurman A.S. (toim.) Clinical Handbook of Couple Therapy. New York, NY The Guilford Press, 138–164

Hallitusohjelma. Pääministeri Alexander Stubbin hallituksen ohjelma eduskunnalle 24.6.2014. Valtioneuvosto
<http://valtioneuvosto.fi/hallitusohjelma>, luettu 18.1.2014

Hautamäki, A. 2001. Kiintymyssuhdeteoria - teoria yksilön kiin(nit)tymisestä tärkeisiin toisiin ihmisiin, kiintymyssuhteen katkoksista ja merkityksestä kehitykselle. Teoksessa J. Sinkkonen & M. Kalland (toim.) Varhaiset ihmissuhteet. Vantaa: WSOY, 13–59

Hämäläinen T. J. ja Heiskala R. 2004. Sosiaaliset innovaatiot ja yhteiskunnan uudistumiskyky. Suomen itsenäisyyden juhlarahaston Sitran julkaisusarja (Sitra 271). Helsinki: Edita Prima Oy

Härkönen, U. 2008. Teorian ja tutkimuskohteen vuorovaikutus – Bronfenbrennerin ekologinen systeemiteoria ihmisen kehittymisestä. Joensuun yliopisto, Savonlinnan opettajankoulutuslaitos
<http://sokl.uef.fi/verkkojulkaisut/monitiet/harkonen.htm>, luettu 16.1.2015

Kumpula, S. ja Malinen V. 2007. Unelma paremmasta parisuhteesta. Navigointiopas aikuissuhteeseen. Jyväskylä: Minerva Kustannus Oy. Julkaisija Väestöliitto.

Kähkönen, P. 2010. Parisuhteeseen sitoutuminen – Järjellä, tahdolla, tunteella vai tuurilla? Teoksessa Malinen V. ja Alkio P. (toim.) Paripsykoterapia ja parisuhteen kätkeytyt mahdollisuudet. Turku: VL-Markkinointi Oy, 70–93

Lempäälän kunta 2014. Lempäälän kuntastrategia.

Lempäälän seurakunta. Parisuhdetyö
<http://www.lempaalanseurakunta.fi/toiminta/parisuhde/>, luettu 21.1.2015

Malinen K. 2011. Parisuhde pikkulapsiperheessä. Jyväskylän yliopisto yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Väitöskirja.

Malinen, V. ja Alkio, P. (toim.) 2004. Parisuhde, intiimiys, seksuaalisuus. Teoriaa ja käytäntöjä pariterapiasta.

Markova, K. 2012. [Viitattu 24.1.2015]. Kirjallinen ilmaisu. Kiintymyssuhde aikuisrakkauden kiintymyssuhteen perustana. Saatavilla www-muodossa:
http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/parisuhdetietoa-ammattilaisille/tietoa_parisuhdeammattilaisille/pariterapian_teorioita/kiintymyssuhdeteoria/kiintymyssuhde_ja_parisuhde

Metsämuuronen, J. 2006. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. 3. laitos, 2. korjattu painos. Jyväskylä: Gummeruksen kirjapaino Oy

Muuttujat tutkittavina ilmiöinä. Virtuaali ammattikorkeakoulu
<http://www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi/opintojaksot/0709019/1193463890749/1193464131489/1194289328583/1194289841995.html>, luettu 18.1.2015

Mäkelä, J. 2003. Piirteitä aivojen varhaisesta kehityksestä. Teoksessa Niemelä, P. Silta-la, P. & Tamminen, T. (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Helsinki: WSOY, 107–124

Määttä, K. 2000. Kestävä parisuhde. Juva: WS Bookwell Oy

Opetus- ja kulttuuriministeriö (OPM) 2014. Varhaiskasvatusta koskevan lainsäädännön uudistamistyöryhmän raportti
<http://www.minedu.fi/OPM/Julkaisut/2014/varhaiskasvatus1.html>, luettu 18.1.2015

Perho H., Kärkkäinen, H., Nurminen H-R. & Korhonen M. Lyhyet Gottman –pohjaiset interventiot parisuhteen muokkaajina: 8–9 kuukauden seurannat. Helsinki: Väestöliitto ry

Pukkala, T. 2006. Puolisoiden me-henki kantaa avioliittoa. Artikkelit Turun Sanomissa julkaistu 30.8.2006
<http://www.ts.fi/uutiset/kotimaa/1074143554/Puolisoiden+mehenki+kantaa+avioliittoa>

Pukkala, T. 2007. Pitkän parisuhteen salaisuus. Keuruu: Kustannusosakeyhtiö Otava

Sinkkonen, J. ja Kalland, M. 2001. Ihminen tarvitsee toisten läheisyyttä ja turvaa. Teoksessa Varhaiset ihmissuhteet. Vantaa: Werner Söderström Osakeyhtiö

Sosiaali- ja terveysministeriö (STM) 2015. Uusi sosiaalihuoltolaki lisää matalan kynnyksen palveluja lapsille ja nuorille. Sosiaali- ja terveysministeriö
<http://www.stm.fi/tiedotteet/tiedote/-/view/1892042>

THL. 30.12.2014 Huolen puheeksi ottaminen
http://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/varhainen-avoin-yhteistoiminta/huolen-puheeksi-ottaminen, luettu 24.1.2015

Tilastokeskus 2014. Perheet.
<http://www.tilastokeskus.fi/til/perh/index.html>, luettu 13.1.2015

Tuomi J. ja Sarajärvi A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisältöanalyysi. Helsinki: Tammi

Vahtera, J. ja Uutela A. 1994. Artikkel. Sosiaaliset verkostot ja sosiaalinen tuki terveysresurssina. Lääketieteellinen aikakauskirja.

http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/uusinnumero?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet

[let&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_viewType=viewArticle&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_tunnus=duo40219](http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/uusinnumero?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_viewType=viewArticle&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_tunnus=duo40219)

Väestöliitto. Hyvinvointia ja kestävyyttä parisuhteeseen

<http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/parisuhdetietoa-ammattilaisille/parisuhdekeskus/22.1.2015>

LIITTEET

Liite 1. Kyselylomake

KYSELYLOMAKE

Lapsiperheiden parisuhdeiltaan 19.3.2014 osallistuneille.

Palauta lomake oheisessa kirjekuoressa viimeistään 31.3.2014.

1. Olen mies nainen
2. Olen ollut parisuhteessa alle 5 vuotta 5 - 10 vuotta yli 10 vuotta
3. Olen osallistunut lapsiperheiden parisuhdeiltaan kerran useammin.
4. Olin aloitteellinen parisuhdeiltaan osallistumisessa kyllä ei
5. Osallistuin parisuhdeiltaan, koska

Vastaa seuraaviin parisuhdeiltaa (tai parisuhdeiltoja) koskeviin väittämiin.

PARISUHDEILLAN MERKITYS OMALLE PARISUHTEELLE.	täysin eri mieltä	hieman eri mieltä	en osaa sanoa	melkein samaa mieltä	täysin samaa mieltä
6. Parisuhdeillan jälkeen olemme jatkaneet keskustelua illan aiheesta kotona.	1	2	3	4	5
7. Parisuhdeilta auttoi meitä keskustelemaan keskenämme muistakin asioista.	1	2	3	4	5
8. Parisuhdeillan myötä olen oppinut kuuntelemaan puolisoani paremmin.	1	2	3	4	5
9. Parisuhdeillan myötä olen tullut kuulluksi paremmin suhteessamme.	1	2	3	4	5
10. Osallistuminen parisuhdeiltaan on lisännyt toistemme arvostusta puolisoina.	1	2	3	4	5
11. Positiivinen palaute parisuhteessamme on lisääntynyt parisuhdeillan jälkeen.	1	2	3	4	5
12. Parisuhdeilta auttoi minua ymmärtämään itseäni paremmin.	1	2	3	4	5
13. Olen oppinut ymmärtämään puolisoani paremmin parisuhdeillan jälkeen.	1	2	3	4	5
14. Parisuhdeilta on lisännyt onnellisuuden tunnetta parisuhteessani.	1	2	3	4	5
15. Parisuhdeillan jälkeen hellyys ja fyysinen läheisyys on lisääntynyt suhteessamme.	1	2	3	4	5
16. Parisuhdeilta on auttanut meitä jaksamaan lapsiperheen arkea.	1	2	3	4	5

17. Parisuhdeilta on vahvistanut sitoutumistani parisuhteeseen.	1	2	3	4	5
18. Parisuhdeillassa koin, ettemme ole yksin parisuhteisiin liittyvien haasteiden kanssa.	1	2	3	4	5

19. Parasta lapsiperheiden parisuhdeillassa on

20. Kerro mitä lapsiperheiden parisuhdeilta merkitsee sinulle ja sinun parisuhteellesi

21. Mikä oli tärkein oivalluksesi lapsiperheiden parisuhdeillassa?

22. Miten lapsiperheiden parisuhdeilta tukee jaksamista-

23. Miten koet parisuhdeillan vaikuttaneen vanhemmuuteesi?

LAPSIPERHEIDEN PARISUHDEILTOJEN SISÄLTÖ	täysin eri mieltä	hieman eri mieltä	en osaa sanoa	melkein samaa mieltä	täysin samaa mieltä
24. Parisuhdeillan aiheet ovat ajankohtaisia.	1	2	3	4	5
25. Parisuhdeillan työskentelytavat tukevat parisuhteen myönteistä ilmapiiriä.	1	2	3	4	5
26. Parisuhdeillan alustajat ovat asiantuntevia.	1	2	3	4	5
27. Minusta on hyvä, että puhujina	1	2	3	4	5

on pariskunta.					
28. Puhujapariskunnan oman elämän esimerkit auttavat minua liittämään illan aiheen omaan parisuhteeseeni.	1	2	3	4	5
29. Koen hyväksi, että parisuhdeilloissa on vain oman puolison kanssa käytäviä keskusteluja.	1	2	3	4	5
30. Pienet keskustelutehtävät oman puolison kanssa auttavat liittämään illan aiheen omaan parisuhteeseen.	1	2	3	4	5
31. Isosta tilasta huolimatta keskustelu oman puolison kanssa onnistui parisuhdeillassa.	1	2	3	4	5
32. Pidän siitä, että illat päättyvät siunaukseen.	1	2	3	4	5

33. Millaisia aiheita toivoisit jatkossa lapsiperheiden parisuhdeiltoihin?

34. Millaisia tehtäviä toivoisit parisuhdeiltoihin?

KÄYTÄNNÖN JÄRJESTELYT	täysin eri mieltä	hieman eri mieltä	en osaa sanoa	melkein samaa mieltä	täysin samaa mieltä
35. Parisuhdeillan mainonta tavoitti perheeni hyvin.	1	2	3	4	5
36. Parisuhdeiltojen alkamisaika klo 17.30 (lastenhoito klo 17.15) on sopiva.	1	2	3	4	5
37. Parisuhdeillat ovat kestoltaan (2 h) sopivan mittaisia.	1	2	3	4	5
38. Parisuhdeiltoja on riittävän usein (2x/vuosi).	1	2	3	4	5
39. Parisuhdeillat arkena on hyvä ratkaisu.	1	2	3	4	5
40. Pieni tarjoilu illan alussa helpottaa iltaan osallistumista.	1	2	3	4	5
41. Parisuhdeiltojen lastenhoito toimi hyvin.	1	2	3	4	5
42. Voin jättää lapseni lastenhoitoon turvallisesti mielin.	1	2	3	4	5

43. Lapseni mahdolliset erityistarpeet huomioidaan hyvin.	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

44. Kerro vapaasti mielipiteesi lapsiperheiden parisuhdeiltojen käytännön järjestyistä

KEHITTÄMINEN	täysin eri mieltä	hieman eri mieltä	en osaa sanoa	melkein samaa mieltä	täysin samaa mieltä
45. Suosittelemisin parisuhdeiltaa myös ystäväilleni.	1	2	3	4	5
46. Keskustelujen lisäksi toivoisin kirjallisia tehtäviä parisuhdeiltaan.	1	2	3	4	5
47. Parisuhdeiltojen toteutuksessa on otettu toiveeni huomioon (jos olen käynyt aiemmin ja jättänyt palautetta)	1	2	3	4	5

48. Parisuhdeillassa minua yllätti

49. Miten haluaisit kunnan ja seurakunnan yhteistyön näkyvän parisuhdeilloissa?

50. Kerro miten haluaisit parisuhdeiltoja kehitettävän (voit jatkaa paperin kääntöpuolelle)

Kiitos vastauksistasi!

Liite 2. Matriisi tutkimuksen kysymysten vastausten keskiarvoista

Parisuhdeiltaa (tai parisuhdeiltoja) koskevien väittämien vastausten keskiarvot .

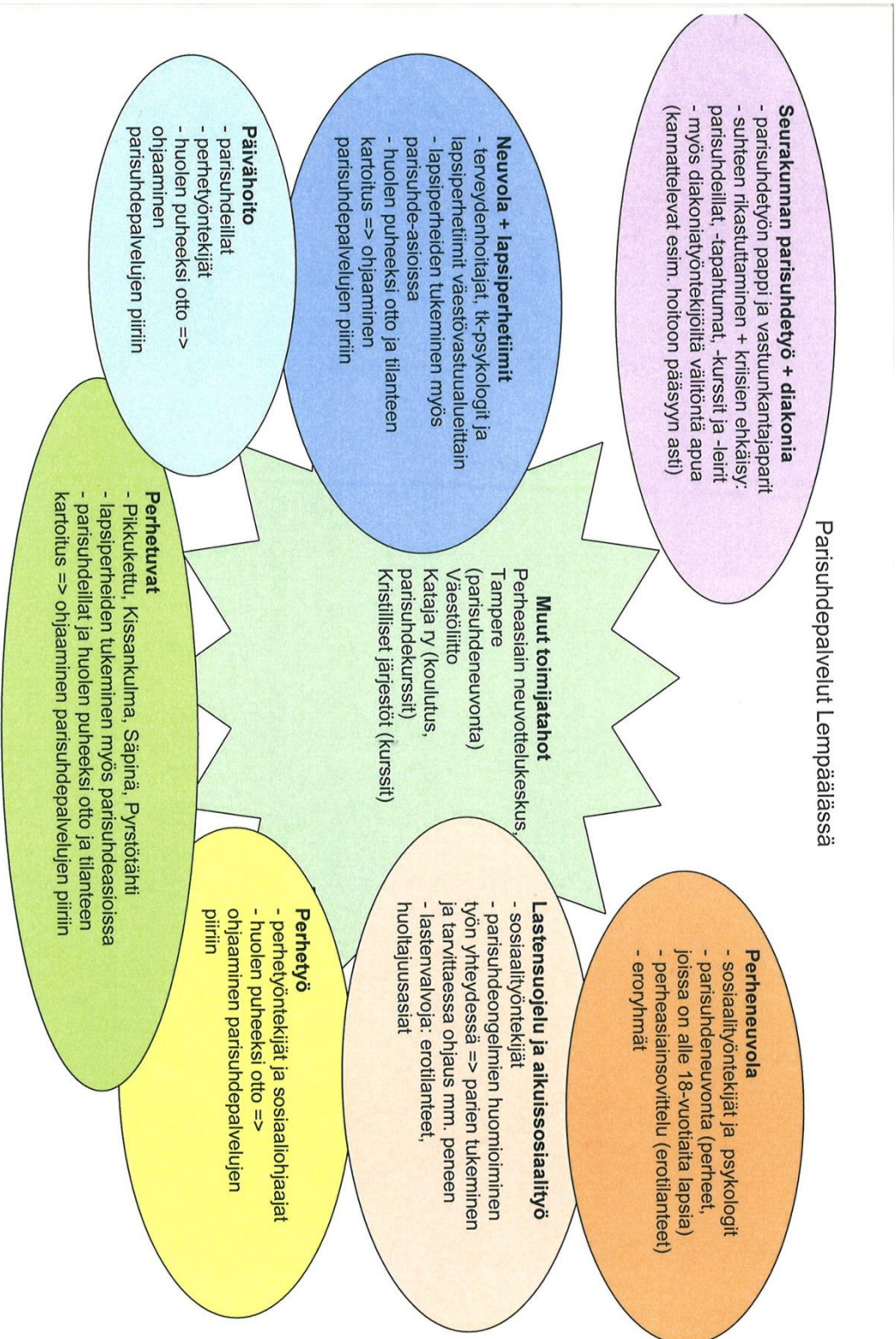
PARISUHDEILLAN MERKITYS OMALLE PARISUHTEELLE.	ka
6. Parisuhdeillan jälkeen olemme jatkaneet keskustelua illan aiheesta kotona.	4
7. Parisuhdeilta auttoi meitä keskustelemaan keskenämme muistakin asioista.	3,7
8. Parisuhdeillan myötä olen oppinut kuuntelemaan puolisoani paremmin.	3,6
9. Parisuhdeillan myötä olen tullut kuulluksi paremmin suhteessamme.	3,2
10. Osallistuminen parisuhdeiltaan on lisännyt toistemme arvostusta puolisoina.	3,9
11. Positiivinen palaute parisuhteessamme on lisääntynyt parisuhdeillan jälkeen.	3,4
12. Parisuhdeilta auttoi minua ymmärtämään itseäni paremmin.	4
13. Olen oppinut ymmärtämään puolisoani paremmin parisuhdeillan jälkeen.	3,9
14. Parisuhdeilta on lisännyt onnellisuuden tunnetta parisuhteessäni.	3,7
15. Parisuhdeillan jälkeen hellyys ja fyysinen läheisyys on lisääntynyt suhteessamme.	3,13
16. Parisuhdeilta on auttanut meitä jaksamaan lapsiperheen arkea.	3,7
17. Parisuhdeilta on vahvistanut sitoutumistani parisuhteeseen.	3,9
18. Parisuhdeillassa koin, ettemme ole yksin parisuhteisiin liittyvien haasteiden kanssa.	4,4

LAPSIPERHEIDEN PARISUHDEILTOJEN SISÄLTÖ	täysin eri mieltä
24. Parisuhdeillan aiheet ovat ajan-kohtaisia.	4,4
25. Parisuhdeillan työskentelytavat tukevat parisuhteen myönteistä ilmapiiriä.	4,4
26. Parisuhdeillan alustajat ovat asi-antuntevia.	4,5
27. Minusta on hyvä, että puhujina on pariskunta.	4,7
28. Puhujapariskunnan oman elä-män esimerkit auttavat minua liittämään illan aiheen omaan parisuhteeseeni.	4,6
29. Koen hyväksi, että parisuhdeil-loissa on vain oman puolison kanssa käytäviä keskusteluja.	4,7
30. Pienet keskustelutehtävät oman puolison kanssa auttavat liittämään illan aiheen omaan pa-risuhteeseen.	4,8
31. Isosta tilasta huolimatta keskus-telu oman puolison kanssa on-nistui parisuhdeillassa.	4,1
32. Pidän siitä, että illat päättyvät siunaukseen.	4,3

KÄYTÄNNÖN JÄRJESTELYT	täysin eri mieltä
35. Parisuhdeillan mainonta tavoitti perheeni hyvin.	4,4
36. Parisuhdeiltojen alkamisaika klo 17.30 (lastenhoito klo 17.15) on sopiva.	4,7
37. Parisuhdeillat ovat kestoltaan (2 h) sopivan mittaisia.	5
38. Parisuhdeiltoja on riittävän usein (2x/vuosi).	2
39. Parisuhdeillat arkena on hyvä ratkaisu.	4,5
40. Pieni tarjoilu illan alussa hel-pottaa iltaan osallistumista.	4
41. Parisuhdeiltojen lastenhoito toimi hyvin.	4,6
42. Voin jättää lapseni lastenhoi-toon turvallisin mielin.	4,4
43. Lapseni mahdolliset erityistar-peet huomioidaan hyvin.	4

KEHITTÄMINEN	täysin eri mieltä
45. Suosittelisin parisuhdeiltaa myös ystäväilleni.	4,7
46. Keskustelujen lisäksi toivoisin kirjallisia tehtäviä parisuhdeiltaan.	2,9
47. Parisuhdeiltojen toteutuksessa on otettu toiveeni huomioon (jos olen käynyt aiemmin ja jättänyt palautetta)	3,03

Liite 3. Parisuhdepalvelut Lempäälässä



Liite 4. 19.3.2014 Lapsiperheiden parisuhdeillan esite

Lapsiperheiden parisuhdeilta



ME = sinä + minä

Keskiviikkona 19.3.2014

Klo 17.30 – 19.30

Kuljun Majakalla, os.

Tampereentie 262

Miten meistä kahdesta erilaisesta ihmisestä muodostuu toisiamme tukeva kokonaisuus? Onko itsetuntoni riippuvainen sinusta vai jostain ihan muusta? Onko suhteessamme sopivasti erillisyyttä?

**Illan aiheesta tulevat alustamaan
Sami ja Tanja Kallio.**

Ilta on tarkoitettu aivan tavallisille pariskunnille, jotka haluavat hoitaa parisuhdettaan. Ilta ei sisällä yhteisiä keskusteluja vaan jokaisella on mahdollisuus keskittyä vain omaan parisuhteeseensa.

Kunnallisessa päivähoidossa oleville lapsille sekä heidän sisaruksilleen on järjestetty lastenhoitoa klo 17.15 – 19.45. Lastenhoitopaikkana illalla on päiväkotitilat Mansikkamutkan tilat Kujun päivähoitoalueella os. Linnajärventie 1 B.

Vanhemmat, laittakaa lapsillenne omat mieleiset **nimetyt iltapalavevää**t mukaan esim. sämpylä ja juoma (ei lämmitettävää/makeisia). Lapsilla tulee olla **ulkovaatteet** mahdollisia pihaleikkejä varten.

Mikäli syystä tai toisesta lapsen/lasten hoidontarve peruuntuu, ilmoittakaa siitä viipymättä
puh. 050-3839 664/Killi Jokila.

Illan järj. Lempäälän kunnan päivähoito ja
Lempäälän seurakunta.

Palauta tämä ilmoittautumisosa viimeistään 7.2.2014
mennessä lapsen päivähoitoryhmään.

Pariskunnan nimet ja yhteyspuhelinnumero (miel. gsm)

Aikuisten erityisruokavaliot kahvitarjoilua varten

Päivähoidossa olevan lapsen nimi ja ikä

Päivähoitoalue/ryhmä

Perheen muiden lastenhoitoon tulevien lasten nimet ja iät
