

Isien kokemuksia ryhmävertaistuesta lapsen kuoleman jälkeen

Pro-gradu tutkielma

Jani Henttinen
Terveystieteiden yksikkö/Hoitotiede
Tampereen yliopisto
Kevät 2013

TIIVISTELMÄ

TAMPEREEN YLIOPISTO

Terveystieteiden yksikkö, hoitotiede

HENTTINEN, JANI

Isien kokemuksia ryhmävertaistuesta lapsen kuoleman jälkeen

Pro gradu – tutkielma, 52 sivua ja 2 liitettä

Ohjaajat: TtT, yliopisto-opettaja Anna Liisa Aho ja TtT, professori Marja Kaunonen

Kevät 2013

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata isien kokemuksia ryhmävertaistuesta ja sen merkityksestä lapsen kuoleman jälkeen. Tavoitteena oli tuottaa tietoa lapsensa menettäneiden isien kokemuksista vertaisryhmistä. Tutkimusaineisto kerättiin e-lomakkeen ja haastatteluiden avulla vertaistukiryhmiin osallistuneilta isiltä. Tutkimusaineisto koostui yhteensä viiden (n=5) isän vastauksista. Aineisto analysoitiin induktiivista sisällönanalyysia käyttäen.

Isien kokemukset ryhmävertaistuesta sisälsivät vilpittömyyttä tasavertaista kohtaamista, yhteenkuuluvuuden ilmapiiriä, merkityksellistä kanssakäymistä ja uudenlaisen ymmärryksen opettelemista. Vilpittömyyteen tasavertaiseen kohtaamiseen liittyi mutkaton vastaanotto, ryhmän oikeus määrittää toimintansa, mieskeskeisyys keskustelun mahdollistajana sekä ohjaajan roolin merkittävyys. Yhteenkuuluvuuden ilmapiiri sisälsi myönteisen luottamuksellisen tunnelman, tahdon epämuodolliseen yhdessäoloon, hyväntahtoisen vitsailun, pysyvyyden ja ryhmästä erkanemisen vaikeuden. Merkityksellinen kanssakäyminen oli monitahoista varauksetonta dialogia, tarpeenmukaista vuorovaikutuksellista kerrontaa, lapsen kuoleman käsittelyä ja tunteellista toiminnallisuutta. Uudenlaisen ymmärryksen opetteleminen sisälsi varautuneen kommunikoinnin, vertaistuen merkityksen omaksumisen, oletuksen oma-aloitteellisuudesta, naisvaltaisuuden esteenä aktiiviselle vertaistuen hyödyntämiselle ja vaihtelevan tuen verkosta.

Ryhmävertaistuen merkitys surusta selviytymisessä oli elämyksellisen tiedon saamista, oman identiteetin mahdollistavaa yhdessäoloa, voimaannuttavaa taakan helpottumista ja luottamuksen palautumista tulevaisuuteen. Elämyksellinen tiedon saaminen sisälsi oivalluksen tutkimustiedon hyödyntämisestä ja opastavan informaation. Oman identiteetin mahdollistava yhdessäolo sisälsi itsenäisen mieluisan tuokion muiden seurassa ja omana itsenä olemisen. Voimaannuttava taakan helpottuminen oli vertaispeilaamista, yhtenäistä käsitystä tapahtumista, murheiden kokemuksellista jakamista ja menetyksen luottamuksellista käsittelyä. Luottamuksen palautuminen tulevaisuuteen sisälsi tyhjyyden helpottavan täyttymisen, kykenevyyden auttaa muita, normaaliuden tunnistamisen, toivon palautumisen ja avun saamisen puolison uudelleen lähestymiseen.

Tulosten mukaan ryhmävertaistuki auttaa ja tukee isiä lapsen kuoleman jälkeisessä surussa. Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää vertaistukitoimintaa kehitettäessä ja ryhmänohjaajien koulutuksessa. Tutkimuksen tuottama tieto auttaa ymmärtämään isien surua ja selviytymistä sekä tuen tarvetta lapsen kuoleman jälkeen.

Keskeiset käsitteet: ryhmävertaistuki, isä, kokemus, lapsen kuolema

ABSTRACT

UNIVERSITY OF TAMPERE

School of Health Sciences, Nursing Science

HENTTINEN, JANI

Fathers' experiences of group peer support after the death of a child

Master's thesis, 52 pages and 2 appendices

Supervisors: PhD, University teacher Anna Liisa Aho and PhD, Professor Marja Kaunonen

Spring 2013

The purpose of the study was to describe fathers' experiences on group peer support and its importance after the death of their child. The goal was to produce information about experiences of peer groups from the viewpoint of the fathers who had lost their child. The research data was collected through interviews and online survey from fathers participating in peer support groups. The data consists of the responses of five (n=5) fathers and it was analysed using inductive content analysis.

Fathers' experiences on group peer support included sincere meeting with equals, sense of solidarity, meaningful interactions, and learning a new type of understanding. The sincere meeting with equals contained uncomplicated reception, a group's right to define its activities, male-centredness as the enabler for discussion, and significance of the supervisor's role. The sense of solidarity involved an affirmative as well as confidential ambiance, willingness to spend time together informally, benevolent banter, stability, and difficulty to release oneself from the group. The meaningful interactions were about multifaceted unreserved dialog, interactive narration according to one's needs, processing the death of a child, and emotional functionality. The learning a new type of understanding contained demure communication, adoption of the meaning of peer support, assumption of self-help, female majority as an obstacle for an active utilisation of peer support, and inconsistent online support.

Receiving experiential information, being together with others but with one's own identity enabled, empowering the relief of a burden, and regaining confidence for the future all comprised the group peer support's importance when coping with grief. Receiving experimental information contained insight into the benefits of research data, and guiding advice. Being together with others but with one's own identity enabled consisted of a stand-alone pleasing moment with others as well as being true to oneself. Empowering the relief of a burden was about peer mirroring, creating a common understanding of events, experiential sharing of sorrows, and confidential processing of the loss. Regaining confidence for the future included relieving fulfilment of a void, capability to help others, recognising the normality, the return of hope, and receiving help for re-approaching one's spouse.

The study findings show that the group peer support helps and supports fathers in their grief after a child's death. These findings can be utilised when developing peer support actions and in the training of group supervisors. The information yielded by the study contributes to understanding fathers' grief and coping as well as their need for support after the death of their child.

Key words: peer support group, father, experience, death of a child

SISÄLLYSLUETTELO

TIIVISTELMÄ ABSTRACT

1. JOHDANTO	6
2. TUTKIMUKSEN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT	7
2.1. Vertaistuki ja vertaistukiryhmät.....	8
2.2. Ryhmävertaistuki lapsen kuoleman jälkeen.....	9
2.3. Ryhmävertaistuen hyödyt.....	10
3. TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT	11
4. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	12
4.1. Tutkimuksen metodiset lähtökohdat.....	12
4.2. Tutkimuksen vastaajat.....	12
4.3. Tutkimuksen aineiston keruu.....	13
4.4. Tutkimuksen aineiston analyysi.....	14
5. TUTKIMUKSEN TULOKSET	17
5.1. Isien kokemukset vertaistukiryhmästä.....	17
5.1.1 Vilpitöntä tasavertaista kohtaamista.....	19
5.1.2 Yhteenkuuluvuuden ilmapiiriä.....	21
5.1.3 Merkityksellistä kanssakäymistä.....	25
5.1.4 Uuden ymmärryksen opettelemista.....	27
5.2. Vertaistuen merkitys surusta selviytymisessä.....	31
5.2.1 Elämyksellisen tiedon saaminen.....	32
5.2.2 Oman identiteetin mahdollistava yhdessäolo.....	33
5.2.3 Voimaannuttava taakan helpottuminen.....	35
5.2.4 Luottamuksen palautuminen tulevaisuuteen.....	38

6. POHDINTA	40
6.1. Tulosten tarkastelu.....	40
6.2. Tutkimuksen luotettavuuden tarkastelua.....	43
6.3. Tutkimuksen eettisyys.....	44
6.4. Johtopäätökset.....	46
6.5. Jatkotutkimusaiheita.....	46

Lähteet

Liitteet

1. JOHDANTO

Suomessa syntyi vuonna 2011 yhteensä 59 961 lasta. Kuolleena, eli raskausviikon 22 jälkeen, syntyneitä lapsia oli 161 kyseisenä vuonna. Alle vuoden ikäisenä kuoli samana vuonna 142 lasta ja 1-4-vuotiaita ikäryhmässä 39 lasta (Tilastokeskus 2013). Oman lapsen kuoleman on koko perhettä koskettava suuri kriisi, josta selviämiseen perhe tarvitsee mahdollisimman paljon apua ja tukea (Davies 2004). Ammattihenkilöstöltä ja läheisiltä saadun tuen lisäksi vertaistuellalla on tutkimusten mukaan (Cacciatore ym. 2009; Aho ym. 2011; Parviainen ym. 2012) suuri merkitys lapsen kuoleman jälkeisessä selviytymisessä. Ahon ja Savolaisen (2012) mukaan yksi keskeisistä vanhempien selviytymistä edistävästä tekijöistä on vertaistuen saaminen ja antaminen. Ahon (2010) ja Nikkolan ym. (2013) tutkimuksissa vanhemmat kuvaavat vertaistukijoilta saadun emotionaalisen tuen määrä suureksi lapsen kuoleman.

Vertaistuki on samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten vuorovaikutuksellista, vastavuoroista tukea. Vertaistuki perustuu samankaltaisten kokemusten ja tunteiden tasa-arvoiseen jakamiseen. Kuulluksi ja ymmärretyksi tuleminen sekä kohtaamisen kautta saatu tuki liittyvät oleellisesti vertaistukeen. (Dennis 2003; Nylund 2005.)

Lapsen menettäneiden äitien ja isien tarvitsema tuki sekä eri selviytymiskeinojen käyttäminen eroaa niin yksilöllisesti kuin sukupuolenkin mukaan (Aho ym. 2008). Ahon ym. (2008) mukaan tärkeää olisi, että terveydenhuollon ammattilaiset pystyvät mahdollisimman hyvin tukemaan isien yksilöllisiä keinoja selviytyä lapsen kuolemasta. Parviaisen ym. (2012) tutkimuksessa isät kokivat tärkeäksi selviytymiskeinoksi vertaistuen kautta saadun tiedon. Isät toivovat ennen muuta vertaistukea toisilta isiltä (McCreight 2004; Aho 2010; Parviainen ym. 2012). Ahon ym. (2011) tutkimuksessa isät kokivat saavansa vertaisilta enemmän emotionaalista tukea kuin terveydenhuollon henkilöstöltä.

Lapsen kuoleman kokeneiden isien suruun keskittyviä tutkimuksia löytyy vähemmän kuin äitien tai molempien vanhempien suruun liittyviä tutkimuksia. Armstrong (2001), Bibby(2001), Colsen(2001), Wood & Milo(2001), Samuelsson ym.(2001),Kitson(2002), McCreight(2004), Aho ym.(2006), O'Leary & Thorwick(2006), Colon(2008) ja Aho(2010) ovat tutkimuksissaan kuvanneet isien surua lapsen kuoleman jälkeen. Ahon ym.(2008) tutkimuksessa kuvailtiin isien selviytymiskeinoja lapsen kuoleman jälkeen. Lisäksi viime vuosina on tutkittu isien kokemuksia sosiaalisesta tuesta lapsen kuoleman jälkeen (Aho ym. 2009) sekä tarkasteltu isille kehitettyjen tuki-interventioiden vaikuttavuutta (Aho ym. 2011).

Lapsen kuoleman jälkeen isät kamppailevat useiden roolien kanssa tuntien voimattomuutta tukea ja suojella läheisiään. Isät ilmaisevat puolisoilleen halun olla vahvoja ja tahtovat ottaa tukijan roolin perheen sisällä. (Samuelsson ym. 2001; McCreight 2004.) Fletcherin (2002) löysi moninaisia haasteita kohdata perheitä lapsen kuoleman jälkeen. Kuoleman epäluonnollisuus, vanhempien epäonnistumisen tunteet lapsensa suojelijana, tarpeet perheen uudelleenjärjestelystä, tarve mukauttaa rooleja sekä kommunikointiasiat vaativat yhä enemmän huomiota kohdata lapsensa menettäneitä vanhempia. Erlandsson ym. (2011) tutkimuksen mukaan juuri ryhmävertaistuki auttoi vanhempia oman elämänhallintansa vahvistumisessa lapsen kuoleman jälkeen.

Tampereen yliopiston terveystieteiden laitoksella tehdään perhehoitotieteellistä tutkimusta perheiden kohtaamasta surusta ja siitä selviytymisestä. Tämä tutkimus toteutettiin osana laitoksen surututkimusta. Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata isien kokemuksia ryhmävertaistuesta ja sen merkityksestä lapsen kuoleman jälkeen. Aho (2010) on tutkinut isien kokemuksia ja Parviainen ym. (2012) vanhempien kokemuksia yksilövertaistuen näkökulmasta, mutta aikaisempaa tutkimustietoa isien ryhmävertaistuen kokemuksista lapsen kuoleman jälkeen ei juuri löydy. Ahon ym.(2008) toteavat tutkimuksessaan, että terveydenhuoltohenkilöstön tulisi ohjata isiä suru- ja vertaistukiryhmiin ja tätä kautta tukea isien selviytymistä lapsen kuoleman jälkeen.

Tämän tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa isien kokemuksista vertaistukiryhmistä ja niiden merkityksistä lapsen kuoleman jälkeen. Tätä kautta pyritään lisäämään mm. terveydenhuollon henkilöstön ja kolmannen sektorin toimijoiden valmiuksia vastata isien tarpeisiin vertaistukitoimintaa kehitettäessä. Isien kokemusten kautta vertaistukiryhmien ohjaajat pystyvät entistä paremmin ymmärtämään isien kokemuksia ja tulevia tarpeita vertaisryhmätoimintaa kohtaan.

2. TUTKIMUKSEN TEORETTISET LÄHTÖKOHDAT

Tutkimuksen teoreettinen tausta koostuu aiheesta aiemmin julkaistuun tutkimustietoon. Teoreettista taustaa varten tehtiin kirjallisuushaut kotimaisiin ja ulkomaisiin tietokantoihin; TAMCAT, MELINDA, Cinahl, Medic sekä Medline/Ovid. Hakusanoina käytettiin yksittäisiä ja erilaisia yhdistelmiä termeistä; vertaistuki, vertaistukiryhmä, isä, isyys, suru, surusta selviäminen, peer support, social support, peer support group, father, fatherhood, grief, mourning. Haut rajattiin suomen ja englanninkielisiin peer review- artikkeleihin 1990 luvusta eteenpäin. Lisäksi lähteitä löytyi myös käsihaulla.

2.1 Vertaistuki ja vertaistukiryhmät

Vertaistuki voidaan määritellä monella eri tavalla. Vertaistuesta puhuttaessa tarvitaan vähintään kaksi samankaltaisen kokemuksen kokenutta ihmistä jakamaan vuorovaikutteisessa suhteessa kokemuksiaan. Yleisimpiä vertaistuen muotoja ovat kahden ihmisen välillä tapahtuvat keskustelut tai ryhmät (Kinanen 2009). Kansainvälissä kirjallisuudessa ja tutkimuksissa vertaistuesta käytetään käsitteitä peer support ja self-help support. Vertaistuki on elämässä kohdattujen vaikeuksien, kuten menetysten, keskinäistä jakamista (Vuorinen 2002; Korpela 2003; Hyväri 2005; Nylund 2005.)

Vuorinen (2002) määrittelee vertaistuen omaehtoiseksi ja yhteisölliseksi tueksi, sellaisten ihmisten kesken, joita yhdistää jokin kohtalonyhteys. Yhteiskunta määrittelee tietyt elämäntapahtumat poikkeaviksi ja sitä kautta ne edellyttävät enemmän sosiaalista tukea. Vertaistuesta voi tarjoutua apua uuteen vaikeaa elämäntilanteeseen sopeutumiseen ja haltuun ottamiseen. Vertaistuen ydin perustuu ihmisten väliseen arkiseen kohtaamiseen ilman ennakkoon määriteltyjä tittleitä tai rooleja. Ihminen on omien asioidensa ja tunteidensa paras asiantuntija ja vertaistuen kautta voi löytää vahvuutensa ja mahdollisuuden ottaa omat voimavaransa tehokkaammin käyttöön (Hyväri 2005; Kinanen 2009.)

Nylundin (2005) ja Jantusen (2007) mukaan vertaistuella tarkoitetaan samanlaisissa elämäntilanteissa olevien ihmisten halua jakaa omaa kokemuspohjaista tietoaan ja tarjota keskinäistä tukea kunnioittavassa ilmapiirissä. Ahon (2010, 51) isien surua käsittelevässä väitöskirjassa vertaistuki tarkoitti saman kokeneiden vanhempien vastavuoroista tukemista, joka sisälsi yhdessä olon ja yhdessä suremisen ja lapsen menetykseen liittyvien kokemusten jakamisen.

Hyväri (2005) haluaa täsmentää vertaistuen ja vertaistukiryhmän eroa vertaisuuden ja vertaisryhmien käsitteistä. Hänen mukaansa vertaisryhmä on laajempi käsite, joka tarkoittaa myös kaikkia sellaisen vertaistoiminnan muotoja, joissa tuki ja auttaminen eivät ole ryhmässä avainasemassa. Vertaistukiryhmässä sitä vastoin toisen vastavuoroinen auttaminen ja tukeminen eri kriisitilanteista ovat ryhmän keskiössä. Vertaisryhmätoiminnassa samankaltaisessa elämäntilanteessa olevat ihmiset muodostavat ryhmän, tukiverkoston, jossa samoja asioita kokeneet ihmiset haluavat jakaa kokemuksiaan ja tunteitaan saaden sitä kautta tukea toisiltaan. (Nylund 2000; Hyväri 2005.)

Vertaistukiryhmässä toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen, joten ryhmän liittyminen voidaan katsoa olevan omasta halusta tapahtuvaa oma-apua. Toisaalta vertaistukiryhmässä jäsenet ovat usein sekä auttajia että autettavia ja täten voidaan puhua myös keskinäisestä avusta. (Nylund 2000.) Vertaistukiryhmistä onkin käytetty usein myös termejä vertaistoiminta (Laimio & Karnell 2010, 12), itseapuryhmä tai tukiryhmä (Nylund 2005).

Korpelan (2003) mukaan vertaistukiryhmässä ryhmän jäsenet ovat tasa-arvoisessa asemassa niin, ettei ohjeita anneta ylhäältäpäin. Yhteisten kokemusten ja kielen kautta ryhmän jäsenet voivat saavuttaa syvällisen ymmärryksen toisten kokemuksiin ja näin myös auttaa toinen toisiaan. Vertaistuki ja ryhmien toiminta kehittyy osallistujien toiveiden ja tarpeiden mukaan. Malinin (2000) mukaan vertaistukiryhmässä tieto koostuu jokaisen ryhmäläisen henkilökohtaisista kokemuksista. Annettu ja saatu tuki perustuu vastavuoroisuuteen ja usein ryhmän jäsenet kokevat saavansa muilta ryhmäläisiltä jotain sellaista, mitä eivät muualta voisi saada.

Vertaistukiryhmien toimintamuodot määräytyvät niiden lähtökohdista ja mahdollisista taustayhteisöistä käsin. Vertaistukiryhmät voidaan jakaa neljään eri tyyppiin; itsenäisesti toimiviin kansalaisryhmiin, taustajärjestöllisiin ryhmiin, ammattilaisjohtoisin julkisen sektorin ryhmiin sekä näiden kolmen edellä mainitun sekoituksiin. Vertaistukiryhmiä siis perustavat kansalaiset oma-aloitteisesti, erilaiset järjestöt sekä kunnallisella sektorilla toimivat eri alojen ammattihenkilöt. (Nylund 2000.) Karlssonin (2002) mukaan vertaistukiryhmien optimaalisena kokona voidaan pitää 3-8 henkilöä. Yleisestikin ottaen alle kymmenen hengen muodostamia ryhmiä pidetään toimivina.

2.2 Ryhmävertaistuki lapsen kuoleman jälkeen

Ryhmävertaistukeen liittyvää tutkimusta on viime vuosina tehty eri elämän muutosvaiheisiin liittyvistä aiheista mm. lapsen kuolemasta ja siihen liittyvästä surusta sekä siitä selviytymisestä (Côté-Arsenault & Freije 2004; Swartwood ym. 2011.) Lapsen kuoleman kokeneet vanhemmat ovat kuvanneet vaihtelevia kokemuksia (DiMarco ym. 2001; Murphy ym. 2002; Geron ym. 2003; Cacciatore ym. 2009; Erlandsson ym. 2011; Aho ym. 2011) saamastaan ryhmävertaistuesta. Pelkästään lapsen kuoleman kokeneiden isien vertaistukiryhmäkokemuksia käsitteleviä tutkimuksia ei juuri löydy.

Ryhmävertaistuki lapsen kuoleman jälkeen on vanhempien kokemusten mukaan tarjonnut myönteisiä vastavuoroisuuden kokemuksia (Geron ym. 2003, Aho ym. 2009) ja mahdollistanut ainutlaatuisen ymmärryksen saamisen (Kavanauhgh ym. 2004). Reilly-Smorawski ym. (2002) ja Geron ym. (2003) tutkimusten mukaan vertaistukiryhmiin osallistuminen on vähentänyt yksinäisyyden tunnetta ja tarjonnut vanhemmille ajan sekä paikan surun käsittelyyn. Yhteenkuuluvuuden tunne (Geron ym. 2003; Aho 2010) sekä myötätunnon osoittaminen (Cacciatore 2010) nousivat merkitseviksi kokemuksiksi vertaistukiryhmissä.

Vertaistukiryhmässä keskeisessä asemassa ovat puhuminen ja kuunteleminen (DiMarco ym. 2001; Reilly-Smorawski ym. 2002; Kavanaugh ym. 2004; Aho ym. 2009). Puhuminen ryhmässä auttaa tunnistamaan ja ymmärtämään omia tunteitaan sekä jakamaan niitä toisten kanssa (Wood & Milo 2001; Reilly-Smorawski ym. 2002; Geron ym. 2003; McCreight 2004).

Kielteisiksi kokemuksiksi ryhmävertaistuesta on aiemmissa tutkimuksissa noussut tuetta jäämisen tunne (Cacciatore ym. 2009; Erlandsson ym. 2011) sekä ryhmässä tapahtuva vanhemmille mielipahaa aiheuttava vertailu (Reilly-Smorawski ym. 2002; Cacciatore 2011).

2.3 Ryhmävertaistuen hyödyt

Vertaistukiryhmässä tavoitteena on helpottaa selviytymistä ja sopeutumista uuteen elämäntilanteeseen ja sen aiheuttamiin muutoksiin. Muiden ryhmäläisten samankaltaisten kokemusten kautta ryhmän jäsenten keskinäinen ymmärrys lisääntyy sekä sitä kautta kyky samaistua ja kokea empatiaa vahvistuvat. Empatian kautta vahvistuu ihmisen kokemus ja tunne tulla kuulluksi ja aidosti kohdatuksi. (Vilén ym. 2002; Nylund 2005; Kinanen 2009.) Vertaistukiryhmä voi tarjota muodollisen tuen sijaan epämuodollista ja tieteellisyyden sijaan kokemuksellisuuden sekä läheisyyden ja inhimillisyyden tunteita (Nylund 2000; Hyväri 2005).

Tutkimuksissa on todettu perheiden hyötyvän vertaistukiryhmistä, sekä ennen lapsen syntymää että sen jälkeen. Vertaistukiryhmissä vanhemmat saavat toisiltaan hyödyllisiä neuvoja arjessa selviytymiseen. Sosiaalisten suhteiden luominen toisiin vanhempiin ja sen kautta kokemusten jakaminen vahvistaa merkittävästi vanhempien voimavaroja. Vanhempien kokemusten mukaan vertaistuki on tärkeä tuen muoto, jonka tarve on suuri. (Börjesson ym. 2003; Svensson ym. 2006; Deave ym. 2008.)

Vanhemmat ovat kokeneet vertaistukiryhmiin osallistumisen vahvistavan kiintymyssuhdetta kuolleeseen lapseen (McCreight 2004) esimerkiksi muistelemisen avulla (Arnold & Gemma 2008; Aho 2010). Vertaistukiryhmien kautta vanhemmat kokivat keskinäisen kommunikointinsa tulleen avoimemmaksi (Reilly-Smorawski ym. 2002; McCreight 2004).

Isien surua ja siitä selviytymistä lapsen kuoleman jälkeen on monissa tutkimuksissa tarkasteltu yhdessä äidin surun kanssa, jolloin isien osuus tutkittavista on monesti pienempi (DiMarco ym. 2001; Arnold & Gemma 2008; Cacciatore ym. 2008; Wijngaards-deMaij ym. 2008; Erlandsson ym. 2011). Ryhmävertaistuen hyöty lapsen kuoleman jälkeisessä surussa on merkittävä (DiMarco ym. 2001; Reilly-Smorawski ym. 2002; Geron ym. 2003; Arnold & Gemma 2008; Aho ym. 2011). Ahon ym. (2011) tutkimuksessa 27 prosenttia isistä koki, että he olivat saaneet kohtuullista apua vertaisiltaan surusta

selviytymisessä. Vanhempien kokemusten mukaan ryhmävertaistuen avulla he pystyivät paremmin sopeutumaan suruun (Reilly-Smorawski ym. 2002; Geron ym. 2003) ja saivat lohtua (Reilly-Smorawski ym. 2002; Riley ym. 2007) sekä auttoi surun vaikeimpien aikojen yli (Reilly-Smorawski ym. 2002).

Laimio & Karnell (2010) tarkentavat, että emotionaalisen ja tiedollisen tuen lisäksi myös myötätunnon, lohdun ja konkreettisen avun saaminen arjessa selviytymiseen liittyvät vertaistukeen. Vertaistukea voi tapahtua ryhmässä, jossa joukko samankaltaisessa elämäntilanteessa olevia ihmisiä jakaa negatiivisia ja positiivisia elämäkokemuksiaan, saaden tuntea yhteenkuuluvuutta (Wilska-Semer 2005). Aiempien tutkimusten mukaan vertaistuen kautta pystytään vahvistamaan ihmisten osallisuuden, kokemuksellisuuden, voimaantumisen, yhteen kuulumisen ja samankaltaisuuden kokemuksia (Matzat 2002; Hyväri 2005; Munnukka ym. 2005; Nylund 2005; Wilska-Semer 2005; Bouchard ym. 2010).

3. TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on kuvata lapsen kuoleman kokeneiden isien kokemuksia ryhmävertaistuesta ja sen merkityksestä. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa lapsensa menettäneiden isien kokemuksista vertaisryhmistä sekä ryhmävertaistuen merkityksestä surusta selviytymisessä lapsen kuoleman jälkeen.

Tutkimustehtävät olivat:

1. Kuvata lapsen kuoleman kokeneiden isien kokemuksia ryhmävertaistuesta.
2. Kuvata isien kokemuksia ryhmävertaistuen merkityksestä.

4. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

4.1 Tutkimuksen metodiset lähtökohdat

Tämä tutkimus toteutettiin kvalitatiivisena, laadullisena kuvailevana tutkimuksena. Laadullisen tutkimusotteen valintaa puoltaa se, että laadullisen tutkimusotteen kautta pyritään ihmisläheisyyteen ja saamaan mahdollisimman käyttökelpoisia kuvaavaa ja syvällistä ymmärrystä tuottavaa tietoa (Silverman 2000; Kylmä & Juvakka 2007). Tämän tutkimuksen kiinnostuksen kohteena olivat lapsen kuoleman kokeneiden isien kokemukset saamastaan ryhmävertaistuesta. Tuomi & Sarajärven (2009) mukaan laadullinen tutkimusote on perusteltua, kun tutkitaan inhimillisten arvojen sävyttämiä ilmiöitä. Laadullisella tutkimusotteella kuvataan tässä tutkimuksessa isien kokemuksia saamastaan vertaistuesta. Aiheesta on vähän aiempaa tutkimusta ja sen vuoksi niiden kuvaaminen aineistolähtöisesti on tärkeää.

4.2 Tutkimuksen vastaajat

Tutkimuksen osallistujat valittiin tarkoituksenmukaisuuden perusteella, niin että henkilöillä oli kokemus tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä (Kylmä & Juvakka 2007). Tutkimukseen osallistuvilla isillä piti olla kokemusta sururyhmien vertaistuesta. Tähän tutkimukseen osallistui viisi (n=5) isää, jotka olivat menettäneet syntymättömän tai alle kaksi vuotiaan lapsen ja olivat osallistuneet lapsen kuoleman jälkeen vertaistukiryhmiin. Nuorin isistä oli 31 vuotta ja vanhin 41 vuotta, isien keski-ikä oli 36 vuotta. Avioliitossa heistä oli kolme isää ja avoliitossa kaksi isää. Isien koulutustaso vaihteli ammattikursseja käyneistä akateemisen loppututkinnon suorittaneiden välillä. Kaikki tutkimukseen osallistuvat olivat työssä kodin ulkopuolella, neljä heistä kokopäivätyössä. Neljä isistä kuului luterilaiseen kirkkoon ja yksi isä ei kuulunut minkäänlaiseen uskonnolliseen yhteisöön.

Kaikki isät olivat olleet kuolleen lapsen biologisia isiä. Kaikilta viideltä tutkimukseen osallistuneelta isältä oli kuollut yksi lapsi, kuolleista lapsista kolme oli tyttöjä ja kaksi poikaa. Lasten kuoliniät vaihtelivat 24+6 raskausviikon ja 1 vuoden 2kk välillä. Lapsen kuolemasta kulunut aika isien sururyhmään osallistuessa vaihteli 2 kuukaudesta viiteen vuoteen yhteen kuukauteen asti. Kolmella isistä oli muitakin lapsia.

4.3 Aineiston keruu

Tämän tutkimuksen aineisto kerättiin elektronisella lomakkeella, joka sisälsi sekä monivalinta- että avoimia kysymyksiä. E-lomake sisälsi isiin ja kuolleeseen lapseen liittyviä taustatietoja sekä viisi avointa kysymystä. Avoimissa kysymyksissä isiä pyydettiin kuvailemaan kokemuksiaan ryhmässä saamastaan ja toivomastaan vertaistuesta sekä kokemistaan hyödyistä ja haitoista. E-lomakkeessa kysyttiin myös siihen vastanneiden isien halukkuus osallistua kasvokkain tapahtuvaan yksilö teemahaastatteluun. E-lomake lähetettiin kevään 2012 aikana ja haastattelut toteutettiin kesäkuussa 2012. Ennen teemahaastatteluita e-lomakkeilla saadut vastaukset analysoitiin alustavasti ja niiden pohjalta tutkija suunnitteli teemahaastattelun teemat.

Haastattelumenetelmäksi valittiin teemahaastattelu, jossa tutkija oli e-lomakkeen vastausten pohjalta luonut rungon teema-alueista (Liite 1.), mutta kysymysten tarkka muoto ja järjestys vaihtelivat. Hirsjärvi ym. (2010, 205-209) sekä Eskolan & Vastamäen (2001, 26-27) mukaan teemahaastattelussa aihepiirit, teema-alueet määritetään etukäteen, mutta kysymysten tarkka muoto ja järjestys puuttuu. Tässä tutkimuksessa haluttiin teemahaastattelun avulla, jättämään mahdollisimman paljon tilaa vastaajien itse määrittellä ja kertoa itselleen tärkeistä kokemuksista.

Tutkija toteutti kaikki haastattelut itse kolmena erillisenä päivänä kesäkuussa 2012. Haastattelijalla oli ensin sähköpostilla ja puhelimitse yhteydessä isiin. Haastattelujen ajankohdat sovittiin vastaajien toivomina ajankohtina ja ne toteutettiin jokaisen vastaajan kanssa erikseen sovituissa paikoissa.

Yhteen haastatteluun kului aikaan keskimäärin tunti. Haastatteluiden aluksi tutkija kertoi vielä lyhyesti sekä tutkimuksen että haastattelun taustasta ja tarkoituksesta (Kylmä & Juvakka 2007). Haastattelijalla pyysi vielä sanallisen luvan nauhoittaa haastattelun sanelukoneella. Vastaajat suhtautuivat luontevasti nauhurin nauhoitukseen, eikä se vaikuttanut heidän käyttäytymiseen. Haastattelujen nauhoitus onnistui teknisesti hyvin ja haastattelutilanteen sujuivat rauhallisesti.

Kaikki haastattelut nauhoitettiin sanelukoneella. Ruusuvuori & Tiittulan (2005) mukaan tutkimushaastatteluiden nauhoitus on välttämätöntä aineiston yksityiskohtaiseksi tallentamiseksi. Nauhoittaminen mahdollistaa sen, että tutkija voi myöhemmin palata takaisin haastattelutilanteeseen ja tulkita puheen vivahteita, epäröintiä sekä haastattelutilanteen tarkennuksia. Nauhoittamalla haastattelut pystytään lisäksi parantamaan tutkimuksen luotettavuutta sekä tarkentaa raportointia (Ruusuvuori & Tiittula 2005, 14-15).

4.4 Aineiston analyysi

Tutkimuksen aineiston analyysi toteutettiin induktiivista sisällönanalyysia käyttäen, jossa aineistosta nousevat havainnot ohjaavat luokittelua. Induktiivinen sisällönanalyysi on laadullisessa hoitotieteellisessä tutkimuksessa yleisesti käytetty menetelmä, jonka kautta pyritään kuvaamaan tutkittavaa ilmiötä käsitteellisessä muodossa. Aineistolähtöinen sisällön analyysi jaetaan kolmivaiheiseksi prosessiksi, johon sisältää aineiston redusoinnin eli pelkistämisen, aineiston klusteroinnin eli ryhmittelyn sekä aineiston abstrahoinnin eli teoreettisten käsitteiden luomisen kuvattavana olevasta ilmiöstä (Tuomi & Sarajärvi 2009; Kylmä & Juvakka 2007).

Analyysin tavoitteena oli tuottaa selkeä kuvaus kahteen tutkimustehtävään. Tutkija luki haastattelut huolellisesti useita kertoja etsien merkityksellisiä ilmaisuja tutkimustehtäviin. Elo & Kyngäs (2008) sekä Janhonen & Nikkonen (2001, 21–30) mukaan sisällön analyysissa tutkija määrittää merkitykselliset ilmaukset, jotka vastaavat tutkimuskysymykseen ja pyrkii löytämään aineistosta samankaltaisuudet ja erilaisuudet. Tutkija oli kiinnostunut aineistossa ilmenevistä merkityksistä, seurauksista ja ilmiöiden välisistä yhteyksistä. Samaa tarkoittavista käsitteistä muodostettiin luokkia, joiden oli oltava yksiselitteisiä ja toisensa poissulkevia. Tavoitteena oli analyysin avulla kuvata ja ymmärtää ilmiötä. (Janhonen & Nikkonen 2001; Elo & Kyngäs 2008.)

Tutkija etsi aluksi haastatteluaineistosta merkityksellisiä ilmauksia, jotka kuvasivat tutkimustehtäviä. Ensin e-lomakkeen tuottamista vastauksista tehtiin alustavaa analyysia teemojen hahmottamiseksi. Tämän jälkeen haastatteluiden kautta saadut vastaukset käsiteltiin vielä erillään. Merkitykselliset ilmaisut koodattiin kirjaimilla sekä numeroilla, jotta tutkija pystyi seuraamaan koko analyysin ajan, mistä haastattelusta ilmaisu on otettu. Tämän jälkeen ilmaisut pelkistettiin tieteellisempään muotoon. Tässä vaiheessa e-lomakkeella ja haastatteluiden kautta saadun pelkistetyt ilmaisut yhdistettiin ja pelkistyyksiä kertyi yhteensä 484 kappaletta. Pelkistyyksiä vertailtiin ja samaa tarkoittavat pelkistykset yhdistettiin. Tämän jälkeen samankaltaisten pelkistykset ryhmiteltiin samaan alaluokkaan ja samankaltaisia sisältöjä kuvaavat alaluokat yhdistettiin yläluokiksi, jotka vastasivat tutkimustehtäviä. Pelkistämisen, ryhmittelyn ja abstrahoinnin avulla saatiin vastauksia tutkimuksen tarkoitukseen ja tutkimustehtäviin (Kylmä & Juvakka 2007, 119). Analyysin etenemistä kuvataan taulukoissa 1 ja 2. Tutkimuksen tulosten yhteydessä esitetään autenttisia lausumia haastatteluista ja tätä kautta lisäämään tulosten luotettavuutta.

Merkityksellinen ilmaisu	Pelkistys
<p>"Ihan niin ku jaetaan siellä tosi avoimesti kokemuksia. Ja joku sitten sanoo, että hänellä taas on ollut ihan toisinpäin joku homma, että hänellä se ei ollut yhtään hyvä..."</p>	<p>kokemusten avoin jakaminen</p>
<p>"...apua itselleen sitten myös, kun tossa toipumisessa ja vastaavassa..."</p>	<p>avun saanti toipumiseen</p>
<p>"...et kyl se sitten, kun on vähän pidempään ryhmässä ja puhutaan elämästä, niin kyl niit sitten tulee niitä yhtymäkohtia yleensä niin ku aika paljonkin sitten."</p>	<p>yhtymäkohtien löytyminen omaan tilanteeseen</p>
<p>"...sit kun on silleä niin kun samanlaisia tuntemuksia, tunteita, täämösiä näin niin tota, sekin auttaa just, että näkee et täysin hullua kun toikin on täysin samanlaista tehnyt ja sit jos se on jossain ihan erilaisessa niin voi ruveta vertailemaan että mulla oli täämöstä ja mulla oli ihan muuta. Niin tota."</p>	<p>samanlaisten tunteiden kuuleminen mahdollisuus asioiden vertailemiseen</p>

Taulukko 1. Esimerkki merkityksellisten ilmaisuiden pelkistämisestä

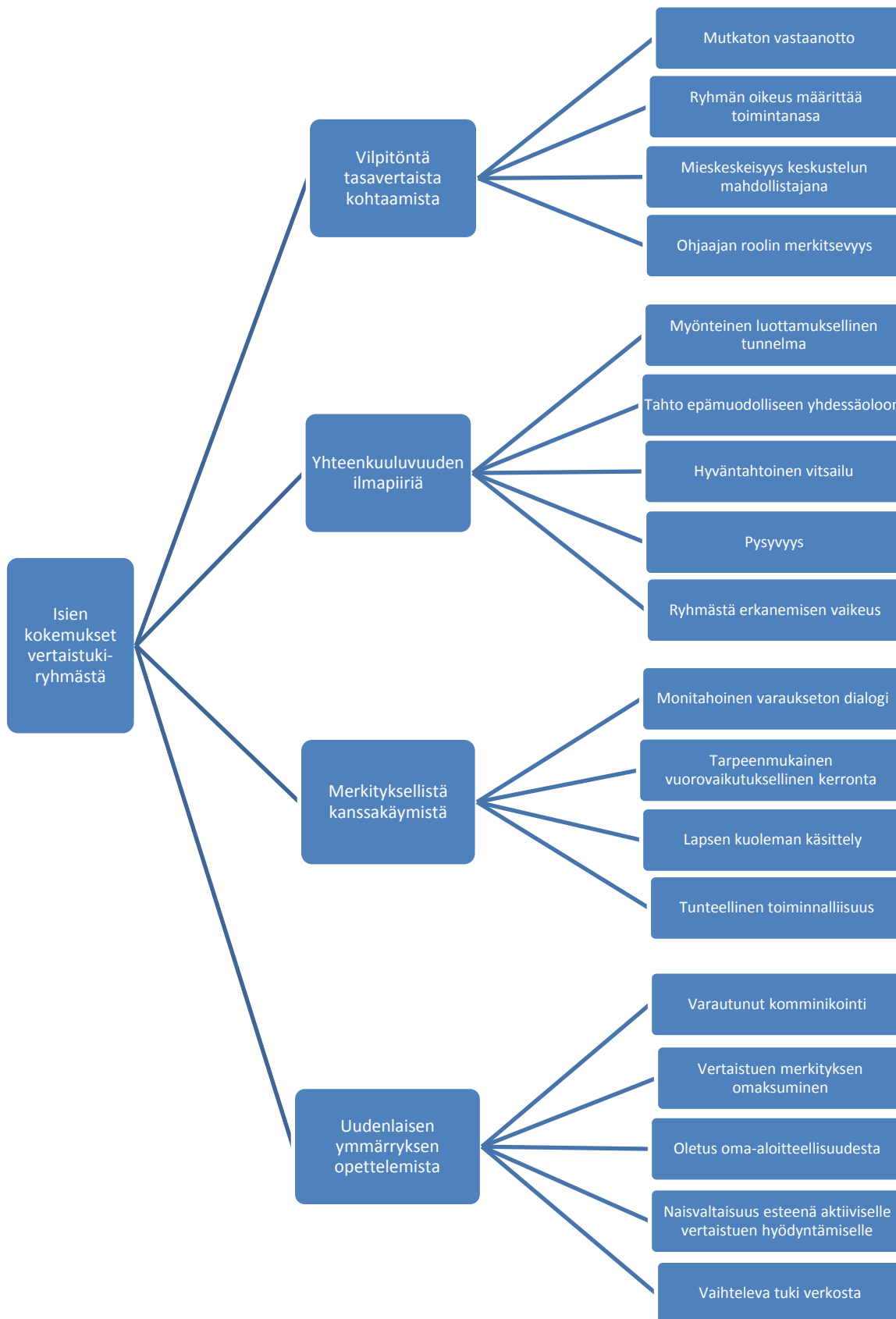
Pelkistys	Alaluokka
<p>oman tarinan kertominen tapahtumista kertominen omasta tilanteesta kertominen muiden tarinoiden kuuleminen muiden kannustaminen muiden ajattelevinen</p>	<p>TARPEENMUKAINEN VUOROVAIKUTUKSELLINEN KERRONTA</p>
<p>käytännön neuvojen saaminen tulevista muutoksista tiedon saaminen konkreettinen apu toisen kuvaavista sanoista erilaisten näkökantojen kuuleminen eriävistä kokemuksista oppiminen tarinoista oppiminen selviytymisessä spontaaneiden vastausten saaminen apua kuoleman kertomisesta lapsen sisaruksille</p>	<p>OPASTAVA INFORMAATIO</p>
<p>ymmärryksen saaminen ymmärryksen lisääntyminen mahdollisesti asioiden vertailemisen samanlaisten tunteiden kuuleminen samanlaisten asioiden kuuleminen samanlaisten kertomusten kuuleminen samanlaisten elämäntilanteiden peilaaminen samanlaisista kuolintapauksista vahvistuminen muutoksista kuuleminen kannustus kokeilla erilaisia asioita ei samaistuminen</p>	<p>VERTAISPEILAAMINEN</p>
<p>olon normaaliuden peilaaminen tunteiden normaaliksi kokeminen perspektiivin saamisen käsittelyyn tilanteen normalisointi</p>	<p>NORMAALIUDEN TUNNISTAMINEN</p>

Taulukko 2. Esimerkki aineiston luokittelusta

5. TUTKIMUKSEN TULOKSET

5.1 Isien kokemukset vertaistukiryhmästä

Isien kokemusten mukaan ryhmävertaistuki oli **vilpitöntä tasavertaista kohtaamista, yhteenkuuluvuuden ilmapiiriä, merkityksellistä kanssakäymistä ja uudenlaisen ymmärryksen opettelemista** (Kuvio 1).



Kuvio 1. Isien kokemukset vertaistukiryhmästä.

5.1.1 Vilpitöntä tasavertaista kohtaamista

Isien kokemusten mukaan vertaistukiryhmä oli vilpitöntä tasavertaista kohtaamista, joka muodostui **mutkattomasta vastaanotosta, ryhmän oikeudesta määrittää toimintansa, mieskeskeisyydestä keskustelun mahdollistajana sekä ohjaajan roolin merkitsevyydestä** (Kuvio 2).

Mutkaton vastaanotto oli vastaanottavaisuutta uusia kohtaan, mikä ilmeni isien kiinnostuksena uusia ryhmäläisiä kohtaan ja tunteena, että ryhmään oli helppo mennä. Muiden ryhmäläisten *halukkuus vastata kysymyksiin* koettiin isien keskuudessa ryhmään kiinnittymistä helpottavana tekijänä. *Toiveiden läpikäynti* oli isien kokemusten mukaan tärkeä osa uuteen ryhmään tullessa ja sen kautta syntyi tunne, että oli tervetullut ryhmään. *Lähestymisen luontevuus ja avoimuus* helpottivat jännitystä uudesta ryhmästä ja sen kautta halukkuus jatkaa ryhmässä käyntejä vahvistui.

"...siellä otetaan kyllä erittäin hyvin vastaan..."

"Sinne on ihan hyvä mennä, siis, siellä on kaikilla ihan hyvä fiilis, jos nyt sillä tavalla voi tommosta ryhmästä sanoa."

"...he tiesivät mitä on tapahtunut näin, et se oli just niin luontevaa. Et se meni ihan niin ku päinvastoin ja niin kun odotettiin."

Ryhmän oikeus määrittää toimintansa koostui oikeudesta valita jäsenet sekä yhteisesti luoduista säännöistä ja vaitiolovelvollisuudesta. Oikeus valita jäsenet oli isien mahdollisuutta mm. rajata ryhmään otettavien määrää. Isien kokemuksissa nousi tärkeäksi myös se, että kaikki ryhmäläiset antoivat hyväksynnän mahdollisen uuden jäsenen ottamiselle ryhmään. Isät kokivat, että kukaan ei sanellut ryhmässä noudatettavia sääntöjä vaan *yhteisesti luotujen sääntöjen ja vaitiolovelvollisuuden* kautta ryhmä toimi demokraattisesti. Isät pystyivät luottamaan siihen, että ryhmässä oli turvallista ja riittävästi aikaa puhua.

"...haluttiin myös rajata pois nää tämmötet niin ku kohtukuolemat ja muut missä isällä ei ollu oikeastaan mitään kosketusta siihen. Toki se aiheutti vähän närää tuolla noin, että kun joku rupee järjestää jotain..."

"Me ollaan myös se sillain rajattu, et ollaan puhuttu, että kaikille pitää olla sitä aikaa riittävästi. Et ei oo sillä tavalla, että neljä puhuu puoltoista tuntia ja neljälle jää sit puolituntia..."

Mieskeskeisyys keskustelun mahdollistajana oli isien kokemusten mukaan *mahdollisuutta keskustella ilman puolisoita*. Isät kokivat tärkeänä, että ryhmässä pääsi puhumaan asioista, joista ei välttämättä halunnut tai uskaltanut puhua puolison kanssa. Ryhmässä oli mahdollisuus puhua myös

asioista, jotka puoliossa ärsytti. *Mahdollisuus miesten keskinäiseen keskusteluun* loi puitteet sille, että isät aktivoituivat ja nostivat vapautuneemmin esille asioitaan. *Stereotyyppisten mieskuvien puuttuminen* oli kokemus siitä, ettei isien esiin nostamia ajatuksia väheksytty tai arvosteltu ryhmässä.

”Se on aina tota, kun puhutaan ilman puolisoa, niin pystyy puhumaan vapaammin siitä, että mua on ärsyttänyt siinä, kun se on tehnyt jotain ja tämmöstä... ja sitä on ärsyttänyt, kun mä olen tehnyt jotain toisella tavalla ja ja jossain on pitänyt purra hammasta, ettei sano pahasti tai muuta tämmöstä”

”...tietenkin, että miehet tietysti keskenään juttelevat hieman toisella tavalla, tietenkin, jos vaikka niinku kävyn ryhmässä missä vaimokin mukana...”

”...ei oo semmosta, että kaikki äijät on tommosia. Et se on tavallaan, että sie ei tuu semmosta väheksyntää, semmosta yleistystä tai muuta tämmöstä.”

Ohjaajan roolin merkitsevyys sisälsi kannustamisen, keskustelun eteenpäin viemisen ja toiminnan luontevuuden. Isien kokemusten mukaan ryhmän ohjaaja osasi kannustaa hiljaisempiakin keskustelemaan ja otti kaikki tasavertaisesti huomioon. Ohjaaja toimi myös luontevasti ja vei ajoittain paikoillaan junnannutta keskustelua jouhevasti eteenpäin.

”Kyllä tää ohjaaja osaa kyllä hyvin sitten sanoo, et se huomaa, et minä ja yks toinen ollaan enemmän äänessä niin sit se alkaa ohjaan sitä näihin muihin...”

”...tommonen ryhmä on, että on vapaaehtosia vetäjiä ja näin niin onhan toi ihan älyttömän hyvä. Älyttömän hyvä homma tommonen.”

”...sitten se keskustelu niin ku soljuu, että sitten jos on, tulee semmonen kohta, että keskustelu jämähtää niin mahdollisesti sitten ohjaajat, sitten se kysyy ihan nimellä näin, että mites teillä joku tämmönen homma ja näin. Sitten se taas purkautuu siitä ja alkaa usein soljua. Että toiminta on ihan heillä semmosta luontevaa ollu.”



Kuvio 2. Vilpitöntä tasavertaista kohtaamista

5.1.2 Yhteenkuuluvuuden ilmapiiriä

Isien kokemusten mukaan vertaistukiryhmä oli yhteenkuuluvuuden ilmapiiriä, joka koostui **myönteisestä luottamuksellisesta tunnelmasta, tahdosta epämuodolliseen yhdessäoloon, hyväntahtoisesta vitsailusta, pysyvyydestä ja ryhmästä erkanemisen vaikeudesta** (Kuvio 3).

Myönteinen luottamuksellinen tunnelma oli ilmapiirin vapaana kokemista niin, että ryhmässä oli kaikilla hyvä olla. Isät kokivat käynnit *positiivisena* eikä isien kokemuksissa noussut pahaa sanottavaa ryhmässä käynneistä. Ryhmä koettiin paikkana jossa oli *hyvä tunnelma*. Ryhmä kuvattiin miellyttäväksi paikaksi, jossa miehet keskustelivat keskenään ilman *ahdistavaa oloa*. *Välitön luottamuksen kokeminen* ja *tiivis yhteisöllisyys* nousivat vahvasti esiin isien kokemuksissa.

"...se ei tuota semmosta, että siellä olis paha olla tai ahdistaa liikaa tai muuta."

"Ainakin luottamus on niin kun se oli niin ku heti, että pystyy luottamaan kuitenkin, että tuskin sinne kukaan huijaamaan tulee tai koittaa tehdä pahaa siellä..."

"Se on tavallaan se tosi tiivis yhteisöllisyys siinä, jos nyt näin voi tommosta ryhmästä sanoa."

Tahto epämuodolliseen yhdessäoloon sisälsi halun ilman ohjausta tapahtuvaan yhdessäoloon ja ajatuksen yhteisestä tekemisestä ryhmän ulkopuolella. Isät olivat mm. ideoineet toteuttavansa yhteisen saunaillan tai luontoretken.

"Et alun perin ollut itellä semmonen, et olis toivonut vaan ryhmää missä miehet tapaa epämuodollisesti, käy vaikka sitten pelaan biljardia tai keilaamassa tai menee vaan johonkin mettään tai muuta tämmöstä näin, mutta se on vielä vähän kehittyneempi semmonen..."

"...oli just ideana, että pidettäis jotain saunailtaa tai vastaavaa sitten vähän epämuodollistakin.... tilaisuutta sitten syksyllä..."

Hyväntahtoinen vitsailu oli mahdollisuutta nauraa vaikeille asioille, vaikka ryhmässä käsiteltiin vaikeita asioita. Kokemuksista nousi esiin, ettei ryhmässä olo ollut kuitenkaan koko aikaa haudan vakavaa vaan ryhmään kuului myös *huumoria luonnollisena asiana*. Isien kokemusten mukaan huumori ryhmässä oli tahdikasta ja toiset huomioonottavaa.

"Ei se oo sellasta haudanvakavaa koko aikaa, et kyl siel on niin ku monta asiaa jolle pystyy nauraankin."

"...kyllä se kuuluu asiaan(huumori) niin kun että ja tulee ihan luonnollisesti, että välillä pitää olla pilke silmäkulmassa keskustellaan asioista."

"...sitä mustaa huumoria mitä siellä tulee, mutta no.... onhan se aika vakava tilanne sitten se keskustelu siinä."

Pysyvyys oli ryhmän yhtenäisenä pysymistä ja sen koettiin vahvistavan ryhmäläisten yhteenkuuluvuuden tunnetta ja helpottavan asioiden läpikäyntiä. *Pieni vaihtuvuus ja hyvä jatkuvuus* koettiin mielekkyyttä lisäävinä ja ryhmän etenemisen kannalta oleellisina tekijöinä.

"Me haluttiin semmonen ryhmä, jossa on mahdollisimman paljon pysyvyyttä, ettei joka ikinen kerta tartte käydä sitä samaa kierrosta ympäri..."

"...pysyy aika yhtenäisenä, ensimmäisen vuoden aikana kaikki oli koko ajan ja nyt yks on jättäytynyt pois mutta yks on tullut lisää."

"Se on kans hyvä tossa, et kun se vaan jatkuu ja jatkuu..."

Ryhmästä erkanemisen vaikeus oli kaipausta ryhmään, epäuskoa selviämiseen ilman ryhmää ja yksinäistä oloa ilman ryhmää. Isät kuvasivat kokemuksissaan, että ryhmässä pohdittiin yhdessä myös kuinka pitkään ryhmä jatkuisi ja miten sitä kehitettäisiin. Isien kokemuksissa nousi esille niin kaipausta ryhmään kuin myös jo halua irrottautua ryhmästä. Uskoa löytyi myös siihen, että ryhmän toiminta jatkuu jossain muodossa.

"...ehkä kaipaakin sitä. Ainakin tällä hetkellä."

"...nyt sitten jäämässä pois, että hän on se vuoden käynyt siellä ja kokee, että nytten on sitten aika jatkaa omillaan tavallaan..."

"Emmä usko, että siitä selviäis muuten, et se on tavallaan osa sitä prosessia. Joskus pitää saada vastapainoa."

YHTEENKUULUVUUDEN ILMAPIIRIÄ

Myönteinen luottamuksellinen tunnelma

- ilmapiirin vapaana kokeminen
- käyntien positiivisena kokeminen
- tunnelman hyvyys
- ahdistavan olon puuttuminen
- välitön luottamuksen kokeminen
- tiivis yhteisöllisyys

Tahto epämuodolliseen yhdessäoloon

- halun ilman ohjausta tapahtuvaan yhdessäoloon
- ajatuksen yhteisestä tekemisestä ryhmän ulkopuolella

Hyväntahtoinen vitsailu

- mahdollisuus nauraa vaikeille asioille
- huumori luonnollisena asiana

Pysyvyys

- ryhmän yhtenäisenä pysyminen
- pieni vaihtuvuus
- hyvä jatkuvuus

Ryhmästä erkanemisen vaikeus

- kaipaus ryhmään
- epäusko selviämiseen ilman ryhmää
- yksinäinen olo ilman ryhmää

Kuvio 3. Yhteenkuuluvuuden ilmapiiriä

5.1.3 Merkityksellistä kanssakäymistä

Isien kokemusten mukaan vertaistukiryhmä oli merkityksellistä kanssakäymistä, joka muodostui **monitahoisesta varauksettomasta dialogista, tarpeenmukaisesta vuorovaikutuksellisesta kerronnasta, lapsen kuoleman käsittelystä ja tunteellisesta toiminnallisuudesta** (Kuvio 4).

Monitahoinen varaukseton dialogi oli vapaata keskustelemista mieltä askarruttavista asioista ja se koettiin ensisijaiseksi työskentelymuodoksi ryhmässä. Isät kokivat tärkeäksi, että he pystyivät puhumaan mieltä painavista asioista ja saivat purkaa tuntojaan. Isien kokemusten mukaan ryhmässä käytiin myös keskustelua jokaisen näkemyksistä kunnioittavassa ja kannustavassa hengessä. Keskustelu selviytymisestä tai muutostarpeesta koettiin antoisana vuorovaikutuksellisenä jakamisena. Toisten esimerkkien ja kertomusten kuuleminen antoi perspektiiviä omaan ajatteluun ja lisäsi sitä kautta ymmärrystä omasta tilanteesta. Kuulumisien vaihtaminen oli vapaampaa mahdollisuutta vaihtaa ajatuksia sen hetken tilanteesta. Isät arvostivat suuresti myös mahdollisuutta avoimesti kertoa haluamansa niin, ettei heitä painostettu puhumaan. Merkityksellistä oli myös oikeus hiljaa olemiseen.

"...kyllä se on pääosin keskittynyt siihen vapaaseen keskusteluun, että on ihan puhuttu, että jos jollain on mielen päällä jotain on voinut puhua siitä."

"Et kyl ne yleensä sitten, että keskusteltiin ihan tän hetken tilanteesta, että miten kukin niin ku pärjäilee."

"...ei siä silleen pakotettaisiin puhumaan, mut kyllä ne sitten jotka siä on käyny, et kun oli uusikin tulokas, niin kyllä ne sitten saa puheenvuoron. Et kyllä saa puhua ihan riittävästi koko ajan."

"Pystyy puhumaan vapaasti ja kuunnellaan toisien kokemuksia."

Tarpeenmukainen vuorovaikutuksellinen kerronta oli oman tarinan kertomista, jonka kautta isät hahmottivat kokonaisvaltaisesti niin itselle kuin muillekin niitä taustoja, jonka vuoksi ryhmään oli tultu. Alkuun tarve kertoa oma tarina oli pidempi, mutta käyntikertojen myötä tarve pieneni. Tapahtumista ja omasta tilanteesta kertomisten kautta isät puolestaan pystyivät yksityiskohtaisemmin palauttamaan mieleen ja käsittelemään niitä asioita, jotka kokivat merkityksellisimmiksi oman tarinan osiksi. Muiden tarinoiden kuulemisesta isät kokivat saaneensa uutta näkökulmaa omaan tilanteeseen ja myötätuntoa muiden kannustamiseen. Muiden ajatteleminen oli pohdintaa siitä, miten oman tarinan kerronta hyödynsi muita.

"...jos on vaan kerrottavaa niin kyllä varmasti saa kertoa siellä ja purkaa tuntojaan, että näin. Siitä ei kyllä ollu epäilystä, että jos olis ollut jotain mistä olis halunnu puhua niin kyllä ehdottomasti olis onnistunut."

"...siinä mieltii, että noilla on tosiaan tollanen ja se on aika lähellä meitä ja noistahan vois silleen kans saada apua ja vinkkiä."

"...oma tarina niille kerrottavana, mutta en mä usko..... no voihan joku tietysti saada, että tossahan on vähän samanlainen tarina noin..."

"...siinä peilaa tavallaan itteensä ja toisaalta mieltiin miten niitä ihmisiä vois kannustaa."

Lapsen kuoleman käsittely sisälsi kuoleman puheeksi ottamista, kuoleman läpikäyntiä ja muista lapsista keskustelua. Isät kokivat, että ryhmässä lapsen kuoleman puheeksi ottaminen oli luonnollista ja turvallista. Kuolemaa oli mahdollista läpikäydä oman aikataulun mukaan ja ryhmäläisten ymmärrys tapahtumasta helpotti läpikäyntiä. Tärkeäksi isät kokivat myös sen, että ryhmässä keskusteltiin myös muista lapsista ja saivat esimerkkejä siitä, miten sisarusten kanssa voi keskustella kuolemasta.

"...tää tämmönen akuuttivaihe on hyvinkin jo takana. Ja se on jokainen kohta mitä siinä on käynyt, niin on käyty jo läpi ja nyt on silleen vaan hyvä päästä puhumaan."

"...siinä vaiheessa kun tarvittiin neuvoa ja juteltiin, että miten kertoo pienelle lapselle, että pikkuveli on menehtynyt. Sellasta, että joku oli kertonut sen enkelitarinan ja joku oli sanonut jotain muuta ja toinen toisenlaista ja siellä sit katottiin, että mikä se on se paras tapa."

Tunteellinen toiminnallisuus sisälsi lasten haudoilla käymisen ja yhdessä tekemisen. Isät kokivat hyvänä vaihteluna keskustelulle konkreettisen tekemisen, joka mahdollisti lapsen muistelemisen. Lasten haudoilla käynti koettiin arvokkaana eleenä ja muiden ryhmäläisten lasten kunnioittamisena. Yhdessä tekeminen oli askartelua mm. vahakynntilöiden tekemistä.

"...sit me ollaan kierretty noi haudat, et tällain näin. Et sellanen toiminnallisuus."

"Yks kerta oli kyllä semmonen, että tehtiin jouluks kynntilöitä, semmosia vahakynntilöitä..."

MERKITYKSELLISTÄ KANSSAKÄYMISTÄ

Monitahoinen varaukseton dialogi

- vapaa keskusteleminen mieltä askarruttavista asioista
- keskustelua jokaisen näkemyksistä
- keskustelua selviytymisestä
- keskustelua muutostarpeesta
- kuulumisien vaihtamista
- mahdollisuutta avoimesti kertoa haluamansa
- hiljaa olemista

Tarpeenmukainen vuorovaikutuksellinen kerronta

- oman tarinan kertominen
- tapahtumista kertominen
- omasta tilanteesta kertominen
- muiden tarinoiden kuuleminen
- muiden kannustaminen
- muiden ajatteleminen

Lapsen kuoleman käsittely

- kuoleman puheeksi ottaminen
- kuoleman läpikäynti
- muista lapsista keskustelu

Tunteellinen toiminnallisuus

- lasten haudoilla käyminen
- yhdessä tekeminen

Kuvio 4. Merkityksellistä kanssakäymistä

5.1.4 Uudenlaisen ymmärryksen opettelemista

Isien kokemusten mukaan vertaistukiryhmä oli uudenlaisen ymmärryksen opettelemista, joka muodostui *varautuneesta kommunikoinnista, vertaistuen merkityksen omaksumisesta, oletuksesta oma-aloitteellisuuteen, naisvaltaisuudesta esteenä aktiivisille vertaistuen hyödyntämiselle sekä vaihtelevasta tuesta verkosta* (Kuvio 5).

Varautunut kommunikointi ilmeni osallistumisen jännittämisenä varsinkin ensimmäisillä tapaamiskerroilla. Isät kuvasivat, että uusien ihmisten tapaaminen ja se, miten ryhmään hyväksyttiin, aiheutti jännitystä. *Puhuminen* uudelle ryhmälle koettiin *hankalaksi* ja ensimmäiset tapaamiskerrat saattoivat olla vai muiden kuuntelemista. Isät kokivat myös olleensa *harkitsevia sanomisissaan* ja kokivat tiettyä *asetelmien varovaisuutta*, koska ei vahingossakaan haluttu loukata muita ryhmäläisiä. Kokemuksissa nousi esiin myös *etäisyyden pitämistä muihin*, koska ryhmäläisiä ei koettu tarpeeksi läheisiksi ja tiedettiin ryhmän rajallinen kesto.

"Tietysti ensimmäinen kerta oli tietysti pahin, kun oli kulunu niin vähän aikaa siitä, oli silleen niin kun vähän sumussa..."

"Kyl siinä alussa oli ehkä vähän kakistelua ja tämmöstä näin kun taas uudelle ryhmälle kerto sitä ja rupes palauttaan mieleen kaikkee niit kaikkia tapahtumia ja näin..."

"...vähän tunnustelee, et mitä tolle pystyy sanomaan..."

"...kyllä siellä on kaikki aika silkkihansikkain."

"...jos ehkä useimmin olis käynny tai jatkais käyntejä niin kyllähän sille sitten tulis varmaan semmonen, että kyllä mää ainakin pidän tietyn etäisyyden kummiskin vaikka on tommonenkin..."

Vertaistuen merkityksen omaksuminen oli kokemusta siitä, kuinka *vaikeaa* miehille on lähteä mukaan vertaistukiryhmiin. Isien kokemusten mukaan miehille suunnatuista ryhmistä oltiin kiinnostuneita, mutta ryhmää käynnistettäessä ei isiä saatu mukaan. *Ryhmässä olemisen ja asioiden käsittelyn opetteluun* kului isien kokemusten mukaan jonkin aikaa. Ryhmän kautta isät *oppivat asioiden käsittelyn* ja kokivat, että pystyivät sitä kautta jäsentämään tunteitaan ja ajatuksiaan entistä paremmin. *Vertaistuki* nähtiin arvokkaana *ammattiavun täydentäjänä* niin, ettei se voinut korvata ammattiapua vaan oli hyvä lisätuki ammattiavun ohessa. Omien hyvien vertaistukikokemusten kautta isillä nousi kiinnostus *tukihenkilöksi hakeutumisesta*.

"...et miehet ei vaan hirveen helposti noihin lähde ja niin tota..."

"Kyllähän se meikäläinen on luonteeltaan semmonen aika tarkkaileva ennen kun osallistuu mihinkään keskusteluun, että kyllähän meilläkin meni pari ensimmäistä kertaa ihan kuunnellessa muita ja se oli ihan hyvä."

"...ryhmä on niin ku auttanut osaltaan, mutta ehkä enemmän on auttanut sitten tämmönen ammattiapu ehkä sitten. Et se ei voi täysin korvata sitä ammattiauttajaa sitten mikä tekee työkseen sitä."

"...hakeutu tohon tukihenkilökoulutukseen, niin sitäkin kautta pyrkii vaikuttamaan kun pääsee auttamaan jotain, niin se tajuaa sen että siitä on hyötyä. Et se lähtis leviämään."

Oletus oma-aloitteellisuudesta oli isien kokemusten mukaan *vaatimusta aktiivisuudesta* niin, että jokaisella oli vastuu ryhmän toimivuudesta. Aktiivisuuden koettiin lisääntyvän, kun isät kokoontuivat ilman puolisoitaan miesten kesken. Isien mukaan ryhmässä jokaisella oli *vapaus valita oma rooli*. Isät kokivat asioiden mieleen palauttamisen vaikeutta ja toisaalta aktiivisen pohdinnan jälkeen *asioiden mieleen palautumista*. Tätä kautta isät pystyivät esiin nostamaan uusia mieltä painavia ajatuksia yhteisesti pohdittavaksi.

"...kyllähän siel vähän pitää olla aktiivinen, varsinkin jos menee yksin eikä oo puolisoa tai muuta."

"...mun mielestä pitää itte vähän sitten osallistua aktiivisesti keskusteluun, että jos määkin menisin yksin ja mulla olis se suraajan rooli, niin ei se ehkä silleesti."

"...vielä silloin ensimmäisenä vuonna puoliakaan asioista ei muista vaikka kuinka yrittäis muistaa. Kyllä se niin ku aika lailla on pitänyt paikkaansa, ettei ekasta vuodesta muista yhtään mitään."

Naisvaltaisuus esteenä aktiiviselle vertaistuen hyödyntämiselle oli naisten luontaista aktiivisuutta, puolison läsnäolosta passivoitumista ja naisvaltaisuutta puhumisen estävänä tekijänä. Isät kuvasivat naisten ja puolisoitten läsnäolon vaikuttavan keskustelun luonteeseen. Kokemuksista nousi esille tunne pelkästään vieressä istumisesta ja sitä kautta vertaistuen käytön hyödyntäminen jäi olemattomaksi. Isien kokemusten mukaan naisvaltaisuus myös esti miesten asioista puhumisen.

"...kyllä se siellä ihan selkeesti oli että naiset puhu ja miehet oli suht koht hiljaa kaikki."

"...oli se keskustelun aihe mikä tahansa niin se muuttuu aina se puhetyyli ja vähän aihe mitä puhutaan aina kun siinä on molempia sukupuolia, näin se vaan menee."

"...niin ehkä se vaimo siinä olis ollu sitten enemmän äänessä ainakin omalla kohdalla."

Vaihteleva tuki verkosta oli isien kokeman sosiaalisen median merkitsevyyttä vertaistuessa. Sosiaalisen median kautta jaettiin mm. ryhmässä käsitellyistä tutkimuksista tehty materiaali. Isien mukaan *verkkokeskustelu* oli avointa ja tärkeä osa vertaistukea. *Verkkokeskustelun aktiivisuus vaihteli*. Isät kertoivat enemmän seuraavansa ja lukevansa muiden kirjoituksia, kuin aktiivisesti itse kirjoittavansa.

"...oon kattonu, että siellä on kyllä muutama tosi aktiivinen keskustelija, vaikka on eripuolella Suomea, ja muuta, että hemmetin hyvä homma."

"...aika avointakin se keskustelu on Facebookissa."

UUDENLAISEN YMMÄRRYKSEN OPETTELEMISTA

Varautunut kommunikointi

- osallistumisen jännittäminen
- puhumisen hankaluus
- harkitsevuus sanomisissa
- asetelmien varovaisuus
- etäisyyden pitäminen muihin

Vertaistuen merkityksen omaksuminen

- vaikeus lähteä mukaan
- ryhmässä olemisen opettelua
- asioiden käsittelyn opettelua
- asioiden käsittelyn oppimista
- vertaistuki ammattiavun täydentäjänä
- tukihenkilöksi hakeutuminen

Oletus oma-aloitteellisuudesta

- vaatimus aktiivisuudesta
- vapaus valita oma rooli
- asioiden mieleenpalauttamisen vaikeus
- asioiden mieleenpalautumista

Naisvaltaisuus esteenä aktiiviselle vertaistuen hyödyntämiselle

- naisten luontainen aktiivisuus
- puolison läsnäolosta passivoituminen
- naisvaltaisuus puhumisen estävänä tekijänä

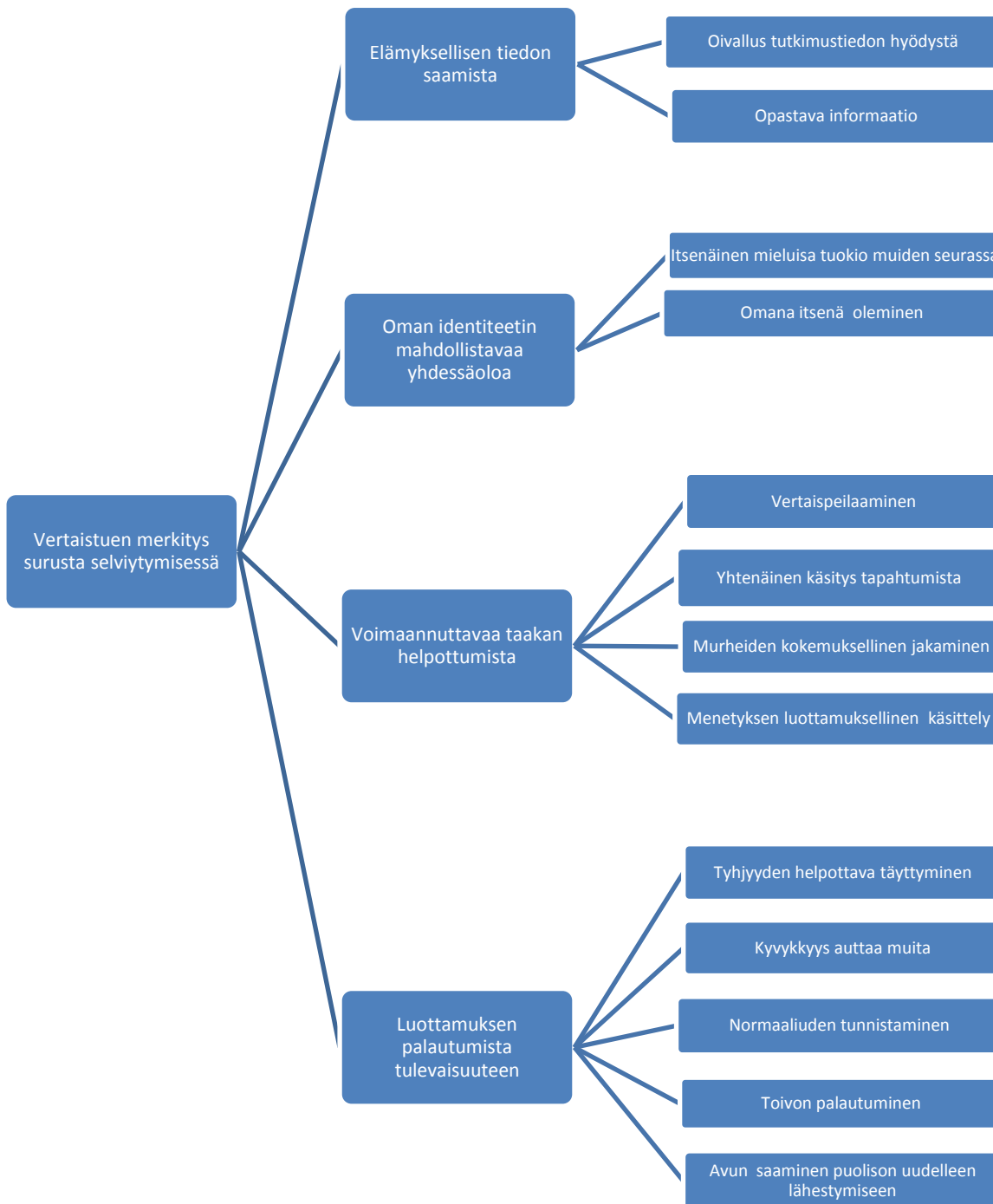
Vaihteleva tuki verkosta

- sosiaalisen median merkitevyys vertaistuessa
- verkkokeskustelun avoimuus
- verkkokeskustelun aktiivisuuden vaihtelu

Kuvio 5. Uudenlaisen ymmärryksen opettelemista

5.2 Vertaistuen merkitys surusta selviytymisessä

Vertaistuen merkitys surusta selviytymisessä oli isien mukaan **elämyksellisen tiedon saamista, oman identiteetin mahdollistavaa yhdessäoloa, voimaannuttavaa taakan helpottumista** sekä **luottamuksen palautumista tulevaisuuteen** (Kuvio 6).



Kuvio 6. Vertaistuen merkitys surusta selviytymisessä

5.2.1 Elämyksellisen tiedon saamista

Elämyksellisen tiedon saamiseen sisältyi ***oivallus tutkimustiedon hyödystä ja opastava informaatio*** (Kuvio 7).

Oivallus tutkimustiedon hyödystä merkitsi isille mahdollisuutta omien *kokemusten peilaamiseen tutkimustiedon kautta*. Isät löysivät tutkimustiedosta paljon yhteneväisyyksiä omiin kokemuksiinsa. Isät kokivat tärkeänä myös muiden kanssa keskustelun ja *kokemusten vaihtamisen tutkimustiedon vastaavuudesta jokaisen kokemuksiin*. *Tutkimustiedosta yllättyminen* oli hämmästyä siitä, mitä kaikkea oman lapsen kuolema voi tutkimustiedon mukaan aiheuttaa. Isät kokivat tutkimustiedon läpikäynnin auttavan *uuden tiedon saamista* sekä *parantavan jaksamista*. Isien mukaan *tutkimustietojen käsittelyä tutkimustiedon kautta* oli myös hyödyllistä

"...muut oli lukuun sitä tutkimusta niin, niin ainakin yks isä oli yllättynyt siitä, että siitä voi tulla sellaisia fyysisiä oireita, sydänkohtauksia tai vastaavia. Se oli ihan uutta."

"se oli itse asiassa ihan hyvä. Siellä (tutkimus) oli paljon sellasta mitä kaikkea, mitä oli itte kokenut..."

"...että kun kaikilla on muistin kanssa vähän ongelmia siltä ajalta niin joku sanoo tai sitten luetaan jostain tekstistä, että tällöisiä juttuja voi olla ja sitten kun ruvetaan puhumaan niin sitten löytyy, että mullahan oli tolla tavalla."

Opastava informaatio oli käytännön neuvojen ja tulevista muutoksista tiedon saamista. Isät kokivat hyvänä, kun saivat kuulla millaisin keinoin muut olivat hakeneet helpotusta oloonsa lapsen kuoleman jälkeisessä surussa esimerkiksi tekemisen avulla. Isät kuvasivat myös, miten merkityksellisiä saattoivat olla jonkun toisen sanomat yksittäiset lauseet ja *kuvaavista sanoista saatu konkreettinen apu*. Suuri merkitys oli myös *erilaisten näkökantojen kuulemisella*. *Eriävistä kokemuksista oppiminen* oli vastavuoroista arvokasta kokemuksellisuuden jakamista ja omaksumista. Isät antoivat suuren merkityksen myös muiden *tarinoista oppimiselle* omassa selviytymisessä. Ryhmässä isät kokivat saaneensa myös *spontaaneja vastauksia* mieltä askarruttaviin kysymyksiin. Helpottavaksi isät mainitsivat mm. *avun saamisen kuoleman kertomisessa lapsen sisaruksille*.

"... mulle se konkreettinen apu on ollu,tullu, kun joku siellä sano, et tota sitä kuoppaa, mihin putoo ei tarvi pelätä, et sieltä pääsee aina ylös ja se muuttuu aina vaan pienemmäksi se kuoppa."

"Kyl niitten muitten tarinoitten, et niistäkin voi silleen oppia tai siis tällöinen tilanne ei toistu mut sit niin ku selviämisen kannalta voi oppia."

”...siinä keskusteluissa kun kertoo ite omin miten on käynyt ja sitten kuuntelee sitä muita ja muut, että mulle on auttanut tällöinen homma, että sitä kannattais kokeilla, taikka tällöstä.”

ELÄMYKSELLINEN TIEDON SAAMISTA

Oivallus tutkimustiedon hyödystä

- kokemusten peilaaminen tutkimustiedon kautta
- kokemusten vaihtaminen tutkimustiedon vastaavuudesta omiin kokemuksiin
- tutkimustiedosta yllättyminen
- uuden tiedon saaminen
- jaksamisen paraneminen
- tukimuotojen käsittely tutkimustiedon kautta

Opastava informaatio

- käytännön neuvojen saaminen
- tulevista muutoksista tiedon saaminen
- konkreettinen apu toisen kuvaavista sanoista
- erilaisten näkökantojen kuuleminen
- eriävistä kokemuksista oppiminen
- tarinoista oppiminen selviytymisessä
- spontaaniin vastausten saaminen
- avun saaminen kuoleman kertomisessa lapsen sisaruksille

Kuvio 7. Elämyksellinen tiedon saaminen

5.2.2 Oman identiteetin mahdollistavaa yhdessäoloa

Oman identiteetin mahdollistavaan yhdessäoloon sisältyi **itsenäisen mieluisan tuokion muiden seurassa ja omana itsenä oleminen** (Kuvio 8).

Itsenäinen mieluisa tuokio muiden seurassa merkitsi yhteisen ajan saamista saman kokeneiden isien seurassa. Isien mukaan se merkitsi luontevan yhdessäoloa. Ryhmä tarjosi isien mukaan hyvää vastapainoa kodin arjelle ja tarjosi *arjesta irtaantumisen mahdollistumisen*. Oman ajan saaminen sai aikaan hyvän olon kokemuksen ja tunteen positiivisesta *intiimistä tapahtumasta*.

”...mut se on, et kun siellä on hyvä olo niin sinne tulee miellään uudestaan.”

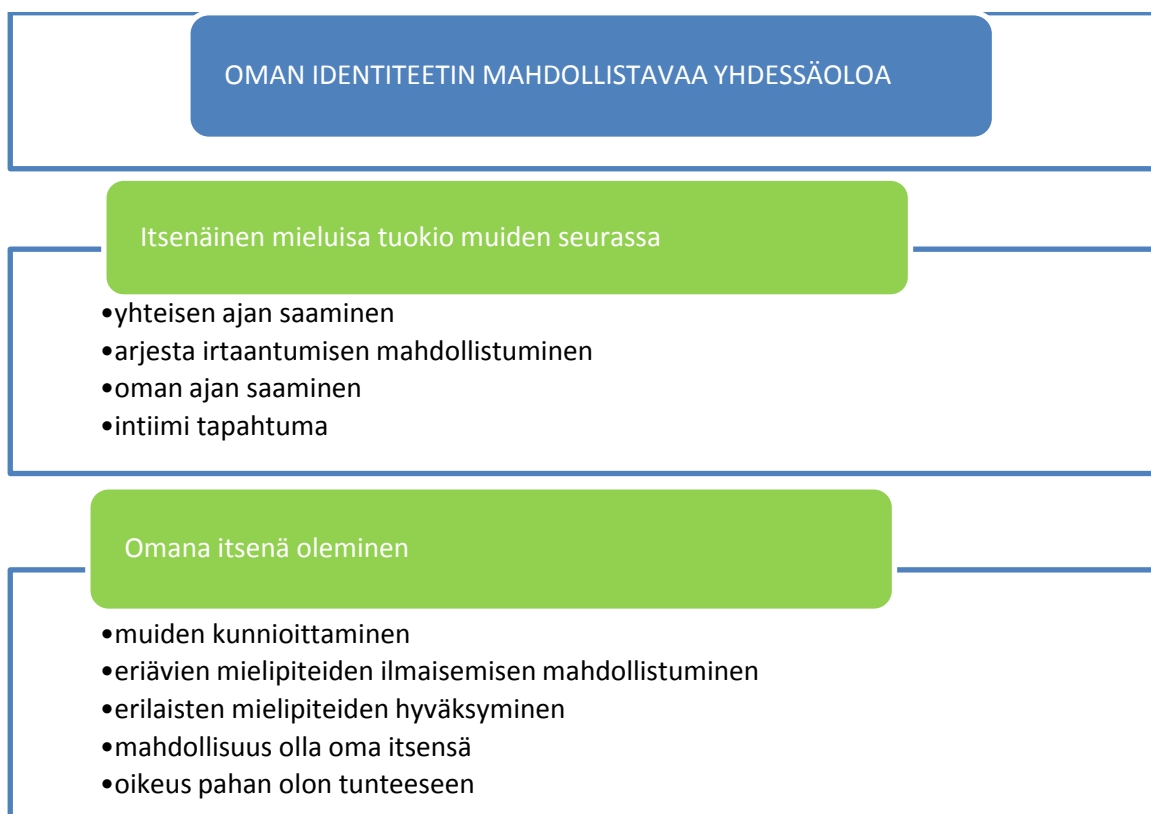
”... se on kuitenkin aikas intiimi tapahtuma tollanen noin...”

Omana itsenä oleminen merkitsi isille *muiden kunnioittamista*. Isille merkitsi paljon myös se, ettei ryhmässä oleminen ollut pelkää toisten myötäilyä ja asioiden hymistelyn vaan myös *eriävien mielipiteiden ilmaisemisen mahdollistumista ja erilaisten mielipiteiden hyväksymistä*. Isät antoivat ison merkityksen sille, ettei ryhmässä tarvinnut teeskennellä vaan oli *mahdollisuus olla oma itsensä ja oikeus pahan olon tunteeseen*.

”...siellä tosiaankin ajattelee niin kun totta kai muita siinä ryhmässä, että kunnioitus on kovalla tasolla kaikkia kohtaa kun tietää taustoja ja näin.”

”On siellä ollut eriäviäkin mielipiteitä, et ei se oo vaan semmonen, että kaikki myötäilee ja hymistelee.”

”... ei tarvitse teeskennellä niin kuin normaalien kanssa...”



Kuvio 8. Oman identiteetin mahdollistavaa yhdessäoloa

5.2.3 Voimaannuttavaa taakan helpottumista

Voimaannuttava taakan helpottuminen sisälsi **vertaispeilaamista, yhtenäistä käsitystä tapahtumista, murheiden kokemuksellista jakamista ja menetyksen luottamuksellista käsittelyä** (Kuvio 9).

Vertaispeilaaminen sisälsi *ymmärryksen saamisen ja lisääntymisen*. Isien mukaan ymmärryksen saaminen vertaisilta oli aivan eri tasoista, kuin esimerkiksi kaveripiirissä saatu ymmärrys. Vertaiset auttoivat myös oman ymmärryksen lisääntymisessä. Yhteisesti luottamuksellisesti jaetut kertomukset mahdollistivat asioiden vertailemisen. Samanlaisten tunteiden, asioiden ja kertomusten kuuleminen auttoi suhteuttamaan oman elämän tapahtumia toisella tavalla. Samanlaisten elämäntilanteiden peilaaminen merkitsi kokemusten vaihtamista yhtenevistä elämäntilanteista. Samanlaisista kuolintapauksista vahvistuminen oli lohdun saamista siitä, miten vertaiset pystyivät kuvaamaan tuntemuksiaan lasten samankaltaisista kuolintavoista. Helpotusta toi myös muutoksen kuuleminen vertaisilta, jotka kannustivat kokeilemaan erilaisia asioita. Vertaisten seurassa isät kuvasivat myös ei samaistumisen kokemuksia.

"...sit kun on sillaa niin kun samanlaisia tuntemuksia, tunteita, tämmösiä näin niin tota, sekin auttaa just, että näkee et täysin hullua kun toikin on täysin samanlaista tehnyt ja sit jos se on jossain ihan erilaisessa niin voi ruveta vertailemaan että mulla oli tämmöstä ja mulla oli ihan muuta."

"...tietää sen tavallaan sen menetyksen paremmin kuin ystävät, jotka tietysti omalta osaltaan olla mukana, mutta niin kun ei sitä voi tietää ennen kun sen itte kokee sitten..."

Yhtenäinen käsitys tapahtumista oli samalla aaltopituudella olemista, joka helpotti asioista kertomista. Yhteneväisyys merkitsi sitä tunnetta, että muiden isien käsitys tapahtumista ja tunteet ovat pitkälti yhteneviä omien kanssa. Isät kokivat tärkeänä *yleistämisen vähyyden*, sillä asioista henkilökohtaisesti ja konkreettisesti puhuminen helpotti oloa huomattavasti. Muut isät pystyivät tarjoamaan *samaistumisen mahdollisuuden*. Aidon ymmärryksen saaminen merkitsi sitä, ettei muille tarvinnut selittää asioita perusteellisesti vaan he pystyivät tajuamaan asioita oman esiymmärryksensä kautta. Ryhmässä käynnit merkitsivät isille vahvaa *joukkoon kuulumisen* tunnetta.

"... saman kokemuksen kokeneita ja on tavallaan samalla aaltopituudella..."

"...ei oo semmosta, että kaikki äijät on tommosia. Et se on tavallaan, että sie ei tuu semmosta väheksyntää, semmosta yleistystä..."

Murheiden kokemuksellinen jakaminen merkitsi *muiden tekemisten kuulemista* ja niiden sopivuuden miettimistä omaan elämäntilanteeseen. *Yhtymäkohtien löytyminen* tarjosi tilaisuuden vertailla kokemuksia. Kokemuksien jakamisen kautta isät kuvasit tunnetta *hyvän tekemisestä* toiselle. *Vaikeiden asioiden käsitteleminen* ja *tapahtumien mieleen palauttaminen* auttoi oman suruprosessin etenemistä. Isät kertoivat saaneensa suurta apua myös *mahdollisuudesta purkaa tuntojaan* ja *oman tarinan avoimesta jakamisesta*. Ryhmässä käyntien kautta isät kokivat kokonaisvaltaista *taakan kevenemistä*.

"...se on ollu ehkä enemmän hyvä, että siitä on päässyt puhumaan. Se on tässä se mikä ittee on ainakin auttanut vaan."

"...varsinkin se oman tarinan kertominen, et se vaan helpottuu, et mitä enemmän sitä samaa asiaa vaan pääsee puhumaan. Et aina vaan pala lähtee pois sitä taakaa siinä samalla."

Menetyksen luottamuksellinen käsittely sisälsi *luottamuksellisen menetyksen jakamisen*.

Samankaltaiset kokemukset lapsen kuolemasta ja *mahdollisuus puhua kuolemasta* auttoivat lapsen kuoleman käsittelyssä etenemistä. Isille oli lapsen kuoleman lisäksi merkityksellistä päästä *puhumaan* myös *muista asioista*. Ryhmässä isät kokivat päässeensä *käsittelemään omaa suruansa* eri tavalla kuin muualla. *Vaikeiden asioiden läpikäynti* auttoi *elämässä eteenpäin menemisessä*.

"...niin ku luottamuksesta, että luottamuksellisesti pystyy sen asian esittämään siellä..."

"...mää olen silleesti päässy siitä asiasta ohi, että ei paina enää sillä tavalla, että harvoin ajattelee enää tapahtumaa..."

VOIMAANNUTTAVAA TAAKAN HELPOTTUMISTA

Vertaispeilaaminen

- ymmärryksen saaminen
- ymmärryksen lisääntyminen
- mahdollisuus asioiden vertailemiseen
- samanlaisten tunteiden kuuleminen
- samanlaisten asioiden kuuleminen
- samanlaisten kertomusten kuuleminen
- samanlaisten elämäntilanteiden peilaaminen
- samanlaisista kuolintapauksista vahvistuminen
- muutoksen kuuleminen
- kannustus kokeilla erilaisia asioita
- ei samaistuminen

Yhtenäinen käsitys tapahtumista

- samalla aaltopituudella oleminen
- yhteneväisyys
- yleistämisen vähyyt
- samaistumisen mahdollisuus
- aidon ymmärryksen saaminen
- joukkoon kuulumisen

Murheiden kokemuksellinen jakaminen

- muiden tekemisten kuuleminen
- yhtymäkohtien löytäminen
- hyvän tekeminen
- vaikeiden asioiden käsitteleminen
- tapahtumien mieleen palauttaminen
- mahdollisuus purkaa tuntojaan
- oman tarinan avoin jakaminen
- taakan keveneminen

Menetyksen luottamuksellinen käsittely

- luottamuksellisen menetyksen jakamisen
- samankaltaiset kokemukset lapsen kuolemasta
- mahdollisuus puhua kuolemasta
- muista asioista puhuminen
- oman surun käsitteleminen
- vaikeiden asioiden läpikäynti
- elämässä eteenpäin meneminen

Kuvio 9. Voimaannuttavaa taakan helpottumista

5.2.4 Luottamuksen palautumista tulevaisuuteen

Luottamuksen palautumiseen tulevaisuuteen sisältyi **tyhjyyden helpottava täyttyminen, kyvykkyys auttaa muita, normaaliuden tunnistamisen, toivon palautuminen ja avun saaminen puolison uudelleen lähestymiseen** (Kuvio 10).

Tyhjyyden helpottavan täyttyminen merkitsi tunteiden, surun ja pahan olon helpottumista. Isien mukaan ryhmässä käyntien kautta he pystyivät avautumaan tunteettomasta tilasta. Lapsen kuoleman käsittely sai aikaan sen, että kuolemaa liittyviä *tapahtumia ajatteli harvemmin* ryhmän ulkopuolella.

”Ehkä tunnepuolella myös helpotti se, että sai niin ku jutella niin ku muitten kanssa.”

”...meni sellaaasti tunteettomasti, tavallaan niin kun kaikki lukittiin sisään ja sitten pikku hiljaa alko avautua. Just niinku kaikki jutteluapu on ollu tarpeen tavallaan...”

Kyvykkyys auttaa muita sisälsi syntyneen halun muiden auttamiseen ja uskon oman tarinan kertomisen annilla muille.

”...tää on tuonu taas semmosen, se on mielenkiintosta huomata itsestään semmonen, että kun on sieltä suosta päässyt ylös niin haluaa auttaa muita sitten...”

Normaaliuden tunnistaminen oli olon normaaliuden peilaamista muiden kertomien kokemusten kautta. Ryhmässä saamansa vertaistuen kautta isät kokivat heränneet tunteet normaaleiksi. *Perspektiivin saaminen käsittelyyn ja tilanteen normalisoinnin avulla isillä heräsi vahvempi luottamus tulevaisuuteen.*

”Sitten taas joskus on saattanut tulla olo, että onko mun päässä jotain vikaa, kun on tuntunut tämmöseltä, et siit saa sen avun, että tää on normaalia, kun tollakin on ollut sillä tavalla.”

Toivon palautuminen merkitsi toivon tiedostamisen, selviytymisen huomaaminen ja surusta selviytymisen etenemistä omassa elämässä.

”...auttoi niin ku tiedostamaan, että sit kun tulee se syöksy, niin antaa vaan mennä sinne, et kyllä sieltä sitten pääsee pois. Että ei tarvi sit ruveta jarruttelemaan kun se paha olo tulee sieltä...”

Avun saaminen puolison uudelleen lähestymiseen merkitsi keskusteluyhteyden paranemista puolisoon ja antoi sitä kautta avun puolisoiden välisten suhteiden paranemiseen. Omien ajatusten ja tunteiden käsittely ryhmässä mahdollisti käsiteltävien asioiden puhumisen puolison kanssa.

"... sinänsä se auttoi sitä käsittelyä ja tavallaan ehkä edisti myös sitä, että pystyi aloittamaan myös vaimon kanssa sen keskustelun siitä lapsesta ja siitä tapahtuneesta..."

LUOTTAMUKSEN PALAUTUMISTA TULEVAISUUTEEN

Tyhjyyden helpottava täyttyminen

- tunteiden helpottuminen
- surun helpottuminen
- pahan olon helpottuminen
- avautuminen tunteettomasta tilasta
- tapahtumien ajattelemisen harveneminen

Kyvykkyyden auttaa muita

- halu muiden auttamiseen
- oman tarinan kertomisen anti muille

Normaaliuden tunnistaminen

- olon normaaliuden peilaaminen
- tunteiden normaaliksi kokeminen
- perspektiivin saaminen käsittelyyn
- tilanteen normalisointi

Toivon palautuminen

- toivon tiedostaminen
- selviytymisen huomaaminen
- surusta selviytymisen eteneminen

Avun saaminen puolison uudelleen lähestymiseen

- keskusteluyhteyden paraneminen puolisoon
- apu puolisoiden välisiin suhteisiin
- käsiteltävien asioiden puhumisen mahdollistuminen puolison kanssa

Kuvio 10. Luottamuksen palautumista tulevaisuuteen

6. POHDINTA

6.1 Tulosten tarkastelu

Isien kokemukset vertaistukiryhmästä olivat pääosin positiivisia. Isät kokivat, että ryhmässä vastaanotto oli aitoa ja kohtaaminen muiden saman kokeneiden kanssa tasavertaista. Tasavertaisuus muodostui pitkälti siitä, että isien elämäntilanne oli pääosin samansuuntainen ja he yhdessä loivat säännöt ja puitteet ryhmän toteutumiselle. Isät kokivat myös, että ryhmän ohjaajalla on suuri merkitys tasavertaisuuden ja ryhmän kokonaisvaltaisen toimivuuden kannalta. Isien kokemuksista nousi esiin suuri arvostus vertaisryhmätoimintaa kohtaan. Isät eivät välttämättä aktiivisesti osaa vaatia tai hakeutua vertaisryhmätoiminnan piiriin, mutta sitä kokeiltuaan ovat valmiita suosittelemaan sitä myös muille saman kokeneille isille.

Isillä oli kokemuksia sekä molemmille vanhemmille suunnatuista että pelkästään isille tarkoitetuista vertaistukiryhmistä. Isien kokemuksissa nousi merkittäväksi se, että heillä oli mahdollisuus osallistua vain isille tarkoitettuun ryhmään. Myös Ahon (2004), McCreight (2004) ja Parviaisen ym. (2012) tutkimuksissa isät toivoivat saavansa vertaistukea muilta isiltä. Oman puolison tai muiden ryhmäläisten puolisoitten läsnäolo vähensi isien aktiivisuutta ryhmässä. Isät kuvasivat, että puolison läsnäolo oli esteenä omalle vertaistuen aktiiviselle hyödyntämiselle ryhmässä. Isien kokemusten mukaan he pystyivät puhumaan asioistaan vapautuneemmin ja keskustelemaan myös lapsen kuoleman vaikutuksesta parisuhteeseen isille tarkoitettussa ryhmässä. Isien ryhmässä asioista keskusteltiin ilman pelkoa äitien väheksyvistä tai arvostelevasta asenteesta. Tähän liittyen voidaan todeta, että myös Ahon ym. (2011) tutkimuksessa nousi esille isien ja äitien erilaiset tarpeet ja kokemukset vertaistuesta lapsen kuoleman jälkeisessä. Tutkimuksen perusteella voidaankin suositella, että isille suunnattuja vertaistukiryhmiä lisättäisiin.

Myönteinen ja luottamuksellinen ilmapiiri auttoi isiä vapautumaan mahdollisesta jännityksestä muita isiä kohdatessa. Tätä kautta isät rohkaistuivat puhumaan avoimesti vaikeaksikin kokemistaan asioista. Oman tarinan kertomisen ja muiden tarinoiden kuulemisen kautta isille syntyi voimakas yhteenkuuluvuuden ja vertaisuuden kokemus. Tutkimustulokset ilmentävät kuinka tärkeää isille on huomata, ettei oma miehisuus joudu kyseenalaiseksi vaikka näyttää itsestään herkkiäkin tunteita muiden miesten seurassa. Päinvastoin ryhmävertaistuen avulla isät pystyvät vahvistamaan omaa miehisyyttään osana isän roolia. Oman persoonan, isyyden vahvistumisen ja epävarmuuden sietämisen kautta mahdollistuu vahva yhteenkuuluvuuden kokemus saman kokeneiden isien kanssa. Isien kokemukset yhteenkuuluvuudesta vertaistukiryhmässä ovat yhteneväisiä aikaisempien

tutkimustulosten kanssa (Reilly-Smorawski ym. 2002; Geron ym. 2003; Arnold & Gemma 2008). Kokemusten jakamisen avulla isät kokivat saaneensa uudenlaista näkökulmaan oman lapsen kuoleman käsittelyyn sekä apua kuoleman puheeksi ottamisessa puolison ja lapsen sisarusten kanssa.

Isät kokivat, että saman kokeneiden isien ymmärrys tapahtumista ja niiden herättämistä tunteista helpotti oleellisesti kerrontaa ja keskustelua ryhmässä. Ymmärryksen saaminen mahdollisti aidon merkityksellisen vuorovaikutuksen, jonka kautta isät oppivat hyödyntämään vertaistukea entistä paremmin omassa selviytymisessään. Kokemukset ovat pitkälti samansuuntaisia muissa tutkimuksissa todettujen kanssa (Kavanaugh ym. 2004; Aho ym. 2009; Aho 2010). Toisaalta isät toivat esiin tiettyä varautuneisuutta tarvetta pitää tietty etäisyys muihin ryhmäläisiin. Isät olivat hienotunteisen varovaisia sanomisissaan, jotta eivät loukkaisi muiden ryhmäläisten tunteita. Isät tiedostivat myös ryhmän rajalliset käyntikerrat, eivätkä näin ollen halunneet tulla liian läheisiksi muiden kanssa.

Merkittävää tutkimuksessa oli, ettei isien kokemuksista noussut esiin mitään varsinaisia kielteisiä kokemuksia. Pelkästään isille suunnatussa ryhmässä ei esiintynyt lainkaan aiemmissa tutkimuksissa esiin nousseita tuetta jäämisen (Cacciatore ym. 2009; Erlandsson ym. 2011; Parviainen ym. 2012) ja ulkopuolisuuden kokemuksia (Capitulo 2004) tai mielipahaa aiheuttavaa vertailua (Reilly-Smorawski ym. 2002). Pohdittavaksi jäi johtuiko tämä isien kielteisten kokemusten puuttuminen tietystä varautuneisuudesta keskustella ryhmässä vai haluavatko isät olla tietyllä tapaa lojaaleja muita ryhmäläisiä kohtaan ja peittää mahdolliset kielteiset kokemuksensa. Ahon ja Savolaisen (2012) tutkimuksessa vain äidit kokivat saaneensa epäsovittavaa tukea vertaisilta sururyhmissä, kun taas isillä ei vastaavia kokemuksia ollut. Isällä on realistisemmat odotukset vertaistukiryhmiltä saadulta tuelta kuin äideillä ja sitä kautta isät eivät joudu pettymään vertaistukiryhmältä saamaansa tukeen.

Tiedon saanti, taakan helpottuminen ja luottamuksen palautuminen tulevaisuuteen olivat *ryhmävertaistuen merkityksellisin* anti lapsen kuoleman jälkeisestä surusta selviytymisessä. Isät kokivat tärkeäksi niin kokemuksellisen tiedon saannin vertaisilta kuin myös tutkimustiedon antaman tiedon. Tiedon kautta isät pystyivät saamaan surun käsittelyyn uudenlaista näkökulmaan ja toisten kertomien esimerkkien kautta konkreettisia keinoja tunteiden käsittelyyn. Oman elämäntilanteen ja tapahtumien normaaliuden tunnistaminen tiedon ja kokemusten jakamisen kautta vastaa hyvin aiemmissa tutkimuksissa saatuja tuloksia (Reilly-Smorawski ym. 2002; Parviainen 2012). Tutkimus osoittaa sen, että tiedolla on suuri merkitys isien surusta selviytymisessä. Huomioitavaa on, että isät pystyvät lähestymään ja käsittelemään tunteitaan ja suruaan paljon helpommin konkreettisen tiedon kautta. Isät elävät enemmän tiedon ja järkeilyn kautta, äidit tunteen kautta, omaa suruprosessiaan.

Tieto lapsen kuolemaan liittyvistä asioista tutkimusten ja konkreettisten esimerkkien kautta on avainisien tunteiden avautumiseen ja käsittelyyn.

Isien mukaan ryhmässä käytyjen keskusteluiden kautta he saivat rohkeutta nostaa esiin lapsen kuolemasta heränneitä tunteita myös puolison kanssa käytyihin keskusteluihin. Isien mukaan tämä auttoi uudelleen lähentämään suhteita puolisoon. Samanlaisia tuloksia on saatu myös aikaisemmissa tutkimuksissa (Reilly-Smorawski ym. 2002; McCreight 2004). Ryhmävertaistuellalla on suuri merkitys parisuhteelle lapsen kuoleman jälkeen. Isät kokevat usein itsensä melko avuttomiksi äidin surun kohdatessaan ja tämä saattaa usein etäännyttää puoliset toisistaan. Isien oma vertaistukiryhmä pystyy tarjoamaan isille merkityksellisen tilaisuuden tuulettaa tunteitaan ja saada lisää uskoa puolison kanssa tapahtuvaan kanssakäymiseen. Ahon (2010) tutkimuksessa ilmenee, että isät ottavat tukijan roolin suhteessa puolisoon ja perheeseen lapsen kuoleman jälkeen ja siten heidän oma tuensaanti jää kyseenalaiseksi. Isien oman vertaistukiryhmän pystyy tarjoamaan kyseiseen tilanteeseen vastapainoa ja tämä vaikuttaa parisuhteen sekä tuo sitä kautta hyvinvointia koko perheelle.

Isien mukaan avun saanti ryhmässä, herätti kiinnostuksen ja halun muiden samassa tilanteessa olevien auttamiseen. Jatkossa olisikin ensiarvoisen tärkeää, että isien herännyttä kiinnostusta auttaa muita samassa tilanteessa olevia pystyttäisiin paremmin hyödyntämään vertaistukiryhmätoimintaa kehitettäessä. Tarvitaan isiä, jotka vetävät ryhmätoimintaa ja haluavat toimia toisille isille tukijoina.

Ryhmävertaistuki toi isille uudenlaista toivo tulevaisuuteen ja uskoa siihen, että lapsen kuoleman aiheuttama tyhjyyden tunne on vain yksi vaihe elämässä. Myös Reilly-Smorawski ym. (2002) ja Geron ym. (2003) tutkimuksissa ryhmävertaistuki auttoi suruun sopeutumisessa. Se auttoi avaamaan entistä paremmin omia tunteita, lisäämään omaa ymmärrystä niiden tunnistamisessa ja läpikäymisessä. Tämän lisäksi isät arvostivat sitä, että vertaistukiryhmissä käynnit olivat vastapainoa arjelle, mahdollisti oman ajan saamisen ja pysähtymisen tärkeän asian äärelle. Lapsen kuoleman lisäksi oli mahdollista keskustella ja vertailla kaikkia muitakin isän ja miehen rooliin liittyviä asioita tai vain olla hiljaa muiden seurassa. Vertaisten seurassa lapsen kuolema oli läsnä tavalla, joka kunnioitti niin kuollutta lasta mutta ennen kaikkea elämän jatkumista. Vertaistukiryhmä ei ole isille vain paikka, jossa lapsen kuolemaan käsitellään, vaan se tarjoaa mahdollisuuden keskustella miesten kesken myös kaikesta muusta miehen elämään liittyvästä. Isät kaipaavat vapaamuotoisia vertaistukiryhmiä, joissa ohjaajan kanssa yhteistyössä sisältöä kehitetään monipuoliseksi. Isät kaipaavat keskustelun vastapainoksi ryhmiin yhdessä tekemistä.

Tutkimustulokset antavat osittain uutta ja osittain samansuuntaista tietoa isien kokemuksista kuin aikaisemman tutkimukset molempien vanhempien kokemuksista vertaistukiryhmistä. Tutkimuksen

tuloksia voivat hyödyntää niin ammattihenkilöstö kuin kolmannen sektorin toimijat, jotka kohtaavat lapsen kuoleman kokeneita isiä. Vertaistukiryhmiä järjestävät organisaatiot voivat hyödyntää tutkimuksen tuloksia vertaistukiryhmien sisältöjä kehitettäessä ja uusien vertaistukiryhmänohjaajien koulutuksessa.

6.2 Tutkimuksen luotettavuuden tarkastelu

Tämä tutkimus on luonteeltaan laadullinen kvalitatiivinen tutkimus. Laadullisen menetelmän valinta oli tarkoituksenmukainen ilmiön mahdollisimman totuudenmukaisen kokonaiskuvan muodostamiseksi (Parahoo 2006; Kylmä & Juvakka 2007). Tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa on keskeistä se kuinka totuudenmukaista tietoa tutkimuksella on pystytty tuottamaan (Kylmä & Juvakka 2007). Tutkimukseen osallistuvilla isillä oli omakohtainen kokemus ryhmävertaistuesta lapsen kuoleman jälkeen. Kylmä & Juvakan (2007) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuuskriteerit ovat uskottavuus, vahvistettavuus, reflektiivisyys ja siirrettävyys. Luotettavuutta pitää tarkastella koko tutkimusprosessin ajan aineiston keräämistä, analyysiä ja raportointia arvioiden (Parahoo 2006; Kylmä & Juvakka 2007).

Uskottavuus pyritään osoittamaan tutkimuksen ja sen tulosten uskottavuudella. Tutkimuksen tulosten pitää vastata tutkimukseen osallistuneiden kokemuksia ja käsityksiä tutkimuskohteesta. (Kylmä & Juvakka 2007.) Tässä tutkimuksessa tutkijalla ei ollut itsellä aikaisempaa kokemusta tutkittavasta ilmiöstä, joten tutkijan omat ennakkokäsitykset tai oletukset eivät vaikuttaneet aineiston keruuseen ja analysointiin tutkimusprosessin aikana. Toisaalta tutkijalla oli vahva käsitys miehen ja isän rooleista sekä niiden aikaansaamista kokemuksista ja tunteista omassa elämässään. Tätä kautta tutkija pystyi ymmärtämään paremmin vastaajien kokemuksia ja heidän käyttämiään kuvauksia ilmiötä. Tutkija pyrki lisäämään uskottavuutta perehtymällä aikaisempaan tietoon tutkittavasta ilmiöstä ja rakensi tätä kautta oman esiymmärryksensä. (Aho & Kylmä 2012.)

Tämän tutkimuksen uskottavuutta parantaa se, että tutkimustehtävät olivat selkeät ja laadulliseen tutkimukseen soveltuvat. Tutkimuksen kaikki eri vaiheet pyrittiin selittämään mahdollisimman tarkasti aineiston keruusta ja luokittelusta aina tulosten kriittiseen tarkasteluun asti. Näin pyrittiin siihen, että lukija pystyy muodostamaan itselleen rehellisen kuvauksen analyysin oikeellisuudesta sekä tulosten luotettavuudesta ja hyödynnettävyydestä (Parahoo 2006; Hirsjärvi ym. 2010, 231).

Luotettavuutta lisäsi se, että tutkija luki haastatteluista litteroidun aineiston huolellisesti läpi useaan kertaan ja tätä kautta tunsi aineiston hyvin. Merkityksellisten ilmaisujen ja aineiston pelkistämistä

ohjasivat koko ajan tutkijan määrittelemät tutkimustehtävät. Analyysin edetessä epäolennainen aineisto karsittiin pois (Kylmä & Juvakka 2007, 113). Tulosten luotettavuutta pyrittiin kuvaamaan autenttisten ilmaisujen avulla niin, että lukija voi seurata aineiston analyysia ja tutkijan luokittelun onnistumista (Tuomi & Sarajärvi 2009).

Tämän tutkimuksen vahvistettavuutta pyrittiin lisäämään kuvaamalla mahdollisimman tarkasti tutkimuksen kulku koko tutkimusprosessin ajalta. Vahvistettavuus edellyttää tutkimusraportin selkeää, jäsenneltyä kirjaamista siten, että lukija voi vaivatta seurata tutkimuksen kulkua. (Kylmä & Juvakka 2007.)

Tutkimuksen tekijä arvioi omaa toimintaansa ja vaikutusta tutkimusprossin eri vaiheissa kriittisesti sekä omaa toimintaansa kyseenalaistaen. Tätä kautta tutkija pyrki parantamaan tutkimuksen luotettavuutta reflektiivisyyden avulla. Reflektiivisyys tarkoittaa tutkimuksen tekijän arviota omasta vaikutuksestaan tutkimusprosessiin sekä aineistoon (Kylmä & Juvakka 2007.) Tutkija pystyi haastattelutilanteessa toimimaan luontevasti ja kunnioittavasti vaikeasta aiheesta huolimatta. Tutkijan ja tutkittavien sama sukupuoli edesauttoi haastattelutilanteiden ilmapiirin miellyttäväksi kokemista. Tätä kautta tutkittavat uskaltautuivat kertomaan asioista luontevammin ja suuremmin kuin jos tutkijana olisi ollut vastakkaista sukupuolta. Yhteinen ymmärrys isänä olosta ja miehisen maailman käsitteistä helpotti myös tutkijan analyysin etenemistä.

Siirrettävyys tarkoittaa tutkimustulosten siirrettävyyttä muihin vastaavanlaisiin tilanteisiin. Tutkimuksen tulosten siirrettävyys toisiin vastaavanlaisiin konteksteihin on mahdollista, sillä tutkimuksen vastaajat on kuvattu riittävän tarkasti ja ilmiötä on tutkittu suomalaisessa kontekstissa. Tässä tutkimusraportissa tutkimusympäristön kuvaus on niukkaa, mutta tutkimukseen vastaajat kuvataan riittävän tarkasti, jotta myös lukija voi arvioida tulosten siirrettävyyttä. (Kylmä & Juvakka 2007.)

6.3 Tutkimuksen eettisyys

Eriksson ym. (2008) mukaan hoitotieteellisen tutkimuksen eettisyyttä tarkastellessa pitää huomioida tutkimusasetelma tutkijan ja tutkittavien näkökulmasta sekä kiinnittää huomiota aineiston keruuseen ja tulosten julkaisemiseen. Isien kokemuksia ryhmävertaistuesta lapsen kuoleman jälkeen on tutkittu hoitotieteellisestä näkökulmasta vähän, joten tulosten arvioitiin tuottavan uutta tietoa ja mahdollisuuden ryhmävertaistoiminnan kehittämisessä. (Aho & Kylmä 2012.)

Kylmä & Juvakan (2007) mukaan laadullisen tutkimuksen haasteet eettisyydessä liittyvät ennen kaikkea tutkimuksen vaikutuksilla tutkimuksessa mukana olleisiin. Jo aiheen valinta sinänsä on yksi oleellinen eettinen valinta. Tämän tutkimuksen aiheen valinta oli eettisesti perusteltua myös siksi, että aiheesta on vain vähän aikaisempaa tutkimustietoa. Tutkimuksen aihe valittiin niin, että sen tutkiminen oli perusteltua ja tarkoituksenmukaista. (Parahoo 2006; Eriksson ym. 2008; Aho & Kylmä 2012.)

Tämän tutkimuksen aihe liittyi lapsensa menettäneiden isien kokemuksiin sururyhmissä saamastaan vertaistuesta. Kyseessä oli siis erityisen sensitiivinen aihe, joten tutkijan oli kiinnitettävä koko tutkimusprosessin ajan erityistä huomiota tutkittavia kunnioittavaan toimintatapaan. Tutkimukseen osallistuville ei saa aiheutua lisähuolia. (Stroebe ym 2003; Aho & Kylmä 2012.) Tutkimukseen osallistuvia isiä informoitiin e-lomakkeen kirjallisella saatekirjeellä (Liite 2.), jossa kerrottiin tutkimuksen tarkoituksesta ja toteuttamisesta. Tutkimukseen osallistuneille isille kerrottiin, että heidän osallistumisensa on täysin vapaaehtoista. E-lomakkeen lopussa isille annettiin mahdollisuus jättää yhteystietonsa, jos he halusivat osallistua kasvokkain tapahtuvaan haastatteluun. Isät antoivat vielä haastattelutilanteessa suullisen luvan haastatteluiden toteuttamiselle ja nauhoittamiselle. Heille painotettiin myös sitä, että heillä on oikeus keskeyttää tutkimuksessa mukana olo. Kuula (2011) määrittelee tutkimuksen tärkeiksi eettisiksi näkökohdiksi juuri osallistumisen vapaaehtoisuuden ja ihmisarvon kunnioittamisen. Tutkija antoi kaikille osallistujille yhteystietonsa ja antoi luvan tarvittaessa yhteydenottoon, jos tutkittavat halusivat lisätietoja tutkimuksesta tai keskustella tutkimuksen aiheuttamista tuntemuksista (Kylmä & Juvakka 2007; Kuula 2011). Yhteydenottoihin ei sovittujen tapaamisten lisäksi kuitenkaan isillä ollut tarvetta tutkimuksen aikana.

Eettisyys toteutui myös tutkimusaineiston käsittelyssä ja raportoinnissa. Tutkimusaineisto oli luottamuksellinen ja se oli vain tutkijan käytössä. Isien anonymiteetti turvattiin koko tutkimusprosessin ajan. Isien nimiä, paikkakuntia tai haastattelussa esiin tulleita muita tunnistettavia yksityiskohtia ei kirjoitettu aineistoon. Autenttisia lainauksia käytettäessä tutkija huomioi anonymiteetin säilymisen huolellisen valinnan kautta niin, että ne kuvasivat tuloksia monipuolisesti. (Aho 2010; Kuula 2011; Aho & Kylmä 2012.)

6.4 Johtopäätökset

Tutkimustulosten perusteella voidaan tehdä seuraavat johtopäätökset:

- isät kokevat ryhmävertaistuen tärkeänä ammattiavun täydentäjänä ja selviytymistään edistävänä tekijänä lapsen kuoleman jälkeen
- isät kokevat tärkeiksi isien keskinäiset vertaistukiryhmät, naisvaltaisuus vertaistukiryhmissä voi olla esteenä isien vertaistuen hyödyntämiselle
- aito kohtaaminen, yhteenkuuluvuus, oman tarinan jakaminen ja vertaisilta saatu ymmärrys korostuvat isien positiivisissa kokemuksissa vertaistukiryhmistä
- vertaistukiryhmästä saatu tieto, kokemusten jakaminen ja oman itsenä olemisen mahdollisuus helpottavat lapsen kuolemasta kertynyttä taakkaa ja palauttaa luottamuksen tulevaisuuteen.

6.5 Jatkotutkimusaiheita

Suurin osa lapsen kuoleman jälkeisistä yksilö- ja ryhmävertaistukikokemuksista ovat painottuneet äitien tai molempien vanhempien tutkimiseen. Jatkossa olisikin tärkeää tutkia lisää ja laajemmin isien kokemuksia yksilö- ja ryhmävertaistuesta ja sen vaikuttavuudesta lapsen kuoleman jälkeisestä surusta selviytymisestä. Lisäksi olisi tärkeää selvittää tutkimuksen avulla, miten lapsen kuolema vaikuttaa isän ja perheen muiden lasten välisiin suhteisiin sekä mikä on vertaistuen merkitys isän ja lapsen välistä suhdetta vahvistavana tekijänä.

Lähteet:

Aho A.L. 2004. Isien suru ja selviytyminen lapsen kuoleman jälkeen. Pro – gradu tutkielma. Tampereen yliopisto, Hoitotieteen laitos. Tampereen Yliopistopaino Oy. Juvenes Print. Tampere.

Aho A.L. 2010. Isien suru lapsen kuoleman jälkeen. Tuki-interventio ja sen arviointi. Akateeminen väitöskirja. Acta Universitatis Tamperensis 1551. Tampereen yliopisto. Hoitotieteenlaitos.

Aho A.L. & Kylmä J. 2012. Sensitiivinen tutkimus hoitotieteessä – näkökohtia tutkimusprosessin eri vaiheissa. *Hoitotiede* 24(4), 271–280.

Aho A.L., Tarkka M-T., Åstedt-Kurki P. & Kaunonen M. 2006. Fathers' grief after the death of a child. *Issues in Mental Health Nursing* 27(6), 647-663.

Aho A.L., Tarkka M-T. & Kaunonen M. 2008. Isien selviytymiskeinot lapsen kuoleman jälkeen. *Hoitotiede* 20(4), 203–215.

Aho A. L., Tarkka M-T., Åstedt-Kurki P. & Kaunonen M. 2009. Fathers' experience of social support after the death of a child. *American Journal of Men's Health* 3(2), 93–103.

Aho A.L., Tarkka M-T., Åstedt-Kurki P., Sorvari L. & Kaunonen M. 2011. Evaluating a Bereavement Follow-Up Intervention for Grieving Fathers and Their Experiences of Support After Death of a Child – A Pilot Study. *Death Studies* 35(10), 879-904.

Aho A.L., Åstedt-Kurki P., Tarkka M-T. & Kaunonen M. 2011. Development and implementation of a bereavement follow-up intervention for grieving fathers: an action research. *Journal of Clinical Nursing* 20(3-4), 408–419.

Aho A.L. & Savolainen S. 2012. Kirjallisuuskatsaus: Vanhempien selviytymistä edistävät ja estävät tekijät lapsen kuoleman jälkeen. Suomalaisen kuolemantutkimuksen seura, *Thanatos* 1(2). Viitattu 11.3.2013. Saatavilla: <http://thanatosjournal.files.wordpress.com/2012/12/anna-liisa-aho-sirkku-savolainen-kirjallisuuskatsaus-vanhempien-selviytymista-edistavat-ja-estavat-tekijat-lapsen-kuoleman-jalkeen.pdf>

Armstrong D. 2001. Exploring fathers' experiences of pregnancy after a prior perinatal loss. *The American Journal of Maternal Child Nursing* 26(3), 147-153.

Arnold J. & Gemma P. 2008. The continuing process of parenteral grief. *Death Studies* 32(7), 658-673.

Bibby M. 2001. Grieving fathers: A qualitative investigation of the grief reactions of men who have experienced the death of a child. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences & Engineering* 62, 536.

Börjesson B., Paperin C. & Lindell M. 2004. Maternal support during the first year of infancy. *Journal of Advanced Nursing* 45, 588-594.

Cacciatore J., DeFrain J., Jones KLC. & Jones H. 2008. Stillbirth and the couple: a gender-based exploration. *Journal of Family Social Work* 11(4), 351-370.

Cacciatore J., Schnebly S. & Froen JF. 2009. The effects of social support on maternal anxiety and depression after stillbirth. *Health & Social Care in the Community* 17(2), 167-176.

Capitulo K. 2004. Perinatal grief online. *The American Journal of Maternal/Child Nursing* 29(5), 305-311.

Colon E.J. 2008. Paternal experiences after a perinatal loss. University of South Carolina.

Colsen T. 2001. Fathers and perinatal loss: Their conscious and unconscious experiences. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences & Engineering* 62, 2051.

Côtè-Arsenault D. & Freije M.M. 2004. Support groups helping women through pregnancies after loss. *Western Journal of Nursing Research* 26(6), 650-670.

Davies R. 2004. New understandings of parental grief: literature review. *Journal of Advanced Nursing* 46(5), 506-513.

Deave T., Johnson D. & Ingram J. 2008. Transition to parenthood: the needs of parents in early parenthood. *BMC Pregnancy and Childbirth* 8, 1471-2393.

- Dennis C-L. 2003. Peer support within a health care context: a concept analysis. *International Journal of Nursing Studies* 40, 321-332.
- DiMarco M.A., Menke E.M. & McNamara T. 2001. Evaluating a support group for perinatal loss. *The American Journal of Maternal Child Nursing* 26(3), 135
- Elo S. & Kyngäs H. 2008. The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing* 62, 107-115.
- Eriksson K., Leino-Kilpi H. & Vehviläinen-Julkunen K. 2008. Hoitotiede ja tiede-etiikka. *Hoitotiede* 20(6), 295-303.
- Erlandsson K., Saflund K., Wredling R. & Rådestad I. 2011. Support After Stillbirth and Its Effect on Parental Grief Over Time. *Journal of Social Work in End-of-Life & Palliative Care* 7 (2), 139-152.
- Eskola J. & Vastamäki J. 2001. Teemahaastattelu: opit ja opetukset. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) *Ikkunoita tutkimuksen metodeihin 1*. Gummerus Kirjapaino Oy, Jyväskylä, 24-42.
- Fletcher P. 2002. Experiences in family bereavement. *Family and Community Health* 25(1), 51-71.
- Geron Y., Ginzburg K. & Solomon Z. 2003. Predictors of bereaved parents' satisfaction with group support: An Israeli perspective. *Death Studies* 27, 405-426.
- Hirsjärvi S., Remes P. & Sajavaara P. 2010. Tutki ja kirjoita. 15.-16. Painos. Kariston Kirjapaino Oy. Hämeenlinna.
- Hyväri S. 2005. Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa M. Nylund & A.B. Yeung (toim.). *Vapaaehtoistoiminta: Anti, arvot ja osallisuus*. Vastapaino. Tampere, 214-217.
- Janhonen S. & Nikkonen M. 2001. Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. WSOY. Juva.
- Jantunen E. 2008. Osalliseksi tuleminen – masentuneiden vertaistukea jäsentävä substantiivinen teoria. *Diakonia ammattikorkeakoulu*. Tampere.

Karlsson M. 2002. Själv men inte ensam, Om Self-Help Groups i Sverige. Stockholms Universitet Institutionen för social arbete Socialhögskolan. Edsbruk.

Kavanaugh K., Trier D. & Korzec M. 2004. Social support following perinatal loss. *Journal of Family Nursing* 10(1), 70–92.

Kinanen M. 2009. Surusäkki. Vertaisryhmätyöskentelyä lasten sururyhmille. Otavan Kirjapaino Oy. Keuruu.

Kitson C. 2002. Fathers experienced stillbirth as a waste of life and needed to protect their partners and express grief in their own way. *Evidence Based Nursing* 5 (2), 61-65.

Korpela T. 2003. Moni saa apua vertaistuesta. Ryhmässä parempi kuin yksin. *Socius. Sosiaali- ja terveystieteellinen aikakauslehti* 5, 18-19.

Kuula A. 2011. Tutkimusetiikka. Aineiston hankinta, käyttö ja säilytys. 2.painos. Vastapaino. Tampere.

Kylmä J. & Juvakka T. 2007. Laadullinen terveystutkimus. Edita Prima Oy. Helsinki.

Laimio A. & Karnell S. 2010. Vertaistoiminta – kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa T. Laatikainen (toim.). Vertaistuki kannattaa. Asumispalvelusäätiö. Helsinki. 9–19.

Malin M-L. 2000. Vertaisryhmä elinvoimaa kasvattamassa. Teoksessa M-L. Malin (toim.) *Verkostot ja vertaiset*. Painoteollisuus Oy. Helsinki. 17-26.

Matzat J. 2002. The Development of Self-Help Groups and Support for Them in Germany. *International Journal of Self- Help & Self Care* 1(4), 307- 322.

McCreight B. S. 2004. A grief ignored: Narratives of pregnancy loss from a male Perspective. *Sociology of Health and Illness* 26, 326-350.

Munnukka T., Kiikkala I. & Valkama K. 2005. Vertaiset verkossa. Teoksessa M. Nylund & A.B. Yeung (toim.). *Vapaaehtoistoiminta: Anti, arvot ja osallisuus*. Vastapaino. Tampere. 236–254.

Murphy S., Johnson C., Lohan J. & Tapper V. 2002. Bereaved parent's use of individual family and community resources 4 to 60 months after a child's violent death. *Family Community Health* 25(1), 71-82.

Nikkola I., Kaunonen M. & Aho A.L. 2013. Mother's experience of the support from bereavement follow-up intervention after the death of a child. *Journal of Clinical Nursing* 22(7/8), 1151-1162.

Nylund M. 2000. *Varieties of Mutual Support and Voluntary Action. A Study of Finnish Self-Help Groups and Volunteers.* Finnish Federation for Social Welfare and Health. Helsinki.

Nylund M. 2005. Vertaisryhmät kokemuksen ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa M. Nylund & A.B. Yeung (toim.). *Vapaaehtoistoiminta: Anti, arvot ja osallisuus.* Vastapaino. Tampere. 195–213.

O'Leary J. & Thorwick C. 2006. Father's perspectives during pregnancy, postperinatal loss. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing* 35 (1), 78-86.

Parahoo K. 2006. *Nursing Research. Principles, Process and Issues.* 2.painos. MacMillan, New York.

Parviainen K., Aho A.L. & Kaunonen M. 2012. Vanhempien kokemuksia yksilövertaistuesta lapsen kuoleman jälkeen. *Hoitotiede* 24(2), 150-162.

Reilly-Smorawski B., Armstrong A. & Catlin E. 2002. Bereavement support for couples following death of a baby: Program development and 14-year exit analysis. *Death Studies* 26, 209-235.

Riley L., La Montage L., Hepworth J. & Murphy B. 2007. Parental grief responses and personal growth following the death of a child. *Death Studies* 31, 277–299.

Ruusuvuori J. & Tiittula L. 2005. *Haastattelu, tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus.* Gummerus. Jyväskylä.

Samuelsson M., Radestad I. & Segesten K. 2001. A waste of life: Fathers' experience of losing a child before birth. *Birth* 28(2), 124-130.

Silverman D. 2000. *Doing Qualitative Research. A Practical Handbook.* Sage Publications Ltd. Great Britan.

Stroebe M., Stroebe W. & Schut H. 2003. Bereavement research: methodological issues and ethical concerns. *Palliative Medicine* 17, 235-240.

Svensson J., Barclay L. & Cooke M. 2006. The concerns and interests of expectant and new parents: Assessing learning needs. *The Journal of Perinatal Education* 15, 18-27.

Swartwood R.M., Veach P.M., Kuhne J., Lee H.K. & Ji K. 2011. Surviving grief: An analysis of the exchange of hope in online grief communities. *Omega – Journal of Death & Dying* 63 (2), 161–181.

Tilastokeskus 2013. Kuolleena syntyneet ja alle vuoden iässä kuolleet peruskuolemansyyn mukaan 1998–2011. Viitattu 11.3.2013 Saatavilla: <http://www.tilastokeskus.fi/>

Tuomi J. & Sarajärvi A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Tammi. Jyväskylä.

Vuorinen M. 2002. Meidän ryhmä – hyvä juttu: kokemuksia ja tuloksia oma-aputoiminnasta. Mielenterveyden Keskusliitto. Printway Oy. Vantaa.

Vilén M., Leppämäki P. & Ekström L. 2002. Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosiaali- ja terveysalalla. WSOY. Helsinki.

Wilska-Semer K. 2005. Voimaantumisen vammaisten naisten vertaisryhmässä. Teoksessa M. Nylund & A.B. Yeung (toim.). *Vapaaehtoistoiminta: Anti, arvot ja osallisuus*. Vastapaino. Tampere. 255-273.

Wijngaards-de Meij L., Stroebe M., Schut H., Stroebe W. & Dijkstra I. 2008. Parents grieving the loss their child: interdependence in coping. *British Journal of Clinical Psychology* 47, 31-42.

Wood J.D. & Milo E. 2001. Father's grief when a disabled child dies. *Death Studies* 25 (8), 635–635.

Liite 1. Tutkimuksen teema-alueet

Tutkimuksen elektronisen kyselylomakkeen ja haastattelun teema-alueet muodostuvat seuraavasti:

1. Haastateltavien taustatiedot

- ikä
- sivilisaatio
- koulutustaso
- työssäkäynti
- kokemus terveydentilasta
- suhde kuolleeseen lapseen

2. Lapsen kuolemaan liittyvät taustatiedot

- kuolleiden lasten lukumäärä
- kuolleen lapsen sukupuoli
- lapsen kuolinikä
- kuinka pitkä aika lapsen kuolemasta
- kuinka pitkään tieto lapsen kuolemasta ennen kuolemaa
- lapsen kuolinsyy

3. Haastateltavien taustatiedot vertaistukiryhmistä

- mistä sai tiedon ryhmästä
- mitä kautta hakeutui ryhmään
- kuinka pitkään ollut ryhmässä
- mahdollinen osallistuminen muihin vertaisryhmiin

4. Haastateltavien vertaisena olemisen merkitykset

- mitä tarkoittaa vertainen
- mitä minulle merkitsee olla vertaisen tukijana/tuettavana

5. Vertaistukiryhmissä saatu tuki

- miksi osallistuu ryhmään
- minkälaista tukea toivonut
- minkälaista tukea saanut ryhmästä
- minkälaisia hyötyjä/haittoja kokenut ryhmästä

6. Vertaistukiryhmien merkitys surusta selviytymisessä

- minkälaiset asiat edistäneet surusta selviytymistä
- minkälaiset asiat estäneet surusta selviytymistä

Isien kokemuksia ryhmävertaistuesta lapsen kuoleman jälkeen

Arvoisa vastaaja!

Olen Tampereen yliopiston Terveystieteiden yksikön maisteriopiskelija ja teen pro gradu-työtäni yksikön suruhankkeessa.

Tutkimukseni tarkoituksena on kuvata lapsensa kuoleman kokeneiden isien kokemuksia ryhmävertaistuesta lapsen kuoleman jälkeen. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa isien vertaistukikokemuksista.

Olet osallistunut miehille järjestettävään vertaistukiryhmään. Toivon sinun vastaavan lomakkeessa oleviin kysymyksiin omien kokemuksiesi pohjalta. Kyselylomakkeessa on sinuun, lapseesi ja vertaistukiryhmään liittyviä taustatietoja sekä vertaistukikokemuksiin liittyviä avoimia kysymyksiä. Lomakkeen täyttäminen on mahdollista 4.5. saakka, mutta toivon Sinun vastaavan siihen mahdollisimman pian.

Toivon, että jaksat vastata kysymyksiin ja sitä kautta jakaa omaa arvokasta ja tärkeää tietoaasi. Sen avulla voidaan tuottaa ensiarvoisen tärkeää tieteellistä tietoa, jota voidaan hyödyntää isien vertaistukemisen kehittämisessä lapsen kuoleman jälkeen.

Noudatan tutkimuksessani tutkimuseettisiä periaatteita ja keräämäni tutkimusaineisto tulee vain tutkimushankkeen käyttöön. Tutkimustani ohjaavat TtT, yliassistentti Anna Liisa Aho ja TtT, professori Marja Kaunonen. Tutkimuksessa kerätty aineisto säilytetään asianmukaisesti ja tutkimukseen osallistuvien tunnistetiedot hävitetään.

Tutkimusaineisto kerätään ohessa olevalla e-lomakeella ja haastattelulla, johon pyydän kyselylomakkeen lopussa Sinulta lupaa. Haastattelut toteutetaan toukokuun aikana. Mikäli annat suostumuksesi, sovin kahdenkeskisen haastattelun kanssasi sinulle sopivana ajankohtana ja paikassa.

Kiitän tutkimukseen osallistumisesta.

Ystävällisin terveisin

Jani Henttinen