

# **VERTAISRYHMÄ NUOREN ÄIDIN TUKENA**

## **Tyttöjen Talon nuorten äitien toiminnan tarkastelua**

Helsingin yliopisto  
Käyttäytymistieteellinen tiedekunta  
Opettajankoulutuslaitos  
Kotitalousopettajan koulutus  
Pro gradu -tutkielma  
Kotitaloustiede  
Kesäkuu 2016  
Terhi Peltokorpi

Ohjaaja: Kaija Turkki



Tiedekunta - Fakultet - Faculty Käyttäytymistieteellinen		Laitos - Institution - Department Opettajankoulutuslaitos	
Tekijä - Författare - Author Peltokorpi Terhi			
Työn nimi - Arbetets titel Vertaisryhmä nuoren äidin tukena. Tyttöjen Talon nuorten äitien toiminnan tarkastelua.			
Oppiaine - Läroämne - Subject Kotitaloustiede			
Työn laji/ Ohjaaja - Arbetets art/Handledare - Level/Instructor Pro gradu -tutkielma / Kaija Turkki		Aika - Datum - Month and year Kesäkuu 2016	Sivumäärä - Sidoantal - Number of pages 145 s + 3 liitesivua
Tiivistelmä - Referat - Abstract <p><b>Tavoitteet.</b> Näkemys sopivasta äitiydestä on vahvasti kulttuurisidonnainen ja normitettu. Nuorena äidiksi tulo on poikkeama normista ja sitä pidetään jopa vääränä valintana. Nuoren äidin kykyä selvittää äitiydestä ja arjesta epäillään usein. Uuden elämäntilanteen keskellä nuoret äidit tarvitsevat tukea, jota he voivat saada esimerkiksi vertaisryhmästä.</p> <p>Tämän tutkimuksen tavoitteena on kuvata nuorten äitien näkemyksiä äitiydestä ja arjesta ja selvittää, miten vertaisryhmätoiminnan avulla voitaisiin tukea nuorten äitien arjen hallintaa. Tutkimus ja sen viitekehys rakentuu nuoruuden, äitiyden, arjenhallinnan ja vertaisryhmätoiminnan ympärille. Arjen hallinnan määrittelyyn teoreettista taustaa luo Liisa Haverisen (1996) kotitaloustieteen väitöstutkimuksessa esittämä teoria arjen hallinnasta. Tutkimuksen pääkysymyksiä ovat mm. millaista on nuori äitiys, miten äidit määrittelevät arjen hallinnan käsitteen omassa elämässään ja miten nuorten äitien vertaisryhmätoiminta tukee toimintaan osallistuvia äitejä ja heidän arjen hallintaa?</p> <p><b>Menetelmät.</b> Tutkimuksen aineisto kerättiin haastattelemalla yhdeksää 20–22-vuotiasta Helsingin Tyttöjen Talon nuorten äitien vertaisryhmätoimintaan osallistunutta yhden lapsen äitiä ja kahta toiminnan ohjaajaa teemahaastatteluna. Ohjaajien haastattelu toteutettiin parihaastatteluna ja äitien haastattelut yksilöhaastatteluina. Aineisto analysoitiin sisällönanalyysillä käyttäen apuna Atlas.ti laadullisen aineiston analyysiohjelmia.</p> <p><b>Tulokset ja johtopäätökset.</b> Nuorena äidiksi tulo oli iso elämänmuutos. Nuoret äidit kokivat erottautuvansa ikänsä vuoksi voimakkaasti muista äideistä. Äitiys oli myös erotko äitien ensisiin ystäviin nähden. Äidit kokivat tulevansa hyväksytyksi vertaisryhmässä omina itsenään ja saivat samanlaisessa elämäntilanteessa olevia ystäviä. Ryhmän tuki ja sosiaaliset suhteet olivat merkityksellisiä äideille. Äidit määrittivät arjen hallintaan kuuluvan rytmin ja kodin arkisten askareiden sujumisen. Ryhmätoiminta auttoi rytmittämään vauvan syntymän jälkeen haastavaksi muuttunutta arkea ja toi siihen sisältöä. Vertaisryhmässä saatu tuki, konkreettiset neuvot ja keskustelut muiden äitien kanssa auttoivat arjen hallinnassa. Vertaisryhmätoiminnan ohjaajien ja äitien näkemykset toiminnan merkityksestä äideille olivat yhteneväisiä.</p> <p>Tutkimuksen tulokset lisäävät tietämystä nuorten äitien arjesta, arjen hallinnasta ja vertaisryhmätoiminnan merkityksestä arjen hallinnassa. Tuloksia voidaan hyödyntää nuorten äitien vertaisryhmätoiminnan suunnittelussa ja kehittämisessä. Vertaisryhmätoiminnan vaikuttavuutta voisi selvittää myös pitkittäistutkimuksella seuraten perheitä koko ryhmätoimintaan osallistumisen ajan. Toiminnan kehittämiseksi tarvittaisiin lisää tutkimustietoa ryhmien toiminnallisuuden lisäämisen ja yhdessä tekemisen vaikutuksista arjen hallinnan tukemisessa.</p>			
Avainsanat - Nyckelord äitiys, nuori, arjen hallinta, vertaistuki, vertaisryhmä			
Säilytyspaikka - Förvaringsställe - Where deposited Helsingin yliopiston kirjasto – Helda / E-thesis (opinnäytteet) <a href="http://ethesis.helsinki.fi">ethesis.helsinki.fi</a>			



Tiedekunta - Fakultet - Faculty Behavioural Sciences		Laitos - Institution - Department Teacher Education	
Tekijä - Författare - Author Peltokorpi Terhi			
Title Peer support group			
Oppiaine - Läroämne - Subject Home Economics science			
Työn laji/ Ohjaaja - Arbetets art/Handledare - Level/Instructor Master's Thesis / Kaija Turkki		Aika - Datum - Month and year May 2016	Sivumäärä - Sidoantal - Number of pages 145pp. + 3 append.
Tiivistelmä - Referat - Abstract <p><i>Aims.</i> Vision of good motherhood is culturally dependent and standardized. Adolescent motherhood is not common and many times it is considered negative. Young mothers ability to cope with children and everyday life is questioned many times.</p> <p>The purpose of this Master's thesis is to describe adolescent mothers' views on motherhood and their daily life and to find out how peer group could be used to support their everyday life. The theoretical background is based on theory of mastery of everyday life in home economics science (Haverinen, 1996) and research of everyday life and peer groups. The main research questions are for example: what is young maternity, how do mothers define the mastery of everyday life in their own lives and how peer groups of young mothers supported the other adolescent mother and helped them in the mastery of everyday life?</p> <p><i>Methods.</i> The data of this study were collected by interviewing nine 20-22 years old one child mothers, who were taking part of young mothers peer support group in Tyttöjen talo in Helsinki and two registered midwives, who were working as mentor in these groups. The classification of research data were .. data-based. The data were analysed in Atlas.ti –qualitative analysis program using content analysis.</p> <p><i>Results and conclusions.</i> Most of the mothers thought that becoming a mother at a young age separates them quite strongly from the other youth. In the peer group the mothers got many friends who were in the similar life situations. Adolescent mothers considered the group support and the social relationship very important to themselves. They felt that they could be accepted characterized by themselves too. Group activities were effective and helped mothers to keep the rhythm in their everyday life. Discussions with the other mothers, the practical advice and the work in the peer groups cause positive effects to young mothers mastery of everyday life. Peer counselors and mothers' views on the importance of the activities for the mothers were similar.</p> <p>The results of this study give information on adolescent mothers everyday life and mastery of it. Findings can be used for planning activities and organizing young mothers peer groups. Peer group effectiveness can also be researched with longitudinal studies following the same families throughout the period of participation in peer group activities. When developing the activities it would be necessary to do further research on how adding more functionality to the groups and the cooperation assists the mothers mastery of everyday life.</p>			
Keywords Maternity, adolescent, mastery of everyday life, peer support, peer group			
Säilytyspaikka - Förvaringsställe - Where deposited City Centre Campus Library – Helda / E-thesis (opinnäytteet) <a href="http://ethesis.helsinki.fi">ethesis.helsinki.fi</a>			

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	1
2	NUORUUS.....	4
	2.1 Nuoruus elämänvaiheena .....	4
	2.2 Ikuinen nuoruus .....	7
	2.3 Nuoruuden päättyminen.....	8
3	ÄITIYS .....	11
	3.1 Äitielämää .....	11
	3.2 Nuorena äitinä.....	16
	3.2.1 Nuori äitiys erotekona .....	21
	3.2.2 Nuori äitiys elämänvalintana .....	23
4	ARKI JA ARJEN HALLINTA .....	27
	4.1 Arki, mitä se on? .....	27
	4.2 Arjen hallinta .....	30
	4.3 Lapsiperheen arki .....	35
	4.4 Äidin arki .....	40
5	VERTAISRYHMÄTOIMINTA .....	42
	5.1 Vertaisryhmätoiminta ja yhteisöllisyys .....	42
	5.2 Vertaisryhmätoiminta arjen tukena .....	48
6	TYTTÖJEN TALO .....	53
	6.1 Sukupuolisensitiivinen tyttötyö .....	53
	6.2 Tyttöjen Talon toiminta.....	54
	6.2.1 Avointa ja suljettua toimintaa .....	55
	6.2.2 Nuorten äitien toiminta Tyttöjen Talossa.....	55
	6.3 Helsingin Tyttöjen Talon toiminnasta tehtyjä tutkimuksia .....	57

7	TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	59
8	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS JA AINEISTO.....	63
	8.1 Tyttöjen Talon toimintaan tutustuminen .....	63
	8.2 Tutkimusaineiston kerääminen .....	65
	8.3 Tutkimusaineiston analysointi .....	70
	8.4 Haastateltavien kuvaus.....	74
9	TUTKIMUSTULOKSET .....	77
	9.1 Äitien kokemus nuoresta äitiydestä .....	77
	9.2 Äitien kokemus nuoresta äitiydestä erotekona .....	79
	9.3 Äitien kokemus arjesta ja arjen hallinnasta.....	84
	9.4 Äitien kokemus vertaistuesta ja sen merkityksestä arjen hallinnassa.	89
	9.5 Ohjaajien näkemys nuoresta äitiydestä, vertaisryhmätoiminnasta ja sen merkityksestä arjen hallinnassa .....	100
10	POHDINTA .....	106
	10.1 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	106
	10.2 Tutkimustulosten tarkastelu .....	110
	10.3 Jatkotutkimusaiheita ja kehittämisideoita .....	123
	10.4 Tutkimuksen antia .....	124
	LÄHTEET .....	127
	LIITTEET .....	146
	Liite 1. Kirje äideille .....	146
	Liite 2. Nuorten äitien toiminnan ohjaajien haastattelun teemarunko.....	147
	Liite 3. Nuorten äitien haastattelun teemarunko.....	148

# 1 Johdanto

Ensisynnyttäjien keski-ikä on noussut Suomessa viimeisen kolmen vuosikymmenen aikana noin kolmella vuodella, ollen vuonna 2014 jo 28,6 vuotta. Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirissä ensisynnyttäjät ovat muuta maata iäkkäämpiä, täällä ensisynnyttäjien keski-ikä oli 29,8 vuotta. Nuorten alle 20-vuotiaiden ensisynnyttäjien osuus on laskenut 25 vuodessa lähes puoleen, eli 3,2 prosentista 2,0 prosenttiin. (Perinataalitalasto, 2015.)

Pohjoismaista Tanskassa, Ruotsissa ja Norjassa nuorten 15-19-vuotiaiden synnytykset ovat suhteellisesti Suomea matalammalla tasolla. Läntisen Euroopan maista teiniraskauksien osuus on suurin Englannissa ja Walesissa. Teiniraskauksien määrä on laskenut lähes kaikkialla maailmassa, mutta ne ovat edelleen yleisiä kehittyvissä, matalamman tulotason maissa (Guttmacher Institute, 2010; Sedgh ym., 2015). Arviolta 17 miljoonaa nuorta alle 20-vuotiasta naista tulee joka vuosi äidiksi (WHO, 2014). Nuorten synnyttäjien osuus kaikista synnyttäjistä on suurin Saharan eteläpuoleisessa Afrikassa (16 % alueen synnytyksistä), Keski-, Etelä- ja Koillis-Aasiassa (12 % alueen synnytyksistä) ja Latinalaisen Amerikan maissa ja Karibialla (18 % alueen synnytyksistä). (Guttmacher Institute, 2010.) Kaiken kaikkiaan yli 11 % kaikista maailman lapsista syntyy alle 20-vuotiaille äideille (WHO, 2012).

Nuorena äidiksi tulo on useimmiten erityisesti länsimaissa suunnittelematonta, mutta lapsen syntymä ja vanhemmuus voi siitä huolimatta olla nuorelle myönteinen kokemus (Halonen & Apter, 2010). Nuoren äidin elämä voi poiketa voimakkaasti sekä todellisuudeltaan että tavoitteiltaan keskimääräisen äidiksi tulevan naisen elämästä. Nuoret äidit tarvitsevatkin äitiyteensä ja elämänhallintaansa usein erilaista tukea kuin vanhempina perheen perustavat naiset. (Laari, 2005.) Erityisesti nuorille äideille suunnatun tuen tarve on kiistaton.

Nuorten kasvun ja kehityksen tukemiseen on kehitelty erilaisia toimintamalleja. Tyttöjen Talo järjestää 12-28-vuotiaille tytöille ja nuorille naisille monenlaista yhteisöllistä toimintaa ja tukee heitä erilaisissa elämänvaiheissa. Toimintaa on viidellä paikkakunnalla: Helsingissä, Turussa, Tampereella, Oulussa ja Kuopiossa. Hel-

singin Tyttöjen Talo on toiminut jo vuodesta 2000 ja muiden talojen toiminta on alkanut myöhemmin. Toiminnan päärahoittajana on Raha-automaattiyhdistys. Helsingin Tyttöjen Talo on kumppanuustalo, joka toimii yhteistyössä kaupungin nuori-soasiainkeskuksen, Kalliolan Nuoret ry:n ja Setlementtinuorten liitto ry:n kanssa. (Mulari, Eischer & Uusitalo-Herttua, 2012.) Helsingin Tyttöjen Talossa on ollut vuodesta 2004 lähtien omaa toimintaa ja tukimuotoja nuorille alle 21-vuotiaille äideille (Helsingin Tyttöjen talo, 2015).

Monella nuorella on nykyään puutteita arjen hallinnan kannalta välttämättömien taitojen osaamisessa, eivätkä tiedot ja taidot välttämättä siirry kotona vanhemmilta lapsille kuten aiemmin (Haverinen, 2008). Arjen hallinnan taitoja tarvitaan monipuolisesti jokapäiväisessä elämässä. Arjen hallinnan taidot pohjaavat tietoon, joka mahdollistaa toiminnan. Taidot ilmenevät ihmisen kykynä kantaa vastuuta itseltään ja elämästään, mutta myös lähiyhteisöstään, niin kotona, kuin kodin ulkopuolellakin. (Haverinen, 1996.)

Haverinen (1996) jakaa kotitaloustieteen väitöstutkimuksessaan arjen hallinnan ulkoiseen ja sisäiseen arjen hallintaan. Ulkoinen arjen hallinta ilmenee taitona ja kykynä tehdä arjen askareet. Sisäinen arjen hallinta on yksilölle muodostuva oma-kohtainen tunne jokapäiväisestä arjesta selviytymisestä. Ihmisten arjen hallintataidot voivat olla eri tasoisia, Haverinen jaottelee arjen hallinnan kolmitasoiseksi: osaava arjen hallinta, taitava arjen hallinta ja ymmärtävä arjen hallinta.

Kotitaloustieteen tehtävänä on tuottaa tietoa kotitalouksien arjesta, ilmiöistä ja niiden teoreettisista perusteista (Rauma, 2003). Kotitaloustieteellisen tiedon avulla voidaan auttaa perheitä selviämään arjesta muuttuvan yhteiskunnan ja ympäristön keskellä ja edistää perheiden hyvinvointia (Turkki, 1999). Ihmiset kokevat kuitenkin arjen eri tavoin ja antavat sille erilaisia merkityksiä, joten arkea pitäisi tutkia erityisesti ihmisen omista kokemuksista käsin (Heinilä, 2009).

Olen aiemmalta koulutukseltani kättilö (AMK) ja sairaanhoitaja (AMK). Havahduin kotitalousopettajaopintojeni alussa huomaamaan kättilön ja kotitalousopettajan osaamisvaatimuksissa ja työalassa samoja osa-alueita. Tutkin kandidaatin tut-

kielmissani ensisynnyttäjä-äitien arjen hallintaa ja ateriarytmiä ja haastattelin silloin noin 30-vuotiaita ja sitä vanhempia äitejä. Tutkielmani jälkeen kiinnostuin siitä, miten nuorten ensisynnyttäjien kokemus arjesta eroaa iäkkäämpänä lapsensa saaneiden naisten kokemuksesta. Työkokemukseni kättilönä ja oma arkeni äitinä sekä lukuisat kontaktit lapsiperheisiin ovat lisänneet kiinnostusta perheiden arjen kysymysten pohdintaan. Viimeisen sysäyksen tämän tutkimuksen aiheeseen sain keskusteltuani asiasta Tyttöjen Talon nuorten äitien toimintaa ohjaavien kättilöiden kanssa.

Tutkimukseni tarkoituksena on selvittää mikä merkitys nuorten äitien vertaisryhmätoiminnalla on alle 21-vuotiaille äideille ja heidän arjen hallinnan kokemukselleen, sekä kuvata sitä, miten äidit itse määrittelevät arjen hallinnan. Vertaisryhmätoiminnan merkitys perheiden elämäntilanteiden tukena mainitaan useissa tutkimuksissa tärkeänä jatkotutkimusaiheena (Häggman-Laitila & Pietilä, 2007a). Nuorten äitien kokemuksia, tunteita ja valintoja sekä vertaisryhmätoiminnan vaikutuksia on tutkittu jonkin verran, mutta vertaisryhmätoiminnan merkityksestä nuorten äitien arjen hallinnassa on erittäin vähän tutkittua tietoa. Tarkoitukseni on antaa nuorten äitien kertoa itse omista tarpeistaan, eikä arvioida niitä vain ulkoapäin (ks. Puuronen 1997, s. 9). Tutkimusmenetelmänä käytän haastattelua, joka mahdollistaa tutkittavien omien näkemysten ja tulkintojen esilletulon (ks. Tolonen & Palmu, 2007, s. 90). Tutkimusaineisto on kerätty haastattelemalla yhdeksää Tyttöjen Talon nuorten äitien toimintaan osallistunutta ensisynnyttäjä-äitiä ja kahta nuorten äitien toiminnan ohjaajaa.



## 2 Nuoruus

Ihmiselämä jaetaan lapsuuteen, nuoruuteen, aikuisuuteen ja vanhuuteen. Nuoruus määritellään yleensä alkavan murrosiässä, noin 11-vuotiaana ja päättyvän noin 23-vuotiaana. Nuoruus voidaan jakaa kehitysvaiheiden mukaan varhaisnuoruuteen (11-14 vuotta), varsinaiseen nuoruuteen (14-18 vuotta) ja myöhäisnuoruuteen (18-vuotiaasta lähtien). (Laine, 2002, s. 107.) Täysi-ikäisyyden raja on asetettu Suomessa lainsäädännössä 18 vuoteen. Sitä ei kuitenkaan yleisesti pidetä rajana nuoruuden ja aikuisuuden välillä (ks. esim. Kuussaari, Pietikäinen & Puhakka, 2010; Myllyniemi, 2009). Myöskään käsitteiden aikuisuus ja aikuinen sisällöt ja erot suhteessa nuoruuteen eivät ole yksiselitteisiä (Myllyniemi, 2009, s. 138).

### 2.1 Nuoruus elämänvaiheena

Nuoruudesta tuli kaikkia ihmisiä koskettava elämänvaihe vasta koululaitoksen synnyttyä, kun lapsuudesta ei siirrytty suoraan aikuisuuteen, työelämän palvelukseen, vaan siirtymävaihe piteni useammaksi vuodeksi (Koivusilta & Rimpelä, 2000, s. 155). Tätä aiemmin nuoruuden alkaminen tarkoitti usein työnteen aloittamista (Markkola, 2003, s. 143–144). Muutos nuorten työssäkäynnissä on ollut viimeisen sadan vuoden aikana merkittävä. Alle 20-vuotiaiden nuorten työssäkäynti väheni erityisesti 1990-luvun loppupuolella, eikä nuoria voitu enää jakaa aiempaan tapaan heidän ammattitaustansa mukaan eri ryhmiin, vaan he olivat yleensä koululaisia ja opiskelijoita (Haapala, 2003, s. 78–80). Viime vuosikymmeninä nuorten suhteellinen osuus on vähentynyt, mutta nuorten näkyvyys yhteiskunnassa on kasvanut: lapsuuden ja aikuisuuden väliin jää selkeä nuoruuden ajanjakso (mts. 67). Nuorisotutkija Tommi Hoikkala (1989, s. 92) pohtiikin miksi nuoruus kiinnostaa aikuisia. Hän toteaa, että nuoruudella on voimakas symbolinen merkitys, kuva tulevasta, mutta samaan aikaan nuoruus ja nuoruuteen liittyvät asiat aiheuttavat julkisessa puheessa huolta, pelkoa ja toiveita.

Nuoruudesta piirretään yhteiskunnassa monenlaista kuvaa. Toisaalta nuoruus on tavoiteltavaa, mutta samalla nuoriso on nähty yhteiskunnallisessa tarkastelussa viimeisen sadan vuoden aikana yleensä ongelmana (Haapala, 2003, s. 82). Nuo-

ruus kuvataan myös eri medioissa nuoria käsittelevissä artikkeleissa useimmiten kielteisessä ja stereotyyppisiä käsityksiä vahvistavassa sävyssä, mikä voi aiheuttaa osittain nuorten marginalisaatiota (Aapola-Kari, 2006, s. 20). Jopa perheellistymisen myöhentyminen nähdään nuoriin liittyvänä ongelmana (Oinonen, 2001, s. 112). Erikoistutkija Pasi Koski (2007, s. 20) muistuttaa, että ympäristö, jossa nuoret elävät on muuttunut ja erilaisten virikkeiden runsaus ja merkitysten moninaisuus tekevät identiteetin rakentamisesta vaikeampaa. Toisaalta nuorisotutkimuksen professori emerita Helena Helve (2010, s. 86) pohtii, onko maailma, jossa tämän päivän nuoret elävät nuoruuttaan, niin erilainen verrattuna heidän vanhempensa nuoruuden ympäristöön, että nuorten ja vanhempien voi olla mahdotonta ymmärtää täysin toisiaan.

Nuoruusikä on ihmisen elämässä suurten muutosten aikaa. Nuoren vartalo muuttuu aikuismaiseksi ja nuori kehittyy sukukypsäksi. (Cacciatore, 2010, s. 65.) Samaan aikaan nuori kehittyy psyykkisesti ja kognitiivisesti valmistautuakseen aikuisuuteen (Laukkanen, 2010, s. 60 ). Nuoruus ei kuitenkaan ole muista ihmiselämän kehitysvaiheista irrallinen. Nuoruuden kokemuksiin ja kehitykseen vaikuttavat nuoren lapsuuskokemukset ja tausta, kuten asuinpaikka, vuorovaikutussuhteet ja perheen sosiaalinen tausta (Haapala, 2003, s. 73). Nuori tarvitsee nuoruuden kehitysvaiheissa palautetta ja tukea ympäristöltään, koska vaikeudet aikuistumiskehityksessä voivat aiheuttaa jopa pitkäaikaisia psyykkisiä ongelmia (Laukkanen, 2010, s. 60). Nuoruuden onnistunut kehitysvaihe näkyy kykynä kantaa vastuuta omasta elämästään, terveydestään ja hyvinvoinnistaan (Koivusilta & Rimpelä, 2000, s. 156–157).

Ihmissuhteet muotoutuvat nuoruusaikana uudelleen. Nuori irrottautuu vanhemmistaan ja muodostaa heihin aikuisten välisen vuorovaikutussuhteen. Samanikäisten kavereiden merkitys korostuu ja nuori peilaa itseään heihin. Suhteet samanikäisiin nuoriin ovat erittäin tärkeitä, sosiaalisesta vuorovaikutuksesta ulkopuolelle jääminen voi estää nuoren suotuisan kehityksen. Vanhemmista irtautumiseen liittyvät ongelmat voivat aiheuttaa nuorella käytöshäiriöitä tai johtaa hänet hakemaan turvaa muista ihmissuhteista. Tyttöillä tämä voi ilmetä esimerkiksi hakeutumisena suhteeseen huomattavasti itseään vanhemman seurustelukumppanin kanssa.

(Laukkanen, 2010, s. 61.) Mikäli nuori ei saa vanhemmiltaan riittävästi tukea ja kotona on sosiaalisia ongelmia, nuoren aikuistuminen voi vaikeutua ja ongelmat voivat jopa periytyä seuraavalle sukupolvelle (Helve, 2002, s. 152). Irtautuminen vanhemmista ja kodin vaikutuksesta on osa nuoren itsenäistymiskehitystä. Nuoruuteen kuuluvat siirtymät, kuten kodin ulkopuolisten ihmissuhteiden vakiintuminen ja ammattiin valmistuminen, mahdollistavat nuoren itsenäistymisen ja lisäävät nuoren kykyä kantaa vastuuta itsestään ja läheisistään. Näiden siirtymien järjestys on kuitenkin eri ihmisillä erilainen ja niihin kuluva aika voi myös vaihdella paljon. (Koivusilta & Rimpelä, 2000, s. 157–159.)

Nuoruusikään kuuluu fyysinen ja psyykinen seksuaalinen kypsyminen ja sukupuoli- ja seksuaali-identiteetin muotoutuminen sekä omien arvojen ja maailmankuvan pohdinta (Laukkanen, 2010, s. 61–62). Raisa Cacciatoren (2010, s. 65) mukaan nuoret pohtivat arvojaan ja seksuaalisuuttaan verraten niitä ympäristön ja läheisten ihmisten arvoihin. Hänen mukaansa nuorilla voi olla voimistunut tarve samaistua kavereihinsa ja erottautua vanhemmistaan ja näiden kontrollista. Nuorisotutkimusverkoston tutkija Mikko Salasuo (2007, s. 51–52) taas kyseenalaistaa pääkaupunkiseudun nuorten maailmaa selvittävässä tutkimuksessaan näkemyksen, että nuoret vertaisivat aina itseään toisiin nuoriin. Hänen mukaansa nuorten yksilöllisyys on tänä päivänä usein täysin tiedostamatonta ja joustavaa ja nuoret kokevat yksilöllisyyden vapautena ja toivottavina mahdollisuuksina. Helve (2010, s. 81) arvioikin, että vaikka nuoren arvot ja maailmankuva muotoutuvat vuorovaikutuksessa nuoren lapsuus- ja nuoruusiän arkiympäristön ja sen arvojen kanssa, eri medioiden vaikutus on myös kasvanut.

Nuoren sukupuolella on ollut eri aikoina erilainen merkitys. Erityisesti maatalousvaltaisessa yhteiskunnassa tyttöjen ja poikien nuoruus erosi selvästi toisistaan sukupuoliroolittuneen työnjaon ja naisten ja miesten erilaisten roolien takia (Markkola, 2003, s. 130–131). Usein vähäiselle huomiolle on jäänyt, että aikaisemmin tyttöjen nuoruus oli lyhyempi kuin poikien, koska tytöt esimerkiksi avioituivat nuorempina kuin pojat (Puuronen, 1997, s. 43). Varhaisnuorisovaiheessa tyttöjen arvot ovat usein pehmeämpiä kuin poikien, jotka korostavat taloudellisia ja teknisiä, niin sanottuja kovia arvoja. Myöhäisemmässä nuoruusvaiheessa arvomaailmat

kuitenkin lähenevät toisiaan. Nuorten arvot ovat kuitenkin muuttuneet aiempaa voimakkaammin persoonallisuutta ja yksilöllisyyttä korostaviksi ja yhteiskuntakriittisiksi. (Helve, 2010, s. 83, 85.) Salasuo (2007, s. 31) käyttääkin osuvaa metaforaa ”atomisoitunut sukupolvi” kuvatessaan nuorison yksilöllistymistä ja arvojen heterogeenisyyttä.

## 2.2 Ikuinen nuoruus

Käsitys nuoruudesta on muuttunut eri aikoina. 1960-luvulla nuoruus symboloi vapautta ja elämyksellisyyttä. 1990-luvulla nuoruudesta tuli erityisen tavoiteltavaa. Medioiden luoma kuva ikuisesta nuoruudesta keski-ikäisten tai jo vanhempienkin elämäntyylinä loi fantasioita ja tavoitteita, joiden saavuttaminen oli tavallisille ihmisille lähes mahdotonta. (Relander, 2000, s. 282–286.) Haapala (2003, s. 82) huomii nuorten kehityksessä kiinnostavan muutoksen todetessaan, että samaan aikaan, kun biologinen aikuistuminen on varhentunut, nuoruus on yhteiskunnallisesta näkökulmasta pidentynyt ja aikuistuminen tapahtuu aiempaa myöhemmin. Hän viittaa kommentillaan siihen, että nuoret siirtyvät aiempaa myöhemmin työelämään ja tarvitsevat pitkään vanhemmiltaan taloudellista tukea (mt).

Helve (2002, s. 230–231) arvioi valtaosan 25-vuotiaista nuorista elävän, joko olosuhteiden pakosta tai omasta valinnastaan, aikuisuuden vastuista vapaata myöhäisnuoruutta, ja jopa hyljänneen aikuistumisen. Hän väittää myös, että monet yli 20-vuotiaan nuoret elävät elämää, jossa ei sitouduta työhön tai perheeseen, vaan toteutetaan itseään ja unelmiaan sekä eletään yksilöllistä, menevää sinkku-elämää (mt.). Oinonen (2001, s. 112–113) pohtii, johtuuko kuvatus näkemys nautintohakuisista ja vastuuttomista nuorista asenteiden ja arvostusten erilaisuudesta nuorten ja heidän vanhempiensa sukupolven välillä. Aalto ja Varjonen (2012, s. 37) pohtivat, eivätkö nuoret halua hankkia lapsia, koska he pelkäävät joutuvansa luopumaan jostain muusta. Väestöliiton Perhebarometri 2015 vahvistaa tällaista näkemystä. Nuoret aikuiset kertovat, etteivät he halua lapsia tai he aikovat siirtää lasten hankintaa myöhemmäksi, koska he eivät halua luopua elämäntyylistään ja sitoutua lapseen tai he kokevat perheellistymisen vaikeuttavan opiskelua ja työelämässä etenemistä (Miettinen, 2015). Sama näkökulma nousee esil-

le monissa tutkimuksissa. Psykologian yliopistonlehtori Merja Korhonen (2002, s. 39) kuvaa artikkelissaan nuorten luentopäiväkirjojen sisältämää pohdintaa nuoruudesta. Nuorten kirjoituksista nousee näkökulmia, jotka voivat olla häivyttämässä nuoruuden ja aikuisuuden rajaa: *”etsintä sallitaan nykyisin myös aikuisille: kokeillaan ja odotetaan, kunnes kaikki loksahda paikoilleen”* tai *”nuorena voi kokea, elää ja kokeilla”*. Korhonen kuvaa nuorten pohtivan myös, mikä vaikutus nuoruuden ja aikuisuuden rajaan on yksilöllistymisellä ja sillä, että ihmisten elämäntyyliit voivat nykyään olla heidän biologisesta iästä riippumatta samankaltaisia. Voidaan perustellusti kysyä, ovatko odotukset sekä nuoruutta, että aikuisuutta kohtaan muuttuneet?

### 2.3 Nuoruuden päättyminen

Aapola ja Ketokivi (2005) kuvaavat nuoren aikuistumista erilaisten polkujen metaforalla. Heidän mukaansa aikuistuvalla nuorella on edessään erilaisia haarautuvia polkuja, jotka voivat olla eri pituisia ja joiden kautta kulkeminen voi olla vaikeusasteeltaankin erilaista. Osa nuorista kulkee suoraa, helppoa, aiempien kulkijoiden valmiiksi tallemaa polkua pitkin. Joidenkin muiden nuorten matka aikuisuuteen kulkee sen sijaan mutkittlevien, vaikeampikulkuisten polkujen kautta. Nuoruus on pidentynyt sekä sosiaalisessa, että kulttuurisessa mielessä ja siirtymä nuoruudesta aikuisuuteen on eri ihmisillä aiempaa vaihtelevampaa (Helve, 2010, s. 86). Siirtymävaihe aikuisuuteen on myös aiempaa epämääräisempi ja sen ajatellaan pitkityneen (Oinonen, 2001, s. 109).

Suomalaiset nuoret muuttavat varhain lapsuudenkodistaan monien muiden Euroopan maiden nuoriin verrattuna (Myllyniemi, 2015, s.22). Kaksi kolmesta 20-vuotiaasta työstä on jo muuttanut omaan kotiin (SVT, 2014). Suomalaiset naiset muuttavat lapsuudenkodistaan keskimäärin 19-vuotiaina ja miehet 21-vuotiaina. Toisessa ääripäässä ovat Slovenia, jossa naiset muuttavat pois keskimäärin 28-vuotiaina, ja Kreikka, jossa miehet muuttavat keskimäärin lähes 31-vuotiaina. (Nikander & Pietiläinen, 2013.) Aikuistuvilla nuorilla voi olla useita erilaisia vaiheita ja siirtymiä itsenäisessä asumisessa ja kotoa pois muuttamisessa. Nuori voi muuttaa asumaan esimerkiksi yksin, yhdessä muiden nuorten kanssa tai avoliittoon, ja jopa

palata tämän jälkeen vanhempiensa luo. Nuoret voivat myös olla muuton jälkeen pitkään riippuvaisia vanhempiensa taloudellisesta tuesta. Taloudellisen riippumattomuuden saavuttamista hidastavat laajemmat yhteiskunnalliset ilmiöt, kuten pidentyneet opiskeluajat, nuorten vaikeus saada työtä, epätyypilliset työsuhteet ja nuorisotyöttömyys. (Oinonen, 2001, s. 111.) Edellä kerrottu kuvaa hyvin, miksi aikuistumisen määrittely yksittäisiin kriteereihin, kuten esimerkiksi itsenäiseen asumiseen perustuen on vaikeaa.

Nuoruuden päättymisen ulkoiset merkit olivat aikaisemmin selvempiä. Esimerkiksi 1800-luvulla naimisiin meno ja perheellistyminen merkitsivät maaseudulla aikuistumista. (Markkola, 2003, s. 152.) Nyt tutkijoilla on ristiriitaisia näkemyksiä siitä, mikä määrittää aikuisuutta. Esimerkiksi Helve (2002, s. 232) pitää työssäkäyntiä, perheellistymistä ja vastuullista kansalaisuutta yhteiskunnallisessa mielessä aikuisuuden määrittelijöinä. Relander (2000, s. 292) väittää, että psykologinen ja sosiaalinen aikuisuus ovat eriytyneet toisistaan ja aikuisuudesta kertovat yhä useammin ulkoiset merkit. Salonen (2005, s. 87) sen sijaan toteaa, että hänen haastattelemansa suomalaiset ja espanjalaiset nuoret eivät kokeneet esimerkiksi kotoa pois muuttamisen määrittelevän aikuistumista. Hänen mukaansa nuoret liittivät aikuisuuteen vastuun kantamisen ja pitivät erityisesti perheen perustamisen edellytyksenä kykyä kantaa vastuuta ja olla siten aikuinen (mts. 88). Toisaalta perheellistyminen tapahtuu aiempaa myöhemmin ja esimerkiksi Kuurre (2001a, s. 31) kirjoittaa Nuorten elinolot –vuosikirjassa, ettei se ole enää yhtä tärkeä asia määriteltäessä aikuistumisen rajaa kuin aiemmin. Oinonen (2001, s. 109) puolestaan nostaa samassa teoksessa aikuisuuden merkeiksi taloudellisen riippumattomuuden, oman kodin ja oman perheen, mutta toisaalta hän toteaa, että näiden kriteerien avulla aikuisuuden määrittäminen on nykyään vaikeaa ja kriteerien sisältö on myös osittain muuttunut. Hän muistuttaa, että yksinelävien ja myös omasta toiveestaan lapsettomien määrä kasvaa koko ajan, eikä näiden ihmisten aikuisuutta voi määrittellä perheen perustamisen ja parisuhteen vakiintumisen kriteerein (mts. 112–115, 119–120).

Nuorten omia näkemyksiä aikuisuuteen liitetystä määritteistä selvitettiin vuoden 2009 Nuorisobarometrin kyselyssä. Erityisesti väite ”Ihminen on aikuinen, kun hän

ottaa vastuun omista päätöksistään.” määritti nuorten mukaan selkeimmin aikuisuutta. (77% vastaajista täysin tai jokseenkin samaa mieltä). (Myllyniemi, 2009, s. 142.) Ketokivi (2002) haastatteli pro gradu -tutkielmaansa alle 30-vuotiaita yliopisto-opiskelijoita. Hän toteaa, että pitkä nuoruus koetaan hyväksyttäväksi normiksi. Opiskelijat yhdistivät perheellistymisen nuoruuden vapauden menettämiseen ja kokivat, että pitkän nuoruuden elettyään ei tarvitsisi katua perheellistymistä ja silloin olisi riittävän kypsä vanhemmaksi. (Mts. 113).

Salasuon (2007, s. 59–60) mukaan nuoret ovat yleensä varsin huolettomia tulevaisuuden suhteen, eivätkä esimerkiksi teini-ikäiset pääkaupunkiseudulla asuvat nuoret vielä ajattele, saati huolehdi tulevaisuudesta. Salasuo (mts. 32) kuitenkin muistuttaa, että siirtymät eri elämänvaiheesta toiseen ovat sidottuja ajalliseen kontekstiinsa. Siirtymille on olemassa kirjoittamattomat ajankohdat, joiden rikkominen nimetään vääräksi ajoitukseksi. Näistä poikkeamista voi olla yksittäisen ihmisen elämänkulkuun isojakin seuraamuksia, joista Salasuo mainitsee esimerkkinä ongelmat, joita seuraa nuorena raskaaksi tulosta. Raskaus ja lapsen syntymä eivät välttämättä ole aina ongelma, mutta ne voivat olla nopeuttamassa myös siirtymää nuoruudesta aikuisuuteen. Roberts, Graham ja Barter-Godfrey (2011) tutkivat 15–19-vuotiaana raskaaksi tulleiden nuorten kokemuksia Australiassa. Heikin kuvaavat raskausajan olleen nuorille siirtymävaihe aikuisuuteen, jolloin pitää tehdä itsenäisesti päätöksiä ja kantaa vastuuta.

## 3 Äitiys

Meillä jokaisella on mielikuva siitä, millainen on äiti. Mielikuvamme perustuu osin omiin kokemuksiimme ja osittain muualta omaksuttuihin malleihin ja näkemyksiin. Äidiksi tulo vaikuttaa naisen rooliin ja elämään voimakkaasti (Sevón, 2009). Naisen rooliin äitinä on kohdistunut aina voimakkaita näkemyksiä ja uskomuksia ja äitiys on itsessään jopa myytti (Nousiainen, 2002, s. 13).

### 3.1 Äitielämää

Äitiys määrittynyt kulttuurisesti, siinä kietoutuvat yhteen vanhat normit tämän päivän odotusten kanssa luoden vahvoja uskomuksia hyvästä äitiydestä (Berg, 2008, s. 175). Äitiyteen kohdistuu yleensä voimakkaampia vaatimuksia kuin isyyteen (esim. Sevón ja Huttunen, 2002, s. 72). Äitiyteen kohdistuvat ihanteet eivät kuitenkaan ole vain asiantuntijoiden ja ympäristön asettamia, vaan äidit asettavat myös itse itselleen erilaisia vaatimuksia. Osa vaatimuksista syntyy, kun äidit vertailevat itseään toisiin äiteihin tai moralisoivat toisia äitejä ja näiden tekemiä valintoja, tapoja tai käytöstä (Rudoe, 2014). Äitiyteen liitetyt uskomukset ovat muuttuneet aikojen kuluessa melko vähän. Perinteinen äidin rooli on ollut pullantuoksuinen perheen eteen uhrautuva kotiäiti, vaikka tosiasiallisesti äidit ovat ennenkin olleet lapsen näkökulmasta työn takia joko fyysisesti tai henkisesti poissaolevia. (Katvala, 2001, 2002, s. 19–21.) Vuoren (2003, s. 40) mukaan pienten lasten äidit ovat tänä päivänä pitkien vanhempainvapaiden ansiosta jopa enemmän läsnä lastensa arjessa kuin aiemmin.

Hoivaaminen ja lapsista ja kodista huolehtiminen on koettu viime vuosisatoina naisten päätehtäväksi ja keskustelu äidin roolista kasvattajana ja hoivaajana elää edelleen vahvana (Vuori, 2002, s. 4–5). Katvalan (2001, s. 79) mukaan äitiyskeskustelussa vertailukohtana, hyvän äitiyden mittarina, on tänä päivänäkin yleensä kodinhoidosta ja perheen hyvinvoinnista huolehtiminen. Vuori (2002, s. 5–7) arvioi, että äitien naiseus on aiemmin kaventunut koskettamaan vain äitiyttä. Vasta 1900-luvun loppupuolella alkoi keskustelu isyyden merkityksestä. Isyyden vahvistuminen on antanut tilaa äitien naiseudelle ja mahdollistanut äitiyden näkemisen moni-



naisena, eri tavoin naisten elämässä toteutuvana asiana. Isyyden määrittely ei kuitenkaan ole äitiydestä erillistä, vaan sitä määritellään usein äitiyden kautta, naisten hallitsemassa puheessa ja toiminnassa. (Vuori 2002, 2003, s. 51–57.) Äitiyttä ja isyyttä verrataan siis usein toisiinsa. Tämä ilmeni esimerkiksi Katvalan (2001) tutkiessa äitiyttä ja äitiyden uskomuksia haastatteleamalla eri ikäisiä samoihin sukuihin kuuluvia ihmisiä. Haastatellut vertasivat ilmeisesti oma-aloitteisesti äidin läsnäoloa isän läsnäoloon (mts. 64). Sama ilmeni Satu Perälä-Lintusen (2004) väitöstutkimuksessa, äitiä ja isää verrataan toisiinsa ja äitiys on hallitsevampaa isyyteen verrattuna. Äidin vastuun jakamista ja isyyden vahvistamista on kuitenkin alettu vaatia erityisesti lapsen ja äidin edun näkökulmasta. Vastuu siitä, että lapsen syntymä ei tee naisesta kokopäiväisesti lapsesta ja kodista yksin vastuuta kantavaa äitiä, kuuluu myös isälle. (Sevón & Huttunen, 2002, s. 93–95; Sevón, 2011.)

Tasa-arvopuheesta huolimatta nainen äitinä on päävastuussa ja hallitsee edelleen voimakkaasti lasten kasvatusta ja kotia. Tämän lisäksi äitien tehtäväksi jää houkuttaa isiä osallistumaan arkeen. (Vuori, 2003, s. 55–57.) Isyyspuheen vahvistumisesta huolimatta äitiyden ja isyyden vastuut nähdään yhteiskunnallisessa keskustelussa eri tavoin. Enää ei riitä, että nainen pärjää kodin ulkopuolella ja työelämässä, vaan hänen pitää sen ohessa olla myös hyvä äiti, toisaalta äitiydellä voi myös oikeuttaa esimerkiksi työmarkkinoiden ulkopuolella oloa (Kivelä, 2012, s. 97). Miehen kohdalla tällaisten rinnastusten tekeminen on vielä melko harvinaista. Hyvä äitiys ja hyvä isyys määritellään edelleen eri tavoin ja erityisesti äitiyttä kohtaan kohdistuu odotuksia sen toteutumisesta odotusten mukaisena (ks. esim. Perälä-Lintunen, 2004). Samaan aikaan korkeasti koulutettujen ja työurallaan edenneiden naisten yksin eläminen ja lapsettomuus on todennäköisempää kuin miehillä (Kartovaara, 2003). Äitiyden moniulotteisuus tuo ajatuksiin ristiriitaisuutta, jota Berg (2008) kuvaa väitöstutkimuksessaan tasapainoiluna äitiyden ulottuvuuksien välillä. Berg hahmottaa äitiyden kulttuurisia odotuksia, ideoita ja normeja sisältävien tekijöiden välisenä tasapainoiluna: 1) lapselle omistautuva – itseään toteuttava, 2) emotionaalinen side – rationaalinen tehtävä, 3) odotuksia toteuttava – omaehtoinen, 4) itsenäinen – äitiyttä jakava ja 5) ikiaikainen – ajassa muuttuva. Hän kuvaa äitiyden olevan tasapainoilua näiden tekijöiden välillä ja muistuttaa äitiyden liikku- matilan olevan varsin kapea.

Äitiys on naisen oma valinta, mutta se ei kuitenkaan ole ainut naisen elämää määrittävä rooli. Äidit nähdään keskusteluissa tästä huolimatta usein ensisijaisesti äiteinä, eikä itsenäisinä naisina, vaikka äitiys on moniulotteista ja vain osa naisen elämän kokonaisuutta. (Vuori, 2002, s. 6–7; Vuori, 2003, s. 40.) Vanhemmuus jättää äitiin pysyvän leiman. Äitiys voi siten myös yhdistää naisia. Esimerkiksi tulevan äidin ja hänen oman äitinsä välinen suhde voi muuttua ja tuleva äiti voi nähdä oman äitinsä eri tavoin pohtiessaan omaa äitiyttään (Niemelä, 2003, s. 239). Äidit eivät toteutakaan äitiyttään yksin, vaan äitiys on aina rakentunut sosiaalisissa suhteissa (Rotkirch & Saloheimo, 2008, s. 72). Äiti tarvitsee ympärilleen muita ihmisiä, joilta hän voi saada äitiyden toteuttamisessa tukea, mutta äitipuheen yksinäisyys sisältää usein äidin roolin kaventamisen vain lapsen tarpeiden tyydyttäjäksi (Vuori, 2002, s. 7).

Berg (2008, s. 172) hahmottaa erilaisten äitipuheiden aiheuttavan arjessa ristiriitaja. Hänen mukaansa esimerkiksi median luoma äitikuva ei täytä niitä kriteerejä, joilla ammattilaiset määrittelevät hyvää äitiyttä. Äitiyden määrittelyssä unohtuu välillä myös perheiden erilaisuus ja äitiyden monikasvoisuus. Nousiainen (2004, s. 9) muistuttaakin, että äitiys voi toteutua monin eri tavoin, myös lapsistaan erillä asuessa. Lapsen arjesta poissaolevan äidin äitiys voi hänen mukaansa olla vahvaa, vaikka se ei mahdukaan kulttuuriimme kuuluvaan näkemykseen äidistä. Ero lapsesta esimerkiksi lapsen huostaanoton vuoksi haavoittaa usein voimakkaasti äitiyttä ja voi suistaa äidin oman elämän entistä heikompaan hallintaan (ks. esim. Hiltunen, 2015).

Äidit kokevat tutkimusten mukaan äitiyden olevan erilaista, kuin mitä he olivat itse ajatelleet ennen äidiksi tuloa (esim. Hyvönen, 2008, s. 510). Väestöliiton Perheverkko ja Väestöntutkimuslaitos pyysivät kesällä 2007 äitejä kirjoittamaan äitiyteen liittyvistä omakohtaisista negatiivisista kokemuksistaan. Näistä kirjoituksista kuvastuu hyvin selvästi, että äitiyteen liitetään runsaasti myönteisiä ihanteita ja odotuksia. Äitiydestä muodostuu usein äitien mielessä myyttinen äitikuva sopivia tunteita kokevasta, uhrautuvasta, motivoituneesta, onnellisesta ja seesteisestä äidistä, joka viettää harmonista arkea perheensä kanssa. Äidit myös vertailevat itseään usein muihin äiteihin ja kokevat, että nämä onnistuvat paremmin äitiydessään ja

ovat lähempänä äitiyden ihannekuvaa kuin he itse. Osa äideistä ajattelee, että äitiyteen kuuluu automaattisesti tiettyjä persoonallisuuden piirteitä ja monet äidit myös odottivat äitiyden muuttavan heidän persoonaansa pysyvästi. Äitiyteen voi-kin liittyä ajatuksia siitä, että oma äitiys ei ole sitä, mitä sen pitäisi olla, eivätkä omat tunteet ole sellaisia, kuin niiden pitäisi olla. (Cacciatore & Janhunen, 2008, s. 12–22.) Äitiyteen ja ylipäättään vanhemmuuteen liittyy paljon kirjoittamattomia kulttuurisidonnaisia tunteita ja toimintaa ohjaavia sääntöjä (Janhunen & Saloheimo, 2008 s. 28). Väestöliiton keräämän kirjoitusaineiston pohjalta äitien näkemykset sallitusta äitiydestä ja siihen liittyvistä tunteista ovat tiukasti rajattuja (mts. 28–30). Äitien mieleen piirtynyt äitikuva lähentelee usein täydellisyyttä, kaikkeen pystyvää äitiä. Tämän toteuttaminen ei kuitenkaan ole mahdollista oikeassa elämässä. (Katvala, 2001, s. 92.)

Tämän päivän äitiydestä ja isyydestä on tullut pakkomielle, jonka ihanteena on to- taalinen suhde lapseen ja kokonaisvaltainen sitoutunut vanhemmuus. Odotusten toteutumatta jäämisen hyväksyminen voi olla äideille vaikeaa. (Rotkirch, 2000, s.189–192.) Äitiyteen liittyy usein tarve nöyryyä omien ajatusten ja puutteiden edessä ja kohdata myös syyllisyyden- ja riittämättömyyden tunteita (Pruuki, 2002, s. 11). Ylimoitettut ihanteet ja ympäristön kuvitellut odotukset aiheuttavat äideille toteutumatta jäädessään pettymystä ja jopa masennusta (Hyvönen, 2008, s. 512; Sevón, 2009, s. 85). Katvala (2001, s. 104) kuvaa hyvin äitiyden unelmien ja todellisuuden suhdetta todetessaan, että ”äitiyden uskomukset voivat olla järkyttävänkin selvinä olemassa, mutta niiden toteutumistavat arkipäivän äitiydessä ovat moninaiset, joskus jopa olemattomat.”

Lapsen syntymä on aina merkittävä tapahtuma. Monet asiat muuttuvat vanhem- maksi tulevan elämässä pysyvästi ensimmäisen lapsen syntymän jälkeen. Useimmat asiat ovat myönteisiä ja odotettuja, mutta osa muutoksista edellyttää sopeutumista ja aiheuttaa stressiä tuoreille vanhemmille. Vanhemmuuteen kasvu ei tapahdu hetkessä, vaan se vaatii aikaa. Kasvu alkaa jo raskausaikana ja jatkuu lapsen syntymän jälkeen. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2004, s. 80–82.) Ras- kausaika on naiselle merkittävää aikaa vauvan syntymään valmistautumisessa. Silloin tuleva äiti luo itselleen mielikuvan vauvasta ja valmistautuu vastaanotta-

maan uuden perheenjäsenen myös käytännön toimin, kuten esimerkiksi hankkimalla vauvalle tarpeellisia tarvikkeita. Valmistautumiseen voi liittyä myös erilaisia ristiriitaisia ajatuksia. (Niemelä, 2003, s. 238–239.)

Vanhemmaksi tulon liittyy isoja muutoksia ja ensimmäinen vuosi vanhempana vaatii tuoreilta vanhemmilta paljon voimia ja voi tuntua monista eri syistä sekä äideistä että isistä ylivoimaiselta (Nyström & Öhrling, 2004). Äitiyteen liittyy epävarmuuden tunteita, erityisesti ennen kuin äiti oppii tuntemaan vauvansa ja tämän tavan reagoida eri asioihin. Äidin on tehtävä mielessään tilaa vauvalle ja antauduttava vuorovaikutussuhteeseen hänen kanssaan. Epävarmuutta voi aiheuttaa myös se, että äiti ei vielä tunne itseään äitinä. Onnistunut raskausaikainen äitiyteen kasvu mahdollistaa hyvän vuorovaikutussuhteen vauvan kanssa ja vahvistaa äitiyden tunnetta. (Niemelä, 2003, s. 239–240, 248.)

Äidit kokevat lapsen tarpeiden asettamisen omien tarpeiden edelle yleensä itseltään selvänä, mutta ristiriitaisia tunteita aiheuttavana asiana (Hyvönen, 2008, s. 511; Sevón, 2007). Lapsen tarpeiden vuoksi tehtävät luopumiset saattavat aiheuttaa äideissä jo raskausaikana jopa vihan tunteita. Ristiriitojen tunnistaminen ja käsittely valmistaa tulevaa äitiä vauvan syntymään ja äitiyteen. (Niemelä, 2003, s. 238–239.) Vanhemmuus on vapaaehtoista, eivätkä vaikeudet poista vanhemmuuden velvoitteiden olemassaoloa (Rotkirch, 2000, s. 187–188). Lapsi tarvitsee aikuista ja äidin tehtävä on vastata lapsen tarpeisiin (Vuori, 2002, s. 8). Äitiyden kannalta on olennaista, että äidillä on hyvä itsetunto ja vahva identiteetti, ja hän tuntee taustansa ja osaa hyödyntää kokemuksistaan sellaiset, jotka vahvistavat hänen äitiyttään. Samaan aikaan äidin pitää osata hylätä itsensä ja lastensa kannalta huonot vaikutteet. (Korhonen, 2002, s. 43.)

Äitiys haastaa parisuhteen. Jallinoja (2000, s. 106–109) kuvaa äidin ja lapsen välisen suhteen pyrkivän syrjäyttämään ensimmäisen, eli lapsen vanhempien välisen suhteen ja vaikuttaa siten myös parisuhteeseen. Tähän muutokseen liittyy myös kilpailu ajasta ja sen jakamisesta (mts. 119). Toisaalta äitiys voi tutkijoiden mukaan toteutua ilman isyyden merkittävää läsnäoloa. Esimerkiksi Kelhä (2008, s. 89–90) kuvaa osan nuorista äideistä kuvaavan lastensa isää vain omana kump-

paninaan tai lasten elämästä poissaolevana ihmisenä, mutta vanhemmuuden vastuun olevan jaettu ennemmin muiden läheisten, kuten lapsen isovanhempien kanssa. Sevón ja Huttunen (2002, s. 79–81) pohtivatkin vaikuttaako miehen oma-kohtainen halu saada lapsi ja tulla isäksi siihen, miten hän sitoutuu isyyteen ja millaiseksi muodostuu äidin vastuu lapsesta. Toisaalta jaettu vanhemmuus tuo toteutuessaan parisuhteeseen ja perheen elämään muutakin vastavuoroisuutta ja toisen huomioimista (Sevón, 2009; 2011).

### 3.2 Nuorena äitinä

Tarkoitan tässä tutkimuksessa nuorella äidillä alle 21-vuotiasta äitiä. Ikärajukseni perustuu Tyttöjen Talon nuorten äitien toiminnan ikärajuukseen. Nuorten äitien toiminta on tarkoitettu Tyttöjen Talossa pääasiassa alle 21-vuotiaille äideille. Synnytystilastoissa alin ikäryhmä on rajattu 20 ikävuoteen. Suomessa varhainen äitiys on hiukan yleisempää kuin Ruotsissa, Norjassa ja Tanskassa, mutta useisiin muihin länsimaihin verrattuna harvinaisempaa (Sedgh ym., 2015). Iso-Britanniassa ja Slovakiassa on Euroopan maista eniten teiniäitejä (Mezey ym., 2015; Sedgh ym., 2015). Nuorena äidiksi tulevien määrä on laskenut Suomessa viimeisten vuosikymmenten aikana ja nuoret äidit ovat varsin pieni joukko (1,9 %) vauvan synnyttäneiden naisten joukossa. Vuonna 2014 Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin alueella oli 17 750 synnytystä ja synnyttäjistä vain 248 (1,4 %) oli alle 20-vuotiaita. (Perinataalitulasto, 2015.)

Nuorten elinolot -vuosikirjassa muistutetaan, että on ristiriitaista, että samaan aikaan kun nuoret tulevat yhä aiemmin sukukypsiksi ja seurustelu kuuluu olennaisesti nykyiseen nuorisokulttuuriin, ensisynnyttäjät ovat keski-ikältään aiempaa vanhempia (Kuurre, 2001a, s. 31). Ensisynnyttäjien keski-ikä (28,6 vuotta) (Perinataalitulasto, 2015) on selvästi korkeampi, kuin ikä (naiset 26,8 vuotta, miehet 26,5 vuotta), jota suomalaiset pitävät Perhebarometrin 2015 mukaan sopivana ikänä tulla ensimmäistä kertaa äidiksi. Saman tutkimuksen mukaan noin 18 % kaikista vastaajista oli sitä mieltä, että naisen pitäisi tulla äidiksi alle 25-vuotiaana, sen sijaan korkeakoulutetuista alle 8 % oli tätä mieltä. Käsitys nuorena äidiksi tulon ihan-teellisuudesta on heikentynyt viimeisen kymmenen vuoden aikana selvimmin lap-

settomien 20-34-vuotiaiden ajattelussa. Erityisesti kaupungeissa asuvat korkeasti koulutetut suomalaiset pitävät yli 30 vuotta sopivana ikänä saada ensimmäinen lapsi. Sen sijaan kysyttäessä tutkimukseen osallistuneilta, jo vanhemmaksi tulleilta, ”Olitteko ensimmäistä kertaa isäksi/ äidiksi tullessanne mielestänne liian nuori/vanha?”, lähes kaikki vastaajat pitivät omaa ikäänsä sopivana. (Miettinen, 2015, s. 32–35, 47–48.)

Todennäköisyys siihen, että työstä tulee nuorena äiti kasvaa eri maissa tehtyjen tutkimusten mukaan selvästi, jos tytön oma äiti ja isoäiti ovat saaneet lapsia nuorina (Barber, 2001; Hertfelt Wahn ym., 2005; Hertfelt Wahn & Nissen, 2008; Lehti ym., 2012; Lehti, 2013). Nuoren oman äidin tulo nuorena äidiksi voi luoda perheeseen arvo- ja normiympäristön, jossa vanhemmuuteen nuorella iällä suhtaudutaan myönteisesti. Nuoret vanhemmat asettavat todennäköisesti omille lapsilleen myös vähemmän rajoja tai suhtautuvat välinpitämättömämmin lastensa käyttäytymisen valvomiseen, jolloin nuoren riskikäyttäytyminen on todennäköisempää. Nuorten vanhempien lapset voivat myös hakea omilta vanhemmiltaan saamatta jäävää turvaa ja rakkautta sekä läheisyyttä tai taloudellista turvaa erilaisista kodin ulkopuolisista suhteista. (Barber, 2001.) Teini-äitiyden riskiä kasvattaa tilastollisesti myös tytön vanhempien avioero tai uusperheellisyys. Lapsuuden käytöshäiriöillä ja ylivilkkauksella sekä sillä, että tyttö oli koulussa joko koulukiusaaja tai kiusattu on todettu olevan myös yhteys teiniraskauksiin. (Lehti ym., 2012; Lehti 2013.) WHO (2012) on arvioinut, että tyttöjen koulutuksella on merkittävä vaikutus siihen, missä iässä nuoresta tulee äiti. Pidempi koulutus siirtää perheen perustamista naisilla myöhäisempään ikään. Nuorena äidiksi tulevilla koulunkäynti jää myös usein kesken. (Mt.)

Nuori äitiys on nähty useissa aiemmissä tutkimuksissa eri syistä negatiivisessa valossa (ks. esim. Roberts ym., 2011). Nuoren oman kehittymisen aikuiseksi ja äitiyden yhtäaikaisuuden ajatellaan olevan riskitekijä onnistuneelle vanhemmuudelle (Berg, 2008, s. 116). Hertfelt Wahn ja Nissen (2008) vertasivat tutkimuksessaan ruotsalaisia 15–19-vuotiaita synnyttäjiä (n=97) saman kokoiseen joukkoon 25–29-vuotiaita synnyttäjiä ja totesivat nuorempien äitien elämään liittyvän selvästi enemmän riskitekijöitä. Nuorten äitien raskauksista vain joka neljäs (27 %) oli

suunniteltu, kun vanhempien äitien raskauksista 86 % oli suunniteltuja ja toivottuja. Nuorten äitien perhetausta oli useammin rikkonainen. Alle kolmasosalla heistä omat vanhemmat elivät edelleen yhdessä, 4 % nuorista äideistä oli yksinhuoltajien lapsia ja 66 % vanhemmat olivat eronneet. Ero kymmenen vuotta vanhempana äidiksi tulleiden taustaan oli merkittävä, koska heistä kukaan ei ollut yksinhuoltajan lapsi ja vain 14 % vanhemmat olivat eronneet. Nuorista äideistä jopa 65 % opiskelut olivat jääneet kesken. Heidän itsetuntonsa oli huonompi ja heillä oli todennäköisemmin riskikäyttäytymistä ja kaksi kertaa yhtä paljon masennusoireita kuin noin kymmenen vuotta vanhemmilla äideillä.

Hertfelt Wahn ja Nissen (2008) tutkimuksen mukaan nuorten ja vanhempien äitien välillä ei ollut merkittäviä eroja alkoholin käytössä ennen raskautta tai sen aikana, mutta nuoret äidit arvioivat vanhempia äitejä yleisemmin alkoholin käyttönsä olevan humalahakuista. Nuoret äidit olivat joutuneet fyysisen tai henkisen väkivallan kohteeksi ja tupakoivat todennäköisemmin sekä ennen raskautta, että sen aikana kuin vanhemmat äidit (mt.). Suomalaisissa tilastoissa näkyvät myös erot äitien tupakoinnissa. Uusimman Perinataalitulaston (2015) mukaan alle 20-vuotiaista odottajista yli puolet tupakoi raskauden aikana, tosin lähes 40 % heistä onnistui lopettamaan tupakoinnin alkuraskaudesta. Ero yli 30-vuotiaisiin odottajiin on merkittävä, heidän joukossaan tupakoivia oli alle 10 %.

Nuoren äidin elämä voi poiketa selvästi sekä todellisuudeltaan että tavoitteiltaan keskimääräisen äidiksi tulevan naisen elämästä (Paajanen, 2005, s. 41–50). Nuoren koulunkäynti voi olla vielä kesken ja hänellä ei ole vielä työpaikkaa ja nuori saattaa asua vielä raskauden alussa tai vauvan syntyessäkin lapsuudenkodissaan. Tutkimusten mukaan nuoret äidit tarvitsevat äitiyteen ja elämänhallintaan usein erilaista tukea kuin vanhempana perheen perustavat naiset. Erityisesti nuorille äideille suunnatun tuen tarve on kiistaton. (Hertfelt Wahn & Nissen, 2008; Laari, 2005; Lehti ym., 2012.) Äidin omilta läheisiltään ja sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisilta saama tuki on erityisen tärkeää, koska sen ansiosta nuori voi selvitä hyvin äitiydestä (Roberts ym., 2011).

DeVito (2007) on tutkinut New Jerseyssä nuorten äitien omakuvaa ja sen vaikutusta äitiyteen. Hän arvioi, että nuoret äidit hyötyisivät nimenomaan nuorille erikseen järjestetyistä valmennuksista. Hjälmhultin, Glavin, Øklan ja Tveiten (2014) tutkimuksesta käykin ilmi, että osa norjalaisista nuorista äideistä lopettaa vanhempainryhmissä käymisen, jos muut ryhmän äidit ovat selvästi vanhempia. Osaa äideistä ikäero ei sen sijaan häiritse (mt.). Nuoret äidit eivät ole yhtenäinen ryhmä, vaikka eri ikäiset äidit tarvitsevat erilaista, kehitystasonsa huomioivaa tukea (DeVito, 2007). Aina ammattilaisetkaan eivät osaa kohdata äitejä hyväksyvästi ja tukien. Stapleton (2010) kuvaa englantilaisten ja walesilaisten kättilöiden ja lääkäreiden suhtautuneen epäammattillisesti ja stereotyyppisesti nuoriin äiteihin. Nuoret äidit kokevat, että heidän sopivuuttaan äidiksi epäillään ja heihin suhtaudutaan alentuvasti myös neuvolassa (Paavilainen, 2003, s. 97). Toisaalta Munnukan, Kiikkalan ja Valkaman (2005, s. 243–244) tutkimuksen mukaan pienten lasten äidit kokevat ylipäättään, että neuvolasta saatu tuki jää vähäiseksi ja kontakti neuvolan työntekijään etäiseksi. Viljamaan (2003, s. 94) mukaan nuoret äidit olivat taas tyytymättömämpiä neuvolan ammattilaisten toimintaan, mutta iäkkäämpiä äitejä tyytyväisempiä neuvolan perhekeskeiseen työskentelytapaan. Vertaistukea tarjoava toiminta ei myöskään kuulu kaikkien neuvoloiden työmuotoihin, eivätkä kaikki terveydenhoitajat edes pidä sitä tärkeänä (Viljamaa, 2003, s. 47–49, 75–77).

Nuorten äitien tärkeimpiä tukijoita ovat oma äiti ja vauvan isä. Nuoret äidit saavat tutkimusten mukaan kuitenkin vähemmän tukea läheisiltään kuin heitä vanhemmat äidit. (DeVito, 2007; Hertfelt Wahn & Nissen, 2008.) Positiivinen ja kannustava suhde nuoren äidin ja hänen oman äitinsä välillä vaikuttaa positiivisesti siihen, millainen kuva nuorelle muodostuu itsestään äitinä. Liian tiiviistä suhteesta voi puolestaan olla haittaa. Jos nuorella äidillä on vielä äidiksi tultuaan voimakas riippuvaisuussuhde omaan äitiinsä, nuoren äidin kasvu äidin rooliin saattaa viivästyä. Äidin vauvan isältä saama tuki vaikuttaa myös positiivisesti hänen kuvaansa itsestä äitinä, vaikka lapsen vanhemmat eivät asuisi edes yhdessä. (DeVito, 2007.) Nuorten vanhempien lapsuudessaan kohtaamalla myönteisillä vanhemmuuden roolimalleilla on myös merkittävä vaikutus vanhemmuuteen ja nuoren äidin ja koko perheen toimintaan ja pärjäämiseen. Muualta saatu tuki voi kuitenkin korvata positiivisten roolimallien puutteen. (Lehmann ym., 2011.) Ammattilaisten antama tuki



korostuu myös silloin, jos nuoren äidin suhteet lapsuudenkotiin ovat katkenneet, eikä nuori saa vanhemmiltaan lainkaan tukea (Hertfelt Wahn ym., 2007). Voidaan-kin ajatella, että nuorten äitien tukijärjestelmät ja niissä toimivat ammattilaiset voivat toimia positiivisina roolimalleina ja korvata nuorille vanhemmiltaan saamatta jäänyttä tukea.

Nuorten raskauksien ajatellaan usein olevan suunnittelemattomia, mutta tutkimusten mukaan raskaus voi olla myös suunniteltu ja eri syistä toivottu. Nuorella äidillä voi olla ollut jo pidemmän aikaa toiveena perheen perustaminen ja lapsen saaminen nuorena. Raskaaksi tulon taustalla voi olla halua irrottautua omasta lapsuudenkodista, tai nuori voi ajatella lapsen syntymän tuovan elämään sisältöä ja suunta. Toisaalta osa nuorista ajattelee, että vaikka he eivät käyttäneet ehkäisyä, ”ei se voi tapahtua minulle”. (Hertfelt Wahn ym., 2005.)

Eila Hirvonen (2000) kuvaa väitöstutkimuksessaan alle 18-vuotiaiden nuorten naisten elämää vauvan odotuksen aikana ja heidän näkemyksiään tulevasta vanhemmuudesta. Vauvan syntymä ja vanhemmaksi tulo olivat Hirvosen haastatteleminen nuorten mielestä luonnollinen elämään kuuluva asia, mutta nuoret kohtasivat ympäristön taholta ennakkoluuloista ja asenteellista suhtautumista äitiyteensä nuoren ikänsä vuoksi. Ympäristön suhtautuminen nuoren äitiyteen on sidottu kulttuuriseen normiin sopivasta äidiksituloistään (Berg, 2008, s. 116). Esimerkiksi monien maahanmuuttajien kulttuureissa äitiys on tavallista jo teini-iässä (Hertfelt Wahn, Post & Nissen, 2007). Länsimaissa ajattelu on usein toisenlaista. Nuoren päätöstä keskeyttää raskaus voidaan pitää jopa hyväksyttävämpänä kuin lapsen synnyttämistä (Kuortti, Jähi, Lindfors & Kosunen, 2011, s. 136). Ympäristön aiheuttamat paineet ja epäily nuoren äidin selviytymiseen voivat vaikuttaa myös siten, että nuorella on voimakas tarve olla ”hyvä äiti” (Rudoe, 2014). Nuoren äitiyteen liittyy myös positiivisia näkökulmia. Nuoret äidit ajattelevat esimerkiksi olevansa energisempiä kuin vanhempana äidiksi tulleet naiset. (Hanna, 2001.) Äitiys voidaan nähdä myös nuoren kohdalla luonnollisena (Hirvonen, 2000), jopa elämän tärkeimpänä tehtävänä (Nousiainen, 2002, s. 13).

### 3.2.1 Nuori äitiys erotekona

Nuorena äidiksi tulo muuttaa naisen elämänpiiriä ja vaikuttaa useiden tutkimusten mukaan merkittävästi nuoren sosiaalisiin suhteisiin ja kanssakäymiseen aiempien ystävien kanssa (ks. esim. Herrman, 2008; Hertfelt Wahn ym., 2005; Hirvonen 2000, s. 99; Roberts ym., 2011; Särkiö 2002, s. 47; Vuokola 2011, s. 51). Äidin entiset ystävät saattavat jättää hänet elämänmuutoksen vuoksi ystäväpiirinsä ulkopuolelle. (Herrman, 2008; Hertfelt Wahn ym., 2005.) Myös niissä yhteiskunnissa, joissa äidiksi tullaan keskimäärin nuorempina kuin Suomessa, äitiys on nuorelle eroteko ja nuorena äidiksi tulleet naiset kaipaavat vertaistukea ja malleja äitiyteen muilta samanlaisessa elämäntilanteessa olevilta (esim. De La Rey & Parekh, 1996). Osalla nuorista raskaus katkaisee nuoren välit lapsuudenkotiin ja on siten eroteko nuoren omaan perheeseen (Roberts ym., 2011).

Kuortti, Jähi, Lindfors ja Kosunen (2011) toteavat nuorena äidiksi tulon poikkeavan yhteiskunnassa hyväksyttävästä normista. Työterveyslaitoksen tutkimuksessa asiantuntijat arvioivat, että ympäröivän yhteiskunnan odotukset ja esimerkiksi opiskelu- ja työelämän muutokset ja epävarmuus eivät kannusta perustamaan nuorena perhettä ja myöhentävät lasten hankkimista. Osa asiantuntijoista muistuttaa myös, että nuorta ympäröivien ihmisten antama malli voi vaikuttaa nuoren perheellistymiseen. (Moisio & Huuhtanen, 2007, s. 35–36.)

Suomalaiset nuoret perheellistyvät aikaisempaa myöhemmin. Tästä johtunee, että perheellistymisen ei ajatella enää liittyvän yhtä kiinteästi aikuistumiseen kuten aiemmin. (Kuure, 2001a, s. 31.) Kuortti kollegoineen (2011) tutki draaman keinoin tyttöjen näkemyksiä nuorena vanhemmaksi tulosta. Osa alle 20-vuotiaista tytöistä koki olevansa liian kypsymättömiä, vielä itsekin lapsia, jotta heistä olisi voinut tulla äitejä (mt.). Korhonen (2002, s. 39) keräsi opiskelijoiltaan luentopäiväkirjoja, joiden pohjalta hän pohtii, onko nimenomaan lapsen saaminen ja vanhemmaksi tulo tänä päivänä ainoa näkyvä merkki aikuisuudesta ja onko lapsen tehtävä tehdä äidistään tai isästään aikuinen. Tällainen näkökulma ei noussut lainkaan esille Kuortin ja kumppaneiden (2011) tutkimuksessa.

Jallinojan (2000, ss. 64–66) mukaan parisuhteen vakiintuminen ja avioliitto tai perheen perustaminen on nykyään nuorten naisten elämässä voimakas käännekohta, jota pyritään siirtämään myöhäisemmäksi tai jopa välttämään kokonaan, jotta säilyttäisi oma vapaus. Ihanne ainoan oikean kumppanin löytämisestä on hänen mukaansa murtunut ja tosissaan rakastumisen tunteestakin on tullut erilainen kuin ennen. Nuoret kokevat itsellisen ihmisen ajankäytön olevan hänen omassa hallinnassaan ja päätettävissään ja vastakohtaisesti perheellistymisen jälkeen moni asia nähdään pakkona tai velvollisuutena, johon on kuitenkin sopeuduttava myöhemmin elämän aikana (mts. 122–123, Herrman, 2008). Lapsen syntymä muuttaakin voimakkaasti naisen arvostuksia ja ajankäyttöä ja saa hänet ”antamaan aikansa lapselle” (mts. 125).

Kaikki tutkijat eivät halua yleistää käsitystä nuoruuden pidentymisestä. Esimerkiksi Käyhkö (2008, s. 266–267) kritisoi, että ajatus nuorten halusta pidentää nuoruutta ja siirtää perheen perustaminen myöhemmälle iälle on keskiluokkaisen elämäntavan ja arvostusten yleistämistä koskemaan kaikkia nuoria. Eri elämänvaiheisiin kuuluvat valinnat ovat voimakkaasti normitettuja, määritelty sopiviksi ja toisin tekeminen voi tuottaa ongelmia, vaikka nuori itse olisi tyytyväinen omiin valintoihinsa. Työläistäustaiset nuoret naiset kokivat nimenomaan pysyvien ihmissuhteiden tuovan vakautta arkeen ja pitivät perheen perustamista nuorena tavoiteltavana elämäntavaksi, vaikka se voikin tuottaa heille vaikeuksia työelämässä ja edistää heidän joutumistaan yhteiskunnallisessa kontekstissa heikompaan asemaan. (Mts. 267–269.) Työväenluokkaisten nuorten vanhemmat myös hyväksyvät helpommin lapsensa perheellistymisen nuorena (Kelhä, 2008, s. 85–86).

Kivelä (2012, s. 90–97) jakaa väitöstutkimuksessaan äidit kolmeen eri työuratyypin. Hänen nimeämänsä ”hoivaajanaiset” ovat valinneet jo nuorina elämäntehtäväkseen perheen perustamisen ja kotiin jäämisen itsensä kouluttamisen ja kodin ulkopuolisen uran sijaan. Kotiäitiyteen keskittyvät naiset kokevat kodin ulkopuolisen elämänuran tavoittelun vaativan heiltä liikaa. Kotiäitiydestä oli tullut heille sopiva valinta, tietyllä tavalla hyväksyttävissä oleva pakopaikka muun elämän aiheuttamista paineista. Keski-iässä tämä ratkaisu aiheutti kuitenkin näille äideille heikon aseman työmarkkinoilla ja johti usein passivoitumiseen.

Vuokola (2011) tutki pro gradu -tutkielmassaan eri ikäisten ensisynnyttäjä-äitien kokemuksia äitiyteen kasvusta. Hän mukaansa äitiys muuttaa nuoren naisen elämää enemmän kuin iäkkäämpänä ensimmäisen lapsen saavien naisten elämää. Toisaalta nuorten äitien sopeutuminen äitiyteen oli ilmeisesti heidän elämänsä vakiintumattomuuden ansiosta helpompaa kuin varttuneilla äideillä, joilla lapsen hankinta oli yleensä suunniteltua. Nuoret äidit kokivat kuitenkin, että erilaiset haaveet saattavat jäädä toteutumatta lapsen synnyttyä, vaikka he olivat sitä mieltä, että he eivät itse olleet äidiksi tullessaan liian nuoria.

Connolly, Heifetz ja Bohr (2012) analysoivat laadullisia tutkimuksia, joissa oli selvitetty nuorten sosiaalipalveluista tukea saaneiden odottavien äitien tilanteita. Metasyntheseissä todetaan useisiin tutkimuksiin viitaten, että äitiys voi olla nuorelle mahdollisuus muuttaa itseään ja elämäntapojaan, löytää elämälle suunta ja jättää kaikki entinen taakse. Äitiyden myötä nuoren voi olla myös helpompaa ottaa etäisyyttä huonoon kaveripiiriin ja sen harrastuksiin (Herrman, 2008). Äitiys voi vaikuttaa positiivisesti myös nuorten äitien terveyskäyttämiseen (Roberts ym., 2011; Hertfelt Wahn ym., 2005). Äitiys tuo elämään vastuuta, esimerkiksi elämän rytmi muuttuu, eikä enää voi juhlia öisin ja nukkua puoleen päivään (Hanna, 2001). Perheellistyneestä nuoresta muiden nuorten ajankäyttö ja päämäärätön hengailu voi myös alkaa tuntua turhalta (Herrman, 2008).

Spear (2004) kuvaa Yhdysvalloissa tekemässään tapaustutkimuksessa äitiyden olevan nuoren elämässä muutos, joka vaikuttaa nuoren elämään enemmän kuin he etukäteen osaavat kuvitella. Nuoret äidit toivoivat vaikeuksista huolimatta, että tulevaisuus olisi heille ja heidän lapsilleen valoisampi. Nuorilla äideillä oli kokemuksia rikkoutuneista ihmissuhteista ja köyhyydestä ja he tarvitsivat tukea arkeensa. Äitiys oli tuonut mukanaan myös positiivisia muutoksia, esimerkiksi yksi äideistä oli päässyt eroon väkivaltaisesta käytöksestä tultuaan äidiksi.

### **3.2.2 Nuori äitiys elämänvalintana**

Äidiksi tulo on ollut aiemmin itsestäänselvyys ja vaikka siihen kohdistuu ulkoisia sosiaalisia odotuksia, äitiys on tänä päivänä aiempaa selvemmin naisen oma yksi-

löllinen valinta (Korhonen, 2002, s. 37–38, 44). Synnyttämisestä on tullut kaikille naisille vapaaehtoista, riippumatta heidän elämäntilanteestaan (Nätkin 2002, s. 49). Äitiyden valitseminen ja tietoisien päätöksen tekemisen mahdollisuus ei kuitenkaan ole aina yksinkertaista. Oman elämänpolun muokkaaminen saa naiset kysymään monenlaisia kysymyksiä itseltään, koska nykyään on yleisenä odotuksena, että elämää on suunniteltava ja omat valinnat pitää osata myös perustella. (Korhonen, 2002, s. 38.) Korhosen (mts. 44) toteamus: ”Jo sen kysymyksen pohdittaminen, haluaako lasta vai ei, ilmaisee melkoista etäisyyttä sellaiseen luonnollisuuteen, jolla suvunjatkaminen aikaisemmin tapahtui sukupolvesta toiseen.”, kuvaa mielestäni äidiksi tulon muuttumista nykyisillä äideillä tietoiseksi valinnaksi verrattuna heidän isoäiteihinsä. Hyvönen (2008, s. 511–512) havaitsikin verrattessaan suomalaisten ja virolaisten naisten kokemuksia äitiydestä, että erityisesti suomalaiset naiset ajoittivat äidiksi tulon aikaan, jolloin heidän elämäntilanteensa oli vakiintunut. Perheen perustaminen koetaan mahdolliseksi yhä useammin siinä vaiheessa, kun opinnot on saatu valmiiksi ja asema työelämässä on vakiintunut (Miettinen & Rotkirch, 2008; Miettinen, 2015). Väestöliiton perhebarometrin mukaan vapaaehtoisen lapsettomuuden valitseminen ja vain yhden lapsen hankkimisen toiveet ovat myös yleistyneet selvästi viime vuosina. Toiveiden muuttumiseen voi kuitenkin vaikuttaa ihmisten henkilökohtaisten arvostusten lisäksi yhteiskunnan muutokseen liittyviä tekijöitä, kuten työelämän ja perheen yhteensovittamisen vaikeus. (Miettinen, 2015.)

Nuoreen äidin valintaa perustaa perhe tavanomaisesta iästä poikkeavan aikaisin pidetään usein vääränä (ks. Hirvonen, 2000, s. 37). Aaltonen (2008, s. 54) toteaa, että tyttöihin kohdistuvat odotukset ja moraalivaateet, ihanne työstä, ovat tiukemmat kuin poikiin kohdistuvat vaatimukset. Voidaan jopa kysyä, että mikä johtuu äitiydestä, mikä ylipäättään sukupuolesta ja siihen kohdistuvista vaateista. Mari Käyhkö (2008, s. 265–266) kuvaa työläistaustaisten siivoojaksi opiskelevien nuorten naisten haastattelututkimukseensa viitaten, että erilaisen yhteiskunnallisen taustan omaaviin tyttöihin kohdistuu perheen perustamisessa erilaisia odotuksia. Nuori äitiys on työläistaustaiselle tytölle hyväksytty elämänvalinta, mutta keskiluokasta tulevan nuoren äitiys taas voidaan nähdä kapinana ja uhkana hänen tulevaisuutensa kannalta.

Rudoe (2014) on tutkinut teiniäitiyttä ja politiikan mahdollisuuksia vaikuttaa teiniraskauksiin. Englannissa ja Walesissa käynnistettiin Tony Blairin pääministerikaudella köyhyyden ja sosiaalisen syrjäytymisen vähentämishjelma, jonka yhtenä strategisena tavoitteena oli teiniraskauksien väheneminen. Rudoen haastattelemat äidit epäilivät, ettei politiikan keinoin voi vaikuttaa nuorten tyttöjen raskauksien määrään. Osa äideistä oli jopa puolustuskannalla ja koki, että teini-ikäisenä äidiksi tuloa pidetään moraalittomana tekona. Rudoe toteaa itse, että kysymys on herkästä asiasta, johon ei voida vaikuttaa vain pyrkimällä muuttamaan nuorten naisten käyttäytymistä. Hän muistuttaa, että ongelmana ei välttämättä aina ole äidin ikä, vaan myös vanhemmat äidit voivat tarvita tukea. Tärkeintä olisi pyrkiä ratkaisemaan syitä, jotka johtavat köyhyyteen ja syrjäytymiseen sekä näkyvät perheissä esimerkiksi emotionaalisina ongelmina. (Mt.)

Äitiyttä ja lapsen saamista kuvataan nykyään mediapuheessa suunnitelmallisena valintana, lapsen hankkimisena, joka on tulevan vanhemman päätettävissä oleva asia. Tähän puheeseen liittyy ajatus yksilön tarpeesta hallita elämäänsä ja ennakoita siihen mahdollisesti liittyviä riskejä sekä välttää niitä. (Berg, 2008, s. 125–126.) Erityisesti korkeakoulutetut naiset epäilevät raskauden ja perheellistymisen olevan esteenä työelämässä ja muilla elämänalueilla menestymiselle (Fast, 2006). Päätökseen lapsen hankinnasta voi liittyä myös pohdintaa vanhemmuudesta, eivätkä parisuhteen osapuolet välttämättä ole valmiita siihen yhtäaikaisesti. Usein miehet haluavat pohtia lapsen hankintaa pidempään kuin naiset. (Sevón & Huttunen, 2002, s. 77–80.) Pitkä nuoruus ja valmistautuminen äitiyteen ei välttämättä ole yleistettävissä koskemaan kaikkia naisia. Käyhkö (2008, s. 266–267) kuvaa työläistaustaisten nuorten naisten pitävän tasaista arkea, äitiyttä ja perheen perustamista ensisijaisesti tavoiteltavina asioina. Hän muistuttaa myös, että erilaisen taustan omaavat ihmiset eivät välttämättä tunne toistensa arkea ja arvostuksia, eivätkä he siksi ymmärrä ja hyväksy toistensa valintoja, vaan näkevät ne jopa epäonnistumisina (mts. 269).

Vikat, Rimpelä, Kosunen ja Rimpelä (2002) tutkivat suomalaisten alle 20-vuotiaiden nuorten riskiä tulla raskaaksi. Heidän mukaansa tytön perhetaustalla on selvä yhteys todennäköisyyteen tulla nuorena raskaaksi. Vanhempien matala kou-

lutustaso ja heikompi sosioekonominen asema, yksinhuoltaja- tai uusperheisyys sekä tytön varhainen muutto pois lapsuudenkodistaan lisäsivät teiniraskauden riskiä. Vikat (2004, s. 35) arvioikin perherakenteen muutosten altistavan nuoria riskikäyttäytymiseen. Vikatin ja kumppaneiden (2002) tekemässä tutkimuksessa selvisi myös kiinnostava yksityiskohta, ruotsinkielisten tyttöjen teiniraskauden riski oli 32 % suomenkielisiä pienempi, vaikka taustatekijöiden vaikutus otettiin huomioon.

Raskaus voi olla nuoren tietoinen valinta, jonka avulla hän pyrkii rakentamaan miinuttaan ja liittymään johonkin tiettyyn yhteisöön. (Kuure 2001b, s. 39.) Raskaaksi tulon voi liittyä myös tyytymättömyyttä sen hetkiseen elämäntilanteeseen ja pyrkimys löytää elämään sisältöä lapsen syntymästä (Roberts ym., 2011). Suomessa tällaiset valinnat eivät kuitenkaan näyttäisi yleistyneen (Kuure, 2001b, s. 49). Teiniraskauksien määrää käytetään kuitenkin nuorten syrjäytymisuhkaa kuvaavana mittarina (mts. 39). Vikatin (2004, s. 30) mukaan alle 20-vuotiaiden raskaaksi tulon suunnitelmallisuutta ei ole tutkittu Suomessa, mutta hän arvioi (viitaten Raschin aineistoon) tilanteen olevan melko samankaltainen kuin Tanskassa, jossa 86 % raskauksista oli suunnittelemattomia. Ruotsalaisen tutkimuksen mukaan teiniäidit olivat todennäköisemmin matalammin koulutettuja, jäivät pienituloisiksi ja olivat riippuvaisempia yhteiskunnan palveluista kuin muut ikätoverinsa. Teiniäitiys johtaa usein sosioekonomisten ja terveyserojen siirtymiseen sukupolvelta toiselle. (Olausson ym., 2001, Vikatin 2004, s. 30 mukaan). Useimmat nuorena äidiksi tulevat tarvitsevat muun muassa edellä mainituista syistä sekä raskausaikana että erityisesti vauvan syntymän jälkeen enemmän tukea vanhemmuuteen kuin vanhempana lapsensa saavat naiset. Erilaiset helposti lähestyttävät, matalan kynnyksen toimipisteet ja vertaistuki ovat nuorille vanhemmille erityisen tärkeitä. (Halonen & Apter, 2010.)

## 4 Arki ja arjen hallinta

Kiinnostus arkea ja arjen tutkimusta kohtaan tuntuu kasvaneen viime vuosina, ja arjen hallinnan merkitys on tunnustettu myös julkisessa keskustelussa. Esimerkiksi vuoden 2015 Nuorisobarometrin aiheena oli arki (Myllyniemi, 2015) ja Opetus- ja kulttuuriministeriön Lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämissuunnitelmassa 2012-2015 arjen hallinta nostettiin yhdeksi kolmesta pääteemasta, joiden avulla pyrittiin vaikuttamaan lasten ja nuorten hyvinvointiin. Arjenhallinnan lisäksi teemoiksi oli nostettu osallisuus ja yhdenvertaisuus.

### 4.1 Arki, mitä se on?

Suomen kielessä viikonpäivistä erotetaan erikseen arkipäivät maanantaista lauantaihin ja pyhät, joita ovat sunnuntait ja kirkolliset juhlapyhät. Arki –sanan voidaan ajatella sisältävän jotain tavallisempaa, rutiiniomaista ja itsestään selvää (Salmi, 2004). Rita Felskin (1999–2000) mukaan arki (”everyday life”) on vaikeasti hahmotettavaa, koska sillä ei ole selkeitä rajoja ja vaikka se on toisaalta kaikkialla, se ei ole missään. Hän kuvaa arjen valuvan käsistä, kun sitä yrittää tavoitella. Kuluttaja-ekonomian professori Visa Heinonen (2012) vertaa suomen kielen sanaa arki englanninkieliseen käännökseen ”everyday life” (jokapäiväinen elämä) ja toteaa, että sanan merkitys on suomen kielessä rajatumpi. Kotitaloustieteen professori Kaija Turkki (1999) huomauttaa arjen kuvauksessa käytettyjen käsitteiden, kuten esimerkiksi ”jokapäiväinen, tuttu, tavanomainen, helposti ennakoitava, toistuva ja rutiininomainen”, vähättelevän arjen olemusta.

Heinonen (2012) toteaa, että arkeen liitetään usein ajatus yllätyksettömyydestä, säännöllisenä toistuvista rutiineista ja jatkuvuudesta. Elämän yllättävät tapahtumat saavat hänen mukaansa ihmiset kaipaamaan turvallista arkea. Tuomi-Gröhn (2009) puolestaan kuvaa arjen sisältävän myös yllätyksellisiä ja ennustamattomia tapahtumia. Jokinen (2003, s. 4) kyseenalaistaa ajattelun tavallisesta arjesta. Hänen mukaansa ”tavallisen arjen” käsitteen ajatellaan yleisesti kuvaavan lapsiperheen arkea ja sisältävän sisäänrakennettuna ajatuksen perinteisistä sukupuolirooleista. Felski (1999–2000, s. 16, 30–31) kuvaakin arjen määrittyneen pitkään nais-



ten elämänalueena ja toiminnassa ja varoittaa varsin aiheellisesti katsomasta arkea vain feminiinisestä näkökulmasta, koska arki koskettaa meistä jokaista. Jokinen (2003, s. 10–13) määrittelee arjen olevan kaikkialla, jatkuvasti toteutuvana ja läsnä olevana. Arjen sujuvuus tekee hänen mukaansa arjesta keveää, levollista ja huomaamatonta, jopa vähemmän kiinnostavaa ja vaikeasti tavoitettavaa. Korvela (2011, s. 220–221) puolestaan kuvaa arjen muuttuvan jatkuvasti. Hän määrittelee arjen muutoksen sisältävän kaksi elementtiä; arjen haasteet ovat muuttuneet ennakoitavista jatkuvasti muuttuviksi ja teot ja keinot, joiden avulla arjen haasteista selvittäään ovat muuttuneet sukupuoleen ja perinteisiin perustuvista toimintatavoista perheen sisäiseen ja osittain myös laajemmalle kodin ulkopuolelle ulottuvaan sopimuksenvaraiseen yhdessä tekemiseen. Turkki (1999, s. 63) muistuttaa kotitalouden toiminnan muuttuneen monimutkaisemmaksi, epävarmemmaksi, abstraktimmaksi ja vaikeasti tunnistettavaksi. Toisaalta, kuten Rönkä ja Korvela (2009) toteavat, käsitys siitä, millaista tavallinen perheen arki on vaihtelee. Ihmisten käsitys arjesta on muuttuva ja siten aikasidonnainen, mutta myös sidoksissa arkea määrittävän ihmisen sukupuoleen, taustaan ja elämänpiiriin (Salmi, 2004, s. 16, 23, 25–26).

Felski (1999–2000, s. 22–23) sisällyttää käsitteeseen arki kolme erilaista näkökulmaa: aikakäsityksen, tottumukset ja tilan. Bennetin (2002, s. 3) mukaan rinnastamme tulkinnoissamme usein kodin ja arjen. Hän viittaa myös Felskiin (1999–2000, s. 22–23), jonka mukaan koti on merkittävässä, mutta ei tilana yksin arkea määrittävässä roolissa. Arki ei ole sidoksissa tiettyyn paikkaan, vaan se jatkuu ja toteutuu edelleen uudessa ympäristössä, esimerkiksi perheen asuinpaikan vaihtuessa maasta toiseen, kuten Janhonen-Abuquah (2010, s. 38) kuvaa väitöstudiossa.

Rönkä ja Korvela (2009) määrittävät tutkimuskatsauksessaan perheen arkeen sisältyvän kolme ulottuvuutta: tunteet, toiminnot ja ajallisuuden. Felskin (1999–2000, s. 26) ajattelussa arkeen kuuluu toistuvuus, joka monimutkaisena, mutta hallittavana ja tutkimuksellisesti kiinnostavana tekee arjesta usein itsestäänselvän näköistä ja vaikeasti hahmotettavaa, kun monet arkeen liittyvät asiat toteutuvat puolihuomaamattomasti. Terttu Tuomi-Gröhn (2009) kritisoi Felskin näkemystä ja ku-

vaa arkea kotitaloustieteen näkökulmasta monimutkaisena, mutta samalla konkreettisena. Tuomi-Gröhn muistuttaa myös, että arki ei tarkoita vain kotona tapahtuvaa toimintaa eikä rajoitu vain arkipäiviin. Arki on kaikkea sitä, mitä ihmiset toistavat tekemisissään, yhtä lailla päivittäisiä ja viikoittaisia rutiineja kuin harvemmin tapahtuvia juhlahetkiä. (Mt.)

Arkea on tutkittu Röngän, Malisen ja Lämsän (2009, s. 13) mukaan Suomessa erityisesti kotitaloustieteissä, erityispedagogiikassa ja yhteiskuntatieteissä. Sosiologi Susie Scott (2009, s. 4–6) jakaa arjen tutkimuksen kolmeen erilaiseen näkökulmaan. Arkea voidaan hahmottaa yksinkertaisimmillaan tarkkailemalla tai kysymällä millaisia toimintoja siihen kuuluu, analysoimatta niitä sen syvällisemmin. Toiseksi arjesta voidaan etsiä tiettyjä rutiineja, toimintoja ja tapoja, jotka toistuvat, ja pohtia mikä niiden merkitys on osana koko päivittäistä arkea ja sen sujumista. Kolmantena arjen tutkimisen näkökulmana Scott kuvaa rutiineista ja normeista poikkeavaa toimintaa, miten se vaikuttaa arkeen ja miten ihmiset selviytyvät arjesta silloin, kun rutiinit eivät toimi käytännössä. (Mt.)

Perheen arjen voidaan ajatella rakentuvan perheenjäsenten yksin tai yhdessä tekemien toimien kautta (Rönkä & Korvela, 2009). Kotitalouden arki noudattaa pääosin selkeää rytmiä, jossa tietyt toiminnot toistuvat säännöllisesti ja muodostavat kotitalouden arkeen tukirakenteen (Korvela, 2003; Turkki 1999, s. 83). Rutiinit voivat olla säännöllisesti toistuvia, mutta ne voivat vaatia monimutkaisia ongelmanratkaisutaitoja (Tuomi-Gröhn, 2009) ja kykyä yhdistää erilaista tietoa ja taitoja (Turkki, 1999, s. 68). Toisaalta perhe-elämässä tapahtuvat muutokset, kuten lapsen syntymä, muuttavat arkea (Aalto, 2014), sen rytmiä ja siihen sisältyviä rutiineja. Arjen muuttuminen vaikuttaa esimerkiksi ruokailutottumuksiin, ruoanvalmistukseen ja ateriointiin (Maavirta, 2009). Arjen rytmi ja kokemus voi kuitenkin olla samankin perheen eri jäsenillä yksilöllinen (Korvela, 2014, s. 320).

Tässä tutkimuksessa arki ymmärretään ympäristöksi, jossa perhe toimii, elää jokapäiväistä elämäänsä ja on aktiivinen toimija. Arki on jatkuvasti uudelleen rakentuva kokonaisuus, jossa tavanomaiset arkiset toiminnot sekä satunnaiset tapahtumat seuraavat toisiaan osittain ennakoitavasti, osittain muuttuvana ketjuna. Arki

toteutuu perheenjäsenten toiminnan kautta niin kodissa, kuin sen ulkopuolellakin, siten se ei ole sidottu tiettyyn paikkaan.

## 4.2 Arjen hallinta

Liisa Haverinen (1996) on pohtinut laajasti arjen hallinnan käsitettä ensimmäisessä Suomessa tehdyssä kotitaloustieteen väitöstutkimuksessaan. Arjen hallinta on hänen mukaansa vastuullisuutta itsestä ja omasta ja lähiympäristön hyvinvoinnista. Arjen hallinnan mahdollistavat sujuva käytännön toiminta, kyky kantaa omaaloitteisesti vastuuta ja hyvät ihmissuhde- ja vuorovaikutustaidot. Arjen hallintaan kuuluu tunne siitä, että yksilö hallitsee arjessa tarpeelliset tiedot ja taidot ja kykenee vuorovaikutukseen. (Haverinen, 1996, s. 103.) Arjen hallinta on Turkin (1999, s. 180) mukaan mahdollista vain silloin, kun ihmisellä on sekä halu, että mahdollisuus tehdä itseään ja arkeaan koskevia päätöksiä. Janhonen-Abruquah (2010, s. 155–156) puolestaan kritisoi väitöstutkimuksessaan näkemystä siitä, että arki olisi hallittavissa ja kysyy, onko kyse vain siitä, että ihminen mukauttaa, sopeuttaa ja säättää toiminnallaan erilaisia asioita, jotta on mahdollista selviytyä mahdollisimman hyvin päivittäisestä elämästä. Haverinen toteaa myös yhdessä Marja Saari- lahden (2009) kanssa kirjoittamassaan artikkelissa, että arjen hallinta ei aina ole ihmisen omissa käsissä, koska ihminen ei aina voi vaikuttaa kaikkeen tai valita, mitä hänen elämässään tapahtuu.

Elämän hallinta ja voimavarojen hallinta ovat arjen hallinta –käsitteen lähikäsitteitä. Arjen hallinta voidaan nähdä osana elämänhallintaa ja voimavarojen hallinta taas osana arjen hallintaa. Arjenhallintataitoja opitaan usein kotona, mutta niitä tarvitaan ja ne auttavat selviytymään päivittäisestä arjesta myös kodin ulkopuolella. (Haverinen, 1996, s. 103–105.) Työterveyslaitos selvitti työn, perheen ja vapaa-ajan merkitystä ihmisten elämässä ja näiden yhteensovittamista kokoamalla asiantuntijoista Delfoi-paneelin. Valtaosa asiantuntijoista piti arjen hallintaa työn, perheen ja vapaa-ajan yhdistämisen onnistumisen kannalta olennaisen tärkeänä. (Kauppinen, 2007, s. 10.) Arjen hallintaan vaikuttaa myös arkiympäristön infrastruktuuri. Ympäristön fyysiset, toiminnalliset, kulttuuriset ja osallistumisrakenteet

voivat auttaa esimerkiksi työn ja perheen yhteensovittamisessa ja arjen erilaisten toimintojen hoitamisessa. (Horelli & Haverinen, 2008.)

Arjen hallinta voidaan jakaa ulkoiseen ja sisäiseen arjen hallintaan. Ulkoinen arjen hallinta näkyy taitona ja kykynä tehdä arjen askareita. Sisäinen arjen hallinta on yksilön omakohtainen tunne siitä, että hän selviytyy jokapäiväisen arjen vaatimuksista. (Haverinen, 2009, s. 23.) Taito pohjautuu tietoon ja tieto mahdollistaa toimintakokonaisuuksien ja yleisten periaatteiden hallinnan (Haverinen 2008, s. 21), mutta taitoa ja tietoa ei voida aina erottaa toisistaan (Haverinen, 1996, s. 108). Käytännön taitoja merkityksellisempää arjen hallinnassa on, millainen ihminen on ja miten hän asennoituu asioihin, koska arjen hallinnassa tietoon yhdistyvät ihmisen asenteet, taidot ja kyvyt (Haverinen, 2009, s. 105, 114). Heinilä (2007, s. 67) tosin arvioi Haverisen arjen hallinnan tasojen kuvaavan taidon oppimista enemmän ”ymmärryksen ja ajattelun taitojen” kehittymisenä kuin sitä, millainen ”mieli ja merkitys” taidoilla on ”ihmisen olemisen kannalta”.

Lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämissuunnitelmassa 2012-2015 todetaan, että arjenhallinta koostuu sisäisestä ja ulkoisesta elämänhallinnasta. Ohjelmassa esitetty määrittely arjenhallinta -käsitteestä poikkeaa jonkin verran Haverisen (1996) määrittelystä, koska ohjelmassa arjenhallinta ja elämänhallinta nähdään toistensa synonyymeina, jolloin arjenhallinnassa korostuu ihmisen kyky kantaa vastuuta omasta elämästään ja päätöksistään. Kehittämissuunnitelmassa arjen hallinnan tarkastelu keskittyy lähinnä ulkoisen arjenhallinnan keinoihin, joiksi luetellaan koulutus, työllistyminen, terveys ja laajempi hyvinvointi sekä oman talouden hallinta. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2012.)

Haverinen (1996, s. 120–124) jaottelee arjen hallinnan osaavaan, taitavaan ja ymmärtävään arjen hallintaan. Osaava arjen hallinta näkyy yksilön arjen sujumisena ja tunteena oman arjen hallinnasta. Taitava arjen hallinta edellyttää kykyä asettaa tavoitteita yhdessä samaa arkea jakavien kanssa ja kykyä arvioida oman toiminnan vaikutuksia heihin. Ymmärtävä arjen hallinta kuvaa yksilön kykyä toimia arjessa yhteistä hyvää tavoitellen. Toisaalta Haverinen (1996) kuvaa arjen hallintaa laajemmassa kontekstissa, osana elämän hallintaa.

Haverisen (1996) mukaan arjen hallintaa voidaan tarkastella kolmen laadullisen ulottuvuuden näkökulmasta. Nämä ovat toiminnan päämäärä, toimintaa ohjaava tieto ja toiminnassa ilmenevä vuorovaikutus. Arjen hallinnan päämäärä voi olla itsekäs omasta hyvinvoinnista huolehtiminen, jolloin arjen hallinta näkyy vain yksilöllisenä arjen hallintana. Arjen hallinta voi olla myös yhteisen hyvän eteen ponnistelu. Se voi vaatia toteutuessaan oman hyvän asettamista toissijaiseksi. Yhteisen hyvän eteen toiminen voi näkyä esimerkiksi perheyhteyden paranemisena, mutta yhteisen hyvän eteen toiminen ei rajoitu vain omaan perheeseen, vaan se voi heijastua laajemmalti vähintään omassa lähiyhteisössä toimimisena. Yhteisen hyvän eteen toimiminen vaatii toisten ihmisten näkökulmien ymmärtämistä ja heidän elämäntilanteeseen eläytymistä sekä vastuuta lähimmäisistä. (Haverinen, 1996, s. 108–112.) Yksilöllisten tarpeiden huomiointi ja yhteisen hyvän eteen pyrkiminen eivät kuitenkaan ole välttämättä toisensa poissulkevia asioita, vaan yhteisvastuun toteuttamista (Haverinen & Saarilahti, 2009).

Arjen hallinta edellyttää tietoa. Tiedon voidaan jakaa tosiasiatietoon, toimenpidetietoon ja arvotietoon. Tosiasiatietoon perustuva toiminta on tehtävien suorittamista mekaanisesti tutuissa tilanteissa ja ympäristöissä. Toimenpidetietoon perustuva toiminta on joustavampaa ja toimija kykenee soveltamaan ja yhdistelemään tietoa kokonaisuuksiksi muuttuvissa tilanteissa ja selittämään toimintaansa. Toimija osaa toimia järkevästi ja suunnitelmallisesti ja asettaa tehtävät tärkeysjärjestykseen. Arvotietoon perustuva toiminta ei perustu vain mekaaniseen osaamiseen ja tehtävien muodolliseen hallintaan, vaan toimintaa ohjaavat arvot, kuten ekologisuus ja eettiset periaatteet. Toiminta tapahtuu tällöin myös vuorovaikutuksessa muiden toimijoiden kanssa. (Haverinen, 1996, s. 112–115.)

Arjen hallinta voidaan ymmärtää arjessa tarvittavien taitojen osaamisena (Heinilä 2007, s. 65). Rutiinit ja kyky organisoida asioita auttavat arjen ja ajan hallinnassa (Horelli & Haverinen, 2008). Rutiinit ovat arjessa toistuvia tapahtumia, joista muodostuu arjen sujumista helpottava säännöllinen päivärytmi, joka tekee arjesta ennakoitavaa ja ”tukevaa” (Korvela, 2011). Toimivat rutiinit auttavat voimavarojen jakamisessa, parantavan arjen sujuvuutta (Sekki, 2011, s. 79–80, 118) ja mahdollistavat ajan ja resurssien tehokkaamman käyttämisen (Salmi, 2004, s. 19). Felski

(1999–2000, s. 26) kuvaa rutiinien ja tottumusten mahdollistavan toiminnan ja antavan mielelle samaan aikaan tilaa työstää aivan jotain muuta asiaa. Heinonen (2012) tulkitsee Felskiä (1999) ja toteaa, että säännöllisesti samanlaisena toistuvat toiminnot auttavat yksilöä selviytymään arjesta. Rutiineja voidaan pitää jopa arjen peruselementteinä (Heinilä, 2009).

Rutiinit eivät aina edistä, vaan ne voivat myös heikentää arjen toimivuutta (Heinonen, 2012). Erityisesti ympäröivän yhteiskunnan muuttuessa on kyettävä muuttamaan rutiineja, muutoin totutuista toimintatavoista voi olla enemmän haittaa kuin hyötyä (Turkki, 1999, s. 84–85). Yksittäisten taitojen hallinta ei riitä arjen hallinnan tunteen saavuttamiseen, vaan kysymys on kokonaisuuden hallinnasta (ks. esim. Mäntylä, 2010, s. 3). Arjen hallinnan tavoittelu voi johtaa myös joustamattomiin toimintatapoihin ja rutiinien täyttämään ”jäykkään arkeen” (Heino, 2011, s. 23). Raijas (2014, s. 121) kysyykin, voivatko rutiinit ja arjen rytmi tehdä perheen arjesta joustamattoman ja ulkoa ohjatun tuntuista joustavaan ja aikatauluttomaan arkeen tottuneille, vasta lapsen saaneille vanhemmille.

Tottumus saa meidät noudattamaan rutiineja, jotka luovat toimintaamme ennustettavuutta (Heinonen, 2012, s. 65–66, 70). Rutiinit ja tottumus mahdollistavat arjen sujumisen ilman, että ihmisten tarvitsee pohtia tai päättää erikseen jokaista asiaa arjessa. Ne ovat kehittyneet pitkän ajan kuluessa ja niihin liittyy myös valtaa ja sukupuolittuneita merkityksiä. (Jokinen, 2003, s. 11.) Voidaan siis todeta, että rutinoitunut toiminta on mahdollista oppimisen ja useiden toistojen jälkeen. Rutiinit ja muutokset eivät kuitenkaan ole toisensa pois sulkevia asioita (Turkki 1999). Rutiinien puute ja kyvyttömyys ennakoita asioita voivat sen sijaan tehdä arjesta hallitsemattomaa (Sekki & Korvela, 2014, s. 227).

Arjen erilaisissa tilanteissa selviytymiseen voi vaikuttaa myös se, miten arjessa osataan olla läsnä. Rauhallinen suhtautuminen ja myönteinen asennoituminen voivat auttaa selviytymään ja vähentää stressiä. (Horelli & Haverinen, 2008.) Toisaalta Rönkä ja Korvela (2009) toteavat, että kun ihmiset aikatauluttavat ja kontrolloivat arkea enemmän, he ehtivät myös tekemään aiempaa enemmän erilaisia asioita ja perheen arjesta voi tulla kiireisemmän tuntuista.

Nuorten arjenhallintataitoja ja -kokemusta on ilmeisesti tutkittu hyvin vähän (Similä, 2012). Yleisenä käsityksenä kuitenkin on, että nuorten arjen hallinnan taidot ovat heikompia kuin vanhemmilla ihmisillä. Parviainen (2012) kysyy, mikä on riittävä arjen hallintaa: ”Riittääkö se, että selviää päivästä toiseen?”. Olennaista olisi mielestäni kysyä myös, mitä taitoja pidetään arjen hallinnan kannalta olennaisina. Mäntylä (2010) on tutkinut nuorten näkemyksiä kotitalouden keskeisistä toiminnoista ja taidoista, joita nuoret arvioivat tarvitsevänsä arjessa. Hän (mts. 3) muistuttaa, että arjessa hallittavat taidot ovat muuttuneet ja osa aiemmin ammattilaisten hoitamista tai kodin ulkopuolella suoritetuista tehtävistä, on siirtynyt osittain tai kokonaan kotiin. Mäntylä ottaa näistä esimerkeiksi pankkiasioinnin ja verkkokaupankäynnin. Jauho (2012) on tutkinut kotitaloustieteen pro gradu -tutkielmassaan ”Teiniäitiys ja oman kodin arjenhallinta” teini-iässä äideiksi tulleiden naisten arjen hallintaa. Hän toteaa, että ihmisten arjen hallinnan taidot vaihtelevat, mutta ikä ei ole taitoja selittävä tekijä. Useimmilla hänen tutkimukseen osallistuneilla nuorilla äideillä arjen hallinta oli Haverisen (1996) jaottelun mukaan osaavalla tai taitavalla arjen hallinnan tasolla.

Arjenhallinnan taitoja opitaan kotona (Similä, 2012), mutta myös kodin ulkopuolella kuten koulussa (Tuomi-Gröhn, 2009). Kotikasvatus- ja ohjaus arjen hallintaan oleellisesti kuuluvien taitojen osalta on tärkeää, mutta sosiaalisella taustalla on olennainen vaikutus arjenhallintaa (Similä, 2012). Professori Kajsa Ellegård (1999, s. 175) korostaa, että arjen tutkiminen on tärkeää, jotta tutkittu tieto voisi auttaa ihmisiä tekemään sekä itsensä, että ympäristön kannalta parempia valintoja arjessaan. Näistä syistä Mäntylän (2010, s. 29) ehdotus arjen hallinnan taitojen opettamisen sisällyttämisestä opettajien koulutukseen on kannatettava. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa arjen hallinnan taitojen opettaminen sisältyy yksiselitteisesti kotitalousopetuksen opetussisältöihin (Opetushallitus, 2004). Uusituissa perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa 2014, on kuvattu seitsemän laaja-alaista osaamiskokonaisuutta, joista yksi on itsestä huolehtiminen ja arjen taidot. Arjen hallinnan tietojen, taitojen, asenteiden ja toimintavalmiuksien kehittäminen on kirjattu edelleen kotitalousopetuksen keskeiseksi tehtäväksi. (Opetushallitus, 2014.)

### 4.3 Lapsiperheen arki

Vauvan syntyessä perheen arki, elämän rytmi ja rutiinit muuttuvat (Aalto, 2014; Pietilä-Hella, 2010, s. 98). Lapsiperheen arki ja sen rytmi eroaa selvästi lapsettoman samaan ikäluokkaan kuuluvan pariskunnan arjesta (Aalto & Varjonen, 2012). Useista vanhemmista tuntuu, että aikaa on liian vähän. Se ei tunnu riittävän välttämättömien tehtävien hoitamiseen, saatikka siihen, että vanhemmille jäisi omaa aikaa ja yhteistä aikaa parisuhteen hoitamiseen. Uuden elämäntilanteeseen sopeutuminen vaatii aikaa. (Hyvärinen, 2008, s. 108–109.) Erityisesti äidit kokevat elämänmuutoksen ja perheen arjen velvollisuuksien täyttämänä, raskaana ja epätasa-arvoisena (Raijas, 2014, s. 117–118). Vanhemmuuden ja parisuhteen ongelmien yhtenä syynä voivat myös olla ajan riittämättömyys ja ajanhallinnan vaikeudet (Häggman-Laitila, 2003). Toisaalta pienten lasten äidit kuitenkin kokevat arjen vähemmän kiireisenä kuin lapsettomat naiset (Aalto & Varjonen, 2012). Kiireen kokemus on yleisempää työssäkäyvillä ja vain harva kotiäiti kokee arkensa olevan kiireistä. Kiireen kokemus ja kokemus ajan puutteesta ovat kuitenkin eri asioita. (Miettinen & Rotkirch, 2012, s. 22–23, 129.)

Arkea ei ole olemassa itsessään, vaan se muotoutuu jokapäiväisissä toiminnoissa ympäröivän yhteiskunnan reunaehtojen puitteissa (Rönkä, Malinen & Lämsä, 2009, s. 13). Arki saattaa olla lapsiperheessä kaukana siitä, millaisena se esitetään medioissa (Heino, 2011, s. 19). Arki voi olla hallitsematonta, siitä voi puuttua selkeä rytmi (Sekki, 2011, s. 79) ja se voi olla täynnä ristiriitoja ja jatkuvaa tasapainoilua elämän eri osa-alueiden yhteensovittamisen ja ajanhallinnan kanssa (Korvela & Keskinen, 2008, s. 263–266). Arjen hallinnan ongelmat voivat johtua myös kyvyttömyydestä aikatauluttaa, ennakoida ja rytmittää arjen toimintaa (Sekki & Korvela, 2014, s. 221–222). Lapsiperheen arkea kuvataankin usein käsitteillä, jotka kertovat lievästä kaaoksesta, kuten ”arjen rumba”, ”hulabaloo” tai ”hässäkät” (Rönkä, Malinen & Lämsä, 2009, s. 12).

Arki voi ajautua lapsiperheessä ensin epäjärjestykseen ja sen jälkeen kaaokseen. Epäjärjestys tarkoittaa joko arjen kiireiden tai henkisen pahoinvoinnin seurauksena syntyvää ”tavaroiden epäjärjestyä, asuintilojen siivottomuutta ja pesemättömiä



pyykkejä”. Epäjärjestyksen ja sen lisääntymistä seuraavan kaaoksen syntymistä voi edistää ahdas asuminen ja liian suuri tavaramäärä. Väestöliiton ”Arki haltuun” –hankkeen perheissä erityisesti ajankäytön ongelmat ja osaamattomuus kotitöiden teossa aiheuttivat kaaosta. Kaaos voi pahimmillaan aiheuttaa perheenjäsenille sekä turvallisuutta, että terveyttä uhkaavia haittoja ja ilmetä erityisesti lasten hyvinvoinnin heikkenemisenä. On tärkeää muistaa, että kenen perheen tahansa kotona voi olla ajoittain epäjärjestyttä, vaikka arki olisikin muuten hallinnassa. Toisaalta, vaikka koti olisi järjestyksessä, perheen arjen hallinnassa voi olla siitä huolimatta ongelmia. (Heino, 2011, s. 22–30.)

Sekki ja Korvela (2014) käyttävät ilmaisua ”ajelehtiva arki” tilanteesta, jossa perheen voimavarat eivät riitä siihen, että koti pysyisi järjestyksessä ja arki hallinnassa. Perheeltä puuttuu arjesta rytmi, rutiinit ja tukiverkosto ja perheen sosiaaliset suhteet kodin ulkopuolelle ovat usein hyvin vähäisiä tai niitä ei ole lainkaan. Arkiiset tehtävät jäävät tekemättä ja koti muuttuu epäsiistiksi. Perheenjäsenet keskittyvät epäolennaisiin asioihin, eivätkä kykene ratkaisemaan itse syntynyttä kaaosta. Kotitöiden kasautuminen ja tekemättömyys voi johtua esimerkiksi ajanhallinnan puutteesta, väsymyksestä, perheenjäsenten välisen työnjaon ongelmista tai työskentelyssä tarvittavien välineiden tai osaamisen puutteesta. Vanhemmillä ei ole myöskään keinoja lastensa ohjaamiseen ja kasvattamiseen. Perheen tilanne on ajautunut niin vaikeaksi, että perhe tarvitsee ulkopuolista apua ongelmien ratkaisemiseksi. Sekki ja Korvela puhuvat myös haavoittuvasta arjesta, jolla he tarkoittavat arkea, jossa on samanlaisia ongelmia kuin ajelehtivassa arjessa, mutta ongelmat eivät ole vielä yhtä vakavia. (Mt.)

Kaarti ja Korvela (2014) analysoivat internetin keskustelupalstoilla käytyjä ruuhkavuosikeskusteluja ja tutkivat arjen rakentumista ruuhkaista elämänvaihetta elävissä perheissä. He nimeävät tiimiperheeksi perheen, jossa kyetään yhdistämään familistisen ja individualistisen perhekäsityksen piirteitä. Dynaamisen tiimiperheen jäsenet kykenevät tekemään kompromisseja sekä asettamaan yhteisiä tavoitteita, mutta antamaan myös toisilleen tilaa itsensä toteuttamiseen. Kun perheenjäsenillä on mahdollisuus vaikuttaa perheen arkeen, arki koetaan tyydyttävämpänä ja kii-reettömämpänä eivätkä ruuhkavuodet rasita perhettä. Tiimiperheissä jokainen

perheenjäsen on vastuullinen ja aktiivinen toimija ja heidän välillään toteutuu tasa-puolinen työnjako. Kaikilla on mahdollisuus olla tarpeen vaatiessa myös passiivisempia ja pitää hengähdystaukoa. (Mt.)

Perheenjäsenten erilaiset toiveet ja tavat toimia voivat aiheuttaa ongelmia arjen hallintaan ja tehdä arjesta sekavaa ja kiireistä (Kaartti & Korvela, 2014, s. 155). Perheen ajankäyttöä ja hallintaa pohdittaessa on olennaista huomata, että arki ja sen rytmi ei ole aina samanlaista. Arjen rytmi on välillä rauhallisempaa, välillä taas hektisempää, niin saman päivän aikana kuin viikon, kuukauden tai vuoden eri vaiheissa. (Rönkä & Korvela, 2009.) Arjen rytmit ovat myös yksilöllistyneet aikaisempaan verrattuna (Aalto, 2014, s. 70). Elämäntilanteen muutokset, kuten vauvan syntymä vaikuttavat myös perheen arjen rytmiin (Korvela, 2009, s. 329). Elämänmuutos vauvaperheeksi vaatii vanhemmilta uusien tehtävien opettelua ja arjen rutiinien muokkaamista uudelleen (Pietilä-Hella, 2010, s. 100–104).

Perheet kaipaavat tukea arjessa jaksamiseen (Perälä ym., 2011, s. 42; Raijas, 2014, s. 120). Tuen tarve johtunee osittain siitä, että kaikki perheet eivät saa arjesta selviytymiseen tukea ja apua lähiverkostoilta, kuten omilta vanhemmilta, sukulaisilta ja ystäviltä (ks. Raijas, 2014, s. 114). Tukea annettaessa on tärkeää tunnistaa perheen arjen ongelmat ja millainen tuki voi auttaa. Tuen tarpeessa korostuvat usein vanhemmuuteen, lasten kasvatukseen ja hoivaan, parisuhteeseen ja perheen sosiaalisiin suhteisiin ja tukiverkostoon liittyvät asiat. (Häggman-Laitila, 2003.) Myös perheenjäsenten erilaiset tuen tarpeet on tunnistettava, jotta heitä voidaan tukea yksilöllisesti (ks. Tanninen, Häggman-Laitila & Pietilä, 2009). Tuen tarve olisi tunnistettava ja tukea olisi annettava ajoissa, jotta se olisi mahdollisimman vaikuttavaa (esim. Rautio, 2012; Tanninen, 2015; Tanninen, Häggman-Laitila, Kangasniemi & Pietilä, 2014). Kaikki tuki ei aina auta perhettä arjessa eteenpäin. Korvela, Saarilahti ja Sekki (2014) arvioivat 1990-luvun lama-ajan jälkeen perheyön työmenetelmien kehittyneen pitkälti vanhempien tukemiseen keskustelujen avulla, jolloin ajelehtivaan arkeen liittyvät ongelmat jäivät huomiotta ja perheet eivät saaneet tarvitsemaansa apua.

Väestöliitto toteutti vuosina 2007–2010 Arki haltuun –hankkeen, jonka tavoitteena oli lisätä lapsiperheen arjen hallintaa. Hankkeen työtapana oli sekvenssikarttamenetelmä. (Kupiainen & Holmberg, 2011.) Pirjo Korvela (2003) tutki lapsiperheiden arkea ja havaitsi arjen rakentuvan toisiaan seuraavista tapahtumista, tekemisen ja toiminnan rakenteista, jotka hän nimesi sekvensseiksi. Sekvenssikarttamenetelmällä tarkoitetaan työmenetelmää, jonka avulla konkretisoidaan arjen toimintaa, kiinnitetään huomiota arjessa toistuviin säännöllisiin rakenteisiin ja pyritään luomaan arkeen säännöllinen rytmi, rutiinit ja ennakoitavuutta. (Korvela, Holmberg, Jonsson & Kupiainen 2009.) Menetelmän avulla kyettiin parantamaan perheiden arjen hallintaa. Työskentelytapa auttoi erityisesti lasten tarpeiden paremmassa huomioimisessa suunniteltaessa koko perheen ajankäyttöä. (Lönnerberg, 2011, s. 175–176.) Auttamistyössä on olennaista huomioida perheen omat lähtökohdat ja resurssit. Muutos on mahdollista vain silloin, kun perheenjäsenet ovat itse motivoituneet ja sitoutuneet uuden oppimiseen ja uusien toimintatapojen ottamiseen osaksi arkea. (Heino, 2011, s. 39–40.) Arki haltuun –hankkeen työskentely perustuikin perheen kanssa yhdessä tekemiseen (Korvela, Saarilahti & Sekki, 2014) ja arkea koossapitävää rytmiä rakennettiin perheen tarpeista käsin (Korvela, Saarilahti & Sekki, 2014, s. 202).

Lapsiperheen arki on useimmiten tiettyjen toimintojen toistumista peräkkäisinä sykleinä (Rönkä, Malinen & Lämsä, 2009, s. 12). Arjen hallinta voi olla vaikeutunut tilapäisesti eri syistä, kuten esimerkiksi lapsen sairauden vuoksi. Tällöin on mahdollista oppia hyväksymään tilanne, sopeutua siihen ja löytää voimavaroja, jolloin parempi arjen hallinta voi olla mahdollista. (Häggman-Laitila, Tanninen & Pietilä, 2010.) Perheitä on pyritty auttamaan tällaisissa tilanteissa erilaisin tukitoimin. Väestöliiton Arki haltuun –hankkeessa sujuvat rutiinit auttoivat perheitä toteuttamaan arjessa asioita, jotka olisivat jääneet muuten kokonaan tekemättä. (Nurminen, 2011, s. 72). Perhetyössä voidaan käyttää myös muita metodeja, kuten Tannisen, Häggman-Laitilan, Kangasniemen ja Pietilän (2014) tutkimuksessa voimavaroja vahvistavia keskusteluja. Perheiden voimavaroja vahvistavan ennaltaehkäisevän perhetyön vaikuttavuutta selvittäneessä tutkimuksessa mukana olleet perheet kokivat hyötynensä erityisesti arkea helpottavista neuvoista ja arvioivat saaneensa perhetyöstä apua arjen hallintaan (mt.).

Kotitalouden arjen hallintaan vaikuttaa merkittävästi perheen taloudellinen selviytyminen ja oman talouden hallinta. Nuorilla vanhemmilla rahan riittävyys voi aiheuttaa runsaasti stressiä. Nuoret kaipaavat myös talouden hallintaan ohjausta ja tukea. (Herrman, 2008). Väestöliiton Arki haltuun –hankkeessa perheiden arjen hallinnan ongelmiksi paljastui kodinhoidollisten valmiuksien puutteen lisäksi nimenomaan talouden hoidon ja rahan käytön hallinta. Useilla hankkeessa mukana olleiden perheiden vanhemmilla oli sekä tiedollisia että taidollisia ongelmia rahan käytössä ja oman talouden hallinnassa. Vanhempien elämäntilanne, kuten työttömyys tai jostain muusta syystä työmarkkinoiden ulkopuolella olo aiheutti usein myös taloudellista ahdinkoa. (Saarilahti, 2011, s. 213–215.) Taloudelliset ongelmat taas aiheuttavat stressiä (Herrman, 2008) Zorkaia (2004) tutki venäläisten perheiden arjen ongelmia ja pelkoja ja toteaa tutkimuksessaan, että eniten perheille aiheutti huolta ja epävarmuutta taloudellinen selviytyminen. 68-72 % perheistä nimesi pienet tulot ja rahan riittämättömyyden suurimmaksi ongelmaksi arjessaan. Vaikka taloudellinen selviytyminen nousi tutkimuksessa arjen suurimmaksi ongelmaksi, raha ei noussut tutkimuksessa tärkeimmäksi arvoksi. Kun vastaajilta kysyttiin, mitä he toivovat ensisijassa lapsilleen ja lastenlapsilleen, lähes kaikki toivoivat terveyttä ja toiseksi eniten onnellisuutta ja sitä, että jälkikasvusta tulisi hyviä ja rehellisiä ihmisiä. (Mt.)

Raijas (2014, s. 107–108, 116) kuvaa lapsen syntymän vaikuttavat perheen talouteen merkittävästi. Samaan aikaan kun menot kasvavat, toisen vanhemman tulot pienenevät, mikäli hän jää töistä vapaalle. Muuttunut tilanne edellyttäisi perheissä keskustelua talouden hoidosta ja kustannusten jakamisesta. Raijas (mt.) toteaa aiempiin tutkimuksiin viitaten, että aina ei ole selvää, että henkilökohtaiset tulot käytetään koko perheen hyväksi. Sailio (2014) tutki internetin keskustelupalstoilla käytyä keskustelua perheen sisäisestä rahanjaosta. Hänen mukaansa kotitalouksien rahanjaossa ja hallinnassa on usein kysymys tasapainosta yksilöllisyyden ja riippumattomuuden ja toisaalta tasa-arvon välillä. Perheen rahanjaolla ja hallinnalla on vaikutusta siihen, miten tasa-arvoiseksi perhetilanne koetaan erityisesti silloin, kun toinen vanhemmista hoitaa kotona lapsia. Useissa perheissä siirrytään tällöin luontevasti yhteiseen rahatalouteen. Riippuvaisuus puolison tuloista koetaan Sailion (mts. 132–135) mukaan kielteisenä, vaikka kuten hän toteaa aiempiin

tutkimuksiin (mm. Pahl, 2005, Elizabets, 2001) viitaten, että yhteinen rahatalous saattaa olla todellisuudessa tasa-arvoisempi kuin talous, jossa molemmilla puolisoilla on omat rahansa. Puolisoiden omat rahat voivat olla perheessä jopa patriarkaalinen vallankäytön väline, vaikka niiden ajatellaan yleisesti olevan naisen itsenäisyyden ja riippumattomuuden tae (mt.).

#### 4.4 Äidin arki

Ajankäyttötutkimusten mukaan kotitöiden tekeminen jakautuu pienten lasten äitien ja isien välillä epätasaisesti, vaikka ero on kaventunut parinkymmenen vuoden aikana. Naiset tekevät hieman aiempaa vähemmän ja miehet hieman enemmän kotitöitä. Alle kouluikäisten lasten työssäkäyvät äidit tekivät vuonna 2010 päivittäin keskimäärin 3 tuntia ja 10 minuuttia ja isät noin 2 tuntia ja 15 minuuttia kotitöitä. Mikäli toinen vanhemmista on kotona, kotityöt jakaantuvat epätasaisemmin. Työelämän ulkopuolella olevien aikuisten kotitöiden teossa näkyvät myös sukupuolierot. Äidit, jotka eivät käy töissä, tekivät kotitöitä joka päivä noin 3 tuntia ja 45 minuuttia ja työelämän ulkopuolella olevat isät noin puoli tuntia vähemmän, eli noin 3 tuntia ja 20 minuuttia. (Miettinen & Rotkirch, 2012, s. 57–59.) Kotitöiden teko aiheuttaa vanhempien välillä ristiriitaa (Raijas & Sailio, 2012), mutta tasainen työnjako näkyy tyytyväisyytenä parisuhteeseen (Lammi-Taskula & Salmi, 2009). Asiantuntijoiden arvion mukaan sukupuolten välinen työnjako tulee tasa-arvoistumaan, mutta jotta se olisi mahdollista, naisten on myös annettava miehille lisää tilaa toimia (Moisio & Huuhtanen, 2007, s. 13).

Nimenomaan äidit kokevat usein rasittavina ja uuvuttavina perhe-elämän ruuhkaiset vuodet, jolloin lapset ovat pieniä ja perheessä joudutaan sovittamaan yhteen työtä, opiskelua ja lasten hoitoa. Erityisesti perheen sisäisen työnjaon epätasa-arvoisuus voi väsyttää äidin. (Kaartti & Korvela, 2014; Korvela & Kaartti, 2014, s. 182; Sevón, 2011). Samat tunteet näkyvät Väestöliiton keräämissä, äitiyden tunteita kuvaavissa kirjoituksissa. Väsymys oli tunteista useimmin mainittu sana, sen lisäksi äidit kuvasivat tuntevansa kielteisinä tunteina mm. vihaa, raivoa, pelkoa, syyllisyyttä, ahdistusta, huolta, häpeää ja uupumusta. (Janhunen & Saloheimo, 2008, s. 37.) Kodin ja perheen hyvinvoinnista huolehtiminen mielletään pitkälti äi-

din tehtäväksi. Vastuun kantaminen ilman tukea ja kokopäivä-äitiys, ilman muita aikuisen rooleja, voi saada äidin kaipaamaan elämään muutakin sisältöä ja jopa rikkaa perheen. (Nousiainen, 2002, s. 15–16.) Jokinen (1996) kuvaa väitöstutkimuksessaan väsyneen äidin olevan usein yksin vastuussa perheen arjesta, ja jäävän vaille puolisonsa tukea arjesta selviytymiseen tai äitiyteensä. Hän huomauttaa, että vaikka kotityöt voisivat odottaa huomiseen, ne eivät tule tehdyksi silloinkaan itsestään ja kodin järjestyksen ja siisteyden puute aiheuttaa nimenomaan äidille tunteen elämän kaaosmaisuudesta ja epäsiisteydestä. Miehelle samat asiat eivät välttämättä aiheuta huolta, eikä epäsiisteys henkilöidy perheessä yleensä isään vaan äitiin (mts. 96–98, 105).

Julkisessa puheessa korostuu äitien poissaoloja arvioiva ja entisiä aikoja kaiholla muisteleva sävy (Katvala, 2002, s. 19). Katvalan (2001, s. 68–70) mukaan äitiyteen liittyy vahvasti ajatus ajan riittämättömyydestä ja syyllisyys kiireestä. Äidin arki on työntäyteistä ja siksi äidin on soviteltava tehtäviään ja suunniteltava ajankäyttöään. Vanhemmillä sukupolvilla muistoa äidistä värittää nimenomaan äidin läsnä ollessakin työnteko sekä huolenpito ja hoiva nimenomaan kodin töitä tekemällä (mts. 62–66). Toisaalta Katvala (mts. 70) kuitenkin tulkitsee tutkimushaastattelujensa pohjalta, että äidin aika on ”aikaa lapselle”. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Lapsen ääni -gallupissa (2001) kysyttiin lapsilta mukavista hetkistä vanhempien kanssa. Lasten vastauksissa oli usein kuvausta arkisten askareiden tekemisestä erityisesti yhdessä äidin kanssa. (Karlsson, 2002, s. 26.)

Perheiden elämässä on erilaisia vaiheita. Äidit kuvaavat usein alkuaikoja vauvan kanssa sekaviksi ja jäsentymättömiksi. He kokevat olevansa jonkin aikaa vauvan syntymän jälkeen vauvan armoilla, mutta muutaman kuukauden päästä äidit pysyvät jo nauttimaan vuorovaikutussuhteesta vauvan kanssa, tuntevat itsensä aktiivisiksi toimijoiksi ja kokevat, että kykenevät hallitsemaan uutta elämäntilannettaan (Niemelä, 2003, s. 242, 250; Pietilä-Hella, 2010, s. 103–104). Äidin tyytyväisyyteen ja uudesta elämäntilanteesta selviytymisen tunteeseen vaikuttaa pidemmällä aikavälillä myönteisesti erityisesti puolison osallistuminen ja tasapuolinen vastuunjako vauvan hoidosta ja perheen arjesta (Sevón, 2011).

## 5 Vertaisryhmätoiminta

Vertaisryhmällä tarkoitetaan ryhmää, jossa jonkin samanlaisen kokemuksen tai ominaisuuden omaavat ihmiset kokoontuvat yhteen, saavat toisiltaan tukea ja voivat jakaa kokemuseräistä tietoa tilanteestaan. Vertaistuen voimana on nimenomaan kokemuksellinen asiantuntijuus. Vertaistuki otettiin Suomessa käsitteenä käyttöön 1990-luvulla. (Laimio & Karnell, 2010, s. 11–12.) Nylund (1996) käytti aiemmin käsitteen vertaisryhmän sijaan käsitettä oma-apuryhmä. Hän tosin määrittelee oma-apuryhmän yläkäsitteeksi esimerkiksi vertaisryhmälle. Hän määrittelee tällaisen ryhmän toiminnassa olevan olennaista samanlaisessa elämäntilanteessa olevien tai samaa ongelmaa pohtivien ihmisten vuorovaikutuksen ja kohtaamisen, jolloin he voivat hyötyä toistensa kokemuksista (mts. 194–195). Yleensä vertaisryhmä määritellään samalla lailla kuin Nylund määrittelee oma-apuryhmän (ks. esim. Malin 2000).

### 5.1 Vertaisryhmätoiminta ja yhteisöllisyys

Jyrkämä (2010, s. 26) määrittelee vertaisryhmätoiminnan keskeisiksi merkityksiksi kokemusten jakamisen ja vaihdon, identiteetin selkiytymisen ja vahvistumisen, voimaantumisen, yhteisöllisyyden, ystävyys ja kansalaistoiminnan. Vertaisryhmä on sen jäsenille verkosto, josta he saavat apua omien ongelmien ratkaisuun ja vahvistusta omaan identiteettiinsä muiden samaa kokeneiden kokemuksista (Kuuskoski 2003, s. 36–37). Vertaisryhmän osallistujat ovat ryhmän agendan sekä keskustelujen sisällön määrittäjiä (Nylund, 2000, s. 35).

Ryhmätoiminta voi auttaa ihmisiä erilaisissa elämän muutosvaiheissa (Kaukkila & Lehtonen, 2007, s. 14). Vertaisryhmätoiminta voimaannuttaa ja parantaa siihen osallistujien terveyttä, minäkuvaa ja itsetuntoa ja vähentää erilaisia traumaperäisiä oireita. Vertaistukiryhmä voi toimia kanavana, jonka avulla osallistujat voivat käsitellä kielteisiä tunteita, joista on ollut vaikea puhua. Vertaistukiryhmään osallistuminen voi myös helpottaa ulkopuolisuuden ja erilaisuuden tunteita, kun osallistujat huomaavat, että he eivät ole yksin kokemustensa kanssa. (Hiltunen, 2015, s. 193–196; Rahm, 2009.)

Vertaisryhmätoiminnan taustalla on ihmisen tarve suhteuttaa omia tunteitaan ja kokemuksiaan. Ennen virallisia vertaisryhmiä, ja edelleen niiden ohessa, ihmisille ovat merkityksellisiä luontaiset verkostot, kuten suku ja perhe. Vertaisryhmätoiminnan tarve on ollut taustalla useiden sosiaali- ja terveyssektorin järjestöjen perustamisessa. Vertaisryhmätoiminnan hyödyntäminen julkisten palvelujen osana on kuitenkin kasvanut vasta taloudellisen niukkuuden aikana. Vertaisuuden tarvetta kasvattaa myös yhteisöllisyyden väheneminen ja suku- ja kyläyhteisöjen ohentuminen. (Laimio & Karnell, 2010, s. 9–11.)

Saman vertaisryhmän jäseniä yhdistää yleensä jokin tekijä, kuten samanlainen elämäntilanne tai kokemukset (Laimio & Karnell, 2010, s. 18) tai samankaltainen ominaisuus, kuten vamma tai sairaus (Kuuskoski 2003, s. 37). Vertaisryhmän jäseniä yhdistävä asia on syy, jonka vuoksi jäsenet ovat tulleet mukaan vertaisryhmätoimintaan. Tämän vuoksi yhdistävä tekijä vaikuttaa ryhmän toimintaan ja määrittää sitä. (Hokkanen, 2003, s. 267–268.) Joskus vertaisryhmään osallistuminen voidaan kokea myös leimaavana. Mikkonen (2009, s. 186) kuvaa väitöstutkimuksessaan leimautumisen pelon olleen syynä siihen, että vammautuneet ihmiset eivät hakeutuneet mukaan vertaisryhmätoimintaan. Toisaalta moni osallistuu vertaisryhmään sosiaalisen ulottuvuuden vuoksi ja toivoo saavansa ryhmästä ystäviä (Jyrkämä, 2010, s. 26; Vanhanen-Silvendoin, 1996).

Vertaisryhmässä jaettava tieto on laaja-alaista ja yhdistyy erilaisista tiedonlähteistä. Tieto perustuu osittain omakohtaiseen kokemukseen ja osittain jäsenten muilta ihmisiltä kuulemaan tai esimerkiksi ammattilaisilta opittuun tai tutkimustietoon (Nylund & Yeung, 2005, s. 23). Koska tieto on kokemuseräistä, vertaisryhmän jäsenet kokevat sen merkittävänä itselleen (Malin, 2000, s. 17–18). Vertaisryhmässä saatava tuki rakentuu yhteisten kokemusten ja kokemuksellisen asiantuntijuuden varaan (Hokkanen, 2014, s. 83–84). Ryhmän jäsenet jakavat arkisia kokemuksiaan, tuntemuksiaan ja saavat toistensa esimerkeistä voimaa ja voivat soveltaa kuulemaansa omaan elämäänsä (Kuuskoski, 2003, s. 30–32; Pietilä-Hella, 2010, s. 108–109). Vertaistukiryhmässä saadaan usein myös neuvoja julkisten palveluiden hakemiseen (Mikkonen, 2009, s. 187–188) ja tietoa erilaisista tuista sekä arkea helpottavista ratkaisuista (Jyrkämä, 2010, s. 26).



Vertaisryhmätoiminnan tarve kasvaa ihmisten halutessa jakaa kokemuksiaan samaa kokeneiden ihmisten kanssa ”elämän monimutkaistuesssa ja epävarmuuden lisääntyessä”. Vertaisryhmätoiminnan muodot tosin voivat muuttua, esimerkiksi nettikeskustelut lisääntyvät. (Kuuskoski 2003, s. 36–38.) Vertaisryhmätoimintaa ei nähdä enää vain kasvokkain tapahtuvana toimintana, vaan se voi toteutua keskustelupalstojen tai blogien välityksellä internetissä (Munnukka ym., 2005; Pietilä-Hella, 2010, s. 92) tai jopa kirjat ja lehdet voivat toimia vertaistukena (Laimio & Karnell, 2010, s. 13). Merkityksellistä vertaistuksessa on erityisesti tasavertaisuus (mt.) ja laaja-alainen tuki, jonka avulla ihmiset selviävät erilaisista elämänmuutoksista (Kuuskoski 2003, s. 36–38). Vertaisen kokemus luo uskoa omaan selviytymiseen ja mahdollistaa tuleviin muutoksiin varautumisen (Vahtivaara, 2010, s. 22). Vertaisryhmätoiminnan arvostuksen nousu ja korostaminen liittyykin osittain henkilökohtaisen asiantuntijuuden ja ihmisten oman roolin korostamiseen auttamistoinnassa (Vuorinen ym., 2004, s. 139).

Vertaistuen piirissä pitää hyväksyä ihmisten yksilöllisyys, erilaiset ratkaisut ja toimintatavat, jotta vertaistuki voi olla itsetuntoa kohentavaa (Palojärvi, 2009, s. 92–93). Erilaisista kokemuksista voi rakentua vertaistukiryhmässä yhteinen tarina, joka auttaa osallistujia oman identiteetin rakentamisessa (Jyrkämä, 2010, s. 26; Laimio & Karnell, 2010, s. 19). Samalla on huomioitava, että osallistujien kesken voi syntyä myös vertaispainetta, jonka seurauksena joku ryhmän jäsenistä voi tuntea itsensä huonommaksi tai epäonnistuneemmaksi kuin muut, eikä hän uskalla siksi puhua ryhmässä omista kokemuksistaan ja tunteistaan tai vaihtoehtoisesti kaunistelee omaa elämäntilannettaan. (ks. Hjälmhult ym., 2014; Pietilä-Hella, 2010, s. 113–114; Rotkirch & Saloheimo, 2008, s. 84). Vertaisryhmän toiminta voi myös sulkea ulos siihen osallistujia eri syistä. Vertaistoimintaan on epäilty liittyvän myös negatiivisia piirteitä, kuten liiallisen riippuvuuden syntymistä. Internetissä toimivissa vertaisryhmissä voi taas olla vaikea todentaa osallistujien oikeaa henkilöllisyyttä ja motiiveja. (Nylund, 2005, s. 202–205.) Vertaisryhmään osallistuminen on kuitenkin aina vapaaehtoista ja vaikka vertaisryhmän idea on, että kaikki osallistujat ovat tasavertaisessa asemassa toisiinsa nähden, näin ei aina käytännössä ole (Nylund, 2000, s. 35).

Vapaaehtoistoiminnan merkitys vertaistuen toteutumisessa on erittäin tärkeää. (Nylund, 2000.) Vertaisryhmätoiminta on perinteisesti ollut vapaaehtoistoiminnan muoto ja monia järjestöjä ja yhdistyksiä on perustettu nimenomaan vertaistoiminnan järjestämiseksi (Vuorinen ym., 2004, s. 42). Sosiaali- ja terveysturvan keskusliiton tutkimuksessa todetaan, että sosiaali- ja terveydenhuollon järjestöissä vertaisryhmätoiminta on ollut aina keskeistä (Vuorinen ym., 2004, s. 139). Viimeisten kahden vuosikymmenen aikana vertaistuki on laajentunut sosiaali- ja terveyssektorilla osittain osaksi julkista toimintaa (Hyväri, 2005). Tällöin sosiaali- tai terveydenhuollon ammattilaiset toimivat vertaisryhmissä toiminnan ohjaajina ja organisoijina (Nylund & Yeung, 2005, s. 25). Vertaisryhmätoiminta voi kuitenkin edelleen perustua myös vapaaehtoiseen auttamiseen (Hokkanen, 2003, s. 268–269; Laimio & Karnell, 2010, s.16). Joidenkin vertaisryhmien toiminta on julkisen sektorin ja vapaaehtoisten yhteistyössä järjestämää. Tällaiselle yhteistoiminnalle olisi enemmänkin tarvetta (ks. esim. Munnukka ym., 2005). Vertaisryhmätoiminta voi parhaimmillaan vähentää sosiaali- ja terveystalouden kuormittumista ja tuottaa sellaista apua ja palvelua, mitä julkinen sektori ei joko resurssien niukkuuden tai palveluiden luonteen vuoksi voi tarjota (Mikkonen, 2009; Munnukka ym., 2005). Vertaisryhmätoiminta nähdäänkin hyvänä ja kustannustehokkaana tapana järjestää palveluja (Häggman-Laitila & Pietilä, 2009).

Vertaistoiminnan merkitys siihen osallistuvien hyvinvoinnissa on ymmärretty ihmisen osaamisen ja itseään koskevien asioiden asiantuntijuuden tunnustamisen myötä (Vuorinen ym., 2004.) Järjestöjen vapaaehtoisen vertaisryhmätoiminnan kautta yhteiskunnalliseen tietoisuuteen on noussut hiljaisina signaaleina asioita, joihin ihmiset kaipaavat arjessaan apua ja tukea (Vuorinen ym., 2004, s. 139). Vertaisryhmätoiminta on suurelta osin kokemusperäistä, eikä sen ole tarkoitus tehdä tarpeettomaksi ammattilaisten tarjoamaa apua ja tukea, vaan täydentää sitä (Nylund, 1996, s. 201–205; Kuuskoski 2003, s. 34; Laimio & Karnell, 2010, s. 16; Mikkonen 2009). Kokemuksellinen vertaisryhmätoiminta voi auttaa ihmistä hakemaan myöhemmin apua ammattilaisilta. Avun hakemista voi tapahtua myös vastakkaiseen suuntaan, kun ammattilaiset ohjaavat asiakkaitaan osallistumaan järjestöjen järjestämään vertaisryhmätoimintaan. (Kuuskoski, 2003, s. 34.) Mikkosen (2009, s. 170) tutkimuksessa vertaistoimintaan osallistuneet toivoivatkin, että ammattilaiset

tiedottaisivat vertaistuesta. Parhaimmillaan vertaisryhmätoiminta ja ammatillinen apu ovat toisiaan täydentäviä ja tukevat yhdessä apua tarvitsevaa ihmistä (Mikkonen, 2009, s. 188; Palojärvi, 2009, s. 92).

Vertaisryhmän ohjaamiseen tarvitaan koulutusta, koska ammattitaitoisen ohjaajan pitää osata kohdata ryhmässä myös vaikeita asioita. Ryhmän jäsenet odottavat, että ohjaaja kykenee johtamaan ja hillitsemään keskustelua, auttamaan osallistujia heidän ongelmissaan ja toimimaan tasapuolisesti ja menettämättä kärsivällisyyttään. (Häggman-Laitila & Pietilä, 2009.) Ammatilainen ei kuitenkaan korvaa vertaisia, koska kuten Malin (2000, s. 18) muistuttaa, hän ei useinkaan ole kokenut elämässään samaa kuin vertaisryhmän jäsenet.

Vertaisryhmän toimivuuden kannalta on olennaista, että toimintaan osallistuvat ihmiset sitoutuvat siihen (Suvikorpi, 2000, s. 5.) Jos vertaisryhmä kokoontuu hyvin harvoin ja toimintaan osallistujat vaihtuvat, heidän sitoutuminen on ohutta, eikä ryhmä tyydytä jäsentensä tarpeita (ks. Hjälmhult ym., 2014). Niin kokoontumisiin kuin keskusteluihinkin osallistuminen on toisaalta aina vapaaehtoista ja perustuu ryhmäläisten valmiuteen sekä oppia muiden kokemuksista, että jakaa omiaan (Kuuskoski, 2003, s. 31). Rahm (2009) kuvaa väitöstudkimuksessaan vertaistoiminnan olevan nimenomaan vastavuoroista, jolloin siihen osallistujat ovat sekä antavina, että saavina osapuolina ryhmätoiminnassa. Vertaistoiminta antaa uutta ajateltavaa ja vahvistaa ”sosiaalista pääomaa” (Kuuskoski, 2003, 37). Toimintaan osallistuminen voi jo itsessään olla virkistävää (Häggman-Laitila & Pietilä, 2007b; Malin, 2000, s. 17) ja ryhmässä voi tuntea yhteenkuuluvuutta muihin jäseniin (Wilska-Seemer, 2005). Toiminta voi myös auttaa osallistujia kokoamaan itsensä ja löytämään identiteettinsä uudelleen esimerkiksi ison elämänmuutoksen tai kriisin jälkeen (Kuuskoski, 2003, s. 36, 38). Ryhmät vaikuttavat myös myönteisesti osallistujien terveyteen, turvallisuuden tunteeseen, hyvinvointiin ja elämänlaatuun (Mikkonen, 2009, s. 188).

Nuorisotyötä ja nuorten vertaisryhmätoimintaa on tarkasteltu muutamissa tutkimuksissa. Salasuo (2007, s. 73) pohtii pääkaupunkiseudun nuorten elämää ja nuorisokulttuuria kuvaavassa tutkimuksessaan, miten nuorisotyön keinoin voidaan

tavoittaa nuorten sukupolvi, joka viihtyy sosiaalisessa mediassa. Hän kysyy myös, millainen toiminta palvelee nuorten tarpeita ja motivoi heidät mukaan. Miettinen (2006, s. 21–24) kuvaa Itä-Suomessa toteutetun Meidän tyttöset –hankkeen selvityksessä onnistuneen vertaisryhmätoiminnan edellytykseksi hyvän vuorovaikutussuhteen ja luottamuksellisen ilmapiirin syntymistä ohjaajien ja ryhmään kuuluvien tyttöjen välille. Meidän tyttöset –hankkeen ohjaajat pitivät erittäin tärkeänä myös tasavertaista ja kaverillista suhdetta tyttöihin. Anu Gretschelin (2011, s. 8) kajaanolaisissa ja helsinkiläisissä nuorisotaloissa tekemässä kehittämistutkimuksessa nuoret taas kaipasivat erityisesti sitä, että he pääsevät itse vaikuttamaan heille suunnattuun toimintaan, eivätkä aikuiset vain katsoisi asioita kuvittelemastaan nuorten näkökulmasta. Cederlöf (1998, s. 14–15) arvioi, että nimenomaan nuorille suunnattu toiminta tavoittaa paremmin nuoret kuin muut yleisesti kaikenikäisille tarjotut palvelut. Hän arvelee, että toiminnan vapaaehtoisuus ja epämuodollisuus tekevät osallistumisesta auktoriteetteja kaihtaville nuorille osallistumisesta houkuttelevampaa. Vertaisryhmä ei kuitenkaan yksin riitä nuorille, vaan nuorilla on tarve olla myös vuorovaikutussuhteissa aikuisiin (mt.). Roberts ja muiden (2011) tutkimuksessa haastattelemat nuoret äidit pitivät tärkeänä, että nuorten toimintaa ohjaavat aikuiset olisivat ymmärtäväisiä ja eivät toimisi liian autoritäärisesti tai tuomitsevasti.

Median käyttömahdollisuudet ja rooli nuorten elämässä on merkittävä ja kasvaa koko ajan. Nuorilla on mahdollisuus löytää vertaisryhmiä myös sosiaalisesta mediasta. Esimerkiksi Riitta Pietilä-Hella (2010, s. 92) kuvaa väitöstutkimuksessaan äitien pitämien synnytysblogien vertautuvan vertaisryhmätoimintaan. Melko harvalla ihmisellä kontaktit sosiaalisissa medioissa voivat kuitenkin korvata täysin kasvoista kasvoihin tapahtuvia ihmiskontakteja. Salasuo (2007, s. 38, 52–53) tosin toteaa pääkaupunkiseudun nuoria tutkittuaan, että reaali maailman kiinteässä kaveripiirissä saattaa olla tyyliltään aivan erilaisia nuoria, jotka hakevat vertaisryhmänsä ja yhteisöllisyyttä internetistä. Hän nimeääkin nuoret ”Olen mitä haluan ja teen mitä haluan” –ajattelun mukaan. Nuorten yhteisöllisyys on muuttanut ilmenemismuotoaan aiemmasta ja nuoret saattavat myös muuttaa omaa tyyliään jopa päivittäin mielialojensa mukaan.

## 5.2 Vertaisryhmätoiminta arjen tukena

Väestöliiton Perheverkon ja Väestöntutkimuslaitoksen äitiydestä keräämistä kirjoituksista kuvastui, että moni äiti koki olevansa yksin elämäntilanteessaan. Etäisyys sukulaisiin saattoi olla pitkä ja useat kotiäidit kokivat, ettei heillä ollut vertaistukea, eivätkä he jaksaneet etsiä sitä elämän keskittyessä pitkälti kotiin, neljän seinän sisälle. (Janhunen, 2007, s. 22–23.) Nuorena äidiksi tuleva voi olla tuttavapiirissään ensimmäinen, jonka elämäntilanne muuttuu, jolloin vertaistukea voi olla vaikea löytää aikaisemmista sosiaalisista suhteista (Rotkirch & Saloheimo, 2008, s. 84). Toisaalta perheet ovat muuttuneet ja samalla heidän tarpeensa ovat erilaisia kuin aiemmin. Tästä seuraa tarve muuttaa perhepalveluiden rakenteita. (Pohjola, 2005, s. 44.) Tarpeesta ja sen osittaisesta tunnistamisesta huolimatta vertaistoimintaa järjestetään Paavolan ja muiden (2010) selvityksen mukaan Suomessa pääasiassa isoilla paikkakunnilla. Vertaistoiminnan järjestäminen kaikkialla, missä on nuoria äitejä olisi kuitenkin tärkeää, koska vertaistoiminnan on todettu olevan vaikuttavaa ja kustannustehokasta ja sen avulla voidaan esimerkiksi vähentää lastensuojelun tarvetta (mts. 23).

Äidiksi kasvu tapahtuu vuorovaikutuksessa ja kohtaamisissa muiden vanhempien kanssa. Vertaisryhmätoiminta voi tukea ja auttaa selviytymään äitiyteen liittyvistä negatiivista kokemuksista paremmin, kun äidit voivat jakaa kokemuksiaan ja huomata, että muilla on samanlaisia ajatuksia ja tunteita. (Haaranen, 2012, s. 49; Korhonen, 2002, s. 45.) Kokemusten jakamista tapahtuu sekä tunteiden, että käytännön arjen tasolla (Vanhanen-Silvendoin, 1996, s. 233). De Jong (2001) tutki Edinburghissa nuoria äitejä ja heidän tuen tarvetta. Hänen haastattelemansa nuoret äidit arvioivat, että he voisivat tukea toisiaan vertaisryhmässä, koska heillä on keskenään samanlaisia elämäkokemuksia. Tieto siitä, että muidenkin lapsiperheiden elämässä on samanlaisia ongelmia auttaa vanhempia suhteuttamaan asioita ja suhtautumaan vaikeuksiin rauhallisemmin (Häggman-Laitilan & Pietilä, 2007b). Vertaistoimintaan liittyy kuitenkin aina riski itsensä ja oman toiminnan vertaamiseen kielteisessä mielessä toisiin ja ryhmän aikaansaama sosiaalinen paine olla samanlainen tai yhtä hyvä toisten kanssa (Rotkirch & Saloheimo, 2008, s. 84). Täl-

löin esimerkiksi kielteisistä tunteista puhuminen voi olla vaikeaa (ks. esim. Hjälmhult ym., 2014).

Vertaisauttaminen nähtiin aiemmin vähemmän tärkeänä kuin julkisen sektorin ammattilaisten tarjoama tuki ja apu (Hokkanen, 2003, s. 255). Terveysten- ja hyvinvoinnin laitoksen selvityksen mukaan vanhemmat kokevat nimenomaan, että lapsiin, nuoriin ja perheeseen liittyvien huolien jakaminen olisi helppoa vertaisryhmässä, mutta vain harvalla oli ollut mahdollisuus osallistua vertaisryhmätoimintaan (Perälä ym., 2011, s. 40, 42, 65) Vertaistoiminnasta olisi apua erityisesti nopeasti eteen tulleissa ja yllättävissä elämänmuutoksissa. Viranomaisapu voidaan kokea tällöin liian jäykäksi ja hitaaksi ja kolmannen sektorin vertaistoiminta voisi tyydyttää tuen tarvetta. (Vanhanen-Silvendoin, 1996; Vuorinen ym., 2004.) Vertaisryhmätoimintaa pitäisikin järjestää sekä ryhminä, että internetissä nykyistä enemmän (Vuorenmaa, 2016, s. 84). Terveysten- ja hyvinvoinnin laitoksen selvityksessäänkin tunnustetaan, että vertaisryhmätoimintaa järjestetään tarpeeseen nähden liian vähän, mutta samalla todetaan, toisaalta kaikki vanhemmat eivät ole halukkaita osallistumaan siihen (Perälä ym., 2011, s. 74, 80).

Haaranen (2012) tutki väitöstutkimuksessaan lapsiperheiden vanhempainryhmätoiminnan vaikutusta perheisiin. Ryhmiin osallistuville vanhemmille oli tärkeää, että he saivat ryhmistä ystäviä ja tukea saman ikäisiltä, samanlaisessa elämäntilanteessa eläviltä ihmisiltä. Ryhmät olivat vanhemmille myös virkistyspaikkoja ja lepopohetkiä arjen keskellä. Vertaistoiminnan luottamuksellinen ja suvaitsevainen ilmapiiri ja keskustelut auttoivat vanhempia jakamaan kokemuksiaan sekä jaksamaan paremmin arjessa. (Mt.) Häggman-Laitilan ja Pietilän (2007b) mukaan vanhemmat kertoivat jopa ryhmien tuovan heidän arkeensa iloa. Vertaisryhmätoiminnan ei tarvitse olla aina puhumista, toiminnallisuus voi myös voimaannuttaa vertaisryhmissä (Rautio, 2013).

McDonald ja kollegansa (2009) tutkivat Kanadassa vertaisryhmiä, joiden toimintaan osallistui teini-ikäinen äiti vauvansa kanssa, vauvan isä ja teini-äidin oma äiti. Ryhmien toiminta-aika oli melko lyhyt, ryhmät kokoontuivat kerran viikossa kahdeksan viikon ajan. Tästä huolimatta toiminta vaikutti myönteisesti perheen sisäi-

siin ja sukupolvien välisiin suhteisiin, paransi vuorovaikutusta vauvan kanssa, vähensi konflikteja ja lievitti vanhemmuuden aiheuttamaa stressiä ja sosiaalisen eristytyksen ja erottautumisen negatiivisia tunteita. Viljamaan (2003, s. 87) mukaan nimenomaan alle 1-vuotiaan yhden lapsen äidit kaipasivat vertaistukea. Myös Leahy-Warren, McCarthy ja Corcoran (2011) suosittelevat vertaisryhmätoimintaa ensisynnyttäjille, koska sen on todettu vaikuttavan myönteisesti äitiyteen liittyviin kielteisiin tunteisiin ja lievittävän väsymystä ja stressiä. He muistuttavat myös, että synnytyksen jälkeinen masennus saatetaan havaita jo alkuvaiheessa ryhmässä (mt.). Äidit toivat merkityksellisenä esille niin Vanhanen-Silvendoin (1996), McDonaldin ja kumppaneiden (2009) kuin Haarasen (2012) tutkimuksessa myös sen, että heidän lapsensa saivat ryhmissä seuraa muista samanikäisistä lapsista.

Häggman-Laitila ja Pietilä (2009) ovat selvittäneet kriteerejä hyvätasoiselle ennaltaehkäisevää tukea antavalle perheiden tukiryhmätoiminnalle. He jakavat kriteerit viiteen ryhmään: ohjaajan rooli, vuorovaikutus, toiminnallisuus, vanhempien mahdollisuudet keskusteluun ja tiedonsaanti. Vanhemmat odottavat myös kokevansa ryhmissä jotain aivan uutta ja odottamatonta. (Mt.) Hjälmhultin ja kollegoiden (2014) tutkimuksesta käy ilmi, että naisten ja miesten odotukset vanhempainryhmätoimintaa kohtaan voivat olla erilaisia. Äidit kertoivat ryhmän toiminnan muuttuneen siinä vaiheessa, kun toimintaan tuli mukaan vanhempainlomalle jääneitä isiä. Äitien mukaan isät halusivat ennen kaikkea saada ryhmässä faktatietoa asioista. (Mt.)

Pietilä-Hella (2010) tutki ensimmäistä lasta odottavien vanhempien perhevalmenuksen vaikutuksia ryhmän jäsenten välisiin suhteisiin ja vertaistuen syntymiseen. Hänen mukaansa yhteinen nimittäjä, syntyvä vauva, yhdisti vanhempia ja synnytti heidän välilleen vertaisuuden tunteita. Useat tutkimusperheet tutustuivat toisiinsa, ystävystyivät keskenään vertaistuttaviksi ja viettivät yhdessä aikaa. Monet äideistä ajattelivat ennen ryhmätoiminnan alkua, että vertaistuen tarve tarkoittaisi erityisen tuen tarvetta ja siksi he itse eivät tarvitse vertaistukea. Vuoden seuranta-aikana äitien näkemys muuttui täysin ja samanlaista elämäntilannetta elävistä vertaistuttavista tuli useille äideille tärkeitä arjen tukijoita. (Mt.)

Tanninen (2015) tutki väitöstutkimuksessaan voimavaroja vahvistavaa perhetyötä ja sen vaikuttavuutta pikkulapsiperheiden elämään. Perheiden kanssa käytettiin tutkimuksen aikana erilaisia työmenetelmiä. Osa tutkimusperheiden äideistä osallistui vanhempi-lapsiryhmien toimintaan. Tannisen mukaan äidit saavat ryhmissä ohjausta ja tukea äitiyteen kasvussa ja sosiaalisia kontakteja muihin vanhempiin. Ryhmätoiminta vähentää osaltaan perheen muun tuen tarvetta ja vaikuttaa myönteisesti osallistujien hyvinvointiin, terveyteen, vanhemmuuteen ja lasten kasvatukseen sekä vanhempien ja lasten väliseen vuorovaikutukseen. (mt.; Häggman-Laitila & Pietilä 2007b, 2009.) Ryhmätoiminta voi auttaa vanhempia suhteuttamaan omia ongelmiaan, kun he kuulevat, että he eivät ole huolineen yksin. Ryhmässä voidaan jakaa kokemuksia muiden samanlaisessa elämäntilanteessa elävien perheiden kanssa ja etsiä arjen ongelmiin yhdessä ratkaisuja. Ryhmän osallistujat ovat samaan aikaan sekä antavina, että saavina osapuolina. Ryhmässä on myös mahdollista kuunnella keskustelua, ja saada apua ja vinkkejä, vaikka ei itse rohkenisi kertoa ääneen omia ajatuksiaan juuri kyseisestä asiasta. Vanhemmat voivat huomata keskusteluissa, että aina ei ole yhtä oikeaa tapaa toimia, vaan asioita voidaan tehdä monin eri tavoin. (Häggman-Laitila & Pietilä, 2007b.) Ryhmiin osallistuminen voi siten lisätä vanhempien luottamusta omiin kykyihinsä selvittää lapsiperheen arjesta (Häggman-Laitila, 2005). Perhetyössä tavoitteena onkin perheen itsenäinen selviytyminen ja omatoimisuus sekä avuntarpeen lyhytkestoisuus (Berg, 2008, s. 112).

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Lapsiperhe-projektissa vuosina 1997-2000 käytettiin arjen vanhemmuuden tukemisen toimintamuotona vertaisryhmätoimintaa. Toiminnan arviointi osoitti, että osallistuminen vertaisryhmätoimintaan vauvan syntymän jälkeen paransi vanhempien itseluottamusta, vähensi heidän tuntemaansa epävarmuutta ja lievensi vanhemmuuteen liittyviä negatiivisia tunteita. Vanhemmat saivat jakaa huolensa ja heidän kykynsä toimia vanhempina ja huolehtia lapsestaan parani. (Kuuskoski, 2003, s. 36–37.) Vertaisryhmätoiminnasta on saatu hyviä tuloksia myös muualla. De La Rey ja Parekh (1996) tutkivat 15–21-vuotiaiden, alle puolentoista vuoden ikäisen lapsen äitien vertaisryhmätoimintaa Etelä-Afrikassa. Vertaisryhmätoiminnassa oli merkittävää, että äidit tapasivat ryhmässä muita nuoria äitejä, koska nuorena ja naimattomana raskaaksi tulo oli stig-



matisoanut heidät. Äidit kokivat voimaantuneensa ja tulevansa kuulluksi vertaisryhmässä sekä saavansa samassa elämäntilanteessa olevilta äideiltä tukea arkeensa, vastauksia kysymyksiinsä ja paikan, jossa he uskalsivat puhua äitiyden herättämistä ajatuksista. (Mt.)

Vertaisryhmätoimintaa ei aina huomioida arjesta selviytymisen tukitoimintana. Esimerkiksi Väestöliiton perhebarometrissa kysyttiin, mistä perheet toivovat saavansa tai ovat saaneet tukea vanhemmuuteensa. Vertaisryhmätoiminta ei kuitenkaan ollut tässä tutkimuksessa vastausvaihtoehtona. Vaihtoehtojen joukossa oli kylläkin synnytysvalmennus, joka on myös vertaisryhmätoimintaa (Paajanen, 2005), mutta valmennus loppuu useimmiten jo ennen vauvan syntymää, vaikka vertaisten tuen tarve olisi usein vielä suurempi vauvan syntymän jälkeen. Synnytysvalmennusta ei ehkä ole mielletty vertaistoiminnaksi, vaan ainoastaan tekniseksi valmennukseksi. Joitain esimerkkejä valmennuksen laajentamisesta jatkamaan synnytyksen jälkeen vertaistoimintana ja osana varhaista tukea on kuitenkin olemassa (ks. esim. Klen ym., 2009.) Vuorenmaa (2016) näkee tällaisen toimintamallin hyvänä ja kannustaa ryhmätoiminnan jatkamiseen eri toimijoiden välisenä yhteistyönä myös vauvan syntymän jälkeen.

Ihmisyyteen kuuluu tarve kuulua johonkin, mahdollisuus luokitella itsensä osaksi isompaa joukkoa. Sosiaaliset verkostot ja tunne joukkoon kuulumisesta auttavat yksilöitä rakentamaan identiteettiään ja luomaan kuvaa itsestään. Yhteisöllisyys on kuitenkin ohentunut ja yhteisvastuullisuus vähentynyt. (Koski, 2007, s. 20–21.) Yhteisöllisyyden vähäisyys ja sosiaalisen tuen puute voi aiheuttaa suuriakin vaikeuksia arjesta selviytymiseen. Perheiden heikko tukiverkosto ja vähäinen sosiaalinen tuki voivat aiheuttaa äitien väsymistä, yksinäisyyttä, toimintakyvyttömyyttä ja johtaa perhetilanteen kriisiytymiseen ja jopa lastensuojelutarpeen syntymiseen (Berg, 2008, s. 113–114). Perheet hyötyvät siitä, että he voivat kuulla vertaisryhmissä toistensa kokemuksia arjen tilanteista ja niistä selviytymisestä (Haaranen, 2012, s. 49). Vertaistukiryhmä voi auttaa selkeyttämään omia ajatuksiaan ja tarjota tilan ja paikan, jossa vanhemmalla on mahdollisuus pohtia omaa vanhemmuuttaan. Raution (2016, s. 65) mukaan nimenomaan korkeammin koulutetut äidit kaipasivat vertaistukea tästä syystä.

## 6 Tyttöjen Talo

Tyttöjen Talo® on rekisteröity tavaramerkki, jonka omistaa Kalliolan Nuoret ry. Toimintaa järjestetään seitsemällä paikkakunnalla: Helsingissä, Espoossa, Turussa, Tampereella, Kuopiossa, Oulussa ja Rovaniemellä. Helsingin Tyttöjen Talo on toiminut jo vuodesta 2000, muiden talojen toiminta on alkanut vuosina 2004–2014. Tyttötyötä tehdään myös internetissä Tyttöjen e-talossa. Jokainen talo kuuluu Tyttöjen Talo –verkostoon, jonka yksiköt toteuttavat itsenäisesti sukupuolisensitiivistä toimintaa ja noudattavat toiminnassaan setlementtiarvoja. (Helsingin Tyttöjen Talo, 2015.)

Helsingin Tyttöjen Talo on kumppanuustalo, jota ylläpitävät Kalliolan Nuoret ry, Setlementtinuorten liitto ry ja Helsingin kaupungin nuorisoasiainkeskus. Talon päärahoittajia ovat Raha-automaattiyhdistys, Helsingin kaupungin Nuorisoasiainkeskus ja sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus, Opetus- ja kulttuuriministeriö ja Päivikki ja Sakari Sohlbergin säätiö. Useat järjestöt ja niiden rahastot tukevat toimintaa. (Helsingin Tyttöjen Talo, 2015.)

### 6.1 Sukupuolisensitiivinen tyttötyö

Sukupuolisensitiivisyydellä (gender sensitivity) tarkoitetaan Sukupuolten välisen tasa-arvon vahvistamisen perustan mukaan sukupuolinäkökulman huomioon ottamista ”kaikilla yhteiskunnan tasoilla ja toiminnoissa”. Sukupuolisensitiivisyyttä pidetään välttämättömänä edellytyksenä sukupuolten tasa-arvon aidolle toteutumiselle. (Saari, 2003.) Tyttöjen Talon toiminnan taustalla oleva Setlementtinuorten liiton vaikutus sukupuolisensitiivisen nuorisotyön kehittämisessä on ollut merkittävä. Tyttötoiminnan tarve oli ilmeinen 1990-luvun loppupuolella Helsingin Tyttöjen Talon aloittaessa toimintaansa. (Anttonen, 2006.) Reilussa kymmenessä vuodessa tyttötoiminta on laajentunut niin Helsingin Tyttöjen Talolla, kuin monille muille paikkakunnille.

Nuoret luetaan usein yhtenäiseksi ryhmäksi. Sukupuolisensitiivinen nuorisotyö huomioi kuitenkin nuorten erilaisuuden tyttöinä ja poikina, nuorina naisina ja mie-

hinä ja antaa heille tilaa toteuttaa itseään tasa-arvoisesti ja yhdenvertaisesti ottaen kuitenkin huomioon sukupuolen ja sen ilmenemisen moninaisuuden. (Anttonen, 2007, s. 18; Tampereen Tyttöjen Talo, 2015.) Sukupuolisensitiivisessä työssä on kuitenkin aina varottava sitä, että ryhmän ohjaaminen ei perustu ohjaajien stereotyyppiseen käsitykseen sukupuolesta (Punnonen, 2006, Miittisen, 2006, s. 19 mukaan). Sukupuolisensitiivisen toiminnan tavoitteena on tukea nuorten kasvua omanlaisikseen, vahvoiksi ja arvostetuiksi tytöiksi ja pojiksi (Anttonen, 2006) hyväksyen eri sukupuolten olemassaolo ja mahdollistaen itsensä toteuttaminen moninaisesti ajattelematta, että naiseus tai miehuus voisi toteutua vain yhdellä oikealla tavalla (Eischer & Tuppurainen, 2009, s. 16).

Tytöille eriytyneen toiminnan ohjaajat näkevät työssä tärkeänä mahdollisuuden keskittyä tytöille ajankohtaisiin ja merkityksellisiin ja heidän omista tarpeistaan ja tilanteesta nouseviin asioihin (Miittinen, 2006, s. 15–16). Sukupuolisensitiivisessä nuorisotyössä on tärkeää tarkastella myös ympäröivää yhteiskuntaa ja medioita ja niiden antamia malleja olla tyttö tai poika sekä tehdä yhteistyötä muiden nuorten kanssa työtä tekevien tahojen kanssa (Anttonen, 2006). Olennaista on myös huomata, että mikään yksittäinen työskentelytapa ei itsessään ole sukupuolisensitiivinen. Olennaista on aina, että menetelmää soveltava ja toimintaa ohjaava henkilö tiedosta omaa ajattelutapaansa ja on itse sitoutunut sukupuolisensitiiviseen ajatteluun ja toimintaan. (Anttonen 2007, s. 30.)

## **6.2 Tyttöjen Talon toiminta**

Tyttöjen Talon toiminta on nuorille alle 28-vuotiaille tytöille ja naisille suunnattua, heidän omista tarpeistaan lähtevää työtä. Toiminta on sukupuolisensitiivistä, eli sen tarkoitus on vahvistaa nuorten tyttöjen itsetuntoa ja kasvua naisiksi ja voimaannuttaa heitä. (Helsingin Tyttöjen Talo, 2015.) Tyttötoiminnan tarkoitus ei ole tarjota vain ajanvietettä tytöille, vaan toimia tyttöjen itsetuntoa vahvistavana, ennaltaehkäisevänä sosiaalityönä (Mulari, Eischer & Uusitalo-Herttua, 2012). Toiminta voi olla arkista ja rauhallista tempoltaan, eikä sen tarvitse tarjota erityisiä elämyksiä. Toiminnan tavoitteena on luoda luottamuksellinen tila ajatuksille ja keskusteluille, joiden avulla tytöt voivat oppia tuntemaan paremmin itsensä ja oppia

arvostamaan itseään. Luottamuksellisuus mahdollistaa myös vaikeiden asioiden ja tunteiden käsittelyn. (Eischer & Tuppurainen, 2009, s. 75–78).

### **6.2.1 Avointa ja suljettua toimintaa**

Tyttöjen Talo on kaikille 10-28-vuotiaille tytöille joka arkipäivä avoinna oleva koontumis- ja ajanviettopaikka. Tytöt voivat tulla talolle ja viettää siellä aikaa yksin tai muiden tyttöjen kanssa. Talolla on myös vapaasti käytettävissä mm. ompelukone, tietokone ja harrastemateriaalia. Tyttöjen Talolla järjestetään päivittäin erilaisia toiminnallisia harrasteryhmiä, joihin kaikki tytöt ovat tervetulleita ilmoittautumatta ennalta. Toiminnallisia ryhmiä ovat esimerkiksi kokkikerho, kuvataidekerho, käden-taitoryhmä, ilmaisutaidon ryhmä ja avoin äitiryhmä. Avoin toiminta on maksutonta, mutta säännöllisesti kokoontuvista harrasteryhmistä, kuten joogasta peritään pieni lukukausimaksu. (Avoin toiminta ja ryhmät, 2015.)

Tyttöjen Talolla on myös suljettuja ryhmiä, joihin ilmoitaudutaan ennen ryhmätoiminnan alkamista. Suljetun ryhmätoiminnan tarkoitus on tukea nuoria tyttöjä kasvussa ja kehityksessä. Ryhmässä pyritään turvalliseen ilmapiiriin, joten ryhmässä käytävät keskustelut ovat luottamuksellisia. (Avoin toiminta ja ryhmät, 2015.) Suljettu vertaisryhmä mahdollistaa puhumisen avoimesti, vaikka asiat joista puhutaan aiheuttaisivat muuten syyllisyyden ja häpeän tunteita (ks. esim. Hiltunen, 2015 s. 192–193). Suljetun ryhmän jäsenet ovat pysyviä, eikä ryhmän toimintaan ole yleensä mahdollista päästä mukaan ryhmän aloittamisen jälkeen. Avoimeen ryhmään ovat kaikki tervetulleita. Suljetun ryhmän toiminta-aika on rajattu, mutta avoimen ryhmän toiminta jatkuu osallistujien vaihtuessa ilman tiettyä aloitus- tai päättymisajankohtaa. (Kaukkila & Lehtonen, 2007, s. 17.)

### **6.2.2 Nuorten äitien toiminta Tyttöjen Talossa**

Tyttöjen Talossa on järjestetty vuodesta 2002 lähtien nuorten äitien toimintaa. Tarve toiminnalle havaittiin melko pian Tyttöjen Talon perustamisen jälkeen, kun talon muussa toiminnassa kävi melko paljon nuoria äitejä. Aluksi äideille perustettiin avoin ryhmä. Vauvaa odottavien äitien suljettu ryhmätoiminta käynnistyi vuonna

2004, kun viisivuotiseen projektiin saatiin Raha-automaattiyhdistykseltä rahoitus. Projektin jälkeen nuorten äitien toiminta vakiintui osaksi Tyttöjen Talon säännöllistä toimintaa. (Ohjaajien haastattelu, 2012.) Nuorten äitien toiminta täydentää nykyään Helsingin kaupungin sosiaali- ja terveystieteiden perheiden palvelujärjestelmää (Cantell-Laijoki, 2012).

Nuorten äitien toiminta on tarkoitettu alle 21-vuotiaille odottaville tai jo vauvan saaneille pääkaupunkiseudulla asuville äideille. Nuorten äitien toiminnasta osa on kaikille äideille avointa toimintaa, johon ei tarvitse ilmoittautua etukäteen. Odottaville ja synnyttäneille äideille järjestetään säännöllisesti kokoontuvia vuorovaikutteisia ryhmiä, jotka ovat suljettuja ja niihin ilmoittaudutaan etukäteen. Tyttöjen Talon henkilökunta tarjoaa äideille myös tarvittaessa yksilöllistä, henkilökohtaista keskusteluapua. (Cantell-Laijoki, 2012; Ohjaajien haastattelu, 2012.) Nuorten äitien toiminnan tavoitteena on tukea vielä itsekin aikuisuuteen kasvuvaiheessa olevia nuoria äitejä äitiyteen ja vanhemmuuteen kasvussa ja edistää vanhempien ja syntyvän lapsen varhaisen vuorovaikutuksen ja hyvän kiintymyssuhteen muodostumista (Cantell-Laijoki, 2012).

Nuorten äitien toiminnan ohjaajien mukaan suurin osa äideistä saa tiedon Tyttöjen Talon toiminnasta sosiaali- tai terveydenhuollon palveluista, kuten neuvolasta, nuorisoasemalta, sosiaalityöntekijältä tai oppilaitoksensa terveydenhoitajalta tai kuraattorilta. Osa äideistä on saanut tietää toiminnasta toiselta nuorelta äidiltä tai Tyttöjen Talon nettisivuilta. Pieni osa äideistä on käynyt tutustumassa Tyttöjen Talon toimintaan aiemmin esimerkiksi yläasteiässä koululuokkansa kanssa. Suurin osa äideistä tulee toimintaan mukaan raskauden aikana, mutta osa äideistä löytää toiminnan vasta vauvan syntymän jälkeen. Muutamat äideistä tulevat Tyttöjen Talolle heti raskauden toteamisen jälkeen. Heillä on yleensä toiveena saada tukea ja ammatillista keskusteluapua pohtiessaan raskauden jatkamista. (Ohjaajien haastattelu, 2012.)

### 6.3 Helsingin Tyttöjen Talon toiminnasta tehtyjä tutkimuksia

Tyttöjen Talon toiminnasta on tehty vasta muutama pro gradu -tutkielma ja hiukan useampia sosiaali- tai terveysalan ammattikorkeakoulututkintojen opinnäytetöitä. Osa tutkimuksista kohdentuu sukupuolisensitiiviseen tyttötyöhön ja osa toiminnan kehittämiseen johonkin tiettyyn teemaan syventyvässä projektissa.

Heli Eischer ja Jonna Tuppurainen (2009) ovat tutkineet monipuolisesti Tyttöjen Talon toimintaa tutkimuksessaan, joka oli osa Tyttöjen Talo® –verkoston kehittämishanketta. Kaksiosaisessa tutkimuksessa kuvataan ensin nuorten kasvun haasteita peilaten niitä ympäröivän yhteiskunnan todellisuuteen ja pohditaan Tyttöjen Talon roolia osana nuorisotyötä ja nuorten palveluverkostoa. Tutkimuksen toisen osan aineistona ovat eri puolilla Suomea toimivien Tyttöjen Talon toimintaan osallistuneiden tyttöjen, toiminnan ohjaajien ja talojen johtajien haastattelut. Tutkimuksen mukaan Tyttöjen Talon toiminta tukee tyttöjä oman identiteetin vahvistamisessa ja auttaa heitä tuntemaan itsensä arvokkaina ja ainutlaatuisina. Tyttöjen Talo on tyttöjen mukaan toimintaympäristö, joka on turvallinen ja avoin erityisten kysymysten ja ajatusten käsittelyyn. Tytöt kokevat saavansa talolta tukea elämänhallinnan ja arjen ongelmiin sekä käytännön apua esimerkiksi arkisten asioiden hoitamiseen. Tutkimuksen mukaan arjen tuki oli erityisen merkityksellistä maahanmuuttajataustaisille tytöille. Tutkimuksen mukaan tyttötyö ei varsinaisesti ole tasa-arvotyötä, mutta se lähenee sitä, kun työn tavoitteena on voimaannuttaa tyttöjä ja vahvistaa heidän oman arvon tuntoa.

Johanna Vastaranta (2008) on tutkinut pro gradu -tutkielmassaan mitä sukupuolisensitiivinen tyttötyö on, mihin sitä tarvitaan ja miten sukupuolisensitiivistä tyttötyötä tehdään Helsingin Tyttöjen Talolla. Vastaranta toteutti etnografisen tutkimuksen aineistonkeruun havainnoiden ja valokuvaten Tyttöjen Talon toimintaa sekä haastatteleamalla henkilökuntaa, vapaaehtoisia toiminnan ohjaajia ja toimintaan osallistuvia tyttöjä. Vastaranta kuvaa sukupuolisensitiivisen tyttötyön antavan tilaa sukupuolen moninaisuudelle ja tyttöjen aidolle kohtaamiselle. Tyttötyön tarpeellisuus ja toiminnan yhteisöllisyys ja turvallisuus naiseksi kasvamisen tukena nousivat tutkimuksen keskeisiksi näkökulmiksi.

Johanna Kainlauri ja Pauliina Karppinen (2003) tutkivat sosionomi (AMK) tutkintonsa opinnäytetyössä Tyttöjen Talon nuorten äitien ryhmätoimintaa ja sen vaikutusta äitien elämään. He keräsivät tutkimusaineiston haastattelemalla viittä äiti-ryhmään osallistunutta nuorta odottajaa tai äitiä. He toteavat, että äidit eivät odotaneet saavansa ryhmätoiminnasta tukea, vaan pitivät Tyttöjen Taloa paikkana, jossa he voivat tavata vertaisia ja keskustella omista ja muiden nuorten äitien kokemuksista. Tutkimus osoittaa, että nuorten äitien vertaisryhmä auttoi äitejä jakamaan arjessa ja selviämään uudesta elämäntilanteesta.

Minna Kanervo (2013) on tutkinut pro gradu -tutkielmassaan tyttöyttä ja sen uusintamista Tyttöjen Talolla. Tutkimuksen kontekstina oli ruoka ja siihen liittyvät valinnat ja naiseuden ja tyttöyden ilmeneminen niissä. Kanervo toteaa tutkimuksessaan, että tyttötoimintaan osallistuvat tytöt yrittävät irrottautua perinteisistä sukupuolirooleista myös ravitsemukseen liittyvillä valinnoillaan.

Noora Vantola (2012) on tutkinut pro gradu -tutkielmassaan Tyttöjen Talon vapaaehtoisten "isosiskojen" kokemuksia vapaaehtoistyön toiminnanohjauksesta ja sen merkityksestä vapaaehtoisena toimimiseen ja vapaaehtoisen omalle naistietoisuudelle. Vantola kuvaa toiminnanohjauksen olleen tärkeää vapaaehtoisten toiminnan selkeyttämisen näkökulmasta. Vapaaehtoisille oli merkityksellistä, että he tulivat kohdatuksi ja saivat jakaa omia kokemuksiaan ja oppia muiden vapaaehtoisten kokemuksista.

## 7 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Kotitaloustieteen professori Kaija Turkki (1999, s. 7) määrittelee kotitalousalan keskeiseksi tavoitteeksi halun ”kehittää kotitalouksien ja perheiden jokapäiväistä elämää ottaen huomioon yhteiskunnan ja ympäristön muuttumisen.” Hänen mukaansa tämän kehittämisen ”tavoitteena on yksilön ja perheiden hyvinvoinnin edistäminen.” Kotitaloustieteen professori Anna-Liisa Rauma (2003) on määritellyt virkaanastujaisesityksessään kotitaloustieteelle kolme tehtävää, joihin tai joiden osiin tämänkin tutkimuksen voidaan katsoa pyrkivän. Rauman mukaan kotitaloustieteen tehtävänä on 1) ”selvittää kotitalouteen ja kotitalouden toimintaan liittyvien asioiden, ilmiöiden ja tapahtumien teoreettisia perusteita”, 2) ”palvella kotitalouden aineenopettajien koulutusta” ja ”tuottaa kotitalouden opetuksessa tarvittavaa käsitteistöä, laajaa oppiainetta jäsentäviä rakenteita ja ennen kaikkea uutta tietoa kotitalouksien arkipäivän toiminnasta”, sekä 3) ”kuvata inhimillisten ja aineellisten voimavarojen käyttöä, kehittämistä ja ohjaamista, yksilön, perheen ja yhteiskunnan hyväksi.” Rauma muistuttaa myös, että kotitaloustieteen merkitys korostuu yhteiskunnan ja perheiden muuttuessa. Hän pitää näistä syistä kotitaloustieteen tutkimusta erittäin tärkeänä kotitalouden arjen ymmärtämisessä ja hyvinvoinnin edistämässä. (Mt.)

Nuoruus elämänvaiheena on pidentynyt aiempaan verrattuna (esim. Helve, 2002; Ketokivi, 2005; Korhonen, 2002). Nuoruuden symbolinen arvo on erittäin merkittävä. Kiinnostus nuoruutta kohtaan onkin kasvanut. (Hoikkala, 1989.) Nuoruutta ja nuorten elämää on tutkittu Suomessa jo sadan vuoden ajan eri näkökulmista eri tieteenaloilla, runsaasti myös moni- ja poikkitieteellisesti. Tutkimusten avulla on määritelty nuoruutta käsitteenä esimerkiksi iän, kehitysvaiheiden ja elämänvaiheiden mukaan. Nuorisotutkimuksen kiinnostuksen kohteena ovat olleet esimerkiksi nuorten elinympäristöt, elämänpiiri, harrastukset, nuorisokulttuuri ja sen alakulttuurit, vertaisryhmät, nuorten kokemukset, arvot, asenteet ja nuoruuden muistot. (Leppälahti, 2008.)

Äitiys on ollut viime vuosina tutkimuksen kohteena erityisesti äitiyden roolimallien ja ”hyvän äitiyden” näkökulmasta (Vuori, 2003). Tutkimuksissa on analysoitu esi-



merkiksi äitiydestä käytyä julkista diskurssia (ks. esim. Nätkin, 1997), äitiyden kulttuurisia määrittelyjä (ks. esim. Katvala, 2001; Berg, 2008), äitiyteen kohdistuvia odotuksia (ks. esim. Perälä-Lintunen, 2004; Sevón, 2009; ) ja äitiyttä eron (Hokkanen, 2005) tai lapsen huostaanoton jälkeen (Hiltunen, 2015).

Äitiyttä on käsitelty Suomessa muissa kuin lääketieteellisissä tutkimuksissa yleensä ilman ikäsidonaisuutta. Nuorista äideistä on tehty kuitenkin useita pro gradu -tutkielmia ja ainakin kaksi väitöstutkimusta. Elina Hirvonen (2000) on selvittänyt väitöstutkimuksessaan alle 18-vuotiaiden äitien kokemuksia äitiydestä ja Minna Kelhä (2009) on tutkinut äitiyden oikea-aikaisuutta kokemuksellisesta ja yhteiskunnallisesta näkökulmasta. Muualta kuin Suomesta teiniäitiyteen liittyviä tutkimuksia löytyy huomattavasti enemmän. Edellä mainitut väitöstutkimukset ja monet kansainväliset tutkimukset osoittavat, että nuoren äidin elämä poikkeaa yleensä selvästi sekä jokapäiväisen elämän että tavoitteiden osalta vanhempana äidiksi tulevan naisen ja hänen perheensä elämästä (ks. esim. Hertfelt-Wahn & Nissen, 2008). Lääketieteellisissä nuoria äitejä koskevissa tutkimuksissa on keskitytty erityisesti teiniäitiyden ennaltaehkäisyyn ja teiniraskauksiin liittyviin riskeihin (esim. Halonen & Apter, 2010).

Nuorena äidiksi tulo on länsimaissa useimmiten ennalta suunnittelematonta, mutta lapsen syntymä ja vanhemmuus voi siitä huolimatta olla nuorelle jopa alusta asti myönteinen kokemus (Halonen & Apter, 2010). Nuoret äidit tarvitsevat yleensä kuitenkin äitiyteen ja elämänhallintaan erilaista tukea kuin vanhempana perheen perustavat naiset. (Laari, 2005.) Nuorten äitien ja perheiden tukimuotoja on tarjolla melko vähän ja ne ovat keskittyneet Suomessa isoimpiin kaupunkeihin. Nuorten äitien ja perheiden tuentarpeista ja tuen vaikuttavuudesta on melko vähän tutkimuksia lukuun ottamatta ammattikorkeakoulujen opinnäytetöitä ja muutamia pro gradu -tutkielmia.

Arki on tuttu ja jokapäiväinen. Sitä on pyritty määrittelemään eri tieteenaloilla. Suomessa arjen tutkimusta on tehty erityisesti kotitaloustieteessä, erityispedagogiikassa, yhteiskuntatieteissä (Rönkä ym., 2009, s. 13.) ja kuluttajatutkimuksessa (esim. Heinonen, 2012), kaikilla näillä tieteenaloilla hiukan eri näkökulmista. Liisa

Haverisen (1996) väitteli ensimmäisenä suomalaisena kotitaloustieteestä. Hän keskittyi tutkimuksessaan määrittelemään arjen hallinta -käsitettä. Kotitaloustieteestä myös väitellyt Henna Heinilä (2009) muistuttaa, että ihmiset kokevat ja ymmärtävät arjen eri tavoin ja antavat sille erilaisia merkityksiä, jolloin arjen mielekyys voi rakentua eri asioista. Tästä syystä Heinilä (2009) pitää erittäin tärkeänä, että kotitaloustieteessä tutkittaisiin nykyistä enemmän arkea nimenomaan ihmisten kokemuksista käsin.

Arjen hallinnan kannalta tarpeelliset tiedot ja taidot eivät välttämättä siirry kotona vanhemmilta lapsille kuten aiemmin, ja monilla nuorilla on puutteita arjen hallinnan kannalta välttämättömien taitojen osaamisessa (Haverinen, 2008). Tästä näkökulmasta ajateltuna on kiinnostavaa, että nuorten arjen hallinnan taitoja ja koke-  
musta on tutkittu melko vähän (Similä, 2012).

Rautio (2016, s. 136) muistuttaa, että perheiden palveluiden kehittäminen edellyttää tietoa palveluista ja niiden käyttäjien kokemuksista ja toiveista. Hän pitää tärkeänä, että perheiden tukimuotoja, kuten vertaistukea tutkittaisiin enemmän. Vertaistuen merkityksestä nuorten perheiden tukimuotona on tehty Suomessa muutamia väitöstutkimuksia (ks. esim. Haaranen, 2012; Pietilä-Hella, 2012; Viljamaa, 2003) ja useita pro gradu -tutkielmia ja sosiaali- ja hoitotyön ammattikorkeakoulututkimusten opinnäytetöitä. Aiheesta löytyy myös kansainvälisiä tutkimuksia ja artikkeleita. Osassa tutkimuksista tutkimusaihe on rajattu tarkemmin johonkin tiettyyn teemaan tai vertaisryhmän jäsenten taustatekijöiden mukaan.

Professori Kaija Turkin (1999, s. 199) näkemyksen mukaan kotitalousalan tutkimuksen liian tarkka rajaaminen ei ole tarpeen, vaan kotitalouden toiminnan ja arjen hallinnan tutkimuksessa olisi hänen mielestään nimenomaan pyrittävä löytämään yhteys tieteenalojen rajojen yli. Turkki ottaa esimerkiksi muun muassa perhe- ja hoitotieteellisen tutkimuksen. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on yhdistää aiemmin tässä luvussa kuvattuja näkökulmia ja kuvata nuorta äitiyttä ja Tyttöjen Talon nuorten alle 21-vuotiaiden äitien vertaisryhmätoimintaa sekä selvittää nuorten äitien omia ja toiminnan ohjaajien näkemyksiä vertaisryhmätoiminnan merkityksestä nuorten äitien arjen hallinnan tukena. Tutkimuksen kiinnostuksen kohte-

na on myös äitien oma näkemys arjen hallinnasta. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa uutta tietoa vertaisryhmätoiminnan vaikuttavuudesta uudessa, erityisessä elämänvaiheessa ja näkökulmia ja tietoa, jota voidaan hyödyntää Tyttöjen talon nuorten äitien vertaisryhmätoiminnan kehittämisessä.

Tämän tutkimuksen tutkimuskysymykset ovat:

1. Millaista on nuori äitiys? Onko nuori äitiys eroteko suhteessa nuoren äidin aiempaan tai nykyiseen elämänpiiriin?
2. Miten äidit määrittelevät arjen hallinnan käsitteen omassa elämässään? Millainen käsitys nuorten äitien toiminnan ohjaajilla oli äitien arjen hallinnasta?
3. Miten nuorten äitien vertaisryhmätoiminta tukee toimintaan osallistuvia äitejä ja heidän arjen hallintaa?
  - a. Mitä asioita nuoret äidit pitävät vertaisryhmätoiminnassa merkityksellisinä?
  - b. Miten äidit ja toimintaa ohjaavat työntekijät arvioivat vertaisryhmätoiminnan tukevan nuorten äitien arjen hallintaa?

Etsin tutkimuskysymyksiin vastauksia osallistumalla Tyttöjen Talon nuorten äitien toimintaan ja haastattelemalla toimintaan osallistuvia äitejä ja toimintaa ohjaavia Tyttöjen Talon työntekijöitä. Haastattelut toteutettiin teemahaastatteluina.

## 8 Tutkimuksen toteutus ja aineisto

Tämä tutkimus on laadullinen tutkimus. Laadullisuus ilmenee aineiston keruuta-voissa ja tutkimusaineiston analyysimenetelmissä. Laadullisuus näkyy tutkimuksessa erityisesti tavoitteena avata monipuolisesti ja ilmaisultaan rikkaasti nuorten äitien henkilökohtaista näkemystä ja kokemusta arjesta ja vertaisryhmätöiden merkityksestä arjen hallinnan tukena. Tutkimusaineisto on kerätty kevään 2012 ja kevään 2014 aikana. Haastattelut on litteroitu ja aineisto on analysoitu aineistolähtöisesti sisällönanalyysillä.

### 8.1 Tyttöjen Talon toimintaan tutustuminen

Tyttöjen Talon toiminta oli minulle entuudestaan tuttua. Olin tutustunut nuorten äitien toimintaan ensimmäisen kerran toiminnan alkuaikoina yli kymmenen vuotta sitten ja seurannut toiminnan kehittymistä etäisesti. Osallistuin tämän tutkimusprosessin aikana Tyttöjen Talon nuorten äitien toimintaan seuraamalla äitiryhmiä ja ohjaamalla kaksi kertaa suljettua ryhmää alkuvuodesta 2012. Tapasin ryhmiä ohjaavat ohjaajat kaksi kertaa Tyttöjen Talolla ennen ensimmäistä ohjauskertaa ja olimme keskustelleet nuorten äitien toiminnasta. Ohjaajat kertoivat kyseisen ryhmän äideille etukäteen, että olen tulossa ohjaamaan toimintaa. Suunnittelin ryhmäkertojen ohjelmaa ensin yksin ja keskustelin ideoistani ohjaajien kanssa sekä kasvotusten, että sähköpostitse. Päävastuu toiminnan suunnittelusta jäi minulle. Osallistuessani toimintaryhmien ohjaamiseen minulla oli mahdollisuus saada samalla kuva Tyttöjen Talon sen hetkisestä toiminnasta. Koin toimintaan tutustumisen tärkeäksi, koska sen tunteminen auttoi haastattelujen suunnittelussa ja teos- sa. Kuvaan toimintaa myös tässä tutkimusraportissa.

Ensimmäisellä kerralla ohjasin nuorten ensisynnyttäjä-äitien suljettua ryhmää. Ryhmässä oli neljä äitiä, joilla kaikilla oli alle puolivuotias vauva. Sovimme, että ohjaamani ryhmäkerta olisi toiminnallinen. Tyttöjen Talossa on nuorten omatoimi- seen käyttöön sekä erilaisten harrasteryhmien kuten kokkikerhojen toimintaa var- ten keittiö. Koska opiskelin kotitalousopettajaksi ajattelin, että olisi luontevaa tehdä äitien kanssa yhdessä ruokaa sekä äideille, että vauvoille. Samalla äidit saisivat

vinkkejä vauvan ruokien valmistamiseen kotona. Suunnittelin äideille vauvanruokaseohjeita sisältävät monisteet, jotka he saivat ryhmäkerran jälkeen mukaansa kotiin.

Ensimmäisen ryhmäkerran alussa paikalla ollut ohjaaja aloitti kokoontumisen. Äidit ja vauvat pitivät lyhyen muskarihetken ja kerroin sen jälkeen itsestäni äideille ja äidit esittäytyivät minulle. Tämän jälkeen vauvat jäivät ohjaajan hoiviin nuorten äitien toimintatilaan ja siirryimme äitien kanssa keittiöön. Kerroin aluksi mitä tekisimme ja jaoimme työtehtävät. Ilmapiiri oli alussa hiukan varautunut, mutta toiminnallisuus laukaisi nopeasti jännityksen ja kun äidit aloittivat ruoan valmistamisen, keskustelu alkoi luontevasti. Äidit kertoivat minulle työskentelyn lomassa henkilökohtaisia kokemuksiaan äitiydestä ja elämästään. Ryhmäkerran tunnelmaa kevensi, että pystyin ohjaamaan äitejä monissa vauvan hoitoon liittyvissä asioissa ja osallistuin kättilökoulutukseni ja ammattitaustani ansiosta luontevasti ja ammatillisesti äitien keskusteluihin myös imetys- ja synnytyskokemuksista. Vakuuttavuutta minulle toi kyky jakaa kättilötyössä, kotitalousopettajaopinnoissani ja oman kokemukseni ansiosta karttuneita käytännön ohjeita ja vinkkejä, joilla voi helpottaa lapsiperheen arkea.

Ruoan laittaminen ja ruokailu viritti äitejä keskustelemaan myös ravitsemuksesta, niin äitien omasta syömisestä, laihduttamisesta ja erilaisista ruokavalioista, kuin vauvojen imettämistä ja kiinteiden ruokien syöttämisestä. Ruokailuhetki yhteisen pöydän ääressä jatkui vapautuneena ja keskustelevana. Kaikki äidit jäivät oleilemaan Tyttöjen Talolle vielä normaalia ryhmäkokoontumisaikaa pidemmäksi ajaksi, koska he halusivat jatkaa keskustelua vielä toiminnallisen ryhmäkerran loppumisen jälkeen.

Toinen ohjaamani ryhmäkerta oli hiihtolomaviikolle sovittu niin kutsuttu ”äitipäivä”. Ohjaajat laittoivat kutsun kokoontumisesta kahden eri suljetun ryhmän äideille. Heistä kuusi ilmoittautui tapaamiseen. Yhdelle äideistä oli tullut myöhemmin este, joten paikalla oli neljä ensimmäisellä kerralla mukana ollutta äitiä ja yksi minulle entuudestaan tuntematon äiti. Tällä kertaa teimme sekä ruokaa, että leivoimme laskiaispullia. Tunnelma oli alusta asti vapautunut, koska osa äideistä oli tutustunut minuun jo ensimmäisellä ohjauskerralla. Ruoan valmistumista ja pullien pais-

tumista odotellessamme meillä oli aikaa myös istua toimintahuoneessa ja keskustella äitejä mietityttävistä asioista.

Kirjoitin molempien toimintakertojen jälkeen itselleni lyhyet muistiinpanot pitämistäni ryhmäkerroista. Alasuutarin (2011, s. 281–282) mukaan omien muistiinpanojen tekeminen on tärkeää, jotta tutkija voi palauttaa myöhemmin mieleensä tunteuksia ja tapahtumia havainnoinnin ajalta.

Olin itse yllättynyt siitä, että toiminnan ohjaaminen jännitti itseäni ennen ensimmäistä ryhmäkertaa. Tilanne oli meille kaikille uusi, suljetussa ryhmässä käyvät äidit ovat tottuneet siihen, että ryhmää ohjaavat aina tutut ohjaajat, joihin äideillä on muodostunut hyvä vuorovaikutussuhde jokaviikkoisissa tapaamisissa. Tällä suljetulla ryhmällä oli ollut tapaamisia jo yli puolen vuoden ajan, koska kaikki äidit olivat tulleet toimintaan mukaan jo ennen vauvan syntymää. Äitien tilanteeseen asettuminen oli minulle melko helppoa, koska olen itse ollut vain hieman heitä vanhempi oman vanhimman lapseni syntymän aikoihin. Muistan edelleen minkälaista aramme oli ja millaista tukea itse kaipasin 1990-luvun loppupuolella. Omat kokemukseni ja ohjattavien asioiden tuttuus autoivat ryhmäkerran alussa ja tunnelman vapauduttua oma jännityksenikin unohtui.

## **8.2 Tutkimusaineiston kerääminen**

Keräsin tämän tutkimuksen aineiston haastattelemalla Tyttöjen Talon nuorten äitien toimintaan osallistuneita äitejä ja toiminnan ohjaajia voidakseni kuvata tutkimustehtävän mukaisesti nuorta äitiyttä ja Tyttöjen Talon nuorten alle 21-vuotiaiden äitien vertaisryhmätoimintaa sekä nuorten äitien toiminnan ohjaajien ja äitien näkemyksiä arjesta, arjen hallinnasta ja vertaisryhmätoiminnan merkityksestä arjen hallinnan tukena. Haastattelu tutkimusmenetelmänä mahdollistaa haastateltavien omien näkemysten esilletulon (Hirsjärvi & Hurme, 2010, s. 48) ja sopi siksi hyvin tämän tutkimuksen aineiston keruumenetelmäksi. Toteutin haastattelut ryhmä- ja yksilöhaastatteluina. Pietilän (2010, s. 212) mukaan näiden menetelmien yhdistäminen samassa tutkimukseen on vielä melko vähäistä. Haastattelin nuorten äitien toimintaa ohjaavat ohjaajat yhdessä parihaastatteluna ja toimintaan osallistuneet

äidit jokaisen erikseen yksilöhaastatteluina. Tarkoitukseni ei tosin ollut verrata suoraan näillä kahdella menetelmällä saamiini tuloksia, vaan kuvata erikseen ohjaajien ja äitien käsityksiä arjen hallinnasta ja vertaisryhmätoiminnan merkityksestä arjen hallinnan tukena ja peilata ohjaajien ja äitien käsityksiä toisiinsa.

Toteutin tutkimushaastattelut tämän tutkimusraportin liitteenä olevien teemahaastattelurunkojen (Liitteet 2 ja 3) mukaisina. Teemahaastattelurungoissa on ylä- ja alakäsitteitä, joista jokaista käsiteltiin kaikissa haastatteluissa. Teemahaastattelussa on etukäteen tiedossa teemat, joista haastattelun aikana puhutaan, mutta ei tarkkoja kysymyksiä, joiden mukaan haastattelu etenee. Tämä tuo haastattelun tekeen vapautta ja mahdollistaa teemojen käsittelyn vaihtelevassa järjestyksessä sekä niiden syventämisen yksilöllisesti eri haastatteluissa. (Hirsjärvi & Hurme, 2010, s. 47–48; Eskola & Vastamäki, 2015, s. 29.) Koska teemahaastattelu ei ole sidottu etukäteen määriteltyihin kysymyksiin, sitä voidaan pitää jopa keskusteluna, jonka aloitteen tekijänä on tosin haastattelija (Eskola & Vastamäki, 2015, s. 27–28). Keskustelun sisältö ei kuitenkaan ole täysin vapaa, vaan se perustuu haastatteluteemoihin, jotka on syytä muodostaa aiemman tietämyksen pohjalta kirjallisuudesta tai tutkimuksen taustateorioista, jotta niiden avulla saadaan monipuolisesti vastauksia tutkimusongelmiin (ks. Eskola & Vastamäki, 2015, s. 35; Tuomi & Sarajärvi, 2012, s. 75).

Teemahaastattelun teemat nousivat tutkimustehtävästä ja tutkimuskysymyksistä. Ensimmäiset teemat käsittelivät äitien ja toiminnan ohjaajien taustatietoja ja virittivät haastateltavia haastattelutunnelmaan. Merkityksellisempiä teemoja olivat tutkimuskysymyksistä nousevat ylätasoon käsitteet ”nuori äitiys”, ”arjen hallinnan käsite” ja ”vertaisryhmätoiminta” tai ohjaajien haastattelussa ”vertaisryhmätoiminta arjen hallinnan tukena”. Ensimmäinen tutkimuskysymys nuoresta äitiydestä tarkentui haastattelujen aikana, kun teema nuori äitiys erotekona nousi esille kaikissa haastatteluissa, vaikka en ottanut sitä itse aktiivisesti puheeksi ensimmäisissä haastatteluissa. Tutkimuksen keskeisenä tavoitteena oli nostaa nimenomaan äitien oma kokemus ja näkemykset esille.

Tyttöjen Talon nuorten äitien toimintaan osallistuu sekä ensi-, että uudelleensynnyttäjiä. Keskityin omassa tutkimuksessani ensisynnyttäjä-äiteihin, koska olin kiinnostunut nimenomaan siitä, millaisen elämänmuutoksen ensimmäisen lapsen syntymä aiheuttaa nuoren naisen elämässä ja miten vertaisryhmätoiminta tukee nuoren äidin arjen hallintaa. Lähes kaikki suljettujen äitiryhmien toimintaan osallistuvat äidit ovat ensisynnyttäjiä. Avoimen äitiryhmän toimintaan osallistuu myös uudelleensynnyttäjiä. Tästä syystä haastateltavat äidit etsittiin suljettuihin ryhmiin osallistujien joukosta. Kaikilla haastatelluilla äideillä oli kokemusta myös avoimista äitiryhmistä. Työntekijöiden haastattelussa osa haastattelun teemoista käsitteli Tyttöjen Talon perustoimintaa.

Nuorten äitien toiminnan ohjaajat kannustivat äitejä osallistumaan Tyttöjen Talon nuorten äitien toiminnan kehittämisen kannalta tärkeään tutkimukseen ja antoivat äideille kirjoittamani kirjeen (Liite 1), jossa pyysin äitejä ottamaan minuun yhteyttä haastattelun tekemistä varten. Osa äideistä antoi ohjaajille puhelinnumerossa minulle annettavaksi ja minä soitin heille suoraan sopiakseni haastatteluajan. Osa haastateltavista äideistä sai lisäksi tekstiviestitse tai puhelimitse nuorten äitien toiminnan ohjaajalta kyselyn ja kannustuksen osallistua tutkimukseen. Haastatteluihin osallistuminen oli äideille vapaaehtoista, kuten tutkimuseettisistä syistä pitää ollakin (ks. Kuula 2011, s. 119). Kuulan (2011, s. 119) mukaan haastateltavia on informoitava kirjallisesti, kun haastatteluja käytetään aineistona. Kirjallisen tiedotteen lisäksi kerroin haastattelun alussa haastateltaville suullisesti käyttäväni haastatteluja pro gradu -tutkielmani aineistona (ks. mts. 115) ja suojaavani heidän yksityisyyden siten, ettei tutkimuksesta käy ilmi heidän henkilöllisyytensä esimerkiksi muuttamalla heidän haastatteluissa käyttämänsä ihmisten nimet toisiksi (ks. mts. 129–130). En pyytänyt kuitenkaan äideiltä kirjallisena allekirjoitettua lupaa haastattelun käyttämiseen aineistona. Kirjallisen tutkimusluvan pyytämistä ei pidetä tutkimuseettisistä näkökulmista välttämättömänä, kun haastatteluja käytetään itsenäisenä aineistona (mts. 117).

Nuorten äitien toimintaa ohjaa kaksi ohjaajaa, joita haastattelin yhdessä. Haastattelin ohjaajat ennen äitien haastatteluja, koska ajattelin, että saan ohjaajien haastatteluista ideoita äitien haastatteluihin. Pietilä (2010, s. 212–213) kuvaa ryhmä-



haastatteluja käytetyn alkujaan silloin, kun tutkija oli kiinnostunut haastateltavien yksilöiden ajatuksista osana ryhmää. Nykyään ryhmähaastattelun avulla pyritään useimmiten saamaan selville ryhmän käsitys tutkittavasta aiheesta. Tutkijan rooli muuttuu tällöin haastattelijasta keskustelun virittäjäksi ja ohjaajaksi. (Mt.) Nuorten äitien toiminnan ohjaajien haastattelu oli mielekästä toteuttaa parihaastatteluna, koska tällöin ohjaajilla oli mahdollista täydentää toistensa kuvausta. Parihaastattelun avulla oli mahdollista saada monipuolisempi kuva nuorten äitien toiminnasta ja ohjaajien näkemyksistä toiminnan merkityksestä äideille siihen verrattuna, että olisi haastatellut kumpaakin ohjaajaa yksin. Ohjaajat olivat tottuneet tekemään työtä työparina jo useiden vuosien ajan. He tunsivat hyvin toisensa, eikä haastattelun aihe ollut heille intiimi (ks. Pietilä, 2010, s. 217), joten arvioin, että parihaastattelussa ei olisi sellaisia kielteisiä seikkoja, jotka heikentäisivät sen arvoa tiedonkeruumenetelmänä. En ollut kiinnostunut ohjaajien näkemysten eroista, vaan tutkimuksen kiinnostuksen kohteena oli ohjaajien yhteinen käsitys toiminnasta. Tavoitteenani oli, että ryhmähaastattelutilanne synnyttäisi Pietilän (mt.) kuvaaman vuoropuhelun ei vain minun ja kummankin ohjaajan välillä, vaan myös ohjaajien kesken, jolloin ohjaajat voisivat syventää vastauksiaan kysymällä toisiltaan tarkentavia kysymyksiä tai täydentämällä toistensa vastauksia. Alasuutari (2011, s. 155) pitää myös ryhmäkeskustelun etuna nimenomaan sitä, että keskustelijat voivat pohtia asioita eri näkökulmista ja keskustelun aikana syntyy erilaisia diskursseja.

Nuorten äitien haastattelut oli arvioni mukaan parempi toteuttaa ryhmähaastattelujen sijaan yksilöhaastatteluina, koska ryhmähaastattelussa äidit saattaisivat jättää kertomatta muiden äitien kuullen joitain asioita. Myös nuorten äitien ryhmän ohjaajat arvioivat, että äitien yksilöhaastattelut ovat ryhmähaastattelua parempi tiedonkeruumenetelmä, jotta tutkimuksessa saadaan kerättyä todenmukaista tietoa. Yksilöhaastattelua käytetään Pietilän (2010, s. 215) mukaan menetelmänä erityisesti silloin, kun halutaan selvittää haastateltavan henkilökohtaisia näkemyksiä ja mielihiteitä tutkittavasta asiasta. Alasuutari (2011, s. 152–155) sen sijaan kritisoi hänen mukaansa yleistä käsitystä, että haastateltavat kertovat aidosti omista näkemyksistään yksilöhaastattelussa ja vastaavasti ryhmäpaine vaikuttaisi ryhmähaastattelussa siihen, mitä haastateltavien on sopivaa sanoa. Alasuutari (mt.) kirjoittaa tutkimusmenetelmän valinnan olevan kiinni siitä, mitä tutkimuksessa halutaan saada

selville. Hän korostaa tutkijan roolia aineiston kriittisenä analysoijana ja muistuttaa, että haastattelutilanne ei ole koskaan ”luonnollinen” ja tuota välttämättä aitoja mielipiteitä tai näkemyksiä.

Haastattelin kandidaatin tutkielmaani varten yli 30-vuotiaita ensisynnyttäjä-äitejä ja totesin silloin, että yksilöhaastattelu toi haastateltavilla mieleen erilaisia tunteita ja kävinkin useimpien haastattelemieni äitien kanssa keskustelua haastattelun herättämistä ajatuksista vielä varsinaisen haastattelun jälkeen. Osasin aiemman kokemukseni perusteella varautua nyt jo etukäteen siihen, että haastattelussa voi tulla esille vaikeita asioita tai tunteita. Alasuutari (2011, s. 151) analysoi mielestäni tätä samaa ilmiötä, kun hän kuvaa haastateltavien roolia ja asennoitumista yksilöhaastatteluun vertaamalla sitä jopa yksilöterapiaan.

Tein nuorten äitien toiminnan ohjaajien parihaastattelun Tyttöjen Talolla. Kuunnellessani myöhemmin haastattelua ja kirjoittaessani sitä auki jäin pohtimaan muutamia haastattelussa sivuttuja aiheita ja sitä, olisiko tarpeen tehdä vielä ohjaajille uusi haastattelu, jossa voisin tarkentaa joitain asioita. Totesin kuitenkin tehtyäni äitien haastattelut ja litteroidessani niitä, että tutkimuksen rajaaminen on välttämättömyyttä ja mielenkiintoni kohdistuu nimenomaan äitien kokemukseen, joten en tehnyt ohjaajille uutta syventävää haastattelua.

Eskola ja Vastamäki (2015, s. 30–32) pitävät haastattelupaikan valintaa olennaisena haastattelujen onnistumisen kannalta. Haastattelemillani äideillä oli mahdollisuus valita itse, missä he halusivat haastattelun tehtävän. Ehdotin tutkimuskirjeessä ja soittaessani äidille, että voimme tavat Tyttöjen Talolla tai voin tulla tekemään haastattelun esimerkiksi heidän kotiinsa, tai johonkin muuhun äidin valitsemaan paikkaan. Tyttöjen Talo oli haastattelupaikkana luonteva, koska se oli äideille tuttu ja puhumme pitkälti siellä tapahtuneesta toiminnasta. Arvelin etukäteen, että osa äideistä saattaisi arastella sitä, että menisin heidän kotiin tekemään haastattelun, kun puhumme äitiydestä ja arjen hallinnasta ja olen heille entuudestaan vieras ihminen. Haastattelin yhdeksästä äidistä neljä heidän kodissaan ja kaikki muut äidit Tyttöjen Talolla nuorten äitien toimintaryhmien jälkeen. Useimmat äidit kokivat itselleen helpoimmaksi jäädä suoraan toimintaryhmään osallistumisen jälkeen

haastateltavakseni. Nuorten äitien toiminnan ohjaajat varasivat meille tilan haastattelua varten ja jokaisella äidillä oli haastattelutilanteessa mukana lapsi. Lapsen tarpeet ja niiden tyydyttäminen keskeyttivät välillä haastattelun, mutta olen itse totunut lapsiin, joten se ei häirinnyt haastattelujen tekemistä. Äidit jatkoivat myös luontevasti kysymyksiin vastaamista sen jälkeen kun olivat hoivanneet lastaan.

### 8.3 Tutkimusaineiston analysointi

Tutkimusaineiston analysointi alkaa Hakalan (2015, 20) mukaan laadullisen tutkimuksen teossa jo aineiston keruuvaiheessa. Hän kuvaa alustavan analyysin vaikuttavan tutkimusaineiston keruuseen, tutkimusjoukon rajaamiseen tai tehtävänasetteluun. Näin kävi itselläkin, kun totesin äitien haastattelujen tuottavat niin paljon tutkimusaineistoa, että en enää tehnyt ohjaajille lisähaastattelua.

Nikander (2010, s. 432–433) muistuttaa, että tutkija tekee merkittävän valinnan jo siinä, miten hän päättää litteroida tutkimusaineiston. Litteroin kaikki haastattelut kokonaan sanasta sanaan, mutta en kirjannut esimerkiksi ajatustaukoja, naurahduksia tai puhetapaa kuvaavia ilmaisuja litterointeihin. Ruusuvuori (2010, s. 425) opastaa valitsemaan litteroinnin tarkkuustason sen mukaan, mitä haastatteluista on tarkoitus analysoida. Hän pitää liian yksityiskohtaista litterointia haastattelun asiasisältöihin keskittyvässä tutkimuksessa tarpeettomana (mt.). Noudatin litteroinnissa tätä neuvoa, koska tarkoitukseni ei ollut tehdä keskusteluanalyysiä (ks. Nikander, 2010, s. 434). Koska olin itse litteroinut haastattelut, litterointi toimi samalla ensimmäisenä aineistoon tutustumiskertana (ks. Ruusuvuori, 2010, s. 427–428). Aineisto herätti minussa jo litteroinnin aikana erilaisia ajatuksia, joista ajattelin olevan hyötyä myöhemmin. Kirjasin huomiot ylös, kuten esimerkiksi Alasuutari (2011, s. 282) kannustaa tutkijaa tekemään.

Kirjasin haastattelulitterointeihin haastattelun tekopaikan, ajankohdan ja haastattelutilanteessa mukana olleet muut henkilöt. Jokaisella haastatellulla äidillä oli mukana haastattelutilanteessa lapsi, muutamassa perheen kotona tehdyssä haastattelussa oli kuuloetäisyydellä myös haastateltavan puoliso. Olin kysynyt jokaiselta haastateltavalta haastattelun alussa heidän perustiedot, kuten iän, ammatin ja

perhetilanteen, joten ne sisältyvät myös haastattelulitterointeihin. Kuula ja Tiitinen (2010, s. 451) pitävät haastattelujen käytön kannalta olennaisena sitä, että haastatteluista on saatavilla haastateltavan taustatiedot sekä tiedot haastattelupaikasta ja muista läsnä olevista ihmisistä. Sen sijaan sellaisia tietoja, joista haastateltavat olisivat tunnistettavissa, kuten nimiä, osoitteita tai puhelinnumeroita, en kirjoittanut litterointeihin alunperinkään (ks. mts. 452).

Käytin tutkimusaineiston analysoinnissa apuna Atlas.ti –ohjelmaa, joka on Kananen (2015, s. 179) mukaan yksi Suomessa yleisimmin käytetyistä laadullisen aineiston analyysiohjelmissä. Ohjelma ei analysoi itse aineistoa, eikä se tee mitään itsenäisesti tutkijan puolesta, mutta siitä on apua tekstin käsittelyn mekaanisissa vaiheissa aineiston hallinnassa ja jäsentelyssä sekä esimerkiksi tekstistä poimittujen sitaattien välisten suhteiden tarkastelussa. Tutkimusta arvioitaessa on tärkeä huomata, että varsinainen analysointi on aina tutkijan tekemää, vaikka työskentelyn apuna käytettäisiin analyysiohjelmaa (Jolanki & Karhunen, 2010, s. 408–409; Kananen, 2015, s. 166).

Siirsin haastattelut litteroituina primaariteksteinä analyysiohjelmaan. Seitamaa-Hakkaraisen (2000) mukaan koko aineiston lukeminen auttaa yleiskuvan muodostamisessa aineistosta, joten luin tässä vaiheessa kaikki haastattelut vielä kerran aloittamatta vielä niiden analysointia ja luokittelua. Totesin lukemisen jälkeen, että jaan haastattelutekstit analysointia varten mielessäni kahteen osaan. Käsittelen ensin haastateltavien äitien taustatiedot erillisenä osiona ja aloitan vasta sen jälkeen muun haastatteluaineiston analysoinnin.

Olin kysynyt jokaiselta äidiltä haastattelun alussa taustatietoja hänestä itsestään, hänen perheestään ja lapsestaan sekä osallistumisesta Tyttöjen Talon toimintaan. Keräsin nämä tiedot äitien haastatteluista ja tein niistä Excel-taulukon (ks. Kuula & Tiitinen, 2010, s. 451). Tein taustatiedoista myös havainnollistavia taulukoita oman työskentelyni tueksi.

Analyysiohjelmaa käytettäessä tutkijan on tehtävä samanlaisia valintoja kuin silloin, jos hän tekee analyysiä käsin, esimerkiksi leikkaamalla paperille tulostettua

tekstiä saksilla erillisiksi lapuiksi ja yhdistelemällä näitä. Tutkijan on ensin päätettävä, mitä ja miten hän koodaa. Tarkoitan koodauksella tässä Jolankin ja Karhunen (2010, s. 399) mukaisesti ”tutkimustehtävän kannalta merkityksellisten tekstikatkelmien valitsemista, merkitsemistä ja nimeämistä.” Lähdin tässä tutkimuksessa liikkeelle taustateoriasta ja tutkimuskysymyksistä muodostuneesta esiyymmärryksestä. Minulla ei ollut kuitenkaan etukäteen mietittynä valmiiksi luokkia, joiden mukaan olisin aloittanut tekstin koodauksen, vaan ne muotoutuivat haastattelu-tekstien lukemisen aikana. Aloitin aineiston lukemisen etsimällä tekstistä vastauksia tutkimuskysymyksiin ja koodaamalla tekstisegmenttejä eri luokkiin. Varsin pian huomasin, että vain tutkimuskysymyksistä käsin tehtävä analyysi kaventaisi haastatteluista saatavaa informaatiota ja jättäisi oleellisia asioita sivuun. Tämän vuoksi jatkoin aineiston analysointia sisältölähtöisesti.

Laadullisen aineiston analysointi etenee syklisesti, jolloin vaihe vaiheelta muodostuu syvällisempi ja tarkempi kuva aineistosta (ks. Jolanki & Karhunen, 2010, s. 406). Osa analysoinnissa käytetyistä luokista, kuten arjen hallinta ja vertaisryhmätoiminta, muotoutui analysoinnin alkuvaiheessa tutkimushaastatteluihin valituista teemoista. Osa luokista muotoutui haastattelujen analysoinnin aikana vuorovaikutuksessa aineiston kanssa, kun aiemmin valitut luokat eivät sopineet näiden sisällöllisesti tärkeiden sitaatioiden luokitteluun. Tällaisia luokkia olivat esimerkiksi merkitys ja erotko. Kuten Jolanki ja Karhunen (2010, s. 409) muistuttavat, kaikki koodit ovat kuitenkin tutkijan valitsemia. Joidenkin koodien nimiä oli myös välttämätöntä muuttaa analysoinnin aikana havaitessani ne epäselviksi ja yksi koodi piti jakaa kahdeksi erilliseksi koodiksi, koska alkuperäinen koodi tuntui analysoinnin edetessä olevan liian laaja sellaisenaan. Jolanki ja Karhunen (2010, s. 406) toteavat tämänkaltaisten muutosten olevan helpompia analyysiohjelman käytön ansiosta. Koska analysoinnin aikana muotoutui uusia luokkia, aineiston analysointi vaati haastattelujen läpikäyntiä useita kertoja, eli aineiston koodauksesta ja analysoinnista tuli syklinen prosessi. Aineistosta nousikin esille uusia sitaatioita vielä viimeisten lukukertojen aikana, myös koodauksen alussa muodostettuihin luokkiin. Aineiston lukeminen useita kertoja lisää analyysin luotettavuutta siihen verrattuna, että aineisto olisi luokiteltu lukemalla se vain kerran tai kahdesti.

Koodattaviksi analyysiyksiköiksi muotoutui lyhyemmillään yhden lauseen ja pitemmillään muutaman virkkeen pituisia tekstisegmenttejä haastateltavien puheesta. Tavoitteenani oli valita koodattavaksi muotoutuvat tekstisegmentit siten, että ne ovat itsessään ymmärrettäviä ja riittävän informatiivisia ilman haastattelun muuta kontekstia. Joidenkin tekstisegmenttien kohdalla tämä oli haastavampaa, jolloin oli välttämätöntä liittää niihin analyysiohjelmassa sitaation sisältöä selventäviä kommentteja. Koodauksen tavoitteena ei ollut vain saman koodin alle valittujen sitaattien listaaminen, vaan sen lisäksi myös eri koodien välisten yhteyksien löytäminen. Osa sitaatioista koodautui myös useampaan luokkaan. Kun koko aineisto oli koodattu, listasin jokaisen luokan alle kuuluvat sitaatiot analyysiohjelmalla erillisiksi listoiksi ja kävin ne kaikki läpi ja tarkensin niitä poistamalla joistain sitaatioista koodoja (ks. Ruusuvuori ym., 2010, s. 24). Koodauksen jälkeen analyysi ja tulkinta eteni kerros kerrokselta syvemmälle ollen samalla syklinen prosessi, jonka aikana oli tehtävä takaumia luokitellusta aineistosta takaisin primaariaineistoon uusien havaintojen tarkistamiseksi. Kuten Jolanki ja Karhunen (2010, s. 406) toteavat, tämä oli analyysiohjelmaa käytettäessä melko vaivatonta. Ohjelman avulla oli mahdollista hakea nopeasti hakutyökalulla koko aineistoista kyseinen sitaatio, tarkistaa havaintoa ja koodata tarvittaessa sitaatio uudelleen. Tutkimusraportin kirjoittaminen eteni samaan aikaan analyysin teon kanssa ja tein sen lisäksi analysoitavaan aineistoon muistiinpanoja ja analyysiohjelman muistiökaluun huomioita sitaatioista ja niitä ympäröivästä teksteistä.

Berg (2008, s. 60–63) kuvaa tutkimuksessaan analyysin tekoaan käsityömäiseksi analyysiprosessiksi. Koen käsitteen kuvaavan erittäin hyvin myös omaa analyysin tekoani, mutta olen Bergin (mt.) kanssa aivan eri mieltä siitä, että tietokoneavusteisen ohjelman käyttö johtaisi automaattisesti analyysin mekaanisuuteen ja olisi ristiriidassa aineiston ehdolla etenemisen kanssa tai estäisi aineiston käsittelyn luovasti ja kekseliäästi. Kuten Kananen (2015) huomauttaa, aineiston analyysiohjelmat eivät tee mitään ilman tutkijaa ja analyysi on joka tapauksessa tutkijan tekemää. Jolanki ja Karhunen (2010, s. 396) toteavat artikkelissaan analyysiohjelmien sen sijaan helpottavan ja nopeuttavan isojen aineistojen käsittelyä ja aineiston rajaamista. Analyysiohjelmat helpottavat huomattavasti erilaisten kokonaisuuksien erottelua, merkitsemistä, yhdistelyä ja kokoamista sekä tarkastelua (ks. mts.

396–398). Ohjelmien avulla on myös mahdollista tehdä määrällisiä yhteenvetoja analysoitavasta aineistosta, kuten tiettyjen sanojen, lauseiden tai sitaatioiden määrästä.

## 8.4 Haastateltavien kuvaus

Haastattelemani äidit olivat iältään 20-22-vuotiaita. He olivat olleet 19-21-vuotiaita ensimmäisen lapsensa syntyessä, eli kaikki äidit olivat olleet täysi-ikäisiä tullessaan äidiksi. Haastatteluhetkellä viisi lapsista oli vielä alle vuoden, kolme reilun vuoden ja yksi kahden vuoden ikäinen. Nuorin lapsista oli yhdeksän kuukautta ja vanhin kaksi vuotta ja kolme kuukautta vanha.

Useimpien nuorten äitien elämäntilanteet poikkesivat selvästi keskimääräisen ensisynnyttäjän elämäntilanteesta. Haastatelluista äideistä kolme oli ollut lapsen syntyessä yksinhuoltajana ja kuusi muuta äitiä asui tällöin yhdessä lapsen isän kanssa. Joidenkin äitien elämäntilanteet olivat muuttuneet vauvan syntymän jälkeen. Kaksi äideistä oli eroamassa lapsen isästä ja kahdella aiemmin yksinhuoltajana olleella äidillä oli uusi seurustelukumppani. Kaksi äitiä oli muuttanut alkuraskauden aikana lapsuudenkodistaan ja perustanut oman kodin, muut äidit olivat asuneet lyhyemmän tai pidemmän aikaa ennen raskaaksi tuloa omassa kodissaan.

Äitien asema työelämässä ei ollut vielä vakiintunut. Äideistä vain yhdellä oli vakituinen työpaikka, kaksi äitiä oli tehnyt raskausaikana ja ennen sitä määräaikaissessa työsuhteessa osa-aikatyötä, yksi oli joutunut jäämään määräaikaaisesta kokopäivätyöstään alkuraskauden aikana sairauslomalle ja yksi äiti oli jäänyt vähän ennen raskauden puoliväliä työttömäksi. Kaksi äitiä oli vielä äitiyslomalla, kaikki muut hoitivat lastaan kotona kotihoidontuen turvin. Haastatelluista äideistä vain yksi, hän jolla oli vakituinen työpaikka, oli palaamassa lähiaikoina takaisin työhönsä. Suurimmalla osalla äideistä ei ollut vielä ammattia, kaksi äitiä olikin aloittamassa opiskelut. Yksi äideistä oli raskaana ja odotti perheeseen toista lasta. Muilla viidellä äidillä tulevaisuuden suunnitelmat olivat vielä avoimet.

Haastattelemistani äideistä kolme oli tullut ensimmäisen kerran mukaan Tyttöjen Talon toimintaan jo yläasteiässä. Näistä äideistä kaksi kertoi, että he olivat käyneet opettajan kanssa tutustumassa Tyttöjen Talon toimintaan. Yksi äiti oli käynyt talolla ystävänsä kanssa, kun heille oli kerrottu Tyttöjen Talon toiminnasta koulussa. Näistä kolmesta äidistä jokainen tuli äitiryhmän toimintaan mukaan jo raskausaikana. Kolme muuta äitiä oli tullut Tyttöjen Talon toimintaan mukaan ensimmäisen kerran raskausaikana ja kolme vasta vauvan syntymän jälkeen.

Äidit olivat saaneet tiedon nuorten äitien toiminnasta eri tahoilta. Osa äideistä oli kuullut toiminnasta monesta eri paikasta tai eri ihmisiltä. Kolme äitiä kertoi kuulleensa toiminnasta kavereiltaan, kolme neuvolasta, yhdelle äideistä koulukuraattori ja toiselle nuorisoaseman ja lastensuojelun työntekijät olivat suositelleet toimintaan osallistumista, yksi äideistä taas osallistui alkuraskaudesta muuhun Tyttöjen Talon toimintaan, josta hänet ohjattiin mukaan äititoimintaan. Yksi äiti luki toiminnasta vauvlehdestä ja yksi äideistä tuli mukaan toimintaan kirjoittamansa äitiblogin kautta tutuksi tulleen toisen nuoren äidin pyytämänä. Äideistä noin puolet oli ottanut itse yhteyttä nuorten äitien toiminnan ohjaajiin, yhtä usein yhteydenottajana oli ollut äitikaveri, jonka mukana haastattelemani äiti meni mukaan toimintaan. Yhdellä äidillä sosiaalityöntekijä sopi äidin puolesta tapaamisajan toiminnan ohjaajien kanssa. Kaikki äidit eivät olleet ottaneet Tyttöjen Taloon yhteyttä heti saatuaan tiedon toiminnasta, koska he joko pelkäsivät leimautuvansa teiniäidiksi tai arkailivat ryhmätoimintaan osallistumista.

Kaikki äidit tulivat toimintaan mukaan tapaamalla ensin toimintaa ohjaavat työntekijät ja sopivat sen jälkeen osallistumisesta heille sopivaan suljettuun ryhmään. Kahta äitiä lukuun ottamatta äidit kertoivat osallistuneensa erittäin aktiivisesti suljetun äitiryhmän toimintaan. Heillä ainoastaan oma tai lapsen sairaus tai lomamatka oli ollut esteenä osallistumiselle. Kaksi muutakin äitiä oli osallistunut toimintaan pääsääntöisesti erittäin aktiivisesti. Toinen näistä äideistä kertoi, että hän ei ollut loppuraskaudesta jaksanut osallistua toimintaan, mutta vauvan syntymän jälkeen he olivat olleet mukana lähes jokaisella ryhmäkerralla. Toinen äiti kuvasi ryhmästä poissaolojaan erilaisista elämäntilanteista johtuviksi ja satunnaisiksi. Kaikki äidit olivat siis erittäin sitoutuneita toimintaan, moni heistä kertoi, että suljetun ryhmän



toimintaan osallistuminen rytmitti myös heidän viikkooan. Sen sijaan vain neljä äitiä kertoi osallistuvansa aktiivisesti Tyttöjen Talolla järjestettyyn avoimeen toimintaan, loput äideistä kertoivat osallistuneensa siihen vain satunnaisesti ja muutamia kertoja. Kaikki äidit olivat käyneet toimintaan mukaan tulleessaan keskustelemaan kerran ohjaajan kanssa kahdestaan asioistaan, mutta viidellä äideistä keskustelut olivat jatkuneet säännöllisinä.

Haastateltavien äitien osallistuminen muuhun kuin Tyttöjen Talolla järjestettävään äiti- tai perhetoimintaan oli hyvin vähäistä. Kukaan haastatelluista ei osallistunut esimerkiksi leikkipuiston, vapaaehtoisjärjestöjen tai seurakunnan järjestämään perhekerhoon tai avoimeen toimintaan. Vain yhdellä äideistä kävi kotona perheyöntekijä ja yhdellä äidillä oli oma sosiaalityöntekijä ja hoitosuhde nuorisoasemalle. Äidit olivat käyneet kahta äitiä lukuun ottamatta neuvolan synnytys- ja perhevalmennuksessa ja kaksi äitiä oli käynyt sen lisäksi raskausaikana Naistenklinikan synnytyspelkopoliklinikalla. Neuvolan perhevalmennukseen osallistuneista äideistä vain kaksi oli osallistunut kaikkiin valmennuskertoihin, muut olivat osallistuneet vain kerran, vaikka valmennuskertoja olisi ollut enemmän.

Molemmat haastattelemani nuorten äitien toiminnan ohjaajat olivat työskennelleet Tyttöjen Talolla noin kymmenen vuotta. Toinen ohjaajista oli ollut talolla töissä jo ennen nuorten äitien toiminnan aloittamista. Hän oli suunnitellut ja ollut käynnistämässä nuorten äitien toimintaa aluksi viisivuotisenä projektina ennen toiminnan vakinaistamista osaksi Tyttöjen Talon toimintaa. Toinen ohjaajista oli tullut projektiin mukaan sen ensimmäisenä toimintavuonna. Käytännössä nuorten äitien toiminta oli pitkälti haastattelemani ohjaajien luomus, koska he olivat olleet ohjaajien haastattelun tekohetkeen mennessä ainoita kokopäiväisesti nuorten äitien toimintaa suunnitelleita ja ohjanneita henkilöitä.

## 9 Tutkimustulokset

Kuvaan tässä luvussa haastateltavia ja tutkimuksen tuloksia tutkimusongelmittain. Elävöittääkseni tekstiä ja lisätäkseni tutkimuksen luotettavuutta olen poiminut haastatteluaineistosta suoria lainauksia, jotka olen kirjoittanut kursivoituna tuloksia esittelevän tekstin lomaan. Käytän äideistä peitenimiä, jotka otin 90-luvun yhdeksästä suosituimmasta tytön nimestä.

### 9.1 Äitien kokemus nuoresta äitiydestä

Haastatteleman äidit kokivat äitiyden muuttaneen voimakkaasti heidän elämäänsä. Moni äiti kuvasi elämänsä olleen tavallista nuoren elämää ennen äidiksi tuloaan. Äidit kokivat äitiyden aiheuttaman muutoksen hyvin eri tavoin. Osa äideistä kertoi, että lapsi oli toivottu ja odotettu. Nämä äidit kertoivat, että he kokivat eläneensä jo riittävän pitkään nuoruutta ja eivät kaivanneet enää jatkuvasti nuoruuteen usein liitettäviä vapautta ja juhlintaa.

***Maria:** Niin, oli se silleen niinku, et en mä, niin et oon mä sen nuoruuteni pitänyt, et kyllähän mä välillä toki kaipaen sellasta menemistä ja et pääsis joskus, olla pois arjesta, mutta kyllä nekin asiat on järjestettävissä, et en mä sellasta joka viikonlopun bileruljanssii kaippaa, et jos mä olisin sellasta halunnut, ni en mä olis suunnitellut lasta, et kun mä kuitenkin suunnittelin, et mä haluan lapsen.*

Muutama haastatelluista äideistä kertoi, että raskaus oli heille yllätys. Erityisesti nämä äidit kokivat heti vauvan syntymän jälkeen, että lapsi vaikutti arkeen sitovasti. Äidit totesivat kuitenkin sopeutuneensa elämänmuutokseen, kokivat äitiyden itselleen luontevana ja löysivät nuoresta äitiydestä paljon myönteistä. Äidit kuvasivat äitiyden olevan tällä hetkellä positiivinen asia ja lapsen tuovan heille iloa. Osa äideistä kertoi, että vaikka raskauden toteaminen oli ollut heille järkytys, he olivat jo raskausaikana kokeneet myönteisiä tunteita vauvaa kohtaan. Yksi äiti kertoi, että hän ei uskaltanut kertoa pitkään aikana kenellekään yllätysraskaudestaan, koska hän pelkäsi raskauden päättyvän keskenmenoon. Toinen äiti kertoi, että kun hän oli päättänyt, ettei hän tee aborttia, vaan pitää lapsen, syntyvään lapseen muodostui tunneside ja ajatus vauvasta tuntui hyvältä.

**Eveliina:** *Siis vaikka se oli odottamaton, jotenkin sit kun oli päättänyt sen, et sen haluaa pitää, että kuiteskin sit sen niinku halus niin paljon. Ei nyt mua alkaa itkettää, mutta sit sen halus niin paljon, että.*

Äitien perhetilanne ja tukiverkosto vaikutti siihen, millaiseksi äidit kokivat äitiyden ja sen mukanaan tuoman elämänmuutoksen. Yksin lapsen kanssa elävät tai parisuhteesta huolimatta yksin lapsen hoitovastuussa olevat äidit kokivat, että he joutuivat luopumaan monesti omista toiveistaan ja niiden toteuttamisesta. Äidit käyttivät haastatteluissa erittäin usein ilmaisua ”tottua” kuvatessaan sopeutumistaan muutokseen. Tästä huolimatta äidit kokivat äitiyden positiivisena.

Äidit pohtivat haastatteluissa, millaista heidän elämänsä olisi voinut olla, mikäli he olisivat tulleet ensimmäisen kerran äideiksi huomattavasti vanhempina. Merkittävimmiksi asioiksi nuoren ja vanhemman naisen äitiyden välillä äidit mainitsivat erityisesti elämäntilanteeseen liittyvät erot, kuten pidempikestoisen parisuhteen ja vakituisen työpaikan ja sen myötä tulevan taloudellisen tilanteen vakauden. Yksi äideistä arvioi, että parisuhde puolison kanssa ei ollut vauvan syntyessä riittävän vakaalla pohjalla kovin lyhyen yhdessäolon vuoksi. Osa äideistä toi työpaikan puuttumisen ja opintojen keskeneräisyyden esille kuvatessaan sitä, miten he kokivat erottautuneensa itseään vanhemmista äideistä.

**Karoliina:** *Kun on nuori, niin jaksaa vielä hyvin touhuta, ainut on vaan ehkä se, että sitten on vielä kaikki opiskelut vielä vähän kesken ja sitten pitää alkaa vaan opiskelemaan ja hoitaa samalla, ni se voi olla hankalaa.*

Kaikki äidit kuvasivat raskausajan olleen erityisen voimakasta henkisen kasvun ja aikuistumisen aikaa. Yksi äideistä pohti, että mikäli hän olisi tullut äidiksi parikymmentä vuotta myöhemmin, olisiko hän ollut silloin viisaampi lapsen kanssa toimiessaan. Toinen äiti arveli, että hän olisi rauhoittunut ja pohtisi tarkemmin ratkaisujaan, eikä toimisi intuitiolla, kuten hän nyt koki toimivansa. Äidit ajattelivat iän tuovan mukanaan kykyä harkita päätöksiä tarkemmin ja suunnitella elämää pitkäjänteisemmin. Toisaalta useimmat äidit arvelivat, että nuoret äidit jaksavat vanhempia äitejä paremmin touhuta lasten kanssa, eivätkä esimerkiksi yöherätykset rasita heitä yhtä paljon kuin vanhempia äitejä. Äidit iloitsivat myös siitä, että heillä tulee olemaan myös myöhemmin lapsen kasvaessa nuoreksi ja aikuistuessa melko pieni ikäero lapsensa kanssa. Useimmat äidit olivat kohdanneet arvostelua ja epäilyä

äitiyttään kohtaan nuoren ikänsä vuoksi niin lähisukulaisiltaan kuin tuntemattomilta ihmisiltä lapsen kanssa kaupungilla liikkuesssa. Tosin osa äideistä kertoi, että heihin ei ollut suhtauduttu kielteisesti, mutta hekin olivat kuulleet muiden nuorten äitien kohdanneen ennakkoluuloja.

**Haastattelija:** *Oletko sää kohdannut muilta ihmisiltä äitiyttäsi kohtaan ihmetystä tai negatiivisia asenteita nuoren ikäsi takia?*

**Kristiina:** *En mie oo kyllä kohdannu sellasta. Miekin oon kyllä kuullu joiltain työiltä, että on ollu jotain sellasta, että on ollu jotain ennakkoluuloja.*

Osa äideistä koki, että nuoren iän vuoksi heidän kasvuaan äidiksi pyrittiin tukemaan jopa enemmän kuin äiti koki itse tarpeelliseksi.

**Katariina:** *Mää oon aina ollut tosi hyvä lasten kaa, ja mä oon tykänny tosi paljon lapsist, ja mää en ikinä aatellu, että mulla olis jotenkin vaikeeta lapsen kaa ja eikä ole ollutkaan vaikeeta. Mutta kauheesti haluttiin sitä tukea, että musta tulee hyvä äiti.*

Muutamalla äidillä raskaaksi tulo oli vaikuttanut elämää erittäin paljon, koska he muuttivat alkuraskauden aikoihin pois lapsuudenkodistaan ja perustivat oman kodin. Kotoa pois muutto oli toisaalta selkeyttänyt nuorten äitien ja heidän vanhempiensa välisiä suhteita ja helpottanut raskauden aiheuttamien ristiriitojen käsittelyä. Kahdella äidillä omat vanhemmat olivat toivoneet, että äiti olisi päätynyt raskauden keskeytykseen. Toiselle näistä äideistä oli ehdotettu myös lapsen luovuttamista adoptoitavaksi.

## 9.2 Äitien kokemus nuoresta äitiydestä erotekona

Nuoret äidit kuvasivat äitiyttä monella tapaa erotekona. Eroteko syntyi joko nuoren äitiydestä tai iästä tai molemmista. Äidit kokivat, että äitiys erotti heidät erilaisen elämäntilanteen vuoksi entisestä ystävä- tai kaveripiiristä ja yleisemminkin muista nuorista. Äitiys erotti äidit myös vanhemmista äideistä erilaisen elämäntilanteen ja iän vuoksi. Ero tuli näkyvimmäksi perheiden arkiympäristössä ja perheille suunnatuissa sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa, kuten äitiysneuvolassa ja neuvolan perhevalmennuksessa. Haastatteluissa eroteksi nousi myös äitien ja heidän vanhempiansa välinen suhde, itsenäistyminen omasta lapsuudenkodista. Eroteon

tuottavana tekijänä näyttäytyi myös äitien perhetilanne, kun äidit tekivät puheellaan eroa yksinhuoltajien ja parisuhteessa olevin äitien välille. Äitien kokemusten mukaan eroteko konkretisoitui, joko siinä vaiheessa, kun raskaus alkoi näkyä, tai viimeistään lapsen synnyttyä.

Nuori äiti ei ole äitien kokemusten mukaan ikätovereidensa silmissä enää samanikäinen nuori, vaan ensisijassa äiti. Äidit arvioivat, että heidän nuorten ystävien ja kavereiden oli vaikea ymmärtää äidiksi tulleen nuoren elämän muuttumista ja lapsen tulemistä elämän keskipisteeksi. Muut nuoret näkivät lapsen enemminkin ystävyuden toteuttamisen esteenä. Lähes kaikki äidit kertoivat, että heidän nuoret ystävät olivat lopettaneet yhteydenpidon äidiksi tulleeseen ystäväänsä jopa kokonaan ja äidit kokivat ystävyuden ylläpidon jäävän yksin heidän vastuulleen. Yksi äiti tosin kertoi jälkeempäin kuulleensa, että hänen ystävänsä olivat kuvitelleet, että hän ei ollut enää lapsen synnyttyä kiinnostunut heistä.

**Elina:** *Alussa sillon raskausaikana ne piti mua ihan tavallisena ihmisenä, ne ei ottanut sitä mun mahaa yhtään huomioon, mutta sitten heti kun se vauva synty, niin ne ei vaan ottanut enää yhtään yhteyttä. Et mun mielestä se on tosi outoa, koska eihän sitä ihmisenä periaatteessa muutu, tai en mä ainaakaan mun mielestä ole ihmisenä muuttunu. Oon mä nyt aina ollut vastuullinen, mutta enemmän silleen huolehtiva ja tälle ja se on niinku, ne jotenkin aattelee, että ei sitä kaveria enää oo. Tai en mä tiedä, mitä niiden päässä liikkuu, kun ei ne oo ottanut silleen yhteyttä.*

*Mut kyl siis mulla on pienentynyt kaveripiiri tosi paljon, et kyl ne näkee minua tosi paljon aivan vaan äitinä. Et kun en mä voi tosta vaan laittaa jonkin yökylään vaan lasta ja sit noin.*

**Karoliina:** *Monet nuoret käyt juhlimassa tämän ikäsenä paljon ja ite kun ei pysty lähtemään niin usein kun muut kaverit menee. Ja sit se kun on oma koti, kun kaikki tän ikäset ei vielä välttämättä asu vielä yksin, että pitää huolehtia omasta kodistaan ite hyvin. Joihinkin kavereihin on yhteys katkennut silleen melkein kokonaan, että ei ole enää oikein missään yhteydessä, mutta sitten joihinkin on pysynyt melkein samana, mutta ei ehkä nää enää niin usein kuitenkaan, mutta kuitenkin juttelee aika usein.*

Useimmat äidit olivat ennen raskautta ja alkuraskauden aikana olleet paljon yhdessä nuorten ystäviensä kanssa. Yksi äideistä kertoi, että hän kävi aiemmin kotona vain nukkumassa ja vietti kaiken vapaa-ajan kavereidensa kanssa, toinen taas kertoi juhlineensa usein ystäviensä kanssa. Äitien kaveripiirit olivat muodos-

tuneet yläasteaikaisista koulukavereista tai nuorista opiskelu- tai työkavereista. Lapsiperheen ja omasta arjestaan vastuussa olevan aikuisen arki oli vierasta useimmille äideille ja heidän ystävilleen ennen vauvan syntymää, vain yhdellä äideistä oli nuori ystävä, joka oli tullut aikaisemmin vanhemmaksi.

Äidit eivät välttämättä kokeneet erottautumista muista nuorista kielteisenä asiana, eikä erotekoa syntynyt kaikilla äideillä suhteessa kaikkiin entisiin ystäviin. Kaikki äidit kokivat itsensä ajattelultaan kypsemmiksi ja aikuisemmiksi kuin entiset kavereinsa tai muut saman ikäiset nuoret olivat. He kokivat myös arkensa pysyvämmäksi ja elämänsä vakaammaksi. Raskaus näyttäytyi myös myönteisessä mielessä erotekona entisiin kavereihin, kun osa äideistä kuvasi raskauden helpottaneen irtottautumista huonosta kaveripiiristä ja sen elämäntavoista. Osa äideistä oli tarvinnut tähän tukea esimerkiksi nuorten päihdepalveluista.

Äidit puhuivat haastatteluissa itsestään nimenomaan nuorina äiteinä ja useimmat heistä korostivat myös eroa itsensä ikäisten ja muutamaa vuotta nuorempina äidiksi tulleiden välillä. Kukaan haastatelluista äideistä ei kokenut nimitystä teiniäiti itselleen sopivaksi ja he kokivat myös ilmaisun olevan sävyltään leimaava ja negatiivinen. Äidit kuvasivat teiniäitiyteen liittyvän ajatukset väärän valinnan tekemisestä ja kyvyttömyydestä hallita elämää.

**Katariina:** *Ei se (teiniäiti –sana) mun korvaan kuulosta positiiviselta, se on enemmän sellanen tuomitseva leima, että miks joku on tossa vaiheessa elämää tehny lapsen. Et se kertoo jotenkin siitä, että ehkä se ei ollut niin suunniteltu. Et mä en itse pidä sitä, että on äiti, vaikka ois nuorempikin, niin huonona asiana, vaikka tiedänkin tapauksia, joilla kaikki ei ole mennyt hyvin.*

Haastatelluista äideistä kaksi asui lapsuudenkodissa saadessaan tietää raskaudesta. Yksi äiti asui tällöin opiskelijasoluasunnossa. Kaikki muut äidit olivat asuneet omassa kodissaan vaihtelevan pituisia aikoja. Raskausaikana tai vain hiukan sitä ennen oman kodin perustaneet äidit kokivat, että itsenäistyminen ja muutto omaan kotiin oli heille sekä eroteko lapsuuden kotiinsa, että myös nuoruuden kavereihin nähden. Suhde omiin vanhempiin oli muuttunut tasa-arvoisemmaksi, kun vanhemmat huomasivat, että heidän lapsensa, vauvaa odottava nuori selviytyi oman kodin hoidosta ja arjesta. Äidit kuvasivat lapsuudenkodista pois muuttami-

sen vaikuttaneen myös siihen, miten heidän nuoret ystävänsä suhtautuivat heihin. Nuoren oma tila ja itsenäinen asuminen omassa kodissa synnytti nuorten äitien mukaan heidän ystäväissään kateutta.

**Haastattelija:** *No näetkö sää, että vaikuttiko tämä toiminta sulla sitten muihin ihmissuhteisiin tai se, että sulle syntyi lapsi niihin muihin ihmissuhteisiin, että oliko sulla esimerkiksi sellanen kaveripiiri, josta sää jäit pois?*

**Katariina:** *Joo muutti paljon, et varsinkin kun se mun raskaus tuli aivan yllätyksenä, et mä olin aika pitkällä raskaana, kun mä tiesin. Et kyllä sen huomaa, et aika paljon semmoset bilekaverit ja niinku sellaset jotka oli henkisesti aika paljon nuorempia, koska ite alko henkisesti kasvaa aika paljon nopeemmin ja muutti yksin ja muut kaverit ei asunu yksin ja ehkä osa oli kateellisii siitä, että elämä meni niin.*

Nuoret äidit erottuivat vanhempina äidiksi tulleista naisista arkiympäristössään. Kukaan haastatelluista äideistä ei osallistunut perhekerhoon tai muuhun omalla asuinalueellaan perheille järjestettävään toimintaan, koska he kokivat erottuvansa siellä liikaa joukosta. Äidit kertoivat kokeneensa erilaisuuden tunnetta vanhempiin odottajiin nähden erityisesti neuvolan perhe- ja synnytysvalmennuksessa. Joukkoon kuulumattomuuden tunne syntyi erityisesti siksi, että nuoret äidit kokivat, että heidän elämäntilanteensa oli täysin erilainen kuin muilla valmennukseen osallistujilla. Äidit myös kokivat, että heidät sivuutettiin puheessa joko ikänsä tai yksinhuoltajuuden vuoksi. Suurin osa äideistä oli käynyt neuvolan valmennuksessa vain kerran. He olivat jättäneet menemättä seuraavaan kokoontumiseen, koska he kokivat leimautuvansa teiniäideiksi ja erottuivat liikaa muista valmennukseen osallistuvista perheistä. Nuoret äidit kokivat, että heidän elämässään pohdituttavat ja vauvan syntymässä merkitykselliset asiat olivat aivan erilaisia kuin mistä vanhemmat odottajat ja heidän puolisonsa puhuivat. Yksi äiti kuvasi eroa kertoessaan perhevalmennuksessa käydyistä keskusteluista.

**Sofia:** *Kun me käytiin siellä perhevalmennuksessa, niin tota, niin ne muut mielti, miten sisustaa vauvan huone, kun me mietittiin, että mistä me saadaan pinnasänky tai muut mielti, mistä ostaa uus auto, mutta kun meillä kummallakaan ei ole edes ajokorttia, niin me mietittiin, mistä me saatas käärityä tonni, jotta saatas edes jommallekummalle ajokortti.*

Äidit olivat kokeneet, että myös neuvolan terveydenhoitaja näki heidät vain nuorina, eikä heitä kohdattu tasavertaisina vanhempien odottajien kanssa. Äideillä itsel-

lään saattoi tosin olla myös ennakkoluuloja itseään nuorempia äitejä ja jopa nuorten äitien toimintaa kohtaan. Osa äideistä ei ollut tästä syystä hakeutunut mukaan Tyttöjen Talon toimintaan heti sen jälkeen, kun he olivat saaneet siitä tiedon. Useimmat äideistä kuvasivat ennakkoluulojaan haastattelussa tekemällä puheellaan voimakkaasti eroa itsensä ja itseään nuorempien ”teiniäitien” välille. Vanhimmat haastatelluista äideistä kertoivat kuvitelleensa, että kaikki äititoimintaan osallistuvat ovat teini-ikäisiä. Äidillä oli myös myöhemmin vääräksi osoittautuneita ajatuksia, että he eivät voisi samaistua itseään muutaman vuotta nuorempien odottajien kokemuksiin ja saada heiltä vertaistukea.

**Katariina:** *Et niinku, kun mä en niin halua mihinkään tällaseen teiniäitiryhmään, kun mä en koe olevani mikään teiniäiti, vaik oon mä nuori. Se olikin mulle yllätys, ettei täällä olekaan kaikki 15-vuotiaita ja just saa täällä sellasta niinku tukee ryhmästä ja paljon oppii uutta ja silleen. Et se oli tosi positiivinen juttu.*

Osa äideistä jännitti Tyttöjen Talon toimintaan mukaantuloa ja yhteydenotto ohjaajiin saattoi siirtyä tästä syystä useilla kuukausilla siitä, kun äiti oli saanut tiedon toiminnasta ja kiinnostunut siitä. Esimerkiksi Karoliina oli kuullut toiminnasta raskausaikana, mutta hän otti yhteyttä ohjaajiin vasta vauvan synnyttyä tutustuttuaan bloginsa kautta nuoriin äiteihin, jotka olivat käyneet Tyttöjen Talolla.

**Karoliina:** *Mä olin kuullu (toiminnasta) neuvolasta silloin raskausaikana jo ja noilta kavereilta kuulin sitten myöhemmin, mutta mä en silleen varmaan uskaltanut yksin mennä. - - Kyl mua harmittaa jälkeinpäin, että en tullut heti, koska silloinkin täältä olis voinut saada semmosia siihen raskausaikaan kaikkea neuvoja.*

Pelko erilaisuuden tunteista ja ennakkoluulot Tyttöjen Talon toimintaa kohtaan ovat ilmeisesti nuorten äitien keskuudessa varsin yleisiä, koska useimmat äidit otivat tämän puheeksi haastattelussa. Yksi äideistä kuvasi kohdanneensa ennakkoluuloja Tyttöjen Talon toimintaa kohtaan puhuessaan siitä muiden siihen osallistumattomien nuorten äitien kanssa.

**Haastattelija:** *Eli sää olet vetänyt muita äitejä tänne?*

**Katariina:** *Joo, olen tosi paljon ja yritän itse just kun ihmisillä on ennakkoluuloja tulla ja se on tosi paljon helpompaa tulla kaverin kaa.*



Yksi äideistä vastasi ensin tutkijan kysymykseen, ettei hänellä ollut ennakkoodotuksia toimintaa tai muita äitejä kohtaan, mutta heti sen jälkeen hän kuvasi ennakkokäsitystensä muuttuneen voimakkaasti positiivisemmiksi ensimmäisen vertaisryhmätoimintaan osallistumisen aikana. Osa äideistä ajatteli erottautuvansa muista äideistä yllätysraskauden vuoksi. He kuvittelivat, että kaikkien muiden nuorten raskaus olisi ennalta suunniteltu ja toivottu ja epäröivät siksi toimintaan mukaan hakeutumista. Seuraavassa sitaatissa nousee selvästi esille eroteko, jota kaikki yksinhuoltajana lapsen saaneet äidit tekivät puheessaan parisuhteessa oleviin odottajiin. Yksinhuoltajuus tai parisuhde äitien välisenä erottavana tekijänä nousi esille jokaisessa haastattelussa.

**Haastattelija:** *Muistatko sää oliko sulla muunlaisia ennako-odotuksia tätä toimintaa tai täällä olevia muita äitejä kohtaan?*

**Eveliina:** *No ei oikeestaan, et enemmän se oli se, että kun ite oli jotenkin niin järkyttynyt koko raskaudesta, et tunteet sitä kohti, ni mää jotenkin pelkäsin, että varsinkin kun mää oon ite yksinhuoltaja niin tääl on kaikki selasia että "ai ihanaa, tehdään vauva ja meille tulee lapsi" ja ne on kaikki niinku perheellisiä, et sitä mää niinku pelkäsin, että ei ois niinku sit sellasta tukee. - - - Mähän en odottanut mitään, et mää ajattelin, et yhen kerran siellä käyn, et oikeen ennakkoluulot kyllä murtuivat, et jotekin, et en mä tiedä. Ihan positiivisessa mielessä.*

### 9.3 Äitien kokemus arjesta ja arjen hallinnasta

Arjen hallinta –käsitteen määrittely tuntui useista haastatelluista äideistä ensin vaikealta. Hetken miettimisen jälkeen useimmat äidit totesivat, että he ajattelevat arjen hallinnan liittyvän perheen päivän rytmiin ja aikatauluihin, kodin siisteyteen, ruokailuihin, pyykinpesuun ja lapsen hyvinvointiin. Äidit kuvasivat kuitenkin haastatteluissa huomattavasti monipuolisemmin ja laajemmin arjen hallintaa ja siihen liittyviä tekijöitä. Arjen hallinnalla ja tunteella siitä, että arki sujuu luontevasti, oli erittäin suuri merkitys äitien ja koko perheen hyvinvointiin ja jaksamiseen. Arjen hallinta näyttäytyi aineiston analysoinnissa monipuolisena käsitteenä. Siitä oli löydettävissä analyysissä luokat: merkitys, muutos ja opettelu, ongelmat ja ristiriidat, rytmi ja rutiinit sekä vertaistuki arjen hallinnassa. Arjen hallinnassa näkyi myös aikaulottuvuus, arjen hallinta tällä hetkellä osana jokapäiväistä toimintaa ja arjen hallintaa osana tulevaisuuden suunnittelua.

Useimmat haastatelluista äideistä kuvasivat arkensa muuttuneen voimakkaasti vauvan synnyttyä. Osa äideistä oli muuttanut raskausaikana tai vähän sitä ennen lapsuudenkodistaan ja perustanut oman kodin. He kokivat uutena ja yllättävän vaikeanakin täyden vastuun ottamisen kodista ja kotitöistä. Osa äideistä oli asunut jo pidempään omassa kodissaan, mutta heistäkin suurin osa kertoi, että he olivat tehneet aiemmin vain välttämättömimmät kotityöt. Monilla äideistä perheellistymisen oli pakottava syy opetella kodin jokapäiväisten töiden tekoa.

**Haastattelija:** *Olitko sää silloin sun lapsuudenkodissa osallistunut, siis tehnyt kaikkea arkijuttuja, kuten ruoanlaittoa, pyykkäystä ja kaikkea tämmöstä, vai pitikö sun opetella kaikki, kun sää muutit pois kotoa?*

**Katariina:** *Olin mää jonkun verran tehnyt, mutta en mitenkään semmosta, et osasin keittää pastaa ja paistaa jauhelihaa, mut se oli aika lailla siinä. Ja pyykkiinkin olin mää vähän pessy, et kyl aika paljon piti opetella vielä sitten. Ja ei se ehkä ollu helpoin tapa, kun mä olin siinä vielä samaan aikaan raskaana. Niin tuli semmonen olo, että no pyykinpesu, se tuli, et mä luin jonkun verran netistä ohjeita siihen. Mut et tota noita ruoanlaittoa, siinä sai vähän kyl niinku mieltii, et miten ja mitä sit siinä puuhais.*

Arjen hallinnan ongelmat tulivat esille kaikissa haastatteluissa. Erilaisten pakollisten tehtävien määrä tuntui äitien mukaan lisääntyneen vauvan syntymän jälkeen, mutta aikaa, jota olisi tarvittu arjen välttämättömien tehtävien tekemiseen tuntui olevan liian vähän. Erilaisten tehtävien ja vaatimusten yhtäaikaisuus rasitti myös äitejä. Vauvan itkuisuus ja vaativuus tai myöhemmin pienen lapsen tarvitsevuus vei äitien voimia ja hankaloitti kotitöiden tekemistä ja keskeytti niiden teon. Äidit kuvasivat haastatteluissa monisanaisesti myös väsymystä, jota aiheuttivat lyhentyneet, vauvan heräilyn ja imetyksen vuoksi katkonaiset yöunet. Niin vauvan kuin äidinkin uni, tai sen puute, nousi esiin kaikissa haastatteluissa.

**Elina:** *No silloin kun tää oli pieni, ni tää oli tosi huono nukkuun ja mua otti tosi paljon se voimille, kun aina piti herää yössä sen viis kertaa ja aina ei ois vaan jaksanu.*

**Emilia:** *Ruokaa on paljon hankalampaa tehdä, kun Jade (lapsi) on sellanen huomion kipee, kun jos Jade on olkkarissa, et kun meillä ei ole keittiössä ovia, niin kun se näkee, et mä menen sinne, niin se alkaa huutaan ja itkeen siellä ja tulee roikkuun mun jalkoihin, jos mä teen ruokaa ja mä en pysty kunnolla tekeen sitten.*

Yksi äiti kertoi, että heidän vauvansa oli kärsinyt unettomuudesta ja heräillyt jatkuvasti. Vanhempien arkirytmiksi oli ollut ennen vauvan syntymää säännöllinen ja uusi rytmityn arki vei voimat. Perhe oli päässyt vauvan kanssa unikouluun, joka oli auttanut ja vanhemmat olivat oppineet samalla uudelleen arjen rytmittämistä.

**Johanna:** *Me ollaan sellasia niinku miten se nyt sanotaan, et joka päivä oli samanlainen melkein ennen kuin meillä oli lasta, että arkipäivät oli aivan identtisiä, ja sitten varsinkin kun Anna kävi Tammisaassa unikoulussa, niin sieltä sai sen, että kuinka tärkeä on sen unen kannalta, että se päivä on rytmittetty tietyn tyyliseksi. Et ei esimerkiksi tarte aina miettiä, et onkohan sillä nyt nälkä, vaan kello on nyt näin paljon ni sitten syödään.*

Lähes kaikki äidit, jotka asuivat yhdessä lapsen isän kanssa, kuvasivat kotitöiden olevan pitkälti heidän itsensä vastuullaan ja aiheuttavan myös puolison kanssa riitoja. Useampikin äiti kertoi miehensä tekevän pitkiä työpäiviä tai olevan myöhään töissä. Äidit kuvasivat arjen olleen pitkään vauvan syntymän jälkeen hahmottumattomana ja arki lapsen kanssa oli alkanut sujua ja siihen oli muodostumassa rutiineja ja säännöllinen rytmi vasta lapsen lähestyessä vuoden ikää tai ollessa jo yli vuoden ikäinen. Seuraava pitkä lainaus haastattelusta kuvaa hyvin useiden äitien ajatuksia arjen muuttumisesta ja arjen hallinnan ongelmista pikkuvauvaperheessä.

**Maria:** *Kun mä olin (raskauaikana) päivät pitkät yksin siinä kotona, ni se kämpppä kiiksi, se oli ihan puhdas niinku sieltä sun täältä, kun eihän mulla ollu mitään muuta tekemistä, kun jynssätä ja pitää paikat puhtaana. Mutta sitten kun lapsi tuli maailmaan, ni mä olin aluks aivan tosi väsynyt ja sit niinku se, että mä sain pidettyä ja hoidettua lapsen, itseni ja kodin ja sitten pidettyä vielä parisuhteen kunnossa, niin se kaikki tuntu jotenkin niin vaikeelta, se tuntu jotenkin aika vaikeelta silleen pitää kaikesta huolta.*

**Haastattelija:** *Tuntuko susta, ettei itsellä ollut voimavaroja eikä riittänyt aikaa vai jompikumpi?*

**Maria:** *Must tuntuu, että siinä oli vähän niinku se, että ei ollu itsellä voimavaroja, tuntu niinku et ei vaan jaksaa. Jos määhän vaihdoin vaikka jotain vaippoja vauvallekin, ni mä saatoin jättää vaikka vaipat vaan siihen hoitopöydälle niinku automaattisesti. Et hommat ei toiminu sellasella rutiinilla ja astiat saatto vaan vyöryä ja kertyy siihen vuoreksi. Et ei ollut sellasta rutiinii ja jos oliskin tehnyt aina kaiken joka päivä, niin se olis sujunu. Ja siitä tuli hirveesti sitten riitaa mun miehen kans taas että ja mun mies oli, et eihän sulla mene kuin pari sekuntii, kun sä laitot ton vaipan roskikseen ja eihän siinä mene montaa minuuttii, kun sä peset muutaman lautasen päivässä. Et sillon kaikki pysys järjestyksessä, mut se oli jotenkin niin vaikeeta mulle, et vaik mä tiesin sen et se ei kestä kun pari sekuntii tai pari minuuttii, mut sitten sen*

*asian hoitaminen, et se olis pysynyt järjestyksessä ni se oli mulle tosi haastavaa ja se on alkanut vasta viime aikoina toimii tää juttu, että pikkuhiljaa.*

Yksin lapsen kanssa elävät tai parisuhteesta huolimatta yksin lapsen hoitovastuussa olevat äidit kokivat arjen muita äitejä raskaampana. Äideistä kaksi oli ollut vauvan syntyessä yksinhuoltajana, mutta he olivat aloittaneet myöhemmin parisuhteen. Nämä äidit vertasivat elämäänsä yksinhuoltajana nykyiseen elämäntilanteeseen, jossa perheen arjesta kantoi vastuuta kaksi aikuista. Äidit kokivat vastuun arjesta keventyneen ja arjen olevan nyt huomattavasti helpompaa kuin silloin, kun he olivat eläneet vauvan kanssa kahdestaan.

Äidit kuvasivat haastatteluissa, että heidän piti huolehtia omasta ja vauvan ravitsemuksesta, kodin puhtaanapidosta ja vaatehuollosta sekä muista tarpeellisista päivittäisistä tai harvemmin tehtävistä kotitöistä. Äitien arjenhallinnan ihanteissa tuli esille myös tutut mielikuvat ”pullantuoksuista äidistä” ja kaikkien lankojen pysymisestä käsissä.

***Kristiina:*** *Että pysyykö langat käsissä. Miulle on tärkeää se, että mie saan niinku kaikki silleen, että kaikki on hyvin. Siis silleen, että käy kaupassa, ja tekee siis kaikki silleen, että pesee pyykkiä ja tiskit ja laittaa päiväunille ja semmoset perusjutut.*

Äidit kuvasivat arjen hallinnan olevan myös arjen suunnittelua lyhyellä ja pitkällä aikavälillä. Vakituisten työpöytäpuuttaminen näyttöä haastatteluissa monella tapaa äitejä pohdituttavana asiana. Kaksi äitiä kuvasi vakituisten työpaikoiden puuttumisen olevan erittäin iso rajoittava tekijä tulevaisuuden suunnittelussa ja arjen hallinnan tunteessa. Tämä aiheutti äideille epävarmuutta taloudellisesta selviytymisestä ja huolta siitä, mitä he tekevät lapsen kasvaessa, kun heillä ei ole työpaikkaa, johon palata. Osalla äideistä ei ollut vielä ammattia. Useimmat äideistä kertoivat, että he olisivat jo palanneet takaisin työhön tai suunnittelisivat lähiaikoina töihin paluuta, mikäli heillä olisi ollut työpaikka. Osa äideistä pohtikin tulevaisuuden arkeaan peilaten sitä mahdollisiin vaihtoehtoihin, kuten opiskeluun tai työssäkäyntiin.

Haastatteluista äideistä lähes jokainen mainitsi haastatteluissa yhdeksi isoimmista arjen hallinnan ongelmista kodin rahatalouden hoitoon liittyvät asiat ja perheen taloudellisen selviytymisen. Äidit totesivat omaan kotiin muuton ja lapsen syntymän

lisänneen heidän vastuullisuuttaan ja suunnitelmallisuuttaan rahankäytössä, osittain tosin pakotettuna. Muutamat äidit kuvasivat haastattelussa, että heille tuli yllätyksenä arkeen liittyvät näkymättömämmät työt, kuten vakuutusten ottaminen ja muut talouden hoitoon ja vastuisiin liittyvät asiat. Vastuu ja huoli taloudellisesta selviytymisestä tuntui äideistä raskaalta ja stressaavalta. Äidit kertoivat keskustellevansa rahan käytöstä joskus myös Tyttöjen Talolla muiden äitien kanssa. Rahasta ja sen riittävydestä keskusteltiin usein myös puolison kanssa, toisin kuin monista muista arjen hallinnan asioista.

**Katariina:** *Siis haasteellista on ollut koko tänä aikana rahan käyttö, koska silloin kun mä olin koulussa, ni mä olin töissä, ja mä tuhlasin palkkani juuri siihen mihin mä halusin. Kuitenkin mulla oli aika paljon rahaa, niin tota ehkä se, että ja ehkä se, että aluks kun oli vastuu ihan kaikesta. Et oli niin paljon asioita, joita ei voinut edes kuvitella, kuten kotivakuutus ja kaikki laskut ja kaikki sellanen, ni se tuntu tosi stressaavalta. Se oli ja joo on se vieläkin aika haasteellista sen kanssa. Ja kun pohditaan aika usein sitä raha, sitä taloustilannetta poikakaverin kanssa, tai sitten omalta osalta ja sitten tulevaisuuden suhteen, ja sitten jos menee opiskeleen, kun se on sitten taas eri tilanne.*

Moni äiti peilasi perheen talouskysymyksiä siihen, millaista heidän äitiytensä voisi olla, jos he olisivat tulleet äidiksi selvästi vanhempana. Taloudelliset kysymykset peilautuivat äitien puheessa myös suhteessa muuhun arjen hallintaan ja äidit määrittivät siten puheellaan asioille tärkeysjärjestystä. Kun perheessä jouduttiin miettimään, mistä saadaan rahaa jokapäiväisiin menoihin, esimerkiksi kodin siisteys tuntui mitättömän pieneltä asialta pohdittaessa arjen hallintaa.

**Sofia:** *Kun on niitä suurempiakin murheita, kun että onko lattia ihan viimeisen päälle siisti, että nyt esimerkiksi mietityttää se, että saadaanko me sitten sitä toimeentulotukea kesäksi, kun mies ei löytänyt kesätöitä, vaikka se koitti niinku ettiä, et kyllä se pikkusen vetää asiat oikeisiin mittasuhteisiin kun mieltii, että onkohan meillä rahaa niinkun ruokaan ja tämmösiin välttämättömyyksiin.*

Edellisestä sitaatissa käy ilmi, että haastateltu äiti mieltää kodin siisteyden kuuluvan arjen hallintaan ja samalla äiti kuvaa sitä, että hän pitää kodin siisteyttä tärkeänä, mutta taloudellisen selviytymisen pohtiminen vie perheen voimavaroja ja väsyttää ja vaikuttaa arjen hallinnan tunteeseen. Äiti kuvasi arjen hallinnan tasoaan myös ilmaisulla ”No totta kai se on tärkeätä, että ite voi olla tyytyväinen it-

seensä.” Tästä sitaatista kuvastuu sisäisen arjen hallinnan tunteen tärkeys ja päämäärä, johon tämä äiti pyrkii arjen hallinnassa. Arjen kaaos ja hallitsemattomuuden tunne aiheutti äideille myös stressiä ja lisäsi väsymystä. Äidit kaipasivatkin, että arjessa olisi säännöllinen rytmi ja kodin tehtävät sujuisivat rutiinilla, jolloin niiden tekemiseen ei menisi niin paljon energiaa.

***Maria:** Et mä jaksan ja mä voin paljon paremmin, just kun tää koti voi hyvemmin ja mulla on vähemmän stressiä. Kun mulla tulee kauheesti stressiä siitä, kun se kämpppä on kauheessa kaaoksessa ja entisestään siitä, kun mun mies tulee kotiin ja se on niin siisti ihminen, ni se ajatus siitä, että mitä mun mies ajattelee, ni on tuottanut mulle päänsärkyä, se olis paljon parempi kun se toimis tälleen rutiinilla.*

Äidit kuvasivat, että rytmin löytyminen ja toimintojen rutinoituminen auttoi heitä jaksamaan paremmin ja selviytymään jokapäiväisestä arjesta. Säännöllinen rytmi ei ollut äitien kuvauksen mukaan arjen tekemisen ja toiminnan esteenä, vaan arkea koossa pitävä voima, joka auttoi ennakoimaan esimerkiksi vauvan ravinnon ja unen tarvetta, kuten Johanna kuvaa seuraavassa sitaatissa.

***Johanna:** No sit sanotaan, että vaikka tänäänkin mä oon pystynyt oleen koko päivän liikenteessä, ni sitten mä jo tiedän aamulla, että mitä ruokaa mä varaan. Ni sit kuitenkin siihen tiettyyn aikaan syödään, et se ei vaikuta siihen et mun pitää olla kotona just siihen aikaan.*

#### **9.4 Äitien kokemus vertaistuesta ja sen merkityksestä arjen hallinnassa**

Vertaistuki kuvautui äitien haastatteluissa moniulotteisena ja laajana käsitteenä. Se näyttäytyi pääosin positiivisena, mutta siihen sisältyi myös kielteisiä piirteitä. Äitien kuvailuissa Tyttöjen Talon äitiryhmien toiminnasta oli erotettavissa erilaisia vertaistuen muotoja. Ne olivat jaettavissa kahteen yläluokkaan, henkinen tuki ja käytännöllinen tuki. Luokkaan henkinen tuki kuuluvat sosiaalinen merkitys, ongelmien suhteuttaminen ja huolien lievittäminen, ymmärretyksi tuleminen ja kokemusten jakaminen. Luokkaan käytännöllinen tuki kuuluvat lepoaika arjesta, käytännön neuvot ja arjen rytmitys. Näiden lisäksi Atlas.ti ohjelmassa tehdyistä sitaatioista vertaistuki –luokan alta muodostui kokonaisuus vaihtoehtoiset vertaistuen muodot. Tämä luokka ei liity suoraan Tyttöjen Talon toimintaan.

Äidit määrittivät itse haastatteluissa vertaistuen samassa elämäntilanteessa olevien, saman ikäisten ihmisten kohtaamiseksi ja toisten auttamiseksi näissä kohtaamisissa. He kuvasivat vertaistukeen kuuluvan helppouden keskustella asioista, ihmisten välisen tasavertaisuuden ja vastavuoroisuuden. Äitien mukaan vertaistuksessa korostui uusi, erityinen elämäntilanne, vauvan ja myöhemmin leikki-ikäisen lapsen kasvun ja kehityksen seuraaminen ja erilaisista arkisista, mutta elämään uutena tulleista asioista keskustelu muiden samaa kokeneiden vertaisten kanssa. Äidit kokivat, että vauva sitoi heitä voimakkaasti, joten vapaahetket lapsen hoidosta ja niistä tuleva ilo ja tuki omaan jaksamiseen haluttiin myös jakaa äitien kesken. Äidit kokivat, että näistä asioista ei olisi voinut puhua samalla tavalla lapsettomien ystävien kanssa.

**Katariina:** *Ne ihmiset (muut äidit) on sun kanssa samalla tasolla ja voi keskustella niiden kanssa miten mameeta on, kun sulla on lapsivapaa ja sää oot sun poikaystävän kans kahestaan kotona. Ja kun ne ymmärtää sen ihan täysin. Tai kun sää kerrot sen jollekin nuorelle, jolla ei ole lasta, jollekin saman ikäselle, ni ei se ymmärrä miten hienolta se tuntuu. Tai et miten mun lapsi oppi kävelemään tai osaa sanoa äiti, ni ei ne tiedä miltä se tuntu. Se on tosi hienoo, et on sellasii kavereita, joille voi puhua sellasista asioista.*

**Kristiina:** *Pääsee jotenkin höyryymään niistä asioista, jotka lapsettomia ystäviä ei kiinnosta. Pääsee kuulemaan miten huonosti muiden lapset nukkuu ja imetys ei suju, se on jotenkin, että miulle se on ollu tärkeetä.*

Äidit kokivat äitien kesken syntyvän luontevasti vertaistukea. Äitien mukaan äitiys ja nuoruus olivat voimakkaita yhteisyyden luoja heidän välillään, joten vertaisuuden kokemus oli mahdollinen, vaikka äidit olivat ihmisinä aivan erilaisia.

**Johanna:** *No kyl sekin on iso merkitys, et on jotain yhteistä, et vaikka toinen vois olla ihan erilainen, ni se äitiys yhdistää kumminkin.*

Yksi äiti kuvasikin saaneensa Tyttöjen Talon äititoiminnasta vertaistukea ihmisiltä, joihin hän ei olisi todennäköisesti tutustunut lainkaan, jos hän ei olisi tullut nuorena äidiksi. Vertaisuus muotoutui äitien puheessa vastineena erotekoon suhteessa äitien muihin nuoriin ystäviin ja heitä itseään vanhempiin, mutta myös selvästi nuorempiin äiteihin. Vertaisuus määrittyi nuorten äitien puheessa ensisijassa iän ja

toissijaisesti äitiyden kautta, vaikka käytännössä siihen vaadittiin molemmat. Tämä ilmeni lähes kaikissa haastatteluissa.

***Emilia:** Kyl mä tykkään, et se on tärkeä, kun täällä kaikki on nimenomaan nuoria. Semmosten kaa osaa olla jotenkin helpommin ja puhuu, kun mää oon niin et mää enemmän varon mitä mää puhun noille vanhemmille äiteille, kuin nuorille.*

Helppous puhua nuorelta nuorelle ei kuitenkaan näkynyt vaatimuksena, kun äidit puhuivat nuorten äitien toiminnan ohjaajista. Ryhmän ohjaajien merkitys vertaistuen mahdollistajina kuvastui äitien puheessa selvästi. Äidit luottivat ohjaajiin ja heidän osaamiseensa. Äideille oli myös todella tärkeää, että ohjaajilla itsellään oli lapsia, ja kuten äidit kuvasivat, kokemusta ja ymmärrystä lapsiperheen arjesta. Haastatellut äidit olivat kuitenkin hieman eri mieltä siitä, miten voimakkaasti äitiryhmissä käytävä keskustelu oli ohjaajavetoista tai lähtöisin äideistä itsestään tai millaisia auktoriteetteja ohjaajat olivat keskusteluissa. Äidit kokivat ohjaajien jäsentävän keskustelua ja pitävän sen sävyllään asiallisena. Suurin osa äideistä koki, että ohjaajat aktivoivat keskustelun alkuun muutamien kysymysten avulla, mutta seurasivat sitä muuten aktiivisesti sivusta ja antoivat äitien keskustella keskenään vertaisina. Osa äideistä taas kuvasi luottavansa nimenomaan ohjaajien näkemyksiin enemmän kuin muiden äitien mielipiteisiin ja he kertoivat kysyvänsä siksi keskusteluissa neuvoa ongelmiinsa nimenomaan ohjaajilta. Nämäkin äidit kertoivat kuitenkin kokeneensa äitiryhmässä toisilta äideiltä saamansa vertaistuen tärkeänä itselleen ja kokivat hyötyneensä siitä.

Useat äidit kertoivat pohtineensa alkuraskaudesta raskauden jatkamista tai keskeyttämistä. Kahdelle äidille heidän läheiset sukulaiset tai ystävät olivat ehdottaneet joko raskauden keskeytystä tai vauvan antamista adoptoitavaksi. Äidit kokivat saaneensa näihin pohdintoihin apua Tyttöjen Talon vertaisryhmästä ja keskusteluista ohjaajien kanssa. Vertaisryhmässä käydyt keskustelut olivat vahvistaneet äitien omaa näkemystä ja luoneet heille uskoa siihen, että he selviytyvät äitiydestä. Äidit kokivat vertaisryhmän huoliensa lievittäjänä.



**Haastattelija:** Mikä merkitys sillä toiminnalla (Tyttyöjen Talon äitiryhmä) on ollut sulle itelle kun ootte käynyt siellä kerran viikossa?

**Elina:** No se on tukenut mua tähän äitiyteen ja sieltä sai vastauksia. Ja sitten alussa, kun oli se, et ihmiset ihmetteli, että halua pitää lapsen niin nuorena, vaikka mullakin oli koulu kesken ja kaikkee, kun ei ole iskään kuvioissa ja vaikka oli se tukiverkosto, niin jotkut mun läheiset oli kuitenkin sitä mieltä, että antas kuitenkin adoptoitavaksi sen sitten. Mut täällä (Tyttyöjen Talolla) ne luotti ja tuki vielä siihen, että pärjää.

Äidit kertoivat, että suljetuissa äitiryhmissä oli säännöllistä ohjelmaa ja sen lisäksi ryhmäkerroilla tehtiin erilaisia ohjattuja harjoituksia, joissa hyödynnettiin vertaistukea. Jokainen ryhmäkerta aloitettiin kuulumisten kertomisella. Ryhmän ohjaajat aloittivat keskustelun pyytämällä äitejä kertomaan vuorotellen, mitä heille oli edellisen tapaamisen jälkeen tapahtunut, ja miten heidän viikkonsa oli sujunut. Äidit kokivat tämän tärkeänä ja mukavana tapana kertoa omasta arjestaan ja kysyä itseään askarruttavia kysymyksiä. Useat äidit kertoivat olleensa aiemmin arkoja ottamaan osaa vapaaseen keskusteluun erilaisissa ryhmissä, joten kuulumisten kertominen tuntui heistä aluksi vaikealta. Kun äidit olivat tutustuneet toisiinsa paremmin, itselle tärkeistä asioista puhuminen ja kokemusten jakaminen tuntui luontevammalta ja helpommalta. Kaikki äidit harmittelivat suljettujen ryhmäkertojen puolelta tunnin kestoa liian lyhyeksi. Äidit korostivat kuulumiskierroksen merkitystä todeten, että sen ansiosta jokainen äiti sai puheenvuoron ja mahdollisuuden kertoa mieltään painavista asioista joka kokoontumisessa. Äitien kuulumisista syntyi yleensä runsaasti keskustelua. Äidit kokivat hyötyvänsä keskusteluista, vaikka he eivät käyttäneet itse joka kerralla puheenvuoroja, vaan kuuntelivat keskustelua aktiivisesti. Osa äideistä totesi, että toisten äitien ja ohjaajien kysymykset saivat heidät puhumaan, vaikka he kokivat muuten olevansa yleensä isossa joukossa syrjäanvetäytyviä ja hiljaisia.

**Emilia:** Suljetussa on aina se, et kun pystyy aina puhun kaikkee.

**Haastattelija:** Tuntuuko heti alusta asti tärkeeltä tuo puhuminen?

**Emilia:** Joo tuntuu, koska se et mä saan niinku sanoo mitä ja miten mulla menee niin se on tärkeää. Et mä pystyn purkaan vähän jossain, et kun en mä välttämättä, mut kun noi kysyy siellä aina, niin mä vastaan. Mä en välttämättä mee normaalisti muuten höliseen, mutta kun joku kyselee multa, niin mä vahingossa aina puhun, mutta se on musta hyvä, että mä puhun enkä pidä niitä sisällä.

Tyttöjen Talon äitiryhmässä saatu vertaistuki välittyi äitien arkeen monella tapaa tukevana ja kannattelevana tekijänä. Kaikki äidit kokivat saaneensa Tyttöjen Talon vertaisryhmätoiminnasta runsaasti tukea arjen hallintaan. Äidit kertoivat saaneensa toiminnasta rohkeutta ja uskallusta tuoda omia näkemyksiään esille keskusteluissa, valmiuksia toimia erilaisissa tilanteissa ja varmuutta omaan äitiyteensä. Vertaistuen ansiosta äidit kokivat saavansa apua arjen ongelmiin ja vastauksia itseään mietityttäneisiin kysymyksiin saman kokeneilta ihmisiltä. Äitien mukaan vertaistuki oli heille todella tärkeää ja auttoi heitä selviytymään uudessa elämäntilanteessa sekä toi lohdutusta vaikeiden tilanteiden keskelle. Ujot äidit kokivat sosiaalistuneensa ja kuvasivat vuorovaikutuksen ennalta tuntemattomien ihmisten kanssa helpottuneen. Kaikki äidit kertoivat ystäväystyneensä samassa suljetussa ryhmässä olevien äitien kanssa ja pitäneensä yhteyttä toisiinsa myös toiminnan ulkopuolella. Yhteydenpito oli tapahtunut äitien perustamassa Facebook-ryhmässä, puhelimitse tai tekstiviestein. Yksi äideistä kuvasi saavansa tällä tavoin usein tukea arjen keskelle.

**Haastattelija:** *Koetko sää että Tyttöjen Talon äititoiminnalla on ollut merkitystä sun arjen selviytymisessä?*

**Sofia:** *No, kyl se on vaikuttanut. Siellä on ystäväystynyt joittenkin muitten äitien kanssa ja sitten on tullut juteltua, jos joku painaa, vaikka Facessa.*

Osa äideistä oli tavannut toisiaan myös ryhmätoiminnan ulkopuolella, kyläillyt, käynyt yhdessä leikkipuistossa, lapsimessuilla, kahvilla tai lounaalla. Yksi äiti kertoi, että heidän äitiryhmä oli jatkanut viikoittaisia tapaamisia itsenäisesti Tyttöjen Talolla ohjatun toiminnan loputtua. Jotkut äidit kertoivat myös sopineensa Tyttöjen Talon avoimeen ryhmään osallistumisesta tuttujen äitien kanssa.

Vertaisryhmätoiminnan merkitys oli kaikille äideille erittäin tärkeä. Moni haastateltu äiti arveli, että elämä olisi ollut ilman ryhmätoimintaa pitkälti kahdestaan lapsen kanssa omassa kodissa neljän seinän sisällä oleilua. Ryhmätoiminta oli äideille syy poistua kotoa ja kotipihalta ja mahdollisuus tavata muita äitejä. Useat äidit kertoivat liittävänsä äitiryhmään osallistumiseen myös muuta ohjelmaa, kuten yhteistä tekemistä samassa ryhmässä käyvien äitien kanssa. Äitiryhmissä syntyi ihmissuh-

teita, jotka kantoivat ryhmän virallisen toiminnan ulkopuolelle. Äidit pitivät tärkeänä myös sitä, että lapselle oli ryhmässä leikkiseuraa.

**Emilia:** *No mää en halua vaan jähmettyä himaan ja halua, että Jade (lapsi) on vaan kotona.*

**Katariina:** *On se tosi tärkeä, et kun välillä tuntuu, että on viikkoja, että me ei muuten poistuta kotoa. Joo toki me ulkona käydään, mutta et lähtee ihmisten ilmoille muuten, ni kyllä se piristää tosi paljon ja sitten jos on tullut jonkun kaverin kaa, ni sitten saatetaan jäädä vielä jonnekin pyöriin tai mennään syömään yhdessä lounasta tai sitten saatetaan sopii jotain muutakin menoa et mennään jonnekin kaverille, minne ei jaksa normaalisti mennä käymään.*

Vertaisryhmätoiminnalla oli vaikutusta äitien elämään myös toiminnan ulkopuolella. Ryhmässä käydyt keskustelut toimivat eri tavoin keskustelun avaajina äitien elämässä. Äidit kertoivat voivansa puhua vertaisryhmässä luottamuksella ja vapaasti ongelmistaan ja arjen haasteista. Luottamuksen syntymiseen vaikutti äitien mukaan olennaisesti ryhmän pieni koko ja osallistujien pysyvyys. Yksi äiti kertoi puhuneensa ryhmässä asioista, joista hän ei ollut puhunut koskaan aiemmin kenellekään muulle. Suljetussa äitiryhmässä oli äitien mukaan mahdollista puhua myös vaikeista tunteista ja muistoista.

**Elina:** *No se oli luottamuksellinen ryhmä, että siinä pysty mitä vaan puhun, kun ne tunsivat niin pitkään, ni uskalsi kertoa siellä vaikka vaikeistakin asioista, että vaikka mitä on omasta lapsuudesta tullut, että vaikka jotain pelkoja ja toiveita tai jotain ajatuksia ja sit meillä oli aika monella se, että on itsenäistynyt aika nuorena ja kokee itsensä vähän vanhemmaksi kuin mitä on tää ikä.*

Yksi äiti kertoi puhuvansa ryhmässä myös sellaisista asioista, joita hänen puolisonsa ei toivo hänen puhuvan kenellekään perheen ulkopuoliselle. Äiti kertoi tosin, että hänelle tulee usein avomielen puhumisen jälkeen huono omatunto. Nekin äidit, jotka kertoivat haastatteluissa, että heillä on tukena omat vanhemmat ja isovanhemmat, kertoivat puhuvansa äitiryhmässä enemmän omista asioistaan, kuin mitä he kertovat niistä lähisukulaisilleen. Osa äideistä kuvasi äitiryhmässä käytyjen keskustelujen auttavan heitä puhumaan ryhmässä käsitellyistä asioista yhdessä puolisonsa kanssa. Useimmat äidit kokivat, että he olivat saaneet samaa

elämäntilannetta elävien äitien kanssa käydyistä keskusteluista voimaa ja rohkeutta puhua elämästään myös muiden ystäviensä kanssa.

**Maria:** *Tää ryhmä antaa lisäpotkua, että näistä asioista on paljon helpompaa keskustella myös yksikseen tän ryhmän ulkopuolella. Että jos mä vaikka nään tuolla jossain kavereita, jotka ei käy täällä, ni mun on paljon helpompi puhua niitten kanssa näistä asioita, joita me on täällä käyty.*

Äidit kokivat, että äitiryhmä auttoi heitä parisuhteeseen ja lapsen isän rooliin liittyvien tunteiden ja ajatusten käsittelyssä, koska näistä asioista oli vaikea puhua muiden ihmisten kanssa Tyttöjen Talon ulkopuolella. Vertaisten kokemukset ja tuki auttoivat vaikeiden tunteiden ja äitiyteen liittyvän epävarmuuden käsittelyssä. Äitiyden ihanteen ja todellisuuden välinen ristiriita tuli todeksi useiden äitien arjessa. Yksi äideistä kuvasi ristiriitaisten tunteiden käsittelyä ja kertoi saaneensa väsymykseen ja epätoivon tunteisiin tukea ja lohdutusta vertaisiltaan.

**Haastattelija:** *No jos mietit vielä sitä vertaisryhmää, niin mitkä asiat siellä oli erityisesti sellasia, mitkä korostu tärkeinä siinä vertaistoiminnassa?*

**Eveliina:** *No varmaan se, että kun ite oli niin jotenkin silleen, että jotenkin kun miettii sitä, että jossain mediassa tai miten tahansa, että millainen on äiti niin se on sellanen, että pullantuoksunen, et oikeesti, sit kun siellä näkee ihmisiä ja sit on silleen, että ei jaksa ja toi on sellanen et se huutaa ja sil ei tuu kakka ja ite on silleen, et onneksi se nukkuu, edes välillä tai niinku että ei se ole sellasta. Niin tai ite tajus, kun määkin olin ite yksin lapsen kans ja välillä oli ihan sellasta, et ite oli ihan, et onks tää tällasta niin sit kun ne muut oli kans, et ei vitsit onks tää tällasta. Ni kaikki oli ihan, et mitä, et miten tää voi olla tällasta.*

**Haastattelija:** *Lohduttiko se tavallaan?*

**Eveliina:** *Joo lohdutti, et siitä tuli sellanen, et tää on tällasta, et ei tän tarvii olla aina mitenkään ihanaa. Vaik oli se omalla tavallaan, et ei sitä voi sanoa, mut olihan se raskasta. Ja just sitä, että...*

**Haastattelija:** *Eli arjessa voi olla monenlaisia haasteita ja ongelmia?*

**Eveliina:** *Joo, se oli siis hirveen lohduttava kuulla, et joku muukin miettii samoja asioita just siinä.*

Vertaistukeen liittyi äitien puheessa myös kielteisiä kokemuksia. Ne olivat syntyneet kuitenkin pääosin varsinaisen järjestetyn toiminnan ulkopuolella. Muutamat äideistä kuvasivat, että keskustelu oli ryhmässä asiallista, koska ohjaajien läsnäolo

vaikutti myönteisesti keskusteluun ja rauhoitti sitä. Ryhmän ulkopuolella, esimerkiksi äitien Facebook-ryhmässä, keskustelu saattoi sen sijaan joskus kärjistyä. Yksi äiti piti toiminnan alkuvaiheessa saatua kannustusta pyytää toisia äitejä kaveriksi sosiaalisessa mediassa liian aikaisena. Hän koki, että olisi pitänyt tutustua ensin paremmin kasvotusten äitiryhmässä, jotta hän olisi sen jälkeen voinut tehdä harkiten päätöksen, kenet hän haluaa ottaa kaverikseen.

Äidit kokivat Tyttöjen Talon toiminnan neutraalina ja siksi helposti saavutettavana ja lähestyttävänä sen jälkeen, kun he olivat tulleet sen piiriin. Neutraalius liittyi äitien puheessa nimenomaan vertaisuuteen, eli siihen, että äitien toimintaan osallistujat olivat samankaltaisia kuin he itse. Äidit toivoivat saavansa vertaistukea myös päivittäisessä arjessaan, lähellä kotiaan. Lähiympäristöstä tarjolla olevaan vertaistukeen liittyi kuitenkin äitien puheessa negatiivisia ulossulkevia piirteitä. Osa äideistä kertoi haastattelussa, että he eivät kuulu kirkkoon ja he olivat siksi kokeneet, että he eivät voi mennä mukaan esimerkiksi omalla asuinalueellaan järjestettävään seurakunnan perhekerhoon, vaikka kerhon toiminta ei olisikaan vakaumuksellista. Seurakuntien tai leikkipuistojen perhekahvilatoimintaan meno tuntui äideistä vaikealta myös, koska he eivät tunteneet asuinalueellaan asuvia muita vauvaperheitä. Äidit ajattelivat oman alueensa perhetoimintaan osallistujilla olevan valmiit verkostot, joihin pääsy tuntui heistä mahdottomalta. Toimintaan osallistuvien äitien arvioitiin myös olevan selvästi nuoria äitejä itseään vanhempia ja osa äideistä oli kokenut, että vanhemmat äidit eivät suhtautuneet heihin samalla tavalla kuin itsensä ikäisiin äiteihin.

***Emilia:** Jos siellä (leikkipuistossa) on vaikka muutama niitä vanhempia (äitejä) ja sää oot ainut nuorempi, niin ei ne puhu sulle samalla lailla ne aikuiset äidit, et kyl ne on niitten samanikäisten kanssa, mut kyl mäkin oon mieluummin niitten samanikäisten kaa.*

Äidit, jotka olivat tulleet toimintaan mukaan vasta vauvan syntymän jälkeen kokivat, että he olisivat hyötynneet vertaistukitoiminnasta jo raskausaikana. He peilasivat raskauden aikaisia kokemuksiaan Tyttöjen Talolta saamaansa tukeen ja harkittelivat sitä, että he olivat tulleet niin myöhään mukaan nuorten äitien toimintaan. Erityisesti ne äidit, joilla oli kokemuksia raskauden aikaisesta yksinäisyydestä kokivat, että nuorten äitien toiminta olisi auttanut heitä ja paikannut sosiaalisiin suh-

teisiin tulleita aukkoja. Yksinäisyyden aiheutti ero aiemmasta kaveripiiristä tai yhteydenpidon katkeaminen työkavereihin työttömäksi jäämisen tai äitiysloman alkamisen jälkeen. Äidit korostivat erityisesti sitä, että toiminta olisi auttanut heitä kokemaan, että he eivät ole yksin ja on olemassa muita samassa elämäntilanteessa olevia nuoria naisia. Äitien kokemus pohjautui pitkälti siihen, että heillä ei ollut tuttavapiirissään tai lähiympäristössään ketään muita saman ikäisiä tuttuja, jotka olisivat odottaneet vauvaa tai joilla olisi ollut lapsia.

**Haastattelija:** *Kun nyt jälkeinpäin ajattelet, ni olisiko se ollut hyödyllistä, jos olisit ollut mukana jo aikaisemmin?*

**Maria:** *Joo, olis ollu jo silloin raskausaikana. Kun mä olin semmonen aika yksinäinen ja aika paljon yksin ni se ois ollu. Kun mun mies oli töissä ja mä olin kotona ja kun mulla ei ollu hirveesti kavereitakaan, jotka olis ollu samanlaisessa elämäntilanteessa. Niin jotenkin mä koin itteni aika yksinäiseksi. Ni ois se ollut tosi kiva jo silloin, kun ajattelee jälkeinpäin.*

Useimmat äideistä kuvasivat haastattelussa merkitykselliseksi ryhmäkertojen yhteiset kahvihetket ja niiden aikana toiminnan ohjaajilta saamansa lastenhoitoavun. Äidit vertasivat tilannetta kotona kiireen keskellä, ”lapsen roikkuessa lahkeessa” nopeasti syötyyn ruokaan ja kokivat ryhmätilanteet tästäkin syystä arjen henkirei’iksi. Erityisen tärkeänä käytännön tuesta korostuivat neuvot, joita äidit saivat vertaisiltaan. Merkitykselliseksi nousivat myös kokemukset, joita äidit kuulivat muilta äideiltä jo ennen kuin he olivat itse kohdanneet raskausaikana tai myöhemmin lapsen synnyttyä jonkun ongelman. Äidit saivat myös hyviä neuvoja jo ennen kuin lapsi oli saavuttanut jonkin kehitysvaiheen. Vertaistukiryhmän auttoi äitejä valmistautumaan edessä oleviin muutoksiin. Äitien mukaan ryhmästä saadussa avussa korostui sen hetkinen elämäntilanne ja erilaisten arkisten ja ennen kokemattomien tilanteiden keskellä selviytymiseen saadut neuvot. Kaikki haastatellut äidit olivat yhden lapsen vanhempia. Yksi äideistä odotti toista lasta ja muutama muu äiti puhui haastattelussa mahdollisesta seuraavasta lapsesta. Kaikki nämä äidit arvelivat, että vertaisryhmätoiminta olisi hyödyllistä myös uudelleen synnyttäjille ja harmittelevat, että suljettuja ryhmiä järjestetään vain ensisynnyttäjille.

Äidit kokivat vertaisryhmässä käydyt keskustelut yleensä hyvinä silloinkin, kun he eivät kokeneet saavansa niistä itselleen konkreettista apua. Yksi äiti kuvasi per-

heensä arjen ongelmien poikkeavan selvästi muiden äitien tilanteesta. Vertaisryhmästä ei ollut hänelle näissä asioissa apua, mutta hän halusi siitä huolimatta kertoa kokemuksistaan muille äideille, jotta he tietäisivät, mistä he voivat hakea apua, jos heillä olisi joskus toinen lapsi, jonka kanssa olisi vastaavanlaisia ongelmia. Yksi äiti kertoi, että omat murheet eivät tuntuneet enää niin isoilta, kun omaa elämää vertasi muiden vertaisryhmän perheiden elämään. Ryhmässä käyty keskustelut auttoivat tätä äitiä suhteuttamaan asioita ja löytämään omasta elämästä positiivisia asioita, jotka olisivat muuten jääneet huomaamatta.

***Sofia:** Kyl se on ollut kiva huomata, että jos on ite ollut miehelle kiukkunen jostain asiasta, niin huomaa, että muilla menee välillä vähän huonommin kuin meillä, niin kaikilla ei ole niin auvoista aina. - - - Ja sit parilla äidillä asiat ei ehkä oo ihan niin hyvin kun mulla ja Timolla, et se on sit kans pistänyt miettimään, että kuin hyvin meillä asiat oikeestaan on.*

Äidit kuvasivat äitiryhmän auttavan heitä käytännöllisellä tasolla äitiydessä ja arjen keskellä jaksamisessa. Lähes kaikissa haastatteluissa nousi esille arjen rytmittäminen. Useimmat äidit kokivat, että ryhmätoiminta auttoi heitä rytmittämään päiviä ja viikkoja. Kaksi äitiä kertoi, että äitiryhmässä oli myös tehty harjoituksia, joissa pohdittiin arjen hallinnan tilanteita. Useat äidit toivoivat ryhmäkertoihin lisää toiminnallisuutta, jonka ohessa voitaisiin myös keskustella.

***Maria:** Ohjaajat jakoi meidät ryhmiin ja jokainen sai sellaisen lapun ja sitten siellä kolmen ryhmässä mietittiin, kun siinä lapussa oli joku tilanne sitten arjesta ja sitten mietittiin yhdessä miten siinä toimittais. Kyllä siinä samalla vähän tutustu. Just tommosta sitä kaipas, että olis jotain toimintaa ja jotain tommosia tehtäviä.*

Äidit kokivat tällaiset harjoitukset hyödyllisiksi. He kokivat hyötyvänsä myös keskusteluista, joita ryhmässä käytiin jonkun äidin kerrottua arjen tilanteesta tai ongelmasta ja koko ryhmän pohtiessa, miten he itse olisivat toimineet vastaavanlaisessa tilanteessa. Äidit kokivat, että vaikka kaikki neuvot eivät sellaisenaan olisi sopineet heidän perheensä arkeen, he saivat keskusteluista ideoita, joita he voivat soveltaa omaan arkeensa. Äidit kokivat, että heitä kannustettiin tuomaan oma näkökulma esiin keskusteluissa ja useimmiten todettiin yhdessä, että ei ole yhtä ainoa oikeaa tapaa tehdä asioita, vaan jokaisen on kokeilemalla löydettävä itselleen, vauvalleen ja omalle perheelleen sopivin toimintatapa.

Äitien mukaan arjen suunnitteleminen ja selkeät rutiinit ja rytmi helpottivat heidän elämää, mutta tarvittaessa he olivat valmiita joustamaan niistä. Osa äideistä kuvasi haastattelussa arkeaan ajautumiseksi ja kertoi, että hän ei ollut tähän mennessä suunnitellut mitenkään arjen rytmitystä. Osa näistä äideistä muisti jonkun muun äidin kertoneen käyttävänsä arjen hallinnassa apuna esimerkiksi tehtävälisteriä tai jääkaapin oveen kiinnitettyä lukujärjestystyyppistä päivän aikataululistaa tai vauvan päivärytmiä kuvaavaa taulukkoa. Useampikin äiti kertoi suunnitelleensa päivärytmin tai kodin arkisten tehtävien kirjaamista. Äidit kokivat, että asioiden tekeminen näkyväksi auttaisi heitä tarttumaan toimeen, edistäisi toiminnan rutinoitumista ja tukisi arkirytmien muodostumista.

***Maria:** Se nyt ainakin tsemppaa, kun muutkin sanoo sellasii vinkkejä vaikka kodin siistinä pitämisestä... Et just tänään tuolla ryhmässä tuli esille, että tää Mari sanoi niinku, et heillä on niinku sellanen kalenteri ja kalenteriin merkitty tällaset siivousjutskat että kuka tekee ja mitä tekee ja niin mä sain siitä tosi hyvän vinkin itelle, että määhän teen samoin ja päivärytmin kirjotan paperille ja kaikki jääkaapin oveen...Joo se mun mielestä tukee siihen tietynlaiseen arjen rytmiin. Ja sitten pikkuhiljaa ne asiat rupee tuleen siitä rutiiniksi ja ne alkaa luonnistua siitä. Ja sitten ei tartte siitä aina mitään listaa kattoo. Ja mä en haluu, et sitten kun joskus teen toisen lapsen, ni mä tiedän alottaa tämmösestä, et mä listaan paperille nää asiat, nää jutut, ni musta tuntuu, että se sujuu paljon paremmin, eikä meille tule niin helposti näistä riitoja.*

Osa äideistä toi haastatteluissa esille vaihtoehtoisia vertaistuen muotoja, kuten sosiaalisen median eri kanavat. Kaksi äitiä kertoi pitävänsä internetissä blogia ja lähes kaikki äidit kuuluivat Facebookissa johonkin äitiryhmään, esimerkiksi Tyttöjen Talon äitiryhmän äitien itse perustamaan suljettuun Facebook-ryhmään. Äidit kokivat, että virtuaalivertaistuki ei kuitenkaan voi korvata fyysisiä tapaamisia, vaikka sillä oli ollut useille äideille tärkeä merkitys arjen tukena sekä raskausaikana että erityisesti vauvan syntymän jälkeen.

***Kristiina:** Mie pidin kyllä blogia raskausaikana, et sitä kautta tuli kyllä siten netissä vaihdettua mielipiteitä, - - - mut ei se ole sama asia tietenkään, kun ihan tälleen jutellen on.*



## 9.5 Ohjaajien näkemys nuoresta äitiydestä, vertaisryhmätoiminnasta ja sen merkityksestä arjen hallinnassa

Nuorten äitien toiminnan ohjaajat kuvasivat toiminnan tärkeimpänä tavoitteena olevan nuorten äitien äitiyteen kasvun ja äitiyden tukemisen. Ohjaajat tarkensivat tämän tarkoittavan myös äidin ja vauvan varhaisen vuorovaikutuksen ja turvallisen kiintymyssuhteen muodostumisen tukemista ja erilaisten perhetilanteiden ja äitien yksilöllisten tarpeiden tunnistamista ja niissä auttamista.

Ohjaajat kuvasivat nuorten äitien kaipaavan äitiyteen erityistä tukea. Ohjaajat arvioivat, että useimmiten toimintaan osallistuvilla äideillä on erityisiä haasteita äitiydessä, joko sen hetkisen elämäntilanteen, tai lapsuuden tai nuoruuden kokemusten vuoksi. Ohjaajat muistuttivat, että nuorena äidiksi tulo ei välttämättä tarkoita erityisen tuen tarvetta ja ongelmia äitiydessä. Useat äidit kertovat ohjaajille osallistuvansa Tyttöjen Talon toimintaan nimenomaan samanlaisessa elämäntilanteessa olevien samanikäisten vertaisten seuran vuoksi. Ohjaajat totesivat, että pääkaupunkiseudulla äidit saattavat kokea oman alueensa palveluissa nuoren ikänsä vuoksi erilaisuutta, joten he tarvitsevat oman vertaisryhmän, johon voivat samastua. Ohjaajat kuitenkin arvioivat, että usein äitien kokeman vierauden tunteen taustalla on muutakin kuin iän aiheuttama eroteko. Ohjaajien mukaan äitien itsevarmuuden ja äitiyden identiteetin vahvistuttua tarve Tyttöjen Talon erityistuelle väheenee osalla äideistä. Toisaalta äidit, joilla on esimerkiksi päihdeongelmia tai muita isoja ongelmia elämänhallinnassa, eivät yleensä pysty sitoutumaan Tyttöjen Talon toimintaan tai siitä saatava tuki ei riitä heille.

Ohjaajat arvioivat nuorten äitien erottuvan vanhemmista äideistä positiivisesti erityisesti siinä, että nuorella äitiys muotoutuu usein helpommin osaksi elämää ja naisen identiteettiä. Äitiyteen ei kohdistu nuorilla äideillä yleensä etukäteen samanlaisia erityisiä paineita ja tavoitteita kuin vanhempana äidiksi tulevilla.

**Ohjaaja 1:** *No meillä on melko vahvana sellanen ajatus, että nuoret on vielä hirveen joustavia mieleltään, et heillä ei ole vielä kauheen lukkoon lyötynä sitä äitiyden käsikirjoitusta, Et äitiys silleen solahtaa aika hyvin ja aika helposti osaksi heidän elämäänsä ja se on ehdottomasti nähtävissä voimavarana ja sellasena niinku kykynä heittäytyä ja elämässä on tilaa sille lapselle. Sitä*

*ei tartte raivata ja he niinku kasvaa siihen äitiyteen kauheen luontevasti. Se on sellanen erityispiirre, mikä pistää silmään.*

Ohjaajat kokivat olevansa tarvittavissa käytettävissä olevia ammattilaisia, keskustelun ohjaajia sekä tiedon jakajia. Heidän tarkoituksena ei ole pitää luentoja tai määritellä keskustelua äitien yli, vaan osallistua ryhmään äitien kanssa mahdollisimman tasa-arvoisina keskustelijoina. Avoimissa ryhmissä ohjaajat kuvasivat olevansa selkeämmin toiminnan eteenpäin viejiä ja osallistujien verkostoitumisen edistäjiä. Nämä roolit korostuvat, jos ryhmään osallistuvat äidit eivät tunne toisiaan. Ohjaajat pyrkivät edistämään verkostoitumista myös suljetuissa ryhmissä esimerkiksi kannustamalla äitejä vaihtamaan keskenään yhteystietoja, jotta he voivat olla toisiinsa yhteydessä myös ryhmätoiminnan ulkopuolella.

Ohjaajat kuvasivat ryhmätoiminnan ja ryhmissä käytävien keskustelujen olevan äitilähtöisiä. Jokaisen ryhmäkerran alussa käydään kuulumiskierros, jonka tarkoituksena on, että jokainen äiti saa ryhmässä puheenvuoron ja voi puhua halutessaan itselleen tärkeistä ja sillä hetkellä mietityttäneistä asioista. Suljetun ryhmän koontumiskerroille ei ole määritelty tarkasti teemoja, vaikka jokaisen ryhmän kanssa pyritään käymään läpi tietyt aihealueet. Ohjaajien mukaan äidit ovat vastaanotavaisempia ja hyötyvät eniten eri aiheiden käsittelystä silloin kun keskustelunaiheet nousevat äideiltä itseltään. Mikäli joku tärkeä asia ei nouse esille äitilähtöisesti, ohjaajat herättelevät siitä keskustelua. He saattavat myös syventää keskusteluja kommentein, auttaa niitä kysymyksin eteenpäin tai kannustaa hiljaisempia äitejä osallistumaan keskusteluun. Ryhmien toiminnalliset osiot limittyvät yleensä keskusteluun tai toimivat keskustelun herättäjinä.

**Ohjaaja 2:** *Meil on olemassa sabluuna, et on olemassa teemat mitä odotusaikana käydään, mut me ollaan vuosien varrella huomattu, et joka tapauksessa ne teemat nousee sieltä äideiltä, et me ei ole määritelty selkeesti, et millä kerralla on mikäkin teema. Et joka tapauksessa ne tulee, mutta jos sattus, että joku teema jäis nousematta, ni sit me otetaan se jonkun kerran aiheeksi. Tai me otetaan se puheeks sillä kerralla, mut että se on ihan kokemuksesta huomattu, että parhaiten ne tulee, tai äidit vastaanottaa niitä aiheita, kun ollaan siinä kohassa, et se on ajankohtasta.*

Ohjaajat arvioivat vertaistuen olevan erityisen tärkeää äideille. Ensimmäinen vertaisuuden kokemus syntyy yleensä Tyttöjen Talolle tulosta, kun äidit kohtaavat

muita samanikäisiä odottajia. Ohjaajat muistuttivat, että useimmiten äitien kavერი-piirissään ei ole ketään muita, jolla olisi jo vauva tai joka olisi raskaana, jolloin ero entisiin kavereihin ja elämänpiiriin tuntuu kasvavan isoksi. Vertaisuuden tunne vahvistuu ryhmätoiminnan alussa käydystä keskustelusta, jossa äidit kertovat toisilleen tunteista ja ajatuksista, joita raskauden toteaminen heissä herätti. Ohjaajat arvioivat, että tällaisia keskusteluja käydään harvemmin vanhempien odottajien kanssa, koska heillä raskauteen ei yleensä liity yhtä voimakkaita normista poikkeamisen ja epävarmuuden tunteita kuin nuorilla odottajilla.

**Ohjaaja 2:** *No, siinä vaiheessa ku äiti tulee talolle, yleensä kuulee aika usein sen, että ihanaa nähdä, että on muitakin samassa tilanteessa olevia, koska se oma kavერიpiiri on yleensä sellanen, että koetaan siinä vaiheessa että ei oo niin paljon yhteistä jaettavaa niiden vanhojen kaverien kanssa, jotka on ihan erilaisessa elämäntilanteessa ja usein äiti on kavერიpiirinsä ensimmäinen joka on raskaana.*

**Ohjaaja 1:** *Mää luulen, että se on erittäin merkittävä osa meidän toimintaa se vertaistuen mahdollisuus, tai se mahdollisuus tarjota sitä. Ja me usein alotetaan, jos aatellaan sitä odottavien ryhmää, se lähtee liikkeelle siitä, että kun teki raskaustestin ja usein seuraava vaihe on se mitä tunteita se on herättänyt ja miten pääty pitämään vauvan ja mitä pohdintaa siihen on sisällynyt ja miten on saanu kerrottua omille vanhemmille. Ja nää on sellasia, mitä mä luulen, mitä ei käydä vanhempien äitien ryhmissä. Et siinä se vertaisuus todella korostuu, et ne kysymykset on tosi isoja, että miten sai kerrottua äitille, miten sain isälle, miten kukakin reagoi ja mikä jää kesken. Jääkö peruskoulu, jääkö lukio, jääkö mikä juttu.*

Nuorten äitien arjen hallinnan ongelmien taustalla on ohjaajien mukaan usein parisuhteen epävakaus tai yksinhuoltajuus. Nämä tekijät erottavat nuoret äidit usein myös vanhemmista äideistä. Osalla äideistä parisuhde on vakiintunut ja pidempikestoinen, mutta suurella osalla parisuhteen jatkumisen epävarmuus tulee ilmi suljetussa ryhmässä käytävissä keskusteluissa. Kaikki äidit käyvät vähintään kerran yksilötapaamisessa ohjaajan kanssa. Osa äideistä tarvitsee jatkuvasti ja vielä ryhmätoiminnan loppumisen jälkeen yksilöllistä tukea. Useimmat äidit puhuvat näissä tapaamisissa myös parisuhteeseen liittyvistä vaikeuksista.

**Ohjaaja 2:** *Sit yks mikä luonnollisestikin, parisuhteet ei oo niin sitoutuneita vielä - - - et tietenkin voi olla taustalla pidempiäkin parisuhteita, mutta monesti ne on vähän silleen vielä kiikunkaakun vaiheessa, et ei olla vielä ihan niin kauhean tiiviisti ja pitkään oltu yhdessä, et se on aika yleinen teema mitä meillä puhutaan ryhmissä.*

Elämäntilanne voi vaikuttaa vertaisuuden kokemukseen. Ohjaajat kuvasivat haastatteluissa vertaisuuden kokemuksen syntyvän yleensä suljetussa ryhmässä, vaikka äitien välillä olisi muutamien vuosien ikäero. Perhetilanteiden erilaisuus on sen sijaan johtanut joskus vertaisryhmän vaihtoon, kun esimerkiksi ryhmän ainut yksinhuoltajaäiti on kokenut voimakasta ulkopuolisuuden tunnetta.

Ohjaajien mukaan vertaisryhmässä käydään usein keskustelua arjen hallinnasta. Äitien kokemus pikkuvauvavaiheesta on yleensä yhteneväinen. Elämänmuutos on ollut isompi kuin äidit ovat etukäteen kuvitelleet ja kodin arjen pyörittäminen vauvan hoidon ohella tuntuu ylivoimaiselta. Äidit kertovat toisilleen arjen tilanteista ja omista ratkaisuksistaan ja hakevat vertaistukea arjen haasteisiin. Ohjaajat arvioivat, että osa äideistä on selkeästi epävarmempia omassa toiminnassaan ja sen oikeellisuudessa. Nämä äidit saattavat kokea ristiriitaisia tunteita arvioidessaan omia toimintatapojaan ja niiden toimivuutta verrattuna muiden äitien kertomaan. Toisaalta äidit kannustavat vertaisryhmässä toisiaan ja muistuttavat toisilleen, että arjen hallinta voi olla puutteellista uuden elämäntilanteen keskellä. Ohjaajat kuvasivat tätä ilmaisulla ”äidit lohduttavat toisiaan ja vahvistavat toinen toisensa joustavuutta”. Äidit voivat myös oppia ryhmässä, että on useita erilaisia tapoja olla äiti ja tehdä asioita, eikä mikään niistä ole välttämättä toista oikeampi. Toisaalta äitien väliset erot ovat isoja, osa äideistä vaatii esimerkiksi ehdotonta järjestystä, ja toiset taas tyytyvät vähempään. Keskusteluissa puhutaan usein myös vanhempien välisestä työnjaosta.

**Ohjaaja 1:** *Kyl siinä ihan ensimmäisenä ihan pikkuvauvavaiheessa äidit kuvaavat jotain sellasta niinku kaaosta, siin vaiheessa kun vauvalla ei ookaan ryhmiä oikeestikaan. Ni et miten he hämmästy sitä, et vauva on siinä 24/7, ja ei oikein saa mitään tehtyä, ku koskaan ei tiedä kuinka pitkään se nukkuu. Ja suihkussa ei ehdi käydä ja ihan sellasta mikä on hyvin tyypillistä kaikille äideille.*

**Ohjaaja 2:** *Ne nousee niinkun tässä tää arjen pyöritys ja hallinta nousee näissä parisuhdekeskusteluissa tosi paljon, kumpi tekee minkäkin verran ja mitäkin.*

**Ohjaaja 1:** *Just sellasena työnjakokeskusteluna, et siinä se nousee, mutta tässä mun mielestä ei voi sanoa minkä tyypisenä sitä hallitaan, koska on hirveen suuria eroja, koska on niitä, jotka ei voi lähteä kotoa, jollei kaikki oo viimesen päälle jämpästi paikallaan ja niitä taas joille se on ihan sivuseikka ja koti voi olla millasessa tilassa vaan.*

Ohjaajat arvioivat saavansa toiminnan aikana melko hyvän kuvan äitien arjesta ja sen hallinnasta säännöllisten tapaamisten ja niissä käytyjen keskustelujen kautta. Aiemmin toimintaan kuului myös kotikäyntejä synnytyksen jälkeen perheiden koto-  
na. Kotikäynnit olivat olleen ohjaajien mukaan valaisevia kurkistuksia äitien ja heidän perheidensä elämään. Kuva äitien ja lasten arjesta muotoutuu nyt erilaisten pienten tarinoiden, arjen tilanteiden ja hetkien kuvausten ja kysymysten kautta. Osa äideistä kertoo ”kaiken mahdollisen” toisten äitien ollessa puheissaan pidättyväisempiä.

Ohjaajat kertovat pyrkivänsä luomaan äideille jo raskausaikana realistista kuvaa vauvaperheen arjesta ja sen haasteista. Tästä huolimatta vauva-arki on ohjaajien arvion mukaan useimmiten nuorten äitien perheissä vauvan syntymän jälkeen aluksi kaaosta, rytmitöntä tai ajautumista ja tämä hämmästyttää aina äitejä. Nuorilla äideillä on kuitenkin yleensä taitoa ottaa uudet eteen tulevat asiat vastaan luontevasti ja ajatelleen, että niiden kanssa opitaan toimimaan. Ohjaajat arvioivatkin äitien arjen sujuvoituvan yleensä muutamassa kuukaudessa. Ohjaajien mukaan nuorten äitien tapa suhtautua asioihin yleensä vanhempia äitejä rennommin ja luontevammin voi auttaa heitä keskittymään olennaisiin asioihin stressaantumatta turhaan kaikesta mahdollisesta. Nekin äidit, joilla ei ole ollut aiemmin kokemusta päivittäisten kotitöiden tekemisestä oppivat ohjaajien arvion mukaan hämmästyttävän nopeasti ja näppärästi huolehtimaan perheen arjen askareista. Osa äideistä perehtyy moniin asioihin jopa erityisellä intohimolla ja tekee paljon asioita myös itse. Osa äideistä puolestaan hoitaa asiat helpommin ja omalla tavallaan tekemättä asiasta ongelmaa.

**Ohjaaja 2:** *Sitten on niitä taas, jolla se on niinku ykkösteema, että äiti ottaa selvää ja tekee ite kaikki ja ottaa selvää kestovaipoista ja*

**Ohjaaja 1:** *Ja rupee ompelemaan niitä.*

**Ohjaaja 2:** *Niin ihan viimesen päälle, mutta mää luulen, että useimmalle se on semmonen, joka hoidetaan siinä sivussa niin ei tehä numeroo.*

**Ohjaaja 1:** *Mutta en mää muista ikinä kuulleen, että kukaan olis sanonu, että en osaa laittaa ruokaa.*

**Ohjaaja 2:** *Joo ei, se ei kyllä oo mikään hirveen semmonen esiin nouseva teema. - - - Tossa ruoan valmistamisessa esimerkiksi joku, joku laittaa kai-*

*ken ite ja on hyvinkin näppärä laittaa ite ruokaa ja joku varmaan taas syö vaan einessruokaa ja on hirveen tyytyväinen siihen.*

**Ohjaaja 1:** *Ei se nouse ongelmaksi, eikä hän ajattele, ettei se ois ruuanlaittamista.*

Äidit olivat tehneet ryhmissä ohjattuina erilaisia arjen hallintaa ja rytmittämistä tukevia harjoituksia kuten vuorokausikelloja ja hyvä hetki -päiväkirjoja. Ohjaajien tavoitteena oli, että samalla sekä äidin, että lapsen arki tulisi näkyväksi. Ohjaajat kokivat, että äidit eivät ajatelleet, että heidän pitäisi tehdä asioita välttämättä samalla tavalla, kuin muut vertaisryhmän jäsenet tekevät, mutta silloin, jos äiti oli epävarma oman toimintatapansa hyvydestä erilaiset mallit saattavat aiheuttaa hänessä ristiriitaisia tunteita. Toisaalta äidit olivat usein kannustaneet tällaisissa tilanteissa toisiaan ottamaan rennosti ja laskemaan vaatimustasoa.

Ohjaajat arvioivat, että osalla äideistä tulevaisuuden suunnitelmien epävarmuus vaikeuttaa arjen hallintaa. He kuvasivat äitiryhmissä käytävän usein isoja periaatteellisia arvokeskusteluja, kun joku äideistä pohtii ensimmäistä kertaa ääneen töihin tai opiskelemaan lähtemistä ja vauvan hoidon järjestämistä. Useimmilla äideillä voi olla etukäteen varsin selvää, miten pitkään he aikovat olla lapsen kanssa kotona. Todellisuudessa suunnitelman saattavat muuttua myöhemmin, joko siitä syystä, että äiti ei halua viedä vielä lasta hoitoon tai äiti ei saa töitä tai hänellä ei ole opiskelupaikkaa.

Ohjaajat toivat haastattelussa esille huolen toiminnan resurssien niukkuudesta. He kertoivat, että äitiryhmien kokoontumisia olisi tarve jatkaa pidempään, mutta siihen ei ole mahdollisuuksia kasvaneiden kävijämäärien vuoksi, koska silloin ei voitaisi aloittaa lainkaan uusia äitiryhmiä. Ohjaajat kertoivat kuitenkin järjestävänsä tällöinkin intensiivisempää tukea tarvitseville äideille yksilötapaamisia.

**Ohjaaja 1:** *Meillä on mahdollisuuksien mukaan erilaisia teemaryhmiä ja niitä me mielellään pidettäs enemmänkin, mutta se on just resurssikysymys. - - Et koko ajan enemmän me ollaan haluttu, niinku jotenkin tehdä tilaa niille odottavien ryhmille ja sitte äiti-vauvaryhmät on lyhentyny sen takia, kun meill on kävijämäärät kasvaneet koko ajan. Et olis toki ihanaa pystyy pitäämään vaikka vuoden äiti-vauvaryhmiä, mut ei enää pysty sellaseen luksukseen, et sit on myöskin resurssit vaikuttaneet siihen mihin suuntaan tää on kehittynyt.*

## 10 Pohdinta

Tässä luvussa arvioin tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta, tarkastelen tutkimustuloksia peilaten niitä taustateoriaan ja teen ehdotuksia jatkotutkimusaiheista.

### 10.1 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen teko, aineiston käsittely ja analysointi ja tulosten esittäminen vaatii tutkijalta sitoutumista tutkimuseettisiin periaatteisiin. Tutkimuseettinen neuvottelukunta on laatinut eettiset periaatteet ihmistieteisiin luettaville tutkimusaloille, joihin kotitaloustiedekin kuuluu. Nämä periaatteet jaetaan kolmeen osa-alueeseen: 1) tutkittavien itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, 2) vahingoittamisen välttäminen ja 3) yksityisyys ja tietosuoja. Tässä tutkimuksessa itsemääräämisoikeuden kunnioittamiseen sisältyvistä näkökulmista ovat olennaisia tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuus ja tutkittavien oikeus saada riittävää informaatiota tutkimuksesta. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2009.)

Tutkijan vaikutus tutkimukseen pitää tiedostaa tutkimuksen kaikissa vaiheissa. Päivi Aikasalo (2007, s. 124) pohtii tutkijan roolia suhteessa tutkittavaan. Hän kysyy aiheellisesti, miten tutkijan oma tausta ja näkemykset vaikuttavat siihen, miten hän tekee tutkimusta, mitkä asiat hän näkee merkitykselliseksi ja miten tämä vaikuttaa siihen, mitä tutkija kirjoittaa tutkimuksessaan. Tutkijalla ei tarvitse olla samanlaisia elämäkokemuksia kuin tutkittavalla, jotta hän voisi ymmärtää tutkittavaa ja hänen ajatuksiaan (mts. 122). Hakala (2015, s. 20–21) nimenomaan varoittaa tutkijaa tilanteesta, jossa hän tekee tutkimusta aiheesta, joka on hyvin läheinen hänelle. Hänen mukaansa ongelmilta voidaan kuitenkin välttyä, kun tutkija tiedostaa, että tunteet ja ennakkokäsitykset voivat vaikuttaa tutkimuksen tekoon ja jopa sen tuloksiin. Tutkijan on syytä pyrkiä mahdollisimman suureen objektiivisuuteen tutkimuksen teossa ja erityisesti aineiston analysoinnissa, mutta täydellisen objektiivisuuden vaatimus on mahdoton (ks. Tuomi & Sarajärvi, 2012, s. 135–136.) Aikasalo (mts. 125) toteaa, että hän on joutunut tekemään tutkijana monia valintoja luottaen omaan vaistoonsa, ja juuri tämän vuoksi tutkijan on tiedostettava subjektiivisuutensa.

Haastateltavan puhe ei ole erillistä, vaan se muodostuu vuorovaikutuksessa haastattelijan puheen kanssa. Siten haastattelijan vaikutus kertomukseen, jota haastateltava tuottaa voi olla merkittävä. (Ruusuvuori & Tiittula, 2005, s. 29–31; Pietilä, 2010, s. 214.) Hyvärinen ja Löyttyniemi (2005, s. 201) kuvaavat haastattelua aktiivisena vuorovaikutustapahtumana ja viittaavat Rosenthaliin (2003), jonka mukaan haastattelu ei ole tilanne, jossa tapahtuisi passiivista tiedonsiirtoa, vaan haastattelijalla ”auttaa haastateltavia konstruoimaan kertomuksiaan”. Haastattelijalla voi myös tuottaa haastateltavan puolesta vastauksia kysymyksiin tai houkutella haastateltavaa syventämään vastauksiaan esittämällä tarkentavia kysymyksiä tai vahvistamalla vastauksia kommentoimalla niitä lyhyesti. (Ruusuvuori & Tiittula, 2005, s. 29–31). Huomasin itse haastatteluja tehdessäni, että haastattelijan ja haastateltavan välinen vuorovaikutus ja haastattelijan rooli kertomuksen tuottajana voi vaihdella eri haastatteluissa todella paljon. Jos haastateltava on erittäin puhelias ja tuottaa itse pitkiä vastauksia kysymyksiin, haastattelijan rooli on aivan erilainen kuin silloin, jos haastateltava vastaa kysymyksiin erittäin lyhyesti yhdellä tai kahdella sanalla (ks. Eskola & Vastamäki, 2015, s. 38). Haastattelijan aktiivisuus ei välttämättä tarkoita kuitenkaan sitä, että haastattelun avulla tuotettu aineisto olisi epäluotettavaa.

Tyttöjen Talon äitiryhmän ohjaajat kertoivat tutkimuksesta nuorten äitien vertaisryhmien osallistujille. Eskola ja Vastamäki (2015, s. 39) pitävät toimivana tapana rekrytoida palvelujen käyttäjiä haastateltaviksi heille ennestään tuttujen työntekijöiden kautta. Haastatteluun osallistuminen oli vapaaehtoista kuten tutkimuseettisistä syistä pitää ollakin (ks. Kuula 2011, s. 119) ja tutkija sai äitien yhteystiedot vasta heidän suostuttua haastatteluun. Haastateltavat saivat kirjallisen tiedotteen haastattelusta, Kuulan (mts. 119) mukaan haastateltavia on informoitava kirjallisesti, kun haastatteluja käytetään aineistona. Haastattelun alussa haastateltaville kerrottiin vielä suullisesti, että haastatteluja käytetään pro gradu -tutkimuksen aineistona (ks. mts. 115) ja muistutettiin, että äidit voivat kieltää halutessaan vielä haastattelun jälkeen haastattelun käytön tutkimuksessa. Äideiltä ei pyydetty kuitenkaan kirjallista lupaa haastattelun käyttämiseen aineistona. Kirjallisen tutkimusluvan pyytämistä ei pidetä tutkimuseettisistä näkökulmista välttämättömänä, kun haastatteluja käytetään itsenäisenä aineistona (mts. 117). Haastateltavien nimien



julkistaminen on hyvin harvoin tutkimuksissa tarpeen (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2009, s. 11). Kerroin äideille, että suojaan heidän yksityisyyttä siten, ettei tutkimuksesta käy ilmi heidän henkilöllisyytensä. Muutin esimerkiksi äitien haastatteluissa käyttämät ihmisten nimet toisiksi (ks. mts. 129–130). Toisaalta en tuo ilmi muitakaan tunnistamista helpottavia tietoja, kuten haastateltavien asuinpaikkaa tai ammattia, mutta sen sijaan kuvaan haastateltavien iät ja elämäntilanteita, koska ne ovat olennainen osa tutkimuksen sisältöä. En yhdistä niitä kuitenkaan edes äitien keksittyihin nimiin. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2009, s. 11) mukaan epäsuorien tunnisteiden, kuten iän osalta on arvioitava erikseen, mitä tietoja tutkimuksessa on syytä julkaista. Aineiston keruu ajoittui kahteen erilliseen jaksoon ja äidit olivat osallistuneet Tyttöjen Talon toimintaan eri aikoina, joten haastateltavien äitien identifiointi esimerkiksi iän perusteella on erittäin vaikeaa.

Toiminnan ohjaajien osalta on mahdotonta rajata tutkimusta tai siinä kuvattavia asioita siten, että he eivät olisi tunnistettavissa. Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2009, s. 11) onkin linjannut, että organisaatioita koskevassa tutkimuksessa tutkittavat osallistuvat tutkimukseen ammattiroolinsa edustajina, joten heidän osaltaan tunnistamattomuuden vaatimus ei ole ehdoton. Neuvottelukunta muistuttaa, että tulosten analysoinnissa ja tutkimusjulkaisun kirjoittamisessa on pyrittävä asiallisuuteen, analyttisyyteen ja kunnioittavaan kirjoitustapaan.

Tutkimusaineistoa on käsitelty vain tutkija. Litteroin itse kaikki haastattelut. Ruusuvooren (2010, s. 427) mukaan ongelmana on usein, että osa haastattelussa saatavilla olevasta tiedosta katoaa aineiston litteroinnissa. Tämän tutkimuksen haastattelunauhoitusten laatu oli hyvä ja tallentimella oli mahdollista hidastaa puhetta, joten litteroidun aineiston laatu on arvioni mukaan erittäin hyvä. Tarkistin kaikki litteroidut tekstit kuuntelemalla haastatteluja pätkissä useita kertoja uudelleen litteroinnin aikana ja korjaamalla ensimmäisen kuulemisen jälkeen tekstiin jääneet virheet. Kirjallinen ja nauhoitettu tutkimusaineisto säilytetään, mutta siitä on poistettu tunnistamista helpottavat tiedot, kuten nimet ja asuinpaikat. Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2009, s. 10) pitää tätä riittävänä menettelynä, jos aineisto halutaan säilyttää mahdollista jatkokäyttöä varten.

Haastateltaville ei tullut kustannuksia haastatteluihin osallistumisesta. Muutoinkin pyrin vähentämään heille haastatteluun osallistumisesta aiheutuvaa vaivaa. Haastateltavat saivat itse ehdottaa sopivia haastattelu-aikoja ja valita haastattelupaikan. Tein yli puolet haastatteluista Tyttöjen Talolla äitiryhmien päättymisen jälkeen. Osa äideistä koki haastattelun teon helpommaksi kodissaan, jolloin tein haastattelun äitien kotona. Lähes kaikki haastateltavat totesivat haastattelun jälkeen, että heistä oli mukava pohtia syvällisemmin äitiryhmän toimintaa, johon haastattelu antoi heille mahdollisuuden. Äidit kokivat siis saaneensa myös itse haastattelusta itselleen jotain. Osa äideistä toivoi tutkimuksen tuovan uutta hyödynnettävää tietoa Tyttöjen Talon äitiryhmien toiminnan suunnitteluun.

Tutkimuksen lukijan näkökulmasta on olennaista kuinka selkeästi tutkimusprosessi ja aineiston analysointi on kuvattu ja pyritty siten lisäämään tutkimuksen teon läpinäkyvyyttä (Ruusuvuori ym., 2010, s. 27). Tämän pro gradu -tutkimuksen luotettavuutta on pyritty lisäämään kuvaamalla tutkimusprosessi mahdollisimman tarkasti ja avoimesti. Tutkimuksen teko ajoittui melko pitkälle ajalle, mutta en jättänyt tutkielman kirjoittamista tutkimuksen teon loppuvaiheeseen, vaan työstin sitä koko prosessin ajan lukuun ottamatta vuoden taukoa, joka tuli tutkimuksen tekoon työtilanteeni vuoksi.

Tutkimuksen luotettavuutta lisää, että minulla oli kokemusta haastattelujen tekemisestä jo ennen tutkimuksen haastattelujen aloittamista (ks. Hirsjärvi & Hurme, 2010, s. 68), joten en tehnyt koehaastattelua ennen haastattelujen aloittamista. Toisaalta nuorten äitien toiminnan ohjaajien haastattelu ennen äitien haastattelujen aloittamista toimi hyvänä haastatteluteemojen tarkentajana.

Tutkimusaineiston riittävyttä arvioitaessa käytetään usein käsitettä saturaatiopiste. Esimerkiksi haastattelujen teko lopetetaan siinä vaiheessa, kun arvioidaan, että seuraavissa haastatteluissa ei saataisi enää tutkimuksen kannalta olennaista uutta tietoa. Saturaatiopisteen määrittely ei ole ongelmaton, mutta tämän tutkimuksen aineiston analysoinnin aikana oli mielenkiintoista havaita, että monet teemat ja asiat toistuivat samantyyppisinä äitien haastatteluissa. Jokaisen tutkimushaastattelun lopuksi kysyin vielä haastateltavilta, onko heillä mielessä vielä jotain muuta

haastattelun teemaan liittyvää, joka ei ole tullut esille haastattelussa. Muutama haastateltava jatkoi vielä tästä keskustelua, mutta valtaosa haastatelluista äideistä koki, että haastattelun aiheet olivat tulleet käsiteltyä haastattelussa tyhjentävästi.

Tutkimusten luotettavuutta arvioitaessa yhtenä arvioitavana tekijänä pidetään usein tutkimuksen yleistettävyyttä. Alasuutari (2011, s. 234–237, 243–245) muistuttaa aiheellisesti, että kvalitatiivisen tutkimuksen tulosten yleistettävyyden ei tarvitse olla kaikkien tutkimusten tavoitteena, eikä yleistettävyyden pohtiminen ole aina oleellista tutkimuksen pätevyyttä arvioitaessa. Tutkimus voi tuottaa tietoa yksittäisestä tapauksesta ja pyrkiä selittämään sitä tai tutkittava asia voi olla yleisesti niin tunnettu, että tulosten yleistettävyyden todistaminen ei ole tarpeellista. Sen sijaan selitysten ja päättelyketjun, jolla tutkimustuloksiin on päädytty on oltava loogisia ja päteviä. (Mt.) Hakala (2015, s. 22–23) varoittaa toisaalta vähättelemästä laadullisen tutkimuksen tulosten yleistettävyyttä tutkimusjoukon ulkopuolelle. Hän muistuttaa, että yleistettävyyden sijaan on oleellista pohtia nimenomaan sitä, miten ja missä kontekstissa tuloksia voidaan siirtää ja soveltaa. Useimmat äidit toivat tämän tutkimuksen haastatteluissa esille samoja tai samankaltaisia asioita, joten esille tulleissa asioissa ei ole kysymys vain yksittäistapauksista. Ruusuvuori, Nikander ja Hyvärinen (2010, s. 28) pitävät tätä aineiston sisäistä yleistettävyyttä tärkeänä pohdittaessa tutkimuksen validiteettia tai vakuuttavuutta.

## 10.2 Tutkimustulosten tarkastelu

Tämän tutkimuksen päätarkoituksena oli kuvata nuorta äitiyttä ja Tyttöjen Talon nuorten alle 21-vuotiaiden äitien vertaisryhmätoimintaa sekä selvittää nuorten äitien toiminnan ohjaajien ja äitien näkemyksiä vertaisryhmätoiminnan merkityksestä nuorten äitien arjen hallinnan tukena. Tutkimuksen kiinnostuksen kohteena oli äitien näkemys omasta arjestaan ja miten he määrittelevät arjen hallinnan. Tutkimuskysymyksiin etsittiin vastauksia haastatteleamalla Tyttöjen Talon nuorten äitien toimintaan osallistuvia äitejä ja toimintaa ohjaavia työntekijöitä.

Alasuutari (2011, s. 221) kehottaa tutkijaa tekemään miksi –kysymyksiä. Hän pohdii esimerkiksi sitä, millainen suhde tutkimuksen aiheella ja julkisella keskustelulla

on toisiinsa, ovatko ne yhdenmukaisia, vai ristiriidassa keskenään. Pohdin itse tutkimuksen teon aikana jatkuvasti sitä, millainen kuva nuorista äideistä muodostuu julkisessa diskurssissa. Tämä näkökulma nousi esiin myös useimpien äitien haastatteluissa, äidit esimerkiksi pitivät siitä, että en käyttänyt heistä ilmaisua teiniäiti. Nuorten äitien toimintaan osallistuvat äidit ovat toiminnan ohjaajienkin mukaan toivoneet, ettei heitä kutsuta teiniäideiksi. Alasuutari (mts. 222) muistuttaa, että ihmiset suhteuttavat omia näkemyksiään julkiseen puheeseen ja siinä esiintyviin perusteluihin. Julkisessa keskustelussa ja monissa aiemmissa tutkimuksissa lapsen saamista nuorena on kuvattu useimmiten ongelmalähtöisesti.

Nuori äitiys näyttäytyi tässä tutkimuksessa moninaisena, toisaalta luontevana elämänvaiheena, toisaalta merkittävänä poikkeamana tavanomaisesta. Raskaaksi tulo ja vauvan syntyminen oli iso muutos nuorten naisten elämässä. Äidit kuvasivat sitä myös nuoruuden loppumisena. Perheellistymistä onkin pidetty merkinä siirtymisestä nuoruudesta aikuisuuteen (ks. esim. Helve, 2002, s. 232; Markkola, 2003, s. 152; Salonen, 2004, s. 87). Suurin osa nuorista äideistä toi haastattelussa esille äitiyden sitovuuden, monelle heistä se oli ennakkoaavisteluista huolimatta yllätys. Äitiyden sitovuus voi olla osalle nuorista jopa syy olla hankkimatta lapsia (Miettinen, 2015, s. 56). Äitien toiminnan ohjaajat kertoivat myös äitien yllättyvän vauva-arjen kokonaisvaltaisuudesta, vaikka ohjaajat kuvasivat, että he pyrkivät vertaisryhmässä edistämään realistisen kuvan muodostumista vauva-arjesta jo äitien raskausaikana.

Useimmat haastattelemiini äidit ottivat itse puheeksi kielteiset asenteet, joita he kokivat yhtä lailla tuttavien ja sukulaisten taholta, kuin liikkuessaan julkisilla paikoilla lapsen kanssa. Useimmat äidit olivat jättäneet myös neuvolan perhevalmennuksen kesken, koska he kokivat, että muut vanhemmat suhtautuivat heihin eri tavoin kuin vanhempiin äiteihin. Perhevalmennus jäi osalla äideistä kesken siksi, että he kokivat itse erottautuvansa sekä ikänsä, että elämäntilanteensa vuoksi liian voimakkaasti muista odottajista. Hjälmhult kumppaneineen (2014) kuvaa tutkimuksessaan nuorten äitien kaipaavan valmennuksessa ikäistään vertaistukea. Tyttöjen Talon äitiryhmien ohjaajat arvioivat, että äideillä oli erityisesti tarve kohdata vertaisia, joita heidän oli ollut vaikea löytää kotinsa läheltä arkiympäristöstään. Äi-

dit eivät saaneet vertaistukea myöskään neuvolasta, josta sitä yleensä odotetaan ja toivotaan saatavan (ks. Viljamaa, 2003, s. 52).

Osa äideistä oli kokenut, että myös neuvolan terveydenhoitajien suhtautuminen heitä itseään tai heidän esittämiään mielipiteitä tai kysymyksiään kohtaan oli ollut niin valmennustilanteissa kuin yhden äidin kohdalla myös vastaanotoilla vähättelevää tai epäasiallista. Paavilainen (2003) toteaa väitöstutkimuksessaan, että nuoret äidit kokevat, että heihin suhtaudutaan neuvolassa alentuvasti. Samanlaisia tuloksia on saatu myös muissa aiemmissä tutkimuksissa eri puolilla maailmaa. Viljamaan (2003, s. 94) mukaan nuoremmat äidit olivat tyytymättömpiä ammattilaisten toimintaan. Hertfelt Wahnin, Nissenin ja Ahlbergin (2005) tutkimuksessa osa ruotsalaisista äideistä koki, että ammattilaiset eivät ymmärtäneet heitä ja heidän tarpeitaan ja Stapletonin (2010) mukaan englantilaiset ja walesilaiset kättilöt ja lääkärit suhtautuivat epäammattillisesti ja stereotyyppisesti nuoriin äiteihin. Hannan (2001) haastattelemat australialaiset alle 20-vuotiaat äidit kertoivat kohtaavansa epäilyä ja kielteisiä asenteita, niin neuvolassa, kuin missä tahansa he liikkuvatkin. Kokemustensa vuoksi äidit olivat alkaneet välttelemään tilanteita, joissa he joutuisivat arvioitaviksi. Myös Hirvosen (2000) ja Herrmanin (2008) haastattelemat nuoret äidit kertoivat, että he kokivat tuntemattomien ihmisten kyseenalaistavan äitiytensä ja kyvyn selviytyä siitä. Hanna (2001) toteaaakin, että nuoret äidit tarvitsivat tukea, mutta auttamisjärjestelmät ovat epäonnistuneet heidän kohdallaan.

Tyttöjen Talon toiminta näyttäytyi tässä tutkimuksessa toisenlaisena. Ohjaajat kuvasivat ryhmässä käytävien keskustelujen olevan pitkälti äitilähtöistä. Äidit itse kokivat toiminnan ohjaajien kohtaavan heidät tasavertaisina ja arvostavasti. Häggman-Laitila ja Pietilä (2009) pitävätkin tasavertaisuutta ja arvostusta ensiarvoisen tärkeänä, jotta perheille suunnattu ryhmätoiminta voi onnistua ja tukea perheitä. Äidit kiittelivät Tyttöjen Talon toiminnanohjaajia myös siitä, että he toivat keskusteluun mukaan omakohtaisia tai muiden perheiden kuvaamia tilanteita arjesta. Oma-kohtaisten kokemusten kertominen voi auttaa nuorta äitiä sellaisenaan, mutta se voi Haarasan (2012) mukaan edistää myös luottamuksellisen vertaissuhteen muodostumista ohjaajan ja ryhmän jäsenten välille.

Yli puolet tutkimukseen osallistuneista äideistä oli epäröinyt ottaa yhteyttä Tyttöjen Talon nuorten äitien toiminnan ohjaajiin. Osa äideistä oli tuntenut epävarmuutta sosiaalisista taidoistaan ja oli sen vuoksi arastellut ryhmätoimintaan osallistumista, erityisesti silloin jos he eivät tunteneet ennalta ketään muuta toimintaan osallistuvaa äitiä. Useat äideistä kertoivat suhtautuneensa etukäteen ennakkoluuloisesti toimintaan ja muihin nuoriin äiteihin sekä pelkäsivät leimautuvansa negatiivisessa mielessä teiniäideiksi. De Jonge (2001) totesi tutkimuksessaan, että osa nuorista äideistä ajatteli stigmatisoituvansa, jos vertaistoimintaa järjestetään erikseen nimenomaan nuorille äideille. Mikkonen (2009, s. 185) kuvaa myös väitöstutkimuksessaan leimautumisen pelon olleen syynä siihen, että kaikki vammautuneet eivät halunneet osallistua vammaisille järjestettyyn vertaisryhmätoimintaan. Tyttöjen Talon toiminnan kehittämisessä olisi hyvä pohtia tätä näkökulmaa ja harkita voiko viestinnässä kertoa entistä paremmin toiminnan monimuotoisuudesta, jotta sillä tavoitettaisiin myös nuorten äitien ikäryhmän vanhimmat äidit ja he kokisivat toiminnan olevan tarkoitettu myös heille. Ongelma tuntuisi olevan nimenomaan ennakkoviestintään liittyvä, koska jokainen epäröivä äiti kertoi varsinaisen toiminnan muuttaneen ennakkokäsitystä ja toiminta oli yllättänyt heidät positiivisesti.

Raskaaksi tulo oli lähes kaikilla tähän tutkimukseen haastatelluilla äideillä voimakas eroteko entiseen kaveripiiriin ja elämäntapaan. Hanna (2001), Herrman (2008) ja Roberts ja kumppanit (2011) toteavat saman tutkimuksissaan. Äitien suhteet entisiin ystäviin voivat muuttua esimerkiksi siksi, että lapsettomat ystävät eivät välttämättä ymmärrä ja ole kiinnostuneita perheellistyvän ystävän elämässä tärkeiksi tulleista asioista (Rotkirch & Saloheimo, 2008, s. 83) tai äidiksi tullut nuori kokee itsensä kypsemmäksi ja aikuisemmaksi kuin aiemmat ystävänsä. Nuorten harrastukset, kuten päämäärätön hengailu voivat myös tuntua lapselliselta. (Herrman, 2008.) Nämä näkökulmat nousivat esille myös tässä tutkimuksessa. Vertaisryhmätoiminnan kautta muodostuneet ystävyysuhteet korvasivat monilla äideillä entisiin ystäviin ja kavereihin katkenneita suhteita. Toisaalta osa äideistä oli tehnyt myös itse eroa entisiin ystäviin, koska entiset ystävät tai heidän elämäntapansa ja harrastuksensa tuntuivat äidistä lapselliselta. Ohjaajat muistuttivat haastattelussa, että äitien ja heidän entisten ystäviensä elämäntilanteet erosivat yleensä vauvan

synnyttyä toisistaan merkittävästi, jonka vuoksi äideistä tuntui, että heillä ei ollut enää yhteistä jaettavaa.

Raskaus nuorella iällä oli nuoria äitejä erottava tekijä myös suhteessa heitä vanhempiin äiteihin. Äidit kokivat erottautuvansa arkiympäristössään itseään vanhemmista äideistä ja kokivat, että heitä ei kohdattu tasavertaisina. Useimmat haastatellut äidit totesivat, että heidän arki olisi varsin erilaista, jos he eivät olisi vielä äitejä. Arkeen ja sen rytmiin vaikuttaa ihmisen ikä ja elämäntilanne (Miettinen & Rotkirch, 2012, s. 16). Äitien oli kuitenkin vaikea arvioida, millaista heidän äitiytensä olisi, jos he olisivat tulleet äidiksi selvästi vanhempina. Osa äideistä arveli jaksavansa nuorena äitinä paremmin lapsen hoitoa, lapsen kanssa puuhailua ja yöheräämisiä ja olevansa joustavampi. Hannan (2001) tutkimuksessa nuoret äidit arvioivat olevansa energisempiä kuin vanhemmat äidit. Osa äideistä kuvaili myös elämäntilanteensa poikkeavan vanhempana äidiksi tulevien elämästä. Väestöliiton vuoden 2005 Perhebarometrin tulokset vahvistavat äitien arvioita (Paajanen, 2005, s. 41–50). Ohjaajat arvioivat haastattelussa, että nuoret äidit ovat iäkkäämpiin äiteihin verrattuna joustavampia, eivätkä stressaannu kaikesta. Nuoren äidin elämä muuttuu tutkimusten mukaan kuitenkin enemmän kuin vanhempana lapsen saavan naisen elämä (ks. esim. Vuokola, 2011). Merkittävä erottava tekijä nuorten äitien ja heitä vanhempien äitien välillä on ohjaajien mukaan kuitenkin äitien parisuhteen epävakaus ja yksinhuoltajuuden yleisyys.

Äitien haastatteluissa nousi esille tunne arjen hallitsemattomuudesta ja toisaalta arjen hallinnan merkityksellisyydestä tai merkityksettömyydestä. Kysymys arjen hallinnasta yllätti ensin monet äideistä, eivätkä he osanneet vastata siihen heti mitään. Hetken pohdinnan jälkeen äidit kuvasivat arjen hallintaa pitkälti joidenkin tiettyjen kotitöiden osaamisena ja arjen rytmin säilymisenä. Haverinen (1996) jakaa arjen hallinnan ulkoiseen ja sisäiseen arjen hallintaan. Ulkoinen arjen hallinta ilmenee taitona ja kykynä tehdä arjen askareet. Nämä taidot olivat useimmilla äideistä vielä harjoittelun asteella vauvan syntyessä. Eniten taidoissa oli puutteita äideillä, jotka olivat perustaneet oman kodin raskausaikana ja osallistuneet sitä ennen hyvin vähän kotitöihin lapsuudenkodissaan. Toisaalta ohjaajat arvioivat äitien oppivan jopa hämmästyttävän nopeasti tarpeelliset kodinhoidolliset tehtävät.

Haverinen (1996) tarkoittaa sisäisellä arjen hallinnalla yksilölle muodostuvaa oma-kohtaista tunnetta jokapäiväisestä arjesta selviytymisestä. Haastatteluissa korostui, että useimmat äidit kokivat uuden elämäntilanteen vuoksi arjen hallinnan tunteen olevan haavoitettu. Ohjaajat kertoivat useiden äitien kuvaavan avoimesti omaa arkea ja sen haasteita suljetussa vertaisryhmässä. Ohjaajat arvioivat, että äitien tunne arjen hallitsemattomuudesta on yleinen ja yhtäläinen ensimmäisen vuoden aikana vauvan syntymän jälkeen. Niemelä (2003, s. 242, 250) ja Pietilä-Hella (2010, s. 103–104) kuvaavat myös tutkimuksissaan äitien kokevan vauvanperheen arjen olevan jäsentymätöntä ensimmäisten kuukausien aikana vauvan syntymän jälkeen.

Arjen hallintataidot voivat olla eri tasoisia, Haverinen (1996) jaottelee arjen hallinnan kolmitasoiseksi: osaava arjen hallinta, taitava arjen hallinta ja ymmärtävä arjen hallinta. Useimmat äidit kuvasivat arjen hallintaa siten, että sen voisi arvioida olevan tasolla osaava arjen hallinta. Pääsin havainnoimaan hetkeksi neljän äidin kotiarkea tehdessäni heidän haastattelut perheen kotona. Jokainen koti oli siisti, tunnelma oli rauhallinen ja tasapainoinen ja äitien arjen hallinta vaikutti olevan sillä hetkellä vähintään taitavan arjen hallinnan tasolla. Toisaalta nämäkin äidit kuvasivat vauvan syntymän jälkeisten alkuvaiheiden olleen hahmottomia ja kaaoksen omaisia. Suurin osa äideistä koki, että arkeen alkoi löytyä rytmi ja arjesta tuli hallittumpaa vasta vauvan lähestyessä yhden vuoden ikää. Ohjaajat muistuttivat, että äitien välillä on myös isoja eroja, osalla äideistä vaatimustaso on korkealla ja osalle taas jokapäiväisestä arjesta selviytyminen riittää.

Arjen rytmi ja arjesta selviytymisen tunne ovat yksilöllisiä. Arjen suunnitteleminen ja selkeät rutiinit ja rytmi helpottivat äitien ja koko perheen elämää. Useimmat äidit eivät kokeneet säännöllistä rytmiä kuitenkaan kahlitsevana, vaan olivat tarvittaessa valmiita joustamaan siitä. Joillakin äideillä arki oli ollut rytmittöntä, hahmotonta ja ajautuvaa vauvan vaativuuden vuoksi. Nämä äidit kokivat, että perheen rytmin pitäminen säännöllisenä auttoi myös vauvaa löytämään rytmin ja rauhoitti perheen arkea ja elämää. Kaartti ja Korvela (2014, s. 162–164) toteavat tutkimuksessaan, että kun perheessä osataan suunnitella arkea, joustaa tarpeen mukaan ja tehdä kompromisseja kiireinen ja täyden tuntuinenkin arki voi olla hyvää ja kiireettömän



tuntuista. Jos perheen aikakäsitys on dynaaminen perheen äiti kykenee toimimaan yhtä aikaa luontevasti monissa erilaisissa arjen rooleissa, eivätkä ruuhkavuodet tunnu hallitsemattomilta ja kaaosmaisilta. Sen sijaan staattisen, eli säilyttävän aikakäsityksen omaavassa perheessä voi olla vaikeuksia selviytyä muuttuvan arjen haasteista. (Mt.)

Arjen muuttumiseen sopeutuminen vaihtelee ihmisten välillä, mutta useimmat haastatellut äidit kokivat lapsen syntymän rajoittaneen enemmän heidän itsensä kuin miehensä elämää. Tutkimustenkin mukaan vanhemmaksi tulo ja kotitöiden lisääntyminen vähentää ja pirstaloii pienen lapsen vanhempien vapaa-aikaa (Aalto, 2014, s. 71). Äidit eivät kuitenkaan puhuneet haastatteluissa kiireestä, vaan ennemminkin arjen täyteisyydestä ja useiden yhtä aikaa odottavien tehtävien ja vaatimusten aiheuttamasta arjen hallinnan puutteen tunteesta. Aalto (mts. 72) ja Aalto ja Varjonen (2012) toteavat myös tutkimuksissaan, että pienen vauvan äidit olivat vähemmän kiireisiä kuin lapsettomat nuoret naiset tai koululaisten vanhemmat. Toisaalta Pietilä-Hellan (2010, s. 101–102) tutkimuksesta käy myös ilmi, että ensimmäisen lapsen äidit kokivat, että vauva-arki oli täynnä erilaisia yhtäaikaista tehtäviä, joiden välillä äiti joutuu tasapainoilemaan.

Muutamit äidit kuvasivat ristiriitoja, joita arjen hallinnan puute ja perheen aikuisten erilaiset käsitykset kodin siisteydestä aiheuttivat. Myös kotitöiden jakaminen ja tekeminen aiheutti riitaa puolison kanssa. Raijas ja Sailio (2012) kuvaavat myös tutkimuksessaan, että kotitöiden jako ja tekeminen aiheuttaa vanhempien omaksu- mien erilaisten roolimallien vuoksi ristiriitoja vasta vanhemmaksi tulleiden lapsiperheiden vanhempien välillä. Haastatelluista äideistä osan perhetilanne oli kriisiyty- misvaiheessa. Nämä haastatellut äidit kokivat, että heidän arkensa oli työlästä ja arjen hallinta oli vaikeaa. Kaksi äitiä kertoi, että he ovat eroamassa puolisoista eikä lapsen isä osallistunut lapsen hoitoon ja perheen arjen pyörittämiseen, vaikka hän asui vielä yhteisessä kodissa. Äititoiminnan ohjaajat arvioivat myös, että äitien ar- jen hallinta on usein haastavampaa, jos äideillä on ongelmia parisuhteessa tai äiti on yksinhuoltaja. Tarkka (1996) toteaa väitöstutkimuksessaan, että puolison äidille antama tuki vaikuttaa merkittävästi siihen, miten äiti kokee selviytyvänsä van- hemmuudesta vauvan syntymän jälkeen. Toisaalta Lammi-Taskulan ja Salmen

(2009) tutkimuksen mukaan vaikutus on myös toisensuuntainen, parisuhteeseen ollaan tyytyväisempiä ja vanhempien väliset riidat ovat vähäisempiä, jos kotityöt jakautuvat tasaisesti vanhempien välillä. Kaartin ja Korvelan (2014, s. 155, 164) tutkimuksen mukaan juuri vanhempien välisten intressiristiiriidat voivat aiheuttaa ongelmia arkeen ja tehdä arjesta hallitsemattoman tuntuista.

Useat haastatelluista äideistä kuvasivat oman talouden hallinnan ja rahan käytön suunnittelun olevan yllättävän vaikeaa ja aiheuttavan heille stressiä. Talousongelmat ovat nuorena vauvan saaneiden äitien arjessa tyypillisiä ja yleisiä ongelmia (de Jonge, 2001), jotka aiheuttavat stressiä (Herrman, 2008). Väestöliiton Arki-hankkeen kuvauksessa Saarilahti (2011, s. 213–215) kuvaa perheiden arjen hallinnan ongelmiksi kodinhoidollisten valmiuksien puutteen lisäksi nimenomaan talouden hoidon ja rahan käytön. Monet hankkeen perheiden vanhemmista olivat eri syistä työelämän ulkopuolella. Tähän tutkimukseeni haastatteleman äidit olivat yhtä äitiä lukuun ottamatta tosiasiallisesti vielä työelämän ulkopuolella, tosin osa heistä oli ollut erilaisissa osa-aikaisissa tai lyhyissä määräaikaisissa työsuhteissa ennen lapsen syntymää. Rahankäyttöön voi liittyä myös vallankäyttöä, jos paremmin tienaava, ehkä perheen ainoa töissä käyvä aikuinen käyttää rahat itse, eikä osallistu perheen yhteisiin menoihin (ks. esim. Sailio, 2014).

Tulevaisuuden suunnitelmien selkeys vaikutti äitien puheessa heidän arjen hallinnan tunteeseen. Tieto työ- tai opiskelupaikasta selkeytti ajatuksia ja äidillä oli määränpää, jota kohti hän eteni. Ohjaajat arvioivat, että osalla äideistä tulevaisuuden epävarmuus, kuten opiskelu- tai työpaikan puute vaikeutti arjen hallintaa. Äidin kotona oloon tai töihin menoon latautuu myös voimakkaita tunteita, joista oli ohjaajien mukaan käyty paljon keskustelua äitiryhmissä.

Tyttöjen talo sijoittuu palveluissa julkisen ja kolmannen sektorin toiminnan väli- maastoon. Äidit kokivat siellä tarjolla olleen toiminnan kodinomaiseksi ja läheiseksi. Mikkosen (2009, s. 167–179) tutkimuksessa vertaistukiryhmiin osallistuneet potilaat kokivat julkisen sektorin palveluissa saamansa tuen byrokraattiseksi ja viralliseksi, sen sijaan vertaistuki nähtiin tunnetasolla kohtaavana ja ymmärrettävänä apuna, kuin ystävyysuhteena. Vertaistukea pidettiin Mikkolan (mt.) tutkimuksessa

ainutlaatuisena ja korvaamattomana. Halonen ja Apter (2010) toteavat myös artikkelissaan, että nuoret vanhemmat tarvitsevat laaja-alaista ja monipuolisempaa tukea vanhemmuuteen kuin iäkkäämpänä ensimmäisen lapsensa synnyttävät naiset. He arvioivat myös, että vertaistuesta voi olla nuorille äideille apua arjesta selviytymisessä (mt.).

Kaikki haastattelemiä äidit kokivat, että Tyttöjen Talon vertaistoiminta oli ollut heille hyödyllistä. Kolme haastattelemaani äitiä oli tutustunut Tyttöjen Talon toimintaan jo yläasteikäisenä, vierailtuaan talolla yhdessä opettajan kanssa tai kuultuaan toiminnasta koulussa. Nämä äidit olivat tulleet toimintaan mukaan jo raskausaikana. Useimmat niistä haastattelemistani äideistä, jotka olivat tulleet mukaan toimintaan vasta vauvan syntymän jälkeen toivat haastattelussa esille, että heitä harmitti, että he eivät tiedäneet toiminnasta jo raskausaikana tai että he eivät olleet rohjenneet tulla toimintaan mukaan aiemmin. Tutkimusten mukaan äidit ajattelevat, että he voivat saada vertaisryhmästä tietoa, henkistä tukea ja kokemuksen hyväksytyksi tulemisesta omana itsenään, omassa elämäntilanteessaan (de Jonge, 2001; De La Rey & Parekh, 1996; Hjälmhult ym., 2014;).

Useimmat äidit toivat haastatteluissa esille, että he kokivat saavansa Tyttöjen Talon nuorten äitien ryhmästä apua ja tukea sellaisiin asioihin, joihin heidän mukaansa olisi pitänyt keskittyä neuvolassa. Osa äideistä koki neuvolassa käynnit liian kiireisiksi ja arvioi, että neuvolasta saadut ohjeet olivat yleisellä tasolla, eivätkä huomioineet perheen, äidin tai lasten yksilöllistä tilannetta ja tarpeita. DeVito (2007) arvioi tutkimuksessaan nuorten äitien tarvitsevan nimenomaan heille suunniteltua, heidän kehityksensä ja ikänsä huomioivaa tukea. Tyttöjen Talon äititoiminta on juuri tällaista ja pienessä suljetussa äitiryhmässä äitien yksilölliset tarpeet näyttävät äitien kokemuksen mukaan tulevan huomioituksi erittäin hyvin.

Vertaisryhmätoiminnan merkitys erilaisuuden tunteiden lievittäjänä nousi selkeästi esille kaikissa haastatteluissa. McDonaldin ja kollegoiden (2009) tutkimuksen ja Rahmin (2009) väitöstutkimuksen tulokset ovat yhteneväisiä tämän huomion kanssa. Haastattelemiä äidit kokivat merkitykselliseksi ja jaksamisen kannalta tärkeäksi, että he voivat jakaa ryhmässä myös kielteisiä tunteita ja puhua asioista,

joista he eivät olleet puhuneet aiemmin edes puolisolleen tai muille läheisilleen. Häggman-Laitila ja Pietilä (2007b) kuvaavat tutkimusartikkelissaan vanhempien tunteneen niin suurta luottamusta ja ymmärretyksi tulemisen tunnetta vertaisryhmässä, että he kertoivat puhuneensa siellä joistain asioista ensimmäistä kertaa ääneen. Myös De La Reyn ja Parekhin (1996) tutkimuksessa useat äidit kertoivat, että he puhuivat peloistaan ensimmäistä kertaa vertaisryhmässä, eivätkä he olleet puhuneet monista ryhmässä puhumistaan asioista koskaan esimerkiksi poikaystävälleen, vanhemmilleen tai lapsettomille ystävilleen. Toisaalta useat tähän tutkimukseeni osallistuneet äidit totesivat, että he eivät aina halunneet osallistua ryhmässä keskusteluun ja kertoa omista asioistaan avoimesti. Pietilä-Hellan (2010, s. 111–112) tutkimuksessa äidit halusivat myös pitää omat asiansa yksityisinä, eivätkä puhuneet niistä vertaisryhmässä.

Osa haastatelluista äideistä kertoi verranneensa itseään ja omaa elämäänsä joskus toisiin äiteihin ja heidän elämäntilanteeseen. Vertaisryhmässä saattaa syntyä joskus tilanteita, joissa äidit vertaavat itseään toisiin äiteihin ja voivat tuntea itsensä epäonnistuneeksi muiden äitien rinnalla, eivätkä siksi puhu vaikeista asioista ääneen (Pietilä-Hella, 2010, s. 113; Rotkirch & Saloheimo, 2008, s. 84). Rotkirch ja Salonheimo (2008, s. 84) käyttävät tästä puhuessaan osuvaa ilmaisua vertaispaine. Toisaalta äidit olivat kokeneet, että ei ole yhtä ainutta oikeaa tapaa toimia, vaan asioita voidaan tehdä eri tavoin. Samanlaisia kokemuksia on myös Pietilä-Hellan (2010, s. 108–109) tutkimukseen osallistuneilla äideillä.

Tyttöjen Talon toiminnan tavoitteeksi on määritelty nuorten naisten identiteetin ja voimavarojen vahvistaminen (Eischer & Tuppurainen, 2009, s. 13). Ohjaajat kuvasivat äitiryhmien tärkeimpänä tavoitteena olevan nuorten äitien äitiyteen kasvun ja äitiyden tukemisen. Haastatellut äidit kokivat minäkuvansa ja äiti-identiteettinsä vahvistuneen vertaisryhmässä käytyjen keskustelujen ansiosta. Äidit kokivat keskustelujen auttavan heitä löytämään voimavarojaan ja selviytymään paremmin arjen hallinnasta. Vertaisryhmässä voi syntyä positiivinen ja kannustava ilmapiiri, jota ohjaajat kuvasivat haastattelussa ilmaisulla ” äidit lohduttavat toisiaan ja vahvistavat toinen toisensa joustavuutta”. Tannisen ja kollegoiden (2014) tulokset tutkimuksesta, jossa he tutkivat ennaltaehkäisevän perhetyön vaikutusta perheiden

selviytymiseen, ovat saman suuntaisia. He totesivat, että perheiden voimavaroja vahvistavat keskustelut auttoivat perheitä arjesta selviytymisessä (mt.). Pietilä-Hella (2010) ja Tanninen (2015) toteavat myös väitöstutkimuksissaan, että vertaisryhmä auttaa äitejä äitiyteen kasvussa.

Tyttöjen Talon toimintaan osallistuneet äidit kokivat suljetun ryhmän toiminnan antoisana ja olivat sitoutuneet siihen. Sen sijaan avoimeen toimintaan sitoutuminen oli äideillä hyvin löyhää, vain muutama heistä oli käynyt aktiivisesti avoimessa äitiyryhmässä. Koska suljetussa ryhmässä oli läsnä ennestään tuttuja äitejä ja tunnelma oli ryhmän pienen koon ja lasten iän vuoksi rauhallisempi, äidit kokivat, että ryhmässä oli helpompi keskustella. Nämä asiat vaikuttivat myönteisesti äitien kokemukseen suljetusta ryhmästä verrattuna avoimeen toimintaan. Hjälmhultin ja muiden (2014) tutkimuksesta käykin ilmi, että äitien sitoutuminen ryhmään, jossa osallistujat vaihtuvat, voi olla heikompaa. Heikko sitoutuminen taas vaikuttaa kielteisesti tunteeseen ryhmätoiminnan vaikuttavuudesta (mt.).

Äidit korostivat vertaistuen ohella myös nuorten äitien toiminnan ohjaajilta saamiensa neuvojen ja ohjauksen merkitystä arjen hallinnassaan ja erilaisten ongelmien ratkaisussa. Useat äidit kokivat ohjaajien ammatillisen koulutuksen ohella ohjaajien elämäkokemuksen äiteinä tuovan heidän puheeseensa uskottavuutta ja luottavuutta. Haaranen (2012, s. 57) ja Rautio (2012) kuvaavat myös vanhempien luottaneen perheen kanssa työskentelevien sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten neuvoihin, koska ammattilaisilla oli omakohtaista kokemusta lapsiperheen arjesta. Häggman-Laitilan ja Pietilän (2007b) tutkimuksessa ryhmätoimintaan osallistuneet vanhemmat kokivat saavansa ammatillista tukea toiminnan ohjaajilta ja käytännöllistä tukea ja uusia näkökulmia eri asioihin muilta vanhemmilta. Vertaistuki ei tutkimusten mukaan korvaakaan täysin ammatillista tukea, vaan täydentää sitä (ks. esim. Mikkonen, 2009). Nuorten äitien toiminnan ohjaajat kokivat itse olevansa vertaisryhmissä tarvittavissa käytettävissä olevia ammattilaisia, keskustelun ohjaajia sekä tiedon jakajia. Hokkanen (2014, s. 73) muistuttaakin, että ammattilaisten antama apu ei ole vertaistoiminnan kanssa vastakkaista.

Ne äidit, joiden vauvat olivat syntyneet oman ryhmän muiden äitien vauvoja myöhemmin, korostivat erityisesti sitä, että ryhmätoiminta auttoi heitä varautumaan tuleviin muutoksiin ja ennakoimaan niitä. Vahtivaara (2010, s. 22) kuvaakin vertais-toiminnan yhdeksi auttavaksi tekijäksi kokemustiedon saamista etukäteen, ennen kuin itse joutuu kohtaamaan omassa elämässään muutoksia.

Äidit kertoivat saaneensa vertaisryhmässä ideoita arjen hallinnan parantamiseen toisilta äideiltä. Äidit kertoivat muun muassa muiden äitien käyttäneen lukujärjestys tai muita päivärytmiä selkeyttäviä taulukoita apuna koko perheen tai vauvan arjen rytmittämisessä. Menetelmät olivat saman tyyliä kuin Väestöliiton Arki haltuun – hankkeessa arjen jäsentäjänä käytetty sekvenssikartta. Sekvenssikarttamenetelmä auttoi erityisesti lasten tarpeiden paremmassa huomioimisessa suunniteltaessa koko perheen ajankäyttöä. (Korvela ym., 2009; Lönnberg, 2011, s. 175–176.) Ohjaajat kuvasivat vuorokausirytmisiä hahmottavien toiminnallisten harjoitusten tavoitteena olevan sekä äidin, että lapsen arjen eri osien näkyväksi tekemisen. Kupiainen ja Holmberg (2011, s. 61–62) ehdottavat, että sekvenssikarttamenetelmää voitaisiin käyttää äitiysneuvolassa apuna valmentautumisessa vauvan syntymän jälkeiseen arkeen, jotta vanhemmat jaksaisivat paremmin muuttuvien vaatimusten keskellä, vastuu kodin arjesta jakautuisi tasaisemmin molempien vanhempien kesken ja perheen arki olisi kiireettömämpää. Horelli ja Haverinen (2008) totesivat omassa tutkimuksessaan, että aikataulujen suunnittelu voi parhaimmillaan lisätä ihmisen tunnetta läsnäolosta omassa arjessa ja parantaa arjen hallintaa.

Ohjaajat arvioivat äitien tavoin, että vertaisryhmätoiminnan merkitys äitien arjen hallinnan tukena oli merkittävä. Rautio (2013) kuvaa myös vertaisryhmätoimintaa vetäneiden ammattilaisten arvioineen äitien hyötynneen vertaisryhmätoiminnasta, ja voimaantuneen niin vertaisryhmissä käydyistä keskusteluista kuin ryhmien toiminnallisuudestakin. Nuorten äitien toiminnassa on todennäköisesti tarpeen keskittyä jatkossa yhä voimakkaammin toimintamuotoihin, joilla on todettu olevan vaikuttavuutta. Kuten Korvela ja kumppanit (2009) toteavat, perhetyössä ei välttämättä palveluiden määrä ole ratkaiseva, oleellisempaa on palvelun laatu ja vaikuttavuus.

Vertaisryhmätoiminta toi sisältöä monen haastatellun äidin arkeen. Äidit kuvasivat ryhmiin lähtemistä hyvänä syynä poistua kotoa ja kertoivat suunnittelevansa satunnaisesti samalla päivälle myös muuta ohjelmaa. Myös de Jongen (2001) tutkimuksen mukaan moni äiti piti vertaisryhmätoiminnassa tärkeänä sitä, että osallistukseen toimintaan on lähdettävä kodin seinien ulkopuolelle. Useimmat äidit kuvasivat toimintaan osallistumisen rytmittävän heidän arkeaan ja tuovan siihen vaihtelua. Toiminta toi äideille myös muuta ajateltavaa arkisten puuhien täyttämiin päiviin. Häggman-Laitilan ja Pietilän (2007b) sekä Pietilä-Hellan (2010) tutkimuksen tulokset ovat edellä mainituissa asioissa samansuuntaisia.

Äidit pitivät ryhmätoimintaa niin itsensä kuin lastensa kannalta tärkeänä myös sieltä saamiensa sosiaalisten suhteiden vuoksi. Äidit kertoivat, että he olivat tavanneet muita äitejä myös toiminnan ulkopuolella. Häggman-Laitila ja Pietilä (2007b) kuvaavat äitien saaneen vertaistoiminnassa uusia ystäviä ja useimmat äidit kertoivat tavanneensa samassa ryhmässä käyviä äitejä myös järjestetyn toiminnan ulkopuolella. De La Reyn ja Parekhin (1996) tutkimuksen ja Haarasen (2012, s. 68) väitöstutkimuksen tulokset ovat samansuuntaisia. Vertaisryhmätoiminta kantaa ja luo arjessa auttavaa tukiverkostoa äideille. Hjälmhultin ja kollegoiden (2014) mukaan äidit kaipasivat nimenomaan sitä, että he olisivat voineet tavata muita vanhempainryhmään osallistuneita äitejä myös ryhmätoiminnan ulkopuolella. Tämä oli kuitenkin hankalaa, koska ryhmän jäsenet asuivat etäällä toisistaan (mt.). Pietilä-Hellan (2010) tutkimukseen osallistuneet perheet asuivat samalla alueella ja heidän välillään muodostuikin vertaistuttavuuksia ja äidit tapasivat ja olivat toisiinsa yhteydessä tiheään. Tutkimukseeni haastattelemani äidit asuivat eri puolilla pääkaupunkiseutua, mutta monet heistä tapasivat siitä huolimatta muita ryhmänsä äitejä toiminnan ulkopuolella. Selittäväenä tekijänä saattaisi olla, että äideillä ei asunut arkiympäristössä, kotinsa lähellä muita samanikäisiä tuttuja äitejä. Äidit myös yhdistivät tapaamisia Tyttöjen Talon toiminnan yhteyteen, eli kävivät yhdessä avoimessa ryhmässä tai lähtivät esimerkiksi yhdessä syömään tai kyläilemään suoraan ryhmäkerran jälkeen.

### 10.3 Jatkotutkimusaiheita ja kehittämisideoita

Tehdessäni tutkimushaastatteluja haastateltavien kotona ja ohjatessani Tyttöjen Talon nuorten äitien vertaisryhmää jäin pohtimaan tutkimusmetodia. Jatkossa olisi kiinnostavaa kehittää arjen hallinnan tutkimusta etnografiseen suuntaan. Kokemukseni oli, että tutkittavien olisi erittäin helppo puhua arkeen liittyvistä asioista ja arjen hallinnan kokemuksesta samalla, kun arkea tehdään. Ohjatessani nuorten äitien ryhmää laitoimme kahdella ryhmäkerralla yhdessä ruokaa ja opetin samalla äideille vauvanruokien tekemistä itse. Koin, että ruoanlaiton lomassa äitien oli helppo aloittaa keskustelu erilaisista heitä askarruttavista asioista ja keskustelu eteni luontevasti aiheesta toiseen jokaisen äidin osallistuessa siihen. Olisikin mielenkiintoista kokeilla teemahaastattelun yhdistämistä yhdessä tekemiseen. Toimintatuokion voisi joko äänittää tai videoida ja analysoida sitten litteroidut keskustelut. Toisaalta vertaisryhmätoiminnan kehittämisessä tarvittaisiin vielä lisää tietoa ryhmien toiminnallisuuden lisäämisen ja yhdessä tekemisen vaikutuksista arjen hallinnan tukemisessa.

Elämänmuutos vauvan syntymän jälkeen on usein iso ja sopeutuminen uuteen elämäntilanteeseen vaatii aikaa. Muutoksen havaitseminen jälkikäteen voi olla vaikeampaa. Muutoksen seuranta tekemällä pitkäaikaistutkimusta arjesta esimerkiksi haastatteleamalla samoja äitejä useamman kerran muutaman kuukauden välein vertaisryhmätoimintaan osallistumisen tai jopa äitiyden ensimmäisten vuosien aikana saattaisi tuottaa erilaisia tuloksia kuin yksittäisen haastattelun avulla on mahdollista saada. Tämän tutkimuksen aineiston analysointia voisi myös jatkaa vielä eteenpäin tai haastatella samoja äitejä uudelleen ja verrata heidän kokemuksiaan aiempiin haastatteluihin. Äitien arjen kokemuksesta olisi kiinnostavaa tutkia myös etnografisin menetelmin esimerkiksi videoimalla perheen arkea, katsomalla nauhat yhdessä ja haastatteleamalla äitejä sen jälkeen.

Kätilötyössäni olen havainnut, että nuoret vanhemmat tuntuvat sopeutuvan arjen muuttumiseen usein luontevammin ja suhtautuvat vanhemmuuteen rennommin kuin iäkkäämmät ensisynnyttäjät. Eri ikäisenä äidiksi tulleiden kokemuksia äitiydestä ja eri ikäisenä isäksi tulleiden kuolleisuusriskiä on tutkittu, mutta tutkimuksia,



joissa olisi vertailtu eri ikäisenä vanhemmaksi tulevien kokemusta arjen hallinnasta ei ilmeisesti ole tehty. Vertaileva tutkimus eri ikäisten vanhempien arjen hallinnasta vauvan syntymän jälkeen voisi auttaa erilaisten perheiden tuen tarpeen arvioinnissa ja ennakkoinnissa, sekä ennaltaehkäisevän tuen ja perheiden palveluiden suunnittelussa.

#### **10.4 Tutkimuksen antia**

Ensisynnyttäjien keski-ikä on noussut Suomessa viimeisten vuosikymmenten aikana ja nousu jatkunee myös tulevina vuosina. Suuntaus on sama kaikissa länsimaissa. Nuoruus on pidentynyt ja yhä useamman nuoren aikuisen tulevaisuuden suunnitelmiin ei kuulu lainkaan toivetta omasta lapsesta. Perheen perustaminen ja raskaaksi tulo on useimmille tuleville vanhemmille tietoinen ja tarkkaan harkittu päätös. Nuoret äidit erottuvat ja muodostavat poikkeuksen ja ovat ikänsä vuoksi yhä pienempi vähemmistö äitien joukossa. Vaikka nuoren äidin raskaaksi tulo on vanhempiin äiteihin verrattuna useammin suunnittelematon ja parisuhde on usein tuore tai epävakaa, äitiys voi olla nuoren äidin elämässä myönteinen asia. Vauvan syntymä voi olla ”elämän paras juttu”, kuten yksi äiti kuvasi lapsensa syntymää.

Nuoret äidit tarvitsevat äitiyteen erilaista tukea kuin vanhempana lapsensa saavat äidit. Nuoren elämässä voi olla yhtä aikaa tai ajallisesti lähekkäin useita isoja muutoksia, kuten muutto lapsuuden kodista, täyden vastuun kantaminen itsestä ja omasta arjesta, parisuhteen aloittaminen ja vauvan syntymä ja vanhemmaksi tulo. Nuorten arjen hallinnan taidoissa ja taitojen edellyttämässä tiedoissa voi olla puutteita. Nuorten tuen tarve syntyy osittain myös eroteon kautta. Nuoret äidit eivät välttämättä saa arkiympäristöstään ja perustason sosiaali- ja terveystalveluista, kuten neuvolasta riittävästi heille kohdennettua tukea. Vertaistuen määrä voi olla myös vähäinen perheen arkiympäristössä. Näistä syistä nuorille äideille kohdennettujen palvelujen tarve on kiistaton.

Tämän tutkimuksen tulokset täydentävät aiempaa kuvaa nuorista äideistä ja heidän äitiyden kokemuksestaan. Tutkimus tuo uutta tietoa vertaistuen merkityksestä arjen hallinnan tukena äitiyden alkuvaiheissa. Tutkimuksen mukaan äitien vertais-

ryhmätoiminnalla on myönteinen vaikutus nuorten äitien arjen hallintaan ja kokemukseen arjesta selviytymisessä. Vertaisryhmässä käydyt keskustelut, kokemusten vaihtaminen, oman elämän peilaaminen muiden äitien kokemukseen, ryhmän ohjaajien antama tuki ja ohjaus sekä ryhmässä yhdessä tehdyt erilaiset harjoitukset auttavat äitejä suhteuttamaan oman arkensa kokemuksiin ja löytämään uusia toimintatapoja ongelmatilanteisiin. Tulosten mukaan vertaisryhmätoiminta auttoi äitejä ottamaan asioita puheeksi myös ryhmän ulkopuolella, niin kotona puolison kanssa, kuin ystävien ja tuttavien keskenkin. Äidit kokivat vertaisryhmätoiminnan itselleen erityisen tärkeänä sosiaalisena toimintana ja saivat sieltä itselleen samanlaisessa elämäntilanteessa olevia ystäviä. Ryhmään osallistuminen toi myös äitien arkeen sisältöä ja säännöllisen rytmin.

Ensisynnyttäjien keski-ikä nostessa edelleen nuoret äidit voivat kokea voimakasta ulkopuolisuuden tunnetta jokapäiväisessä arkiympäristössään. Vertaistuen tarve ja merkitys voi tämän vuoksi kasvaa nykyisestä. Nuorten äitien vertaisryhmätoiminta on ennaltaehkäisevää ja arkea koossapitävää toimintaa ja sen lisääminen edistäisi nuorten perheiden selviytymistä haasteellisesta pikkulapsiajasta. Tyttöjen Talon toiminnassa voitaisiin käyttää yhtenä työmenetelmänä sekvenssikarttaa, johon äidit voisivat merkitä päivittäisiä tapahtumia ja hahmotella itselleen ja vauvalleen sopivaa arkirytmää. Tällaisista uusista toimintatavoista voisi olla äideille hyötyä arjen jäsentämisessä ja hallinnassa.

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli tuottaa tietoa vertaisryhmätoiminnan vaikuttavuudesta uudessa elämänvaiheessa ja nostaa esiin näkökulmia, joiden avulla Tyttöjen talon nuorten äitien vertaisryhmätoimintaa voitaisiin kehittää. Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää nuorten äitien vertaisryhmätoiminnan suunnittelussa ja kehittämisessä niin julkisen kuin kolmannen sektorin järjestämänä toimintana, sekä perusteltaessa toiminnan tarpeellisuutta ja vaikuttavuutta. Tämänkaltaista tietoa on tarpeellista sosiaali- ja terveystalouden kehittämiseksi myös sote-uudistuksen yhteydessä. Tieto ja ymmärrys nuorten äitien äitiyteen liittyvistä haasteista, tuen tarpeesta ja arjesta selviytymiseen vaikuttavista tekijöistä ovat olennaisia suunniteltaessa vanhemmuuden tukitoimia. Kannattelevan tukiverkoston ja riittävien voimavarojen merkitys arjesta selviytymisessä on kiistaton, kuten myös lapsuuden

perheen tasapainoisuuden vaikutus lapsen hyvinvointiin. Näiden tekijöiden merkityksen ymmärtäminen ja kyky arvioida perheiden tilannetta voivat edistää perheiden palveluiden kehittämistä ja palvelujen kohdistamista niitä tarvitseville. Tutkimustuloksilla voi olla merkitystä osoitettaessa toiminnan vaikuttavuutta nuorten äitien elämään sekä perusteltaessa toiminnan yhteiskunnallista merkitystä esimerkiksi haettaessa toimintaan rahoitusta.

Pro gradu –tutkielmani työstäminen on ollut oppimisprosessi, jota ei olisi ollut ilman Tyttöjen Taloa ja nuorten äitien toimintaa. Kiitän Helsingin Tyttöjen Taloa ja erityisesti nuorten äitien toiminnan ohjaajia hyvästä yhteistyöstä. Kiitos opettajuuteen kasvun tuesta Helsingin kotitalousopettajankoulutuksen koko henkilökunnalle, erityisesti ohjaajalleni professori Kaija Turkille. Jaan rakkaan puolisoni Riston ja rakkaiden lasteni kanssa suurperheen arjen, kiitän teitä siitä ja erityisesti kärsivällisyydestä tutkielmani loppuunsaattamisen aikana. Kiitän entisiä ja nykyisiä työkaivereitani, ilman teitä en olisi jaksanut ahertaa työpäivien jälkeen opintojen parissa. Gradun teon tuskaa sain jakaa professori Laura Kolben ja puoluesihteeri Timo Laanisen kanssa, kiitos teille tuestanne.

## Lähteet

- Aalto, K. (2014). Arjen rytmit perhe-elämän muutoskohdissa 1979–2009. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohdissa*. (ss. 46–75). Tampere: Tampereen yliopistopaino. Luettu 16.9.2015. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/153029/Arjen-rakentuminen-kokonaan.pdf?sequence=15>
- Aalto, K. & Varjonen, J. (2012). Ajankäytön rytmit arjen kuvaajana. Teoksessa M. Lammi, M. Pantzar & T. Koivunen (toim.), *Arjen kartat ja rytmit*. Kuluttajatutkimuskeskuksen vuosikirja 2012 (s. 35–63). Tampere: Tampereen yliopistopaino. Luettu 1.3.2016. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/153029/05%20Raijas.pdf?sequence=5>
- Aaltonen, S. (2008). Itseluottamusta, varovaisuutta ja vaaraa. Teoksessa T. Tolonen (toim.), *Yhteiskuntaluokka ja sukupuoli*. (ss. 36–57). Tampere: Vastapaino.
- Aapola, S. & Ketokivi, K. (2005). Johdanto: Aikuistumisen ehdot 2000-luvun yhteiskunnassa. Teoksessa: S. Aapola & K. Ketokivi (toim.), *Polkuja ja poikkeamia – Aikuisuutta etsimässä*. (ss. 7–32). Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 56. Tampere: Tampereen yliopistopaino.
- Aapola-Kari, S. (2006). Nuoret sankarit ja sankarittaret? Menestyneet nuoret median valokielassa. Teoksessa T-A. Wilska & J. Lähteenmaa (toim.), *Kultainen nuoruus. Kurkistuksia nuorten hyvinvointiin ja sen tutkimiseen*. (ss. 7–27). Nuorisotutkimusverkosto/Nuoristutkimusseura. Verkkojulkaisusarja. 12.1.2015. Saatavissa: <http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/kultainnuoruus.pdf>
- Aikasalo, P. (2007). Elämäkertatutkimus naisten keskinäisen kohtaamisen paikana. Teoksessa P. Olsson & T. Willman (toim.), *Sukupuolen kohtaaminen etnologiassa*. (116–129). Vaasa: Vaasa Graphics Oy.
- Alasuutari, P. (2011). *Laadullinen tutkimus 2.0*. 4. Uudistettu painos. Vastapaino. Riika: InPrint.
- Anttonen, E. (2006). *Sukupuolisensitiivisyys kansalaistoiminnassa ja nuorisotyössä*. KeVer-verkkojulkaisu. 3/2006 Viitattu 7.3.2012. Saatavissa: <http://www.uasjournal.fi/index.php/kever/article/viewArticle/1063/897>
- Anttonen, E. (2007). *Sukupuolisensitiivisyys kansalaistoiminnassa ja nuorisotyössä*. Humak. Sarja C. Oppimateriaaleja 13. <https://www.humak.fi/wp-content/uploads/2015/01/sukupuolisensitiivisyys-kansalaistoiminnassa.pdf>
- Avoin toiminta ja ryhmät*. (2015). Helsingin Tyttöjen Talon internetsivut. Viitattu 7.8.2015. Saatavissa: <http://www.tyttojentalo.fi/avoin-toiminta-ja-ryhm%C3%A4t>
- Barber, J. S. (2001). The Intergeneration transmission of Age at First Birth among Married and Unmarried Men and Women. *Social Science Research*, 30(2), 219–247.

- Bennett, T. (2002). Home and everyday life. Teoksessa T. Bennett & D. Watson. (toim.), *Understanding everyday life*. (ss. 1–50). Oxford: Blackwell Publishers.
- Berg, K. (2008). *Äitiys kulttuurisina odotuksina*. Väestötutkimuslaitoksen julkaisusarja D 48. Luettu 12.1.2015. Saatavissa: <https://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/42524/diss2008berg.pdf?sequence>
- Cacciatore, R. (2010). Seksuaalisuuden kehitys nuoruudessa. Teoksessa: *Nuorten hyvin- ja pahoinvointi. Konsensuskokous 2010*. (ss. 65–72). Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, Suomen Akatemia. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Cacciatore, R. & Janhunen, K. (2008). Täydelliset äidit – 11 myyttiä. Teoksessa K. Janhunen, & M. Oulasmaa. (toim.), *Äidin kielletyt tunteet*. (ss. 102–109). Väestöliitto. Vantaa: Nykypaino Oy.
- Cantell-Laijoki, L. (2012). Nuoret äidit. Teoksessa: H. Mulari & H. Eischer. (toim.), *Tyttötyön kansio*. (ss. 65–71). Suomen Setlementtiliitto ry. Luettu 8.4.2016. Saatavissa: [http://www.likka.fi/wp-content/uploads/2014/10/tytto\\_tyonkansio.pdf](http://www.likka.fi/wp-content/uploads/2014/10/tytto_tyonkansio.pdf)
- Cederlöf, P. (1998.) *Nuorisotyön yhteiskunnallinen merkitys. Perustietoja, poimintoja ja haarukkapaloja nuorisotyöstä sekä sen asemasta suomalaisessa yhteiskunnassa*. NUORAn julkaisuja 8. Helsinki: Nykypaino Oy. Saatavissa: [http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Nuoriso/nuorisoasiain\\_neuvottelukunta/julkaisut/muut\\_tutkimukset/Nuorisotyxn\\_merkitys.pdf](http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Nuoriso/nuorisoasiain_neuvottelukunta/julkaisut/muut_tutkimukset/Nuorisotyxn_merkitys.pdf)
- Connolly, J., Heifetz, M. & Bohr, Y. (2012). Pregnancy and Motherhood Among Adolescent Girls in Child Protective Services: A Meta-Synthesis of Qualitative Research. *Journal of Public Child Welfare*. 6(5), 614–635.
- de Jonge, A. (2001). Support for teenage mothers: a qualitative study into the views of women about the support they received as teenage mothers. *Journal of Advanced Nursing*. 36(1), 49–57.
- De La Rey, C. & Parekh, A. (1996). Community-based Peer Groups: an Intervention Programme for Teenage Mothers. *Journal of Community & Applied Social Psychology*. 6(5), 373–381.
- DeVito, J. (2007). Self-Perceptions of Parenting Among Adolescent Mothers. *The Journal of Perinatal Education*, 16(1), 16–23.
- Eicher, H. & Tuppurainen, J. (2009). Tyttöjen Talo on kuin avoin koti. Setlementtijulkaisuja 22. Helsinki: Aksidenssi Oy:n kirjapaino
- Ellegård, K. (1999). A time-geographical approach to the study of everyday life of individuals – a challenge of complexity. *GeoJournal* 48 (3), 167–175.
- Eskola, J & Vastamäki, J. (2015). Teemahaastattelu: opit ja opetukset. Teoksessa R. Valli & J. Aaltola (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. 4. uudistettu ja täydennetty painos. (ss. 27–44). Juva: Bookwell Oy.

- Fast, Maija (2006) *Vaatimusten ristipaineessa. Nuoret koulutetut naiset ja kilpailuyhteiskunta*. Tane-julkaisuja 2006:8. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 12.3.2016. Saatavissa: [http://tane.fi/documents/1429808/1854322/Maija+Fast+Vaatimusten+ristipaineessa.+Nuoret+koulutetut+naiset+ja+kilpailuyhteiskunta+pdf,+471+kB.pdf/41527114-b0c9-49f1-9ade-9897f0\\_d9b2db](http://tane.fi/documents/1429808/1854322/Maija+Fast+Vaatimusten+ristipaineessa.+Nuoret+koulutetut+naiset+ja+kilpailuyhteiskunta+pdf,+471+kB.pdf/41527114-b0c9-49f1-9ade-9897f0_d9b2db)
- Felski, R. (1999/2000). The invention of everyday life. *New Formations* 39, 15–31. Luettu 11.10.2015. Saatavissa: <http://people.virginia.edu/~rf6d/felski.the-invention-of-everyday-life.pdf>
- Gretschel, A. (2011). *Nuorisotalo mahdollistavana lähiyhteisönä: nuorten näkökulma*. Helsingin kaupungin nuorisoasiainkeskus. Julkaisuja 3. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisuja 41. Helsinki: Aksidenssi Oy. Viitattu 7.3.2012. Saatavissa: <http://testi.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/nuorisotalo.pdf>
- Guttmacher Institute. (2010). *Facts on the Sexual and Reproductive Health Of Adolescent Women in the Developing World*. Luettu 16.10.2015. Saatavissa: <https://www.guttmacher.org/pubs/FB-Adolescents-SRH.pdf>
- Haapala, P. (2003). Nuoriso numeroina. Teoksessa S. Aapola & M. Kaarninen (toim.), *Nuoruuden vuosisata. Suomalaisen nuorison historia*. (ss. 67–85). Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Haaranen, A. (2012). Realistinen arviointi lapsiperheiden vanhempainryhmistä. Muutokset perheen terveydessä ja vaikuttavuutta edistävät toiminnat. Publications of the University of Eastern Finland Dissertations in Health Sciences 140. Kuopio: Kopijyvä Oy. Luettu 22.9.2015. Saatavissa: [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_isbn\\_978-952-61-0968-8/urn\\_isbn\\_978-952-61-0968-8.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0968-8/urn_isbn_978-952-61-0968-8.pdf)
- Hakala, J. T. (2015). Toimivan tutkimusmenetelmän löytäminen. Teoksessa R. Valli & J. Aaltola (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. 4. uudistettu ja täydennetty painos. (ss. 14–26). Juva: Bookwell Oy.
- Halonen, M. & Apter, D. (2010). Teiniraskauden ja -äitiyden moninaiset haasteet. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. 126(8)881-887. Luettu 22.9.2015. Saatavissa: [http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/arkisto;jsessionid=54C3A22B2F1563086100B6DD2AB5F22C?p\\_p\\_id=Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet&\\_Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet\\_viewType=viewArticle&\\_Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet\\_tunnus=duo98744](http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/arkisto;jsessionid=54C3A22B2F1563086100B6DD2AB5F22C?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_viewType=viewArticle&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_tunnus=duo98744)
- Hanna, B. (2001). Negotiating motherhood: the struggles of teenage mothers. *Journal of Advanced Nursing*. 34(4), 456–464.
- Haverinen, L. (1996). *Arjen hallinta kotitalouden toiminnan tavoitteena. Kotitalouden toiminnan filosofista ja teoreettista tarkastelua*. Tutkimuksia 164. Helsinki: Helsingin yliopiston opettajankoulutuslaitos. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/20066/arjenhal.pdf?sequence=2>
- Haverinen, L. (2008.) *Kotitaloustaidot ja arjen hallinnan kehittäminen*. Futura 1/08. (ss. 18–26). Luettu 15.4.2014. Saatavissa: <http://elektra.helsinki.fi/se/f/0785-5494/27/1/kotitalo.pdf>

- Haverinen, L. (2009.) *Johdatus kotitalouden taitopedagogiikkaan – kertomukset kotitalouden hiljaisen tiedon tulkkina*. Kotitalous- ja käsityötieteiden julkaisuja 18. Helsinki: Yliopistopaino. Luettu 15.4.2014. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10224/4660/Taitopedagogiikka.pdf?sequence=1>
- Haverinen, L. & Saarilahti, M. (2009). Arjen hallinnasta arjen vastuuseen? Näkökulmia ja sovelluksia arjen hallinta –käsitteestä. Teoksessa H. Janhonen-Abruquah (toim.), *Kodin arki*. (ss. 69–86). Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 19. Helsinki: Yliopistopaino. Luettu 2.4.2016. Saatavissa: [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10224/4812/KODIN\\_ARKI\\_2009.pdf?sequence=1](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10224/4812/KODIN_ARKI_2009.pdf?sequence=1)
- Heinilä, H. (2007). *Kotitaloustaidon ulottuvuuksia. Analyysi kotitaloustaidosta eksistentiaalistis-hermeneuttisen fenomenologian valossa*. Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 16. Helsinki: Yliopistopaino.
- Heinilä, H. (2009). How domestic skills turn out to be the art of everyday life: Phenomenological attitude as a research method in the field of home economics. *Family and Consumer Sciences Research Journal*. 38(2), 158–167.
- Heino, L. (2011). Keskellä arjen kaaosta. Teoksessa S. Fågel & M. Jonsson & P. Korvela & A. Kupiainen (toim.), *Arki haltuun – sekvenssimenetelmä perheytyössä*. (ss. 19–41). Helsinki: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Heinonen, V. (2012). Arkielämän tutkimusperinteet, kulutus ja rutiinit. Teoksessa *Kulutustutkimus nyt*. (ss. 60-74). Kulutustutkimuksen seuran julkaisu 6(1). Luettu 28.8.2015. Saatavissa: <http://www.kulutustutkimus.net/nyt/wpcontent/uploads/2012/05/KulutustutkimusNyt12012nettiin.pdf>
- Helsingin Tyttöjen Talo. (2015). *Helsingin Tyttöjen Talon nettisivusto*. Luettu 29.10.2015. Saatavissa <http://www.tyttojentalo.fi>
- Helve, H. (2002). *Arvot, muutos ja nuoret*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Helve, H. (2010). Nuorten asenteet, arvot ja maailmankuva. Teoksessa: *Nuorten hyvin- ja pahoinvointi. Konsensuskokous 2010*. (ss. 81–89). Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, Suomen Akatemia. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Herrman, J. W. (2008). Adolescent Perceptions of Teen Births. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 37(1), 42–50.
- Hertfelt Wahn, E. & Nissen, E. (2008). Sociodemographic background, lifestyle and psychosocial conditions of Swedish teenage mothers and their perception of health and social support during pregnancy and childbirth. *Scandinavian Journal of Public Health*, 36(4), 415–423.
- Hertfelt Wahn, E., Nissen, E., & Ahlberg, B M. (2005) Becoming and being a teenage mother: How teenage girls in south western Sweden view their situation. *Health Care for Women International*, 26(7), 591–603.
- Hertfelt Wahn, E., Post, I. & Nissen, E. (2007). A description of Swedish midwives' reflections on their experience of caring for teenage girls during pregnancy and childbirth. *Midwifery*, 23 (3) 269–278.

- Hiltunen, T. (2015). Äitiys, huostaanotto ja voimaantumisen. *Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social research*, (541). Jyväskylä: Jyväskylän Yliopistopaino. Luettu 15.5.2016. Saatavissa: [https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/47882/978-951-39-64085\\_v%C3%A4it%C3%B6s12122015.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/47882/978-951-39-64085_v%C3%A4it%C3%B6s12122015.pdf?sequence=1)
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (2010). *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Tallinna: Raamatutrükikoda.
- Hirvonen, E. (2000). *Raskaus nuoren valintana. Etnografia alle 18-vuotiaiden nuorten raskaudesta, tulevasta vanhemmuudesta ja elämäntilanteesta sekä äitiysneuvolakäynneistä*. Väitöstutkimus. Tampereen yliopisto, hoitotieteen laitos. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy Juvenes Print. Luettu 10.1.2015. Saatavissa: <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67048/951-44-4950-9.pdf?sequence=1>
- Hjälmhult, E., Glavin, K., Øklan, T. & Tveiten, S. (2014). Parental groups during the child's first year: an interview study of parents' experiences. *Journal of Clinical Nursing*, 23(19-20), 2980-2989.
- Hoikkala, T. (1989). *Nuorisokulttuurista kulttuuriseen nuoruuteen*. Helsinki: Painokaari Oy.
- Hokkanen, L. (2003). Vapaaehtoinen ja vertainen auttaminen. Teoksessa M. Laitinen & A. Pohjola (toim.), *Sosiaalisen vaihtuvat vastuut*. (s. 254–274). Juva: WS Bookwell Oy.
- Hokkanen, L. (2014). *Autetuksi tuleminen. Valtaistavan sosiaalisen asianajon edellyttämät toimijuudet*. Acta electronica Universitatis Lapponiensis 145. Luettu 16.5.2016. Saatavissa: [http://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/61787/Hokkanen\\_ActaE%20145pdfA.pdf?sequence=4](http://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/61787/Hokkanen_ActaE%20145pdfA.pdf?sequence=4)
- Hokkanen, T. (2005). Äitinä ja isänä eron jälkeen. Yhteishuoltajavanhemmuus arjen kokemuksena. *Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social research*, (267). Jyväskylä: Jyväskylän Yliopistopaino. Luettu 15.5.2016. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/13289/9513921794.pdf>
- Horelli, L. & Haverinen, E. (2008). Tiedostava läsnäolo arjen hallinnan kriteerinä. *Psykologia*, 43, 95–108.
- Hyväri, S. (2005). Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa M. Nylund & A. B. Yeung (toim.), *Vapaaehtoistoiminta, anti arvot ja osallisuus*. (ss. 214–235). Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Hyvärinen, S. (2008). Selviytyjät. Teoksessa K. Janhunen & M. Oulasmaa (toim.), *Äidin kielletyt tunteet*. (ss. 102–109). Väestöliitto: Nykypaino Oy.
- Hyvärinen, M. & Löyttyniemi, V. (2005). Kerronnallinen haastattelu. Teoksessa J. Ruusuvoori, P. Nikander & M. Hyvärinen. (toim.), *Haastattelun analyysi*. (ss. 189–222). Tampere: Vastapaino.
- Hyvönen, H. (2008). Maa muuttuu, muuttuuko äitiys? Suomalaisten ja virolaisten kokemuksia äitiydestä maahanmuuton jälkeen. *Yhteiskuntapolitiikka*, 73(5), 508–523.



- Häggman-Laitila, A. (2003). Early support needs of Finnish families with small children. *Journal of Advanced Nursing*, 41(6), 595–606.
- Häggman-Laitila, A. (2005). Families' experiences of support provided by resource-oriented family professionals in Finland. *Journal of Family Nursing*, 11(3), 195–224.
- Häggman-Laitila, A. & Pietilä, A-M. (2007a). Lapsiperheiden terveyttä edistävä tuki ja sen lähtökohdat: katsaus kehittämiskohteisiin ja jatkotutkimusaiheisiin. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti*, 44(1), 47–62
- Häggman-Laitila, A. & Pietilä, A-M. (2007b). Perceived Benefits on Family Health of Small Groups for Families With Children. *Public Health Nursing*, 24(3), 205–216.
- Häggman-Laitila, A. & Pietilä, A-M. (2009). Preventive psychosocietal support groups: parents' criteria for good quality. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 23(2), 211–221.
- Häggman-Laitila, A., Tanninen, H-M. & Pietilä, A-M. (2010). Effectiveness of resource-enhancing family-oriented intervention. *Journal of Clinical Nursing*, 19(17–18), 2500–2510.
- Jallinoja, R. (2000). *Perheen aika*. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Janhonen-Abuquah, H. (2010). *Gone with the Wind? Immigrant Women and Transnational Everyday Life in Finland*. Väitöstutkimus. Helsinki: University Print. Luettu 30.9.2015. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/20059/gonewith.pdf?sequence=2>
- Janhunen, K. (2007). *Äitiyden kielletyt tunteet*. Väestöliitto. Pari & Perhe, 4, 22–23.
- Janhunen, K. & Saloheimo, A. (2008). Äitiyden tunnepakkaus. Teoksessa K. Janhunen & M. Oulasmaa (toim.), *Äidin kielletyt tunteet*. (ss. 28–52). Väestöliitto: Nykypaino Oy.
- Jauho, H-L. (2012). *Teiniäitiys ja oman kodin arjenhallinta*. Pro gradu -tutkielma. Helsingin Yliopisto.
- Jokinen, E. (1996.) *Väsynyt äiti. Äitiyden omaelämäkerrallisia esityksiä*. Tampere: Tammer-Paino.
- Jokinen, E. (2003). Arjen kyseenalaisuus. *Naistutkimus*, 16(1), 4–17.
- Jokinen, K. & Malin, M-L. (2000). Ikä, kansalaistoiminta ja verkostot. Teoksessa M-L. Malin (toim.), *Verkostot ja vertaiset*. (s. 9–15). Helsinki: Helsingin Painoteollisuus Oy.
- Jolanki, O. & Karhunen, S. (2010). Renki vai isäntä? Analyysiohjelmat laadullisessa tutkimuksessa. Teoksessa J. Ruusuvoori, P. Nikander & M. Hyvärinen. (toim.), *Haastattelun analyysi*. (ss. 395–410). Tampere: Vastapaino.
- Jyrkämä, O. (2010). Vertaistukiryhmä käyntiin! Teoksessa T. Laatikainen. (toim.), *Vertaistoiminta kannattaa*. (ss. 25–49). Asumispalvelusäätiö ASPA. Luettu 14.9.2015. Saatavissa: [http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta\\_kannattaa.pdf](http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf)

- Kaarti, N. & Korvela, P. (2014). Aika- ja perhekäsitykset ruuhkavuosien määrittäjinä. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohdissa*. (ss. 146–167). Kuluttajatutkimuskeskuksen kirjoja 9. Tampere: Tampereen yliopistopaino. Luettu 16.9.2015. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/153029/Arjen-rakentuminen-kokonaan.pdf?sequence=15>
- Kainlauri, J. & Karppine, P. (2003). Tutkimus Tyttöjen Talon nuorten äitien ryhmästä. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Luettu 9.3.2014. Saatavissa: [http://kirjastot.diak.fi/files/diak\\_lib/Helsinki2003/kainlauri2928.pdf](http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Helsinki2003/kainlauri2928.pdf)
- Kananen, J. (2015). *Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Näin kirjoitan opinnäytetyön tai pro gradun alusta loppuun*. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 202. Suomen Yliopistopaino Oy.
- Kanervo, M. (2013). Leipomalla hyväksi tytöksi? – Sukupuolen tuottaminen ja uusintaminen Tyttöjen Talon kontekstissa. Pro gradu -tutkielma. Helsingin yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Sosiaalitieteiden laitos. Sosiaali- ja kulttuuriantropologia.
- Karlsson, L. (2002). Äitiys – yhteisyyttä ja vastavuoroisuutta. Teoksessa T. Keränen & L. Ruskomaa (toim.), *Näkökulmia äitiyteen*. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Löytöretki vanhemmuuteen projekti. (ss. 24–34). Kauhava: Kauhavan kirjapaino.
- Kartovaara, L. (2003). Miesjohtajilla ura ja perhe, entä naisjohtajilla? *Tilastollinen aikakauslehti*, 4, 3–8. Viitattu 30.1.2014. Saatavissa: [http://www.stat.fi/tup/hyvinvointikatsaus/hyv\\_034\\_kartovaara.pdf](http://www.stat.fi/tup/hyvinvointikatsaus/hyv_034_kartovaara.pdf)
- Katvala, S. (2001). *Missä äiti on? Äitejä ja äitiyden uskomuksia sukupolvien saattossa*. Jyväskylä studies in education, psychology and social research, (186). Jyväskylä: Jyväskylän Yliopistopaino.
- Katvala, S. (2002). Läsnä- ja poissaolevia äitejä. Teoksessa T. Keränen & L. Ruskomaa (toim.), *Näkökulmia äitiyteen*. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Löytöretki vanhemmuuteen projekti. (ss. 19–23). Kauhava: Kauhavan kirjapaino.
- Kaukkila, V. & Lehtonen, E. (2007). *Ryhmästä enemmän. Käsikirja ryhmäohjaajan taitoja tarvitsevalle*. Helsinki: SMS-Tuotanto.
- Kauppinen, K. (2007). Esipuhe. Hyvä työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen on valttikortti myös globalisoituvassa maailmassa. Teoksessa E. Moisio & H. Huuhtanen (toim.), *Arki hallussa? Suomalaisten asiantuntijoiden näkemyksiä työstä, perheestä ja vapaa-ajasta vuonna 2015. Delfoi-paneelin tuloksia*. (ss. 7–10). Työterveyslaitos. Työ ja ihminen. Tutkimusraportti 31. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy. Luettu 30.9.2015. Saatavissa: [http://www.ttl.fi/fi/tyo\\_ja\\_ihminen/Documents/Tutkimusraportti\\_31.pdf](http://www.ttl.fi/fi/tyo_ja_ihminen/Documents/Tutkimusraportti_31.pdf)
- Kelhä, M. (2008). Äitiys, luokka ja ikä. Teoksessa: T. Tolonen (toim.), *Yhteiskuntaluokka ja sukupuoli*. (ss. 82–100). Tampere: Vastapaino.
- Ketokivi, K. (2002). *Vapauden lumo ja vastuun taakka. Perheen perustaminen pidentyneen nuoruuden kulttuurissa*. Pro gradu -tutkielma. Helsingin yliopisto. Luettu pvm. 14.2.2014 Saatavissa: <http://ethesis.helsinki.fi/julkaisut/val/sosio/pg/ketokivi/vapauden.pdf>

- Ketokivi, K. (2005). Aikuistumisen ja perheen perustamisen ristiriidat pidentyneessä nuoruudessa. Teoksessa: S. Aapola & K. Ketokivi (toim.), *Polkuja ja poikkeamia – Aikuisuutta etsimässä*. (ss. 66–99). Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 56. Tampere: Tampereen yliopistopaino.
- Kivelä, P. (2012). *Oman paikan taju. Keski-ikäiset perheenäidit paikallisilla kentillä*. Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research, (454). Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House.
- Klen, I., Lindqvist, U., Manninen, S. & Mäkinen, A. (2009). *Lapaset perheverkosto –hanke 2005-2008. Loppuraportti*. Helsingin kaupungin sosiaalivirasto. Selvityksiä 3. Viitattu 18.5.2014. Saatavissa: <http://www.hel.fi/wps/wcm/connect/645bf0804f124451b06ab07ce0f1caac/Lapaset-loppuraportti.pdf?MOD=AJPERES>
- Koivusilta, L. & Rimpelä, A. (2000). Nuoruusiässä luodaan terveyden perusta. Teoksessa E. Heikkinen & J. Tuomi (toim.), *Suomalainen elämäntilanne*. (ss. 155–172). Vantaa: Tummavuoren Kirjapaino Oy.
- Korhonen, M. (2002). Äitiys, naiseus ja elämäntilanne. Teoksessa T. Keränen & L. Ruskomaa (toim.), *Näkökulmia äitiyteen*. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Löytöretki vanhemmuuteen projekti. (ss. 35–46). Kauhava: Kauhavan kirjapaino.
- Korvela, P. (2003). *Yhdessä ja erikseen. Perheenjäsenten kotona olemisen ja tekemisen dynamiikka*. Stakes. Tutkimuksia 130. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Korvela, P. (2011). Arki, päivärytmi ja sekvenssit – Miten käsitteellistää arkea ja kotia? Teoksessa S. Fågel & M. Jonsson & P. Korvela & A. Kupiainen (toim.), *Arki haltuun – sekvenssimenetelmä perhetyössä*. (ss. 219–223). Helsinki: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Korvela, P. (2014). Arjen rakentumisen ja rytmien kokoavaa tarkastelua. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohdissa*. (ss. 318–341). Kuluttajatutkimuskeskuksen kirjoja 9. Tampere: Tampereen yliopistopaino. Luettu 16.9.2015. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/153029/Arjen-rakentuminen-kokonaan.pdf?sequence=15>
- Korvela, P., Holmberg, M., Jonsson, M. & Kupiainen, A. (2009). Ajelehtivasta ankuroituun arkeen – arkirytmien muuttamisen tukeminen perhetöissä sekvenssikartta –menetelmällä. Teoksessa H. Janhonen-Abuquah (toim.), *Kodin arki*. (ss. 103–120). Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 19. Helsinki: Yliopistopaino. Luettu 13.3.2014. Saatavissa: [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10224/4812/KODIN\\_ARKI\\_2009.pdf?sequence=1](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10224/4812/KODIN_ARKI_2009.pdf?sequence=1)
- Korvela, P. & Kaartti, N. (2014). Arjen joustava rakentuminen ruuhkaisia vuosia elävissä perheissä. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohdissa*. (ss. 168–186). Kuluttajatutkimuskeskuksen kirjoja 9. Tampere: Tampereen yliopistopaino. Luettu 16.9.2015. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/153029/Arjen-rakentuminen-kokonaan.pdf?sequence=15>

- Korvela, P. & Keskinen, H. (2008). From Surviving to Reconciling Home and Work: An Activity-Theoretical study on the Changing Everyday Life of Families. Teoksessa T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Reinventing art of everyday making*. (ss. 241–270). Frankfurt am Main: Peter Lang.
- Korvela, P., Saarilahti, M. & Sekki, S. (2014). Arjen rytmin muuttaminen - uuden työtavan kehittäminen perhetyöhön. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.) *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohdissa*. (ss. 190–210). Kuluttajatutkimuskeskuksen kirjoja 9. Tampere: Tampereen yliopistopaino. Luettu 16.9.2015. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/153029/Arjen-rakentuminen-kokonaan.pdf?sequence=15>
- Koski, P. (2007). Nuoret tarvitsevat yhteisöjä ja yhteisöllisyyttä. Teoksessa T. Hoikkala & L. Suurpää (toim.), *Jokela-ilmiö. Sikeremä nuorisotutkijoiden näkökulmia*. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisuja 17. (ss. 20–21). Luettu 7.5.2015. Saatavissa: <http://www.nuoriso-tutkimusseura.fi/julkaisuja/jokela.pdf#page=21>
- Kuortti, M., Jähi, R., Lindfors, P. & Kosunen, E. (2011). ”Meille tais sattua pieni vahinko” Tyttöjen suunnittelemattomaan raskauteen liittyvät tulkinnat. *Yhteiskuntapolitiikka*, 76(2), 135–147.
- Kupiainen, A. & Holmberg, M. (2011). Arki haltuun sekvenssimenetelmällä. Teoksessa S. Fågel & M. Jonsson & P. Korvela & A. Kupiainen (toim.), *Arki haltuun – sekvenssimenetelmä perhetyössä*. (43–63). Helsinki: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Kuula, A. (2011). *Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys*. Jyväskylä: Bookwell Oy.
- Kuula, A. & Tiitinen, S. (2010). Eettiset kysymykset ja haastattelujen jatkokäyttö. Teoksessa J. Ruusuvuori, P. Nikander & M. Hyvärinen. (toim.), *Haastattelun analyysi*. (ss. 446–459). Tampere: Vastapaino.
- Kuure, T. (2001a). Perhe ja parisuhde. Teoksessa T. Kuure (toim.), *Aikuistumisen pullonkaulat*. Nuorten elinolot vuosikirja. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisosiain neuvottelukunta. Sosiaali- ja terveystieteen tutkimus- ja kehittämiskeskus. (ss. 31-34). Pieksämäki: Kirjapaino Raamattutalo Oy.
- Kuure, T. (2001b). Nuorten syrjäytymistä kuvaavia mittareita. Teoksessa T. Kuure (toim.), *Aikuistumisen pullonkaulat*. Nuorten elinolot vuosikirja. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisosiain neuvottelukunta. Sosiaali- ja terveystieteen tutkimus- ja kehittämiskeskus. (ss. 39-49). Pieksämäki: Kirjapaino Raamattutalo Oy.
- Kuuskoski, E. (2003). Vertaistoiminta osana ihmisyyttä. Teoksessa J. Niemelä & V. Dufva (toim.), *Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat. Sosiaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituohannella*. (ss. 30–39). Juva: WS-Bookwell Oy.
- Kuussaari, K., & Pietikäinen, M. & Puhakka, T. (2010). Nuoret ja aikuiset tilastojen ja kyselytutkimusten valossa. Teoksessa A-H. Anttila, K. Kuussaari & T. Puhakka. (toim.), *Ohipuhuttu nuoruus?* Nuorten elinolot vuosikirja. Nuorisotutkimusverkosto. Helsinki: Yliopistopaino. Luettu 13.2.2016. Saatavissa: <https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2013/05/elinolot-2010.pdf>

- Käyhkö, M. (2008). Käden jälki näkyviin. Teoksessa: T. Tolonen (toim.), *Yhteiskuntaluokka ja sukupuoli*. (ss. 255–273). Tampere: Vastapaino.
- Laari, S. (2005). Kättilö auttaa työstä äidiksi. *Helsingin Sanomat* 8.5.2005.
- Laimio, A & Karnell, S. (2010). Vertaistoiminta – kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa T. Laatikainen (toim.), *Vertaistoiminta kannattaa*. (ss. 9–20). Anjalankoski: Solver Palvelut Oy. Luettu 21.8.2015. Saatavissa: [http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta\\_kannattaa.pdf](http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf)
- Laine, O. (2002). Psykykinen kehitys. Teoksessa P. Terho, E-L. Ala-Laurila & J. Laakso (toim.), *Kouluterveydenhuolto*. 2. uudistettu painos. Duodecim. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Lammi-Taskula, J. & Salmi, M. (2009). Työnjako ja tyytyväisyys parisuhteeseen pikkulapsiperheissä. Teoksessa J. Lammi-Taskula, S. Karvonen & S. Ahlström. (toim.), *Lapsiperheiden hyvinvointi 2009*. Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos. (ss. 50–57). Helsinki: Yliopiston kirjapaino. Luettu 10.1.2015. Saatavissa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80047/0e6f5676-9ccf-4490-8496-45c7b3acce5f.pdf?sequence=1>
- Laukkanen, E. (2010). Nuoruusiän psykykinen kehitys. Teoksessa: *Nuorten hyvinvoinnin ja pahoinvoinnin konsensuskokous 2010*. (ss. 60–64). Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, Suomen Akatemia. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Leahy-Warren, P., McCarthy, G. & Corcoran, P. (2011). First-time mothers: social support, maternal parental self-efficacy and postnatal depression. *Journal of Clinical Nursing*, 21(3-4), 388–397.
- Lehmann, E., Klein, A., Bergmann, S. & von Klitzing, K. (2011). Triadic interaction of adolescent mothers, fathers, and infants: An exploratory study. *Family Science*, 2(2), 98–108.
- Lehti, V., Niemelä, S., Heinze, M., Sillanmäki, L., Helenius, H. & Piha, J., Kumpulainen, K., Tamminen, T., Almqvist, F. & Sourander, A. (2012). Childhood predictors of becoming a teenage mother among Finnish girls. *ACTA Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*, 91(11), 1319–1325.
- Lehti, V. (2013). *Nuorena vanhemmaksi tulemista ja raskaudenkeskeytystä ennustavat lapsuusiän tekijät*. Väitöstutkimus. Turun yliopiston julkaisuja C 357. Turku: Painosalama Oy. Luettu 15.10.2015. Saatavissa: <https://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/87984/AnnalesC357Lehti.pdf?sequence=1>
- Leppälahti, M. (2008). Katsaus: Silmäys nuorisotutkimukseen. *Elore*, 15(1), 1–9. Luettu 18.5.2016. Saatavissa: [http://www.elore.fi/arkisto/1\\_08/lep1\\_08.pdf](http://www.elore.fi/arkisto/1_08/lep1_08.pdf)
- Lönnberg, S. (2011). Sosiaalityöntekijöiden arvioita Arki haltuun –perhetyöstä. Teoksessa S. Fågel & M. Jonsson & P. Korvela & A. Kupiainen (toim.), *Arki haltuun – sekvenssimenetelmä perhetyössä*. (169–176). Helsinki: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Maavirta, T. (2009). Arjen ruoanvalinta ja ruokailu – suomalainen syöminen tutkimuskohteena. Teoksessa H. Janhonen-Abuquah (toim.) *Kodin arki*. (ss. 121–132). Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 19. Helsinki: Yliopistopaino. Luettu 13.3.2016. Saatavissa: [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10224/4812/KODIN\\_ARKI\\_2009.pdf?sequence=1](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10224/4812/KODIN_ARKI_2009.pdf?sequence=1)

- Malin, M-L. (2000). Vertaisryhmä elinvoimaa kasvattamassa. Teoksessa M-L. Malin (toim.), *Verkostot ja vertaiset*. (s. 17–21). Helsinki: Helsingin Painoteollisuus Oy.
- Markkola, P. (2003). Moninainen maalaisnuoriso. Teoksessa S. Aapola & M. Kaarninen (toim.), *Nuoruuden vuosisata. Suomalaisen nuorison historia*. (ss. 129–159). Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- McDonald, L., Conrad, T., Fairtlough, A., Fletcher, J., Green, L., Moore, L. & Lepps, B. (2009). An evaluation of a groupwork intervention for teenage mothers and their families. *Child & Family Social Work*, 14(1), 45–57.
- Mezey, G., Robinson, F., Gillard, S., Mantovani, N., Meyer, D., White, S. And Bonnell, C. (2015). Tackling the problem of teenage pregnancy in looked-after children: a peer mentoring approach. *Child & Family Social Work*, 5, 1–10.
- Miettinen A. (2015). *Miksi syntyvyys laskee? Suomalaisten lastensaantiin liittyviä toiveita ja odotuksia*. Perhebarometri 2015. Väestöliitto. Katsauksia E49/2015. Helsinki: Hansaprint Oy. Luettu 22.11.2015. Saatavissa: [http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/6b69987b1c925d862b4418293fd739e9/1448187036/application/pdf/4874325/Perhebarometri\\_2015\\_syntyvyys%20netti.pdf](http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/6b69987b1c925d862b4418293fd739e9/1448187036/application/pdf/4874325/Perhebarometri_2015_syntyvyys%20netti.pdf)
- Miettinen, A. & Rotkirch, A. (2008). *Milloin on lapsen aika? Lastenhankinnan toiveet ja esteet*. Perhebarometri 2008. Väestöliitto. Väestöntutkimuslaitos. Katsauksia E 34. Helsinki: Hakapaino Oy. Saatavissa: [http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/8137c09006aaa6f643918d5216d2f0a1/1458474146/application/pdf/4952542/Perhebarometri%202008\\_web.pdf](http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/8137c09006aaa6f643918d5216d2f0a1/1458474146/application/pdf/4952542/Perhebarometri%202008_web.pdf)
- Miettinen, A. & Rotkirch, A. (2012). *Yhteistä aikaa etsimässä. Lapsiperheiden ajankäyttö 2000-luvulla*. Väestöntutkimuslaitos. Katsauksia E42. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Miettinen, M. (2006). *"Mulla on nää langat käsissä". Selvitys tyttöryhmien ohjaamisesta Meidän tyttöset –projektissa*. Sukupuolisensitiivisen nuorisotyön menetelmien kehittäminen Itä-Suomessa -hanke. Humanistinen ammattikorkeakoulu, Joensuun kampus. Viitattu 7.3.2012. Saatavissa: <http://www.humak.fi/user/antter01/index.html>
- Mikkonen, I. (2009). *Sairastuneen vertaistuki*. Väitöstutkimus. Kuopio: Kopijyvä. Luettu 22.9.2015. Saatavissa: <http://www.kansalaisareena.fi/irjasbn978-951-27-1232-8.pdf>
- Moisio, E. & Huuhtanen, H. (2007). *Arki hallussa? Suomalaisten asiantuntijoiden näkemyksiä työstä, perheestä ja vapaa-ajasta vuonna 2015. Delfoi-paneelin tuloksia*. Työterveyslaitos. Työ ja ihminen. Tutkimusraportti 31. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy. Luettu 30.9.2015. Saatavissa: [http://www.ttl.fi/fi/tyo\\_ja\\_ihminen/Documents/Tutkimusraportti\\_31.pdf](http://www.ttl.fi/fi/tyo_ja_ihminen/Documents/Tutkimusraportti_31.pdf)
- Mulari, H. & Eischer, H. & Uusitalo-Herttua, M. (2012). Tyttötyö kääntyi 2010-luvulle. Teoksessa: H. Mulari & H. Eischer. (toim.), *Tyttötyön kansio*. (ss. 6–19). Suomen Setlementtiliitto ry. Luettu 8.4.2016. Saatavissa: <https://setlementti-fi-bin.directo.fi/@Bin/85d9da83eaa479440aa30710b61ae26e/1460312865/application/pdf/965517/Tyttötyön%20kansio.pdf>

- Munnukka, T., Kiikkala, I. & Valkama, K. (2005). Vertaiset verkossa. Nettiäidit virtuaalihiikkalaatikolla. Teoksessa M. Nylund & A. B. Yeung (toim.), *Vapaaehtoistoiminta, anti arvot ja osallisuus*. (ss. 236–254). Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Myllyniemi, S. (2009). *Taidekohtia. Nuorisobarometri 2009*. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura julkaisuja 97. Nuorisoasiain neuvottelukunta julkaisuja 41. Helsinki: Yliopistopaino. Luettu 22.10.2015. Saatavissa: [https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2013/05/Nuorisobarometri\\_2009.pdf](https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2013/05/Nuorisobarometri_2009.pdf)
- Myllyniemi, S. (2015). *Arjen jäljillä. Nuorisobarometri 2015*. Nuorisoasiain neuvottelukunnan julkaisuja 54. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Luettu 2.4.2016. Saatavissa: [https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2016/01/Nuorisobarometri\\_2015\\_ISSUU.pdf](https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2016/01/Nuorisobarometri_2015_ISSUU.pdf)
- Mäntylä, T. (2010). *Nuorten aikuisten koti, kulutus ja ajankäyttö*. Kuluttajaviraston julkaisusarja 3. Luettu 20.10.2015. Saatavissa: <http://www.kkv.fi/globalsets/kkv-suomi/opettajalle/1010nuortenaikuistenkotikulutusjaajankaytta.pdf>
- Niemelä, P. (2003). Äitiyden tunteen syntyminen. Teoksessa P. Niemelä & P. Silta & T. Tamminen (toim.), *Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus*. (ss. 237–251). Juva: WS Bookwell Oy.
- Nikander, P. (2010). Laadullisten aineistojen litterointi, kääntäminen ja validiteetti. Teoksessa J. Ruusuvaara, P. Nikander & M. Hyvärinen. (toim.), *Haastattelun analyysi*. (ss. 432–445). Tampere: Vastapaino.
- Nikander, T. & Pietiläinen, M. (2013). Alussa asutaan yksin tai kaksin – lopussa uudestaan yksin. Tilastokeskus. *Hyvinvointikatsaus*, (4). Luettu 7.10.2015. Saatavissa: [http://www.stat.fi/artikkelit/2013/art\\_2013-12-09\\_001.html?s=0](http://www.stat.fi/artikkelit/2013/art_2013-12-09_001.html?s=0)
- Nousiainen, K. (2002). Mikä äiti se on, joka lapsensa jättää? Teoksessa T. Keränen & L. Ruskomaa (toim.), *Näkökulmia äitiyteen*. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Löytöretki vanhemmuuteen projekti. (ss. 13–18). Kauhava: Kauhavan kirjapaino.
- Nousiainen, K. (2004). *Lapsistaan erillään asuvat äidit. Äitiysidentiteetin rakentamisen tiloja*. Helsingin yliopiston yhteiskuntapolitiikan laitoksen julkaisusarja 3. SoPhi 89. Viitattu 12.1.2014. Saatavissa: <http://ethesis.helsinki.fi/julkaisut/val/sospo/vk/nousiainen/lapsista.pdf>
- Nylund, M. (1996.) Suomalaisia oma-apuryhmiä. Teoksessa A. Matthies, U. Kotakari & M. Nylund. (toim.), *Välittävät verkostot*. (ss. 193–205). Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Nylund, M. (2000). *Varieties of Mutual Support and Voluntary Action. A Study of Finnish Self-Help Groups and Volunteers*. The Finnish Federation for Social Welfare and Health. Helsinki: Hakapaino.
- Nylund, M. (2005). Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa M. Nylund & A. B. Yeung (toim.), *Vapaaehtoistoiminta, anti arvot ja osallisuus*. (ss. 195–213). Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

- Nylund, M. & Yeung, A. B. (2005). Vapaaehtoisuuden anti, arvot ja osallisuus murroksessa. Teoksessa M. Nylund & A. B. Yeung (toim.), *Vapaaehtoistoiminta, anti arvot ja osallisuus*. (ss. 13–38). Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Nyström, K. & Öhrling, K. (2004.), Parenthood experiences during the child's first year: literature review. *Journal of Advanced Nursing*, 46 (3), 319–330.
- Nätkin, R. (1997). Kamppailua suomalaisesta äitiydestä. Maternalismi, väestöpolitiikka ja naisten kertomukset.
- Nätkin, R. (2002). Äiti, lapsi ja suhteiden politiikka. Teoksessa T. Keränen & L. Ruskomaa (toim.), *Näkökulmia äitiyteen*. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. (ss. 47–52). Kauhava: Kauhavan kirjapaino.
- Ohjaajien haastattelu. Suullinen tiedonanto. Tyttöjen Talo. Helsinki. 2012.
- Oinonen, E. (2001). Perheellistyminen ja vanhemmuus aikuisuuden määrittäjinä. Teoksessa T. Kuure (toim.), *Aikuistumisen pullonkaulat*. Nuorten elinolot vuosikirja. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisoasiain neuvottelukunta. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. (ss. 109-123). Pieksämäki: Kirjapaino Raamattutalo Oy.
- Opetushallitus (2004). *Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004*. Vammala: Vammalan kirjapaino. Luettu 12.3.2015. Saatavissa: [http://www.oph.fi/download/139848\\_pops\\_web.pdf](http://www.oph.fi/download/139848_pops_web.pdf)
- Opetushallitus (2014). *Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014*. Vammala: Vammalan kirjapaino. Luettu 2.4.2016. Saatavissa: [http://www.oph.fi/download/163777\\_perusopetuksen\\_opetussuunnitelman\\_perusteet\\_2014.pdf](http://www.oph.fi/download/163777_perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf)
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2012). *Lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämisohjelma 2012-2015*. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 6. Saatavissa: <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2012/liitteet/OKM06.pdf?lang=fi>
- Paajanen, P. (2005). *Eri teitä vanhemmuuteen. Kaksikymppisenä ja kolmekymppisenä lapsen saaneiden näkemyksiä perheellistymisestä ja vanhemmuudesta*. 2. korjattu painos. Perhebarometri. Väestöntutkimuslaitos. Katsauksia E 21/2005. Helsinki: Väestöliitto. Luettu 18.3.2016. Saatavissa: [http://vaestoliittofibin.directo.fi/@Bin/d7d806873cf4169a144a3f228d16672e/1458475764/application/pdf/4953164/Perhebarometri%202005\\_web.pdf](http://vaestoliittofibin.directo.fi/@Bin/d7d806873cf4169a144a3f228d16672e/1458475764/application/pdf/4953164/Perhebarometri%202005_web.pdf)
- Paavola, A., Honkavaara, P., Muuronen, K., Mäkinen, P., Tolonen, M. & Varsa, M. (2010). *Ehkäisevän lastensuojelun kirjava todellisuus. Lastensuojelun vaikutukset eri ammattiryhmien toimintatapoihin: Mikä toimii, mikä takkuu, mitä pitäisi kehittää?* Helsinki: Lastensuojelun Keskusliitto. Luettu 30.9.2015. Saatavissa: [http://www.talentia.fi/files/91/Ehkaisevan\\_lastensuojelun\\_kirjava\\_todellisuus.pdf](http://www.talentia.fi/files/91/Ehkaisevan_lastensuojelun_kirjava_todellisuus.pdf)
- Paavilainen, R. (2003). *Turvallisuutta ja varmuutta lapsen odotukseen. Äitien ja isien kokemuksia raskaudesta ja äitiyshuollosta*. Akateeminen väitöskirja. Lääketieteellinen tiedekunta. Hoitotieteen laitos. Tampereen yliopisto. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy Juvenes Print. Viitattu 24.9.2015. Saatavissa: <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67261/951-44-5544-4.pdf?sequence=1>



- Palojärvi, H. (2009). *Vertaistuki voimaantumisen välineenä sosiaalityössä. Miten NOVAT-ryhmä auttaa ja tukee, kun naisella on paha olo?* Lisensiaattitutkimus. Helsingin yliopisto. Luettu 22.9.2015. Saatavilla: <http://www.kansalaisareena.fi/HelenaPalojarvi2010.pdf>
- Parviainen, I. (2012). Jälkikirjoitus: Miten syödään norsu? *Etusivu. Opetus- ja kulttuuriministeriön verkkolehti*. Julkaistu 10.5.2012. Luettu 15.10.2015. Saatavissa: <http://www.minedu.fi/etusivu/arkisto/2012/1005/teemapalsta.html>
- Perinataalitalasto - synnyttäjät, synnytykset ja vastasyntyneet 2014*. (2015). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tilastoraportti 19. Luettu 28.10.2015. Saatavissa: <http://www.julkari.fi/handle/10024/126971>
- Perälä, M-L., Salonen, A., Halme, N. & Nykänen, S. (2011). *Miten lasten ja perheiden palvelut vastaavat tarpeita? Vanhempien näkökulma*. Raportti 36. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print – Tampereen Yliopistopaino Oy. Luettu 20.10.2015. Saatavissa: <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80090/27f8cf8eb-8fa8-402a-b3a0e26dd8a7ba6d.pdf?sequence=1>
- Perälä-Lintunen, S. (2004). Cultural Images of a Good Mother and a Good Father in Three Generations. *Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research*, (239). Jyväskylä: Jyväskylän Yliopistopaino. Luettu 15.5.2016. Saatavissa: [https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/1234\\_56789/13379/9513917797.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/1234_56789/13379/9513917797.pdf?sequence=1)
- Pietilä, I. (2010). Ryhmä- ja yksilöhaastattelun diskursiivinen analyysi. Kaksi aineistoa erilaisina vuorovaikutuksen kenttinä. Teoksessa J. Ruusuvuori, P. Nikander & M. Hyvärinen. (toim.), *Haastattelun analyysi*. (ss. 212–241). Tampere: Vastapaino.
- Pietilä-Hella, R. (2010). *Tuntemattomista vertaistuttaviksi. Esikoisäitien ja –isien perhevalmennusprosessi Espoon uudentyppisessä perhevalmennuskokeilussa*. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja A Tutkimuksia 29. Tampere: Juvenes Print Oy.
- Pohjola, K. (2005). Perhe ja lapsen perhe. Teoksessa Reijonen, M. (toim.), *Voimaa perhetyöhön. Arjen tuki ja ammatilliset verkostot*. (ss. 43–60). Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Pruuki, H. (2002). Äitiys on verbi. Teoksessa T. Keränen & L. Ruskomaa (toim.), *Näkökulmia äitiyteen*. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Löytöretki vanhemmuuteen projekti. (ss. 10–12). Kauhava: Kauhavan kirjapaino.
- Puuronen, V. (1997). *Johdatus nuorisotutkimukseen*. Nuorisotutkimusseura. Tutkimuksia 4. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino.
- Rahm, G. (2009). *Utu ur ensamheten. Hälsa och liv för kvinnor som varit utsatta för sexuella övergrepp i barndomen och som deltagit i självhjälpsgrupper*. Doktorsavhandling. NHV-rapport 1. Karlstad: Universitetstryckeriet. Luettu 22.9.2015. Saatavissa: <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:785246/FULLTEXT01.pdf>

- Raijas, A. (2014). Rahan ja ajan käytön muutokset nuoren lapsiperheen arjen hyvinvoinnin toteutumisen näkökulmasta. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohdissa*. (ss. 104–125). Kuluttajatutkimuskeskuksen kirjoja 9. Tampere: Tampereen yliopistopaino. Luettu 16.9.2015. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/153029/Arjen-rakentuminen-kokonaan.pdf?sequence=15>
- Raijas, A. & Sailio, M. (2012) Arjen ristiriitoja pikkulapsiperheissä. Nettikeskustelun analyysi. *Janus*, 20(3), 216–230.
- Rauma, A-L. (2003). Kotitaloustiede on nuori ihmistiede. Teoksessa J. Enkenberg & E. Savolainen & P. Väisänen (toim.), *Tutkiva opettajankoulutus – taitava opettaja*. (ss. 199–208). Joensuu: Yliopistopaino.
- Rautio, S. (2012). Parents' experiences of early support. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 27(4), 927–934.
- Rautio, S. (2013). Diaries of Family Workers: Empowerment and Working with Families. Teoksessa M. Törrönen & O. Borodkina & V. Samoylova & E. Heino (toim.), *Empowering Social Work: Research and Practice*. (ss. 158–170). Helsinki: Palmenia.
- Rautio, S. (2016). *Neuvolan perhetyö vanhemmuuden varhaisena tukena ja yhteistyönä*. Jyväskylä studies in education, psychology and social research, (550). Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino. Luettu 16.5.2016 Saatavissa: [https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/49289/978-951-39-6578-5\\_vaitos23042016.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/49289/978-951-39-6578-5_vaitos23042016.pdf?sequence=1)
- Relander, J. (2000). Kultainen nuoruus – vuosituhannen vaihteen väkinäisen viriili joukkofantasia. Teoksessa T. Hoikkala & J. P. Roos (toim.), *2000-luvun elämä. Sosiologisia teorioita vuosituhannen vaihteesta*. (ss. 281–303). Tampere: Tammer-Paino.
- Roberts, S., Graham, M. & Barter-Godfrey, S. (2011). Young mothers' lived experiences prior to becoming pregnant in rural Victoria: A phenomenological study. *Australian Journal of Rural Health*, 19(6), 312–317.
- Rotkirch, A. (2000). Pirstoutunut vanhemmuus. Teoksessa T. Hoikkala & J. P. Roos (toim.), *2000-luvun elämä. Sosiologisia teorioita vuosituhannen vaihteesta*. (ss. 187–200). Tampere: Tammer-Paino.
- Rotkirch, A. & Saloheimo, A. (2008). Yksin kotona? Teoksessa K. Janhunen & M. Oulasmaa (toim.), *Äidin kielletyt tunteet*. (ss. 72–85). Väestöliitto: Nykypaino Oy.
- Rudoe, N. (2014). Becoming a young mother: Teenage pregnancy and parenting policy. *Critical Social Policy*, 34(3), 293–311.
- Ruusuvuori, J. (2010). Litteroijan muistilista. Teoksessa J. Ruusuvuori, P. Nikander & M. Hyvärinen. (toim.), *Haastattelun analyysi*. (ss. 424–431). Tampere: Vastapaino.
- Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (2010). Haastattelun analyysin vaiheet. Teoksessa J. Ruusuvuori, P. Nikander & M. Hyvärinen. (toim.), *Haastattelun analyysi*. (ss. 9–36). Tampere: Vastapaino.

- Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. (2005.) Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa J. Ruusuvuori & L. Tiittula (toim.), *Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus*. (ss. 22–56). Tampere: Vastapaino.
- Rönkä, A. & Korvela, P. (2009). Everyday Family Life: Dimensions, Approaches and Current Challenges. *Journal of Theory & Review*, 1(2), 87–102.
- Rönkä, A., Malinen, K. & Lämsä, T. (2009). Pikkulapsiperheiden arjen paletti. Teoksessa A. Rönkä, K. Malinen & T. Lämsä (toim.), *Perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa*. (ss. 11–19). Juva: WS Bookwell Oy.
- Saari, M. (2003). *Sukupuolten välisen tasa-arvon valtavirtaistamisen perussanasto*. Viitattu 7.10.2015. Saatavissa: <http://www.eurofem.org/valtavirtaan/sanasto.html>
- Saarilahti, M. (2011). Työntekijöiden oppimishaasteita. Teoksessa S. Fågel & M. Jonsson & P. Korvela & A. Kupiainen (toim.), *Arki haltuun – sekvenssimenetelmä perhetyössä*. (ss. 189–217). Helsinki: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Sailio, M. (2014). Rahanjaon muodot ja niiden merkitykset lapsiperheiden arjen rakentumisessa. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohtissa*. (ss. 126–143). Kuluttajatutkimuskeskuksen kirjoja 9. Tampere: Tampereen yliopistopaino. Luettu 16.9.2015. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/153029/Arjen-rakentuminen-kokonaan.pdf?sequence=15>
- Salasuo, M. (2007). *Atomisoitunut sukupolvi*. Helsingin kaupungin tietokeskus. Tutkimuksia 7. Luettu 10.10.2015. Saatavissa: [http://www.hel2.fi/Tietokeskus/julkaisut/pdf/07\\_10\\_31\\_Tutk\\_7\\_Salasuo.pdf](http://www.hel2.fi/Tietokeskus/julkaisut/pdf/07_10_31_Tutk_7_Salasuo.pdf)
- Salonen, R. (2005). Milloin omaan kotiin? Aikuistumisen vastuu Suomessa ja Espanjassa. Teoksessa: S. Aapola & K. Ketokivi (toim.), *Polkuja ja poikkeamia – Aikuisuutta etsimässä*. (ss. 66–99). Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 56. Tampere: Tampereen yliopistopaino.
- Salmi, M. (2004). Arkielämä kokoaa yhteen työn ja perheen. Teoksessa M. Salmi & J. Lammi-Taskula (toim.), *Puhelin, mummo vai joustava työaika?* (ss. 11–28). Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Scott, S. (2009). *Making Sense of Everyday Life*. Cambridge: Polity Press.
- Sedgh, G., Lawrencw, B. F., Bankole, A., Eilers, M. A. & Sigh, S. (2015). Adolescent Pregnancy, Birth, and Abortion Rates Across Countries: Levels and Recent Trends. *Journal of Adolescent Health*, 56(2), 223–230.
- Seitamaa-Hakkarainen, P. (2000). *Kvalitatiivinen sisällön analyysi*. Luettu 16.5.2015. Saatavissa: [https://www.academia.edu/589363/Kvalitatiivinen\\_sis%C3%A4ll%C3%B6n\\_analyysi](https://www.academia.edu/589363/Kvalitatiivinen_sis%C3%A4ll%C3%B6n_analyysi)
- Sekki, S. (2011). Arjen rakentaminen keskustelunaloitteiden kuvaamana. Teoksessa S. Fågel & M. Jonsson & P. Korvela & A. Kupiainen (toim.), *Arki haltuun – sekvenssimenetelmä perhetyössä*. (ss. 79–120). Helsinki: Vammalan Kirjapaino Oy.

- Sekki, S. & Korvela, P. (2014). Rytmihäiriöitä lapsiperheen arjessa – arjen rytmittämisen haasteet ajelehtivassa arjessa. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohdissa*. (ss. 211–232). Kuluttajatutkimuskeskuksen kirjoja 9. Tampere: Tampereen yliopistopaino. Luettu 16.9.2015. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/153029/Arjen-rakentuminen-kokonaan.pdf?sequence=15>
- Sevón, E. (2007). Narrating Ambivalence of Maternal Responsibility. *Sociological Research Online*, 12(2). Luettu 16.5.2016. Saatavissa: <http://www.socresonline.org.uk/12/2/sevon.html>
- Sevón, E. (2009). *Maternal responsibility and changing relationality at the beginning of motherhood*. Jyväskylä studies in education, psychology and social research, (365). Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino. Luettu 16.5.2016 Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/21310/9789513936396.pdf?sequence=1>
- Sevón, E. (2011). My life has changed, but his life hasn't: Making sense of the gendering of parenthood during the transition to motherhood. *Feminism & Psychology*, 22(1), 60–80.
- Sevón, E. & Huttunen, J. (2002). Odottavan äidin vastuu. Teoksessa: A. Rönkä & U. Kinnunen (toim.), *Perhe ja vanhemmuus*. (72–98). Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Similä, J. (2012). *Lasten ja nuorten yhteiskunnallinen hyvinvointi alkaa arjen hallinnasta*. Etusivu. Opetus- ja kulttuuriministeriön verkkolehti. Julkaistu 15.10.2015. Saatavissa: <http://www.minedu.fi/etusivu/arkisto/2012/1005/teemapalsta.html>
- Sosiaali- ja terveysministeriö. (2004). *Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Opas työntekijöille*. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 14. Helsinki: Edita Prima Oy. Luettu 20.5.2014. Saatavissa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114371/Opp200414.pdf?sequence=1>
- Spear, H. J. (2004). A Follow-Up Case Study on Teenage Pregnancy: "Havin' a Baby isn't a Nightmare, but it's Really Hard". *Pediatric Nursing*, 30(2), 120–125.
- Stapleton, H. (2010). *Surviving Teenage Motherhood*. Myths and realities. Chippenham and Easbourne: CPI Antony Rowe.
- Suomen virallinen tilasto (SVT). (2014). Nuorten kotoamuutto pysynyt lähes ennallaan. Luettu 10.10.2015. Saatavilla: [http://www.stat.fi/til/perh/2013/02/perh\\_2013\\_02\\_2014-11-21\\_kat\\_006\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/perh/2013/02/perh_2013_02_2014-11-21_kat_006_fi.html)
- Suvikorpi, S. (2000). Johdanto. Teoksessa M-L. Malin (toim.), *Verkostot ja vertaiset*. (s. 5–7). Helsinki: Helsingin Painoteollisuus Oy.
- Särkiö, H. (2002). *Tsemppiä nuori äiti! Tutkimus alle 18-vuotiaiden äitien voimavaroista*. Pro gradu -tutkielma. Yhteiskuntatieteiden ja Filosofian laitos. Sosiaalityö. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 3.10.2013. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/11549/hansarki.pdf?sequence=1>

- Tampereen Tyttöjen Talo. (2015). *Sukupuoli- ja kulttuurisensitiivinen työ*. Luettu 26.10.2015. Saatavissa: <http://www.tyttö.fi/tampereen-tyttöjen-talo/sukupuoli-ja-kulttuurisensitiivi/>
- Tanninen, H-M. (2015). *Resource-enhancing Nursing at Home for Families with Small Children. Evaluation of Early Interventions*. Kuopio: Grano Oy. Luettu 30.9.2015. Saatavissa: [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_isbn\\_978-952-61-1882-6/urn\\_isbn\\_978-952-61-1882-6.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-1882-6/urn_isbn_978-952-61-1882-6.pdf)
- Tanninen, H-M., Häggman-Laitila, A., Kangasniemi, M. & Pietilä, A-M. (2014). How Resource-Enhancing Family Nursing is Realized by Finnish Parents? An Intervention Study. *International Journal of Caring Sciences*, 7(2), 520–529.
- Tanninen, H-M., Häggman-Laitila, A. & Pietilä, A-M. (2009). Resource-enhancing psychosocial support in family situations: needs and benefits from family members' own perspectives. *Journal of Advanced Nursing*, 65(10), 2150–2160.
- Tarkka, M-T. 1996. *Äitiys ja sosiaalinen tuki. Ensisynnyttäjän selviytyminen äitiyden varhaisvaiheessa*. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Tolonen, T. & Palmu, T. (2007). Etnografia, haastattelu ja (valta)positiot. Teoksessa S. Lappalainen & P. Hynninen, T. Kankkunen & E. Lahelma & T. Tolonen (toim.), *Etnografia metodologiana*. (ss. 89–112). Tampere: Vastapaino.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2012.) *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.
- Tuomi-Gröhn, T. (2009). Kodin arki ja arjen taidot tutkimuskohteena. Teoksessa H. Janhonen-Aburuah (toim.), *Kodin arki*. (ss. 147–156). Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 19. Helsinki: Yliopistopaino. Luettu 24.8.2015. Saatavissa: [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10224/4812/KODIN\\_AR\\_KI\\_2009.pdf?sequence=1](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10224/4812/KODIN_AR_KI_2009.pdf?sequence=1)
- Turkki, K. (1999). Kotitalousopetus tienhaarassa. Teknisistä taidoista kohti arjen hallintaa. Helsingin yliopiston Kotitalous- ja käsityötieteiden laitos. Julkaisuja 2. Helsinki: Yliopistopaino.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2009). *Humanistisen, yhteiskuntatieteellisen ja käyttäytymistieteellisen tutkimuksen eettiset periaatteet ja ehdotus eettisen ennakoarvioinnin järjestämiseksi*. Helsinki. Luettu 20.8.2015. Saatavissa: <http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/eettisetperiaatteet.pdf>
- Vahtivaara, J-M. (2010). Teoksessa T. Laatikainen. (toim.), *Vertaistoiminta kannattaa*. (ss. 21–23). Asumispalvelusäätiö ASPA. Luettu 14.9.2015. Saatavissa: [http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta\\_kannattaa.pdf](http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf)
- Vanhanen-Silvendoin, S. (1996). Äitien vuorovaikutusryhmät. Teoksessa A. Matties, U. Kotakari & M. Nylund. (toim.), *Välittävät verkostot*. (ss. 227–242). Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Vastaranta, J. (2008). Sukupuolisensitiivinen tyttötyö Tyttöjen Talolla. Pro gradu -tutkielma. Helsingin yliopisto. Yhteiskuntapolitiikan laitos. Sosiaalityö
- Vantola, N. (2012.) Toiminnanohjaus vapaaehtoisen tukena Helsingin Tyttöjen Talon vapaaehtoisten naisten kokemuksia toiminnanohjauksesta. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos.

- Vikat, A. (2004). Raskauksien sosioekonomiset ja alueelliset erot. Teoksessa E. Kosunen & M. Ritamo (toim.), *Näkökulmia nuorten seksuaaliterveyteen*. (ss. 28–39). Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Vikat, A., Rimpelä, A., Kosunen, A. & Rimpelä, M. (2002). Sociodemographic differences in the occurrence of teenage pregnancies in Finland in 1987-1998: a follow up study. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 56 (9) 659–668.
- Viljamaa, M-L. (2003). *Neuvola tänään ja huomenna. Vanhemmuuden tukeminen, perhekeskeisyys ja vertaistuki*. Jyväskylä studies in education, psychology and social research, (212). Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino. Luettu 16.5.2016. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/13356/9513914275.pdf?sequence=1>
- Vuokola, T. (2011). *Matkalla äidiksi elämänkulun eri vaiheissa: Ensisynnyttäjien kokemuksia äitiyteen kasvamisesta*. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden yksikkö. Viitattu 1.10.2015. Saatavissa: <http://tampub.uta.fi/handle/10024/82820>
- Vuorenmaa, M. (2016). *Äitien ja isien osallisuus perheessä ja lasten palveluissa sekä osallisuuteen yhteydessä olevat tekijät*. Väitöstutkimus. Tampere: Suomen yliopistopaino Oy – Juvenes Print. Luettu 7.3.2016. Saatavissa: <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/98335/978-952-03-0019-7.pdf?sequence=1>
- Vuori, J. (2002). Miten puhua äideistä naisina. Teoksessa T. Keränen & L. Ruskomaa (toim.), *Näkökulmia äitiyteen*. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Löytöretki vanhemmuuteen projekti. (ss. 4–9). Kauhava: Kauhavan kirjapaino.
- Vuori, J. (2003). Äitiyden ainekset. Teoksessa H. Forsberg & R. Nätkin (toim.), *Perhe murroksessa. Kriittisen perhetutkimuksen jäljillä*. (ss. 39–63). Helsinki: Yliopistopaino.
- Vuorinen, M., Särkelä, R., Perälähti, A., Peltosalmi, J & Londén P. (2004). *Paikansa pitävät. Sosiaali- ja terveysturvan paikallisina toimijoina*. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.
- WHO. (2012). *Early marriages, adolescent and young pregnancies*. Report by the Secretariat. Sixty-fifth world health assembly. Luettu 2.10.2015. Saatavissa: [http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf\\_files/WHA65/A65\\_13en.pdf?ua=1](http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA65/A65_13en.pdf?ua=1)
- WHO. (2014). *Adolescent pregnancy*. Luettu 20.10.2015. Saatavissa: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs364/en/>
- Wilska-Semer, K. (2005). Voimaantumisen vammaisten naisten vertaisryhmissä. Teoksessa M. Nylund & A. B. Yeung (toim.), *Vapaaehtoistoiminta, anti arvot ja osallisuus*. (ss. 255–273). Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Zorkaia, N. (2004). Problems of Everyday Life in the Family. "Poverty as the Focus of Perception of Everyday Problems. *Russian Education and Society*, 46(11), 29-56.

## Liitteet

### Liite 1. Kirje äideille

Hyvä nuori yhden lapsen äiti!

Olet osallistunut säännöllisesti Tyttöjen Talon nuorten äitien suljetun ryhmän toimintaan. Sinulla on yksi lapsi ja olet muuttanut pois lapsuudenkodistasi ja asut omassa taloudessa pääkaupunkiseudulla.

Opiskelen kotitalouden ja terveystiedon opettajaksi Helsingin yliopistossa. Aiemmalta koulutukseltani olen kättilö. Olen kiinnostunut Tyttöjen Talon toiminnasta ja teen pro gradu -tutkielmaani Tyttöjen Talon Nuorten äitien vertaisryhmätoiminnan merkityksestä äitien arjen hallinnassa. Tutkimukseni auttaa toivottavasti myös Nuorten äitien toiminnan suunnittelussa. Kävin itse ohjaamassa tammihelmikuussa 2012 kaksi kertaa nuorten äitien ryhmiä, oletkin saattanut tavata minut silloin.

Haastattelen tutkimustani varten sekä Nuorten äitien toiminnan ohjaajia, että toimintaan osallistuvia äitejä. Nuorten äitien toiminnan ohjaajat pyytävät sinulta lupaa antaa minulle yhteystietosi, jos suostut mukaan tutkimukseen, jotta voin ottaa sinuun yhteyttä. Toivon, että voisit osallistua tutkimukseen ja voisimme sopia noin puolen tunnin pituisesta haastattelusta. Haastattelut tehdään tämän kevään, kesän tai alkusyksyn aikana esimerkiksi Tyttöjen Talolla, kotonasi tai jossain muussa sinulle sopivassa paikassa. Lapsesi voi olla mukana haastattelutilanteessa, sinun ei tarvitse siis järjestää hänelle haastattelun ajaksi hoitoa.

Mikäli haluat kysyä lisää tutkimuksesta suoraan minulta, voit soittaa tai laittaa minulle sähköpostia.

Ystävällisin terveisin  
Terhi Peltokorpi  
Yhteystiedot

## **Liite 2. Nuorten äitien toiminnan ohjaajien haastattelun teemaru- ko**

Tausta nuorten äitien toiminnan ohjaajana

Nuorten äitien toiminnan kuvaus

Toiminnan lähtökohdat

Toimintaan osallistuvien äitien ”valikoituminen”

Toimintamuodot

Ohjaajien rooli toiminnassa

Nuori äitiys

Erityispiirteet

Toiminnan merkitys äideille ohjaajien näkökulmasta

Vertaisryhmän merkitys

Arjen hallinnan käsite

Ohjaajien näkemys arjen hallinnasta ja sen merkityksestä

Nuorten äitien arjen hallinta

Haasteet

Voimavarat

Vertaisryhmätoiminta arjen hallinnan tukena



### **Liite 3. Nuorten äitien haastattelun teemarunko**

#### Taustatiedot

Ikä, perhetilanne

Elämäntilanne

#### Nuorten äitien toimintaan osallistuminen

Hakeutuminen toimintaan

Aktiivisuus

Merkitys itselle

#### Arjen hallinnan käsite

Äidin näkemys arjen hallinnasta ja sen merkityksestä

Arjen hallinta nuorena äitinä (arjen sujuvuus)

Haasteet

Voimavarat

#### Vertaisryhmätoiminta

Äidin näkemys toiminnan merkityksestä itselle

Mitkä asiat tärkeitä?

Mitä toivoisi lisää/vähemmän?

Toiminnan merkitys äidin arjen hallinnan tukena