

# VANHEMMUUDEN VARHAINEN TUKEMINEN JA OHJAUTUMINEN TUEN PIIRIIN

Asiakasymmärrys kolmesta kunnasta Keski-Suomessa

Liisa Jokinen  
kehittämissuunnittelija, SOS-Lapsikylä  
14.1.2019



SOS  
LAPSIKYLÄ



## Tiivistelmä

SOS-Lapsikylä käynnisti yhteistyön v. 2018 Petäjaveden, Keuruun ja Multian kuntien kanssa. Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelman (LAPE) Keski-Suomen lasten ja perheiden parhaaksi –hanke oli mukana yhteistyön aloittamisessa. Yhteistyön tavoitteena on tukea kuntia asiakaslähtöisen lasten ja perheiden auttamistyön kehittämisessä. Osana yhteistyötä SOS-Lapsikylä toteutti asiakasymmärryksen muodostamista tukevan analyysin. Asiakasymmärryksen tarkoituksena on kuvata, minkälaisia lapsiperheen arkeen ja vanhemmuuteen liittyviä tarpeita kunnissa asuvilla vanhemmilla on.

Aihetta selvitettiin SOS-Lapsikylän toteuttamien vanhemmille suunnatun sähköisen kyselyn ja haastatteluiden avulla. Kyselyssä ja haastatteluissa selvitettiin, minkälaista perheiden arki on, minkälaiset asiat kuormittavat vanhempia ja mitkä asiat antavat heille voimaa arjessa. Lisäksi selvitettiin, mitkä toimintatavat ja tekijät edesauttavat vanhempien näkökulmasta sitä, että tuen piiriin hakeutumiselle on matala kynnys. Kyselyyn vastasi 86 vanhempaa ja haastatteluihin osallistui 19 henkilöä syksyn 2018 aikana.

Vanhemmat kuvasivat arkeaan hyvin kiireiseksi työn ja perhe-elämän yhdistämisen haasteiden vuoksi. Väsymys arjessa oli yleistä ja mahdollisuuksia lepoon oli monella vanhemmalla liian vähän. Myös parisuhteen hoitamiselle koettiin olevan arjessa vähän aikaa. Moni kyselyyn vastanneista vanhemmista toivoi saavansa enemmän kontakteja toisiin lapsiperheiden vanhempiin. Aiheet, joihin liittyen vastaajat kokivat avun hakemisen tai saamisen vaikeaksi, olivat lapsen hoito, väsymys, arjen askareet, lapsen käytös, parisuhteen kysymykset ja lapsen uniongelmat.

Aineiston perusteella todettiin, että vanhemmat ottivat tuen hakemisen ensikontaktin useimmiten ammattilaiseen, jonka he tuntevat parhaiten. Tämän vuoksi kaikilla lapsia ja vanhempia kohtaavilla ammattilaisilla tulee olla valmius saattaa perhe tuen piiriin. Useimmiten väsyneellä vanhemmalla ei ollut voimavaroja viedä omaa asiaansa eteenpäin palveluissa, joten ammattilaisen aktiivinen rooli tuen käynnistymisen vaiheessa koettiin tärkeäksi. Vanhemmat kuvasivat, että matala kynnys tuen piiriin muodostui, kun palveluista kerrottiin aktiivisesti ja neutraaliin sävyyn ja kun perheen tilannetta kuormittavia tekijöitä kartoitettiin aktiivisesti. Lapsen kasvatukseen liittyvä tieto ja neuvot levisivät etupäässä vanhempien omissa vertaisverkostoissa. Kukaan haastatelluista vanhemmista ei kokenut saaneensa neuvolasta tukea lapsen kasvatukseen. Siksi tulisi pohtia, millä tavalla ja missä kanavissa ammatilliseen ja tieteelliseen tutkimukseen perustuvaa kasvatustietoa tulisi jakaa nykyistä paremmin kaikkien vanhempien hyödynnettäväksi ja jaettavaksi. Näin ammatillisten kasvatusneuvojen saaminen ei edellyttäisi hakeutumista esimerkiksi perheneuvolan palveluiden piiriin.

Vanhempien jaksamista ja hyvinvointia edesauttoivat mm. perheen yhteinen aika, hyvä parisuhde, ystävät, kontaktit samassa elämäntilanteessa oleviin, lastenhoitoapu, harrastukset, liikunta, luonto sekä työ. Näitä tekijöitä tulee hyödyntää hyvinvointia ja terveyttä edistävän työn suunnittelussa. Vanhempien yleisten tarpeiden ja toiveiden lisäksi analyysissa esitellään vanhempien erilaisia tarpeita neljän asiakaspersoonan avulla. Asiakaspersoonat kuvaavat, mitä varhainen vanhemmuuden tukeminen merkitsee erilaisissa tilanteissa elävien vanhempien kohdalla. Asiakaslähtöisten palveluiden kehittämiseksi systemaattisempi asiakaspalautteen ja kehittämis ehdotusten kerääminen on tärkeä kehittämiskohde. Näin voidaan varmistaa, että perheiden tarpeisiin kyetään vastaamaan kaikissa asiakasryhmissä.

## Sisällys

<b>1 Asiakasymmärryksen toteuttamisen tausta</b> .....	1
<b>2 Tiedonkeruun ja aineiston kuvaus</b> .....	2
<b>3 Vanhempien arkea kuormittavat tekijät ja tuen tarpeet</b> .....	3
<b>4 Miten tuen piiriin on helppoa hakeutua?</b> .....	5
<b>5 Vanhempien hyvinvointia rakentavat ratkaisut ja toiminnan kehittämiskohteet</b> .....	6
5.1 Sosiaalisten suhteiden muodostamisen tuki .....	7
5.2 Vanhemmuuden ja kasvattajan roolin tuki .....	8
5.3 Arjessa jaksamisen ja parisuhteen tuki .....	9
<b>6 Asiakaspersoonat: Vanhempien erilaiset tarpeet</b> .....	9
6.1 Tiina: Sosiaalisia kontakteja etsivä ja kasvatuksesta kiinnostunut .....	11
6.2 Kaisa: Elämänvaiheen uuvuttama sinnittelijä .....	12
6.3 Maija: Kasautuneiden ongelmien kuormittama .....	13
6.4 Leena: Sisukas, mutta väsynyt ja erityisen tuen tarpeessa .....	14
6.5 Yhteenveto erilaisten asiakaspersoonien tarpeista .....	16
<b>7 Kuntakohtaiset näkökulmat</b> .....	17
7.1 Keuruu.....	17
7.2 Petäjävesi.....	17
7.3 Multia.....	18
Liite 1: Kysely lapsiperheiden arjesta ja tuen tarpeista .....	19

Asiakaspersoonien kuvat: [www.flaticon.com](http://www.flaticon.com)

# 1 Asiakasymmärryksen toteuttamisen tausta

SOS-Lapsikylä käynnisti vuonna 2018 yhteistyön Petäjäveden, Keuruun ja Multian kuntien sekä Lapsiperheiden palveluiden muutosohjelman (LAPE) Keski-Suomen lasten ja perheiden parhaaksi -hankkeen kanssa. Yhteistyö käynnistyi maaliskuussa 2018 SOS-Lapsikylän toteuttamalla lähtötilanneanalyysillä, jossa kartoitettiin kolmen kunnan sivistys- sekä sosiaali- ja terveystalouden ammattilaisten näkemyksiä lasten ja perheiden auttamisen tilanteesta kunnissa.

Lähtötilanneanalyysissä todettiin, että pienillä paikkakunnilla on sekä vahvuuksia että haasteita perheiden auttamistyössä. Työntekijät tuntevat pienissä kunnissa toisensa ja tämä helpottaa yhteistyötä. Toisaalta, samassa kunnassa asuvalla työntekijällä voi olla apua tarvitseviin perheisiin myös muita yhteyksiä työroolin ulkopuolella. Tämä saattaa joidenkin vanhempien kohdalla nostaa avun hakemisen kynnyksiä.

Lapsia ja perheitä kohtaavat työntekijät havaitsivat, että perheillä on tuen tarvetta etenkin lasten käytöksen rajaamisen ja vanhempien arjessa jaksamisen suhteen, mutta avun hakemisen ja vastaanottamisen kynnys on korkea. Varhaisen ja nopean avun tarjoamista vaikeutti osaltaan myös sosiaalipalveluiden työntekijöiden kiire ja resurssipula. Myös työntekijöiden vaihtuvuus ja rekrytoinnin haasteet vaikeuttivat mahdollisuuksia tarjota tukea perheille. Vanhemmuuden varhaisen tuen kokonaisuus ei kuulunut oikeastaan kenellekään, sillä se jäi eri sektoreiden ja toimijoiden välimaastoon. SOS-Lapsikylän haastattelemat ammattilaiset pitivät tärkeänä, että LAPE-hankkeen aikana kehitetyt palvelut yhteisen kokoavan perhekeskuksen keskeisenä tavoitteena on varhaisen vaiheen tuen kehittäminen ja avun saamisen kynnyksen madaltaminen.

Vanhempien varhaiseen tukeen liittyvien toiveiden ja kokemusten tarkempi selvittely nähtiin lähtötilanneanalyysin perusteella kunnissa tärkeäksi osaksi perhekeskusten käynnistämistä ja kehittämistä. Tähän liittyen SOS-Lapsikylä ja kunnat sopivat yhteistyön jatkosta. SOS-Lapsikylän kehittämissuunnittelija Liisa Jokinen toteutti yhteistyöhön liittyen syksyn 2018 aikana vanhempien haastatteluita ja sähköisen kyselyn, jonka tarkoituksena oli luoda ymmärrys siitä, mihin toimintatapoihin asiakaslähtöinen vanhemmuuden tukeminen vanhempien näkökulmasta perustuu ja mihin aiheisiin tulisi tarttua, jos halutaan tukea ennaltaehkäisevästi vanhempien ja perheiden hyvinvointia.

## **Asiakasymmärryksen ohjaavat kysymykset:**

- Minkälaista perheiden arki on?
- Minkälaiset asiat kuormittavat perheitä?
- Mitkä tekijät tukevat vanhempien hyvinvointia ja terveyttä?
- Miten helppo hakeutuminen tuen piiriin muodostuu?

## 2 Tiedonkeruun ja aineiston kuvaus

Aineisto vanhemmuuden varhaisesta tukemisesta ja tuen piiriin ohjautumisesta kerättiin syksyn 2018 aikana sähköisen kyselyn ja haastatteluiden avulla. Sähköinen kysely (Liite 1) oli avoinna syyskuun ajan kuntien verkkosivuilla ja siitä kerrottiin vanhemmille koulun Wilma-järjestelmän, varhaiskasvatuksen ja neuvoloiden kautta. Kyselyyn vastasi 86 vanhempaa, joista 81 oli naista ja 5 miestä. Kyselyn vastaukset jakautuivat melko tasaisesti kuntien kesken. Keuruulta vastauksia tuli 34, Multialta 27 ja Petäjävedeltä 25. Kuntien välillä ei ollut juurikaan eroja vastausten sisällössä. Erittelyt kuntakohtaisista erityispiirteistä esitellään luvussa 7.

### **Kyselyn ja haastatteluiden teemat:**

- Arki: kuormittavat tekijät ja voimavarat
  - Sosiaaliset suhteet ja tukiverkosto
- Avun hakemisen kokemukset ja tuen tarve
- Toiveet kunnalle palveluiden kehittämisestä

Kyselyn lisäksi aineistoa kerättiin haastatteleamalla vanhempia. Haastateltavia etsittiin niin ikään Wilma-järjestelmän, varhaiskasvatuksen ja neuvoloiden avulla Petäjävedellä ja Keuruulla. Vanhemmilla oli mahdollisuus ilmoittautua haastateltavaksi myös sähköisen kyselyn kautta. Haastatteluja toteutettiin syys–marraskuussa 2018 yhteensä 19. Kaikki haastateltavat olivat äitejä ja joukossa oli myös yksi isovanhempi. Haastatteluja tehtiin puhelimitse ja Keuruulla perhekahvilassa. Haastatteluista 10 asui Keuruulla ja 9 Petäjävedellä. Haastatteluissa käsiteltiin syvemmällä tasolla samoja teemoja kuin kyselyssä.

Kyselyn vastaajien joukko ei mahdollista tulosten yleistämistä, mutta antaa kuitenkin mahdollisuuden havainnoida ilmiöitä ja tarpeita, joihin tulisi palveluita kehitettäessä perehtyä tarkemmin. Haastatteluiden perusteella voidaan todeta, että palvelukokemukset sosiaali- ja terveystaloudissa ja kohtaamiset eri ammattilaisten kanssa ovat vanhemmille hyvin merkittäviä ja mieleenpainuvia. Ne muistetaan pitkänkin ajan jälkeen ja niistä halutaan kertoa. Kunnissa tulisikin olla nykyistä paremmat kanavat asiakaspalautteen ja kehittämissuhteiden välittämiseksi, jotta erilaisista palvelukokemuksista voidaan oppia.

### 3 Vanhempien arkea kuormittavat tekijät ja tuen tarpeet

Vanhemmille suunnatussa kyselyssä vastaajia pyydettiin arvioimaan arkeaan ja siihen liittyviä osa-alueita, kuten työelämän kuormitusta, perheen yhteisen ajan viettoa, taloudellista selviytymistä sekä mahdollisuuksia lepoon. Vanhempien hyvinvoinnin kokonaisvaltainen kartoittaminen nähtiin tarpeelliseksi, koska arjen eri osa-alueet liittyvät toisiinsa ja vaikuttavat vanhemmuuteen. Kokemukset arjen sujumisesta muodostavat arkisen hyvinvoinnin keskeiset elementit ja arjessa tapahtuva kuormitus tulee ottaa pohjaksi perheiden kokonaisvaltaisen tukemisen ja hyvinvointia edistävien palveluiden suunnittelussa.

Vanhemmat kuvasivat arkeaan hyvin kiireiseksi ja kuormittavaksi. Vanhemmille työ on keskeisin kuormitusta aiheuttava tekijä. Työpäivän jälkeen arki-illoissa on vähän aikaa lapsille ja perheen yhteiselle ajalle. Lasten harrastukset edellyttävät etenkin syrjäseuduilla lasten kuljettamista autolla, jos lapselle mieluisaa harrastusta ei järjestetä kodin lähellä. Jos lapsella on keskellä päivää hoitokäyn- tejä, vaatii tämä vanhemmalta mahdollisuuksia järjestellä omia töitään joustavasti. Lasten tarpeisiin ja arjen aikatauluttamisen haasteisiin ymmärtäväisesti suhtautuvat työnantajat nähtiin hyvin tärkeänä jaksamista edesauttavana tekijänä. Useassa perheessä vanhempien vuorotyö tai matkusta- mista edellyttävä työ asettavat arjen vastuun pääosin toiselle vanhemmalle. Viikonloppuisin van- hemmat hoitavat viikon aikana tekemättä jääneitä kotitöitä ja viettävät aikaa perheen kanssa. Pari- suhteen hoitamiselle kuvataan olevan arjessa vähän aikaa.

Osalla perheistä on isovanhempia ja muita sukulaisia arjen tukena. Heistä on vanhempien kuvaa- mana arjen aikatauluttamisessa suuri apu. Kaikilla tällaista tukiverkostoa ei kuitenkaan ole, tai ikään- tyvät vanhemmat ovat huonokuntoisia. Moni toivoisi saavansa enemmän apua omilta sukulaisiltaan tai läheisiltään lasten hoidossa. Apua arkeen saadaan myös toisilta lapsiperheiltä. Vanhemmat aut- tavat puolin ja toisin toisiaan lasten hoidossa ja lasten kyläillessä toistensa luona vanhemmilla on mahdollisuus esimerkiksi harrastaa. Yli kolmannes kyselyyn vastanneista koki, että heillä ei ole riit- tävästi kontakteja toisiin lapsiperheiden vanhempiin. Tämä kokemus on tärkeää huomioida palve- luita suunniteltaessa.

#### Vanhempien kokemuksia arjen stressitekijöistä:

- **70%** kokee **työelämän kuormituksen** stressiä aiheuttavaksi tekijäksi.
- **60%** kokee, että **parisuhteen** hoitamiselle ei ole tarpeeksi aikaa.
- **50%** kokee kuormitusta **taloudelliseen tilanteeseen** liittyen.
  - **50%** kokee, että arjessa ei ole tarpeeksi **aikaa levätä**.
  - **50%** Kokee, että ei ole tarpeeksi omaa **aikaa ilman lapsia**.
- **40%** toivoo **sukulaisilta ja läheisiltä enemmän apua lapsen hoitoon**.
- **35%** kokee, että **ei ole riittävästi kontakteja toisiin lapsiperheisiin**.

Vanhempien kokemukset arjen kuormituksesta on tärkeää kartoittaa ja ottaa huomioon kokonaisvaltaisesti perheen tilannetta arvioitaessa. Työelämän kuormituksen, väsymyksen ja vanhemmuuden haasteiden toisiinsa kytkeytymisen vuoksi vanhemman voi olla myös vaikeaa kuvata, mitä apua heidän perheensä tarvitsee. Perheen kokonaistilanne on monen asian summa.

Kyselyssä kartoitettiin myös tuen tarpeita, joissa vastaaja olisi tarvinnut apua, mutta ei ollut sitä hakenut tai ei ollut saanut apua avun hakemisesta huolimatta. Vaikka vastaukset eivät ole pienen vastaajajoukon perusteella yleistettävissä, nämä kokemukset ovat merkkejä tarpeesta kehittää palveluiden muotoa, sisältöä, saavutettavuutta ja matalaa kynnystä. Vastaukset kuvasivat arjen kuormitusta, mutta myös korkeaa kynnystä hakea apua, vaikka sitä itse havaitsisi tarvitsevansa. Esimerkiksi parisuhteen haasteet lasten ollessa pieniä nousivat esiin monessa haastattelussa, mutta tuen hakeminen vaikeuksiin oli monelle vaikeaa ja epäselvyyttä oli myös siitä, mistä apua parisuhteen kysymyksiin voisi hakea.

**Vanhemmat kokevat tarvitsevansa apua, mutta eivät ole hakeneet tai hakemisesta huolimatta saaneet apua:**

- Lapsen hoito **35%**
- Väsymys **34%**
- Arjen askareet **24%**
- Lapsen käytös **16%**
- Parisuhde **15%**
- Lapsen uniongelmat **12%**

Arjessa vanhemmat toivoivat mahdollisuutta levätä ja viettää aikaa ystävien ja puolison kanssa ilman lasta. Väsyneelle vanhemmalle apu arjen askareista huolehtimiseen oli tärkeä keino tukea väsymyksestä toipumista. Vanhemmat kuvasivat pohtivansa lapsen käytökseen liittyviä huolia pääasiassa puolison ja ystävien kanssa, mutta ulkopuolisen avun hakemisen kynnys oli korkea. Varhaisimmassa vaiheessa tuki perheelle lapsen nukkumiseen liittyvissä asioissa koettiin tärkeäksi, mutta neuvolassa tähän kysymykseen ei vanhempien kokemuksen mukaan tartuttu riittävästi, eikä konkreettista apua ollut tarjolla. Palveluissa väsymys voitiin ohittaa tavallisena elämänvaiheeseen kuuluvana asiana.

## 4 Miten tuen piiriin on helppoa hakeutua?

Varhaisimmassa vaiheessa vanhemmuuden tuki muodostui vanhempien kertomana kontakteista toisiin vanhempiin, esimerkiksi perhekahviloiden ja avointen päiväkotien toiminnassa. Osa vanhemmista tarvitsee lisäksi myös muuta tukea. Aineiston perusteella vanhempi ei kuitenkaan todennäköisesti tuo oma-aloitteisesti huoliaan ja vaikeuksiaan esiin, ellei niistä aktiivisesti kysytä ja vanhemman kertomaan tartuta. Lapsen ja vanhemman kuormittavan tilanteen havaitsija on siksi tärkein kanava avun piiriin.

Haastatteluiden perusteella vanhempien tuen piiriin hakeutumisessa on tärkeää tiedostaa, että varhaisen tuen palveluiden piiriin ohjautuminen alkaa vanhemman aloitteesta usein jossakin muualla kuin sosiaalipalveluissa. Varhaisen tuen ensikontakteissa osa vanhemmista ottaa yhteyttä neuvolaan tai kouluterveydenhoitajaan, osa varhaiskasvatukseen tai opettajaan. Vanhempi ottaa tukea hakiessaan todennäköisimmin yhteyttä ammattilaiseen, jonka tuntee parhaiten ja johon hänellä on hyvä kontakti. Yhteydenottoja ei siksi ole syytä ohjata vain yhdelle ammattilaiselle. Jos suhde tähän ammattilaiseen ei ole hyvä, jää yhteydenotto vanhemmalta helposti tekemättä. Kaikilla lapsia ja vanhempia kohtaavilla toimijoilla tulee siksi olla valmius ottaa perheen asian eteenpäin vieminen omalle vastuulleen, jos vanhempi ottaa häneen kontaktia avun saamiseksi. Palveluista ja tarjolla olevasta tuesta on vanhempien näkökulmasta myös tärkeää puhua neutraaliin sävyyn, jotta toiminta mieltyy kaikkien perheiden palveluksi. Suuri osa vanhemmista koki, että heillä ei ole riittävästi tietoa tarjolla olevista palveluista ja tuesta.

### Tuen piiriin on matala kynnys hakeutua, kun:

- Palveluista kerrotaan aktiivisesti ja neutraaliin sävyyn.
- Lapsen ja vanhemman kuormittavan tilanteen havaitsija saattaa perheen avun piiriin.
  - Kokonaistilanne otetaan puheeksi ja siitä kysellään säännöllisesti.
  - Ammattilainen tarttuu vanhemman kertomaan ja vie asiaa eteenpäin: Avun tarvitsijalla ei ole useinkaan voimia viedä asiaansa itse eteenpäin. Toiseen palveluun ohjaaminen voi tuntua vanhemmasta pois käännättämiseltä.
- Tarjotaan konkreettista apu, ei voitotella.
- Palveluun ei ole pitkiä odotusaikoja.

Matala kynnys edellyttää myös monia kanavia ottaa yhteyttä. Osalle vanhemmista puhelimesta puhuminen ja ensikontakti ihmiseen oli tärkeää, sillä se mahdollistaa monimutkaisten kysymysten käsittelyn vuorovaikutuksessa. Osa koki kirjoittamisen sähköiseen lomakkeeseen helpommaksi. Nämä vanhemmat pitivät tärkeänä mahdollisuutta valita sopiva aika ja paikka kontaktin ottamiselle ja halusivat jäsentää tilannettaan tekstin muotoon rauhassa. Nämä vanhemmat toivoivat, että viestin saanut ammattilainen soittaa takaisin, eikä tilannetta tarvitse puhelimesta selostaa alusta alkaen. Sähköisissä yhteydenoton kanavissa vanhemmat toivoivat tietoa siitä, milloin viesti on otettu vastaan ja milloin voi odottaa yhteydenottoa palvelusta. Kontaktin ottamisen jälkeen vanhemmat toivoivat, että asioihin reagoidaan nopeasti. Osa vanhemmista toivoi voivansa ottaa joissakin asioissa yhteyttä nimettömänä. Pienillä paikkakunnilla nimettömyys voi madaltaa kynnystä kysyä neuvoa varhaisessa vaiheessa.



Tuen alkaessa on tärkeää, että tapaamisajat toteutuvat perheelle sopivaan aikaan. Etenkin arkisin, tapaamisajat virastoajan jälkeen nähtiin kyselyyn vastanneiden keskuudessa tärkeänä. Viikonloppuisin toteutettavaa tukea ei koettu yhtä tärkeäksi. Esimerkiksi kotipalvelussa vanhemmat kokivat tärkeäksi sen, että tapaamiset toteutuvat ajankohtana, jolloin arjessa on avun tarvetta, esimerkiksi aamutoimien tai lasten nukkumaanmenon aikaan. Vanhemmilla oli kokemuksia siitä, että kotipalvelun tapaamisten ajankohdat sovittiin ensisijaisesti työntekijän aikataulun perusteella.

## 5 Vanhempien hyvinvointia rakentavat ratkaisut ja toiminnan kehittämiskohteet

Voimavarojen tukeminen on keskeinen elementti arjen haasteiden ja kuormituksen aktiivisen kartoittamisen rinnalla, kun halutaan tukea vanhemmuutta varhaisessa vaiheessa. Kun ymmärrämme, mitkä tekijät antavat vanhemmille arjessa voimaa, voidaan hyvinvointia ja terveyttä edistävät ja tukevat toiminnot suunnitella kunnassa asukaslähtöisesti.

Kyselyn vastauksissa ja haastatteluissa vanhempien arjen jaksamista ja hyvinvointia edesauttavat voimavarat koostuivat hyvistä sosiaalisista suhteista perheen ja läheisten keskuudessa sekä perhe-elämän ulkopuolisen elämän osa-alueista. Perheen mukavat hetket yhdessä ja toimiva parisuhde auttoivat vanhempia jaksamaan vaikeinakin aikoina. Harrastukset ja liikunta tarjosivat vanhemmille mahdollisuuden viettää aikuisen omaa aikaa. Työ oli vanhemmille tärkeä asia, mutta työnantajalta toivottiin joustoa esimerkiksi työaikoihin liittyen, jos lapsen tai perheen tilanne sitä vaati.

### Vanhemmille arjessa voimaa antavia tekijöitä:

- Perheen yhteiset hetket
- Parisuhde
- Lapset
- Ystävät
- Vertaisten tapaaminen
- Lastenhoitoapu
- Harrastukset ja liikunta
- Luonto
- Työ
- Työajan joustot
- Uni
- Uskonto

Vanhempien hyvinvointia ja terveyttä tukeva toiminta tulisi vanhempien kertomana perustua perheen yhteisen ajanvieton ja tekemisen mahdollistamiseen, tukea antavien vertaiskontaktien rakentumisen tukemiseen, vapaa-ajan ja harrastusmahdollisuuksien varmistamiseen sekä perheystävällisten työpaikkojen rakentamiseen.

Vanhempien tuen tarpeesta kertovien vastausten ja voimaa antavien tekijöiden perusteella hyvinvointia ja terveyttä edistävän kehittämistyön painopisteet on jaoteltu seuraavissa alaluvuissa kolmen otsikon alle: sosiaalisten suhteiden muodostamisen tuki, vanhemmuuden ja kasvattajan roolin tuki sekä arjessa jaksamisen ja parisuhteen tuki. Kutakin osa-aluetta ja sen siihen liittyviä kehittämisehdotuksia kuvataan tarkemmin.

## 5.1 Sosiaalisten suhteiden muodostamisen tuki

Kontaktit ystäviin ja toisiin lapsiperheisiin nostettiin esiin tärkeänä voimavarana arjessa. Kyselyssä yli kolmasosa vastanneista toivoi saavansa enemmän kontakteja toisten lapsiperheiden vanhempiin. Tähän toiveeseen vastaaminen on kunnille tärkeä kehittämisen painopiste. Sosiaaliset suhteet tarjoavat vanhemmille monenlaista ennaltaehkäisevää tukea, joka auttaa jaksamaan arjessa.

Vanhemmuuteen ja perhe-elämään liittyvien sosiaalisten suhteiden muodostaminen on tärkeä osa ennaltaehkäisevää tukea jo raskausaikana. Haastateltujen äitien kuvaamana synnytysvalmennus palveli etupäässä tiedollisia tarpeita, mutta vanhempien välisiä kontakteja niissä syntyi harvoin. Äidit toivoivat, että esimerkiksi synnytyksen jälkeen olisi mahdollista tavata toisia samassa elämänvaiheessa olevia vanhempia. Vauvaperhetoiminta on tärkeä foorumi vertaistuelle ja läpi lapsen kasvun jatkuvien ihmissuhteiden solmimiselle. Kaikenikäisille lapsille suunnattuja perhekahviloita ei nähty esikoisvauvan kanssa mielekkäimpänä ympäristönä sosiaalisten kontaktien muodostamiselle, koska ilmapiiri keskustelulle vanhempien lasten leikin keskellä voi olla rauhaton.

Lapsen ollessa kotihoidossa perhekahvilat ja avoimet päiväkodit nähtiin tärkeänä toimintana sosiaalisten suhteiden solmimisessa. Ne haastatteluihin osallistuneet vanhemmat jotka kokivat, että heillä ei ole tarpeeksi kontakteja toisiin vanhempiin arjessa, toivoivat enemmän esimerkiksi leikkipuisto- ja avoimen päiväkodin toimintaa, johon voisi hakeutua useana päivänä viikossa. Perhekahviloiden edulliset tai ilmaiset ruokailut olivat toiminnoista suosituimpia. Vanhemmat toivoivat myös voivansa tutustua toisiin vanhempiin varhaiskasvatuksen ja koulun vanhempainilloissa. Sosiaalisia kontakteja kaipaavien vanhempien mielestä vanhempainiltojen tiedottava fokus ei ollut tärkein osa tapaamisia. Ehdotuksena oli myös, että luokat voisivat järjestää yhteisiä iltatapahtumia perheille, jotta tutustumisen lapsen kavereiden vanhempiin olisi helpompaa. Työssäkäyvät vanhemmat pitivät tärkeinä perheille suunnattuja tapahtumia. Luonnossa liikkuminen oli lähes kaikille perheille mielekkäin yhdessä tekemisen muoto. Myös vanhempi-lapsi -harrastukset nähtiin paikkana toisten vanhempien tapaamiselle.

Vanhemmat toivat esiin tarvetta löytää vertaistukea ja neuvoja myös erityistilanteissa, esimerkiksi eroon, uusperheeseen ja lapseen liittyvissä haasteissa. Vertaisryhmätoiminnassa nähtiin kynnystä madaltavaksi piirteeksi se, että toiset vanhemmat tulisivat oman kunnan ulkopuolelta. Pienellä paikkakunnalla vanhemmat pohtivat, että yksityisasioista puhuminen ennestään tuttujen vanhempien kanssa voi olla vaikeaa. Myös pelko juorujen leviämisestä nostaa kynnystä esimerkiksi vertaistukiryhmiin osallistumiseen. Näissä tarpeissa kuntien välinen yhteistyö voi edesauttaa tuen piiriin tulemisen kynnyksen madaltamista.

### Sosiaalisten suhteiden solmimista voi edesauttaa:

- Yhteisöllinen ruokailu
- Perhetapahtumat esim. luontoteemalla
  - Vanhempi-lapsi -harrastukset
- Alueen some-ryhmät, joissa voi kysellä esim. leikkipuistoseuraa
- Koulun ja varhaiskasvatuksen vanhempainillat & luokan yhteiset tapahtumat
- Kuntien välinen yhteistyö avun ja vertaistuen järjestämisessä (esim. ero, uusperhe, ADHD)

## 5.2 Vanhemmuuden ja kasvattajan roolin tuki

Vanhemmuuden ja kasvattajan rooliin liittyvä tuki saadaan aineiston perusteella pääosin vanhempien vertaisverkostossa. Kun vanhemmilta kysyttiin, mistä he saavat tukea ja neuvoja vanhemmuuteen ja lapsen kasvatukseen, he kertoivat saavansa niitä ystäviltään ja sukulaisiltaan. Kukaan haastateltavista ei maininnut neuvolaa, varhaiskasvatusta tai koulua kasvatuksellisten neuvojen lähteenä. Perhetyön asiakkaana olevat vanhemmat kertoivat saaneensa neuvoja esimerkiksi lapsen positiiviseen huomioimiseen liittyen. Osa vanhemmista muisti saaneensa neuvolasta lapsen kulloisestakin kehitysvaiheesta kertovan vihkosen, mutta he eivät kokeneet sen tuoneen lapsen kasvatukseen tukea. On pohdittava, miten neuvolassa voitaisiin nykyistä paremmin huomioida myös vanhemman kasvattajan roolin tukeminen.

Neuvoja ja toimintatapoja lapsen kanssa toimimiseen vaihdettiin toisten vanhempien kanssa perhekahviloissa, WhatsApp-ryhmissä, puhelinkeskusteluissa, viesteissä ja sosiaalisen median keskusteluryhmissä. Osa seurasi sosiaalisen median keskusteluryhmiä kirjoittamatta ryhmään itse. Keskusteluissa saatettiin viitata internetistä löytyviin ammattilaisten kirjoittamiin artikkeleihin. Ensisijaisesti haastatellut kuitenkin toivat esiin arvostavansa toisen vanhemman käytännön kokemusta ja nopeasti arjessa saatavaa pohdinta-apua. Vanhempien yhteiset keskustelut toimivat myös vertaistuen väylänä. Vanhemmat kertoivat, että on lohduttavaa tietää, että muut kamppailevat samanlaisten haasteiden kanssa. Esimerkiksi murrosikäisen lapsen vanhemmuus haastoi vanhemmuuden uudella tavalla. Tähän ikävaiheeseen ei juurikaan ollut tarjolla varhaista tukea. Vanhemmat tunnistivat tarpeen pohtia murrosikäisen vanhemmuutta, mutta eivät tienneet, mistä tukea olisi saatavilla vertaiskontaktien lisäksi.

Koska vanhemmat kokivat saavansa tukea ja neuvoja kasvattajina ensisijaisesti vertaisverkostoissa, kannattaa kasvatukseen ja lapsen kehitystä tukeviin toimintatapoihin liittyvää ammatillista viestintää kohdentaa laajasti kaikille vanhemmille. Näin mahdollistetaan ennaltaehkäisevän tiedon kulku vanhempien luontaisissa kanavissa ja verkostoissa. Tietoa kannattaa jakaa neuvolan ohella perhekahviloissa, kirjastoissa ja muissa ympäristöissä, joissa perheet luontaisesti liikkuvat. Kirjallisen materiaalin lisäksi esimerkiksi käytännönläheiset videot, joissa mallinnetaan haasteellisten tilanteiden ratkaisemista voivat olla hyödyksi kaikille vanhemmille, jotta neuvoja saisi myös hakeutumatta palvelujen piiriin. Asiantuntijaluennot olivat monelle vanhemmalle omaa vanhemmuuden pohdintaa tukevia kokemuksia. Myös varhaiskasvatuksessa ja koulussa lapsen asioiden käsittelyn tulisi mallintaa esimerkiksi myönteistä vanhemmuutta ja lapsen vahvuuksia korostavaa toimintatapaa. Moni vanhempi toivoi, että varhaiskasvatuksessa ja koulussa lapsille ja lapsista annettaisiin enemmän positiivista palautetta.

### Miten kasvattajan roolia voidaan tukea:

- Myönteisen vanhemmuuden tieto kaikille vanhemmille esim. perhekahviloihin, avoimeen päiväkotiin ja leikkipuistoihin.
- Positiivinen palaute lapselle ja vanhemmille varhaiskasvatuksessa ja koulussa
  - Nopeana apuna esim. videot, joilla kuvataan konkreettisia toimintatapoja ja työkaluja vanhemmuuteen.
  - Kirjaston tarjonta tiedon välittäjänä
  - Asiantuntijoiden luennot

### 5.3 Arjessa jaksamisen ja parisuhteen tuki

Lapsiperheiden arjessa erilaiset kuormittavat tekijät vaikuttavat toisiinsa. Työelämässä koettiin paljon kuormitusta ja se vaikutti jaksamiseen vapaa-ajalla. Esimerkiksi perheystävälliset työpaikat, joissa työaika joustaa tarvittaessa, ovat tärkeä vanhemmuutta ja arjessa jaksamista tukeva tekijä. Parisuhteen hoitamiselle ja ajalle ilman lapsia ei vanhempien kertomana ollut useinkaan tilaisuutta. Toimiva parisuhde on kuitenkin tärkeä voimavara vaikeina aikoina. Esimerkiksi vanhemmille suunnatuilla tapahtumilla, joissa myös lapsille on omaa ohjelmaa, voidaan vanhemmille tarjota aikaa ja mahdollisuuksia olla yhdessä ja keskustella elämänvaiheelle ajankohtaisista asioista.

Harrastukset, joissa tarjotaan lastenhoitoapua voivat mahdollistaa osalle vanhemmista rentoutumisen arjessa. Vanhemmat toivoivat järjestöiltä ja esimerkiksi varaisovanhempi toiminnasta matalan kynnyksen edullista lastenhoitoapua. Osalle perheistä lastenhoidon maksullisuus oli este palvelun hakemiselle. Palvelusetelit kotipalveluun ovat siksi tarpeen. Arjen jaksamisen apu ei kuitenkaan aina täydy olla aikaa ilman lasta. Esimerkki kotona lasta hoitavien vanhempien arkea ja taloudellista tilannetta helpottavasta toiminnasta on edullinen tai ilmainen ruokailu, jonka myötä yhtenä päivänä viikossa saa istua valmiiseen pöytään ruokailemaan. Toiveita nostettiin esiin myös esimerkiksi naisille suunnatusta virkistystoiminnasta. Esimerkiksi äideille suunnatuilla naisten illoilla voi olla arjen jaksamista ja aikuisuuden muita rooleja tukeva merkitys.

#### **Miten arjessa jaksamista ja parisuhdetta voidaan tukea ennaltaehkäisevästi:**

- Perheystävälliset työpaikat
  - Harrastukset, joissa on järjestetty lastenhoitoapua
  - Matalan kynnyksen lastenhoitoapu järjestöiltä ja vapaaehtoisilta
- Toiminnalliset tapahtumat ja illat äidille ja isille sekä parisuhteen hoitoon

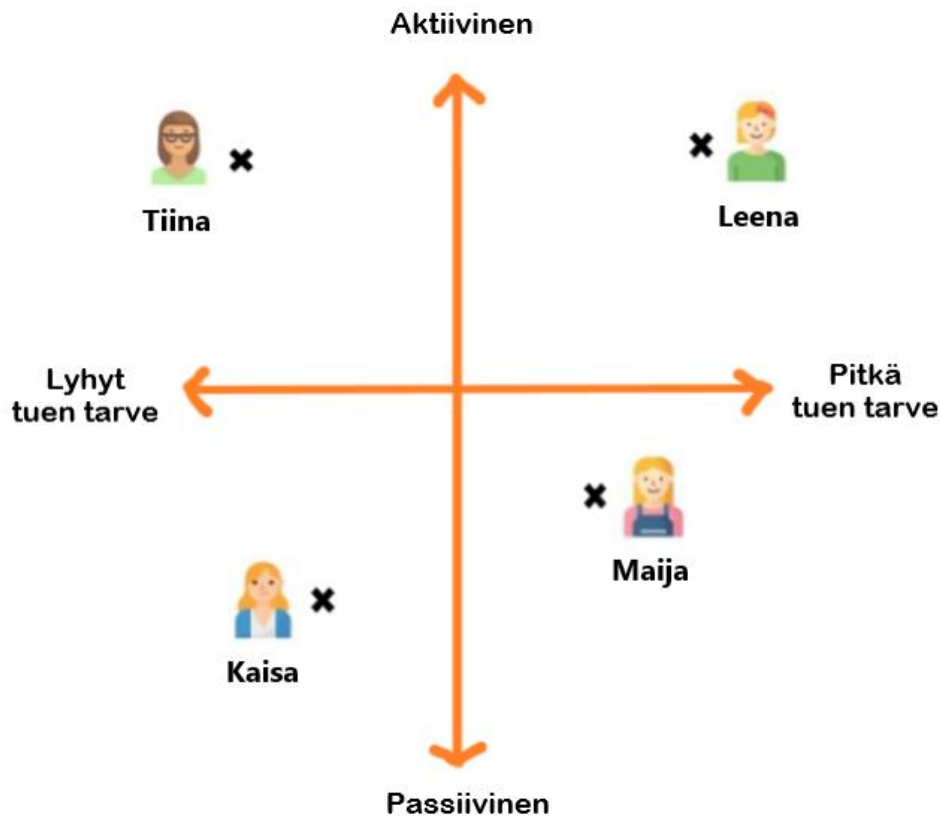
## 6 Asiakaspersoonat: Vanhempien erilaiset tarpeet

Kun varhaisen tuen palveluita suunnitellaan ja kehitetään, on tärkeää tunnistaa erilaiset asiakasryhmät, joita tuen tulisi palvella. Tätä tavoitetta voidaan kutsua asiakasymmärrykseksi. Asiakasymmärrys kuvaa, minkälaisia erilaisia odotuksia ja tarpeita erilaisilla asiakasryhmillä on ja miten he tyypillisesti käyttäytyvät. Tässä haastatteluiden avulla kerätyn tiedon perusteella tehdyssä vanhemmuuden varhaisen tuen asiakasymmärryksen analyysissä vanhempia kuvataan neljän asiakaspersoonan avulla.

Kun palveluissa ymmärretään, minkälaisia erilaisia tarpeita eri ryhmiin kuuluvilla vanhemmilla on, voidaan heille muotoilla oikeanlaisia palveluita ja toimia heidän auttamistaan tukevalla tavalla. Ymmärtämällä asiakasryhmien tilanteita ja tyypillisiä toimintatapoja pystytään myös tunnistamaan esteitä, joita liittyy erilaisten vanhempien tuen piiriin tulemiseen ja tuesta hyötymiseen.

Aineiston kaikki haastatellut olivat naisia, joten asiakaspersoonat edustavat äitejä. Vanhempien tilanteet ovat hyvin yksilöllisiä, joten persoonia tyypittelevä jaottelu ei ole tyhjentävä. Sen avulla on

kuitenkin mahdollista jäsentää, minkälaisiin tarpeisiin palveluissa tulisi kyetä vastaamaan. Tyypitte-  
lyssä asiakaspersonat eroavat toisistaan aktiivisuuden ja passiivisuuden akselilla sekä sen suh-  
teen, kuinka pitkään he tarvitsevat tukea. Alla oleva nelikenttä kuvaa asiakaspersonien sijoittu-  
mista näiden muuttujien osalta. Näiden muuttujien lisäksi asiakasryhmillä on myös vaihtelevasti lä-  
heisten ja sukulaisten muodostaman sosiaalisen turvaverkoston antamaa apua käytettävissään.



Eri asiakasryhmillä on myös yhtäläisyyksiä. Kaikkia vanhempia yhdistää **sosiaalisten kontaktien ja vertaistuen tarve** toisiin, samanlaisten haasteiden kanssa eläviin vanhempiin. Toisten samaa elämänvaihetta ja lapsen kehitysvaihetta elävien vanhempien tapaaminen on keskeinen arjen jaksamista edesauttava tekijä, etenkin lasta kotona hoitavien äitien näkökulmasta. Kontaktit toisiin vanhempiin toimivat reflektiopintana myös lapsen kasvaessa. Vertaiskontaktien tarve korostuu, jos lapsella on diagnosoitu sairaus. Esimerkiksi lapsen ADHD-diagnoosi haastaa vanhempaa monella tavalla. Vertaisverkostossa arjen selviytymiskeinojen jakaminen on myös näissä tilanteissa tärkeä tuen lähde.

Kaikkia asiakasryhmiä yhdistää myös **vertaiskontaktien rooli kasvatukseen liittyvien neuvojen antajana**. Kun haastatteluissa kysyttiin, mistä ohjeet ja neuvot kasvatukseen tulevat, kaikki haastatellut nimesivät ensisijaiseksi kanavaksi ystävät ja läheiset, toissijaisesti internetistä löytyvät keskusteluryhmät ja artikkelit. Neuvolaa kasvatustalouden tai tiedon antajana ei nimennyt yksikään haastatelluista. Kaikille vanhemmille on myös tärkeää saada **hengähdys hetkiä arjessa**. Hengähdys hetket voivat tapahtua esimerkiksi perhekerhon edullisen ruokailun, lastenhoitoavun, hyvin nukutun yön tai oman harrastamisen muodossa. Pitempiaikaisessa tuen tarpeessa tukiperhetoiminta oli jaksamista tukeva tekijä.


Kerätyn aineiston perusteella voidaan todeta, että äidit ovat isiä aktiivisempia kertomaan vanhemmuudesta. Haastatteluissa isät olivat kuitenkin läsnä. Isien rooli perheen arjessa kuvautui tasavertaisena, joskin kotona lapsia hoitavat äidit sanoivat kantavansa arjesta päävastuun. Isien rooli varhaiseen tukeen liittyen on merkityksellinen. Äidit kuvasivat, että puoliso on usein ainoa ihminen, joka havaitsee äidin väsymyksen ja tuen tarpeen. Siksi tiedon jakaminen isille ja isien aktiivinen osallistaminen palveluissa on merkityksellistä. Isien tarpeita ja toiveita tulisi myös selvittää tarkemmin, jotta palveluissa pystyttäisiin vastaamaan paremmin myös heidän tarpeisiinsa vanhemmuuden ja perhelämän tukemisessa. Seuraavaksi esitellään neljä asiakaspersonaa, jotka kuvaavat eri tyyppisiä asiakasryhmiä äitien osalta.

## 6.1 Tiina: Sosiaalisia kontakteja etsivä ja kasvatuksesta kiinnostunut

Tiina edustaa vanhemmuuden varhaisen tuen suurinta asiakasryhmää. Haastatteluissa yhdeksän äitiä (n. 48%) edusti tätä ryhmää. Tiinan tilannetta ja tarpeita kuvaa ensisijainen tarve löytää kontakteja toisiin vanhempiin. Tiina on kiinnostunut lapsen kasvuun ja vanhemmuuteen liittyvistä asioista ja osallistuu mielellään perheille suunnattuihin toimintoihin, tapahtumiin ja lapsi-vanhempi -harrastuksiin. Tiina haluaa pohtia vanhemmuuteen liittyviä asioita sekä ammattilaisten että toisten vanhempien kanssa. Neuvolan ja varhaiskasvatuksen tapaamisilta Tiina toivoo pohtivaa otetta ja lapsen vahvuuksia esiin nostavaa puhetta.

Tiinan arjen haasteena on tyyppillisesti perheen eri-ikäisten lasten tarpeiden huomioiminen, johon ei tunnu löytyvän riittävästi aikaa. Pienten lasten kanssa liikkeelle lähteminen kotoa vie aikaa ja arki on ajoittain haastavaa. Tiina kaipaa arjessa pieniä hetkiä ilman lasta ja esimerkiksi mahdollisuutta käydä harrastuksessa. Koska läheisten ja sukulaisten sosiaalinen verkosto voi olla vähäinen, Tiina on ajoittain yksinäinen. Hän odottaa kunnan ja muiden toimijoiden mahdollistavan kohtaamisia toisten lapsiperheiden kanssa.

### Tiina: Sosiaalisia kontakteja etsivä ja kasvatuksesta kiinnostunut



Passiivisuus	<div style="border-bottom: 2px solid orange; width: 100%; position: relative;"> <span style="position: absolute; right: 10%; top: -50%; transform: translateY(50%); font-size: 2em;">✘</span> </div>	Aktiivisuus
Lyhyt tuen tarve	<div style="border-bottom: 2px solid orange; width: 100%; position: relative;"> <span style="position: absolute; left: 10%; top: -50%; transform: translateY(50%); font-size: 2em;">✘</span> </div>	Pitkä tuen tarve
Vähän tukiverkostoa	<div style="border-bottom: 2px solid orange; width: 100%; position: relative;"> <span style="position: absolute; left: 40%; top: -50%; transform: translateY(50%); font-size: 2em;">✘</span> </div>	Paljon tukiverkostoa

**Mikä kuormittaa?**

- Arjen aikataulut ja eri ikäisten lasten tarpeiden huomioiminen
- Työn ja perheen yhteensovittaminen
- Vähäinen sosiaalinen tukiverkosto

**Mitä toivoo?**

- Toisten vanhempien seuraa ja verkostoitumista
- Puhetta vanhemmuudesta ja sen haasteista
- Levähdyshetkiä arjessa
- Tietoa, luentoja, tapahtumia

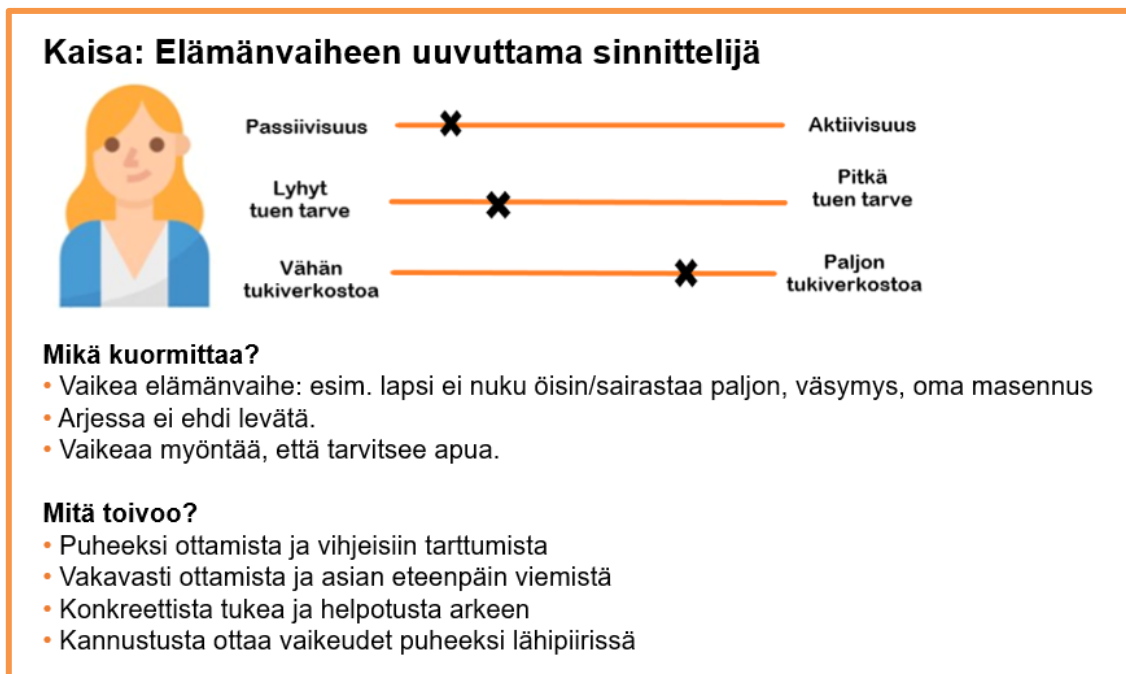
## Miten Tiina kertoo kokemuksistaan:

"Itselle tosi tärkeä on perhekerho, jossa tapaa muita vanhempia. Siellä edullinen ruokailu kerran viikossa on tosi merkittävä helpotus arkeen. Olen käynyt myös muissa kohtaamispaikoissa ja kaikki ovat tärkeitä, vähän eri tavoin. Vauvakahvilassa kaikki olivat samassa vaiheessa ja puheenaiheet tulivat luonnostaan."

"Pitäisi kutsua toisia äitejä kotiin, mutta sitten pitäisi siivota ja laittaa paikkoja kuntoon. Ei viitsi uusia tuttavuuksia pyytää sotkuiseen kotiin. Perhekahvila on vain pari tuntia viikossa ja se on tosi vähän."

## 6.2 Kaisa: Elämänvaiheen uuvuttama sinnittelijä

Kaisan kaltaiset äidit edustavat asiakasryhmää, jossa tuen tarve on verrattain lyhytaikainen, mutta avun hakeminen on vaikeaa. Haastatteluissa viisi äitiä (n. 26%) asettui tähän ryhmään. Kaisan varhaisen tuen tarvetta kuvaa hyvin kuormittava ajanjakso, joka ajoittuu tyypillisesti lasten varhaisiin vuosiin. Toinen lapsi valvottaa tai sairastamista jatkuu pitkään. Levon puute arjessa kasaantuu ja toivottomuus kasvaa hiljalleen. Kaisan elämässä väsymys vaikeuttaa vanhempana selviytymistä ja kapeuttaa arjessa ajattelua. Kaisalle on tärkeää selviytyä hyvin vanhempana. Siksi hänen on vaikeaa myöntää, että tarvitsee apua ja vaikuttaa usein reippaalta. Kaisa saattaa kertoa kuormituksestaan neuvolassa ja toivoo, että asiaan tartutaan. Väsymyksen vuoksi Kaisan on vaikeaa viedä asiaa itsenäisesti eteenpäin tai kertoa tilanteesta läheisille. Kaisalle on tärkeää hyväksyvä ja kannustava suhtautuminen tuen etsimiseen.



### **Miten Kaisa kertoo kokemuksistaan:**

*"Päivittely ei hirveästi auta. Se konkreettinen apu olisi meille ollut varhaisemmassa vaiheessa iso juttu, mutta neuvolassa asiaan ei tartuttu. Vaikka kyllä mulla olisi ollut vaikeaa ottaa apua vastaan. Mutta kun oli tosi uupunut, oli vielä vaikeampaa ottaa apu vastaan. Koska silloin masentuneena tuli se olo, että oli epäonnistunut. Alkuun olisi voinut olla helpompaa, jos oltaisi sanottu jo varhain, että teillä on aikamoinen paketti. Että nyt olisi apu tarpeen."*

*"Väsymys oli monen asian summa. Kaikki tuntui lohduttomalta. En ollut lapsille läsnä tai empaattinen. Suoriuduin vain arjesta ja yritin selviytyä. Hain virikepaikkaa päivähoidosta, kun vanhempi lapsi oli 1,5-vuotias. Minulle sanottiin, että niin pienen lapsen paikka on kotona äidin luona, eikä hoidossa. En osannut enää jatkaa keskustelua, vaan lähdin pois. Vastaanotto oli huono ja sen jälkeen en ole uskaltanut niistä asioista puhua. Ajattelin, että itse olen itseni tähän tilanteeseen ajanut. Että selviän tästä myös itse. Silloin on niin herkkänä ja jos ammattilainenkin sanoo. Kotipalvelusta en ollut kuullut."*

*"Minun kohdalla se olisi ollut ihan katastrofi, jos joku olisi tullut vaan neuvomaan. Tarvitsin nimenomaan konkreettista apua. Se perhetyöntekijä laittoi tiskiä ja pyykkiä menemään. Hain apua siihen, että sain itse nukkua. Ja kun tajusi, miten paljon se vaikutti minun arkeen ja jaksamiseen, että hän auttoi minua. Että kun heräsin sieltä unilta ja hän oli siivonnut, kun vauva nukkui. Se oli niin voimauttavaa! Se ei ratkea sillä, että minulle annetaan uusia ideoita arjen hoitoon. Siinä kohtaa se konkreettinen työ oli se, mikä auttoi."*

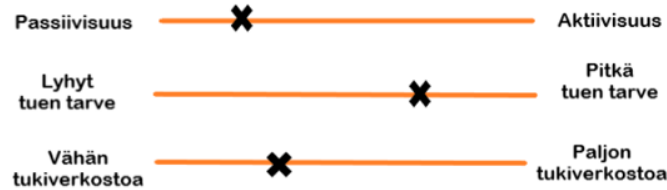
### **6.3 Maija: Kasautuneiden ongelmien kuormittama**

Maijan kaltaiset äidit edustavat asiakasryhmää, joilla on usean samanaikaisen palvelun tarvetta. Heitä on Tiinan ja Kaisan kaltaisiin äiteihin verrattuna vähemmän. Haastattelussa 3 äitiä (n. 16%) kuvasi pitkäaikaisia ja kasautuneita ongelmia, jotka kytkeytyivät toisiinsa. Esimerkiksi taloudelliset vaikeudet, arjen väsymys, psykiatrinen sairaus ja lapsen käyttäytymisen haasteet muodostivat kokonaisuuden, jossa kuormitus kerääntyy pitkän ajan kuluessa hiljalleen ja on siksi vaikea havaita.

Maijan kaltaisten äitien kohdalla yhteydenotto tuen piiriin tulee melko myöhään, sillä heidän on vaikeaa tehdä aloitetta. Saadessaan kontaktin ammattilaiseen Maija toivoo nopeaa reagointia tilanteeseensa ja palvelun nopeaa aloitusta. Kokemus hyvästä yhteydestä työntekijään määrittää Maijan kokemusta laadukkaasta avusta. Maijan toimintakyky on kuormituksen vuoksi rajoittunut, joten hän tarvitsee tukea sopivan tuen etsimisessä ja palveluihin hakeutumisessa.



### Maija: Kasautuneiden ongelmien kuormittama



#### Mikä kuormittaa?

- Arjessa useita samanaikaisia ja pitkäaikaisia haasteita: esim. taloudellinen tilanne, väsymys, lapsen ongelmat, oma mielenterveys
- Kuormitus kehittyy hiljalleen. Vaikeaa huomata tai myöntää, että ei jaksaa.
- Tietoisuus palveluista on vähäinen, pohtii auttaako mikään.

#### Mitä toivoo?

- Nopeaa apua, koska yhteydenotto tulee myöhäisessä vaiheessa
- Käytännön joustavaa apua
- Avun saamisen kokemus muodostuu hyvästä yhteydestä työntekijän kanssa.
- Apua palveluiden piiriin hakeutumisessa
- Konkreettisia työkaluja vanhemmuuteen

### Miten Maija kertoo tilanteestaan:

"Meille sanottiin, että nämä palvelut ovat tilapäinen apu ja siksi ne täytyy lopettaa. Tuli sellainen olo, että olen toivoton tapaus, kun tämäkään ei auttanut. Kun itse ajattelen, että tilapäinen voi olla myös vuoden mittainen apu."

"Kotipalvelun työntekijän käynnit sovittiin hänen aikataulunsa mukaan ja ne olivat aikoina, jolloin en apua tarvinnut. Sitten sanottiin, että vie lapset päiväkotiin. Sitten jaksat ja teet kotihommia. Mutta lasten saaminen tiettyyn aamuaikaan päiväkotiin on raskasta ja itselle se olisi tuonut lisästressiä. Kaikille ei ole samat ratkaisut hyviä. Tuntui siltä, että on helpompaa olla ottamatta palvelua vastaan kuin olla asiakkaana."


"Jos lasten osa-aikaisen hoidon määrää nostettaisiin, ei meillä olisi enää varaa niihin maksuihin. Perhetyöntekijä on apuna, mutta en tiedä hyväksyvätkö sitä, että saisin vaan levätä. Teini-ikäisestä lapsesta on ollut huolta ja hän tapaa nyt psykologia. Ei ole oikein ketään läheistä tai sukulaista, joka voisi arjessa auttaa."




## 6.4 Leena: Sisukas, mutta väsynyt ja erityisen tuen tarpeessa

Leenan kaltaiset äidit ovat asiakasryhmistä pienin, mutta heidän tuen tarpeensa monimuotoisuus haastaa palvelujärjestelmän. Haastattelussa 2 äitiä (n. 10%) kuvasi arkeaan taisteluna palvelujärjestelmää vastaan. Leenan kaltaisella äidillä on pitkäaikainen tuen tarve, esimerkiksi lapsen kehityksellisen viivästymän tai muun lääketieteellisen syyn vuoksi.

Lapsen diagnoosin vuoksi Leena joutuu asioimaan useiden hoitotahojen, kuten terapeuttien ja erikoissairaanhoidon kanssa. Kelalta ja kunnan sosiaalipalveluista täytyy osata hakea lapsen sairautteen ja kuntoutukseen liittyviä etuuksia ja hankintoja. Perheen tilanteeseen liittyvien tahojen yhteistyö ja tiedonkulku ovat puutteellisia, joten Leena joutuu kertomaan tilannettaan useille tahoille ja tulee usein poiskäännyttyä palveluiden erityisalojen vastuujon vuoksi. Häntä vaivaa jatkuva epätietoisuus siitä, miten asiat palveluissa etenevät. Leena toivoo kohtaavansa ammattilaisen, joka havainnoisi perheen tilanteen kokonaisuutena ja tarjoaisi konkreettista tukea.

**Leena: Sisukas, mutta väsynyt ja erityisen tuen tarpeessa**



Passiivisuus	—  —	Aktiivisuus
Lyhyt tuen tarve	—  —	Pitkä tuen tarve
Vähän tukiverkostoa	—  —	Paljon tukiverkostoa

**Mikä kuormittaa?**

- Arki on selviytymistä esim. erityislapsen haasteiden ja oman jaksamisen kanssa.
- Katkonaiset palveluketjut ja epätietoisuus
- Taistelu oikeuksista tukeen ja palveluihin
- Kokemus pompottelusta vastuualueelta toiselle

**Mitä toivoo?**

- Tietoa etuuksista ja palveluista, joita voi hakea
- Kontakteja vertaistukeen esim. lapsen diagnoosiin liittyen
- Ammattilaiselta kokonaisvaltaista perspektiiviä ja rinnallakulkijuutta
- Tietoa asioiden ja hakemusten käsittelyn tilanteesta
- Lepoa ja konkreettista tukea voivottelun sijaan
- Joustavuutta tuen räätälöintiin

### Miten Leena kuvaa tilannettaan:

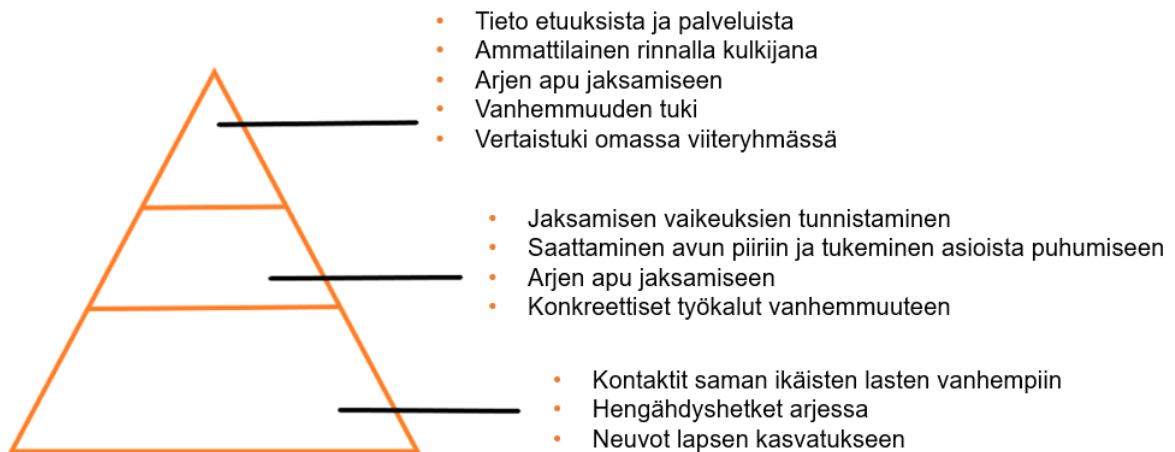
*"Asioihin on tartuttu sillä tavalla, että kerrotaan, miten huolissaan sinun jaksamisesta ollaan ja kehuetaan, että jaksat hyvin, kun vaikutan niin reippaalta. Pakkohan tässä on jaksaa. Mutta on vaan sanottu ne huolen sanat ilmoille. Siitä ei seuraa mitään konkreettista."*

*"Pompotellaan viranomaiselta toiselle ja aina joutuu selittämään samat asiat uudelleen. Lähetteet palautuvat ja meillä ei ole oikeutta mihinkään tukeen. Ihan sattumalta kuulin omaishoidon tuesta, mutta en tiedä miten se asia etenee."*

## 6.5 Yhteenveto erilaisten asiakaspersonien tarpeista

Eri asiakasryhmien välillä on myös samankaltaisuuksia. Leenan ja Maijan kaltaiset äidit hyötyvät samankaltaisesta kokonaisvaltaiseen näkökulmaan ja rinnalla kulkemiseen perustuvasta tuesta. Toisaalta kaikki vanhemmat hyötyvät myös alla olevan kuvan mukaisen pyramidin perustasolla toteutettavasta tuesta. Palveluita kehitettäessä tulisi varmistaa, että kaikkien tasojen varhainen ja oikea-aikainen tuki on saatavilla.

### Vanhemmuuden varhaisen tuen tulee vastata eri ryhmien tarpeisiin.



## 7 Kuntakohtaiset näkökulmat

Kyselyyn ja haastatteluihin osallistuneiden vanhempien vastaukset eivät eronneet merkittävästi kuntien välillä. Vastaukset voimavaroista ja arjen kuormittavista tekijöistä olivat kunnissa samanlaiset. Keuruun ja Petäjäveden eroavaisuudet haastatteluissa kuvasivat kuntien väestöllistä kokoeroa. Keuruulla asukkaita on n. 10 000 ja Petäjävedellä n. 4000. Petäjäveden haastatteluissa pienen paikkakunnan kysymykset sosiaali- ja terveystalvueluiden työntekijöiden tuttuudesta muista kuin ammatillisista yhteyksistä olivat yleisiä.

### 7.1 Keuruu

Keuruulla perheille tärkeänä hyvinvointia tukevana tekijänä nähtiin lasten harrastukset ja liikuntamahdollisuudet. Lasten harrastusmahdollisuudet koettiin hyviksi ja etenkin järjestöjen ja seurakunnan rooli nähtiin lapsiperheiden arjessa tärkeänä ja vahvana. Kotihoidossa olevien lasten osalta perheiden tuki muodostuukin Keuruulla pääosin järjestöjen vapaaehtoisten toiminnan ja seurakunnan palveluista. Kaikki vanhemmat eivät kuitenkaan halua osallistua seurakunnan tiloissa järjestettävään toimintaan. Osa vanhemmista ei koe seurakunnan tiloissa järjestettävää toimintaa itselleen mieluisana, vaikka järjestäjänä olisi ei-uskonnollinen taho.

Keuruun kaupungin strategisena tavoitteena on olla "lapsiperheiden paratiisi". Kunnalta toivottiin vahvempaa roolia lapsiperheiden tukemiseen, esimerkiksi leikkipuistojen ja siihen liittyvän asukas-toiminnan käynnistämisen muodossa. Keskustassa ei ole toimivaa leikkipuistoa. Leikkipuiston yhteyteen toivottiin myös mahdollisuutta olla sisätiloissa. Keuruulle LAPE-hankkeen aikana perustettua perhekeskusta ei vielä tunnettu vanhempien keskuudessa.

Neuvolan palveluissa pidettiin tärkeänä, että sama terveydenhoitaja tapaa perhettä raskaus- ja lastenneuvolassa. Haastatellut nostivat esiin, että heidän kokemuksensa on, että neuvolassa ei riittäväällä tavalla kysytä tai keskustella vanhemman jaksamiseen liittyvistä asioista. Tietämys sosiaalipalveluiden tuesta oli vanhempien keskuudessa vähäinen ja monella oli kokemus, että palveluista ei tiedoteta tarpeeksi.

### 7.2 Petäjävesi

Petäjäveden aineistossa tuli esiin, että vanhemmat ovat havainneet suuren ammattilaisten vaihtuvuuden sosiaalipalveluissa. Vanhemmilla oli kokemuksia siitä, että he olivat ottaneet yhteyttä sosiaalipalveluihin saadakseen varhaista tukea, mutta tuen tarvetta ei ammattilaisen näkökulmasta ollut. Työntekijöiden tavoitettavuus koettiin huonoksi ja soittopyyntöihin ei aina vastattu. Kyselyssä yli 70% vastaajista koki, että heillä ei ole riittävästi tietoa lapsiperheille tarjolla olevasta tuesta. Esimerkiksi verkkosivujen päivittäminen tähän liittyen on tarpeen.

Haastatellut pohtivat, että pienellä paikkakunnalla kynnys ottaa sosiaalipalveluihin yhteyttä on verrattain korkea, osaltaan myös siksi, että työntekijä saattaa olla tuttu myös muista yhteyksistä. Siksi yhteydenotto esimerkiksi Jyväskylässä sijaitsevaan perheneuvolaan koettiin helpompänä niiden

vanhempien keskuudessa, jotka perheneuvolan palvelusta tiesivät. Pienellä paikkakunnalla vanhemmat pohtivat myös työntekijöiden vaihtoehtoisuuden toteutumista asianmukaisesti, jos he kertovat vaikeuksistaan.

Haastatellut nostivat esiin, että palvelusetelillä hankittava kotipalvelu on heidän näkökulmastaan kunnan omaa palvelua mielekkäämpää, koska työntekijä ei ole tuttu omasta kunnasta. Myös suurempi mahdollisuus sopia palveluntuottajan kanssa käyntien ajankohdista nähtiin merkittävänä laatu- ja tuen vaikuttavuutta edesauttavana asiana.

Kunnassa on monta kohtaamispaikkaa kotihoidossa oleville lapsiperheille. Vanhempien kuvaamana niiden toiminnot vastaavat erilaisiin tarpeisiin ja kaikki niistä nähdään tarpeellisina. Vauvaperheille suunnattu toiminta ja kohdennettu tuki nähdään tärkeäksi etenkin ensimmäisen lapsen syntyessä. Vanhemmat toivovat varhaiskasvatuksen ja koulun antavan enemmän positiivista palautetta lapsesta sekä vanhemmille että lapselle itselleen.

Petäjävedellä perheen asuinpaikka vaikuttaa lapsen mahdollisuuksiin harrastaa. Osa alakouluikäisistä lapsista ei löydä mieleistään harrastusta omasta kunnasta. Partio ja luontoon liittyvä harrastaminen kiinnostaisi monia lapsia, mutta mahdollisuuksia tämän tyyppiseen harrastamiseen ei kunnassa ole. Osa harrastuksista järjestetään päällekkäisinä ajankohtina, mikä pakottaa tekemään valintoja harrastusten välillä.

### 7.3 Multia

Multialla tietoa kerättiin yksinomaan kyselyllä. Vastanneiden toiveena kunnalle oli, että kunta tarjoaisi lapsiperheille enemmän yhteisiä tapahtumia ja toiminnallisia iltoja. Kotona lastaan hoitaville vanhemmille on tarjolla perhekahvila, mutta kynnys tulla mukaan toimintaan on osalle liian korkea. Myös perhekahvilan ajankohta on joillekin perheille liian aikainen, esimerkiksi vauvan unirytmien vuoksi.

Kotipalvelun, perhetyön ja perheneuvolan palveluista avun hakemisen kynnys on palveluista korkein. Vastauksissa tuli esiin vanhempien toivovan, että lapsen uniongelmiin ja siitä aiheutuvaan vanhemman väsymiseen suhtauduttaisiin neuvolassa vakavasti ja tilanteeseen saisi tukea.

## Liite 1: Kysely lapsiperheiden arjesta ja tuen tarpeista

XX kunta haluaa kehittää lapsiperheiden palveluita vastaamaan kunnan asukkaiden tarpeita. SOS-Lapsikylän toteuttaman kyselyn tarkoituksena on selvittää, minkälaista lapsiperheiden arki on kunnassanne ja minkälaisia voimavaroja ja haasteita perheillä on. Kyselyssä selvitetään myös, mitä palveluita perheenne on käyttänyt viimeisen 12 kuukauden aikana ja minkälaisiin asioihin perheet ovat toivoneet apua. Näitä tietoja hyödynnetään palveluiden kehittämisessä.

Kysely on suunnattu vanhemmille, joilla on kyselyn toteuttamisen ajankohtana 0–17-vuotias lapsi. Kyselyyn osallistutaan nimettömästi. Kyselyn yhteydessä toteutetaan arvonta, jossa arvotaan palkintona Holiday Club lahjakortti. Mikäli haluat osallistua arvontaan, on kyselyn lopussa sähköinen linkki, jonka kautta pääset jättämään yhteystietosi arvontaa varten. Yhteystietoja ei voi yhdistää kyselyn vastauksiin.

Kiitos jo etukäteen vastauksistasi!

### 1. Perheen taustatiedot

- Asuinpaikkakunta:
- Vastaajan ikä:
- Vastaajan sukupuoli:
  - Nainen
  - Mies
  - Muu
- Vastaajan perhemuoto:
  - Ydinperhe
  - Eronnut yksinhuoltaja/yhteishuoltaja
  - Uusperhe
  - Muu mikä:
- Vastaajan lasten lukumäärä:
- Lasten iät vastaamishetkellä:
- Lasten asuminen:
  - Lapsi/lapset asuvat pääasiassa minun kanssani
  - Lapsi/lapset asuvat pääasiassa toisen vanhempansa kanssa
  - Lapsi/lapset asuvat arviolta puoliksi molempien vanhempien luona
  
- Elämäntilanne:
 

	Vastaaja	Puoliso
○ Vanhempainvapaa/hoitovapaa		
○ Kokopäivätyössä		
○ Osa-aikatyössä		
○ Yrittäjä		
○ Työtön		
○ Opiskelija		
○ Eläkkeellä tai pitkäaikaisesti sairas		
○ Muu tilanne, mikä:		

## 2. Perheen arki

Miten seuraavat väittämät kuvaavat perheenne arkea?

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
Meillä on tarpeeksi mahdollisuuksia viettää aikaa yhdessä perheenä.					
Kotityöt ja -kautuvat perheessämme sopivasti.					
Saamme riittävästi apua lapsen hoitoon sukulaisilta ja/tai läheisiltä.					
Koen selviytyväni arjen kotoistista.					
Arjessa on tarpeeksi aikaa levätä.					
Työn ja lapsiperheen arjen yhteensovittaminen toimii perheessämme hyvin.					
Minulla on tarpeeksi mahdollisuuksia viettää aikaa ilman lapsia.					
Parisuhteen hoitamiselle on tarpeeksi aikaa.					
Asuntomme vastaa perheemme tarpeita.					
Rahat riittävät välttämättömiin asioihin arjessa.					

Perheel- lämme on va- raa lapselle mieluisaan harrastuk- seen.					
---	--	--	--	--	--

- Mitkä asiat ovat aiheuttaneet stressiä perheessänne viimeisen 6 kuukauden aikana? (Voit valita useita)
  - Työelämän kuormitus
  - Työttömyys
  - Taloudellinen tilanne
  - Asuminen
  - Parisuhde
  - Lapsen haastava käyttäytyminen
  - Lapsen sosiaalisiin suhteisiin liittyvät vaikeudet (kiusaaminen yms.)
  - Lapsen terveydentila
  - Vanhempien terveydentila
  - Jokin muu, mikä
- Kuvaile arkeanne perheenä: (Avoin kysymys)
- Mitkä ovat sinulle ja perheellenne tärkeitä voimavaroja ja voimaa antavia asioita? (Avoin kysymys)

### 3. Perheen sosiaaliset suhteet

- Onko sinulla kontakteja toisiin lapsiperheiden vanhempiin?
  - Ei ollenkaan
  - Jonkin verran, mutta ei riittävästi
  - Riittävästi
- Onko sinulla kavereita ja ystäviä?
  - Ei ollenkaan
  - Jonkin verran, mutta ei riittävästi
  - Riittävästi



Saatko tarvittaessa arjen apua tai tukea vanhemmuuteen seuraavilta tahoilta?

	Riittävästi	Joskus	En koskaan	Kysymys ei koske minua
Oma puoliso				
Omat tai puolison vanhemmat				
Omat tai puolison sisarukset				
Omat tai puolison muut sukulaiset				
Omat tai puolison ystävät				
Naapurit				
Muu taho, mikä				

- Miten kunnassasi voitaisiin edesauttaa sitä, että löytäisit enemmän sosiaalisia kontakteja? (Avoin kysymys)

#### 4. Avun hakeminen ja palveluiden käyttö

- Mistä sinun on helpointa pyytää apua tai neuvoja, jos tarvitset jotakin lapsiin tai vanhemmuuteen liittyvää tukea tai neuvoja? (Voit valita useita vaihtoehtoja)
  - Sosiaalinen media (Netin keskustelupalstat, Facebook yms.)
  - Ystävät ja kaverit
  - Sukulaiset, perhe
  - Päiväkoti & Varhaiskasvatus
  - Neuvola
  - Terveysasema
  - Kotipalvelu
  - Sosiaalityöntekijä / sosiaaliohjaaja
  - Perheneuvola
  - Opettaja
  - Kouluterveydenhoitaja
  - Kuraattori
  - Koulupsykologi
  - Seurakunta
  - Järjestö (MLL, Pelastakaa lapset yms.)
  - Muu, mikä

Mitä palveluita olet hakenut tai saanut viimeisen 12 kuukauden aikana?

	Olen saanut tarvitsemani avun.	En ole saanut tarvitsemaani apua, vaikka olen hakenut.	Olisin tarvinnut, mutta en ole hakenut apua.	En ole tarvinnut apua.
Neuvola				
Varhaiskasvatus				
Kotipalvelu				
Perhetyö				
Perheneuvola				
Puheterapia				
Toimintaterapia				
Fysioterapia				
Lapsiperheiden sosiaalityö ja sosiaaliohjaus & Lastensuojelu				
Vammaispalvelut				
Päihdepalvelut				
Mielenterveyspalvelut				
Aikuissosiaalityö				
Kela				
Turvakoti				
Seurakunta				
Järjestöt				

- Kerro kokemuksistasi avun hakemiseen liittyen: (Avoin kysymys)

Minkälaisiin asioihin olet kokenut tarvitsevasi apua tai neuvoja läheisiltä tai ammattilaisilta viimeisen 12 kuukauden aikana?

	Olen saanut tarvitsemani avun.	En ole saanut tarvitsemaani apua, vaikka olen hakenut.	Olisin tarvinnut, mutta en ole hakenut apua	En ole tarvinnut apua.
Lapsen ikävaiheeseen liittyvä tieto				
Lapsen uni				
Lapsen ruokailu				
Lapsen haastava käyttäytyminen				
Lapsen oppimiseen tai koulunkäyntiin liittyvät vaikeudet				
Lastenhoitoapu				
Apu kotitöihin				
Parisuhde				
Avio- tai avoeroon liittyvät asiat				

Taloudellinen toimeentulo				
Asuminen				
Vanhemman väsymys				
Mielenterveyden ongelmat				
Päihteiden käyttö				
Parisuhde- tai lähisuhdeväkivalta				

- Kuvaa, mitkä asiat ovat haastavia arjessanne: (Avoin kysymys)

Miten tärkeitä alla kuvatut toimintatavat vanhemmuuden tukea ja neuvoja tarjoavissa palveluissa ovat sinulle?

	Erittäin tärkeä	Jonkin verran tärkeä	Ei merkitystä	En osaa sanoa
Yhteydenotto on mahdollista sähköisellä lomakkeella.				
Neuvoa voi kysyä halutessaan nimettömänä.				
Palvelussa on chat-mahdollisuus.				
Saan kirjallista tietoa aiheeseen liittyen.				
Apu on käytännön apua arkeen.				
Tapaamisajat ovat mahdollisia arkisin klo 8 – 16.				
Tapaamisajat ovat mahdollisia klo 16 jälkeen arkisin.				
Tapaamisajat ovat mahdollisia viikonloppuisin.				
Tapaamisia pidetään toimistossa.				
Tapaamisia pidetään perheemme kotona.				
Tapaamiset toteutetaan puhelimitse.				

Tapaamiset toteutetaan verkossa (esim. Skype)				
Tuki perustuu toisten vanhempien antamaan vertaistukeen.				
Muu, mikä?				

- Onko sinulla tarpeeksi tietoa tarjolla olevasta avusta ja palveluista lapsiperheille?
  - Riittävästi
  - Jonkin verran
  - Ei ollenkaan
  
- Tarpeita ja toiveita lapsiperheitä tukevan toiminnan ja palveluiden kehittämiseksi kunnassanne (Avoin kysymys)