

Lauhikari Sara & Rahkola Pirita

## **PARISUHTEEN TUKEMINEN ÄITIYS- JA LASTENNEUVOLASSA**

## **PARISUHTEEN TUKEMINEN ÄITIYS- JA LASTENNEUVOLASSA**

Lauhikari Sara & Rahkola Pirita  
Opinnäytetyö  
Kevät 2019  
Hoitotyön tutkinto-ohjelma  
Terveystenhoitaja  
Oulun ammattikorkeakoulu

## TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu  
Hoitotyön tutkinto-ohjelma, Terveystieteiden yksikkö

---

Tekijät: Lauhikari Sara & Rahkola Pirita

Opinnäytetyön nimi: Parisuhteen tukeminen äitiys- ja lastenneuvolassa

Työn ohjaajat: Yliopettaja, TtT Hilikka Honkanen ja Lehtori, TtM Satu Rainto

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Kevät 2019

Sivumäärä: 47 + 3 liitesivua

---

Parisuhteet kokevat väistämättä muutoksia raskauden ja lapsen syntymän myötä. Pienestä lapsesta huolehtiminen on jatkuvaa, ympärivuorokautista hoivaamista, jolloin parisuhteesta huolehtiminen jää vähemmälle tai voi jopa unohtua kokonaan. Parisuhteen laatu on merkittävä osa vanhemman hyvinvointia ja jaksamista. Hyvinvoiva parisuhde auttaa vanhempia arjessa jaksamisessa, kun taas huonosti toimiva parisuhde heikentää sekä vanhempien että lasten hyvinvointia. Lapsen tulo perheeseen on molemmille vanhemmille suuri elämänmuutos, jossa terveydenhoitaja on merkittävässä roolissa vanhempien hyvinvoinnin ja parisuhteen tukijana.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata vanhempien kokemuksia parisuhteen tukemisesta äitiys- ja lastenneuvolassa. Halusimme selvittää, millaista tukea vanhemmat saavat parisuhteeseen ja millaista tukea he toivovat terveydenhoitajalta saavansa. Tutkimuksen tavoitteena oli saada ajankohtaista tietoa parisuhteen tukemisen riittävästä ja vanhempien mahdollisista kehittämissuhteista. Tavoitteena on myös lisätä neuvolassa työskentelevien terveydenhoitajien tietoa siitä, miten vanhemmat kokevat parisuhteen tukemisen ja miten he haluaisivat tukemista kehitettävän.

Opinnäytetyö on toteutettu kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. Tutkimusaineisto kerättiin syksyn 2018 ja kevään 2019 aikana. Tutkimuksessa haastateltiin viittä vanhempaa, jotka olivat käyttäneet äitiys- tai lastenneuvolan palveluita. Haastattelumuotona käytettiin teemahaastattelua. Tutkimuksen tulokset analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysimenetelmällä.

Tutkimustuloksista kävi ilmi, että vanhemmat toivovat neuvolassa kiinnitettävän enemmän huomiota vanhempien parisuhteeseen ja sen tukemiseen. Terveystieteiden yksikön toivotaan kertovan enemmän parisuhteesta ja sen muutoksista lapsen syntymän myötä sekä jatkohoitopalveluiden mahdollisuudesta. Tutkimuksesta nousi esiin kehittämissuhteita esimerkiksi parisuhdetilanteen säännölliseen kartoittamiseen sekä perheneuvolapalveluiden kattavampaan hyödyntämiseen liittyen. Tutkimuksesta saatuja tuloksia voidaan hyödyntää neuvolassa tarjottavan parisuhteen tukemisen kehittämisessä niin, että palvelut vastaisivat nykyistä paremmin vanhempien tarpeita.

---

Asiasanat: parisuhde, tukeminen, äitiysneuvola, lastenneuvola, vanhemmuus

## ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences  
Degree Programme in Nursing and Health Care, Option of Public Health Nurse

---

Authors: Lauhikari Sara & Rahkola Pirita

Title of thesis: Supporting parents' relationship at maternity and child health clinic

Supervisors: Principal Lecturer, PhD Hilikka Honkanen & Senior Lecturer, MSc Satu Rainto

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2019

Number of pages: 47 + 3 attachments

---

The relationship between parents will inevitably go through changes during pregnancy and after the birth of a child. Caring for a little child is continuous, around the clock nurturing, while caring of the relationship will be less cared for and less remembered. The quality of the relationship is a big part of parents' well-being and coping. A healthy relationship helps the parents to cope every day, while poorly functioning relationship weakens both parents' and children's well-being. The birth of the child is a huge change of life to both of the parents, in which case the public health nurse has a significant role in supporting parents' well-being and their relationship.

The purpose of this thesis was to study parents' experiences of the support that's given at maternity and child health clinic. We wanted to find out what kind of support the parents get with their relationship and what they would wish from the public health nurse. The aim of the study was to get current information about the sufficiency of the support to a relationship and parents' possible development proposals. Also, the aim was to increase the awareness of public health nurses working at clinics about how parents experience the support of their relationship and how they would want it to be improved.

This research is qualitative. The data were collected during the autumn 2018 and the spring 2019. In this research five parents who had used maternity clinic and/or child health clinic services were interviewed. In this research theme-centered interview method was used and the results were analyzed by using the method of content analysis.

It has been found in the research results that parents need more support to their relationship at clinics. Parents hope that public health nurses would pay more attention to parents' relationship and supporting it. They also hope that public health nurses would tell more about the changes to relationship that pregnancy and childbirth cause. Parents hope more information about the possibility to exploit follow-up care services. Several development proposals were brought to attention via research: for example parents feel that it would be important to ask about the situation of the relationship regularly. They also hope that they would get more information about family counseling services and possibilities to use those services. The results of this study can be used to develop relationship support in ways that these services would have better respond to the needs of parents at maternity and child health clinics.

---

Keywords: relationship, support, maternity and child health clinic, parenthood

# SISÄLLYS

|     |  |    |
|-----|--|----|
| 1   | JOHDANTO .....   | 6  |
| 2   | PARISUHDE JA VANHEMMUUS.....                                     | 8  |
| 2.1 | Lapsen vaikutukset parisuhteeseen .....                          | 9  |
| 2.2 | Parisuhteen vaikutukset lapseen .....                            | 10 |
| 2.3 | Parisuhteen hoitaminen.....                                      | 12 |
| 2.4 | Vanhemmuus ja perhe .....  | 13 |
| 3   | PARISUHTEEN TUKEMINEN ÄITIYS- JA LASTENNEUVOLASSA .....          | 16 |
| 3.1 | Neuvolan tehtävät.....   | 16 |
| 3.2 | Terveystoimittaja parisuhteen tukijana .....                     | 17 |
| 3.3 | Neuvolassa käytettäviä parisuhteen tukemisen työvälineitä .....  | 18 |
| 4   | TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT .....      | 20 |
| 5   | TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN .....                                  | 21 |
| 5.1 | Tutkimusmenetelmä .....  | 21 |
| 5.2 | Aineiston keruu ja haastateltavien valinta .....                 | 22 |
| 5.3 | Aineiston analysointi.....                                       | 24 |
| 6   | TUTKIMUSTULOKSET .....   | 26 |
| 6.1 | Parisuhteen tukeminen neuvolassa.....                            | 26 |
| 6.2 | Vanhempien toiveet neuvolasta saatavalle parisuhteen tuelle..... | 31 |
| 7   | POHDINTA .....   | 35 |
| 7.1 | Tulosten tarkastelu .....  | 35 |
| 7.2 | Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys .....                      | 38 |
| 7.3 | Tulosten hyödynnettävyys ja jatkotutkimushaasteet.....           | 40 |
| 7.4 | Prosessissa oppiminen.....                                       | 41 |
|     | LÄHTEET.....   | 43 |
|     | LIITTEET .....   | 48 |

# 1 JOHDANTO

Terveystenhoitaja on yksi isoimmista tukijoista sekä tiedonantajista lasta odottaville ja lasta kasvataville vanhemmille. Lapsen saaminen on vanhemmille iso muutos ja se saattaa koetella parisuhdetta, sillä varsinkin pieni lapsi vaatii jatkuvasti vanhempien huomiota ja huolenpitoa, jolloin aikaa parisuhteen hoitamiseen ei ole enää siinä määrin kuin ennen lapsen syntymää. Erityisesti ensimmäisen lapsen syntymän jälkeen kaiken ollessa uutta tuoreille vanhemmille, ei vanhemmilla välttämättä ole energiaa parisuhteesta huolehtimiseen, vaikka aikaa löytyisikin. Suhteen hoitamisesta on kuitenkin tärkeää huolehtia oman ja muun perheen hyvinvoinnin vuoksi, sillä lapsen koti on vanhempien välinen suhde. Raskausaika, lapsen syntymä ja muut erilaiset elämänmuutokset asettavat haasteita parisuhteelle ja muille perheen olemassa oleville vuorovaikutusrakenteille. Vanhempien välisen suhteen vaikutukset myös lapsen hyvinvointiin ovat laajat. (Malinen 2011, 11.)

Hallituksen vuonna 2016 käynnistämä LAPE-hanke (Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma 2016-2018) pyrkii uudistamaan lapsi- ja perhepalveluita niin, että ne vastaisivat nykyistä paremmin lasten, nuorten ja perheiden tarpeita. Ensisijaista uudistuksessa on lapsen etu ja oikeudet, perheiden monimuotoisuus, lapsi- ja perhelähtöisyys sekä vanhemmuuden tukeminen ja voimavarojen vahvistaminen. Tärkeänä lähtökohtana hankkeessa on hyödyntää lasten ja nuorten sekä heidän vanhempien kokemusasiantuntijuutta. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2018, viitattu 3.4.2019.) LAPE-ohjelman yksi tavoitteista on vanhemmuuden ja parisuhteen tukemisen vahvistaminen, mihin myös me pyrimme vaikuttamaan tämän tutkimuksen tulosten myötä.

Halusimme opinnäytetyön aiheen liittyvän neuvolamaailmaan, mihin meilläkin on tulevaisuudessa mahdollisuus työllistyä. Tavoitteenamme on tämän tutkimuksen kautta kehittää omaa osaamistamme tulevaisuudessa terveysalan ammattilaisina. Neuvolapalveluita kehitettäessä yhteistyö vanhempien kanssa parantaa palvelujen oikeaa osuvuutta ja tarpeenmukaisuutta (Hakulinen-Viitanen, Hietanen-Peltola, Hastrup, Wallin & Pelkonen 2012, 17). Siksi tutkimuskohteeksi valikoitui vanhemmat. Tutkimuksen tarkoituksena on tuoda esiin vanhempien omia kokemuksia äitiys- ja lastenneuvolassa saatavasta parisuhteen tukemisesta, sekä selvittää minkälaista tukea he vielä mahdollisesti toivovat saavansa neuvolassa työskentelevältä terveydenhoitajalta. Tutkimuksen tavoitteena on saada ajankohtaista tietoa parisuhteen tukemisen riittävydestä ja vanhempien mahdollisista kehittämissuhteista. Tavoitteena on myös lisätä neuvolassa työskentelevien terveydenhoitajien

tietoisuutta siitä, miten vanhemmat kokevat parisuhteen tukemisen ja millaisilla tavoilla he toivovat tukemista parannettavan.

## 2 PARISUHDE JA VANHEMMUUS

Väestöliitto määrittelee parisuhteen kahden ihmisen väliseksi suhteeksi, joka koetaan yhtenä merkittävimpänä ihmissuhteena elämän aikana. Parisuhteen voidessa hyvin se lisää ihmisen henkistä hyvinvointia ja heijastuu myös lähiympäristöön. Hyvän ja toimivan parisuhteen solmiminen on yksi ihmisen elämän perustavampia tarpeita. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017, viitattu 22.4.2019; Väestöliitto 2019, viitattu 21.3.2019.) ”Toimiva parisuhde koostuu ystävydestä, huolenpidosta, molemminpuolisesta luottamuksesta ja kunnioituksesta sekä päivittäisistä hellydenosoituksista” (Hyvärinen 2007, 358).

Romanttinen rakkaus on kiintymyssuhdeprosessi, jossa parisuhteen osapuolten välille muodostuu tunnesiteitä samoin kuin vanhemman ja lapsen välille. Puolisoiden välinen luottamus pohjautuu perustarpeiden täyttymiseen, jotka ovat lohtu, huolenpito ja seksuaalisuus. (Pukkala 2007, 30.) Rakastuminen ja parisuhteeseen sitoutuminen vaikuttaa elämään monella tapaa. Parisuhteeseen heijastuu usein myös laaja sosiaalinen yhteisö, johon voivat kuulua esimerkiksi sukulaiset, perhe, ystävät ja työtoverit. Sukulaiset voivat olla niin voimavara kuin rasitekin. Joissain tapauksissa vanhemmat tai sukulaiset saattavat puuttua liikaakin parisuhteeseen ja tässä tapauksessa olla suhteelle haitaksi. (Määttä 2000.)

Parisuhde ei säily koko suhteen ajan samanlaisena, vaan siinä voidaan nähdä erilaisia vaiheita. Väestöliitto jakaa parisuhteen kolmeen vaiheeseen, joita ovat rakastumisvaihe, itsenäistymisvaihe sekä rakkausvaihe. Nämä ilmenevät yksilöllisesti eripituisina ja eri tavoin. Parisuhteen alkaessa ensimmäisenä on käynnissä rakastumisvaihe, joka voidaan määritellä voimakkaan kiinnostuksen tai jopa hullaantumisen vaiheena. Rakastumista leimaa tietynlainen tapa nähdä toinen, sillä yleensä kumppani nähdään vahvasti positiivisessa valossa, mistä juontuuakin sanonta ”rakkaus on sokea”. Itsenäistymisvaihe seuraa rakastumisvaihetta ja sen aikana suhde alkaa muuttua reaalisemmaksi. Tämä vaihe on mahdollinen ainoastaan suhteessa, jossa kumppanit ovat sitoutuneet toisiinsa. Suhteen osapuolet hakevat rajoja elämisellä yhdessä ja erillään. Tällöin havaitaan myös usein, ettei kumppani ollutkaan sellainen kuin oli kuvitellut. Itsenäistymisvaiheessa useammat parit päätyvät eroamaan, kun oman tilan ottaminen lopulta ajaa siihen, että itsenäistytään ulos parisuhteesta. Viimeinen parisuhteen vaiheista on rakkausvaihe, joka yleensä kestää koko suhteen loppuajan. Rakkausvaiheessa on kyse todellisen itsen ja toisen kohtaamisesta ja hyväksymisestä. Edellytys sille, että voi rakastaa toista on se, että osaa rakastaa omaa itseään. (Väestöliitto 2018,



viitattu 24.5.2018.) Rakkausvaihetta voidaan kuvata myös kumppanuudeksi, joka sisältää tasavertaisen ystävyuden tyyppillisiä piirteitä. Kumppanuudessa on ominaista tasapaino puolisoitten yksilöllisyyden ja heidän välisensä yhteyden välillä. Parisuhteen vaiheista rakkausvaihe tunnetaan usein suhteen rikkaimpana vaiheena. (Pukkala 2007, 66.)

## **2.1 Lapsen vaikutukset parisuhteeseen**

Lapsen saaminen muuttaa parisuhdetta. Muutoksia parisuhteessa voi tapahtua suuntaan tai toiseen, mutta yleensä perheen perustaminen vahvistaa ja lujittaa vanhempien suhdetta. Määttä (2000) toteaa kirjassaan, että pariskunnat kokevat lasten kiinteyttävän suhdetta ja yhdistävän puolisoita toisiinsa. Useimmiten lapsen saamisen myötä kuitenkin koetaan, että arki muuttuu vaativammaksi ja parisuhdetyytyväisyys laskee heti ensimmäisen lapsen synnyttyä. (Heiskanen, Markova, Salmi & Vaaranen 2017, 56; Lammi-Taskula & Salmi 2009, 50-51.) Jo raskausaikaan liittyy erilaisia odotuksia ja pelkoja, joilla voi olla vaikutusta parisuhteeseen. Synnytys, lapsen selviytyminen, oma rooli ja puolison muuttuminen herättävät vanhemmissa monenlaisia ajatuksia. (Määttä 2000.)

Ennen ensimmäisen lapsen syntymää pariskunnan välinen suhde on useimmiten heille läheisin ja merkityksellisin ihmissuhde. Lapsen synnyttyä tuohon suhteeseen tulee kolmas osapuoli, ja myöhemmin mahdollisesti vielä useampikin perheenjäsen. (Malinen & Sevón 2009, 153.) Ratkaisevasti parisuhde muuttuukin vasta lapsen synnyttyä, jolloin vaikeuksia alkaa esiintyä useimmissa parisuhteissa siitä huolimatta, että lapsen syntymä on usein vanhemmille elämän suurimpia ilonaiheita. On selvää, että uuden perheenjäsenen myötä ei ole enää aikaa itselle tai puolisolle yhtä paljon kuin ennen vanhemmuutta ja parisuhde jää usein vanhemmuuden jalkoihin. Tutkimustulosten mukaan uuteen tilanteeseen sopeutumisen myötä parisuhteen laatu heikkenee. Vanhemmuuden odotukset, uudet roolivaatimukset sekä parisuhteen laadun uudelleen tulkinta aiheuttaa ymmärrettävästi hämmennystä, ja se näkyy puolisoitten kommunikoinnissa ja ristiriitojen ratkaisutavoissa. (Heiskanen ym. 2017, 55; Pukkala 2007, 64, 140.) Muita parisuhteessa tapahtuvia muutoksia lapsen tulon myötä ovat parin lisääntynyt stressi, lisääntyneet ristiriidat, seksin määrän väheneminen, taloudelliset huolet sekä lisääntyneet kotityöt. (Heiskanen ym. 2017, 56; Lammi-Taskula & Salmi 2009, 50-51.) Tulee kuitenkin muistaa, että parisuhteessa tapahtuvat muutokset ovat hyvin yksilöllisiä ja eroavaisuudet parien välillä ovat suuria.

Parisuhteeseen kuuluu usein myös läheisyys, intiimiys ja seksuaalielämä. Seksuaalisuus on herkkä alue, johon parisuhteen toimimattomuus helposti heijastuu. Raskaudella ja lapsen syntymällä on omat vaikutuksensa parisuhteeseen ja seksuaalisuuteen. Liiallinen antautuminen vanhemmuuden hoitamiseksi vie pohjaa parisuhteen intimitetiltä, seksuaalisuudelta ja läheisyydeltä. Seksuaalisuus ja seksi herättävät kysymyksiä niin raskauden aikana kuin myös lapsen syntymän jälkeen. Neuvolassa olisi tärkeää ottaa seksuaalisuuteen ja parisuhteeseen liittyvät asiat puheeksi. Tyypillistä esimerkiksi on, että seksuaalinen halukkuus vaihtelee raskauden eri vaiheissa ja vauvan syntymän jälkeen seksiä ei ole tai se on vähäistä. Toimivassa parisuhteessa puoliset osaavat huomioida sen, että omat sekä toisen tarpeet ja odotukset muuttuvat. Parhaimmillaan hyvä sukupuoli-suhde tuo parisuhteeseen kestävyttä ja luo kiintymystä puolisoitten välille. (Väestöliitto 2019, viitattu 1.4.2019.)

Raskauden ja lapsen syntymän mukanaan tuomista muutoksista olisi hyvä keskustella neuvolassa ja tuoda vanhempien tietoisuuteen mahdolliset muutokset ja niiden vaikutukset. Deaven, Johnsonin ja Ingramin tekemässä tutkimuksessa kävi ilmi, että jotkut vanhemmista kokevat, ettei lapsen syntymän aiheuttamista muutoksista parisuhteeseen keskustella tarpeeksi. Vanhemmat osaavat odottaa lapsen muuttavan asioita, mutta monet yllättyvät siitä, kuinka merkittävästi parisuhde muuttuu lapsen myötä. Puolisot kokevat tärkeäksi tiedon antamisen näistä muutoksista jo ennen kuin lapsi syntyy, jolloin niihin osaa valmistautua jo etukäteen. (Deaven ym. 2008, viitattu 1.4.2019.) Erityisesti ensimmäisen lapsen synnyttyä lapsiarjen ollessa vanhemmille täysin uutta, tietoisuuden lisääminen parisuhteen muutoksista olisi tärkeää. Vanhempien riski erota on suurimmillaan pikkulapsivaiheessa. Tällöin myös parisuhdeväkivallan riski kasvaa. Vanhemmille olisi tärkeä painottaa pikkulapsivaiheen kuormittavuutta ja siihen varautumista, sillä valmistautuminen sekä tieto siitä, että tilanne on ohimenevä, voi suojata parisuhdetta. (Kontula & Heiskanen 2017, 26.)

## **2.2 Parisuhteen vaikutukset lapseen**

Vanhempien parisuhteen laadulla ja hyvinvoinnilla on väistämättäkin vaikutuksia myös lapsen elämään ja etenkin lapsen tasapainoiseen kehitykseen (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017, viitattu 25.4.2018). Jokaisen vanhemman tulisi huolehtia parisuhteestaan sekä vanhemmuudestaan samalla kyeten tukemaan lapsen kehitystä ja huolehtimaan lapsesta. Lapsen etu toteutuu parhaiten silloin, kun hän saa kasvaa rakastettuna ja huolehdittuna rauhallisessa ja turvallisessa ympäristössä. Lapsen kannalta on siis tärkeää, että vanhempien välinen parisuhde on toimiva, jotta se

mahdollistaisi lapselle turvallisen kasvualustan. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, viitattu 1.4.2019.)

Toimimaton parisuhde vanhempien välillä aiheuttaa ikäviä seurauksia niin parisuhteen molemmille osapuolille kuin lapsellekin. Huono suhde voi johtaa esimerkiksi vanhempien jakautumiseen, jolloin usein myös lapsi joutuu valitsemaan, kumman vanhemman puolelle asettuu. Tämä saattaa vaikuttaa lapsen ja vanhempien välisiin suhteisiin haitallisesti ja aiheuttaa rajalinjoja isän ja lapsen tai äidin ja lapsen suhteiden välille. Myös vanhempien riitaisuus parisuhteessa on vahingollista lapsen kehitykselle. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017, viitattu 25.4.2018.) Parisuhteen vaikutuksia lapseen on tutkittu myös kiintymyssuhdeteorian näkökulmasta. Lasten on todettu kehittyvän turvallisesti kiintyneiksi, mikäli heidän vanhempiensa välinen parisuhde toimii hyvin. Jo äidin raskausaikana kokemalla parisuhdetyytyväisyydellä sekä sosiaalisilla suhteilla näyttää olevan suuri merkitys lasten turvallisten tunnesiteiden kasvuun. (Pukkala 2007, 32.)

Malinen (2011, viitattu 1.4.2019) käsittelee väitöskirjassaan parisuhdetta pikkulapsiperheessä. Väitöskirjan tutkimukset keskittyvät parisuhteen laatuun, hoitamiseen, vanhemmuuteen sekä näiden tekijöiden välisiin yhteyksiin. Tulosten perusteella Malinen toteaa, että usein suhteeseen tyytyväinen puoliso on myös tyytyväinen vanhempi. Parisuhteen hoitamisella on vaikutusta suhteen laatuun ja laadulla vaikutuksia vanhemmuuteen. Tutkimuksissa selvitettiin myös lasten roolia parisuhdehetkissä ja lasten rooli näissä hetkissä nähtiin merkittävänä. Parisuhteen laadulla todettiin yhteys myös vanhempi-lapsisuhteen laatuun. Tulosten mukaan vanhemmuudella on oma merkityksensä parisuhteen hoitamisen kannalta. Parisuhdehetkissä lapset olivat mukana vanhempien kuvauksen mukaan maisemana parisuhteelle, perhe-elämän osallistujina ja jaettuna vastuuna. Molempien osallistuminen vanhemmuuteen oli yksi asia, mikä koettiin tärkeänä myös parisuhteen kannalta.

Lasten laiminlyönti, pahoinpitely, perheväkivalta, päihdeongelmat ja mielenterveysongelmat perheessä ovat merkittävimpiä lasten kehitystä vahingoittavia tekijöitä. Myös yksinhuoltajavanhemmuus voi olla riski lapsen kehitykselle. Useiden tutkimusten mukaan parisuhteet ja perheet tarvitsevat enemmän tukea. Joissain tilanteissa avioero voi olla hyvä ja oikea ratkaisu, mutta on myös tilanteita, jotka voitaisiin ratkaista tukemalla parisuhdetta erityisesti silloin, kun puolisoista tulee ensimmäistä kertaa vanhempia. (Kalland 2007, 348-349.)

### 2.3 Parisuhteen hoitaminen

Jotta suhde voisi hyvin, sitä tulee hoitaa. Hoitamiseen kannattaa kiinnittää huomiota etenkin lapsen tulon myötä, sillä lapsi vie aikaa parisuhteelta ja myös muuttaa sitä. (Väestöliitto 2018, viitattu 25.4.2018.) Kaikki parisuhteessa elävät kokevat jossain elämän vaiheessa ristiriitoja ja kriisejä, jotka ilmenevät ihmiskohtaisesti eri tavoin ja eri asteisina. Lukuisista tutkimuksista on käynyt ilmi parisuhderistiriitojen syvälliset vaikutukset ihmisten psyykkiselle, fyysiselle ja koko perheen terveydelle. Parisuhdeongelmissa on todettu olevan yhteyttä muun muassa masennukseen, syömishäiriöihin, psyykkiseen ja fyysiseen parisuhdeväkivaltaan, miesten alkoholismiin, alkoholin käyttöön, huonompaan fyysiseen terveyteen, erityissairauksiin kuten syöpään, sydänsairauksiin, jatkuvaan kipuun, todennäköisempään vanhempi-lapsi -riitelyyn, heikompaan vanhemmaksi sopeutumiseen ja sisarusten väliseen riitelyyn. Toisaalta taas tutkimustulosten mukaan on lapsille eduksi, jos he näkevät normaaliin elämään kuuluvia ristiriitatilanteita ja niiden selvittämiskeinoja. Kuitenkin toistuvat tai väkivaltaiset tilanteet voivat olla lapsille vahingollisia. (Pukkala 2007, 93-94.)

Kasvatuspsykologian professori Kaarina Määttä (2000) mukaan kestävän onnellisen parisuhteen perusteisiin kuuluvat toisen muuttumisen ja erilaisuuden hyväksyminen, arjen pienistä asioista nauttiminen, toisen ilahduttaminen, sitoutuminen päätökseen rakastaa, itsensä arvostaminen, puhuminen ja keskustelu, ristiriitojen selvittäminen ja toisen odotuksiin vastaaminen. Myös Malinen (2011, viitattu 1.4.2019.) kertoo tutkimuksessaan esiin nousseista parisuhteen hoitamiseen liittyvistä hetkistä, joista esiin nousivat teot, keskustelut, läsnäolo, myönteisyys, fyysinen läheisyys, tuki ja ristiriitojen hallinta. Lisäksi myös Väestöliitto painottaa saman tapaisia keinoja parisuhteen hoitamisessa kuin Määttä ja Malinenkin, kuten esimerkiksi ristiriitojen ratkaisemista, sitoutumista, tukea ja läheisyyttä. Parisuhteen laatu on hyvin merkittävä osa sitä, ollaanko suhteeseen tyytyväisiä vai ei. Suhteestaan voi pitää huolta hoitamalla sitä. (Väestöliitto 2019, viitattu 1.4.2019.)

Määttä esittelee kirjassaan kahdeksan ratkaisumallia parisuhteen hoitamiseen ja ylläpitämiseen. Ensimmäisenä hän mainitsee onnistuneeseen parisuhteeseen toisen muuttumisen hyväksymisen, jonka myötä avautuu tilaa myös parisuhteen uusiutumiselle. Kumppanin muuttumisen ja erilaisuuden hyväksyminen vaatii parilta joustavuutta. Parisuhde on molemminpuolista antamista ja huomioon ottamista. Hyvin yleinen syy avioeroon on puolisoitten turtuminen ja kyllästyminen toisiinsa. Kyllästyminen ennakoiminen ja siihen puuttuminen ajoissa voi estää mahdollisen ongelman syntymisen. Parisuhteen piristäminen voi lisätä suhteen onnellisuutta. Yhdessä tekeminen, toisensa tarvitseminen ja parisuhteesta nauttiminen ovat tapoja, joilla tullaan riippuvaiseksi toisesta ja yhdessä

rakennetusta maailmasta. Toisen ilahduttaminen vahvistaa parisuhteen onnea. Rakkauden tekeminen näkyväksi sanoin ja teoin auttaa kumppania näkemään toisen tunteiden olemassaolon ja syvyyden. Pitkä parisuhde edellyttää myös sitoutumista. Pysyvyyden tunteen suhteelle tuo se, että puoliset kykenevät katsomaan asioita tulevaisuuteen ja omistautumaan suhteelle. Itsearvostus ja itsensä rakastamisen taito parantavat ihmisen kykyä rakastaa muita ja kokea rakkaussuhde tyydyttäväksi. Keskustelu puolisoitten välillä vahvistaa parisuhteen säilyvyyttä. Toisen kuunteleminen on myös osa kiinnostumista ja välittämistä. Oleellinen asia suhteen hyvinvoinnin kannalta on myös ongelmien ja ristiriitojen ratkaiseminen yhdessä. Tärkeää on, että molemmat pyrkivät sopeutumaan, vähentämään omia vaatimuksiaan sekä kehittämään omia voimavarojaan ja hallintakykyjään. (Määttä 2000, 21-174.)

Parisuhteen strateginen hoitaminen tarkoittaa tekoja, joita puoliset tekevät tietoisesti ja tarkoituksellisesti parisuhteensa eteen. Esimerkkejä tästä ovat parisuhdekurssille osallistuminen tai yhteisen parisuhdeajan järjestäminen. Hoitamisen rutiinit ovat arkisia tekoja, jotka edistävät parisuhteen säilymistä ja laadukkuutta. Näitä ovat esimerkiksi päivän tapahtumien kertominen puolisolle, puolison kuulumisten kuuntelu, kotitöiden tekeminen, päivällisen valmistaminen sekä muut pieneltä tuntuvat asiat, kuten hymy tai suukko poskelle. Puolisot eivät usein tietoisesti ajattele näitä tekoja osana parisuhteen hoitamista, vaikka niillä on iso merkitys parisuhteen toimivuuden kannalta. Sopimalla erimielisyydet, luomalla myönteistä ilmapiiriä ja tekemällä yhteisiä kotitöitä kumppanit täyttävät toistensa tarpeita. Puolison hyvinvoinnista huolehtiminen on suuressa osassa parisuhteiden hoitamisessa. Molempien puolisoitten sitoutuminen parisuhteeseen on tärkeää yhteisen hyvinvoinnin edistämiseen ja ylläpitämiseen. (Malinen & Sevón 2009, 157, 175.)

## **2.4 Vanhemmuus ja perhe**

Vanhemmuuden voi määritellä usealla eri tavalla. Hyvärinen määrittelee vanhemmuuden siten, että se voidaan nähdä niin biologisena, sosiaalisena, juridisena ja psykologisena vanhemmuutena. Se tuo mukanaan niin perinnöllisen suhteen, lain asettamat oikeudet ja velvollisuudet, sosiaalisen vanhemmuuden sekä lapsen ja vanhemman välille syntyvän kiintymykseen perustuvan suhteen. (Hyvärinen 2007, 354.) Tiivistettynä vanhemmuus on siis lapsen ja vanhemman välinen suhde, jossa lapsesta otetaan vastuu ja hänen kanssaan toimitaan ja eletään.

Prosessi vanhemmuuteen alkaa muutoksesta, jossa siirrytään itsestään huolehtivasta aikuisesta äidiksi tai isäksi. Vanhemmuuden ja kumppanuuden yhdistäminen on sitä, että pari muodostaa yhteisen vanhemmuuden lasten hoitamisessa, samanaikaisesti kyeten ylläpitämään tunnetason rikkautta parisuhteessa. Parisuhde heijastuu myös vanhemmuuteen ja vanhemmuudella on taas omat vaikutuksensa parisuhteeseen. Parisuhteen laatu on tavallisesti vanhemmuuden tärkein tuen lähde ja se vaikuttaa vanhemman hyvinvointiin ja jaksamiseen. (Heiskanen 2017, 26; Hermanson 2012, viitattu 1.4.2019; Väestöliitto 2018, viitattu 1.4.2019.)

Vanhemmuus on hyvin vastuullinen tehtävä, jonka puoliset saavat hoitaakseen useimmiten ilman koulutusta. Puolisoiden omat kasvukokemukset sekä näkemykset vanhempänä olemisesta ja lapsen parhaasta toimivat vanhemmuuden mallina. Puolisot kokevat usein vanhemmuuden suurena lahjana, joka sitouttaa eniten aikaa ja voimavaroja kahden aikuisen elämässä. (Pukkala 2007, 128.) Vanhemmaksi kasvaminen on perheen sisäinen prosessi, johon vaikuttavat kummankin vanhemman aikaisemmat kokemukset, oma lapsuus, vanhemmuutta koskevat mielikuvat ja yhteiskunnalliset odotukset. Vanhemmaksi kasvamisen prosessi alkaa jo ennen lapsen syntymää ja se jatkuu koko elämän. Vanhemmat muodostavat suhteen lapseen ja ottavat hänestä vastuun. Naisen kasvussa äidiksi, vanhemmaksi, on emotionaalisen muutoksen lisäksi mukana biologinen ja fyysinen muutos, mitä isällä ei tapahdu. Miehen kasvussa isäksi painottuu emotionaalinen ja sosiaalinen prosessi. Koska vain äiti kokee raskauden aikaisen biologisen ja fyysisen muutoksen, tulee lapsi todeksi isälle hyvin eri tavalla kuin äidille. Monelle uusi elämänvaihe konkretisoituu vasta vauvan syntymän myötä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2014, viitattu 1.4.2019.)

Perinteisesti perhe määritellään isän, äidin ja lasten muodostamaksi kokonaisuudeksi. Tällaista perhettä kutsutaan ydinperheeksi, jossa jäsenet ovat sidoksissa toisiinsa biologisin sitein. Myös avioliitossa tai avioliitonomaisessa suhteessa elävä pari täyttää perhekäsitteen Suomen lainsäädännössä. Perhe voi kuitenkin muodostua myös monella muulla tavalla perinteisen ydinperheen tai avioliiton lisäksi. Uusperheessä voi olla molempien puolisoitten aikaisemmista suhteista syntyneitä lapsia tai perheessä voi olla adoptoituja lapsia. (Jussila, Koponen, Lehto, Maijala, Paavilainen, Potinkara & Åstedt-Kurki 2008, 12.) On arvioitu, että joka kolmas perhe Suomessa poikkeaa biologisen isän ja äidin ydinperheestä, mutta kuitenkin lait ja palvelut rakentuvat ydinperhe-ajatukseen mukaan. Jokainen perhe on erilainen, mutta kaikki ovat yhtä arvokkaita. Uuden perheenjäsenen syntymän aiheuttama riemu ja haasteet parisuhteelle ovat samankaltaisia, mutta myös toisistaan poikkeavia. (Heiskanen 2017, 27.)

Perheen paha olo ja epätasapaino näkyvät suoraan lapsessa. Perusturvallisuuden puuttumisella voi olla pitkän aikavälin vaikutukset lapsen elämään. Tärkeää olisi tunnistaa epäkohdat varhain, tarjota palveluita oikea-aikaisesti sekä tarvelähtöisesti. Kaikki lapsiperheet ovat haastavassa elämäntilanteessa, jossa tasapainoillaan useilla elämän osa-alueilla samanaikaisesti. Arjen ja kiireen keskellä myös parisuhteesta huolehtiminen jää vähäiseksi ja väsymys sekä yhteisen ajan puute voi aiheuttaa ristiriitoja puolisoitten välillä. (Paavilainen 2007, 362-363.)

### 3 PARISUHTEEN TUKEMINEN ÄITIYS- JA LASTENNEUVOLASSA

#### 3.1 Neuvolan tehtävät

Äitiysneuvolan tehtävä on valmistaa vanhempia lapsen syntymään ja vanhemmuuteen. Lääkäri ja terveydenhoitaja toteuttavat raskausajan seuranta ja neuvontaa yhteistyössä. Terveydenhoitajan vastaanottokäynnejä raskauden aikana on noin 10-15. Lääkärin vastaanotolla käydään yleensä 2 kertaa, kerran raskauden alku- ja kerran loppuvaiheessa. Äitiysneuvolan tehtävänä on tunnistaa tekijät, jotka vauvan tulon myötä vaikuttavat perheen suhteisiin sekä voimavaroihin. (Tiitinen 2017, viitattu 1.4.2019; Uotila 2016, viitattu 24.4.2018.)

Lastenneuvolan puolella alle kouluikäiselle lapselle järjestetään vähintään 15 määrääikaisterveys-tarkastusta, joista 5 toteutetaan lääkärin ja terveydenhoitajan yhteistyönä. Lisäksi vanhemmille tarjotaan tukea vanhempainryhmissä. (THL 2018, viitattu 1.4.2019.) Lastenneuvolatoiminnan tavoitteena on parantaa lasten psyykkistä ja fyysistä terveyttä sekä perheiden hyvinvointia (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, viitattu 1.4.2019.) Pyrkimys on tarjota vanhemmille ajantasaista ja tutkimuksiin perustuvaa tietoa lapseen, perheeseen ja terveyden edistämiseen liittyen. (Hermanson 2012, viitattu 1.4.2019.)

Vanhempien osalta neuvolakäynneillä huolehditaan siitä, että he saavat riittävästi tukea vanhemmuuteen sekä parisuhteeseensa. Riittävän tuen ja neuvonnan tavoitteena on vahvistaa perheen toimivuutta ja tukea vanhempia lapsen kasvatuksessa. Neuvolan tehtävä on tunnistaa varhain epäsuotuisan kehityksen merkit lapsessa, perheessä sekä elinympäristössä ja puuttua niihin ajoissa. Toiminta tapahtuu perheen valintoja kunnioittaen, mutta kuitenkin samalla lapsen edun esiin tuoden. (Hermanson 2012, viitattu 1.4.2019.) Osa perheistä voivat tarvita runsaasti apua ja tukea vanhemmuuteen ja parisuhteeseen, mutta eivät osaa tai uskalla tuoda sitä itse esille. Jotkut vanhemmat taas voivat luulla, että äitiysneuvolassa on tarkoitus puhua pelkästään raskauteen liittyvistä asioista. (Jussila ym. 2008, 61.) Terveydenhoitajan on tärkeä tuoda esille, että neuvolassa pyritään edistämään koko perheen hyvinvointia eikä vain äidin ja vauvan.



### 3.2 Terveystenhoitaja parisuhteen tukijana

Ennen lapsen syntymää olisi neuvolassa hyvä käydä läpi sitä, miten lapsi tulee vaikuttamaan parisuhteeseen ja miten parisuhde vaikuttaa lapseen. On tärkeää, että vanhemmat tiedostavat perheen ilmapiirin olevan kaikkien perheenjäsenten hyvinvoinnin lähde. Neuvolakäynneillä tulisi pystyä keskustelemaan myös parisuhteeseen vaikuttavista kipeistä asioista ja terveydenhoitajalla tulee olla rohkeutta kysyä ja nostaa aiheita esille siinä määrin kuin vanhemmat haluavat itse niistä keskustella. Vaikeita puheeksi otettavia asioita voivat esimerkiksi olla pelot, parisuhdeväkivalta ja erilaiset kriisit. Väkivalta on merkki vakavista ongelmista ja vaatii aina huolellista selvittelyä sekä usein moniammatillista apua. (Hakulinen-Viitanen ym. 2012, 41-42.) Neuvola on keskeisessä asemassa perhe- ja parisuhdeväkivallan tunnistamisessa sekä siihen puuttumisessa mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Tunnistamista kuitenkin usein vaikeuttaa aiheiden arkaluontoisuus, tiedon puute, yhtenäisten ohjeiden puuttuminen ja rohkeus ottaa asia puheeksi. (Perttu 2017, 143.) Tarkoitus kuitenkin on, että terveydenhoitaja tunnistaessaan ongelman tarjoaa vanhemmille tukea ja apua, sekä kartoittaa vanhempien tukiverkosta ja ohjaa tarvittaessa eteenpäin sopivan avun piiriin.

Euramaan ja Häggman-Laitilan (2003) tekemässä tutkimuksessa selvitettiin terveydenhoitajien näkökulmasta suomalaisten perheiden päivittäisiä ongelmia ja tuen tarpeita. Tutkimustulosten mukaan joka viidennessä perheessä (20%) vanhemmilla esiintyi vaikeuksia parisuhteessa. Yleisimmät parisuhteen ongelmat liittyivät muun muassa riitatilanteisiin, ikä- ja kulttuurieroihin sekä vaikeuksiin jakaa kotitöitä ja muita velvollisuuksia. Myös seksuaalisuuteen liittyvät haasteet sekä huonot välit puolisoitten entisiin kumppaneihin aiheuttivat parisuhteisiin ongelmia.

Parisuhteen puheeksi ottaminen neuvolassa auttaa ehkäisemään vaikeuksia ja saamaan vanhemmille ajoissa apua. Kun käsitellään vanhemmuuteen ja parisuhteeseen liittyviä asioita, asiakkaiden on tärkeä luottaa siihen, että ammattilainen on tasapuolinen. Kumpaakin vanhempaa tulee siis puhutella ja kuunnella tasaveroisesti. Kun ammattilainen toimii tasapuolisesti vanhempia kohtaan, se viestii heille, että kumpikin vanhempi on aivan yhtä tärkeä. Lapsen tullessa perheeseen sekä äidit että isät kokevat suuren elämänmuutoksen, joten on tärkeää antaa huomiota molempien kokemuksille. (Heiskanen 2017, 26-27.)

Työntekijän tulee välttää menemästä jommankumman vanhemman puolelle, vaikka parit saattavat kutsua työntekijää tähän rooliin. Kahden ihmisen konfliktia yleensä pahentaa kolmas ihminen, joka

valitsee jommankumman vanhemman puolen. Sen sijaan parin konfliktia vakauttaa kolmas ihminen, joka asettuu kuuntelemaan ja ymmärtämään molempia vanhempia tasapuolisesti. Tiedollisen tuen lisäksi vanhemmat kaipaavat tunnetukea. Tunnetusti tehokas tunnetuen keino on ymmärryksen ilmaiseminen asiakkaiden kokemuksiin kohtaan. Todesta otettava myötätunto rauhoittaa, lohduttaa, tukee rakentavaa keskustelua, pehmentää negatiivisuutta, synnyttää läheisyyttä ja luottamusta. Kriisiytyneissä parisuhteissa esiintyy paljon mitätöintiä ja vähän todesta otettavaa myötätuntoa. (Heiskanen 2017, 27.)

Onnistuneen parisuhteen tukemisen seurauksena vanhemmille muodostuu käsitys siitä, mitä muutoksia ja vaiheita parisuhteessa tapahtuu lapsen odotuksen aikana ja lapsen syntymän jälkeen. Vanhemmat saavat kokemuksen siitä, että heitä on kuultu ja heillä on ollut mahdollisuus keskustella epävarmuuksista sekä tuen tarpeista niin lapsen kasvatukseen kuin parisuhteen osalta. Vanhempien tietoisuus voimavaroista ja perhettä kuormittavista tekijöistä on lisääntynyt. Tämän lisäksi he myös tietävät, mistä voivat tarvittaessa hakea tukea ja apua, sekä mitä kautta on mahdollista saada vertaistukea. (THL 2018, viitattu 1.4.2019.)

Väestöliitto käynnisti vuonna 2014 Parisuhteen Happy Hour -hankkeen, jonka tarkoituksena on auttaa neuvoloiden työntekijöitä ottamaan puheeksi vanhempien parisuhteen. Happy Hour -hankkeen kannustaa pikkulapsiperheiden vanhempia hoitamaan parisuhdettaan ottamalla yhden tunnin viikossa aikaa toisilleen. Hankkeessa myös koulutettiin äitiys- ja lastenneuvoloiden henkilökuntaa usealla eri paikkakunnalla sekä julkaistiin maksuton verkkokurssi, joka on suunnattu neuvolan työntekijöille. (Kontula & Heiskanen 2017, 26.)

### **3.3 Neuvolassa käytettäviä parisuhteen tukemisen työvälineitä**

Parisuhdetta tukemalla terveydenhoitaja voi vaikuttaa positiivisesti koko perheen hyvinvointiin ja vahvistaa vanhemmuutta. Terveydenhoitajan käyttämiä parisuhteen tukemisen työmenetelmiä ovat asioiden puheeksi ottaminen, tilan antaminen parisuhdeasioille ja niistä keskustelemiselle, vanhempien ja koko perheen välisen keskustelun edistäminen sekä hyvin sujuvien asioiden keuhminen ja kannustaminen. (Honkanen & Mellin 2015, 178.)

Terveydenhoitaja voi käyttää parisuhteen tukemisessa myös monia erilaisia työvälineitä. Usein käytetty väline on voimavaralomake, joita on tehty kaksi kappaletta. Lasta odottavan perheen lomaketta käytetään äitiysneuvolassa ja Vauvaperheen arjen voimavarat -lomake puolestaan on käytetty työväline lastenneuvolassa. Äitiys- ja lastenneuvolassa tehtävien terveystarkastuskäyntien yhteydessä huomioidaan vanhempien epävarmuudet, huolenaiheet ja voimavarat. (Hakulinen-Viitanen ym. 2012, 41.) Voimavaralomakkeiden avulla kartoitetaan tyypillisesti vanhempien voimavaroja. Lomakkeiden käyttö antaa terveydenhoitajalle lisää valmiuksia ottaa puheeksi erilaisia perheeseen ja parisuhteeseen liittyviä asioita. Tarkoituksena on aktivoida vanhempia keskustelemaan sellaisista aihealueista, joista heidän ei välttämättä muuten tulisi keskusteltua. Voimavarojen ja niitä kuormittavien tekijöiden tiedostaminen ja tunnistaminen voi auttaa muuttamaan uupumusta ja väsymystä aiheuttavaa tilannetta. Vanhempien hyvinvoinnin ja voimavarojen vahvistaminen parantaa vanhempien kykyä edistää lapsen tervettä kasvua ja kehitystä. (Hakulinen & Pelkonen 2017, 129.) Ongelmien toteamisen lisäksi olisi hyvä keskittyä parisuhteen hyvinvointia tukeviin ratkaisuihin ja keinoihin (Malinen 2011, 64).

Parisuhteen roolikartta on monipuolinen työväline neuvolassa käytettäväksi. Parisuhteen roolikartta on kehitetty vuonna 2003 Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymässä, ja se helpottaa terveydenhoitajaa parisuhdeasioiden puheeksi ottamisessa. Roolikartta sopii parisuhdeasioiden parissa toimivien ammattilaisten käyttöön, kun he havainnollistavat parisuhteen muutostarpeita ja ratkovat parisuhteen ongelmia. Sen avulla voidaan tarkastella parisuhdetta kokonaisuutena ja pohdita eri roolien vaikutusta toisiinsa. Roolikarttaa voidaan käyttää apuna myös äitiysneuvolassa esikoistaan odottavien vanhempien kanssa parisuhteesta keskustelemiseen ja parisuhteen muutoksiin valmistautumiseen. Tulevat vanhemmat osaavat valmentautua lapsen syntymän mukanaan tuomiin muutoksiin paremmin silloin, kun he saavat tietoa jo etukäteen ja pääsevät keskustelemaan parisuhteesta, sen rooleista ja kehityksestä. (Honkanen & Mellin 2015, 178-182.)

## 4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Tutkimuksen tarkoitus on kuvailla sitä, miten vanhemmat kokevat neuvolasta saatavan parisuhteen tukemisen sekä saavatko vanhemmat riittävästi tukea. Lisäksi tutkimuksessa kartoitamme millaista tukea vanhemmat saavat parisuhteeseen, sekä millaista tukea vanhemmat vielä mahdollisesti toivovat saavansa terveydenhoitajalta.

Tutkimuksemme tavoitteena on saada ajankohtaista tietoa siitä, onko neuvolassa tapahtuva parisuhteen tukeminen riittävää, ja millaisia mahdollisia parannusehdotuksia vanhemmilla on parisuhteen tukemiseen liittyen. Tavoitteenamme on tutkimuksen tulosten avulla lisätä vanhempien kanssa työskentelevien sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten tietoisuutta siitä, onko vanhempien mielestä neuvolasta saatava tuki parisuhteelle riittävää, ja millaisia mahdollisia muutoksia vanhemmat toivovat. Tiedonlisäämisen sekä uusien kehitysehdotuksien kautta neuvolassa työskentelevät terveydenhoitajat voivat kehittää toimintatapojaan sekä parantaa vanhemmille tarjottavaa parisuhteen tukemista vastaamaan paremmin vanhempien ja perheiden tarpeita.

Tutkimustehtävänä on vastata seuraaviin kysymyksiin:

1. Millaista tukea vanhemmat saavat parisuhteelleen neuvolasta?
2. Millaista tukea parisuhteelleen vanhemmat toivovat saavansa neuvolasta?

## 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

### 5.1 Tutkimusmenetelmä

Tutkimusotteet voidaan jakaa kahteen eri alaluokkaan: laadullisiin ja määrällisiin tutkimuksiin. Laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen. Laadullisessa tutkimuksessa aineisto kootaan luonnollisissa, todellisissa tilanteissa ja sen tarkoitus on kuvata kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Valitsimme tutkimusmenetelmäksi laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimuksen, sillä se keskittyy tilastojen ja lukujen sijaan tutkittavan ilmiön syvälliseen kuvaamiseen, ymmärtämiseen ja tulkitsemiseen. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 161,164; Kananen 2014, 18.)

Laadullisen tutkimuksen käytetyin tiedonkeruumenetelmä on haastattelut, jonka valitsimmekin opinnäytetyömme tutkimusmenetelmäksi. Halusimme toteuttaa tutkimuksen nimenomaan laadullisena tutkimuksena ja haastatella tutkittavia kasvotusten. Haastatteluja on monenlaisia, ja ne voidaan luokitella osallistujamäärän mukaan yksilö- tai ryhmähaastatteluiksi. Kysymystyyppin mukaan voidaan puhua lomakehaastattelusta (kysely), teemahaastattelusta ja syvähaastattelusta eli avoimesta haastattelusta. Tutkimuksen haastattelutavaksi valikoitui teemahaastattelu, sillä siinä korostetaan ihmisen tulkintoja asioista, heidän asioilleen antamia merkityksiä sekä sitä, miten merkitykset syntyvät vuorovaikutuksessa. Teemahaastattelu sopii siis mielestämme hyvin tutkimuksen haastattelutavaksi tuomaan ilmi vanhempien omia kokemuksia neuvolassa tapahtuvasta parisuhteen tukemisesta. Teemahaastattelut toteutetaan yksilöhaastatteluina. Teemahaastattelu etenee etukäteen valittujen teemojen ja niihin liittyvien tarkentavien kysymysten varassa (Kananen 2014, 70.)

Teemahaastattelu on tutkijan ja tutkittavan välistä keskustelua aihe kerrallaan. Haastattelua varten suunnitellaan etukäteen teemat, joista keskustellaan tutkittavan kanssa. Teema on yleisluontoinen aihe keskustelulle ja se muodostuu tutkittavan ilmiön ennakkonäkemyksestä. Asiat, joita tutkittava tuo haastattelun aikana esille, ovat heijastumia hänen kokemastaan todellisuudesta. Kyseessä voi siis olla yksi ja sama ilmiö, joka voidaan kokea monella eri tavalla. (Kananen 2014, 70, 86.) Haastattelulomaketta tehdessämme loimme teemat tutkimusongelmamme pohjalta (liite 1). Teemoja oli

yhteensä viisi ja niiden alle muodostimme apukysymyksiä, joita hyödynsimme haastattelun edessä.

Opinnäytetyön aiheeseen, parisuhteen tukemiseen neuvolassa liittyen tutkimushaastatteluun valikoitui seuraavat teemat:

- kokemukset neuvolan tarjoamasta tuesta parisuhteeseen
- neuvolasta saatavan parisuhteen tukemisen riittävyys
- parisuhteen tukemisen menetelmät neuvolassa
- tarjotun tuen laatu ja sisältö
- kehittämissuhteita neuvolassa tarjottavalle parisuhteen tukemiselle

## 5.2 Aineiston keruu ja haastateltavien valinta

Laadullisessa tutkimuksessa tutkija kerää aineistoa päättämättä etukäteen, miten monta tapausta hän tutkii. Haastattelun tekoa voi jatkaa niin kauan kuin haastattelut tuovat tutkimusongelman kautta uutta tietoa. Samojen asioiden toistuessa haastatteluissa, voidaan aineistoa pitää riittävänä. Tällöin on tapahtunut aineiston kylläntyminen eli saturaatio, jota voidaan käyttää yhtenä kriteerinä arvioitaessa riittävää haastattelumäärää. Laadullisessa tutkimuksessa ei ole olemassa sääntöä haastateltavien määrästä. Laadullisessa tutkimuksessa siis aineiston laatu on määrää tärkeämpi. (Hirsjärvi ym. 2009, 182; Kananen 2014, 95.)

Laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää kiinnittää huomiota tutkittavien valintaan. Tutkittaviksi valittujen tulisi tietää tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon. Informantin, eli tutkittavaksi valitun henkilön pitäisi olla osuva tutkittavan ilmiön kannalta. Laadullisessa tutkimuksessa tulee siis pyrkiä löytämään juuri ne henkilöt, jotka tietävät tutkittavasta ilmiöstä eniten. (Kananen 2014, 97.)

Tutkimusaineisto kerättiin haastattelemalla viittä vanhempaa. Tavoitteena oli löytää vähintään neljä haastateltavaa, jotta tietoa saataisiin useamman henkilön kokemuksista neuvolassa saadusta tuesta parisuhteelle. Käytettävissä olevan ajan vuoksi ajattelimme kuuden haastateltavan olevan enimmäismäärä, mihin resurssimme riittävät. Toiveenamme oli saada myös isä mukaan tutkimukseen, jotta saisimme tietoon myös heidän näkökulmiaan parisuhteeseen saadusta tuesta. Kritee-

rimme haastateltaville olivat seuraavat: äitiysneuvolan tai lastenneuvolan palveluiden käyttö viimeisen kahden vuoden aikana, parisuhteessa eläminen ainakin jossain vaiheessa raskautta/lapsen syntymän jälkeen, sekä aikataulu- ja välimatkasyistä asuinpaikka Oulun kaupungissa.

Yritimme hankkia haastateltavat sosiaalisen median avulla. Teimme Facebookin oululaisiin äiti- ja isäryhmiin ilmoituksen etsittävästä haastateltavista, mutta tätä kautta saimme vain kolme vapaaehtoista haastateltavaa. Päädyimme siis käyttämään Oulun ammattikorkeakoulun sisäistä sähköpostia, jonka kautta löysimme vielä kaksi haastateltavaa. Tutkimukseemme sopivien henkilöiden löydyttyä toteutimme haastattelut syksyn 2018 ja kevään 2019 aikana. Toteutimme haastattelut yksilöhaastatteluina haastateltavien valitsemissa paikoissa. Kaksi haastatteluista teimme haastateltavien kotona ja yhden yleisellä paikalla. Loput kaksi haastattelua toteutimme puhelimitse aikataulu- ja välimatkasyistä. Olimme koonneet haastateltaville tiedote- ja suostumuslomakkeen (liite 2), jossa kerroimme tarkemmin muun muassa tutkimuksemme tarkoituksesta ja haastateltavien anonymiteettisuojasta. Haastattelutilanteen alussa kävimme haastateltavien kanssa läpi tiedote- ja suostumuslomakkeen, ja allekirjoitimme sen ennen haastattelun aloittamista. Lomakkeessa oli meidän yhteystietomme, ja toinen kappale jäi haastateltavalle itselleen ja toinen meille.

Teemahaastattelussa on varauduttava sekä puheliaisiin että niukkasanaisiin haastateltaviin. Tämän vuoksi olisi hyvä tehdä jonkinlainen koehaastattelu ennen oikeita haastatteluja. (Hirsjärvi ym. 2009, 211.) Haastattelutilanteessa etenimme teemahaastattelurunkoa apuna käyttäen, jonka sopivuuden testasimme etukäteen yhdellä tuttavallamme, joka täytti haastateltavien kriteerit. Koehaastattelun jälkeen varmistettuamme haastattelurungon sopivuuden, sovimme ensimmäiset haastattelut tutkimukseen osallistuneiden vanhempien kanssa.

Teemahaastattelussa keskustelu etenee haastateltavan ehdoilla. Tutkittava kertoo vapaasti aiheeseen liittyvää kertomustaan tutkittavasta ilmiöstä. Tutkija tehtävänä on esittää välillä tarkentavia kysymyksiä sekä pitää keskustelu aihealueen piirissä. Teemat tulee käydä läpi haastateltavan kanssa. (Kananen 2014, 76.) Haastattelujen alussa kerroimme haastateltavalle tutkimuksemme teemat, jonka jälkeen lähdimme etenemään teemahaastattelun rungon mukaisesti. Välillä ohjailimme haastateltavaa takaisin aiheeseen ja tarvittaessa esitimme tarkentavia kysymyksiä.

Kananen kehottaa kirjassaan (2014) nauhoittamaan teemahaastattelun, sillä muistiinpanojen kirjoittaminen haastattelutilanteessa rikkoo aidon vuorovaikutuksen. Muistiinpanoja kirjoittaessa tut-

kijan huomio kiinnittyy kirjoittamiseen, kun sen pitäisi kohdistua haastateltavaan ja hänen vastauksiinsa. Haastattelutilanteen tulisi olla mahdollisimman luonnollinen. (Kananen 2014, 85.) Jokaiselta haastateltavalta kysimme haastattelun alussa luvan nauhoittamiseen. Halusimme nauhoittaa haastattelut, jotta voisimme keskittyä haastattelutilanteessa haastateltavan kertomukseen paremmin, ja palata vastauksiin vielä myöhemmin haastatteluja purkaessa. Nauhoitimme jokaisen haastattelun sekä tarvittaessa kirjasimme ylös avainsanoja haastattelun aikana. Haastattelut litteroimme aineiston äänitteistä kirjalliseen muotoon mahdollisimman sanatarkasti.

### **5.3 Aineiston analysointi**

Tutkimusaineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätösten teko on ydinasia, johon on tähdätty jo tutkimusta aloittaessa. Analyysivaiheessa saadaan selville vastauksia tutkimusongelmaan. (Hirsjärvi ym. 2009, 221.) Käytimme tutkimusaineiston analysointiin aineistolähtöistä sisällönanalyysiä. Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, jota voidaan käyttää kaikissa laadullisen tutkimuksen perinteissä. Sen avulla voidaan tehdä monenlaista tutkimusta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 103.)

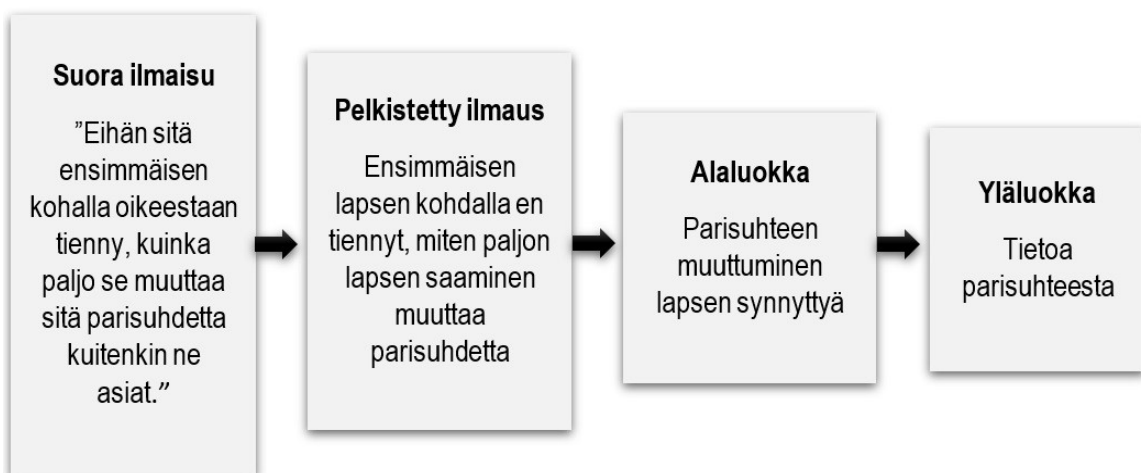
Aloitimme tutkimusaineiston käsittelyn litteroimalla eli kirjoittamalla tallennetun aineiston puhtaaksi sana sanalta. Aineiston litteroinnin tarkkuudesta ei ole yleispätevää ohjetta. Litterointi voidaan tehdä koko aineistosta tai valikoiden. (Hirsjärvi ym. 2009, 222.) Litteroimme haastattelut puoliksi, eli kumpikin litteroi 2,5 haastattelua. Yhteensä saimme puhtaaksi kirjoitettua tekstiä 40 a4-sivua fonttikoolla 12 ja rivivälillä 1,5.

Tutkimusaineisto on purettava sellaiseen muotoon, että sitä on mahdollista analysoida. Analyysivaiheessa lähestymistapamme on aineistolähtöinen, sillä vanhemmat tuovat esiin omat kokemukseensa, joita tulkitsemme. (Kananen 2014, 101.) Tutkimusaineiston keräämisen ja litteroinnin jälkeen perehdyimme aineiston sisältöön ja tarkastelimme sitä tutkimusongelman ja tutkimuskysymysten näkökulmasta: millaista tukea vanhemmat saavat parisuhteelleen neuvolasta sekä millaista tukea parisuhteelleen vanhemmat vielä neuvolasta toivovat saavansa. Etsimme aineistosta ensimmäiseksi ne kohdat, jotka antoivat vastauksia tutkimusongelmaamme. Analysoimme aineistoa kolmivaiheisen prosessin mukaisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122.)

Ensimmäinen vaihe oli redusointi eli aineiston pelkistäminen, jossa karsimme epäolennaiset osuudet pois ja etsimme tutkimusongelmaamme kuvaavat ilmaukset. Listasimme ilmaukset taulukossa



omaan sarakkeeseensa. Aineiston redusoinnin jälkeen aloitimme klusteroinnin eli ryhmittelyn. Tässä vaiheessa kävimme läpi pelkistämämme aineiston, ja aloimme etsimään samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia. Yhdistelimme ja ryhmittelimme samaa ilmiötä kuvaavat ilmaukset alaluokiksi ja nimesimme ne sisältöä kuvaavalla käsitteellä. Kolmannessa vaiheessa abstrahoiimme eli käsitteellistimme aineiston, jonka tarkoituksena on erottaa olennainen tieto ja muodostaa teoreettisia käsitteitä. Muodostimme saamistamme alaluokista yläluokkia. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122-127.) Hyödynsimme sisällönanalyysissä taulukointia ja aineiston värikoodaamista, mikä helpotti huomattavasti aineiston analyysin tekemistä. Kuviossa 1 näkyy esimerkki tutkimuksen aikana tehdystä sisällönanalyysistä.



KUVIO 1. Esimerkki sisällönanalyysin tekemisestä

## 6 TUTKIMUSTULOKSET

Tässä luvussa esittelemme tutkimuksen tuloksia tutkimustehtävien pohjalta. Haastattelimme yhteensä viittä vanhempaa, joiden joukkoon kuului kolme äitiä ja yksi pariskunta. Seuraavaksi kuvaamme heidän kokemuksiaan neuvolassa saadusta parisuhteen tukemisesta sekä heidän toiveitaan neuvolassa tarjottavalle tuelle.

### 6.1 Parisuhteen tukeminen neuvolassa

Haastateltavilla oli hyvin toisistaan poikkeavia kokemuksia neuvolasta saadusta parisuhteen tukemisesta. Eräs vanhemmista toi esiin, että neuvolassa ei ole juuri ollenkaan keskusteltu parisuhteen tilasta ja vanhempien väleistä, vaikka myös puoliso olisi ollut mukana neuvolakäynnillä. Toinen haastateltavista taas kertoi, että parisuhteesta keskustellaan jokaisella lastenneuvolakäynnillä puolison läsnäolosta riippumatta. Lähes kaikki vanhemmat kokivat tämän hetkisen neuvolan terveydenhoitajan olevan kiinnostunut heidän parisuhteensa tilasta, mutta kaikissa aiemmissa neuvoloissa ei näin ole ollut.

*”No ainakin mitä ite oon käyny niin varsinki sillon, ku lapset on pieniä mutta ihan isommillaki - - niin kyllä siellä joka kerta on keskusteltu vanhempien jaksamisesta ja siitä parisuhteen tukemisesta.”*

*”No meillä on tuossa nykyisessä neuvolassa sama neuvola terveydenhoitaja, niin se on kyllä ollu hyvin semmonen, että kyssyy aina välillä, että no miten mennee ja ootte yhdessä ja ollu semmonen ehkä enemmänki kiinnostunu siitä parisuhteesta, mutta sillon aikaisemmassa neuvolassa ei kyllä kysytty oikeestaan yhtään mitään.”*

Vanhemmat kokivat saaneensa neuvolasta riittävästi emotionaalista ja sosiaalista tukea. Terveydenhoitajan pysyvyys oli vanhemmille tärkeää, sillä luottamuksellinen suhde terveydenhoitajaan helpotti erilaisista asioista keskustelemista. Erään haastateltavan mukaan terveydenhoitajaa oli myös helpompi lähestyä, jos tämä oli perheelle ennestään tuttu. Riittävästä tuesta huolimatta yksi vanhemmista koki, että neuvolatuki on aika harvoin saatavilla, jos neuvolassa käydään vain ”pakollisilla” käynneillä. Hänen mielestään ylimääräiset käynnit olisivat tärkeitä, mikäli vanhemmillä on

parisuhteessaan tuen tarvetta. Erityisesti ensimmäisen lapsen kohdalla tukea tarvitaan ja toivotaan enemmän.

*”Joo siis rohkasua on saatu ja emotionaalista tukea kyllä, että on saanu keskustella ihan vapaasti, mutta ehkä mää oisin kaivannu sitä vertaistuen tarjoamista, että sitä ei oo tullu.”*

Kaikki vanhemmat kokivat, että neuvolakäynnille on varattu sopivasti aikaa. Vanhempien kokemusten mukaan käynneillä ei ole koskaan tullut tunnetta, että olisi kiire lähteä pois, vaan siellä saa puhua niin kauan kuin on asiaa. Neuvolakäyntien määrä on kuitenkin haastateltavien mukaan melko vähäinen varsinkin uudelleensynnyttäjillä. Erityisesti jos perheessä on jokin tuen tarve, ei määräraikaiset terveystarkastukset ole vanhempien mukaan riittävät.

*”On ollu ihan riittävästi aikaa. Entiiä sitte, jos ois ollu jotai ongelmaa parisuhteessa, että oisko sitte saanu esimerkiksi lisäkäyntiä - - mutta ainaki siinä hetkessä ku ei oo mittää semmosta isompaa ollu nii on ollu ihan riittävästi.”*

*”Sitä ehkä vähä harmitellu, ku sillon raskausaikanaki viimesen kanssa niin ei kai mulla ollu paljo mittään niitä käyntejä. Oli vaan lähinnä muutaman kerran ja sitte että no ota yhteyttä, jos on jotaki. - - Muistan esikoisen kanssa, että eihän me mittään muuta juuri tehtykkään, ku raskausaikanaki hyvä ettei kahen viikon vällein ollu ja sitte vauvan kanssa kulettiin kans, että tosi paljo on aikanaan kulettu nii ei kai tämän nuoremman neuvolakirjoissa oo juuri mittään.”*

Vanhemmat kertovat keskusteluavun olevan yleisin menetelmä neuvolassa käytössä olleista parisuhteen tukemismenetelmistä. Lisäksi vanhemmat mainitsivat yhtenä tukemisen menetelmänä erilaiset esitteet ja ilmoitukset, joita ovat saaneet joko suoraan terveydenhoitajalta käynnin yhteydessä tai joita he ovat nähneet neuvolan ilmoitustaululla. Yksi vanhemmista kertoi, että parisuhteesta ei ole neuvolassa kysytty muuten kuin voimavaralomakkeella. Kolme haastateltavista on ohjattu perheneuvolan puolelle, ja kaksi heistä päätyikin käyttämään perheneuvolan palveluita. Myös perhevalmennusta ovat terveydenhoitajat vanhemmille suosittelleet, ja yksi haastateltava kertoi siellä puolison kanssa käyneensä.

Lähes kaikilta vanhemmilta oli kysytty neuvolassa suoraan parisuhteen tilanteesta. Tämä koettiin hyväksi asiaksi, sillä jos neuvolan asiakkaalla on jonkinlaista keskustelutarvetta parisuhteeseensa

liittyen, mutta ei uskalla ottaa asiaa itse esille, niin aihe saattaa jäädä helposti käsittelemättä. Yksi haastateltavista ei muistanut, että neuvolan terveydenhoitaja olisi milloinkaan kysynyt parisuhteen tilanteesta suoraan, vaikka se olisi ollut kaivattua.

*”Ei tosiaan olettanu saavansa semmosta syvällisempää tukea neuvolasta, että aatteli että se haetaan jostaki muualta.”*

*”Minä ite tykkäisin, että pitää kysyä suoraan. Ja määhän aattelin, että semmoset ihmiset, jotka ei ehkä oo niin puheliaita eikä puhu niin suoraan kuin minä niin helpompi varmaan heillekki ois, jos terveydenhoitaja kysyy suoraan, että hei miten menee ja ei jättäis sitä pelkästään siihen jos toinen sanoo että ihan ookoo, vaan vähän enemmän kyselis koska kyllä sillon musta myös ihmisellä joka ei ehkä niin paljo avaudu tai halua puhua itsestään niin on ehkä helpompi lähtä sitte sanomaan, että noo ehkä ei sitte kaikki ookkaan niin hyvin jos ei oo. -- Niin et ei mun mielestä missään nimessä tuu liian lähelle (parisuhdetilanteesta suoraan kysyminen), koska sitä vartenhan neuvolat on, perheitä varten.”*

Neljä haastateltavista muistaa täyttäneensä voimavaralomakkeita neuvolassa tai kotona. Yksi vanhemmista kertoo lomakkeiden olleen hyödyksi, koska niissä on kysytty sellaisia asioita, joita haastateltava on myös itsekseen miettinyt. Lomakkeen kysymykset ovat herättäneet ajatuksia vielä jälkeempään. Kaksi haastatelluista oli sitä mieltä, ettei voimavaralomakkeista ollut minkäänlaista hyötyä heidän kohdallaan. He kuitenkin kokivat niiden käytön hyödylliseksi, sillä ne ovat terveydenhoitajalle hyvä puheeksiottoväline erityisesti sellaisten vanhempien kanssa, jotka eivät oma-aloitteisesti ota asioita esille.

Useimmat haastateltavat eivät olleet tietoisia, kuinka paljon erityisesti ensimmäisen lapsen syntymä muuttaa parisuhdetta. Vanhempien mielestä olisi tärkeää, että terveydenhoitaja kertoisi suoraan lapsen saamisen vaikutuksista parisuhteeseen. Esimerkiksi seksuaalisuus voi olla monelle niin arka aihe, etteivät vanhemmat uskalla sitä itse ottaa puheeksi, vaikka kaipaisivatkin tietoa muun muassa imetyksen vaikutuksista seksuaaliseen halukkuuteen. Yksi haastateltavista kertoi, että lapsen syntymän vaikutuksista parisuhteeseen on keskusteltu vain ensimmäisen lapsen kohdalla. Perhetilanne ja parisuhde kuitenkin muuttuu jokaisen lapsen syntymän myötä, joten aiheesta olisi tärkeä keskustella jokaisen raskauden kohdalla. Vain yksi vanhemmista toi esiin, että parisuh-

teen muuttumista uuden lapsen syntymän myötä on käsitelty kaikkien lasten kohdalla. Perheneuvolassa ja perhevalmennuksessa käyneet vanhemmat kertoivat, että lapsen vaikutuksia parisuhteeseen on käsitelty ainoastaan kyseisissä paikoissa.

*”Niin eihän sillon, ku ensimmäinen lapsi synty, niin itekkään tajunnu, että vaikka mitä se imetyks vaikuttaa siihen, ja sitte vaan miettii mahdollisesti, että onko vika siinä miehessä tai muussa, että jos on vaikka haluttomuutta sillon ku imettää, että ihan semmosia perus faktoja vois kertoa neuvolassa enemmän.”*

*”Tavallaan ku se perhetilanne muuttuu aina, ku lapsia syntyy, niin on sitte pohittu sitä asiaa siltäki kantilta, että miten ne vanhemmat lapset suhtautuu siihen nuorempaan ja vastasyntyneeseen ja kyllä aina ollaan keskusteltu siitä.”*

*”Varmaan ensimmäisen kohalla se ois varmaan ollukki ihan hyväki, että sitä ois enemmänki (kerrottu lapsen syntymän vaikutuksista parisuhteeseen), ku eihän sitä oikeestaan tienny kuinka paljo se muuttaa sitä parisuhetta kuitenkin.”*

Parisuhteen rooleista, eli vanhempien kokemuksista omasta ja toisen roolista sekä niiden oikeudenmukaisuudesta ja tasapuolisuudesta oli keskustellut neuvolan terveydenhoitajan kanssa ainoastaan yksi haastateltavista. Yksi vanhemmista taas kertoi keskustelleensa aiheesta neuvolassa työskennelleen lääkärin kanssa, mutta ei kokenut tällaisia keskusteluja hyödyllisiksi, mikäli suhteen toinen osapuoli ei ole paikalla. Kaksi vanhemmista kertoi käyneensä ensimmäisen lapsen kohdalla perhevalmennuksessa, jossa käsiteltiin parisuhteen rooleja ja niiden muuttumista muun muassa keskustelujen ja kuvakorttien avulla.

*”Mun mielestä ei oo käyty kenenkää lapsen, no meillei oo sitä perhevalamenusta sen jälkeen tarjottukkaa ensimmäisen lapsen jällekeen kertaakaan, ja sitte minusta se oli sillai että sanottiin että no siellä sitte käyään tähän parisuhteeseen liittyen ja siinäpä se oli. Enmää muista, että sitä ois koskaan kysytty sillonko mää ootin tuota esikoista, että sielois niinkö ikinä kysytty mittää, että no miten teillä mennee tai että mikä on.”*

Parisuhteen hoitamiseen ja ylläpitämiseen liittyvät keskustelut neuvolakäynneillä olivat haastateltavien vanhempien mukaan harvassa. Aihetta on käsitelty hyvin pintapuolisesti, tai ei ollenkaan.

Kuitenkin yksi haastateltavista muistaa keskustelleensa aiheesta terveydenhoitajan kanssa ja saaneensa terveydenhoitajalta arkisia vinkkejä parisuhteen hoitamiseen liittyen. Hän koki neuvot ja vinkit hyödyllisiksi ja riittäviksi. Kukaan muu haastateltavista ei muistanut saaneensa terveydenhoitajalta neuvoja parisuhteeseensa. Parisuhteen riitatilanteista ja erimielisyyksien ratkaisutavoista oli neuvolassa keskusteltu vain kahden haastateltavan kanssa. Parisuhde- ja perheväkivallasta oli kysytty neuvolassa suoraan vain yhdeltä vanhemmalta.

*”Aika vähän minusta tuntuu neuvolassa (keskusteltu parisuhteen hoitamisesta), varmaan tuo perheterapia se missä muistan, että on juteltu siihen liittyviä asioita.”*

*”Terveystenhoitaja on antanu vinkkejä semmosia iha arkisia ja helposti toteutettavia, että ei tarvi olla niin ihimeellistä aina, että pitäis lähtä johonki maailman ääriin. Ne on ollu hyviä, että on sieltä tullu tosi hyviä vinkkejä siihenki.”*

Haastattelemamme pariskunta oli ohjattu neuvolan terveydenhoitajan toimesta perheneuvolaan, josta he ovat saaneet paljon tukea parisuhteelleen. Yhdelle haastateltavista on kerrottu perheneuvolan mahdollisuudesta, mutta he eivät puolisonsa kanssa päätyneet sitä käyttämään. Kaksi haastateltavista kertoi, että heitä ei ole informoitu ollenkaan eri jatkohoitomahdollisuuksista kuten perheneuvolasta, parisuhdeleireistä tai muista sellaisista paikoista, joista puolisoiden olisi mahdollista saada tukea parisuhteeseensa.

*”Joo elikkä meiäthän ohjattiin sinne perheneuvolaan, että oli tosiaan puhetta neuvolassa siitä, että väännetään esimerkiksi aika paljon nii sitte ohjattiin perheneuvolaan. Elikkä hyvin kyllä tuli sieltä apuja ja hyvin on kyllä perheneuvolan puolella aina yhdessä mietitty sitä, että vieläkö jatketaan ja näin.”*

*”- - mutta ehkä siihenki vaikutti sitte se meillä ettäkö ei ollu mitää nii ei tavallaa ohjattukkaa sen enempää minkään palveluitten piiriin.”*

## 6.2 Vanhempien toiveet neuvolasta saatavalle parisuhteen tuelle

Tutkimuksen tavoitteena oli kartoittaa neuvolasta saadun tuen lisäksi myös tuoda esiin vanhempien toiveita ja mahdollisia kehittämisaikatuksia neuvolassa tarjottavaan parisuhteen tukemiseen. Vanhemmilta tuli ehdotuksia liittyen puolison huomioimiseen, ajan käyttöön, puheeksi ottamiseen, parisuhdetilanteen kartoittamiseen sekä tuen laatuun. Lisäksi vanhemmat nostivat esiin toiveita liittyen parisuhteesta tarjottavaan tietoon, eri palveluiden hyödyntämiseen, vertaistukeen sekä terveydenhoitajan pysyvyyteen.

Puolison huomioiminen koettiin tärkeänä osana parisuhteen tukemista ja neuvolakäyntejä. Kolme haastateltavista toivoi puolison osallistumista neuvokäynneille enemmän. Yksi heistä toi selkeästi esiin sen, että isiä olisi tärkeä saada mukaan neuvolaan ja toinen toivoi, että pariskuntia painotettiin terveydenhoitajan toimesta osallistumaan useammin yhdessä neuvolakäynneille. Yhtenä ehdotuksena nousi esiin ajatus, että miehille järjestettäisiin kokonaan omia neuvolakäyntejä. Tarkemmin haastateltava ei kuvannut, mitä käyntien sisältö voisi olla, mutta koki tärkeäksi, että myös toinen vanhemmista tulisi kuulluksi ja osallistuisi enemmän. Tällöin myös suhteen hoitaminen ja ongelmakohtiin puuttuminen saattaisi olla helpompaa. Yksi haastateltava kertoi neuvolassa kertaalleen keskustelleensa parisuhteen rooleista ja kotona tapahtuvan työnjaon tasapuolisuudesta neuvolan lääkärin kanssa. Hän koki kuitenkin, ettei keskustelu tuonut heidän tilanteeseensa apua, sillä suhteen toinen osapuoli ei ollut paikalla keskustelemassa aiheesta. Puolison huomioiminen neuvolassa parantaisi haastateltavien mielestä neuvolan tarjoamaa parisuhteen tukemista.

*”En määhän tiää oisko se huono jos miehillekkin ois ihan omia käyntejä koska määhän veikkaan että kyllä niilläkin varmaa on oikeesti paljo mielen päällä.”*

Haastatteluissa tuli esiin myös ajankäyttöön liittyvät asiat. Vanhemmat kokivat neuvolakäynnit riittävän pituisiksi, mutta käyntikertoja kuitenkin toivottiin lisää. Vanhemmat toivat esille ajatuksen, että käyntejä voitaisiin lisätä yksilöllisesti perheen tarpeen mukaan. Yksi haastateltavista esimerkiksi koki, että parisuhdetta koskevan tuen tarve oli suurempi silloin, kun perheessä oli enemmän pieniä lapsia. Tällöin hän myös kaipasi enemmän keskustelua parisuhteesta. Esiin nousi myös ehdotus neuvolakäyntien järjestämisestä tiheämmin, jolloin parisuhteesta ja perheen haasteista puhuminen olisi luontevampaa, kun käyntien välissä ei olisi niin pitkää taukoa. Yksi vanhemmista harmitteli sitä, kuinka ensimmäisen lapsen kohdalla oli enemmän neuvolakäyntejä verrattuna perheen nuorimmaisen lapsen käynteihin. Neuvolakäyntien riittävä määrä koettiin tärkeänä.

Vertaistukeen ja tukiverkoston liittyen suurin osa vanhemmista jäi kaipaamaan vertaistuen tarjoamista ja vertaistukitoiminnan järjestämistä neuvolassa. Jokaiselta haastateltavalta oli kartoitettu tukiverkostot ja perhesuhteet, mutta vertaistukea tai sen tarvetta ei ollut juurikaan huomioitu. Yksi vanhemmista toi esiin, että vertaistuen mahdollisuudesta voisi puhua enemmän. Vanhempi jäi kaipaamaan vertaistuen tarjoamista neuvolassa, mutta luotti kuitenkin terveydenhoitajan ottavan asian esille, mikäli tämä näkisi sen tarpeelliseksi. Toinen haastateltava oli sitä mieltä, että vertaistukikäyntejä voisi järjestää parisuhteeseen liittyen etenkin ensimmäisen lapsen syntymän jälkeen. Haastateltavan mukaan käynnit voisivat olla perhevalmennuksen tyyppisiä neuvolan järjestämiä vapaaehtoisia ryhmiä. Näihin olisi hänen mukaansa matalampi kynnyks lähteä kuin esimerkiksi kolmannen sektorin järjestämiin vertaisryhmiin. Vertaistuesta keskusteleminen sekä vertaistukikäyntien järjestäminen neuvolan puolesta olisi siis yksi keino, millä vanhempien mukaan voitaisiin tukea parisuhdetta paremmin.

*”Yleisesti aattelin että ois tosi hyvä että jottai tällöisiä vertaistukikäyntejä ois, mitä on se valmennus, nii ois myöhemminki just vaikka parisuhteeseen liittyen. Ainaki siinä ensimmäisen lapsen syntymän jälkeen.”*

Useampi vanhemmista toi haastattelussa esiin terveydenhoitajan pysyvyyden tärkeyden. Terveydenhoitajan tuttuus, pysyvyys ja luottamuksellinen suhde perheen ja terveydenhoitajan välillä olivat tekijöitä, jotka nähtiin parisuhteen tukemisen kannalta hyvin olennaisena. Yksi vanhemmista koki, että terveydenhoitajan olisi hyvä pysyä samana, jolloin tämä on paremmin perillä perheen asioista. Etenkin pidempiaikaisen tuen tarpeen kannalta olisi hyvä asia, ettei vanhempien jatkuvasti tarvitse selvittää elämäntilannetta uudelle työntekijälle neuvolassa.

*”Ite kyllä kannattasin ehottomasti semmosta että ois aina se sama neuvolan terveydenhoitaja, että kyllähän se helpottaa puolin ja toisin varmasti sitä että on asiakkaalla helpompi tiettenki sitte kertoa ja sitte ehkä pystyy huomioimaan.”*

Puheeksi ottamisen tärkeys nousi myös selkeästi aineistosta esiin. Yhtenä merkittävänä asiana koettiin muun muassa seksuaalisuuden puheeksi ottaminen. Myös parisuhde- ja perheväkivallasta suoraan kysymistä pidettiin tärkeänä. Yksi haastateltavista toi esiin, että asioista on hyvä kysyä ja puhua suoraan, sillä osa ihmisistä ei välttämättä uskalla lähestyä terveydenhoitajaa kaikissa mieltä askarruttavissa asioissa. Yksi vanhemmista kertoi, että puhetta ja suoraan kysymistä parisuhteesta



kaipasi eniten silloin kun lapset olivat pieniä. Moni vanhempi toivoo, että puheeksi ottaminen tapahtuisi terveydenhoitajan aloitteesta. Eräs haastateltava pohti, että terveydenhoitajan suorat ja hyvin muotoillut kysymykset helpottavat perheen mahdollisten ongelmien tunnistamista. Myös erilaiset kyselylomakkeet, kuten voimavaralomakkeet, koettiin hyväksi keinoksi keskustelun avaamisessa. Kaikki neuvolan asiakkaat eivät ole yhtä avoimia ja puheliaita, jolloin kyselylomakkeiden hyödyntäminen helpottaa eri asioiden puheeksi ottamista.

*”No varmaan erilaiset kyselylomakkeet on ihan hyviä siinä mielessä, että jos et sää ole niin avoin etkä puhu niin paljon, niin sillon niistä ehkä saa sitte kiinni henkilökunta, että tarviiko jotain apua vai ei. Et ne varmaan on semmosia millä pystyy kartottaan asiakasta. Hankala kait sitä mitenkään muuten on ehkä asiakasta kartottaakaan, koska kaikki ei tosiaan välttämättä lähe puhumaan, vaikka kysytkin suoraan.”*

Yleistä tietoa parisuhteeseen liittyen kaivattiin myös lisää. Osan haastateltavien kohdalla nousi esiin tietämättömyys lapsen syntymän vaikutuksista parisuhteeseen ja parisuhteen vaikutuksista lapseen. Yksi vanhemmista toi esille, että perusfaktoja ja yleistä tietoa parisuhteeseen ja seksuaalisuuteen voisi terveydenhoitaja kertoa neuvolassa enemmän. Kirjallista materiaalia voisi tarjota, vaikkei parisuhteessa olisikaan ongelmia. Eräs vanhemmista toivoi neuvolassa järjestettävän asiantuntijaluentoja parisuhteeseen ja perhe-elämään liittyen. Hän uskoi, että miehillä olisi pienempi kynnys lähteä mukaan sellaisiin tapahtumiin, joissa pääpaino ei ole osallistujien parisuhteessa, vaan yleisen parisuhdetiedon jakamisessa.

Muihin palveluihin liittyen vanhemmat nostivat esiin perheneuvolapalveluiden kattavamman hyödyntämisen. Perheneurolamahdollisuudesta haluttiin enemmän tietoa ja sinne pääsystä helpompaa. Yksi haastateltavista kertoi, että oli ajatellut perheneuvolapalveluiden kuuluvan vain hyvin ongelmallisille perheille, eikä ajatellut, että siellä voi käydä, vaikkei parisuhteessa tai perheessä olisikaan suurempia ongelmia. Kahden vanhemman kokemukset perheneuvolasta saadusta tuesta olivat hyvin positiiviset. Perheneuvolassa oli parempi mahdollisuus käydä läpi parisuhdetta koskevia asioita, jolloin parisuhteen käsittelemiseen keskityttiin vähemmän neuvolassa. Yksi haastateltavista oli sitä mieltä, että perheneuvolaan saisi ohjata vanhempia hyvin herkästi, mikäli parisuhteessa ilmenee minkäänlaisia haasteita tai ongelmia.

*”Kyllä mä jotenki aattelin ja toivoisin, että ne kellä on parisuhteessa ongelmia ehkä lasten myötä tai haasteita tai miksi sitä nyt sanoskaa, että ne ohjattais sitte perheneuvolaan, koska siellä on paljo parempi mahdollisuus käyä niitä asioita läpi.”*

Säännöllistä parisuhdetilanteen ja tuen tarpeen kartoittamista pidettiin myös hyvin tärkeänä. Yksi vanhemmista korosti, että elämäntilanteet vaihtelevat ja vanhempien väleissä tapahtuu muutoksia. Vanhempien suhde on voinut muuttua hyvinkin paljon käyntien välissä, mikäli neuvolakäynnit ovat esimerkiksi lastenneuvolassa vuoden välein. Olisi siis tärkeää kartoittaa säännöllisesti parisuhteen tilannetta ja kysyä vanhemmilta suoraan, mitä heidän parisuhteeseensa kuuluu. Yksi vanhemmista toivoi neuvolassa tarjottavan syvällisempää tukea parisuhteeseen liittyen, jolloin ei vain kartoitettaisi sitä, pystyykö suhteessa elämään, vaan pyrittäisiin myös vaikuttamaan vanhempien välisen suhteen hyvinvointiin.

*”Me ihan omalla ajalla ollaan käyty avioliittoleireillä missä käyään paljo vuorovaikutusasioita läpi ja semmosia syvempiä asioita. Parisuhde voi olla sellanen niinku siedettävä tai sit se voi olla tosi hyvä. Että siellä ehkä viedään sitä parisuhdetta siihen, että se vois olla tosi antosa.*  
*- - Kyllä mä oon sitä mieltä, että sitä vois olla enemmänki mitä niillä avioliittoleireillä on käyty, vaikka vuorovaikutuksesta asioita läpi, että kyllä sitä neuvolassaki vois viedä enemmän sille tasolle. Että ei pelkästään kartoteta sitä, että pystyykö siinä parisuhteessa elämään, että se vois olla myös paljo enemmän, koska lasten hyvinvoinnin kannalta se on tosi tärkeää, että vanhemmilla on hyvä suhde.”*

## 7 POHDINTA

### 7.1 Tulosten tarkastelu

Opinnäytetyön tarkoituksena oli saada vastaukset tutkimuskysymyksiin: millaista tukea vanhemmat saavat parisuhteelleen neuvolasta sekä millaista tukea parisuhteelleen vanhemmat toivovat saavansa neuvolasta. Tutkimuksen tarkoituksena oli tuoda esiin vanhempien kokemuksia parisuhteen tukemisesta sekä heidän ehdotuksiaan, joiden avulla neuvolassa tarjottavaa parisuhteen tukea voitaisiin kehittää. Tutkimuksesta saatujen tulosten mukaan vanhemmat toivovat neuvolassa kiinnitetävän enemmän huomiota vanhempien parisuhteeseen ja sen tukemiseen.

Ensimmäisen tutkimuskysymyksen oli tarkoitus selvittää millaista tukea parisuhteelleen vanhemmat saavat neuvolasta. Tutkimuksessa saatiin vastauksia tähän ongelmaan kysymällä vanhemmilta heidän kokemuksiaan neuvolassa tarjotusta tuesta ja sen riittävydestä. Lisäksi kysyimme vanhemmilta, millaisia menetelmiä parisuhteen tukemisen apuna on käytetty, sekä millaista terveydenhoitajan tarjoama tuki on laadultaan ja sisällöltään.

Tutkimuksesta ilmeni, että neuvolasta parisuhteeseen saatu tuki vaihteli hyvin paljon. Tähän vaikuttavia tekijöitä ovat neuvolan terveydenhoitajan osaaminen ja kiinnostus parisuhteen tukemista kohtaan sekä vanhemman oma aktiivisuus tuoda parisuhdeasioita esille neuvolassa. Ne vanhemmat, jotka olivat olleet useamman neuvolan asiakkaana, kertoivat parisuhteen tukemisen vaihtelevan hyvin paljon eri neuvoloissa. Väestöliiton Happy Hour -hankkeen (2014) neuvolan työntekijöille tehdyssä kyselyssä selvitettiin muun muassa sitä, miten neuvolan henkilökunta suhtautuu parisuhdeasioiden käsittelyyn neuvoloiden vastaanotolla. Neljä viidesosaa neuvolan henkilökunnasta ajatteli, että neuvolan tehtäviin kuuluu ottaa puheeksi vanhempien parisuhdeasiat. Yksi viidesosa ajattelivat tämän asian olevan riippuvainen kustakin tilanteesta. Kyselyyn vastanneista kaksi kolmasosaa ilmoitti ottavansa parisuhdeasiat aina puheeksi sekä raskausaikana että synnytyksen jälkeen, ja loput kertoivat tekevänsä näin useimmiten. (Kontula & Heiskanen 2017, 26.)

Deaven ym. (2008) mukaan vanhemmat kokevat, ettei lapsen syntymän aiheuttamista muutoksista parisuhteeseen keskustella tarpeeksi. Vanhemmat osaavat odottaa lapsen muuttavan asioita, mutta monet yllättyvät siitä, kuinka merkittävästi parisuhde muuttuu lapsen myötä. Puolisot kokevat

tärkeäksi tiedon antamisen näistä muutoksista jo ennen kuin lapsi syntyy, jolloin niihin osaa valmistautua jo etukäteen. (Deave ym. 2008, viitattu 1.4.2019.) Myös meidän tutkimuksemme vahvisti käsitystä, etteivät vanhemmat koe saavansa neuvolan henkilökunnalta tarpeeksi tietoa parisuhteesta sekä sen muutoksista lapsen syntymän myötä. Vanhemmat toivovat neuvolan terveydenhoitajan jakavan enemmän yleistä tietoa parisuhteeseen liittyen käyntien yhteydessä. Myös kirjallisen materiaalin tarjoaminen vanhemmille koskien parisuhdetta ja seksuaalisuutta olisi tärkeää kaikille perheille, eikä vain heille, joilla jo jonkinlaisia ongelmia on olemassa. Vanhemmat mainitsevat myös erilaisten nettisivustojen hyödyntämisen, joista terveydenhoitaja voisi antaa vanhemmille tietoa sekä esimerkkejä hyvistä sivustoista.

Neuvola tavoittaa lähes kaikki alueensa pikkulapsiperheet, jonka vuoksi neuvolalla on mahdollisuus saattaa samassa elämäntilanteessa olevia perheitä yhteen. Vertaistuen tarjoaminen ja perheiden tutustuminen mahdollistaa samassa elämäntilanteessa olevien kanssa kokemusten vaihdon, oppimisen toisilta sekä sosiaalisen verkoston laajenemisen. (Kangaspunta & Väri 2007, 483.) Tutkimustulosten mukaan vertaistuen tärkeyttä ei huomioida neuvolassa riittävästi. Vanhemmat kokevat samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten merkityksen tärkeäksi. Vanhemmat toivovat neuvolan terveydenhoitajan tukiverkoston kartoittamisen lisäksi myös kiinnostavan huomiota vertaistuesta keskustelemiseen ja sen tarjoamiseen. Onnistuneen parisuhteen tukemisen seurauksena vanhemmat tietävät, mistä voivat tarvittaessa hakea tukea ja apua, sekä mitä kautta on mahdollista saada vertaistukea (THL 2018, viitattu 1.4.2019).

Tutkimus osoittaa, että tuen tarpeen säännöllinen kartoittaminen, parisuhdetilanteen selvittäminen sekä terveydenhoitajan kanssa keskusteleminen koetaan hyvin tärkeänä. Parisuhteen puheeksi ottaminen neuvolassa auttaa ehkäisemään vaikeuksia ja saamaan vanhemmille ajoissa apua (Heiskanen 2017, 26-27). Vanhemmat ovat sitä mieltä, että tutun terveydenhoitajan kanssa perheen asioista ja parisuhteen haasteista on helpompaa keskustella. Voimavaralomakkeet ovat vanhempien mukaan yksi toimiva työväline, joka madaltaa puheeksi ottamisen kynnyksiä. Niiden avulla vanhemmat voivat tuoda esille mahdollisia ongelmakohtia, joista eivät suoraan uskalla kysyä terveydenhoitajalta. Hakulisen ja Pelkosen (2017) mukaan voimavaralomakkeiden käyttö antaa terveydenhoitajalle lisää valmiuksia ottaa puheeksi erilaisia perheeseen ja parisuhteeseen liittyviä asioita. Lomakkeiden tarkoituksena on aktivoida vanhempia keskustelemaan sellaisista aihealueista, joista heidän ei välttämättä muuten tulisi keskusteltua. Voimavarojen ja niitä kuormittavien

tekijöiden tiedostaminen ja tunnistaminen voi auttaa muuttamaan uupumusta ja väsymystä aiheuttavaa tilannetta. Vanhempien hyvinvoinnin ja voimavarojen vahvistaminen parantaa vanhempien kykyä edistää lapsen tervettä kasvua ja kehitystä. (Hakulinen & Pelkonen 2017, 129.)

Toisen tutkimuskysymyksen avulla selvitettiin vanhempien kehittämis ehdotuksia neuvolassa tarjotavalle parisuhteen tukemiselle. Kehittämis ehdotuksia kerättiin vanhemmilta kysymällä millaista tukea he toivovat saavansa parisuhteeseen neuvolasta. Lisäksi tutkimuksessa selvitettiin vanhempien mielipiteitä siitä, millaisin keinoin terveydenhoitaja voisi entistä paremmin tukea ja huomioida neuvolan asiakkaiden parisuhteita.

Osa perheistä voivat tarvita runsaasti apua ja tukea vanhemmuuteen ja parisuhteeseen, mutta eivät osaa tai uskalla tuoda sitä itse esille. Jotkut vanhemmat taas voivat luulla, että äitiysneuvolassa on tarkoitus puhua pelkästään raskauteen liittyvistä asioista. (Jussila ym. 2008, 61.) Vanhemmat toivovat terveydenhoitajan puhuvan ja kysyvän suoraan vanhemmilta eri asioista. Vanhempien mielestä neuvolan terveydenhoitajan tulisi oma-aloitteisesti kysyä parisuhteen tilanteesta ja vanhempien väleistä. Neuvolakäynneillä tulisi pystyä keskustelemaan myös parisuhteeseen vaikuttavista kipeistä asioista ja terveydenhoitajalla tulee olla rohkeutta kysyä ja nostaa aiheita esille siinä määrin kuin vanhemmat haluavat itse niistä keskustella. (Hakulinen-Viitanen ym. 2012, 41-42.) Myös seksuaalisuuden puheeksi otto koetaan tärkeänä. Raskauden ja lapsen syntymän myötä parisuhteessa ja seksielämässä tapahtuu paljon muutoksia, joista vanhemmat voivat olla hyvin epä-tietoisia. Myös Väestöliiton (2019) mukaan seksuaalisuus ja seksi herättävät vanhemmissa paljon kysymyksiä niin raskauden aikana kuin myös lapsen syntymän jälkeen (Väestöliitto 2019, viitattu 1.4.2019).

Tutkimuksessa havaittiin, että jatkohoitomahdollisuuksista ei keskustella neuvolassa riittävästi. Tutkimukseen osallistunut pariskunta on ohjattu jatkohoitoon perheneuvolaan, mutta muut vanhemmat kokevat terveydenhoitajan kertoneen hyvin vähän tai ei ollenkaan muista perhe- ja parisuhdepalveluista, joita vanhemmat voisivat tarpeen mukaan hyödyntää. Vanhemmat kertovat ajatelleensa, että esimerkiksi perheneuvolapalvelu on tarkoitettu vain sellaisille perheille, joiden parisuhteessa tai perhe-elämässä on isoja haasteita tai ongelmia.

Vanhempien osalta neuvolakäynneillä huolehditaan siitä, että he saavat riittävästi tukea vanhemmuuteen sekä parisuhteeseensa. Riittävän tuen ja neuvonnan tavoitteena on vahvistaa perheen toimivuutta ja tukea vanhempia lapsen kasvatuksessa. (Hermanson 2012, viitattu 1.4.2019.) Kuten

aiemmissä tutkimuksissa, myös tässä tutkimuksessa huomattiin, että neuvolapalveluita tulisi kehittää entisestään vastaamaan paremmin vanhempien ja koko perheen tarpeita. Jokainen perhe tulee huomioida yksilöllisesti, ja neuvolan terveydenhoitajan tulisi yhdessä muiden sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaisten kanssa huolehtia juuri heille tarpeellisen ja ennen kaikkea riittävän tuen tarjoamisesta.

## 7.2 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksen luotettavuutta tarkastelemme arvioiden ja perustellen tekemiämme valintoja ja tulkin-  
toja. Luotettavuuden tarkastelussa pohdimme tutkimusasetelman toimivuutta ja tiedon laatua. Laadukkaan tiedon takaamiseksi pyrimme välttämään toissijaisia lähteitä ja noudattamaan erityistä lähdekriittisyyttä. (Oulun ammattikorkeakoulu 2016, 15). Tavoitteena oli muodostaa tutkimuksen tietopohja pääosin uusimmasta tarjolla olevasta tiedosta. Luotettavuuden arvioinnissa hyödyn-  
nämme laadullisen tutkimuksen luotettavuuskriteereitä, joita ovat uskottavuus, vahvistettavuus, refleksiivisyys ja siirrettävyys. Kriteerit on poimittu Kylmän ja Juvakan (2007, 127) teoksesta.

Tutkimuksen luotettavuuskriteereistä uskottavuudella tarkoitetaan tutkimuksen sekä tutkimustulos-  
ten uskottavuutta ja niiden osoittamista. Uskottavuutta vahvistaa tuloksista keskusteleminen toisten  
samaa aihetta tutkivien kanssa. (Kylmä & Juvakka 2007, 128.) Emme keskustelleet tutkimuksen  
tuloksista muiden kanssa, mutta tekemällä tutkimuksen työparin kanssa pystyimme keskustelee-  
maan aiheesta keskenämme. Tutkimuksen ja tutkimustulosten uskottavuutta vahvistimme pereh-  
tymällä aiheeseen sekä aiemmin tehtyihin tutkimuksiin perusteellisesti. Kokosimme tutkimuksen  
suunnitteluvaiheessa kattavan tietoperustan, jonka pohjalta lähdimme työskentelemään. Uskotta-  
vuutta lisää myös se, että teimme tutkimusaineistosta tulkintoja yhdessä. Yhdessä tekeminen auttoi  
tarkastelemaan aineistoa eri näkökulmista, ja näin ollen tekemämme tulkinnat ovat todennäköisesti  
uskottavampia ja todenmukaisempia.

Haastatteluihin huolellisella valmistautumisella sekä riittävän ajan varaamisella aineiston käsittele-  
miselle pyrimme siihen, että saamamme tulokset vastaisivat mahdollisimman hyvin vanhempien  
todellisia kokemuksia ja käsityksiä tutkimastamme ilmiöstä. Luotettavuutta lisää myös haastatelta-  
vien määrä, sillä selvitimme viiden vanhemman kokemuksia tutkittavasta aiheesta. Tosin yhtä  
haastattelua emme pystyneet kokonaisuudessaan hyödyntämään tutkimuksessamme. Vasta ai-

neistoa puhtaaksi kirjoittaessa huomasimme yhden haastateltavista kertovan kokemuksiaan perheneuvolassa tapahtuneesta parisuhteen tukemisesta, eikä niinkään äitiys- tai lastenneuvolassa tarjotusta tuesta. Tutkimuksessa hyödynnettiin kyseisen haastateltavan osalta ainoastaan niitä vastauksia, jotka koskivat äitiys- ja lastenneuvolassa tarjottua tukea.

Vahvistettavuudella tarkoitetaan tutkimusprosessin etenemisen seuraamisen mahdollisuutta. Luotettavuuskriteereihin kuuluva vahvistettavuus on osa tutkimusprosessia ja edellyttää koko prosessin riittävän huolellista kirjaamista. Vahvistettavuus on osin ongelmallinen kriteeri, sillä laadullisessa tutkimuksessa tutkijat voivat päätyä samasta aineistosta eri tulkintaan. Erilaiset tulkinnat kuitenkin hyväksytään laadullisessa tutkimuksessa, eikä ne välttämättä merkitse luotettavuusongelmaa. (Kylmä & Juvakka 2007, 129.) Riittävän tarkalla dokumentoinnilla ja perusteellisella työllä pyrimme siihen, että jokainen tutkimuksen lukija pystyy seuramaan tämän tutkimuksen kulkua. Raportissa on kerrottu tarkasti kaikki tutkimusprosessin vaiheet tutkimuksen alkuvaiheista tutkimustuloksiin ja pohdintaan. Suorien lainausten käyttö tutkimustuloksia avatessa lisää vahvistettavuutta, sillä niistä lukija näkee tutkijan kertoman lisäksi myös haastateltavan suoran vastauksen.

Kylmä ja Juvakka (2007, 129) kertovat refleksiivisyydellä tarkoitettavan tutkimuksen tekijän tietoisuutta omista lähtökohdistaan tutkimuksen tekijänä. Tutkimuksen suunnittelu- ja työstämisvaiheessa pyrimme kiinnittämään huomiota siihen, kuinka itse mahdollisesti vaikutamme aineistoon ja tutkimusprosessiin. Luotettavuutta lisää se, että teimme tutkimuksen yhdessä, jolloin mahdolliset toisen tekemät virheelliset johtopäätökset ja tulkinnat huomattiin ajoissa. Siirrettävyydellä tarkoitetaan tutkimuksen tulosten siirrettävyyttä muihin samankaltaisiin tilanteisiin. Tällöin tutkimuksen tekijän on annettava riittävästi tietoa tutkimukseen osallistujista sekä ympäristöstä, jotta lukija voi arvioida tulosten siirrettävyyttä. Tutkimuksessamme kartoitettiin haastateltavien vanhempien henkilökohtaisia kokemuksia. Tällöin tutkimustulokset eivät ole siirrettävissä vastaaviin tilanteisiin.

Tutkimuksen suunnitteluvaiheessa huomioimme ennakkoon ne mahdolliset tekijät, jotka saattaisivat vaikuttaa tutkimuksemme luotettavuuteen. Esimerkiksi halusimme haastateltavien kokevan haastattelutilanteen rennoksi ja luottamukselliseksi, jotta vanhempi voisi avoimesti kertoa omia kokemuksiaan ja mielipiteitään. Pohdimme erilaisia keinoja luottamuksellisen tilanteen rakentamiseen, ja ajattelimme antaa vanhempien päättää itse paikan, missä he haluaisivat haastattelun toteutettavan. Luottamuksellista suhdetta ja avointa keskusteluympäristöä pyrimme vahvistamaan antamalla haastateltaville tietoa tutkimuksesta ennen haastattelun toteuttamista sekä korostamalla anonymiteettisuoja.

Tutkimukseen osallistuneiden yhteystietoja ei luovuteta ulkopuolisille, vaan ne hävitetään tutkimuksen valmistuttua. Myös nauhoitetut haastattelut poistettiin tulosten kirjoittamisen jälkeen. Tutkimuksen tulosten raportointi -osiossa tulokset on esitetty niin, ettei niistä ole mahdollista tunnistaa yksittäisiä vastaajia.

Hyödynsimme Nürnbergin säännöstöä tutkimuksen eettisyyttä huomioidessamme. Tutkimukseen osallistuminen oli kaikille tutkittaville täysin vapaaehtoista. Kerroimme vanhemmille ennen haastattelua tutkimuksesta sekä suullisesti että kirjallisesti. Jokaista tutkittavaa pyydettiin allekirjoituksellaan vahvistamaan suostumus haastattelutilanteen nauhoittamisesta ja tutkimukseen osallistumisesta. Kerroimme haastateltaville myös, että tutkimukseen osallistuminen on mahdollista keskeyttää missä vaiheessa tahansa. Tutkittavat pysyvät anonymyminä, eikä heidän henkilöllisyytensä selviä muille kuin tutkimuksen tekijöille. Tutkimuksemme oli tarkoituksenmukainen, sillä tulosten avulla neuvolapalveluita voidaan kehittää vastaamaan paremmin vanhempien ja perheiden tarpeita. Riittäväällä perehtymisellä ja huolellisella valmistautumisella huolehdimme siitä, että tutkimus on pätevä ja huolellisesti tehty. (Suomen Lääkäriliitto 2013, viitattu 12.4.2019.)

### **7.3 Tulosten hyödynnettävyys ja jatkotutkimushaasteet**

Tutkimuksen tavoitteena oli tuoda esiin ajankohtaista tietoa vanhempien kokemuksista neuvolassa tarjottavasta parisuhteen tukemisesta sekä jakaa vanhempien mahdollisia kehittämissuhteita parisuhteen tukemiseen liittyen. Tutkimuksesta saatuja tuloksia voidaan hyödyntää neuvolassa tarjottavan parisuhteen tukemisen kehittämiseen. Puuttamalla kehittämistä vaativiin kohtiin neuvolapalveluita voidaan parantaa niin, että ne vastaisivat nykyistä paremmin vanhempien ja perheiden tarpeita. Tulosten avulla voidaan arvioida myös sitä, miten tähän mennessä terveydenhoitajien antama tuki parisuhteeseen on vanhempien mielestä toiminut.

Tutkimus lisää tietoisuutta siitä, miten vanhemmat kokevat neuvolassa tarjottavan parisuhteen tukemisen ja millaista tukea he vielä toivovat saavansa. Toivomme tutkimuksesta olevan hyötyä perheiden kanssa työskenteleville sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille. Tukemalla vanhempien parisuhdetta edistetään myös koko perheen hyvinvointia. Tulevina terveydenhoitajina voimme hyödyntää tutkimuksesta saatuja tuloksia omassa työssämme. Tutkimuksen tekemisen myötä olemme saaneet laajan tietopohjan parisuhteen tukemiseen liittyen, jota voimme varmasti hyödyntää tulevaisuudessa työelämässä.



Tutkimukseen osallistuneet vanhemmat toivat esille toiveita puolisoiden kattavampaan huomioimiseen parisuhteen tukemisessa. Olisi mielenkiintoista kuulla pelkästään isien kokemuksia ja mielipiteitä parisuhteen tukemisesta. Neuvolan tarjoamia palveluita voisi kehittää vastaamaan enemmän isien toiveita, jolloin he mahdollisesti osallistuisivat innokkaammin neuvolan järjestämiin palveluihin. Terveydenhoitajan voi olla vaikeaa yrittää tukea vanhempien parisuhdetta, mikäli suhteen toinen osapuoli ei osallistu neuvolakäynneille.

Tutkimustulosten pohjalta mietimme jatkotutkimushaastetta ennaltaehkäisevän työn näkökulmasta. Neuvolassa työskenteleviltä terveydenhoitajilta voisi kartoittaa haastattelemalla heidän kokemuksiaan parisuhteen tukemisesta ja siitä, kokevatko he pystyvänsä tukemaan asiakkaitaan sillä tavalla kuin vanhemmat tarvitsevat. Jo raskausaikana olisi tärkeää keskustella tulevien vanhempien kanssa lapsen syntymän aiheuttamista muutoksista parisuhteeseen ja kertoa erilaisista perhepalveluista, joista he voivat halutessaan hakea tukea suhteeseensa. Terveydenhoitajille olisi hyvä tarjota jo opintojen aikana mahdollisuutta lisätä tietoisuutta parisuhteen tukemisen menetelmistä. Terveydenhoitajan työssä korostuu ennen kaikkea ennaltaehkäisevä työote, joten panostaminen parisuhteen ongelmien ehkäisemiseen vastaisi hyvin terveydenhoitajan työnkuvaa ja osaamista.

#### **7.4 Prosessissa oppiminen**

Opinnäytetyön tekeminen on ollut pitkä prosessi, jonka myötä opimme paljon uusia asioita tutkimuksen tekemiseen ja sen eri vaiheisiin liittyen. Aiheen valinta vei opinnäytetyön suunnittelun alkaessa paljon aikaa, sillä halusimme aiheen olevan itseä kiinnostava, jolloin myös motivaatio opinnäytetyön tekemistä kohtaan on huomattavasti suurempi. Aiheen saatuaamme aloimme työstämään tutkimussuunnitelmaa ja kirjoittamaan aiheeseen liittyvää tietoperustaa. Perehdyimme huolellisesti valitsemaamme aiheeseen sekä laadullisen tutkimuksen tekemiseen. Käytimme apuna erilaisia tiedonhakuoppaita ja etsimme tietoa internetistä sekä aiheeseen liittyvästä kirjallisuudesta. Koimme aluksi tietopohjan kokoamisen haastavana ja aikaa vievänä prosessina sopivan tiedon löytämisen, mutta myös aiheen rajaamisen vuoksi. Lopulta saimme kuitenkin riittävästi laadukasta tietoa kaasan työtämme varten.

Haastattelujen tekeminen oli meille täysin uutta. Päädyimme teemahaastatteluun ja rakensimme teemat asettamiemme tutkimustehtävien pohjalta. Haastattelutilanteisiin teimme avuksi teemahaastattelurungon, jonka mukaan etenimme. Jälkeenpäin ajateltuna teemoihin liittyvien apukysymysten muotoiluun olisi voinut kiinnittää enemmän huomiota ja tehdä niistä avoimempia. Aineistoa analysoidessa huomasimme, että joistakin vastauksista olisi saattanut saada enemmän irti muotoilemalla kysymykset eri tavalla. Analyysivaiheen koimme haastavimmaksi vaiheeksi koko tutkimuksen aikana, ja tarvitsimmekin siihen ohjausta ohjaavilta opettajilta kirjallisuudesta löytyneen tiedon lisäksi. Sisällönanalyysin tekeminen oli hidasta, mutta onnistuimme siinä lopulta hyvin. Laadukas aineiston analyysi helpotti huomattavasti tulosten tulkitsemista.

Opinnäytetyön tekeminen kehitti kirjoitustaitojen lisäksi myös yhteistyö- ja paineensietokykyä. Yhteistyömme opinnäytetyön aikana sujui hyvin, sillä kummallakin oli omat vahvuutensa, joiden yhdistämisen seurauksena saimme tehtyä onnistuneen opinnäytetyön. Tämän prosessin myötä meillä on tulevaisuudessa myös paremmat valmiudet kehittää omia työkäytäntöjä terveydenhoitajan työssä.

Teimme opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa myös aikataulusuunnitelman, jonka mukaan työn oli tarkoitus valmistua keväällä 2019. Aikataulua viivästytti ja motivaatiotamme opinnäytetyötä kohtaan heikensi ajoittain raskaat harjoittelujaksot sekä muut teoriaopinnot. Myös tutkimuksen aikana vastaan tulleet ongelmat, kuten haastateltavien löytäminen ja haastattelu-aikataulujen yhteensovittaminen, heikensivät motivaatiota ja viivästyttivät työn etenemistä. Pysyimme kuitenkin suunnitellussa aikataulussa pitkälti yhdessä työskentelemisen ja työparin kannustamisen ansiosta. Ajatus-ten vaihtaminen ja tutkimuksesta keskusteleminen työparin kanssa piti motivaatiota yllä, kuten myös se, että tutkimuksen aikana vastaan tulleista ongelmista ei tarvinnut selviytyä yksin. Myös haastattelutilanteissa parin läsnäolo antoi henkistä tukea.

Kokonaisuudessaan opinnäytetyön tekeminen on sujunut hyvin. Tutkimuksen tekeminen oli hyvin opettavainen ja mielenkiintoinen prosessi. Olemme tyytyväisiä valitsemaamme aiheeseen, sillä koemme sen merkitykselliseksi terveydenhoitajatyön kehittämisen ja perheiden hyvinvoinnin kannalta. Tutkimuksen tekeminen kehitti myös ammatillista osaamistamme, jota pystymme hyödyntämään tulevaisuudessa.

## LÄHTEET

Deave, T., Johnson D. & Ingram, J. 2008. Transition to parenthood: the needs of parents in pregnancy and early parenthood. *BMC Pregnancy and Childbirth* 2008 8:30. Viitattu 1.4.2019, <https://bmcpregnancychildbirth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2393-8-30>.

Euramaa, K-I. & Häggman-Laitila, A. 2003. Finnish Families' Need for Special Support as Evaluated by Public Health Nurses Working in Maternity and Clinic Welfare Clinics. *Public Health Nursing* 20 (4), 328-338. Viitattu 1.4.2019, <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1046/j.1525-1446.2003.20410.x>.

Hakulinen, T. & Pelkonen, M. Voimavaralomakkeet. 2017. Teoksessa P. Mäki, K. Wikström, T. Hakulinen & T. Laatikainen (toim.) 4. uudistettu painos. *Terveystarkastukset lastenneuvolassa & kouluterveydenhuollossa*. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 129-132. Viitattu 1.4.2019, [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135858/URN\\_ISBN\\_978-952-302-964-4.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135858/URN_ISBN_978-952-302-964-4.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Hakulinen-Viitanen, T., Hietanen-Peltola, M., Hastrup, A., Wallin, M. & Pelkonen M. 2012. Laaja terveystarkastus - Ohjeistus äitiys- ja lastenneuvolatoimintaan sekä kouluterveydenhuoltoon. *Terveiden ja hyvinvoinnin laitos*. Viitattu 13.3.2019, [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90831/URN\\_ISBN\\_978-952-245-708-0.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90831/URN_ISBN_978-952-245-708-0.pdf?sequence=1).

Heiskanen, L., Markova, K., Salmi, A. & Vaaranen, H. (toim.) 2017. *Läheinen parisuhde*. Kustannus Oy Duodecim.

Heiskanen, L. 2017. Parisuhde puheeksi neuvolatyössä. *Terveystarkastus* 50 (5), 26-27.

Hermanson, E. 2012a. Isäksi ja äidiksi kasvetaan, ei synnytä! Duodecim Terveyskirjasto. Viitattu 1.4.2019, [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=kot00201&p\\_hakusana=parisuhde](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00201&p_hakusana=parisuhde).

Hermanson, E. 2012b. Lastenneuvolan tehtävät. Duodecim Terveyskirjasto. Viitattu 1.4.2019, [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=kot00902&p\\_hakusana=neuvola](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00902&p_hakusana=neuvola).

Honkanen, H. & Mellin, O-K. 2015. Vanhemmuuden ja lähisuhteiden tukeminen. Teoksessa P. Haarala, H. Honkanen, O-K. Mellin & T. Tervaskanto-Mäentausta (toim.) Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusraportti. Helsinki: Edita, 156-201.

Hyvärinen, S. 2007. Vanhemmuus ja parisuhde pikkulapsiperheessä. Teoksessa A. Armanto & P. Koistinen (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Tammi, 354-361.

Jussila, A-L., Koponen, L., Lehto, P., Maijala, H., Paavilainen, R., Potinkara, H. & Åstedt-Kurki, P. 2008. Kohti perheen hyvää hoitamista. Porvoo: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Kalland, M. 2007. Perhe tämän päivän yhteiskunnassa. Teoksessa A. Armanto & P. Koistinen (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Tammi, 347-353.

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä : miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Tampere: Suomen yliopistopaino Oy – Juvenes Print.

Kangaspunta, R. & Värri, M. 2007. Hyvinvointineuvola-toimintamalli. Teoksessa A. Armanto & P. Koistinen (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Tammi, 477-485.

Kontula, O. & Heiskanen, L. 2017. Parisuhde puheeksi. *Terveystieteiden tutkimus* 50 (2), 26-27.

Kylmä, J. & Juvakka, T. 2007. *Laadullinen terveystutkimus*. Helsinki: Edita.

Lammi-Taskula, J. & Salmi, M. 2009. Työnjako ja tyytyväisyys parisuhteeseen pikkulapsiperheissä. Teoksessa J. Lammi-Taskula, S. Karvonen & S. Ahlström (toim.) *Lapsiperheiden hyvinvointi*. Terveystieteiden tutkimuslaitos, 50-57. Viitattu 1.4.2019, <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80047/0e6f5676-9ccf-4490-8496-45c7b3acce5f.pdf?sequence=1#page=51>.

Malinen, K. 2011. *Parisuhde pikkulapsiperheessä*. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Väitöskirja. Viitattu 15.3.2018, <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/37002/9789513945145.pdf?sequence=1>.

Malinen, K. & Sevón, E. 2009. Parisuhteen hoitaminen: suhteiden arkea vai irtiottoja arjesta? Teoksessa A. Rönkä, K. Malinen & T. Lämsä (toim.) *Perhe-elämän paletti*. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Juva: PS-kustannus.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017. *Vanhemmuus ja parisuhde*. Viitattu 24.5.2018, <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemman-hyvinvointi/vanhemmuus-ja-parisuhde/>.

Määttä, K. 2000. *Kestävä parisuhde*. Helsinki: WS Bookwell Oy.

Oulun ammattikorkeakoulu. 2016. *Ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyön ohje*. Sisäinen lähde. 23.5.2016. Viitattu 1.4.2019.

Paavilainen, R. 2007. Perhe neuvolassa. Teoksessa A. Armanto & P. Koistinen (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Tammi, 362-368.

Perttu, S. 2017. Lähisuhde- ja perheväkivalta. Teoksessa P. Mäki, K. Wikström, T. Hakulinen, & T. Laatikainen (toim.) 4. uudistettu painos. Terveystarkastukset lastenneuvolassa & kouluterveydenhuollossa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 143-145. Viitattu 1.4.2019, [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135858/URN\\_ISBN\\_978-952-302-964-4.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135858/URN_ISBN_978-952-302-964-4.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Pukkala, T. 2007. Pitkän parisuhteen salaisuus. Helsinki: Otavan kirjapaino Oy.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena : Opas työntekijöille. Helsinki: Edita Prima Oy. Viitattu 1.4.2019, <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74223/Opp200414.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2018. Hanke-esittely. Viitattu 23.5.2018, [http://stm.fi/documents/1271139/3208911/LAPE\\_hanke\\_esittely\\_2018\\_palloesite/b32ade58-7eb8-4d4a-8a31-2b5239563e85/LAPE\\_hanke\\_esittely\\_2018\\_palloesite.pdf](http://stm.fi/documents/1271139/3208911/LAPE_hanke_esittely_2018_palloesite/b32ade58-7eb8-4d4a-8a31-2b5239563e85/LAPE_hanke_esittely_2018_palloesite.pdf).

Suomen lääkäriliitto. 2013. Nürnbergin säännöstö. Viitattu 12.4.2019, <https://www.laakariliitto.fi/liitto/etiikka/nurnbergin-saannosto/>.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2018a. Äitiysneuvola. Viitattu 1.4.2019, [https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys\\_ja\\_lastenneuvola/aitiysneuvola](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys_ja_lastenneuvola/aitiysneuvola).

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2018b. Lastenneuvola. Viitattu 1.4.2019, [https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys\\_ja\\_lastenneuvola/lastenneuvola](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys_ja_lastenneuvola/lastenneuvola).

Tiitinen, A. 2017. Äitiysneuvolaseuranta. Duodecim Terveyskirjasto. Viitattu 28.4.2018, [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00186&p\\_haku-sana=%C3%A4itiysneuvola](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00186&p_haku-sana=%C3%A4itiysneuvola).

Tuomi, J & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Uotila, J. 2016. Äitiysneuvolatarkastukset ja neuvolassa annettu hoito. Lääkärin käsikirja. Kustanus Oy Duodecim. Sisäinen lähde. Viitattu 24.4.2018, [http://www.terveysportti.fi.ezp.oamk.fi:2048/dtk/ltk/koti?p\\_artikkeli=ykt00632&p\\_haku=%C3%A4itiysneuvolatarkastukset](http://www.terveysportti.fi.ezp.oamk.fi:2048/dtk/ltk/koti?p_artikkeli=ykt00632&p_haku=%C3%A4itiysneuvolatarkastukset).

Väestöliitto. 2019. Tietoa parisuhteesta. Viitattu 1.4.2019. [http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa\\_p;arisuhteesta/](http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_p;arisuhteesta/).

1. KOKEMUKSET NEUVOLAN TARJOAMASTA TUESTA PARISUHTEESEEN:
  - Millaisia kokemuksia sinulla on neuvolan terveydenhoitajalta saatavasta parisuhteen tukemisesta?
2. NEUVOLASTA SAATAVAN PARISUHTEEN TUKEMISEN RIITTÄVYYS:
  - Koitko saavasi riittävästi emotionaalista (kuunteleminen, tukeminen, ymmärtäminen) ja sosiaalista (vertaistuen kanavoiminen vanhemmille, perheen rohkaisu pyytämään apua sukulaisilta tai ystäviltä) tukea?
  - Onko neuvolakäynneille varattu mielestäsi riittävästi aikaa (riittääkö aika kaiken tarpeellisen käsittelyyn, myös parisuhteen käsittelemiselle, ilman tunnetta siitä, että aika loppuu kesken)?
3. PARISUHTEEN TUKEMISEN MENETELMÄT NEUVOLASSA:
  - Millaisia menetelmiä neuvolassa on käytetty koskien parisuhteen tukemista?
  - Onko sinulta kysytty suoraan parisuhteesta neuvolakäynneillä? Koitko sen hyväksi vai huonoksi asiaksi?
  - Oletko täyttänyt voimavaralomakkeita? Jos olet, millaiseksi olet kokenut voimavaralomakkeet, onko niistä ollut hyötyä parisuhteen kannalta?
4. TARJOTUN TUEN LAATU JA SISÄLTÖ:
  - Miten neuvolakäynneillä on käsitelty lapsen saamisen vaikutuksia parisuhteeseen (syntymä ja eri ikävaiheet) sekä toisinpäin, parisuhteen vaikutuksia lapseen? Positiiviset ja negatiiviset vaikutukset.
  - Onko keskusteltu parisuhteen eri rooleista (kokemukset omasta ja toisen roolista sekä niiden oikeudenmukaisuudesta ja tasapuolisuudesta)?
  - Onko keskusteltu siitä, miten hoidatte ja ylläpidätte parisuhdetta (seksuaalisuus, läheisyys, yhteenkuuluvuuden tunne, avoin kommunikaatio, keskinäinen tuensaanti)?
  - Miten neuvolassa on keskusteltu parisuhteen riitatilanteista ja erimielisyyksien ratkaisutavoista?
  - Onko neuvolassa tarjottu tukea/ohjattu jatkohoitoon (perhe/pariterapiaan) jos olette ilmaisseet sellaista tarvitsevanne?
  - Onko kysytty/keskusteltu parisuhde- sekä perheväkivallasta? Oletko saanut neuvolan kautta apua, jos olet kokenut/huomannut perheen sisäistä väkivaltaa?
  - Oletteko kokeneet saadut neuvot hyödyllisiksi/toimiviksi?
5. KEHITTÄMISEHDOTUKSIA NEUVOLASSA TARJOTAVALLE PARISUHTEEN TUKEMISELLE
  - Millaista tukea parisuhteeseen toivoisit saavasi neuvolasta?
  - Millaisin keinoin terveydenhoitaja voisi entistä paremmin tukea ja huomioida neuvolan asiakkaiden parisuhteita?



**Tutkimuksen nimi:**

Parisuhteen tukeminen neuvolassa

**Tutkimuksen tekijät:**

Sara Lauhikari & Pirita Rahkola

**Tutkimuksen ohjaajat:**

Yliopettaja, TtT Hilikka Honkanen & lehtori, TtM Satu Rainto

**Tutkimuksen taustatiedot:**

Tutkimus on Oulun ammattikorkeakoulun terveydenhoitajatutkinnon opinnäytetyö.

**Tutkimuksen tarkoitus ja tavoite:**

Tutkimuksen tarkoitus on kuvailla sitä, miten vanhemmat kokevat neuvolasta saatavan parisuhteen tukemisen, saavatko vanhemmat riittävästi tukea, millaista tukea vanhemmat saavat sekä millaista tukea vanhemmat vielä mahdollisesti toivoisivat terveydenhoitajalta saavansa. Tutkimuksen kautta tavoitteenamme on saada tietoa siitä, onko neuvolassa tapahtuva parisuhteen tukeminen riittävää ja millaisia mahdollisia parannusehdotuksia vanhemmilla on parisuhteen tukemiseen liittyen.

**Tutkittavien oikeudet:**

Kaikilla tutkimukseen osallistuvilla henkilöillä on salassapitovelvollisuus. Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja halutessaan tutkittavalla on oikeus keskeyttää tutkimukseen osallistuminen missä vaiheessa tahansa. Haastatteluaineistot käsitellään luottamuksellisesti, eikä osallistujien henkilötiedot paljastu muille kuin tutkimusta tekeville.

Olen perehtynyt tutkimuksen tiedotteeseen ja allekirjoituksellani vahvistan osallistumiseni aineiston keruuvaiheen haastatteluun. Suostumuslomaketta on tehty kaksi kappaletta, toinen jää haastattelutavalle ja toinen tutkimusta tekeville.

---

Aika ja paikka

---

Allekirjoitus ja nimenselvennys