

Janika Suolahti & Jenny Pakarinen

Sylin täydeltä sinua – Imeväisikäisen ja vanhemman välisen kiintymyssuhteen edistäminen

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Opinnäytetyö

Kevät 2018

SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Sairaanhoitaja (AMK)

SeAMK 

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysala

Tutkinto-ohjelma: Sairaanhoidtaja (AMK)

Tekijä: Janika Suolahti & Jenny Pakarinen

Työn nimi: Sylin täydeltä sinua – Imeväisikäisen ja vanhemman välisen kiintymyssuhteen edistäminen: Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Ohjaajat: Marjut Asunmaa TtM, lehtori & Tiina Koskela TtM, lehtori

Vuosi: 2018

Sivumäärä: 45

Liitteiden lukumäärä: 3

Vanhemman ja vauvan välinen kiintymyssuhde alkaa muodostua jo raskauden aikana. Isä ja äiti voivat molemmat luoda vauvaansa vahvan kiintymyssuhteen. Vauvalle on tärkeää antaa mahdollisuus kiintyä omiin vanhempiinsa, sillä kiintymys toimii pohjana turvallisuuden tunteelle. Parhaiten vanhemmat voivat edistää kiintymyssuhdettaan vauvaansa hoitaessa.

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvailla imeväisikäisen vanhemmille kiintymyssuhteen tärkeyttä ja keinoja sen edistämiseen vanhemman näkökulmasta sekä tuottaa kirjallinen opas Seinäjoen neuvolan käyttöön. Tavoitteena on antaa tietoa vauvan ja vanhemman välisestä kiintymyssuhteesta. Oppaan tavoitteena on kohottaa vanhempien itsetuntoa sekä pystyvyyden tunnetta vauvan hoidossa. Tutkimuskysymyksenä oli: Mitkä tekijät edistävät imeväisikäisen ja vanhemman välistä kiintymyssuhdetta?

Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä. Aineistosta tehtiin kirjallisuuskatsaus sekä toiminnallisena osana kirjallinen opas. Aineisto analysoitiin induktiivisen päättelyn avulla. Tuloksien johtopäätöksenä todetaan seuraavaa:

Vanhempien valmistautuminen ja sopeutuminen vauvan kanssa elämiseen, vanhempien oma hyvinvointi, vanhempien kokemukset vauvan hoidosta ja terveydestä sekä fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen vuorovaikutus vauvan kanssa ovat tekijöitä joihin molemmat vanhemmat voivat vaikuttaa kiintymyssuhteen kannalta.

Isän osallistuminen synnytykseen, vanhempien toisilleen antama tuki sekä vertais-tuki ovat kiintymyssuhdetta tukevia tekijöitä, jotka parantavat vanhempien itsetuntoa ja pystyvyydentunnetta.

Synnytystapa, synnytyskerrat sekä hoitajien antama tuki ovat asioita, joihin vanhemmat eivät voi vaikuttaa omilla teoillaan kiintymyssuhteen syntymisen kannalta. Hoitajien antaman tuen laatu ja määrä vaikuttavat vanhemman ja vauvan välisen kiintymyssuhteen syntymiseen.

Avainsanat: imeväisikäinen, kiintymyssuhde, vanhemmat

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Degree program in Nursing

Author/s: Janika Suolahti & Jenny Pakarinen

Title of thesis: 'Sylin täydeltä sinua' – Promoting the Maternal Bond between the Parents and Infant

Supervisor(s): Marjut Asunmaa MNSc, Senior lecturer & Tiina Koskela MNSc, Lecturer

Year: 2018 Number of pages: 45 Number of appendices: 3

The maternal bond between parents and infant begins to form during the pregnancy. The father and mother both can create a strong maternal bond with their infant. It is also important to let the infant create her/his own maternal bond to her/his parents, because that is the base for feeling safe. The maternal bond can be promoted by parents while taking care of their infant.

The purpose is to describe to the infant's parents the importance of maternal bonding with a written guide book and describe the ways to support that from a parent's perspective. The objective is to produce information about infant-parent bonding and produce a written guide book for a use at the child health center of Seinäjoki. The target of the written guide book is to raise parent's self-esteem and the capability of caring for the infant. The research question was: Which factors promote the maternal bond between infant and parent?

The thesis was fulfilled as a functional thesis. The literature was used to make a literature review, and as a functional part a written guide book. The literature was analyzed with an inductive inference. As a conclusion it can be said that:

The preparation and adaption of parents to live with the infant, parent's own wellbeing, parent's experiences of caring the infant and infant's health and physical, psychological and social interaction with the infant are factors that can be affected by parents.

Father's involvement to the birth, parent's support to each other, peer support are factors that promote the maternal bond and raise parents' self-esteem and capability of caring for the infant.

The way and the times of childbirth and the nurses' support are factors that cannot be affected by parents. The quality and quantity of support from the nurses affect the maternal bond between the parents and infant.

Keywords: infant, maternal bond, parents

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	1
Thesis abstract	2
SISÄLTÖ.....	3
Taulukkoluetelo	5
1 JOHDANTO.....	6
2 VAUVAN JA VANHEMMAN VÄLINEN KIINTYMYSSUHDE.....	8
2.1 Käsitteiden määrittely.....	8
2.2 Kiintymyssuhteen kehittyminen	8
2.3 Vauvan ja vanhempien välisen kiintymyssuhteen vaikutukset vauvan kehitykselle ja hyvinvoinnille.....	11
2.4 Kirjallisten ohjeiden merkitys vanhempien ja vauvan välisen kiintymyssuhteen edistämisessä	12
3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE.....	14
4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	15
4.1 Opinnäytetyön tutkimusmenetelmä	15
4.2 Aineiston kerääminen.....	15
4.3 Aineiston analyysi	17
5 KIINTYMYSSUHDETTA EDISTÄVÄT TEKIJÄT	19
5.1 Valmistautuminen vauvan kanssa elämiseen.....	19
5.2 Synnytyksen vaikutukset kiintymyssuhteen syntymiselle	21
5.3 Vauvan syntymän tuomat muutokset ja niihin sopeutuminen.....	23
5.4 Vuorovaikutus vanhemman ja vauvan välillä.....	24
5.5 Vanhempien saama tuki.....	29
6 POHDINTA.....	32
6.1 Tulosten tarkastelu.....	32
6.2 Eettisyys ja luotettavuus.....	33
6.3 Johtopäätökset.....	35
6.4 Tulosten hyödynnettävyys ja jatkotutkimusaiheet	35
7 OMA OPPIMINEN	37

LÄHTEET.....	38
AINEISTON LÄHTEET	43
LIITTEET	45

Taulukkoluetelo

Taulukko 1 Hakutulokset.....	16
Taulukko 2 Esimerkkitaulukko pelkistyksistä.....	18

1 JOHDANTO

Opinnäytetyön aiheena on imeväisikäisen ja vanhemman välisen kiintymyssuhteen merkitys ja sen edistäminen. Kiintymyssuhteen merkitystä ja edistämistä käsitellään äidin, isän sekä vauvan näkökulmasta. Kiintymyssuhteen muodostumista käsitellään eri näkökulmista ja lisäksi kerrotaan, miten vauvan ja vanhemman välinen kiintymyssuhde vaikuttaa vauvan hyvinvointiin. Opinnäytetyön tuloksissa kuvaillaan keinoja ja tekijöitä kiintymyssuhteen edistämiseen.

Vauva tarvitsee syntymästään lähtien häntä hoitavaa ihmistä ja vauvan syntymän jälkeen vanhempien on näin aika hoitaa vauvaansa. Vauvan ja vanhemman välille syntyy jo raskauden aikana suhde, joka on ainutlaatuinen sen läheisyydessään ja myönteisyydessään. On tärkeää, että vanhemmille jaetaan kirjallisia ohjeita vauvan hoitamisesta, joilla turvataan vauvan turvallinen ja lapsilähtöinen kasvatus. Vanhemman rakkaus ja kiintymys vauvaan syventyy vähitellen vauvaa hoitaessa sekä oppiessa tuntemaan vauvaansa. Kiintymyssuhteen avulla vauva saa kaipaamaansa läheisyyttä ja hoivaa. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2017, 45–52, 88.) Turvallinen kiintymyssuhde syntyy vauvalle ensimmäisen ikävuoden aikana, mikäli koko ensimmäisen vuoden ajan vauvan tarpeisiin ja tunteisiin vastataan luotettavasti (Personen 2010).

Opinnäytetyön aihe on ajankohtainen, koska äidit kokevat tarvitsevänsä ohjausta ja tukea selviytyäkseen vauvan kanssa toimimisesta. Äidit eivät voi itse vaikuttaa saamaansa ohjaukseen ja tukeen, minkä vuoksi he tarvitsevat hoitajilta neuvontaa, emotionaalista tukea sekä toivoa arkeen ennen vauvan syntymää sekä syntymän jälkeen. (Ikonen, Paavilainen & Kaunonen 2016, 97.) Isät kokevat usein itsensä epävarmoiksi vauvan hoidossa ja vauvan kanssa toimimisessa. He kaipaavat täten hoitajilta neuvoja siihen, kuinka he täyttäisivät oman roolinsa isänä. (Noergaard ym. 2017). Tuotoksena saatiin aikaan opas Seinäjoen neuvolalle, koska heille ei ollut käytössä kiintymyssuhteesta kertovaa opasta. Opas tehtiin jaettavaksi vauvaa odottaville vanhemmille.

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvailla imeväisikäisen vanhemmille kiintymyssuhteen tärkeyttä ja keinoja sen edistämiseen vanhemman näkökulmasta sekä tuottaa

kirjallinen opas Seinäjoen neuvolan käyttöön. Tavoitteena on antaa tietoa vauvan ja vanhemman välisestä kiintymyssuhteesta. Oppaan tavoitteena on kohottaa vanhempien itsetuntoa sekä pystyvyyden tunnetta vauvan hoidossa.

2 VAUVAN JA VANHEMMAN VÄLINEN KIINTYMYSSUHDE

2.1 Käsitteiden määrittely

Opinnäytetyössä imeväisikäisellä tarkoitetaan vauvaa, joka on alle vuoden ikäinen (Terveyskirjasto 2018). Tässä opinnäytetyössä käytämme käsitettä "vauva" puhuttaessa imeväisikäisestä. Vanhemmilla tarkoitetaan tässä opinnäytetyössä biologista vanhemmuutta, johon liittyy biologinen side esimerkiksi synnyttäminen tai siittäminen (Ketola & Kurjenrauma, [viitattu 19.5.2018]). Kiintymyssuhteella tarkoitetaan vanhemman ja vauvan välistä suhdetta, joka tukee ja turvaa vauvan kasvua ja kehitystä (THL, [viitattu 22.5.2018]). Pystyvyyden tunteella tarkoitetaan ihmisen kokemusta omista voimavaroistaan ja kyvyistään toimia elämässään (Bandura 1994, 2). Tässä opinnäytetyössä pystyvyyden tunteella tarkoitetaan vanhemprien kokemuksia omista kyvyistään hoitaa vauvaansa. Itsetunto liitetään sanaan itsetuntemus, jolla tarkoitetaan ihmisen ajattelua ja tunteita sekä toimintaa (Järvilehto & Kiiski 2009, 60). Itsetunnossa ihmisen ajatukset ja tunteet kohdistuvat omaat itseensä. Itsetuntoa voi olla sekä hyvää että huonoa. (Väestöliitto 2018). Tässä opinnäytetyössä itsetuntoa pyritään kohottamaan ja näin luomaan vanhemmalle hyvä itsetunto arjessa vauvan kanssa.

2.2 Kiintymyssuhteen kehittyminen

Äidin kiintymyssuhde vauvaan alkaa kehittyä raskauden aikana ja vahvistuu raskauden edetessä. Raskauden aikana sikiön liikkeiden voimakkuus ja tiheys edistävät äidin kiintymyssuhteen syntymistä. Lisäksi äidin saama riittävä tuki ja läheiset välit vauvan isään edistävät kiintymyssuhteen syntymistä. Suomessa äitiyshuolto tarjoaa raskaana oleville kaksi vapaaehtoista kaikukuvausta, joiden on todettu vahvistavan äidin kiintymystä vauvaa kohtaan. Äidin kiintymyssuhteeseen vaikuttavat riskitekijät on mahdollista tunnistaa äitiyshuollossa. Riskitekijöitä ovat muun muassa raskauden kieltäminen, negatiivinen suhtautuminen raskauteen sekä sikiöön, haluttomuus

ajatella vauvaa sekä valmistella kotia vauvaa varten. Kiintymyssuhteen voimakkuutta voidaan tukea äitiysneuvolassa vanhempien ajattelu- ja toimintatapojen muuttamisen avulla. (Lindroos, Ekholm & Pajulo 2015.)

Vauva havaitsee ensimmäisen sosiaalisen kokemuksensa heti synnyttyään. Vastasyntyneet ovat biologisesti valmiita havaitsemaan sosiaaliset tilanteet ja äidin kyvyn sopeutua uuteen elämäntilanteeseen. (Feldman 2012, 44–45.) Vauvan synnyttyä vanhemman ja vauvan välinen paljas ihokontakti edistää vauvan imemisen ja äidin imettämisen oppimista (Cantrill ym. 2014). Vauvan vuorovaikutus vanhempiaan kohtaan alkaa muutaman kuukauden sisällä tuijottamalla, äänтелеillä, tunteiden ilmaisulla sekä koskettelulla (Feldman 2012, 44–45.; Hermanson 2012.; Sohye 2014. 491–504). Hermanson (2012) toteaa vauvalla olevan jo syntyessään tiettyjä tarpeita ja haluja liittyen vuorovaikutukseen ja sosiaalisuuteen. Vauvan ensimmäinen tarve ja halu syntymänsä jälkeen on omaan perheeseensä kiintyminen. Vanhemmat kiintyvät vauvaansa myös tätä hoitaessaan ja kiintyminen on täten molemminpuolista. Tämä juurtaa juurensa jo äidin raskausajalta, jolloin sikiö on luonut suhteen äitiinsä.

Vauvalla on syntymänsä jälkeen myös halu ja kyky keskustella vastavuoroisesti, vaikka sanoja ei vielä olekaan. Äiti ja isä voivat käydä vauvansa kanssa antoisaa keskustelua ilman sanoja ilmeiden avulla. Kun vanhemmat ovat vauvan hoidossa aidosti läsnä, puhuvat, koskettavat, hellivät ja tyydyttävät vauvan tarpeet viipymättä, vauva tietää ja tuntee, että hän on rakastettu. Vuorovaikutuksessa vauva ja vanhempi molemmat säätelevät vuorovaikutusta yhdessä ja tämä on yhteydessä vauvan temperamentti- ja piirteisiin. (Pesonen 2010, 515–520.)

Ensimmäiset viikot vauvan syntymän jälkeen ovat tärkeitä siinä suhteessa, että vanhemmat oppisivat tulkitsemaan vauvan tarpeita ja vastaamaan niihin oikea-aikaisesti (Kallio 2014). Vauvan antamien signaalien vastaanottaminen ja niihin vastaaminen toimii suurena tekijänä vauvan huolenpidossa ja vaikuttaa samalla vauvan kehitykseen (Esposito ym. 2017). Vauvan synnyttyä on vanhempien hyvä olla armollisia itselleen sekä puolisolleen sekä rauhoittaa mieli turhilta stressaavilta asioilta. Vauva voi vaatia paljon huomiota, ja täten vanhemman olisi tärkeää saada

levätä ja rentoutua tarpeeksi vauvanhoidon välissä sekä huolehtia omasta parisuhteestaan. Tähän auttaa vanhempien välinen työnjako kotiaskareissa. (Kallio 2014; THL 2017, 53, 78; Väestöliitto, [viitattu 25.2.2018])

Isän antama konkreettinen tuki on yleensä synnytyksen jälkeen tarpeellista, sillä äiti on saattanut kokea jo raskauden aikana sekä synnytyksessä raskautta ja väsymystä. Olisi tärkeää myös huomioida oman puolisonsa jaksamista, ettei äiti kokisi jäävänsä liian yksin ja että isän rooli pysyisi merkittävänä perheen arjessa. (Kallio 2014.) Perhedynamiikalla ja perheenjäsenten välisellä yhteydellä on vaikutusta kiintymyssuhteiden muodostumiseen (Pehkonen & Pakarinen 2007, 103–109). Vanhemman aito halu pitää vauva turvassa liittyy vanhemman kiintymyksen tunteeseen (Mäkelä 2016, 28).

Vauvan ja vanhemman temperamentit eivät aina kohtaa keskenään. Joskus kuitenkin ne saattavat sopia luonnostaan yhteen ja vuorovaikutus sujuu heti helposti. Vauvan temperamentti vaikuttaa suuresti perheen arkeen ja toimivuuteen, mitä voidaan helpottaa oikeanlaisen yhteisen rytmin löytämisellä vanhemman ja vauvan välillä. (Planalp 2013; Kallio 2014; MLL 2017.) Vanhemmat voivat tarvita erityistä tukea esimerkiksi keskosvauvan kanssa uskaltautuakseen vuorovaikutukseen vauvansa kanssa. Heillä saattaa olla pelkoja ja huolia, jotka saattavat vaikeuttaa vanhempien vuorovaikutusta vauvaa kohtaan. (Mäkelä 2016, 121.) Luonnollisten hoitokeinojen käyttö keskosien hoidossa takaa riittävän unen ja levon mahdollisuuden sekä vuorovaikutuksen vanhempien kanssa (Lehtonen 2009).

Searsin (2008, 16–22) mukaan useimmissa perheissä äidin ja vauvan välinen kiintymyssuhde on näkyvämpi ja voimakkaampi kuin isän ja lapsen välillä. Se ei kuitenkaan tarkoita sitä, etteikö isien olisi mahdollisia luoda syvää kiintymyssuhdetta vauvaan. Vauvan isällä on myös mahdollisuus rakentaa yhtä vahva side vauvaansa kuin vauvan äidillä. (Sears 2008, 16–22.) Koko perheen kannalta olisi myös hyvä, jos isä pitäisi isyyslomaa vauvan synnyttyä. Tämän avulla isä ja vauva tutustuisivat toisiinsa paremmin ja nopeammin, ja näin varhainen vuorovaikutus kehittyisi myös luontevaksi heidän välillään. (Kallio 2014.) Isän ja vauvan välinen suhde kehittyy sitä läheisemmäksi, mitä enemmän isä käyttää aikaansa vauvan hoitamiseen ja hänen kanssaan olemiseen. Vauvaan käytettyjen tuntien ja vauvan emotionaalisen

hyvinvoinnin väliltä löytyy yhteys. Tämän mukaan mitä enemmän isä on päivän aikana vauvansa kanssa, sitä positiivisimpia tunteita vauva käsittelee päivän aikana. (Lewis ym. 2008, 199–205.) Mäkelän (2016, 29) mukaan äitien läsnäolo vaikuttaa isien vuorovaikutukseen vauvaansa kohtaan negatiivisesti. Kun äiti ei ole paikalla isät ovat enemmän vuorovaikutuksessa vauvansa kanssa.

Varhaisen vuorovaikutuksen tukemiseen on kehitelty haastattelulomakkeita, joiden avulla pystytään kartoittamaan vuorovaikutuksen laatua. Varhaista vuorovaikutusta arvioidaan tukevan haastattelun eli VaVu:n avulla. Haastattelun teemojen avulla pyritään auttamaan raskauteen, synnytykseen ja vauvaan liittyvien mielikuvien, huolien ja vaikeuksien tunnistamista ja puheeksi ottamista. Haastattelun avulla voidaan kartoittaa myös tuen tarvetta. (Mäki ym. 2016, 99.)

2.3 Vauvan ja vanhempien välisen kiintymyssuhteen vaikutukset vauvan kehitykselle ja hyvinvoinnille

Ihmisen mieli kehittyy lapsuudessa ja se, miten lapsi aikuisena suhtautuu ja reagoi uusiin asioihin ja yllättäviin tilanteisiin, saavat juuret lapsuudesta. Lapsuudessa erityisen tärkeitä ovat kokemukset ihmissuhteista sekä suhde äidin ja lapsen välillä. Hyvä suhde vauvan ja vanhemman välillä mahdollistaa lapsen tunteiden hallinnan oppimisen. Jos vanhempi jaksaa ja pystyy kantamaan ja vastaanottamaan vauvan voimakkaat tunteet, vauva oppii samaistumaan vanhemman kykyyn hallita tunteitaan. Jos vanhempi on kuitenkin etäinen eikä pysty tai jaksa kantaa ja vastaanottaa vauvan tunteita, se saattaa aiheuttaa myöhemmin ongelmia vauvalla. Vauvan jäädessä hädässä yksin saattaa kokemuksista seurata voimakkaita turvattomuuden tunteita, masennusta ja voimakkaita tunteita aikuisena (Oksanen 2017, 40–42).

Martinin (2011) mukaan kiintymyssuhde jaetaan turvallisiin ja turvattomiin suhteisiin. Turvallinen kiintymyssuhde tukee ihmissuhteiden luomista ja ylläpitää hyvää suhdetta vanhempiin nuoruusajan itsenäistymisen aikana. Turvaton kiintymyssuhde liittyy nuoruusiän psyykkisiin häiriöihin kuten käytöshäiriöihin ja masennukseen. Tämän vuoksi vuorovaikutuksen tukeminen ja perheen tukitoimet ovat merkittäviä.

Vanhempien kosketus vaikuttaa jo kuukauden iässä vauvan samoihin aivojen tunnealueisiin kuin aikuisillakin (Turun yliopisto 2017). Vauvan saadessa rakkautta, läsnäoloa ja huolenpitoa hän voi tulevaisuudessa saavuttaa kärsivällisyyttä vaativia asioita. Jos kuitenkin vauva kokee puutteellista hoivaa, vauvaa kohdellaan kaltoin tai laiminlyödään, voi vauvalle lapsuudessa kehittyä tunnekyelmiä piirteitä. (Suomalainen 2018, 37.)

Korhonen (2017, 1005–1009) korostaa varhaisen vuorovaikutuksen hyötyjä ja vaikutuksia vauvan myöhäisikään. Varhainen vuorovaikutus vaikuttaa mm. käyttäytymiseen, sosiaalisiin taitoihin ja psyykkiseen hyvinvointiin. Vauvan kokemat vuorovaikutuskokemukset vaikuttavat kehitykseen ja kykyyn esimerkiksi oppia vuorovaikusta ja tunnetaitoja. Isän kiintymys, sen herkkyys ja osallisuus hoitoon vaikuttavat positiivisesti vauvan emotionaaliseen, älylliseen, sosiaaliseen, käytökselliseen kehitykseen (Lewis ym. 2008, 199–205). Äidin ja isän tärkeimpiä tehtäviä ovat vauvan mielenkiinnon ja kiintymyksen herättäminen. Lisäksi perheen sisällä toimiva oikeanlainen vuorovaikutus luo vauvalle turvallisuuden tunteen ja vaikuttaa siihen, virtaako vauvan hermostossa stressi- vai mielihyvähormonit. (Korhonen 2017, 1005–1009.)

2.4 Kirjallisten ohjeiden merkitys vanhempien ja vauvan välisen kiintymyssuhteen edistämiseksi

Ohjaus toimii pohjana hoitajien ammatilliselle toiminnalle ja on näin suuri ja tärkeä osa asiakkaiden ja potilaiden hoitoa. Hyvällä ohjauksella voidaan vaikuttaa asiakkaiden terveyteen ja sen edistämiseen. (Sairaanhoitajaliitto 2014.) Kirjallista opasta käytetään hoitohenkilökunnan apuvälineenä ohjaustilanteissa, ja sen avulla varmistetaan selkeä tiedonkulku ja ohjeiden ymmärtäminen. Oppaan avulla vanhemman on helppo kerrata lapsen hoitoon liittyviä asioita, sillä asiat eivät jää aina heti mieleen, vaan uuden oppiminen voi vaatia paljon aikaa. (Kyngäs ym. 2007, 73, 124.)

Ohjaus sisältää asiakkaan henkilökohtaisten kokemusten huomiointia, vastavuoroisuutta hoitajan ja asiakkaan välillä sekä asiakkaan vastuuta ohjauksesta oppimisesta. Ohjauksen avulla asiakasta autetaan käsittelemään kokemuksia, käyttämään resurssejaan sekä ratkaisemaan ongelmia tai löytämään erilaisia tapoja toimia eri tilanteissa. Näillä voidaan lisätä asiakkaan luottamusta ja sitoutumista tilanteeseen.

(Sairaanhoidajaliitto 2014.) Visuaaliset ohjeet ja kuvamateriaali ohjauksen tukena voivat auttaa joitakin vanhempia hahmottamaan asioita parhaiten. Kirjallisia ohjeita käytetään myös niissä tilanteissa, joissa ohjauksen toteutusaika on tiedostetusti vähäistä. Kirjallisten oppaiden avulla hoitajat voivat välittää vanhemmille tietoa tulevasta hoitoon liittyvistä asioista, ja näin vanhemmat voivat tukeutua kirjallisiin oppaisiin kotioloissa. (Kyngäs ym. 2007, 73, 124.)

Kyngäksen ym. (2007, 125–126) mukaan oppaan tulisi olla selkeä ja ytimekäs, jotta ohjeiden sanoma tavoittaisi asiakkaat. Oppaan ymmärrettävyyteen tulisi kiinnittää huomiota, sillä vaikeaselkoinen opas voi heikentää hoitajien antamaa ohjausta vanhemmille. Oppaassa tulisi ilmetä kenelle kirjallinen ohje on tarkoitettu ja mikä tarkoitus ohjeella on. Asiakkaan ohjeiden ymmärtämistä voidaan helpottaa, kun oppaassa käytetään esimerkkejä ja kuvauksia konkreettisesti. Oppaan sisältö tulisi ilmetä vain pääkohdittain, jotta tietoa ei olisi liikaa.

3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvailla imeväisikäisen vanhemmille kiintymyssuhteen tärkeyttä ja keinoja sen edistämiseen vanhemman näkökulmasta sekä tuottaa kirjallinen opas Seinäjoen neuvolan käyttöön. Tavoitteena on antaa tietoa vauvan ja vanhemman välisestä kiintymyssuhteesta. Oppaan tavoitteena on kohottaa vanhempien itsetuntoa sekä pystyvyyden tunnetta vauvan hoidossa.

Opinnäytetyön tutkimuskysymyksenä on: Mitkä tekijät edistävät imeväisikäisen ja vanhemman välistä kiintymyssuhdetta?

4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

4.1 Opinnäytetyön tutkimusmenetelmä

Toiminnallinen opinnäytetyö tarkoittaa käytännössä ohjeistavaa, opastavaa, toimintaa järjestävää tai järkeistävää työtä. Toiminnalliseen opinnäytetyöhön kuuluu kirjallisuuskatsaus ja käytännön toteutus. (Vilka & Airaksinen 2004, 9–17.) Tässä opinnäytetyössä tehtiin kuvaileva kirjallisuuskatsaus, joka on merkittävä osa työtä. Kirjallisuuskatsaus jakautuu vaiheisiin, joita ovat tutkimuskysymyksen määrittely, aineiston haku, aineiston käsittely sekä tulosten tarkastelu. (Kangasniemi ym. 2013, 292, 294–297.) Kirjallisuuskatsauksen avulla tulkitaan ja tiivistetään uutta tietoa. Sen avulla selvisi, että vauvan ja vanhemman välistä kiintymyssuhdetta on tutkittu paljon. Kuitenkin äidin näkökulmasta aihetta on tutkittu enemmän kuin isän. Kirjallisuuskatsauksen avulla vastattiin tutkimuskysymykseen: mitkä tekijät edistävät vastasyntyneen ja vanhemman välistä kiintymyssuhdetta. Kirjallisuuskatsaus on läpinäkyvä ja sen tulokset ovat toistettavissa. (Jyväskylän ammattikorkeakoulu, [viitattu 23.4.2018].) Tässä opinnäytetyössä kirjallisuuskatsauksen avulla pyrittiin lisäämään tutkittavan tiedon ymmärrettävyyttä. Kirjallisuuskatsausta voidaan hyödyntää terveydenhuollossa tapahtuvan toiminnan ohjaamisessa (Stolt, Axelin & Suhonen 2015, 7).

Tässä opinnäytetyössä toteutuksena tehtiin kirjallinen opas vastasyntyneen ja vanhemman välisestä kiintymyssuhteesta. Opinnäytetyöhön kuuluu myös toimeksiantaja, joka ohjaa opinnäytetyön kulkua. Toiminnallisessa opinnäytetyössä on tärkeää pysyä kiinni alkuperäisissä tavoitteissa, jotta kokonaisuus pysyy eheänä. (Vilka & Airaksinen 2004, 9-17; Stolt ym. 2015, 7.)

4.2 Aineiston kerääminen

Opinnäytetyöhön kerättiin aineistoa luotettavista tietokannoista sekä hoitotieteellisiä tutkimuksia lukien. Opinnäytetyössä on käytetty aineistona hoitotieteellisten tutkimusten lisäksi ammattiliittojen lehtiä sekä tieteellisiä kirjoja. Aineistona käytettiin vuodesta 2007 eteenpäin vuoteen 2017 asti julkaistuja teoksia. Aineistona käytettiin

sekä suomenkielisiä että englanninkielisiä aineistoja. Englanninkielisten aineistojen keräämiseen käytettiin Cinahl- ja PubMed-tietokantoja. Suomenkielisten aineistojen keräämiseen käytettiin Medic-, Melinda- sekä Arto -tietokantoja.

Aineiston tieteellisiä tutkimuksia etsittäessä, hakusanoja olivat vauva, newborn, infant, vuorovaikutus, interaction ja kiintymyssuhde, maternal bonding, maternal sekä, vau?, kiintymyssuh?, isi?, äiti?, äiti, mother sekä isä ja father. Tiedonhaussa käytettiin myös tarkennettua hakua, jossa haettiin tutkimuksia monilla sanoilla samanaikaisesti. Taulukosta 1 selviää, kuinka monta hakutulosta milläkin hakusanalla löytyi. Suluissa oleva numero kertoo, kuinka moni hakutuloksista sopii opinnäytetyön aiheeseen.

Taulukko 1 Hakutulokset

Tietokanta	Aikaraja	Hakusana	Tulokset
Medic	2007-2017	vauva	233 (14)
		kiintymyssuhde	1 (1)
		isä	0
		äiti	120 (6)
Melinda	2007-2017	vauva	440 (6)
		kiintymyssuhde	167 (15)
		isä	1639
		äiti	1673
Arto (Hoitotiede, Tutkiva hoitotyö)	2007-2017	vau?	10 (1), 48 (2)
		kiintymyssuh?	0
		isi?	4 (2), 0
		äiti?	21 (3), 58 (3)
Cinahl	2007-2017	interaction+mother	446 (2)
		interaction+mother+infant	220 (3)
		interaction+father+infant	27 (1)
		maternal bonding+father+infant	1 (0)
		maternal bonding+mother+infant	10 (0)
PubMed	2012-2017	Infant+ maternal	44452
		Infant+ mother	39418
		Infant+ father	9111

Suluissa olevista tutkimuksista valikoitiin opinnäytetyöhön mukaan otettavat tutkimukset (Liite 1). Suluissa olevia tutkimuksia karsittiin ensin otsikkotasolla ja sen jälkeen selvitettiin aineiston sopivuus tiivistelmän ja koko tekstin osalta. Otsikkotasolla

tutkimuksia karsittiin ensin otsikossa esiintyvien sanojen perusteella, eli mitkä tutkimukset eivät suoraan liittyneet opinnäytetyön aiheeseen. Otsikkotasolla aineistoa löytyi 13 englanninkielistä ja 12 suomenkielistä tutkimusta (N=59), josta varsinaiseksi aineistoksi soveltui 6 englanninkielistä ja 9 suomenkielistä tutkimusta (n=15). Aineistosta tehtiin taulukko (Liite 1), josta selviää mukaan otettujen tutkimusten tarkoitus ja tavoite, menetelmä sekä keskeisimmät tulokset. Taulukon avulla pystyttiin varmistamaan tutkimusten sopivuus opinnäytetyöhön aineistoksi. Sisäänottokriteerejä aineistolle ovat olleet aikarajaus 2007–2017, suomeksi ja englanniksi julkaistu aineisto, aineiston tieteellisyys sekä se, että aineisto on löydettävissä kokonaisena. (Stolt ym. 2015, 28). Aineiston sisällön tuli vastata tutkimuskysymyseen. Poissulkukriteerejä olivat aikarajauksen ulkopuolella julkaistut aineistot sekä muu julkaisu kieli kuin suomi ja Englanti.

4.3 Aineiston analyysi

Aineiston analyysi toteutettiin aineistolähtöisellä analyysillä induktiivista päättelyä käyttäen. Aineistoja analysoitaessa induktiivisesti aineiston luokat eivät saa olla aikaisemmin määriteltyjä tai sovittuja vaan ne muodostuvat harkitusti analyysiä tehtäessä. Aikaisemmat teoriat eivät saa myöskään vaikuttaa lopputuloksen kanssa. Opinnäytetyössä aineiston analyysissä käytettiin induktiivista päättelyä eli korostettiin päättelyn logiikkaa. Induktiivisessa päättelyssä edetään yksityiskohdista yleistyksiin, mikä tarkoittaa sitä, että yksittäisistä havainnoista tehdään johtopäätöksiä. (Tuomi 2007, 107–108, 129–130.) Aineiston analyysistä muodostettiin taulukko (Liite 2). Taulukko 2 on esimerkkinä aineiston analyysistä sekä alkuperäisistä ilmaisuista. Tutkimuksista löytyi 113 alkuperäistä ilmaisua, joista tehtiin 129 pelkistystä. Pelkistyksistä muodostettiin 17 alaluokkaa ja alaluokista muodostettiin 5 yläluokkaa.

Taulukko 2 Esimerkkitaulukko pelkistyksistä

PAAJUOKKA	ALALUOKKA	PELKISTYS	ALKUPERAINEN ILMAISU
Synnytyksen vaikutukset kiintymyssuhteen syntymiselle	Synnytystapa	Alateitse syntyneet vauvat ovat kauemman ihokontaktissa	Myös alateitse syntyneet olivat pidempään ihokontaktissa keisarinleikkauhiin lapsiin nähden.
		Keisarinleikkauksella syntyneet vauvat ovat ihokontaktissa isän kanssa enemmän	Keisarinleikkauksella syntyneet olivat tilastollisesti merkittävästi enemmän ihokontaktissa isän kanssa kuin alateitse syntyneet.
		Alatiesynnytyksellä syntyneet vauvat ovat useammin ihokontaktissa verrattuna keisarinleikkauksella syntyneisiin vauvoihin	Synnytystavalla oli ihokontaktin toteutumiseen selkeä yhteys, kun alatiesynnytyksen jälkeen 94% vastasyntyneistä oli ihokontaktissa äidin kanssa, kun taas keisarinleikkauksen jälkeen vain joka kolmas.
		Alatiesynnytys vaikuttaa positiivisesti vuorovaikutukseen vanhemman ja vauvan välillä	Alateitse synnyttäneet äidit suhtautuvat vauvaan positiivisemmin, aloittavat vuorovaikutuksen nopeammin vauvan syntymän jälkeen ja ovat enemmän vuorovaikutuksessa vauvan kanssa myöhemmin.
		Alatiesynnytyksellä syntyneiden vauvojen ihokontakti alkaa nopeammin kuin keisarinleikkauksella syntyneet	Ihokontakti alkoi kahden minuutin ikään mennessä seitsemällä kymmenestä alateitse syntyneestä useammin keisarinleikkauksensynnytysten joka kymmenteen vastasyntyneeseen verrattuna.
	Synnytyskerrat	Uudelleensynnyttäjien pystyvyyden tunne on ensisynnäjiä vahvempi	Uudelleen synnyttäjät ovat tyytyväisempiä vanhemmuuteen ja heidän vauvan hoitoon liittyvä pystyvyyden tunteensa on ensisynnyttäjiä vahvempi.
		Ensisynnyttäjät kokivat vauvansa keskeisempänä verrattuna uudelleensynnyttäjiin	Ensisynnyttäjillä vauva oli keskeisempänä äidin ajatuksissa kuin uudelleensynnyttäjillä.
		Ensisynnyttäjillä poikavauvat ja uudelleensynnyttäjillä tyttövauvat olivat keskeisemmällä sijalla	Ensisynnyttäjillä poikavauvat olivat keskeisempänä äitien ajatuksissa kuin tyttövauvat ja uudelleensynnyttäjillä päinvastoin.
		Ensisynnyttäjillä elämänmuutoksen kokeminen suureksi lisää vauvakeseisyttä	Mitä suuremmaksi ensisynnyttäjät kokivat vauvan tuoman elämänmuutoksen, sitä keskeisemmällä sijalla vauva oli heidän ajatuksissaan.
		Ensisynnyttäjät ajattelevat vauvansa keskeisemmin	Ensisynnyttäjillä vauva oli keskeisempänä äidin ajatuksissa kuin uudelleensynnyttäjillä.
	Isän osallistuminen synnytykseen	Synnytys toimii vahvana tekijänä kiintymyssuhteen syntymisessä.	Childbirth has been considered a critical moment for bonding. During the first hours, hormones enhance the mother's sensitivity, reactivity and receptivity to the newborn. The infant is also more awake, attentive, and interactive with the mother in the first 24 hours of life than during the days following.
		Vauvan syntymä vaikuttaa koko perheen hyvinvointiin	Lapsen syntymä vaikuttaa isän ja koko perheen hyvinvointiin.
		Isien synnytysvalmennus ja synnytykseen osallistuminen lisää kiintymystä vauvaan	Although the scale scores of the fathers taking childbirth education showed a significant difference, "patience and tolerance", "enjoyment in interacting" subdimension and total scores of fathers attending the birth showed statistically significant differences showing the advanced attachment.
		Ensisynnyttäjillä isän osallistuminen synnytykseen vähentää vauvakeseisyttä	Isän osallistuminen synnytykseen vähensi ensisynnyttäjien vauvakeseisyttä verrattuna sellaisiin ensisynnyttäjiin, joilla vauvan isä ei osallistunut synnytykseen.
		Isän osallistuminen synnytykseen nopeuttaa vauvan ja isän ensikohtaamista	Father's attending the birth is important for establishing the first contact with the baby.
		Synnytykseen osallistuminen ja ennenaikaisen vauvan hoitaminen vahvistaa kiintymystä isän ja vauvan välillä	Similarly, Mercer and Ferketich reported that fathers attending the birth and taking care his postnatal infant attaches strongly their babies.

5 KIINTYMYSSUHDETTA EDISTÄVÄT TEKIJÄT

Tässä luvussa käydään läpi opinnäytetyön tuloksia, joita ovat valmistautuminen vauvan kanssa elämiseen, synnytyksen vaikutukset kiintymyssuhteen syntymiselle, vauvan syntymän tuomat muutokset ja niihin sopeutuminen, vuorovaikutus vanhemman ja vauvan välillä sekä vanhempien saama tuki.

5.1 Valmistautuminen vauvan kanssa elämiseen

Valmistautumiseen vauvan kanssa elämiseen sisältyvät seuraavat alaluokat: *vanhemmuuteen kasvaminen, vanhempien suhtautuminen vauvaan ja vanhemmuuteen sekä vanhempien oman hyvinvoinnin vaikutukset kiintymyssuhteeseen.*

Vanhemmuuteen kasvaminen osoittaa, että äidin kiintymys ei aina ole samanlaista raskauden eri vaiheiden välillä, vaan äidin kiintymys vauvaa kohtaan lisääntyy vaiheittain raskauden edetessä (Axelin ym. 2012, 32). Vanhemmilla on kuitenkin vastuu vuorovaikutussuhteen riippuvaiseksi tulosta, ja heidän on sen lisäksi omaksuttava uusia käyttäytymismalleja. Synnytyksen jälkeinen masennus ja vanhempien nuori ikä voivat vaikuttaa vanhemman ja vauvan väliseen suhteeseen. (Tryphonopoulos, Letourneau & DiTommaso 2016, 107–113.) Odotusaikana syntynyt realistinen kuva vanhemmuudesta ja myönteinen suhtautuminen vanhemmuuteen lisäävät äidin tyytyväisyyttä vauvan syntymän jälkeen. Äidin kiintyminen vauvaa kohtaan alkaa raskauden aikana, ja se sisältää sitoutumista, kiintymistä sekä valmistautumista vauvaan ja vanhemmuuteen. (Tyni ym. 2013, 4-5.) Raskausajan aikaisen kiintymyssuhteen ja synnytykseen valmistautumisen on myös todettu ehkäisevän vauvan ja vanhempien mielenterveydellisiä ongelmia (Hugill 2015, 239). Vauvan ennenaikainen syntymä keskeyttää äidin luonnollisen valmistautumisen äitiyteen. Ennenaikaisen syntymän jälkeen äidin kiintymyssuhteen vauvaa kohtaan tulee syntyä yllättävässä ympäristössä. Tehohoitoympäristö sekä kyvyttömyys toteuttaa vanhemman roolia tuovat äidille haasteita kiintyä vauvaan. (Axelin ym. 2012, 32.) Äidin vanhemmuuteen kasvamisesta on mahdollista edistää siten, että hoitajat

ottavat äidin mukaan vauvan hoitamiseen (Nicolaou ym. 2009,187). Kuitenkin vauvan hoidon vastuun jakaminen hoitajien ja äidin välillä puolestaan hidastaa äidin sitoutumista vanhemman rooliin (Vänni ym. 2016, 252).

Vanhempien suhtautuminen vauvaan ja vanhemmuuteen riippuu Tynin ym. (2013, 4-5, 10–11) mukaan esimerkiksi siitä, miten paljon äidit ja isät saavat tukea toisiltaan. Äidin suhtautuminen vauvaan ja vanhemmuuteen vaikuttaa äidin motivaatioon hoitaa vauvaa. Kun äiti hoitaa vauvaansa rakkaudella, se luo pohjan vauvan kasvulle ja kehitykselle. Isän osallistuminen vauvan hoitoon ja äidin näkemykset vauvasta vaikuttavat äidin hyvinvointiin ja kiintymys- ja vuorovaikutussuhteeseen. Vauvakeskeisyys tarkoittaa äidin halua olla vauvansa kanssa, ja tämä heijastaa äidin saatavilla oloa ja kiintymystä vauvaansa. Vauvakeskeisyys ilmenee vauvan olemisena keskeisenä asiana äidin ajatuksissa ja elämässä sekä vaikeutena jättää vauva toisen hoidettavaksi. Tällä käsitetään myös äidin kykyä siirtää huomionsa pois vauvasta. Vauvan syntymästä vauvan ensimmäiseen ikävuoteen saakka vauva on keskeisimmällä sijalla äidin elämässä. Tutkimuksen mukaan hoitohenkilökunnan tarjoama tuki vahvisti äidin vauvakeskeisyyttä. Hoitohenkilökunnan on tärkeää kuunnella äitien tarpeita ja tukea heitä jo odotusaikana ja varsinkin heti vauvan syntymän jälkeen, jotta vauva olisi äidin keskeisimmällä sijalla hänen ajatuksistaan. Hoitohenkilökunta voi suunnata äidin ajatuksia vauvaan ja auttaa vauvaan liittyvien mielikuvien kehittymistä.

Vanhempien oman hyvinvoinnin vaikutukset kiintymyssuhteeseen osoittaa, että ikä ja sosioekonomiset tekijät, esimerkiksi koulutus, työtilanne ja taloudelliset paineet sekä asenne vauvan hoitoa kohtaan vaikuttavat vanhemmuuden kokemuksiin (Ergul ym. 2017, 1415). Äidin henkisellä hyvinvoinnilla on vaikutusta kiintymyssuhteen muodostumiseen. Se voi vaikuttaa kiintymyssuhteeseen positiivisesti mutta toisaalta äidin henkinen huonovointisuus voi heikentää äidin ja vauvan välistä vuorovaikutusta ja kanssakäymistä. (Tyni ym. 2013, 5.) Ergul ym. (2017, 1415) toteavat tutkimuksessaan, että sosioekonomiset tekijät eivät vaikuta merkittävästi kiintymyssuhteeseen vanhemman ja vauvan välillä. Ammatilla ja koulutustasolla kuitenkin on vaikutusta kiintymyssuhteeseen isän ja vauvan välillä. Kiintymyssuhde vauvaan oli vahvempi sellaisella isällä, jolla oli korkeampi ammatti tai koulutus. Äidin stressi voi vaikuttaa äitiin, mutta myös hänen tapansa olla vuorovaikutussuhteessa vauvansa

kanssa (Nicolaou ym. 2008, 187). Vauvan kipuihin liittyvä huoli lisää vanhempien kokemaa stressiä. Esimerkiksi vauvan tehohoito ja tehohoitoympäristö rajoittavat vanhemman roolin toteutumista sekä vaikuttavat vanhempien kokemaan stressiin. (Axelin ym. 2012, 32.) Jokaisella vanhemmalla on oma tyyliensä kohdata vauva, tähän vaikuttaa vanhemman oma käyttäytymismalli ja tunteet (Tryphonopoulos ym. 2016, 113). Äidin ja isän kokema ahdistus ja epävarmuus siitä, pystyvätkö he hoitamaan vauvaansa, vaikuttaa heidän suhteeseensa vauvan kanssa. Ahdistunut ja epävarma vanhempi kiinnittää vähemmän huomiota vauvaansa ja tekee vähemmän aktiivisia aloitteita leikkimisen ja vuorovaikutuksen suhteen. Itsevarma vanhempi uskaltaa olla paremmin vuorovaikutussuhteessa vauvansa kanssa kuin epävarma vanhempi. (Nicolaou ym. 2008, 187.) Suhde äidin ja vauvan välillä on ainutlaatuinen ja elämän mittainen. Äidin ja vauvan välisellä suhteella on merkittävä vaikutus äidin psyykkiselle hyvinvoinnille sekä vauvan hyvinvoinnille ja kehitykselle. (Johnson 2013, 17–18.) Kuitenkin on huomattu, että äidin ja vauvan yksilölliset piirteet vaikuttavat heidän välisensä suhteen syntymiseen (Salonen ym. 2013, 4). Vauvan synnyttyä on huomattu, että isät eivät halua tutusta roolistaan ja asemastaan arjessa, mikä saattaa vaikeuttaa vauvan ja isän välistä suhdetta (Salonen ym. 2011, 4).

5.2 Synnytyksen vaikutukset kiintymyssuhteen syntymiselle

Synnytyksen vaikutukset kiintymyssuhteen syntymiselle sisältävät seuraavat alaluokat: *synnytystapa, synnytyskerrat sekä isän osallistuminen synnytykseen.*

Synnytystavalla on todettu olevan vaikutusta vanhemman ja vauvan välisen kiintymyssuhteen laatuun ja sen syntymiseen (Hakala ym. 2015, 16). Hakala ym. (2015, 16) ja Tyni ym. (2013, 5) toteavat tutkimuksissaan sen, että alateitse synnyttäneen äidin ensimmäinen kohtaaminen vauvansa kanssa tapahtuu yleensä nopeammin synnytyksen jälkeen verrattuna sektiolla syntyneisiin vauvoihin, ja tämä mahdollistaa vauvan ja vanhemman nopean tutustumisen toisiinsa ja vuorovaikutuksen aloittamisen. Alateitse syntyneet vauvat ovat useammin ja kauemmin ihokontaktissa verrattuna keisarinleikkauksella syntyneisiin vauvoihin. (Tyni ym. 2013, 10–11; Hakala ym. 2015, 20). Vaikka keisarinleikkauksella syntynyt vauva tapaa äitinsä huo-

mattavasti myöhemmin verrattuna alateitse syntyneeseen vauvaan, on kuitenkin todistettu, että keisarinleikkauksella syntynyt vauva tapaa ensimmäistä kertaa isänsä suhteessa nopeammin verrattuna äitiin. (Tyni ym. 2013, 10–11.)

Synnytyskertojen määrä vaikuttaa Tynin ym. (2013, 4-10) mukaan äitien tunteisiin vauvaansa ja tulevaa elämänmuutosta kohtaan. Ensisynnyttäjillä vauva oli keskeisempänä äidin ajatuksissa verrattuna uudelleensynnyttäjiin. Uudelleensynnyttäjät kokevat kuitenkin pystyvyyden tunteensa vahvemiksi verrattuna ensisynnyttäjien kokemuksiin. Pystyvyyden tunne liittyy vahvasti äidin myönteisiin kokemuksiin ja tuntemuksiin sekä hyvään äiti-vauvasuhteeseen. Äitien tunteet odotusaikana vaikuttivat vauvakeskeisyyteen vauvan synnyttyä. Jos ensisynnyttäjä asennoitui odotusaikana pelokkaasti ja huolestuneesti, koki hän vauvan keskeisempänä osana hänen elämäänsä verrattuna niihin äiteihin, jotka olivat odotusajalla epävarmoja, rauhallisia tai luottavaisia. Samanlaisia tuloksia saatiin myös niiltä uudelleensynnyttäjiltä, joiden imettämisestä selviytyminen oli heikompaa sekä ensisynnyttäjiltä, joilla oli masennusoireita. Äidin tyytyväisyys äitinä olemiseen vaikuttaa voimakkaasti vauvakeskeisyyteen riippumatta siitä, onko kyseessä ensi- vai uudelleensynnyttäjä. Ensisynnyttäjillä poikavauvat ja uudelleensynnyttäjillä tyttövauvat olivat keskeisimmällä sijalla äidin ajatuksissa.

Isän osallistuminen synnytykseen vaikuttaa isän ja vauvan väliseen kiintymyssuhteeseen (Ergul ym. 2017, 1412). Vauvan syntymä vaikuttaa koko perheen hyvinvointiin (Salonen ym. 2011, 4). Synnytykseen osallistuminen ja äidin tukeminen synnytyksen aikana lisää isän kiintymistä vauvaan ja nopeuttaa vauvan ja isän ensikoh- taamista. Synnytykseen osallistuminen ja vauvan hoitaminen lisää isän ja vauvan välistä vuorovaikutusta. Synnytysvalmennuksen avulla isä voi myös valmistautua tulevaan synnytykseen ja vahvistaa hänen ja vauvan välistä kiintymystä. (Ergul ym. 2017, 1412.) Kuitenkin ensisynnyttäjillä isän osallistuminen synnytykseen vähentää äidin vauvakeskeisyyttä (Tyni ym. 2013, 10).

5.3 Vauvan syntymän tuomat muutokset ja niihin sopeutuminen

Vauvan syntymän tuomat muutokset ja niihin sopeutuminen sisältää alaluokat: *sopeutuminen elämänmuutokseen* sekä *vanhempien kokemus vauvansa terveydestä ja hoitamisesta*.

Vauvan syntyminen perheeseen on suuri muutos, joka vaatii vanhemmilta *sopeutumista elämänmuutokseen*. Perhesuhteiden muuttumisen ja elämänmuutoksen jälkeen perheissä saatetaan kokea paineita uudesta elämäntilanteesta selviytymisestä. (Salonen ym. 2011, 4; Vuorenmaa ym. 2011, 286.) Onnistunut vuorovaikutus edellyttää vanhemman ja vauvan sopeutumista toisiinsa. Vauvan vahva emotionaalinen kehitys kuuluu ihmisluontoon ja normaaliin ihmisen kehitykseen. Vauvan vanhempien ehkä suurin vastuu on mahdollistaa vauvan oikeanlainen kehitys turvaamalla ja suojelemalla vauvaansa ongelmilta. (Tryphonopoulos ym. 2016, 108.) Mitä suuremmaksi äiti koki elämänmuutoksen, sitä positiivisemmin vauva oli äidin ajatuksissa (Tyni ym. 2013, 4-10). Isät saattavat kokea perheen sisällä myös ulkopuolisuutta, sillä vauva ja äiti ovat usein huomion keskipisteenä. Jos isä ei löydä omaa tapaa olla läsnä oleva isä vauvalleen, saattaa isästä tulla etäinen ja jopa mahdollisesti vastuuton. Tästä syystä isille on tärkeää antaa tukea, jotta tältä vältyttäisiin, sillä onhan tämä isällekin merkityksellinen elämänmuutos. 2000-luvulla isät ovat alkaneet osallistua enemmän neuvolakäynteihin yhdessä äidin ja vauvan kanssa, mikä edistää isän ja vauvan välistä suhdetta. (Vuorenmaa ym. 2011, 286–287.)

Sopeutuminen elämänmuutokseen näkyy esimerkiksi siten, että joillakin äideillä saattaa olla vauvan syntymästä asti vaikeuksia luoda suhdetta vauvaansa, ja he saattavat tuntea epävarmuutta siitä, miten vauvan kanssa tulisi toimia oikeanlaisesti. Kuitenkin ajan kuluessa ja vauvan kasvaessa vaikeudet vuorovaikutussuhteen kanssa helpottuvat. (Nicolaou ym. 2008, 188.) Elämänmittainen kiintymyssuhde edellyttää toistuvaa vuorovaikutusta, fyysistä ja psyykkistä läheisyyttä, vastavuoroisuutta ja sitoutumista. Isän ja vauvan välistä kiintymyssuhdetta parantaa varhainen kontakti syntymän jälkeen. (Inberg, Axelin & Salanterä 2008, 193–194.) Isäksi tuleminen nuorella ikää ja ensimmäisen vauvan saaminen sekä ystävällinen ajattelu vauvasta vaikuttaa positiivisesti isän ja vauvan väliseen kiintymyssuhteeseen (Ergul 2017, 1417).

Vanhempien kokemus vauvansa terveydestä ja hoitamisesta vaikuttaa kiintymys- ja vuorovaikutussuhteeseen. Vauvan terveydellä on vaikutusta isän suhtautumiseen ja siihen, miten hän on vuorovaikutuksessa vauvansa kanssa (Ergul ym. 2017, 1416). Aikaisempi kokemus vauvoista liittyy äitien näkemyksiin vanhemmuudesta. Myönteiset tuntemukset ja hyvä äiti-lapsisuhde liittyvät pystyvyydentunteeseen. (Tyni ym. 2013, 5.) Vauvan terveydentilaan vaikuttavat tekijät, esimerkiksi ennenaikaisuus, voi vaikuttaa äidin suhtautumiseen ja vuorovaikutuksen toteutumiseen vauvan kanssa. Äiti voi tällaisissa tilanteissa kokea ahdistusta, irrallisuutta ja hämmennystä, joka voi hankaloittaa ja tehdä vuorovaikutuksesta vaikeaa. (Nicolaou ym. 2008, 186.) Isän kokemukset ennenaikaisen vauvan hoitamisesta ovat erilaisia verrattuna äiteihin. Vauvan ennenaikaisuus voi joissakin tilanteissa jopa parantaa isän kiintymystä vauvaansa. (Ergul ym. 2017, 1416.) Vauvan hoitoon liittyvät ongelmat ja äidin kielteiset näkemykset vauvasta voivat haitata äiti-vauva-suhdetta. Äidin omat kokemukset ja näkemykset vauvasta ja vauvan hoitamisesta voivat vaikuttaa kiintymys- ja vuorovaikutussuhteeseen ja sen kehittymiseen. (Tyni ym. 2013, 5.) Vauvan vointiin ja perheen toimivuuteen liittyvät haasteet vaikuttavat tuen tarpeeseen (Salonen ym. 2013, 5).

Isän suhtautuminen vauvaan ja *kokemus vauvan terveydestä ja hoitamisesta* vaikuttaa suuresti isän ja vauvan väliseen kiintymyssuhteeseen. Kun huomio on äidissä ja vauvassa, isä saattaa tuntea olonsa ulkopuoliseksi. (Salonen ym. 2011, 4.) Isän ystävällisyys vauvaa kohtaan ja positiivinen ajattelu vauvasta parantaa isän ja vauvan välistä kiintymyssuhdetta. Isät voivat ajatella, että vauvan hoitaminen kuuluu äidille. Isät kokevat, että he huolehtivat koulutuksesta, psyykkisistä taidoista sekä lasten kanssa leikkimisestä. (Ergul ym. 2017, 1416–1417.)

5.4 Vuorovaikutus vanhemman ja vauvan välillä

Vuorovaikutukseen vanhemman ja vauvan välillä sisältyvät seuraavat alaluokat: *vanhemman vauvakeskeisyys ja vuorovaikutus, vuorovaikutuksen vaikutukset vauvan hyvinvointiin, vauvan tarpeiden tulkitseminen ja niihin vastaaminen, ihokontakti heti synnytyksen jälkeen, ihokontakti myöhäisemmässä vaiheessa sekä kosketus.*

Vanhemman vauvakeskeisyys ja vuorovaikutus osoittaa, että vanhemman ja vauvan välisen suhteen keskeisimpänä vahvistajana toimii kiintymyksen muodostuminen (Vänni ym. 2016, 252). Vauva on keskeisimpänä äidin ajatuksissa viikon kuluttua synnytyksestä. Äidin halu olla vauvan kanssa kertoo emotionaalisesta kiintymyksestä vauvaan. Varhainen vuorovaikutus on vauvan ja vanhemman välistä yhdessä olemista ja vastavuoroisuutta. Vanhempien tapa olla vauvan kanssa riippuu täysin ihmisestä itsestään sekä hänen tunteistaan ja tavoistaan. (Tyni ym. 2013, 5.) Varhainen suhde vanhemman ja vauvan välillä helpottaa heidän tutustumistaan toisiinsa (Hugill 2015, 239). Toistuva fyysinen ja psyykinen vuorovaikutus sekä sitoutuminen muodostavat elämänmittaisen kiintymyssuhteen vanhemman ja vauvan välillä (Inberg ym. 2008, 193). Ennalta-arvaamattomuus, vanhemman kiintymys ja kahdenkeskinen vuorovaikutus ovat varhaisen vuorovaikutuksen välineitä. Vastavuoroisuus toimii edellytyksenä vuorovaikutuksen ja kiintymyssuhteen luomisessa (Tryphonopoulos ym. 2016, 114). Välillä on tärkeää ja tarpeellista arvioida vauvan ja vanhemman välistä kiintymyssuhdetta ja vuorovaikutusta aikaisessa kehityksessä, sillä sitä voidaan vielä toteuttaa sillä hetkellä tehokkaasti (Tryphonopoulos ym. 2016, 131).

Ympäristön muutos tai uusi ympäristö voivat vaikuttaa *vauvakeskeisyyteen ja vuorovaikutukseen* negatiivisesti. Tällaisia ympäristöjä, jotka voivat vaikuttaa negatiivisesti, ovat esimerkiksi sairaalat. Sairaalaan kotiin meno saattaa ahdistaa joitakin äitejä, ja he saattavat kokea epävarmuutta vauvansa hoidosta ja siitä, miten heidän pitäisi kohdata vauvansa. Ennen aikaisten vauvojen äidit suhtautuvat ja käyttäytyvät vauvoihinsa erilaisesti verrattuna täysiaikaisena syntyneiden vauvojen äiteihin. Ennen aikaisten vauvojen kasvaessa ja heidän terveydentilansa kohentuessa heidän äitinsä saattavat kokea edelleen hankaluuksia vuorovaikutuksessa. Suurin osa äideistä kuitenkin kokee, että vuorovaikutus paranee, kun vauva kasvaa ja aikaa kuluu. (Nicolaou ym. 2009, 186–189.) Tynin ym. (2013, 4-5) mukaan äidin liiallisella omistautumisella voi olla myös huonoja vaikutuksia. Liiallinen omistautuminen pitkällä aikavälillä voi johtaa äidin kielteisiin ajatuksiin ja tuntemuksiin, joita voivat olla muun muassa yksinäisyys, turhautuminen, suru, ahdistuneisuus ja synnytyksen jälkeinen masennus. Vauvakeskeisyydellä on kuitenkin tärkeitä ja suuria vaikutuksia äidin ja vauvan vuorovaikutukseen.

Vuorovaikutuksen vaikutukset vauvan hyvinvointiin osoittavat, että vanhemman ja vauvan välinen vuorovaikutus vaikuttaa vauvan myöhempiin kokemuksiin ja sen vaikutus näkyy myös vauvan ulkoisessa olemuksessa ja emotionaalisten taitojen kehityksessä (Tryphonopoulos ym. 2016, 107). Positiivisessa vuorovaikutussuhteessa vanhempiinsa olevat vauvat osoittavat parempaa kognitiivista, kielellistä ja sosiaalista kehitystä (Nicolaou ym. 2008, 183; Tyni ym. 2013, 4; Tryphonopoulos ym. 2016, 131). Varhainen kontakti edistää myös vuorovaikutusta vauvan ja vanhemman välillä ja vähentää vauvan itkua sekä parantaa verenkiertoa ja imettämistä (Hugill 2015, 239).

Vauvan tarpeiden tulkitseminen ja niihin vastaaminen osoittaa, että äidin ja isän käyttäytyminen ja osallistuminen vauvan hoitoon on ensisijaisen tärkeää vauvan ensimmäisten elinviikkojen ja -kuukausien aikana (Nicolaou ym. 2008, 187). Vauvan ja vanhemman väliseen suhteeseen vaikuttaa suuresti vanhemman herkkyysoivaltaa vauvansa antamia signaaleita ja niihin reagoiminen ja vastaaminen nopeasti ja oikeanlaisesti. Vauvan antamiin signaaleihin vastaaminen turvaa vauvan kiintymyksen vanhempaansa. (Tryphonopoulos ym. 2016, 114.) Äidin herkkyydellä tarkoitetaan kykyä tunnistaa ja tulkita vauvan antamia merkkejä sekä vauvan antamiin merkkeihin vastaamista. Äidin herkkyyden vastata vauvan hätään ennustaa positiivisen äiti-vauva-suhteen syntymistä sekä edistää äidin ja vauvan välisen luottamus- ja kiintymyssuhteen syntymistä. Äidin herkkyyden sisältää panostusta, ajoitusta ja joustavuutta sekä hyväksyntää ja paineensietokykyä. (Johnson 2013, 17–18.)

Ihokontakti heti synnytyksen jälkeen toteutuu, kun vauva on äidin rinnan päällä välittömästi syntymän jälkeen tai viiden minuutin kuluttua syntymästä. Ihokontaktin tarkoituksena on, että vauva ja äidin iho on mahdollisimman paljon vastakkain ja tämä on mahdollista parhaiten, kun vauvan jalat ovat koukussa ja pää käännettynä sivulle. Ihokontaktin toteutumiseen vaikuttaa synnytystapa. Alatiesynnytyksessä ihokontakti toteutuu paremmin kuin keisarinleikkauksessa. (Hakala ym. 2015, 16.) Ihokontaktin on myös osoitettu toimivan lieventävänä tekijänä kivunhallinnassa (Axelin ym. 2012, 33; Hugill 2015, 239). Ihokontakti edistää vauvan painon nousua, fysiologista vakautta ja parempaa unta. Ihokontaktilla on vaikutusta myös äidin maidontuotantoon (Hugill 2015, 239), sillä hamuamis- ja imemisrefleksit heräävät, kun vauva on iholla. Tämän ansiosta imetys on nopeampaa, helpompaa ja parempaa.

Ihokontaktissa vauva imee rintaa paremmin kuin kapalossa oleva vauva. Imetyksen ja ihokontaktin yhteydessä vapautuu oksitosiinihormonia, jonka ansiosta äiti ja vauva kokevat mielihyvää. (Hakala ym. 2015, 16.) Äidit, jotka ovat synnytyksen jälkeen välittömässä ihokontaktissa vauvan kanssa sekä aloittavat rintaruokinnan viimeistään kahden tunnin kuluttua syntymästä, huomioivat herkemmin vauvan tarpeita. Vauvan syntymä on tärkeä hetki vauvan ja vanhemman välisen suhteen syntymiselle. Äidin ja vauvan välinen kontakti heti syntymän jälkeen on tärkeä, sillä vauva on ensimmäisen vuorokauden aikana enemmän hereillä, tarkkaavaisempi sekä vuorovaikutteisempi äidin kanssa kuin syntymän jälkeisinä päivinä. (Johnson 2013, 17–19.) Jos äidin ei anneta olla synnytyksen jälkeen kontaktissa vauvaan, eikä hänen anneta tuntea ”pakkomielteisiä” ajatuksia, kiinnostusta, ahdistusta eli tavanomaisia äidin kokemia tunteita, saattaa tämä järkyttää ja riistää mahdollisuutta luoda äidillistä kiintymystä vauvaansa. Tällainen tilanne on mahdollista, kun äiti ja vastasyntynyt erotetaan hetkellisesti synnytyksen jälkeen. Äidin ja vauvan välinen erottaminen vaikuttaa suuresti myös vauvaan ja luo samalla riskejä vauvan ja äidin välisen kiintymyksen luomiseen. Varhainen vuorovaikutus ja vastavuoroisuus ovat siis suuressa roolissa äidin ja vauvan välisen suhteen luomisessa ja heidän tutustumisessaan toisiinsa. (Nicolaou ym. 2008, 186–187.)

Myöhäisemmässä vaiheessa vanhemmalle syntyy *ihokontaktin* avulla vahva rooli äitinä tai isänä olemisesta, vanhempien stressi ja masennus vähenee sekä vanhemmat ajattelevat positiivisemmin vauvaa kohtaan (Johnson 2013, 20). Ihokontakti vaikuttaa positiivisesti myös vanhempien itsetuntoon, itseluottamukseen, ahdistukseen ja masennuksen oireisiin. Vanhempien asenne on kuitenkin suuressa osassa ihokontaktin hyötyjen muodostumisessa. Ihokontaktin on todettu vahvistavan emotionaalisen kiintymyksen syntymistä. Vauvat tunnistavat synnyttyään äidin äänen muiden ääniärsykkeiden seasta. On tutkittu ihokontaktin ja siihen liitetyn äidin laulamisen vaikutuksia, ja laulamisen on todettu lisäävän kehityksellisiä vaikutuksia vauvaan. (Hugill 2015, 238–239.) Vauvan ja vanhemman välistä ihokontaktia voidaan toteuttaa kenguruhoidolla, jossa vauva on merkittävän osan päivästä vanhemman rintakehällä pelkkä vaippa yllään. Kenguruhoito avulla vauva viettää enemmän aikaa nukkuen, vauvan sydämen tahti tasaantuu, uniapnea ja sydämen harvalyöntisyys vähenee. Kenguruhoito ylläpitää vauvan kehon lämpötilaa, edistää hapettu-

mista, parantaa kaasujen vaihduntaa, tehostaa rintaruokintaa ja nopeuttaa sairaalasta kotiutumista sekä edistää vauvan tasaista kasvua. (Johnson 2013, 20; Hakala ym. 2015, 17.) Lisäksi kenguruhoidon avulla pystytään huolehtimaan infektioiden ehkäisystä, ja sen kautta vauva saa virikkeitä, turvallisuutta ja rakkautta (Vänni ym. 2016, 252–253). Kenguruhoito tehostaa kiintymystä ja herkkää huolenpitoa vastasyntyneiden vauvojen parissa (Nicolaou ym. 2008, 187). Kenguruhoito vähentää keskosten kuolleisuuden riskiä merkittävästi tilanteissa, joissa vauva painaa alle 2000 grammaa ja vauvan vointi on stabiili (Chan ym. 2016, 1).

Kosketuksen avulla vauva ja vanhempi saavat läheisyyttä sekä visuaalista kontaktia ja näin heidän välinen yhteistyö mahdollistuu (Vänni ym. 2016, 252–253). Kosketus käsittää paineen, lämpötilan, kivun, venytyksen, kutituksen, värinän ja kutinan tunteen. Kosketus voi olla hiljentävää, varoittavaa, rauhoittavaa, miellyttävää tai epämiellyttävää. Kosketus on suuressa osassa ihmissuhteita ja kommunikaatioväline vanhemman ja vauvan välillä. (Hugill 2015, 239.) Kenguruhoidon avulla vauva saa kaipaamaansa kosketusta. Lisäksi kenguruhoito tukee vauvan ja vanhemman välistä suhdetta ja auttaa äitiä selviytymään synnytyksestä. Kenguruhoitoa voidaan toteuttaa myös hyvin pienille keskosille, ei kuitenkaan vaikeassa tehohoidossa oleville keskosille. Keskosten hoidossa kenguruhoito toimii yhtenä keinona tukea vanhempien kiintymyssuhteen syntymisessä vauvaa kohtaan. (Vänni ym. 2016, 252–253.) Käsikapalossa vanhempi pitää lämpimillä käsillä vauvaa tiiviissä sikiöasennossa. Käsikapaloa käytetään kivunlievitysmenetelmänä, joka mahdollistaa vanhempien osallistumisen vauvan kivunhoitoon. Käsikapalo on turvallinen kivunlievitysmenetelmä keskosvauvalle. Tehohoidon aikana vauvalle tehdään runsaasti toimenpiteitä, joiden aiheuttamista kivuista jopa 80 prosenttia voi jäädä hoitamatta. Kipua hoidettaessa vauva otetaan käsikapaloon ennen kivuliaan toimenpiteen suorittamista, jotta vauva tottuu kosketukseen. Vauvaa pidetään tiiviissä otteessa koko toimenpiteen ajan ja toimenpiteen jälkeen niin kauan, että vauva rauhoittuu. Käsikapalon toteuttaminen kivun lievittämiseksi vahvistaa vanhemman tärkeää roolia. (Axelin ym. 2012, 33–34.)

5.5 Vanhempien saama tuki

Vanhempien saamaan tukeen liittyvät alaluokat *hoitohenkilökunnan antama tuki, tuen saaminen puolisolta sekä vertaistuki*.

Hoitohenkilökunnan antama tuki osoittaa, että vanhemmat tarvitsevat enemmän tukea hoitohenkilökunnalta. Vanhemmat tarvitsevat sosiaalista tukea odotusaikana ja vauvan syntymän jälkeen. Sosiaalisen tuen avulla tuetaan päätöksentekoa. Sosiaalisen tuen lisäksi tulisi vanhemmille antaa sekä konkreettista tukea että emotionaalista tukea. Vanhemmat toivovat tiedollisen tuen sijaan yksilöllistä ohjausta ja heidän tarpeita koskeviin asioihin keskittymistä. (Salonen ym. 2011, 4-5.) Neuvola on vanhemmuuden ja perheen hyvinvoinnin tukemiseen hyvä paikka, sillä siellä on mahdollista tavoittaa lähes kaikki vanhemmat raskauden aikana sekä sen jälkeen (Vuorenmaa ym. 2011, 286–287). Tuen antamisessa tärkeää on koko perheen huomiointi. Tukea on kuvailtu tarpeelliseksi perheen toimivuuteen sekä lapsen vointiin liittyvien haasteiden kohdalla. (Salonen ym. 2013, 5.) Imetyksen sekä äidin ja vauvan kokonaisvaltainen tukeminen on ehdottoman tärkeää hyvän kiintymys- ja vuorovaikutussuhteen luomisen ja edistämisen kannalta (Tyni ym. 2013, 4).

Hoitohenkilökunnan antama tuki osoittaa, että hoitajan ja isän välinen luottamuksellinen suhde vahvistaa isän sitoutumista vauvan hoitoon. Isälle hyödyllinen tuki saa isän tuntemaan mielihyvää vauvasta sekä luottamaan kykyihinsä ja omaan itseensä. Isät toivovat tulevansa kuulluksi, he toivovat erityisesti tunteista ja kokemuksista keskustelua. (Salonen ym. 2011, 4-5.) Isät kaipaavat lisää ohjausta vanhemmuudesta, vauvan hoidosta ja parisuhteen vaalimisesta. Lisäksi isät kaipaavat enemmän konkreettista ohjausta, rohkaisua ja kannustusta isyyteen. Isät kokevat, että he jäävät neuvolassa usein sivusta seuraajiksi, torjutuiksi ja heidän osaamisestaan vähätellään ja mitätöidään. Isiä saatetaan pitää myös vähemmän tärkeinä vanhemmina. Isät kokevat, että heidän saamansa henkilökohtainen tuki on vähäistä. Isät, jotka olivat tavanneet terveydenhoitajan, kokivat saamiensa ohjeiden olleen melko hyviä, mutta niiden yksilöllisyys ja tarkkuus olivat kuitenkin heikompia. Isät, jotka kokivat ohjauksen huonommaksi, olivat useimmin suhtautuneet raskauteen pelokkaasti ja kokivat minäkuvansa negatiiviseksi. Isät kertoivat, että keskimäärin

he olivat saaneet todella vähän tai kohtalaisesti emotionaalista tukea, mutta kuitenkin yksilölliseen kohteluun, kiinnostukseen perhettä koskeviin asioihin ja perheen pärjäämiseen kotona oli paneuduttu paremmin. (Vuorenmaa ym. 2011, 286–287.) Konkreettista tukea isät arvioivat saavansa vähiten. Isien antaman tuen tulisi sisältää tietoa vauvanhoitoon liittyvien vuorovaikutuksellisten valmiuksien tukemisesta ja parisuhteen tukemisesta. Oikeanlaisen tuen saaminen sekä isän ja hoitajan välinen luottamuksellinen suhde vahvistaa isän roolia ja sitoutumista vauvan hoitoon. (Salonen ym. 2011, 3-4.)

Salosen ym. (2013, 5) tutkimuksen mukaan äidit olivat tyytymättömämpiä *hoitohenkilökunnan antamaan tukeen*, jota he saavat synnytyksen jälkeen lapsivuodeosastolla verrattuna odotusaikana sekä synnytyksessä saamaansa tukeen. Synnytyksen jälkeisellä tuella on suuri merkitys äidin ja vauvan välisen suhteen syntymiseksi sekä imetyksen onnistumiseksi. Äidit olivat huolissaan vauvan viestien tulkinnasta ja terveyteen liittyvien oireiden tunnistamisesta. Vauvan hoitoon ja imetykseen liittyviin asioihin äidit toivoivat enemmän tukea hoitohenkilökunnalta. Nicolaoun ym. (2008, 186, 188–189) tutkimuksen mukaan äidit kuitenkin saivat sairaalassa tukea hoitajilta ja täten he uskalsivat paremmin puhua, laulaa ja pidellä vauvojaan. Äidit kuitenkin toivoivat saavansa lisää tukea terveydenhuollon ammattilaisilta ensimmäisinä päivinä, kun he hoitivat ennen aikaista vauvaansa kotioloissa. He kokivat, ettei ammattilaisilla ollut tarpeeksi tietoa ja osaamista ennen aikaisten vauvojen hoitamisesta. Äidit kertoivat informaation ja ohjauksen painottuneen lääketieteellisiin asioihin esimerkiksi mahdollisiin infektioihin tulevaisuudessa ja lääkitykseen. Vanhempien tulisi saada enemmän tietoa ja ohjausta lapsen kehityksestä ja tietoa siitä, mitä lapsen eri kehitysvaiheisiin kuuluu. Äitien epäilykset ja huono itsetunto liittyvät suoraan heidän saamaansa ohjauksen määrään ja laatuun. Salonen ym. (2013, 4-5.) mukaan hoitajilta saama tuki on yhteydessä vanhempien näkemyksiin omasta vanhemmuudesta. Henkilökunnan asenteet ja mieliala vaikuttavat vanhempien kokemuksiin.

Tuen saaminen puolisoilta osoittaa, että vauvan synnyttyä on tärkeää, että vanhemmat jakaisivat keskenään kotitöitä ja vastuuta vauvan hoidosta. Yhteistyö ja vanhempien antama tuki toisilleen parantaa samalla heidän parisuhdettaan ja suhdettaan vauvaansa. Vanhempien yhteensopimattomuus arjessa vaikuttaa negatiivi-

sesti heidän parisuhteeseensa ja samalla heidän käyttäytymiseensä vauvaa kohtaan. Hyvän parisuhteen on osoitettu tukevan kiintymyssuhdetta vanhemman ja vauvan välillä. (Ergul ym. 2017, 1417.) Isän antama sosiaalinen tuki ja hoitoon osallistuminen lisäävät äidin tyytyväisyyttä ja tukevat samalla äitiä vanhemmuudessa. Äidin saama sosiaalinen tuki puolisolta ja hoitohenkilökunnalta on todettu olevan yhteydessä äidin sopeutumiseen ja selviytymiseen elämänmuutoksen koittaessa. (Tyni ym. 2013, 5.) Sosiaalinen tuki vaikuttaa äidin hyvinvointiin, sopeutumiseen sekä imetyksen toteutumiseen. Sosiaalisen tuen saaminen vahvistaa ja tukee äidin itseluottamusta lastenhoidossa. (Salonen ym. 2013, 5.) Parisuhdetyytyväisyyteen ja vanhemmuuteen liittyvien myönteisten kokemusten välillä on yhteys. Parisuhdetyytyväisyys vähentää vauvan syntymän aiheuttaman elämänmuutoksen tuomaa stressiä. Äitien omat kokemukset suhteestaan omaan äitiinsä ovat yhteydessä äidin ja vauvan välisen vuorovaikutuksen muodostumiseen. (Tyni ym. 2013, 5.)

Äitien kannustaminen ja ohjaaminen *vertaistuen* pariin on yksi keino äitien ajatusten ja kokemusten jakamiseen ja mahdollisuus saada ymmärrystä, neuvoja, kannustusta ja tukea samassa elämäntilanteessa olevilta (Tyni ym. 2013, 11). Vertaistuksessa samankaltaisessa tilanteessa olevat ihmiset jakavat kokemuksiaan, tietoaan, ajatuksiaan ja tunteitaan toistensa kanssa. Vertaisuus riippuu kokemuksista, iästä, sukupuolesta, sosioekonomisesta asemasta, uskonnosta, etnisyydestä, asuinpaikasta, kulttuurista ja koulutuksesta. Vertaistuen piirissä vallitsee suvaitseva, luottamuksellinen, ystävällinen sekä rento ilmapiiri. Vertaistuen avulla voidaan edistää vanhempia vanhemmuuteen kasvamisessa sekä edistää lapsiperheiden hyvinvointia. Vertaistuki voi olla yksilöllistä tai ryhmässä tapahtuvaa. Videot, kirjat ja esitteet voivat toimia keinona antaa tukea ja tietoa. Vertaistukea voi saada hoitohenkilökunnalta tai muilta vertaisilta. Vertaistueella kuvattiin olevan positiivisia vaikutuksia vanhempien voimavaroihin ja suhtautumiseen omaan itseensä. Vertaistuen kautta äidit kokivat arvostavansa itseään enemmän puolisona ja vertaisena. Äitien saama vahvistus äitinä olemisen rooliin ja omana persoonallisella tavalla toimimiseen vahvisti äidin myönteistä asennetta itseään kohtaan. Vertaistuen kautta äidit kokivat saavansa iloa ja kokevansa tämän ansiosta onnellisuutta sekä oppivat olemaan vähemmän stressaantuneita arjessa ja nauttimaan siitä enemmän. (Kangasniemi ym. 2015, 14.)

6 POHDINTA

6.1 Tulosten tarkastelu

Synnytyksen vaikutukset kiintymysuhteen syntymiselle kuvailee sitä, kuinka alateitse syntynyt vauva kohtasi äitinsä isää nopeammin, kun sektiossa syntynyt vauva tapasi nopeammin isänsä kuin äidin. Alateitse synnyttänyt äiti kohtasi vauvansa nopeammin kuin sektiolla synnyttänyt äiti. Uudelleensynnyttäjät kokivat pystyvyyden tunteensa vahvemmiksi verrattuna ensisynnyttäjiin. Takedan ja Kobayashin (2013, 242) mukaan kiintymys on huomattavasti vähäisempää uudelleensynnyttäjillä. Kiintymykseen vaikuttaa äitien itsetunto ja suhde vauvaan. Vauvan ja vanhemman välinen kiintymyssuhde muodostuu vuorovaikutuksen kautta. Vuorovaikutuksen kautta syntyvä kiintymyssuhde alkaa synnytyksestä ja kestää koko elämän.

Valmistautuminen vauvan kanssa elämiseen ja vauvan syntymän tuomat muutokset ja niihin sopeutuminen kuvailevat seuraavissa lauseissa kerrottuja asioita. Opinnäytetyön tuloksien mukaan vanhemman ja vauvan välisen suhteen keskeisimpänä vahvistajana toimii kiintymyksen muodostuminen. Vanhemman ja vauvan sopeutuminen toisiinsa toimii edellytyksenä onnistuneeseen vuorovaikutukseen. On tärkeää, että äiti ja isä molemmat osallistuvat vauvan hoitoon vauvan ensimmäisten elinviikkojen ja kuukausien aikana. Arnoldin ym. (2011, 1043) mukaan isän osallistuminen vauvan hoitoon vähentää äitien stressiä ja vanhempien erimielisyyksiä. Isän osallisuus vauvan hoidossa vaikuttaa äidin ja vauvan hyvinvointiin. Äidin ja isän välinen toimiva yhteistyö vauvan syntymän jälkeen mahdollistaa positiivisen suhteen vanhempien välille myös tulevaisuudessa. Äidit, joilla oli hyvä itsetunto, parempi sosiaalinen tuki sekä pienemmät ongelmat kiintymyksessä ylläpitävät paremmin positiivista suhdetta isään ja vauvaan.

Vuorovaikutus vanhemman ja vauvan välillä kuvailee vuorovaikutuksen edellytyksenä toimivan vanhemman herkkyyttä tunnistaa ja tulkita vauvan antamia merkkejä sekä vastata niihin nopeasti ja oikeanlaisesti. Kiintymyssuhteen muodostumiseen vaikutti lisäksi perhedynamiikka ja perheenjäsenten välinen yhteys. Takedan ja Kobayashin (2013, 242) mukaan vanhemmilta vie aikaa oppia tunnistamaan vauvan olotilaa, tarpeita ja persoonallisuutta sekä oppia vastaamaan niihin.

Vuorovaikutus vanhemman ja vauvan välillä kuvailee myös sitä, kuinka ihokontakti edisti vauvan ja vanhempien hyvinvointia. Ihokontakti tuki muun muassa vauvan painon nousua, parempaa unta, imetystä, kivunlievitystä ja vanhempien psyykkistä hyvinvointia. Kosketuksen avulla vauva ja vanhempi kokivat läheisyyttä sekä visuaalista kontaktia ja näin yhteistyö heidän välillään mahdollistui. Husmillon (2013, 47) mukaan ihokontakti vauvan syntymän jälkeen vaikuttaa positiivisesti vanhempien ja vauvan väliseen kiintymykseen, äidin henkiseen hyvinvointiin ja vauvan käyttäytymiseen sekä imetykseen.

Vanhempien saama tuki selittää, että hoitajien vanhemmille antamalla tuella oli suuri merkitys vanhempien kokemuksiin itsestään vanhempana ja vauvan hoidosta. Vanhemmat kaipasivat hoitajilta sosiaalista, konkreettista ja emotionaalista tukea. Realistinen kuva ja myönteinen suhtautuminen vanhemmuudesta osoittautuivat olevan yhteydessä valmistautumiseen vauvan kanssa elämiseen. Vanhempien saama tuki puolisoilta ja hoitohenkilökunnalta vahvisti äidin vauvakeskeisyyttä, ja siten vauva oli keskeisenä ajatuksena vanhempien mielessä. Youngin (2013, 16) mukaan kiintymys ajatellaan usein äidin rooliin liittyväksi, mutta isällä on myös suuri vaikutus kiintymyksen kehityksessä. Kiintymystä voidaan tukea hoitajien ja kouluttajien antaman ohjauksen avulla. Hoitajilla on suuri vastuu kiintymyksen tukemisessa vauvan ensimmäisten elintuntien aikana. Vauvan turvallinen kiintymys vanhempiinsa edistää kasvua, sosiaalista ja emotionaalista kehitystä sekä ihmissuhteiden luomista tulevaisuudessa.

6.2 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyötä teki kaksi opiskelijaa ja opinnäytetyön aikana opiskelijat työskentelivät tiiviisti yhdessä. Molemmat opiskelijat keräsivät aineistoa sekä tutki ja analysoi aineistoa kriittisesti. Opinnäytetyön aineistona käytettiin alle kymmenen vuotta vanhoja lähteitä. Opinnäytetyöprosessin vaiheista on raportoitu säännöllisesti seminaarien yhteydessä. Opinnäytetyön yhteistyökumppanina on Seinäjoen neuvola. Tutkimusluvut ja tiedon tuottamiseen liittyvät rajoitteet sekä vaatimukset sovittiin yhdessä yhteistyökumppanin kanssa.

Tämä opinnäytetyö on tehty Tutkimuseettisen neuvottelukunnan eettisiä ohjeita noudattaen, mikä mahdollistaa sen, että tutkimustulokset ovat eettisesti hyväksyttäviä. Tässä opinnäytetyössä on noudatettu luotettavuutta, huolellisuutta, tarkkuutta ja avoimuutta. (Varantola ym. 2012, 8.) Opinnäytetyön eettisyydessä on huomioitu, että se ei ole vain tutkijaan liittyvä asia, vaan se vaikuttaa myös opinnäytetyötä hyödyntäviin henkilöihin (Tuomi 2007, 143). Tätä opinnäytetyötä tehtäessä vältettiin epärehellisyyttä. Opinnäytetyössä on kunnioitettu muiden tutkijoiden tekemää työtä, heidän töitään ei ole esitetty omana näkemyksenä vaan heidän tutkimuksiinsa on viitattu asianmukaisesti. Tässä opinnäytetyössä tutkimustuloksia ei ole kaunistettu eikä yleistetty. Lisäksi aikaisemmat tutkimukset on kuvattu opinnäytetyössä mahdollisimman tarkasti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2017, 25–27.)

Opinnäytetyössä noudatettiin rehellisyyttä ja läpinäkyvyyttä, ja analysoinnin menetelmät sekä lähteiden käyttö on tarkistettavissa. Opinnäytetyössä on arvioitu luotettavuutta sekä oltu lähteiden suhteen kriittisiä, mikä tukee tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta. Lähteiden luvaton lainaaminen on kiellettyä, minkä vuoksi opinnäytetyö on tarkastettu plagioinnintunnistusohjelman avulla. (Seamk 2017, 23–24.) Plagiointitarkastuksen jälkeen opinnäytetyö julkaistaan Theseuksessa ja toimitetaan yhteistyöorganisaatiolle.

Opinnäytetyön tekijöiden omat mielipiteet eivät ole vaikuttaneet tutkimusaineiston valintaan, aineiston analyysiin tai johtopäätöksiin. Opinnäytetyössä käytetyt menetelmät on selostettu huolellisesti, lisäksi menetelmät on kuvattu taulukoiden avulla (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2017, 25–27). Opinnäytetyön luotettavuutta lisää se, että aineisto kerättiin tieteellisistä tietokannoista, aineistona käytettiin hoitotieteellisiä tutkimuksia sekä artikkeleita. Opinnäytetyöprosessi eteni aikataulun mukaisesti. Opinnäytetyöstä selviää lukijalle, millä tavalla opinnäytetyö on tehty, ja näin lukija voi arvioida tuloksia. (Tuomi 2007, 151–152.) Opinnäytetyön luotettavuutta lisäävät opinnäytetyöprosessin vaiheiden kuvaukseen liittyvät taulukot. Opinnäytetyön tekijöiden mielipiteet eivät ole vaikuttaneet valittujen tutkimusten valintaan eivätkä tutkimustulosten analyysiin. Opinnäytetyössä käytettiin suomenkielisen aineiston lisäksi kansainvälistä aineistoa. Kansainvälinen aineisto suomennettiin tarkasti, jotta virheitä ei päässyt syntymään. Opinnäytetyön luotettavuuteen vaikuttaa alkuperäis- tutkimusten luotettavuus. Opinnäytetyötä tehdessä tutkimuskysymys on pidetty

koko ajan mukana luotettavuuden turvaamiseksi. Yhteistyöllä saavutettiin yhtenäinen kokonaisuus opinnäytetyön aiheesta.

6.3 Johtopäätökset

Tämän opinnäytetyön avulla saatiin tietoa siitä, mitkä tekijät edistävät imeväisikäisen ja vanhemman välistä kiintymyssuhdetta. Opinnäytetyön tulosten perusteella keskeisinä johtopäätöksinä todetaan, että:

1. Vanhempien valmistautuminen ja sopeutuminen vauvan kanssa elämiseen, vanhempien oma hyvinvointi, vanhempien kokemukset vauvan hoidosta ja terveydestä sekä fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen vuorovaikutus vauvan kanssa ovat tekijöitä, joihin molemmat vanhemmat voivat vaikuttaa kiintymyssuhteen kannalta.
2. Isän osallistuminen synnytykseen, vanhempien toisilleen antama tuki, vertaistuki ovat kiintymyssuhteen syntymistä tukevia tekijöitä, jotka parantavat vanhempien itsetuntoa ja pystyvyydentunnetta.
3. Synnytystapa, synnytyskerrat sekä hoitajien antama tuki ovat asioita, joihin vanhemmat eivät voi vaikuttaa omilla teoillaan kiintymyssuhteen syntymisen kannalta.
4. Hoitajien antaman tuen laatu ja määrä vaikuttavat vanhemman ja vauvan välisen kiintymyssuhteen syntymiseen.

6.4 Tulosten hyödynnettävyys ja jatkotutkimusaiheet

Tuloksia voidaan käyttää vanhempien ohjaukseen neuvoloissa. Opinnäytetyön tulokset antavat sekä hoitajille että vanhemmille konkreettisia ajatuksia ja muistutuksia siitä, mitkä asiat vaikuttavat kiintymyssuhteen syntymiseen ja millä keinoilla kiintymyssuhdetta voidaan edistää.

Opinnäytetyön toteutuksena teimme kirjallisen oppaan imeväisikäisen ja vanhemman välisestä kiintymyssuhteen edistämisestä. (Liite 3) Opas tehtiin Seinäjoen neuvolan käyttöön, jossa hoitohenkilökunta jakaa oppaita vanhemmille, jotka odottavat

vauvaa. Kirjallinen opas sisältää tietoa, jota vanhemmat voivat käyttää hyväkseen omassa arjessaan vauvansa kanssa. Kirjallinen opas voi auttaa vanhempia myös ymmärtämään, miten paljon heidän omat tekonsa voivat vaikuttaa vauvansa nykyiseen ja myöhäisempään hyvinvointiin.

Opinnäytetyön tulokset toimivat pohjana oppaalle. Kyngäksen (ym. 2007, 125–126) ohjeiden mukaan oppaan sisältöä on tiivistetty eikä oppaassa käsitellä jokaista tulosta erikseen, jotta opas pysyi selkeänä. Oppaan ulkoasu suunniteltiin yhdessä opinnäytetyön tekijöiden kesken. (Kyngäs ym. 2007, 125–126.) Opas ei korvaa hoitohenkilökunnan antamaa ohjausta ja tukea, vaan opas toimii keskustelun pohjana hoitohenkilökunnan ja vanhempien välillä. Oppaan sisältö on pelkistetty, minkä takia hoitohenkilökunnan täytyy käydä oppaan sisältöä läpi asiakkaan kanssa. Lisäksi asiakkaat saavat viedä oppaan kotiin luettavaksi.

Opinnäytetyö antoi vastauksia siihen, mitkä tekijät edistävät kiintymyssuhdetta. Jatkotutkimusaiheen ehdotuksena esitämme, että olisi hyvä, jos hoitotieteessä tutkitaisiin, millainen vaikutus ja merkitys kiintymyssuhteella on vauvaan ja hänen vanhempiinsa. Opinnäytetyötä tehdessä löydettiin paljon teoriaa siitä, millainen vaikutus kiintymyssuhteella on, mutta hoitotieteellisissä tutkimuksissa tietoa ei ollut kovinkaan paljon tarjolla. Lisäksi olisi hyvä tutkia, millainen merkitys ja vaikutus hoitajien antamalla ohjauksella kiintymyssuhteesta on raskauden eri vaiheissa.

7 OMA OPPIMINEN

Opinnäytetyö on ollut ensimmäinen tekemämme opinnäytetyö. Opinnäytetyön aihetta valittaessa tiesimme, että haluamme molemmat tehdä oppaan, joka liittyy joihenkin vauvan hoitamiseen. Alun perin suunnitelmana oli tehdä opas vauvan hoidosta, mutta aihe olisi ollut liian laaja, joten rajasimme aiheen kiintymyssuhteen edistämiseen. Opinnäytetyötäprosessin aikana olemme päässeet tutustumaan mielenkiintoiseen aiheeseen vauvan ja vanhemman välisestä kiintymyssuhteesta.

Opinnäytetyötä tehdessä olemme kehittyneet tiedonhaussa sekä kirjallisuuskatsauksen laatimisessa. Työtä tehdessä opimme myös käyttämämme analyysimenetelmän, mikä helpotti työskentelyämme ja opinnäytetyön tekemistä. Opinnäytetyöprosessin seminaarien ansiosta olemme saaneet rohkeutta esiintymiseen.

Omaan oppimiseen on liittynyt vahvasti myös yhteistyön tärkeyden ymmärtäminen. Yhteistyömme oli koko prosessin ajan tiivistä, tuimme toisiamme eri tavoin ja annoimme toisillemme ymmärrystä. Työskentelyämme on helpottanut se, että olemme koko prosessin ajan ajatelleet opinnäytetyötä koskevista asioista samalla lailla eikä meillä ole ollut opinnäytetyötä koskevia erimielisyyksiä.

LÄHTEET

- Arnold, A., Lewis, J., Maximovich, A., Ickovics, J. & Kershaw, T. 2011. Antecedents and Consequences of Caregiving Structure on Young Mothers and Their Infants. [Verkkolehtiartikkeli]. *Maternal Child Health J* 15, 1037–1045. [Viitattu 3.5.2018]. Saatavana: Ebsco-tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Bandura, A. 1994. Self-Efficacy. [Verkkoartikkeli]. *Encyclopedia of human behavior* 4, 71–81. [Viitattu 19.5.2018]. Saatavana: <https://www.uky.edu/~eu-she2/Bandura/Bandura1994EHB.pdf>
- Cantrill, R., Creedy, D., Cooke, M. & Dykes, F. 2014. Effective suckling in relation to naked maternal-infant body contact in the first hour of life: an observation study. [Verkkolehtiartikkeli]. *BMC Pregnancy & Childbirth* 14 (20). [Viitattu 19.5.2018]. Saatavana : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3898526/>
- Esposito, G., Manian, N., Truzzi, A. & Bornstein, M. 2017. Response to Infants Cry in Clinically Depressed and Non-Depressed Mothers. [Verkkolehtiartikkeli]. *A Peer-Reviewed, Open Access Journal* 12 (1). [Viitattu 19.5.2018]. Saatavana: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5207505/>
- Feldman, R. 2012. Parent-infant synchrony: A biobehavioral model of mutual influences in the formation of affiliative bonds. [Verkkolehtiartikkeli]. *Monographs of the Society for Research in Child Development* 42–51. [Viitattu 3.5.2018]. Saatavana: Ebsco-tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Hermanson, E. 2012. Varhainen vuorovaikutus ja itsetunnon kehitys. [Verkkoartikkeli]. Helsinki: Duodecim. [Viitattu 1.11.2017]. Saatavana: https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00302
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Husmillo, M. 2013. Maternal Role Attainment Theory. [Verkkolehtiartikkeli]. *International Journal of Childbirth Education* 28 (2), 46–48. [Viitattu 3.5.2018]. Saatavana: Ebsco-tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Ikonen, R., Paavilainen, E. & Kaunonen, M. 2016. Keskosten äitien kokemuksia saamastaan ohjauksesta ja tuesta rintamaidon lypsämiseen. *Hoitotiede* 28 (2), 97.
- Järvillehto, S. & Kiiski R. 2009. Oman hyvinvoinnin lähteillä. [Verkojulkaisu]. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 19.5.2018]. Saatavana: https://kuntoutussaatio.fi/files/192/Oman_hyvinvoinnin_lahteilla.pdf

- Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Kirjallisuuskatsaukset. [Verkkojulkaisu] JAMK Opinnäytetyön ohjaajan käsikirja. [Viitattu 23.4.2018] Saatavana: <https://oppi-materiaalit.jamk.fi/yamk-kasikirja/kirjallisuuskatsaukset/>
- Kallio, M. 2014. Vanhemmuus. Verkkojulkaisu]. Väestöliitto. [Viitattu 25.2.2018]. Saatavana: <http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/?x208942=3505546>
- Kangasniemi, M., Utriainen, K., Ahonen, S-M., Pietilä, A-M., Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsennettyyn tietoon. Hoitotiede 25 (4), 292, 294–297.
- Ketola, E. & Kurjenrauma, K. Vanhemmuuden roolit. [Verkkojulkaisu] Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 19.5.2018]. Saatavana: <https://thl.fi/fi/web/lasten-neuvolakasikirja/tietopakettit/monimuotoiset-perheet/uusperhe/vanhemmuuden-roolit>
- Korhonen, M. & Luoma, I. 2017. Äidin masennuksen vaikutus lapsen kehitykseen. [Verkkoartikkeli]. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. [Viitattu 23.10.2017]. Saatavana Terveysportti-palvelussa. Vaatii käyttöoikeuden.
- Kyngäs, H. Kääriäinen, M. Poskiparta, M. Johansson, K. Hirvonen, E. & Renfors, T. 2007. Ohjaaminen hoitotyössä. Helsinki WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Lehtonen, L. 2009. Keskosen muuttuva hoito. [Verkkolehtiartikkeli]. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 125(12). [Viitattu 18.4.2018]. Saatavana: Terveysportti-palvelussa. Vaatii käyttöoikeuden.
- Lewis, S., West, A., Stein, A., Malmberg, L-E., Bethell, K., Barnes, J., Sylva, K. & Leach, P. 2008. A comparison of father-infant interaction between primary and non-primary care giving fathers. [Verkkolehtiartikkeli]. Child: care, health and development 35 (2), 199–205. [Viitattu 8.2.2018]. Saatavana: Ebsco- tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Lindroos, A., Ekholm, E. & Pajulo, M. 2015. Raskauden aikainen kiintymys sikiöön -äitiyshuollon mahdollisuus ja haaste. [Verkkoartikkeli]. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim 131(2). [Viitattu 17.4.2018]. Saatavana: Terveysportti palvelussa. Vaatii käyttöoikeuden.
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017. Vauva kehittyy vuorovaikutuksessa vanhempien kanssa. [Verkkojulkaisu]. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. [Viitattu 14.2.2018]. Saatavana: <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/0-1-v/vauva-kehittyy-vuorovaikutuksessa-vanhempien-kanssa/>
- Mäkelä, S. 2016. Vauvan kanssa vuorovaikutuksen puutarhassa: Varhaisen vuorovaikutuksen kirja vauvan äidille, isälle ja läheisille. Helsinki: Books on Demand.

- Mäki, P., Wikström, K., Hakulinen, T. & Laatikainen, T. 2016. Terveystarkastukset lastenneuvolassa & kouluterveydenhuollossa. [Verkkojulkaisu]. Teoksessa: Menetelmäkäsikirja. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. [Viitattu 8.11.2017]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-720-6>
- Noergaard, B., Ammentorp, J., Fenger-Gron, J., Kofoed, P-E., Johannessen, H. & Thibeau, S. 2017. Fathers' Needs and Masculinity Dilemmas in a Neonatal Intensive Care Unit in Denmark. [Verkkolehti]. Advances in Neonatal Care 17 (4), E13–E22. [Viitattu 20.5.2018]. Saatavana: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5533583/>
- Nunes, C., Campos, L., Lucena, A., Pereira, J., Costa, L., Lima, F. & Azevedo, V. 2017. Relationship between the use of kangaroo position on preterm babies and mother-child interaction upon discharge. [Verkkojulkaisu]. Revista Paulista de Pediatria 35 (2), 136,143. [Viitattu 24.10.2017] Saatavana: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5496725>
- Oksanen, E. 2017. Millaista lapsuutta kannatat? Teoksessa P. Jokimäki (toim.) Tehy. Helsinki: Punamusta. Tehy: 10/2017, 40–44.
- Pehkonen, A. & Pakarinen, E. 2007. Lasten hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Kuopio: Kopijyvä.
- Pesonen, A-K. 2010. Varhainen vuorovaikutus on suotuisan psyykkisen kehityksen edellytys. [Verkkolehti]. Teoksessa: Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 126 (5). [Viitattu 17.4.2018]. Saatavana: Terveysportti palvelussa. Vaatii käyttöoikeuden.
- Planalp, E. & Braungart-Rieker, J. 2013. Temperamental precursors of infant attachment with mothers and fathers. [Verkkolehtiartikkeli]. Infant Behavior and Development 36 (4). [Viitattu 19.5.2018]. Saatavana: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3888025/>
- Sairaanhoitajaliitto. 2014. Ohjaus: tuttu, mutta epäselvä käsite.[Verkkoartikkeli].[Viitattu 2.5.2018]. Saatavana: <https://sairaanhoitajat.fi/artikkeli/ohjaus-tuttu-mutta-epaselva-kasite/>
- SeAmk. 2017. AMK-tutkinnon opinnäytetyöohje. [Verkkojulkaisu]. [Viitattu 11.4.2018]. Seinäjoki: Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Saatavana: <https://intra.seamk.fi/loader.aspx?id=7e1a13ee-bfea-42a6-962c-3ab58581440a>
- Sohye, K., Fonagy, P., Allen, J., Martinez, S., Lyengar, U. & Strathearn, L. 2014. Mothers who are securely attached in pregnancy show more attuned infant mirroring at 7 months postpartum. [Verkkolehtiartikkeli]. Infant Behavior and Development 37 (4), 491-504. [Viitattu 19.5.2018]. Saatavana: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4301602/>

- Stolt, M., Axelin, A. & Suhonen, R. 2015. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turun yliopisto. Turku: Juvenes Print.
- Suomalainen, T. 2018. Kylmä ja tunteeton. Teoksessa: R. Hankonen (toim.) Tehy. Helsinki : PunaMusta. Tehy 2018: 4, 37
- Takeda, E., Kobayashi, Y. 2013. The development of a maternal caregiving system: Based on changes in the attachment- caregiving balance scale up to 6–7 months postpartum. [Verkkolehtiartikkeli]. J. Jpn. Acad. Midwif. 27 (2), 237–246. [Viitattu 17.5.2018]. Saatavana: Ebsco- tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2017. Meille tulee vauva: Opas vauvan odotukseen ja hoitoon. [Verkkojulkaisu]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 14.2.2018]. Saatavana: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/129572/MUU2017_306.pdf?sequence=3
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Ei päiväystä. Kiintymyssuhteen merkitys ja sen tukeminen. [Verkkojulkaisu]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 22.5.2018]. Saatavana: <https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/lapset-perheet/pieni-lapsi/kiintymyssuhde>
- Terveyskirjasto. 2018. Lääketieteen sanasto. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Duodecim [Viitattu 20.5.2018]. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=ltt01293&p_teos=ltt
- Tuomi, J. 2007. Tutki ja lue: Johdatus tieteellisen tekstin ymmärtämiseen. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Turun yliopisto. 2016. Keskosvauvan tärkeä päästä heti synnyttyään äidin syliin. [Verkkoartikkeli]. [Viitattu 2.5.2018]. Saatavana: <http://www.utu.fi/fi/Ajankohtaista/mediatiedotteet/vaitostiedotteet/Sivut/keskosvauvan-tarkea-paasta-heti-synnyttyaan-aidin-syliin.aspx>
- Turun yliopisto. 2017. Silittäminen ja kosketus aktivoivat aivojen tunnekeskuksia elämän ensimetreistä lähtien. [Verkkoartikkeli]. [Viitattu 2.5.2018]. Saatavana: <http://www.utu.fi/fi/Ajankohtaista/mediatiedotteet/Sivut/silittaminen-ja-kosketus-aktivoivat-aivojen-tunnekeskuksia-elaman-ensimetreista-lahtien.aspx>
- Väestöliitto. 2018. Itsetunto. [Verkkojulkaisu]. [Viitattu 19.5.2018]. Saatavana: <https://www.vaestoliitto.fi/nuoret/mina-ja-muut/itsetunto/>
- Väestöliitto. Ei päiväystä. Miten minä kerään voimia. [Verkkojulkaisu]. [Viitattu 25.2.2018]. Saatavana: http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemmat/elamaa_lapsiperheessa/mina_itse/miten_mina_keraan_voimia/

Varantola, K., Launis, V., Helin, M., Spoof, S.K. & Järppinen, S. 14.11.2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa.[Verkkojulkaisu]. Tutkimuseettinen neuvottelukunta, TENK. [Viitattu 2.4.2018]. Saatavana: http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Vilkkä, H. & Airaksinen, T. 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Young, R. 2013. The Importance of Bonding. [Verkkolehtiartikkeli]. International Journal of Childbirth Education 28 (3), 11–16. [Viitattu 3.5.2018.]. Saatavana: Ebsco-tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.

AINEISTON LÄHTEET

- Axelin, A., Lehtonen, L., Pelander, T. & Salanterä, S. 2012. Äidit keskoslasten kivunlievittäjänä. *Tutkiva Hoitotyö* 10 (1), 32–34.
- Chan, G., Valsangkar, B., Kajeepeta, S., Boundy, E. & Wall, S. 2016. What is kangaroo mother care? Systematic review of the literature. [Verkkolehtiartikkeli]. *Journal of Global Health* 6 (1), 1. [Viitattu 25.2.2018]. Saatavana Ebsco-tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Ergul, A., Sumeyye, E., Hinalnur, D. & Omercan, A. 2017. Fathers' Attachment Status to their Infants. [Verkkolehtiartikkeli]. *International Journal of Caring Sciences* 10 (3), 1410–1418. [Viitattu 25.4.2018]. Saatavana Ebsco-tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Hakala, M., Laukkala, H., Kaakinen, P. & Elo, S. 2015. Vauvamyönteisyyden nykytila Suomessa vastasyntyneen ihokontaktin toteutumisen osalta. *Tutkiva Hoitotyö* 13 (4), 16.
- Hugill, K. 2015. The senses of touch and olfaction in early mother – infant interaction. [Verkkolehtiartikkeli]. *British Journal of Midwifery* 23 (4), 238–239. [Viitattu 8.2.2018]. Saatavana Ebsco – tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Inberg, E., Axelin, A. & Salanterä, S. 2008. Keskosvauvan ja vanhempien varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen hoitotyön menetelmin. *Hoitotiede* 20 (4), 193–194.
- Johnson, K. 2013. Maternal- Infant Bonding: A Review of Literature. [Verkkolehtiartikkeli]. *International Journal of Childbirth Education* 28 (3), 17–20. Saatavana: Ebsco-tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Kangasniemi, M., Mynttinen, M., Rytönen, M. & Pietilä, A-M. 2015. Vertaistuki terveyden edistämässä: pikkulapsiperheiden äitien näkökulma. *Tutkiva Hoitotyö* 13 (3), 13–17.
- Nicolaou, M., Rosewell, R., Marlow, N. & Glazebrook, C. 2008. Mother's experiences of interacting with their premature infants. [Verkkolehtiartikkeli]. *Journal of Reproductive and Infant Psychology* 27 (2), 182–194. [Viitattu 9.2.2018]. Saatava Ebsco-tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Salonen, A., Kaunonen, M., Hietikko, M. & Tarkka, M-T. 2011. Isien hoitajilta saama sosiaalinen tuki lapsivuodeosastolla. *Hoitotiede* 23 (1), 4–5.
- Salonen, A., Oommen, H., Kumpula, M. & Kaunonen, M. 2013. Äitien saama sosiaalinen tuki lapsivuodeosastolla. *Tutkiva Hoitotyö* 11 (3), 4–5.

- Tryphonopoulos, P., Letourneau, N. & DiTommaso, E. 2016. Caregiver- Infant Interaction Quality: A Review of Observational Assessment Tools. [Verkkolehtiartikkeli]. *Comprehensive Child And Adolescent Nursing* 39 (2), 107–138. [Viitattu 10.2.2018]. Saatavana: Ebsco- tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Tyni, H., Salonen, A-H., Aho, A-L. & Kaunonen, M. 2013. Äidin vauvakeskeisyys vanhemmuuden varhaisvaiheessa. *Tutkiva Hoitotyö* 11 (2), 4–11.
- Vuorenmaa, M., Salonen, A., Aho, A-L., Tarkka, M-T. & Åstedt-Kurki, P. 2011. Puolivuotiaiden lasten isien neuvolan terveydenhoitajalta saamat ohjeet ja tuki. *Hoitotiede* 23 (4), 285–295.
- Vänni, N., Ikonen, R., Aho, A-L. & Kaunonen, M. 2016. Keskosen kenguruhoito äitien kokemana. *Hoitotiede* 28 (4), 252–253.

LIITTEET

Liite 1. Opinnäytetyön aineisto

Liite 2. Aineiston analyysi

Liite 3. Sylin täydeltä sinua – opas

LIITE 1. Opinnäytetyön aineisto

Tekijät, julkaisu vuosi ja tutkimusmaa	Tutkimuksen nimi	Tarkoitus ja tavoite	Tutkimusmenetelmä	Keskeiset tulokset
Axelin Anna, Lehtonen Liisa, Pelandet Tiina & Salanterä Sanna 2012, Suomi	Äidit keskoslasten kivunlievittäjinä	Kuvata äitien osallistumista keskoslasten kivunhoitoon, kun kivunlievitysmenetelmänä käytettiin vanhempien käsikapaloa	Laadullinen tutkimus, haastattelut	Käsikapalo on kivunlievitysmenetelmä, joka mahdollistaa vanhempien osallistumisen kivunhoitoon
Chan Grace J, Valsangkar Bina, Kajeepeta Sandhya, Boundy Ellen O & Wall Stephen 2016, USA	What is kangaroo mother care? Systematic review of the literature	Kuvata kenguruhoiton määrittelyä, kenguruhoitoa sekä kenguruhoiton poisjättämistä	Systemaattinen kirjallisuuskatsaus	Kenguruhoito vähentää merkittävästi kuolleisuuden riskiä
Ergul Aslan, Sumeyye Erturk, Hilalnur Demir & Omercan Aksoy 2017, Turkki	Fathers' Attachment Status to their Infants	Kuvailla isien kiintymystä 4-12 viikkoa vanhoja vauvoja kohtaan	Määrällinen tutkimus	Ensimmäinen lapsiystävällinen suhtautuminen vauvaan ja synnytykseen osallistuminen paransivat isän kiintymystä vauva kohtaan
Hakala Merja, Laukkala Helena, Kaakinen Pirjo & Elo Satu 2015, Suomi	Vauvamyönteisyyden nykytila Suomessa vastasyntyneen ihokontaktin toteutumisen osalta	Kuvata vauvamyönteisyyden nykytilaa Suomen synnytyssairaloissa ihokontaktin toteutumisen osalta	Kyselylomakkeet	Ihokontaktin toteutumisella on eroja alatiesynnytyksen ja keisarinleikkauksen välillä
Hugill Kevin 2015, Iso-Britannia	The senses of touch and olfaction in early	Kuvailee vauvan tunto- ja hajuaistin	Artikkeli	Sikiö luo kontaktia kohdussa äitiinsä erilaisten ärsykkeiden avulla

	mother-infant interaction	merkitystä vuorovaikutuksen yhtenä osana		
Inberg Elise, Axelina Anna & Salanterä Sanna 2008, Suomi	Keskosvauvan ja vanhempien varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen hoitotyön menetelmin	Kuvata, miten hoitajat havaitsivat tuen tarpeen keskosvauvan ja vanhemman vuorovaikutuksessa ja kuivailla niitä hoitotyön menetelmiä, joilla hoitajat tukivat vanhemman ja keskosvauvan varhaista vuorovaikutusta	Ryhmähaastattelut, laadullinen tutkimus	Tuen tarvetta esiintyi vanhempien vuorovaikutuksesta vauvan kanssa ja keskenään, vanhempien kokemuksista vauvasta, vanhempien kiinnostuksesta ja vastuunottamisesta vauvasta sekä vanhempien ulkoisesta käyttäytymisestä
Johnson Kayla 2013	Maternal-Infant Bonding: A review of Literature	Kuvata äiti-vauvasuhteen merkityksiä ja vaikutuksia äitiin sekä vauvaan	Kirjallisuuskatsaus	Äiti-vauvasuhteella on merkittävä vaikutus äidin psyykkiselle hyvinvoinnille ja vauvan hyvinvoinnille, kehitykselle ja sopeutumiselle
Kangasniemi Mari, Mynttinen Mari, Rytönen Minna & Pietilä Anna-Maija 2015, Suomi	Vertaistuki terveyden edistämässä pikkulapsiperheiden äitien näkökulma	Kuvata pikkulapsiperheiden äitien kokemuksia ryhmässä saamastaan vertaistuesta terveyden edistämässä	Laadullinen tutkimus	Pikkulapsiperheille kokemusten ja arjen jakaminen vertaisten kanssa on tärkeää
Nicolaou Marina, Rosewell Rebecca, Marlow Neil & Glazebrook Cris	Mother's experiences of interacting with their premature infants	Kuvailla kuinka tärkeä turvaava tekijä äidin kiintymys vauvaa kohtaan on vauvan näkökulmasta	Internetin kautta tehdyt kyselyt	Äitien ja ennenai-kaisten vauvojen välinen kiintymys-suhde voi rikkoutua, ja kiintymyksen näyttäminen

2008, Iso-Britannia				voi vaikuttaa vauvaan
Salonen Anne, Kaunonen Marja, Hietikko Merja & Tarkka Marja-Terttu 2011, Suomi	Isien hoitajilta saama sosiaalinen tuki lapsivuode-osastolla	Kuvata ja vertailla isien hoitajilta saamaa sosiaalista tukea kahta erilaista ohjauksetäntöä toteuttavalla lapsivuodeosastolla	Kyselytutkimus	Kahden sairaalan väliltä löytyi eroja isien kokemasta tuen saamisesta. Tutkimuksessa pohdittiin sosiaalista tukea, päätöksenteon tukea, konkreettista tukea ja emotionaalista tukea
Salonen Anne, Oommen Hanna, Kumpulainen Merja & Kaunonen Marja 2013, Suomi	Äitien saama sosiaalinen tuki lapsivuodeosastolla	Kuvata äitien näkemyksiä hoitotyön ammattilaisilta saamastaan sosiaalisesta tuesta lapsivuodeosastolla sekä siihen liittyviä tekijöitä		Myönteisiä kokemuksia olivat ohjeiden riittävyys, kannustavuus, yksilöllisyys ja molempien vanhempien huomioiminen
Tryphonopoulos Panagiota, Letourneau Nicole & Ditommaso Enrico 2016, Kanada	Caregiver-Infant Interaction Quality: A Review of Observational Assessment Tools	Selittää vauvan ja vanhemman välisen sosiaalisen vuorovaikutuksen yhteyksiä vauvan myöhäisempiin kokemuksiin vuorovaikutuksesta	Kirjallisuuskatsaus	Onnistuneella vauvan hoitamisella voidaan edistää vauvan kehitystä

Tyni Henna, Salonen Anne, Aho Anna Liisa & Kaunonen Marja 2013, Suomi	Äidin vauvakeskeisyys vanhemmuuden varhaisvaiheessa	Kuvata sitä, kuinka keskeinen sija vauvalla on äidin ajatuksissa äitiyden varhaisvaiheessa sekä selvittää vauvakeskeisyyteen yhteydessä olevia tekijöitä	Määrällinen tutkimus	Vauvakeskeisyys oli suurempaa ensisynnyttäjillä verrattuna uudelleensynnyttäjiin. Vauvakeskeisyyteen liittyi äitien tyytyväisyys sekä äitien kokemattomuus, haasteet ja vähäinen tuki
Vuorenmaa Maaret, Salonen Anne, Aho Anna Liisa, Tarkka Marja-Terttu & Åstedt-Kurki Päivi 2011, Suomi	Puolivuotiaiden lasten isien neuvolan terveydenhoitajilta saamat ohjeet ja tuki	Kuvata isien neuvolan terveydenhoitajalta saamia ohjeita ja sosiaalista tukea sekä niihin yhteydessä olevia tekijöitä	Määrällinen tutkimus	Terveydenhoitajien antama ohjaus oli parasta sen ymmärrettävyyden ja kannustavuuden kohdalla. Parannettavaa löytyi ohjeiden tarkkuuteen ja ohjauksen yksilöllisyyteen.
Vänni Nina, Ikonen Riikka, Aho Anna Liisa, Kaunonen Marja 2016, Suomi	Keskosen kenguruhoito äitien kokemana	Selvittää äitien kertomana keskosen sairaalahoidon aikaista kenguruhoitoa	Teemakyselyt	Äidit kokivat, että tuen saaminen, rohkaisu, ohjaus ja opettaminen edesauttoivat kenguruhoitoa

LIITE 2. Aineiston analyysi

Pääluokka	Alaluokka	Pelkistys
Valmistautuminen vauvan kanssa elämiseen	Vanhemmuuteen kasvaminen	On vanhemman vastuulla huolehtia vuorovaikutuksessa
		Synnytyksen jälkeinen masennus ja vanhempien nuori ikä voivat vaikuttaa vanhemman ja vauvan väliseen suhteeseen, sekä kiintymykseen ja vauvan kehitykseen
		Vauvan ennenaikaisuus keskeyttää äitiyteen kasvamisen ja siihen valmistautumisen
		Yllättävä hoitoympäristö ja stressi tuovat lisähaasteita.
		Ennenaikaisuus keskeyttää äidin luonnollisen valmistautumisen vanhemmuuteen.
		Äidin vanhemmuuteen kasvamista voidaan edistää hoitoon osallistumisella
		Äidiksi kasvaminen alkaa odotusaikana ja se sisältää sitoutumista, kiintymistä sekä valmistautumista vauvaan ja vanhemmuuteen
		Vauvan hoidon vastuun jakaminen äidin ja hoitajien kesken hidastaa äidin sitoutumista vanhemman rooliin
		Isän osallistuminen vauvan hoitoon vaikuttaa äidin hyvinvointiin.

	Vanhempien suhtautuminen vauvaan ja vanhemmuuteen	Realistinen ja myönteinen kuva vanhemmuudesta vaikuttaa vanhempien ajatuksiin vauvan hoidosta
		Vauvakeskeisyydellä tarkoitetaan vauvan olemista keskeisenä äidin ajatuksissa
		Kiintymys- ja vuorovaikutussuhteeseen vaikuttaa äidin näkemykset vauvasta
	Vanhempien oman hyvinvoinnin vaikutukset kiintymyssuhteeseen	Isän koulutus, ammatti ja asenne vauvan hoitoa kohtaan vaikuttavat isän panokseen vauvan hoidossa
		Isän ikä, taloudellinen tila, avioliiton pituus tai lasten lukumäärä eivät vaikuta isän vauvan hoitoon
		Sosiaaliset, poliittiset ja taloudelliset tilanteet vaikuttavat isän rooliin perheessä
		Äidin suhtautuminen vauvaan ja vanhemmuuteen vaikuttavat äidin motivaatioon ja hoitokäytäntöihin
		Äidin henkinen hyvinvointi vaikuttaa kiintymyssuhteeseen
		Kiintymyssuhteeseen vaikuttaa äidin ja vauvan yksilölliset piirteet
		Ikä ja sosioekonomiset tekijät vaikuttavat vanhemmuuden kokemukseen
Isät eivät halua luopua omasta minuudestaan.		
Synnytyksen vaikutukset	Alateitse syntyneet vauvat ovat kauemmmin ihokontaktissa	

kiintymyssuhteen syntymiselle	Synnytystavan vaikutukset ihokontaktin toteutumiseen	Keisarinleikkauksella syntyneet vauvat ovat ihokontaktissa isän kanssa enemmän
		Alatiesynnytyksellä syntyneet vauvat ovat useammin ihokontaktissa verrattuna keisarinleikkauksella syntyneisiin vauvoihin
		Alatiesynnytys vaikuttaa positiivisesti vuorovaikutukseen vanhemman ja vauvan välillä
		Alatiesynnytyksellä syntyneiden vauvojen ihokontakti alkaa nopeammin kuin keisarinleikkauksella syntyneet
	Synnytyskertojen merkitys vauvakeskeisyyteen	Uudelleensynnyttäjien pystyvyyden tunne on ensisynnäjiä vahvempi
		Ensisynnyttäjät kokevat vauvansa keskeisempänä verrattuna uudelleensynnyttäjiin
		Ensisynnyttäjillä poikavauvat ja uudelleensynnyttäjillä tyttövauvat olivat keskeisemmällä sijalla
		Ensisynnyttäjillä elämänmuutoksen kokeminen suureksi lisää vauvakeskeisyyttä
		Ensisynnyttäjät ajattelevat vauvaansa keskeisemmin
	Isän osallistuminen synnytykseen	Synnytys toimii vahvana tekijänä kiintymyssuhteen syntymisessä.
Vauvan syntymä vaikuttaa koko perheen hyvinvointiin		

		Isien synnytysvalmennus ja synnytykseen osallistuminen lisää kiintymystä vauvaan
		Ensisynnyttäjillä isän osallistuminen synnytykseen vähentää vauvakeskeisyyttä
		Isän osallistuminen synnytykseen nopeuttaa vauvan ja isän ensikoh- taamista
		Synnytykseen osallistuminen ja ennenaikaisen vauvan hoitaminen vahvistaa kiintymystä isän ja vauvan välillä
Vauvan synty- män tuomat muutokset ja niihin sopeutu- minen	Sopeutuminen elämän- muutokseen	Äitiyteen sopeutuminen tukee vuo- rovaikutusta
		Vauvan syntymä edellyttää sopeu- tumista
		Isäksi tuleminen nuorella ikää ja ensimmäisen lapsen saaminen sekä ystävällinen ajattelu vau- vasta vaikuttaa positiivisesti isän ja vauvan väliseen kiintymyssuh- teeseen
		Vuorovaikutussuhteen luominen vaatii äitiyteen kasvamista ja so- peutumista
		Vuorovaikutussuhteen muodostu- minen vaatii sopeutumista, mihin vaikuttaa äidin ja vauvan yksilölli- set piirteet
	Vanhempien kokemukset vauvan terveydestä ja hoi- tamisesta	Lapsen vointiin ja perheen toimi- vuuteen liittyvät haasteet vaikutta- vat tuen tarpeeseen

		Isät voivat ajatella, että vauvan hoitaminen kuuluu äidille.
		Isät kokevat, että he huolehtivat koulutuksesta, psyykkisistä taidoista sekä lasten kanssa leikkimisestä
		Aikaisempi kokemus vauvoista liittyy äitien näkemyksiin vanhemmuudesta.
		Myönteiset tuntemukset ja hyvä äiti-lapsisuhde liittyvät psytyvydentunteeseen.
		Äiti-lapsisuhdetta voi häiritä vauvaan liittyvät kielteiset näkemykset ja haasteet vauvan hoidossa
		Ennenaikaisien vauvojen äideillä on enemmän stressiä ja ahdistusta, mikä voi vaikuttaa vuorovaikutukseen vauvan kanssa.
		Ennenaikaisten vauvojen kanssa vuorovaikutus on haastavampaa
		Ennenaikaisten vauvojen äideillä on ongelmia vuorovaikutussuhteen kanssa, vaikka vauva olisi jo terve ja kasvanut
		Vauvan terveys vaikuttaa isän kiintymyssuhteeseen
		Ennenaikaisen vauvojen vuorovaikutusta vaikeuttavat keskoskaapit ja koneet
		Kun huomio on äidissä ja vauvassa, isä saattaa tuntea olonsa ulkopuoliseksi.

		Vauvan ennenaikaisuus ja pidentynyt sairaalassaolo häiritsee kiintymyssuhteen muodostumista
Vuorovaikutus vanhemman ja vauvan välillä	Vanhemman vauvakeisyyks ja vuorovaikutus	Vauva on keskeisimpänä äidin ajatuksissa viikon kuluttua synnytyksestä
		Ennenaikaisten vauvojen äidit kokevat ahdistusta ja huonoa itsetuntoa vuorovaikutuksesta vauvan kanssa
		Liiallinen omistautuminen voi johtaa kielteisijjn ajatuksiin äidillä
		Ennalta-arvaamattomuus, vanhemman kiintymys, kahdenkeskinen vuorovaikutus ovat varhaisen vuorovaikutuksen välineitä
		Äidin halu olla vauvan kanssa kertoo emotionaalisesta kiintymyksestä vauvaan
		varhainen vuorovaikutus on vauvan ja vanhemman välistä yhdessä olemista ja vastavuoroisuutta
		Varhainen suhde äidin ja vauvan välillä helpottaa heidän tutustumista toisiinsa
		Toistuva fyysinen ja psyykinen vuorovaikutus ja sitoutuminen muodostavat elämänmittaisen kiintymyssuhteen vanhemman ja vauvan välille

		Varhainen vuorovaikutus isän ja vauvan välillä parantaa heidän välistä kiintymyssuhdettaan
		Ennenaikaisten ja täysiaikaisen vauvojen vuorovaikutussuhde vanhempiinsa on erilainen.
		Suurin osa äideistä koki, että vuorovaikutus äidin ja vauvan välillä paranee kunhan vauva kasvaa ja aikaa kuluu
		Vanhempien tapa olla vauvan kanssa riippuu täysin ihmisestä
		Vanhemman ja vauvan välistä vuorovaikutusta ja kiintymystä toisiinsa tulisi arvioida jo varhaassa vaiheessa, jotta siihen pystyttäisiin puuttumaan ajoissa
	Vuorovaikutuksen vaikutukset vauvan hyvinvointiin	Isän kiintymyssuhde vauvaan vaikuttaa positiivisesti emotionaaliseen, intelluktuaaliseen, sosiaaliseen ja käytöksen kehitykseen
		Vauvan hoitoon käytetyt tunnit vaikuttavat suoraan positiivisesti isien ja vastasyntyneiden tunteisiin
		Kiintymyssuhde vaikuttaa positiivisesti kognitiiviseen ja kielelliseen kehitykseen
		Turvallinen vuorovaikutussuhde vaikuttaa vauvan kehitykseen
		Sosiaalinen vuorovaikutus vaikuttaa vauvan myöhäisempiin kokemuksiin ja kehitykseen

		Varhainen kontakti edistää vuorovaikutusta ja vähentää vauvan itkua sekä parantaa verenkiertoa ja imettämistä
		Onnistunut huolenpito vauvasta vaikuttaa vauvan emotionaaliseen, kognitiiviseen ja psykososiaaliseen kehitykseen
	Vauvan tarpeiden tulkitseminen ja niihin vastaaminen	Vanhemman herkkyys tulkita vauvan antamia signaaleja vaikuttaa suuresti kiintymyssuhteeseen
		Oikeanlainen herkkyys vahvistaa luottamusta ja kiintymystä äidin ja vauvan välillä.
		Äidillinen herkkyys sisältää panostusta, ajoitusta ja joustavuutta sekä hyväksyntää ja paineensietokykyä.
	Ihokontakti heti synnytyksen jälkeen	Ihokontakti ylläpitää vauvan ruumiinlämpöä ja parantaa rintaruokintaa
		Ennenaikaisilla kontaktin hyötyjä ovat painonnousu, parempi uni, kivunlievitys, parempi maidontuotanto.
		Vanhempien kontaktin hyötyjä ovat parempi itsetunto sekä ahdistuksen ja masennuksen oireiden vähentyminen
		Kenguruhoito edistää kiintymyssuhdetta ennenaikaisilla vauvoilla
		Ihokontaktissa vastasyntynyt pysyy lämpimänä ja jäähdyttää

		häftä. Myös sydämen syke ta- saantuu.
		Jos vanhemman eivät saa olla vauvansa läheisyydessä synty- män jälkeen, voi se estää kiinty- mysuhteen syntymisen
		Ihokontakti eli kenguruhoito edis- tää imetystä, aikaista väliintuloa ja huolenpitoa
	Ihokontakti myöhäisem- mässä vaiheessa	Kenguruhoidolla tarkoitetaan iho- kontaktia
		Vauvat tunnistavat äitinsä äänen muiden ääniärsykkeiden seasta
		Kenguruhoito edistää unta ja hi- dastaa sydämensykettä. Vauvan ruumiinlämpö pysyy tasaisena ja kaasujenvaihto paranee.
		Ihokontakti yhdistettynä äidin lau- luun vähentää äidin ahdistusta ja parantaa vuorovaikutuksen va- kautta
		Ihokontaktilla on psykologisia vai- kutuksia vauvaan ja äitiin
		Fyysinen kontakti voi edesauttaa emotionaalista kiintymistä ja sillä lukuisia muitakin hyötyjä
		Läheisyys ja visuaalinen kontakti ovat tehokkaita keinoja olla vuoro- vaikutuksessa vauvan kanssa
	Kosketuksen hyödyt vau- valle	Kosketus käsittää paineen, lämpö- tilan, kivun, venytyksen, kutituk- sen, tärinän ja kutinan tunteen.

		<p>Kosketus voi olla hiljentävää, varoittavaa, rauhoittavaa, miellyttävää tai epämiellyttävää. Kosketus on suuressa osassa ihmissuhteita ja kommunikaatioväline äidin ja vauvan välillä</p>
		<p>Käsikapalolla voidaan lievittää kipua ja mahdollistaa vanhempien hoitoon osallistuminen</p>
		<p>Käsikapalossa vanhemmat pystyvät osallistumaan vauvansa hoitoon ja kokevat itsensä tärkeiksi</p>
Vanhempien saama tuki	Hoitohenkilökunnan antama tuki	<p>Kotiutusohjeet painottuvat fyysisen vauvan hoitoon ja vain vähän vuorovaikutukseen ja leikkiin</p>
		<p>Äideille annettu tuki on odotettua tärkeämpää mutta se on kuitenkin puutteellista</p>
		<p>Hoitajilta saama tuki on yhteydessä vanhempien näkemyksiin omasta vanhemmuudesta</p>
		<p>Hoitajien tulisi yrittää sisältää vanhempien vauvan hoidon osastolla oloon</p>
		<p>Suurin osa äideistä koki informaation puutetta vuorovaikutuksesta kotioloissa</p>
		<p>Henkilökunnan asenteet ja mieliala vaikuttavat vanhempien kokemuksiin</p>
		<p>Äitien epäilykset ja huono itsetunto liittyvät suoraan saamansa ohjauksen määrään ja laatuun</p>

		henkilökunnan tuki lisää äitien vauvakeskeisyyttä
		Synnytyksen jälkeinen tuki takaa imetyksen onnistumisen ja vuorovaikutussuhteen syntymisen
		Sosiaalinen tuki tarkoittaa äitien ja hoitajien välistä vuorovaikutusta
		Hoitajien antama tuki vahvistaa isän roolia ja sitoutumista vauvan hoitoon. Hoitajien antama tuki vahvistaa isien itseluottamusta ja saa isät tuntemaan mielihyvää vauvan hoidosta.
		Äidit tarvitsevat ohjausta lapsen hoitoon ja imetykseen
		Äidit tarvitsevat ohjausta vauvan viestien tulkintaan ja vauvan terveysongelmien tunnistamiseen
		Äidin ja vauvan suhteen ja imetyksen tukeminen terveydenhuollossa on tärkeää
		Äidit ovat tyytymättömiä lapsivuodeosastoilla saamaansa tukeen
		Isien saama tuki vaikuttaa isien osallistumiseen vauvan hoitoon
		Vanhemmat kaipaavat tukea perheen arkeen ja terveyteen liittyen
		Isät toivovat keskusteluja ja tulevansa kuulluksi hoitajien kanssa
		Vanhemmat kaipaavat hoitajilta yksilöllistä ohjausta

	Tuen saaminen puolisolta	Sosiaalinen tuki vaikuttaa äitien sopeutumiseen, hyvinvointiin ja it-seluottamukseen
		Äitien saama tuki vaikuttaa äitien suhtautumiseen vanhemmuuteen
		Sosiaalinen tuki on tärkeää odotusaikana ja vauvan syntyessä
	Vertaistuki	Vertaistuki mahdollistaa kokemuksen jakamisen toisten vertaisten kanssa
		Puolison, oman äidin ja hoitajien antama tuki parantaa äidin selviytymistä vauvan hoidosta
		Vertaistukea voidaan antaa joko yksilöllisesti tai ryhmissä
		Vertaiset eli samankaltaisessa tilanteessa olevat voivat vertaistuellalla jakaa kokemuksiaan, tietoa, ajatuksia ja tunteita suvaitsevassa, luottamuksellisessa ilmapii-rissä
		Vertaistuella voidaan tukea vanhemmuuteen kasvamista ja edistää vanhempien ja vauvan hyvinvointia
		Ryhmiä toiminta voi olla kohdennettua perheiden eri tilanteisiin
		Onnistunut vertaistuki edellyttää säännöllisyyttä ja jatkuvuutta
Vertaistuella ominaista on vastavuoroisuus ja osallisuus. Vertaistuki toimii äitien arjen arvokkuutta		

		ja terveyden yksilöllisyyttä tukevana tekijänä
		Vertaistukeen kuuluu muiden vertaisten kunnioittaminen ja motiivointi
		Motiivointi tarkoittaa toisten rohkaisemista ja kannustamista arjen elämässä
		Vertaistuen vaikutuksesta äidit kokevat arvostavansa itseään enemmän puolisona ja vertaisena

LIITE 3. Sylin täydeltä sinua – opas



Kiintymyssuhteen vaikutukset vauvan kehitykselle ja hyvinvoinnille:

- käyttäytyminen
- sosiaaliset taidot
- psyykinen hyvinvointi
- vuorovaikutustaidot
- tunnetaidot
- emotionaalinen ja älyllinen kehitys
- turvallisuuden tunne

Seinäjoen ammattikorkeakoulu,
sairaanhoidtaja (AMK) 2018
Tekijänoikeudet:
Jenny Pakarinen
Janika Suolahti

Lähde:
Kuvat: Jenny Pakarinen © 2018

Sylin täydeltä sinua-

Imeväisikäisen ja vanhemman välisen kiintymyssuhteen edistäminen



Kiintymyssuhteella tarkoitetaan vanhemman ja vauvan välistä suhdetta, joka tukee vauvan kasvua ja kehitystä.

Kiintymyssuhteen kehittyminen:

Kiintymyssuhteen kehittyminen alkaa varsinkin äidillä jo raskauden edetessä tuntiensa sikiön liikkeet.

Vauvan synnyttyä sekä vanhemmillä että vauvalla on tarve sopeutua uuteen elämäntilanteeseen. Tämä tapahtuu parhaiten vuorovaikutuksen ja huolenpidon välityksellä.

Molemmilla vanhemmilla on mahdollisuus luoda syvä kiintymyssuhde vauvaansa. Joillakin äideillä ja isillä kiintymys on voimakkaampaa ja näkyvämpää mutta tämä on ihmisestä riippuvaa.

Näillä keinoilla voit itse vanhempana tukea kiintymyssuhdetta vauvaan:

Oma henkinen hyvinvointisi tukee kiintymyssuhteen syntymistä ja lisää vuorovaikutusta vauvan kanssa.

Isän osallistuminen synnytykseen nopeuttaa isän ja vauvan ensikohtaamista sekä lisää isän kiintymistä vauvaan.

Vauvan syntymä muuttaa koko perheen elämää, joten se vaatii sopeutumista uuteen tilanteeseen.

Omilla näkemyksillä sekä kokemuksilla voit vaikuttaa kiintymys- ja vuorovaikutussuhteen syntymiseen.

Tutustumalla vauvaan ja olemalla kahden keskeisessä vuorovaikutuksessa vauvan kanssa voit syventää suhdettanne.

Vauvan antamiin signaaleihin vastaamalla edistät sinun ja vauvan välisen kiintymys- ja luottamussuhteen syntymistä.

Ihokontaktin avulla sinun rooli vauvan vanhempana vahvistuu ja tukee sinun ja vauvan välisen kiintymyssuhteen syntymistä.

Kosketuksen avulla vauva saa kaipaamaansa läheisyyttä, lisäksi sillä on vauvaan rauhoittava vaikutus.

Puolison antama tuki parantaa parisuhdetta ja suhdetta vauvaan sekä vähentää stressiä.

Vertaistuen avulla voit jakaa ajatuksia ja kokemuksia muiden samassa tilanteessa olevien kanssa. Samalla saat neuvoja, kannustusta ja tukea, jotka auttavat jaksamaan arjessa.

Kaunis pieni ihminen
Sä olet ainutlaatuinen
Mitä vastaan tuleekaan,
toista sua ei milloinkaan
- Johanna Kurkela -