

ePOOKI

OULUN AMMATTIKORKEAKOULUN TUTKIMUS- JA KEHITYSTYÖN JULKAISUT ISSN 1798-2022

ePooki 22/2020

Matalan kynnyksen tukea parisuhteelle tarvitaan enemmän

Lauhikari Sara, Rahkola Pirita, Honkanen Hilikka

24.4.2020 ::

Onnen löytäminen hyvästä parisuhteesta on yksi ihmisen suurimmista unelmista. Toimiva parisuhde on koko perheen hyvinvointia vahvistava tekijä ja vastaavasti toimimaton parisuhde saattaa lisätä vanhempien ja lasten haavoittuvuutta. Ristiriitojen keskellä yhä useampi pariskunta haluaa tukea ja neuvoja niiden selvittämiseen eron välttämiseksi. Tukea tai apua ei kuitenkaan ole välttämättä saatavilla silloin, kun sitä eniten tarvitaan.



Miksi parisuhteen tukeminen on tärkeää?

Halu solmia parisuhde on yksi ihmisen elämän perustavampia tarpeita. Tutkimukset ovat osoittaneet kiistattomasti hyvinvoivan parisuhteen myönteisiä terveysvaikutuksia ihmisen fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin. ^[1] Vanhempien parisuhteella on myös suuri merkitys lapsen hyvinvointiin. Parisuhdetyytyväisyyden on havaittu laskevan siinä vaiheessa, kun perheessä on pieniä lapsia. Lasten kasvattaminen, kotitöiden jakaminen, kommunikointi sekä läheisyys ja tunteiden ilmaiseminen ovat merkittävimpiä ristiriitojen aiheuttajia lapsiperheissä. Vanhemmuutta ja vanhempien parisuhdetta tuettaessa vanhempien ja lasten hyvinvointi vahvistuu. ^{[1] [2] [3]}

Kyselyjen mukaan suomalaiset kokevat olevansa varsin onnellisia parisuhteessaan. Melkein 90 prosenttia parisuhteessa elävistä piti parisuhdettaan ainakin melko onnellisena. Avoliitossa elävillä tämä osuus oli hieman pienempi. ^[1] Tutkimusten mukaan pariskunnat ovat halukkaita hakemaan apua ja tukea parisuhteen kriisitilanteiden selvittämiseen eron välttämiseksi. Kuitenkaan iso osa eroon päätyneistä pareista ei ollut löytänyt tai saanut minkäänlaista tukea ongelmiinsa. Myös Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tekemien tutkimusten mukaan parisuhteen hyvinvoinnista tai omasta jaksamisesta huolissaan olleista vanhemmista ainoastaan pieni osa koki saaneensa riittävästi apua ja tukea tilanteeseen. ^{[2] [3]}

Yksi vanhempien tärkeimmistä voimavaroista on heidän parisuhteensa. Äitiys- ja lastenneuvolassa hyödynnetään erilaisia parisuhteen tukemisen menetelmiä ja tarvittaessa ohjataan muiden parisuhdetta tukevien palveluiden piiriin. ^[4] Lapsi- ja perhepalveluiden (LAPE) muutosohjelman maakunnallisten hankkeiden kyselyissä selvitettiin tarvetta vanhemmuuden ja parisuhteen tukemiselle. Vanhemmat toivoivat saavansa pitkäjänteistä, ratkaisukeskeistä, yksilöllistä ja kokonaisvaltaista tukea. ^[5]

Vanhemmat ovat vailla matalan kynnyksen tukea

Tämä artikkeli pohjautuu Oulun ammattikorkeakoulussa tehtyyn opinnäytetyöhön ^[6], jossa tutkittiin vanhempien kokemuksia äitiys- ja lastenneuvolassa tarjotusta parisuhteen tuesta. Tutkimustulosten mukaan vanhemmat kokivat, etteivät he saa neuvolasta riittävästi tukea parisuhteeseensa. Osa pareista toi tutkimuksessa esiin, ettei neuvolassa keskusteltu riittävästi esimerkiksi parisuhteen tukemisen jatkohoitomahdollisuuksista. Tukea toivottiin tarjottavan jo varhaisessa vaiheessa, kun varsinaisia ongelmia ei vielä ollut.

Tutkimusta varten haastatellut vanhemmat toivat esiin erilaisia kehittämisajatuksia parisuhteen tukemiseen liittyen. Vanhemmat toivoivat saavansa enemmän perustietoa parisuhteesta, vertaistuesta ja parisuhteen tukemisen palveluista. Esimerkiksi parisuhteeseen liittyville matalan kynnyksen vertaistukiryhmille on tarvetta. Riittävän tiheät neuvolakäynnit, terveydenhoitajan pysyvyys sekä puheeksi ottaminen ja säännöllinen tuen tarpeen kartoittaminen terveydenhoitajan toimesta koettiin tärkeinä. Myös syvällisempää parisuhteen tukemista toivottiin. ^[6]

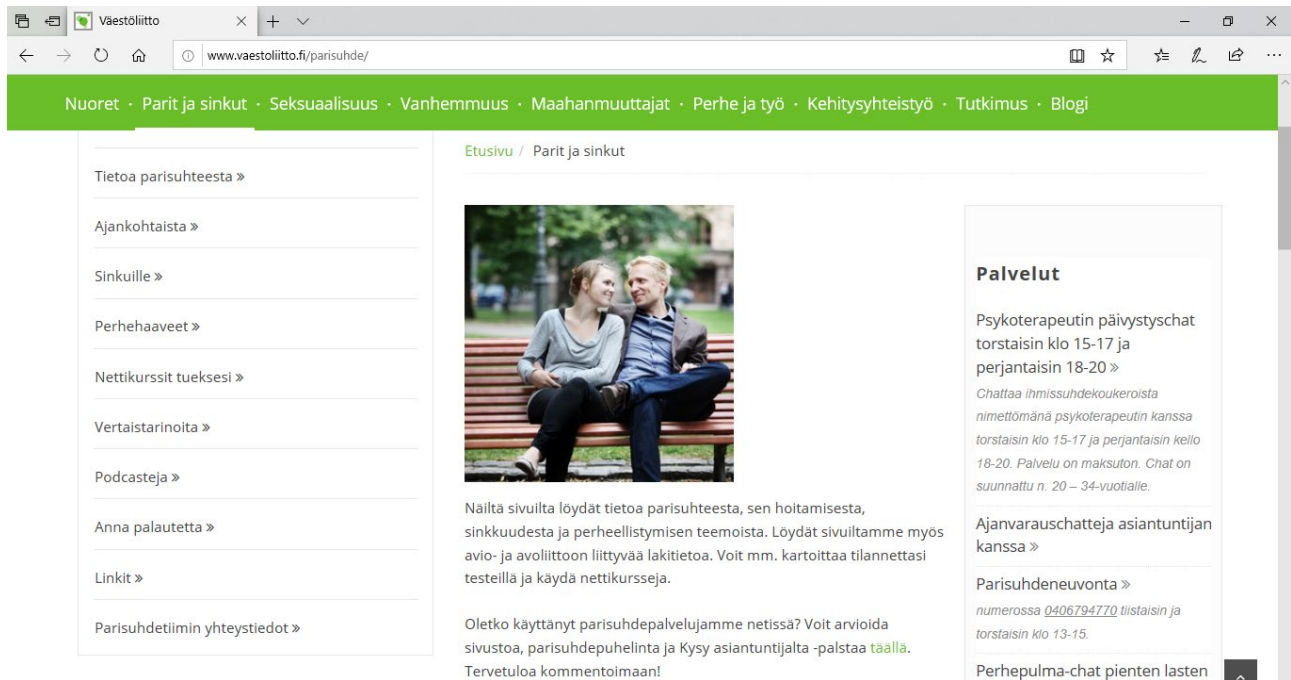
Vanhemmilla on tarve vertaistukeen. Tämä tarve voi korostua etenkin silloin, kun lähellä ei ole ystäviä tai sukulaisia. Vertaistuki auttaa jaksamaan ja ymmärtämään sitä, että muitakin elää samanlaisessa tilanteessa. ^[7] Olemassa olevia vertaistukiryhmiä ovat esimerkiksi vanhempainryhmät ja neuvolan perhevalmennus. LAPE:n tekemästä perhekeskuksen sähköisiä palveluita koskevasta kyselystä kävi ilmi, että perheet toivovat palveluihin erilaisia vertaisryhmiä ja mahdollisuutta matalan kynnyksen tapaamisille perhepalveluiden ammattilaisten ohjaamina ^[7].

Mistä matalan kynnyksen tukea parisuhteeseen?

Suomessa parisuhteen ja vanhemmuuden tukea on mahdollista saada ainakin äitiys- ja lastenneuvolasta, ehkäisyneuvolasta, perheneuvolasta, varhaiskasvatuksesta, seurakunnasta, kolmannen sektorin järjestöistä, sähköisistä palveluista sekä yksityisiltä palveluntarjoajilta. Neuvola on hyvä esimerkki kunnan tarjoamista matalan kynnyksen palveluista, sillä sitä tarjotaan kaikille raskaana oleville sekä lapsiperheille. ^[4] Lapsen kasvaessa neuvolakäynnit kuitenkin harvenevat ja ennen kouluikää neuvolakäyntejä on keskimäärin vain noin kerran vuodessa. Tällöin se ei enää palvele erityistukea kaipaavia perheitä riittävästi. Myös ongelmien ennaltaehkäisy ja tuen varhainen tarjoaminen vaikeutuu. ^{[6] [8]}

Kansalaisjärjestöt ovat yksi hyvin merkittävä vanhempien ja parisuhteen palvelujen tuottaja. Järjestösektori täydentää kuntasektorin, seurakuntien ja sairaanhoitopiirin tarjoamia parisuhde- ja perhepalveluita. Järjestöjen rooli on hyvin keskeinen jo olemassa olevien ja uusien parisuhteen tukemista koskevien palvelujen kehittämisessä. He tarjoavat niin kasvokkain kohtaavia kuin sähköisiä palveluita (kuva 1). Esimerkkejä järjestöjen tarjoamasta tuesta parisuhteelle ovat erilaiset tukiryhmät ja

perhekahvilatoiminta. [21] Parisuhdeterapeutit ovat yksi käytetyimmistä ja suosituimmista ammattiryhmistä parisuhteen tukemisessa. Myös kirkon parisuhdepalveluille on paljon kysyntää. [11]



The screenshot shows a web browser window with the address bar displaying 'www.vaestoliitto.fi/parisuhde/'. The page has a green header with navigation links: 'Nuoret · Parit ja sinkut · Seksuaalisuus · Vanhemmuus · Maahanmuuttajat · Perhe ja työ · Kehitysyhteistyö · Tutkimus · Blogi'. The main content area is titled 'Etusivu / Parit ja sinkut' and features a photograph of a young couple sitting on a park bench. Below the photo, there is text in Finnish: 'Näiltä sivuilta löydät tietoa parisuhteesta, sen hoitamisesta, sinkkuudesta ja perheellistymisen teemoista. Löydät sivuiltamme myös avio- ja avoliittoon liittyvää lakitietoa. Voit mm. kartoittaa tilannettasi testeillä ja käydä nettikursseja.' Below this, there is a question: 'Oletko käyttänyt parisuhdepalvelujamme netissä? Voit arvioida sivustoa, parisuhdepuhelinta ja Kysy asiantuntijalta -palstaa taalla.' and a 'Tervetuloa kommentoimaan!' message. On the right side, there is a 'Palvelut' section with details about a chat service: 'Psykoterapeutin päivystyschat torstaisin klo 15-17 ja perjantaisin 18-20' and 'Chattaa ihmishuonekokoisista nimettömänä psykoterapeutin kanssa torstaisin klo 15-17 ja perjantaisin kello 18-20. Palvelu on maksuton. Chat on suunnattu n. 20 - 34-vuotiaille.' There are also links for 'Ajanvarauschatteja asiantuntijan kanssa' and 'Parisuhdeneuvonta' with a phone number '0406794770'.

KUVA 1. Väestöliitto tarjoaa nettisivuillaan erilaisia parisuhdepalveluja (kuva avautuu isommaksi klikkaamalla)

Perhekeskustoimintamalli on osa lapsi- ja perhepalvelujen muutosohjelmaa, jonka piiriin on tarkoitus koota kaikki keskeisimmät lapsiperheiden palvelut. Perhekeskukset verkostoivat tähän asti hajallaan olleita lapsiperheiden sosiaali- ja terveyspalveluja, sivistyspalveluja ja muita kuntien tarjoamia palveluja sekä seurakuntien ja järjestöjen toimintaa ja palveluja. Sen avulla perheille voidaan varmistaa matalalla kynnyksellä peruspalvelut sekä vanhemmuuden ja parisuhteen tuki helposti ja oikea-aikaisesti. Vanhemmuuden ja parisuhteen tukeminen on yksi perhekeskuksen ydintehtävistä. Perhekeskushankkeissa on luotu parisuhteen tukemiseksi myös konkreettisia käytäntöjä, joiden avulla pyritään vahvistamaan vanhempien keskinäistä vuorovaikutusta ja tunneilmaisua sekä ristiriitatilanteiden ratkaisukykyä. [51]

Kaikki eivät saa tukea tasapuolisesti

Suomen yleisin perhetyyppi on lapseton aviopari ja vapaaehtoisen lapsettomuuden yleistyessä kahden aikuisen muodostamien perheiden määrä vain kasvaa. Kahden aikuisen muodostamaa perhettä ei välttämättä edes mielletä perheeksi palvelujärjestelmässä, eikä kunnilla juuri ole olemassa palveluita lapsettoman parin parisuhteen tueksi. Lapsettomilla pariskunnilla oma ja puolison välinen suhde on usein koko elämän merkittävin suhde. Varhainen tukeminen on keskiössä parisuhdeongelmien pitkittymisen ja vaikeutumisen ehkäisyssä. [21] Lapsettomat parit eivät kuulu äitiys- ja lastenneuvolapalveluiden piiriin, joten parisuhteen tukeminen ja ongelmien varhainen tunnistaminen on heidän kohdallaan haastavaa.

Palveluita tarjottaessa oleellista on kiinnittää huomiota niiden saatavuuteen ja saavutettavuuteen. Palvelujen saatavuus kertoo olemassa olevasta palveluvalikoimasta, mutta se ei kuitenkaan kerro onko palvelu sitä tarvitsevien ihmisten kannalta hyvin toimiva ja siten saavutettavissa. Palvelujen saavutettavuus on yhdenvertaisuuden edistämistä. Saavutettavuudessa on oleellista, että palvelut ja niiden saatavuus vastaavat asiakkaiden tarpeita. Fyysisen saavutettavuuden lisäksi asiakkaiden tulee olla myös tietoisia palvelun sisällöstä, laadusta ja luotettavuudesta. [91] Tiettyjen palvelujen, kuten pariopsykoterapian, keskittyminen yliopistokaupunkeihin ja kasvukeskuksiin vaikeuttaa palveluiden saatavuutta pienemmillä paikkakunnilla. Pariterapiapalvelut ovat maantieteellisesti ja taloudellisesti eriarvoisesti kansalaisten saatavilla. [21]

Yksityisten parisuhdeterapeuttipalveluiden lisääntyessä avun saanti on helpottanut, mutta myös ihmisten välinen eriarvoisuus on lisääntynyt. Sosioekonomisesti heikommassa asemassa olevilla ei ole usein taloudellisesti mahdollista käyttää mahdollisesti helpommin saatavilla olevia yksityisen sektorin järjestämiä palveluja. Suomalaista sosiaali- ja terveyspolitiikkaa ohjaa periaate, jonka mukaan perheille tulisi taata riittävät ja laadukkaat palvelut riippumatta perheen sosioekonomisesta ja taloudellisesta asemasta. Kuitenkin tutkittaessa sosioekonomisen aseman yhteyttä palvelujen saatavuuteen ja tuen riittävyyteen huomattiin, että

yksinhuoltajat ja toimentulonsa hankalaksi kokevat pitivät palvelujen saatavuutta muita vaikeampana. Lisäksi nämä vanhemmat kokivat enemmän puutteita palveluista saadussa tuessa. ^[9]

Lopuksi

Suomessa on jo olemassa useita parisuhdetta tukevia palveluja. Julkinen, yksityinen ja kolmas sektori tarjoavat melko laajasti erilaisia vaihtoehtoja tukea kaipaaville pariskunnille. ^[4] Kuitenkaan palveluja ei koeta riittäviksi, sillä vain pieni osa tukea hakeneista pareista koki saaneensa riittävästi apua haasteelliseen tilanteeseen. Palvelujen saatavuus vaihtelee elämäntilanteen, asuinpaikan ja myös taloudellisen tilanteen mukaan. Parisuhteen tukea toivotaan tarjottavan myös ennaltaehkäisevästi. Riittävän varhaisessa vaiheessa tarjottu tuki ehkäisee ongelmien pitkittymisen ja vaikeutumisen. ^[2] Yhdenvertaiset, riittävät ja helposti saatavilla olevat parisuhteen tukemisen palvelut tulisi taata kaikille perheille heidän asuinkunnastaan ja sosioekonomisesta asemastaan riippumatta ^[9].

Parisuhteelle toivotaan tarjottavan pitkäjänteistä, ratkaisukeskeistä, yksilöllistä sekä kokonaisvaltaista tukea ^[5]. Vanhemmat kaipaavat tietoa parisuhteesta, vertaistuesta sekä parisuhteen tukemisen palveluista. Neuvolalta toivotaan riittävän tiheitä käyntejä, terveydenhoitajan pysyvyyttä sekä parisuhteen puheeksiottamista ja säännöllistä tuen tarpeen kartoittamista. Vanhemmat painottavat erityisesti matalan kynnyksen palvelujen merkitystä osana palveluverkostoa. ^[6] Digitalisaatio ja erilaiset sähköiset palvelut mahdollistavat parisuhteen tukemisen joustavasti, mutta näitä palveluita ei tunneta vielä kattavasti. Palveluiden tunnettavuuden parantaminen ja alueellisten erojen kaventaminen mahdollistaa oikeanlaisen avun tarjoamisen. Parisuhteen tukemisen palvelut tulisi yhtenäistää kattavaksi kokonaisuudeksi, jotta tukea tarvitsevat parit eivät jäisi kriisitilanteessa yksin. ^[3]

Lähteet

- [^] ^{abcd}Kontula, O. 2013. Perhebarometri. Yhdessä vai erikseen? Tutkimus suomalaisten parisuhteiden vahvuuksista, ristiriidoista ja erojen syistä. Väestöliitto, Väestötutkimuslaitos. Hakupäivä 23.1.2020.
<http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/%40Bin/e1cb6e23b1d54f92766c6bc0f10191c4...>
- [^] ^{abcdefg}Heiskanen, L., Helamaa, T., Laru, S., Muuronen, K., Salmi, A., Satuli-Kukkonen, T. & Ukkonen-Wallmeroth, J. 2019. Vanhemmuuden ja parisuhteen tukeminen järjestöjen yhteistyönä. Teoksessa T. Hakulinen, T. Laajasalo & J. Mäkelä (toim.) Vanhemmuuden ja parisuhteen tuen vahvistaminen. Teoriasta käytäntöön. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 30–37. Hakupäivä 13.1.2020.
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-357-1>
- [^] ^{abc}Kalmari, H. & Mäkelä, J. 2016. Vanhemmuuden ja parisuhteen tuen vahvistaminen. Suunnitelma kansallisen ja maakunnallisen toimeenpanon tueksi (projektisuunnitelma). Lapsi ja perhepalveluiden muutosohjelma, Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. Hakupäivä 13.1.2020.
<https://verkkojulkaisut.valtioneuvosto.fi/stm/zine/14/pdf>
- [^] ^{abc}Klemetti, R. & Hakulinen-Viitanen, T. (toim.) 2013. Äitiysneuvolaopas. Suosituksia äitiysneuvolatoimintaan. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Hakupäivä 15.1.2020.
https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110521/THL_OPA2013_029_verkko.pdf
- [^] ^{abc}Pelkonen, M. 2019. Vanhemmuuden ja parisuhteen tuki perhekeskuksen ydintehtävänä. Teoksessa T. Hakulinen, T. Laajasalo & J. Mäkelä (toim.) Vanhemmuuden ja parisuhteen tuen vahvistaminen. Teoriasta käytäntöön. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 106–113. Hakupäivä 13.1.2020.
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-357-1>
- [^] ^{abcd}Lauhikari, S. & Rahkola, P. 2019. Parisuhteen tukeminen äitiys- ja lastenneuvolassa. Hakupäivä 9.1.2020. Oulun ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Hakupäivä 20.3.2020.
<http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202001071048>
- [^]Kiiveri, S., Koivisto, J., Koivumäki, L., Lahdensivu, M., Leinonen, A., Nieminen, S., Närhi, M., Pirttijärvi, M. & Huovila, M. 2018. Sähköinen perhekeskus. Kehittämistarpeet, tavoitetila, skenaariot ja toimenpide-ehdotukset. Työryhmän selvitys. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. Hakupäivä 13.1.2020.
<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161209...>
- [^]Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Opas työntekijöille. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. Helsinki. Hakupäivä 2.3.2020.
<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74223...>
- [^] ^{abc}Perälä, M-L., Halme, N. & Kanste, O. 2014. Lapsiperheiden kokemus palvelujen saatavuudesta ja tuen riittävydestä. Teoksessa J. Lammi-Taskula & S. Karvonen (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 228–239. Hakupäivä 13.1.2020.
<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116712...>

Metatiedot

Nimeke: Matalan kynnyksen tukea parisuhteelle tarvitaan enemmän

Tekijä: Lauhikari Sara; Rahkola Pirita; Honkanen Hilikka

Aihe, asiasanat: palvelut, parisuhde, perheet, tukeminen, vanhemmuus, varhainen tuki

Tiivistelmä: Hyvinvoivalla parisuhteella on positiivisia terveysvaikutuksia ihmisen psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin. Toimiva parisuhde vahvistaa koko perheen hyvinvointia ja vastaavasti toimimaton parisuhde saattaa lisätä vanhempien ja lasten haavoittuvuutta. Pariskunnat ovat halukkaita hakemaan apua ja tukea parisuhteen kriisitilanteiden selvittämiseksi. Tutkimukset ovat kuitenkin osoittaneet, että parisuhteen hyvinvoinnista huolestuneet parit eivät ole löytäneet tai saaneet oikeanlaista apua oikeaan aikaan. Suuri osa eroon päätyneistä pareista ei ollut saanut minkäänlaista tukea ongelmiinsa.

Parisuhteelle toivotaan tarjottavan pitkäjänteistä, ratkaisukeskeistä, yksilöllistä sekä kokonaisvaltaista tukea. Matalan kynnyksen palveluja parisuhteen tukemiseksi kaivataan enemmän. Suomessa parisuhteen tukemisen palveluja tarjoavat kunnat, seurakunnat, kolmannen sektorin järjestöt ja yksityiset palveluntarjoajat. Palveluita on tarjolla myös sähköisesti. Parisuhteen tukemisen palveluita ei kuitenkaan tunneta kattavasti ja niiden saatavuus vaihtelee alueellisesti.

Julkaisija: Oulun ammattikorkeakoulu, Oamk

Aikamääre: Julkaistu 2020-04-24

Pysyvä osoite: <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2020040610443>

Kieli: suomi

Suhde: <http://urn.fi/URN:ISSN:1798-2022>, ePooki - Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut

Oikeudet: CC BY-NC-ND 4.0

Näin viittaat tähän julkaisuun

Lauhikari, S., Rahkola, P. & Honkanen, H. 2020. Matalan kynnyksen tukea parisuhteelle tarvitaan enemmän. ePooki. Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut 22. Hakupäivä xx.xx.xxxx. <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2020040610443>.