

This is a self-archived version of an original article. This version may differ from the original in pagination and typographic details.

Author(s): Rautaparta-Pennanen, Kaija; Kekkonen, Marjatta; Collin, Kaija; Böök, Marja Leena; Rönkä, Anna

Title: Vanhemmuuden ja selviytymiskykyisyyden tukeminen ohjatussa äiti–lapsi-vertaisryhmässä

Year: 2022

Version: Published version

Copyright: © Kirjoittajat, 2022

Rights: CC BY-NC-ND 4.0

Rights url: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Please cite the original version:

Rautaparta-Pennanen, K., Kekkonen, M., Collin, K., Böök, M. L., & Rönkä, A. (2022). Vanhemmuuden ja selviytymiskykyisyyden tukeminen ohjatussa äiti–lapsi-vertaisryhmässä. *Sosiaalipedagoginen aikakauskirja*, 23(1), 13-40. <https://doi.org/10.30675/sa.107618>

Vanhemmuuden ja selviytymiskykyisyyden tukeminen ohjatussa äiti–lapsi-vertaisryhmässä

*Kaija Rautaparta-Pennanen, Marjatta Kekkonen,
Marja Leena Böök, Kaija Collin ja Anna Rönkä*

TIIVISTELMÄ

■ Tutkimuksen tavoitteena oli tarkastella työntekijöiden kuvauksia ja havaintoja siitä, miten ohjatussa äiti–lapsi-vertaisryhmässä tuetaan vanhemmuutta ja selviytymiskykyisyyttä. Tutkimuksen viitekehyksenä sovellettiin resilienssitutkimuksen ja Seligmanin (2011) PERMA-hyvinvointiteorian käsitteitä. Tutkimuksen kontekstina oli matalan kynnyksen perhekeskustoiminta ja kohteena äiti–lapsi-vertaisryhmä. Lähestymistapana sovellettiin tapaustutkimusta, ja menetelminä olivat työntekijöiden (N=2) parihaastattelut tutkimusjakson alussa ja lopussa sekä puolistrukturoidut päiväkirjat, joihin työntekijät kirjasivat huomioitaan omista toimintatavoistaan ja vuorovaikutustilanteista äitien ja lasten ryhmätapaamisista kolmelta ajanjaksolta. Aineisto analysoitiin temaattisen sisällönanalyysin avulla. Tutkimuksen tuloksena tunnistettiin neljä selviytymiskykyä ja vanhemmuutta vahvistavaa työntekijän toimintatapaa: yhteisen tekemisen järjestäminen ja toiminnan sanoittaminen, kannustaminen ja vahvuuksien tunnistaminen, myönteisen ilmapiirin luominen sekä lähellä oleminen. Sosiaalipedagoginen työote ilmeni vertaisryhmän työntekijöillä toimivan vuorovaikutuksen rakentamisena, yhteisöllisyyden vahvistamisena ja yhteisön kasvatuksellisten mahdollisuuksien etsimisena. Tutkimus antaa uutta tietoa työkäytänteistä, joilla voidaan vahvistaa vanhempien selviytymiskykyisyyttä perhekeskuksen matalan kynnyksen kohtaamispaikoissa.

Avainsanat: vanhemmuuden tukeminen, selviytymiskykyisyys, PERMA-hyvinvointiteoria, perhekeskus, ohjattu vertaistoiminta

ABSTRACT

SUPPORTING PARENTING AND RESILIENCE IN A GUIDED MOTHER-CHILD PEER GROUP

■ This case study applied the PERMA well-being theory of Seligman (2011) to examine family workers' descriptions of how parenting and resilience can be supported as part of a guided mother-child peer group in the context of low-threshold family services for families experiencing challenges in for example coping with everyday life.

Employees (N = 2) kept semi-structured diaries in which they reported their views on their own practices and interactions with mothers and children during group meetings over three periods and were pair-interviewed with at the beginning and end of the study period. Data were analysed using thematic content analysis. Four ways of strengthening parenting were identified: arranging joint activities, encouraging and identifying strengths, creating a positive atmosphere, and promoting closeness. The employees' social pedagogical orientation was manifested in their efforts to promote positive interaction with the parents, build a good atmosphere, and seek educational opportunities for parents in their daily practices. The results provide new insights into work practices that can strengthen parents' resilience in low-threshold encounters at the family centre.

Keywords: *parenting support, resilience, PERMA welfare theory, family services, guided peer group*

Johdanto

Tässä artikkelissa tarkastelemme vanhemmuuden ja selviytymiskykyisyyden kohdennettua tukemista vanhempien vertaisryhmätoiminnassa. Ymmärrämme vanhemmuuden tukemisen tutkimuksessamme sellaisena työntekijöiden ja perheen vuorovaikutuksena, jolla voidaan vahvistaa vanhemman ja lapsen suhteen laatua lasten positiivisen kehityksen edistämiseksi (Morris, Jespersen, Cosgrove, Ratliff & Kerr 2020). Vanhemmuuden tuki voidaan jakaa universaaliin eli kaikille perheille tarkoitettuun tukeen, kohdennettuun tukeen, jossa tukea saavan perheen vanhemmat kuuluvat tavalla tai toisella riskiryhmään tai jossa perheen lapsella on erityistarpeita, sekä intensiiviseen tukeen, joka on tarkoitettu vanhemmille, joiden elämäntilanne voi vaarantaa lapsen terveyttä ja kehitystä (Kalland & Salo 2020). Vanhemmuuteen vaikuttavat vahvasti monet rakenteelliset ja olosuhteisiin liittyvät yhteiskunnalliset tekijät, kuten per-

heen toimeentulo ja mahdollisuudet työn ja perheen yhteensovittamiseen (ks. esim. Sihvonen 2021). Tässä tutkimuksessa keskitymme vanhemmuuden tukemiseen vuorovaikutuksellisesti ja tarkastelemme työntekijöiden toimintakäytänteitä vanhemmuuden ja vanhempi-lapsi-suhteen tukemisessa.

Tutkimuksemme nojautuu selviytymiskykyisyyden tutkimukseen, joka on tuottanut tietoa niistä tekijöistä, jotka edistävät perheiden selviytymistä etenkin riskitekijöitä sisältävissä ympäristöissä (ks. Joutsenniemi & Lipponen 2015; Masten 2018; Prime, Wade & Browne 2020). Selviytymiskykyisyyttä koskevan tutkimuksen rinnalla, jäsentämässä vanhemmuuden tukemisen toimintatapoja käytännössä, hyödynnämme Seligmanin (2011, 16) PERMA-hyvinvointiteoriaa, joka painottaa esimerkiksi myönteisten tunteiden, läheisten ihmissuhteiden ja merkityksellisten tavoitteiden saavuttamisen tärkeyttä ihmisten hyvinvoinnin tukemisessa.

Tutkimuksen kontekstina on matalan kynnyksen Perheentalo-toiminta, jonka tavoitteena on perheiden osallisuuden, vertaistuen ja yhteisöllisyyden vahvistaminen tukemalla vanhempien voimavaroja. Perheentalot ovat osa lasten, nuorten ja perheiden hyvinvoinnin tukemiseen ja avuntarpeisiin vastaavaa perhekeskuksen palveluverkostoa, jossa yhteensovitetaan hyvinvointialueiden sosiaali- ja terveyspalveluja, kuntien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen palveluita sekä sivistystoimen, järjestöjen ja seurakuntien palveluita ja toimintaa. (Ks. Kekkonen 2019; Pelkonen ym. 2020.)

Pohjustamme aluksi lähtökohtiamme vanhemmuuden tukemiseen selviytymiskykyisyyttä koskevan tutkimustiedon ja Seligmanin (2011) PERMA-hyvinvointiteorian avulla. Tämän jälkeen kuvaamme tutkimuksen toteuttamisen, esittelemme tutkimustulokset sekä tarkastelemme tutkimuslöydöksiä suhteessa edellä mainittuihin lähtökohtiin.

Selviytymiskykyisyys ja PERMA-hyvinvointiteoria

Selviytymiskykyisyyden (engl. *resilience*) käsite otettiin käyttöön tutkittaessa yksilöiden ja perheiden vaihtelevaa joustavuutta ja mukautumista erilaisissa haavoittavissa tilanteissa (Masten 2001; Rutter 1999; Walsh 2016). *Resilience*-käsite on käännetty suomeksi mm. resilienssiksi, joustavuudeksi, toipumiskyvyksi ja selviytymiskykyisyydeksi (Hyvönen ym. 2019; Joutsenniemi & Lipponen 2015). Käytämme artikkelissamme käsitteestä suomenkielistä käännettä selviytymiskykyisyys. Selviytymiskykyisyys rakentuu vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa, edellyttää tukea läheisiltä (Hyvönen ym. 2019, 95; Joutsenniemi & Lipponen 2015) ja poh-

jautuu lapsuudessa rakentuneisiin kiintymyssuhteisiin (Darling, Cassidy & Rehm 2019; Masten 2018; Morris ym. 2020).

Selviytymiskykyisyyteen liittyy sekä ulkoisia että sisäisiä tekijöitä, joista tässä tutkimuksessa tarkastellaan sisäisiä tekijöitä. Sisäisiin tekijöihin luokituvat tehokas kognitiivinen toiminta, menestys sosiaalisissa suhteissa sekä itsesäätelykyky (Rutter 1999). Yksilöiden sisäinen selviytymiskykyisyys liittyy sosiaalisiin taitoihin, ongelmanratkaisukykyyn, itsetuntoon ja -tietoisuuteen, autonomiaan ja elämän tarkoituksellisuuden ja merkityksen tunteeseen (ks. Alexander 2013; Goldstein, Faulkner & Wekerle 2013; Hass, Allen, & Amoah 2014; Rutter 1999). Tässä tutkimuksessa ei tarkastella selviytymiskykyisyyteen vaikuttavia ulkoisia tekijöitä, joita ovat esimerkiksi toimeentulo-ongelmat, perherakenteiden muutokset, työ ja työttömyys sekä vanhemmuutta koskevat suorituspainet (ks. Lentz-Becker, Bräutigam & Müller 2020; Sihvonen 2021; Yokoyama, Hakulinen, Sugimoto, Silventoinen & Kalland 2018).

Tarkastelemme tutkimuksessamme vanhempien selviytymiskykyisyyden tukemisen käytänteitä äiti-lapsi-vertaisryhmässä hyödyntäen Seligmanin (2011) PERMA-teoriaa hyvinvoinnista. Seligmanin (2011) mukaan hyvinvointi koostuu viidestä tärkeästä elementistä, joiden etukirjaimet muodostavat PERMA-teorian nimen. Ensimmäinen elementti ovat myönteiset tunteet (P, *positive emotions*), joita ovat esimerkiksi toivo, kiinnostus, ilo, rakkaus, myötätunto, ylpeys, huvi ja kiitollisuus. Sitoutumista (E, *engagement*) voidaan kuvailla parhaimmillaan flow-tilana, jossa ihminen nauttii tekemisestään todella paljon saaden siitä mielihyvän kokemuksen (Seligman 2011, 11, 16–17). Läheiset ihmissuhteet (R, *relationships*) asettuvat PERMA-teorian ytimeen (Seligman 2011, 20), sillä sosiaalista tukea – huolehdituksi, arvostetuksi ja rakastetuksi tulemista – on pidetty yhtenä tärkeimmistä hyvinvoinnin edellytyksistä (ks. Forgeard, Jayawickreme, Kern & Seligman 2011, 86; Leskisenoja 2016, 35). Elämän tarkoituksellisuudesta (M, *meaning*) puhutaan, kun ihminen tuntee kuuluvansa johonkin ja kokee elämänsä arvokkaaksi (ks. Kern, Waters, Adler & White 2015). Elämän tarkoituksellisuuteen liittyy myös omien vahvuuksien ja voimavarojen kehittäminen (Peterson, Park & Seligman 2005, 26). Se, että ihminen voi tavoitella ja saavuttaa itselleen merkityksellisiä tavoitteita (A, *achievement, accomplishments*), on Seligmanin (2011, 18–19) mukaan hyvinvoinnin kannalta keskeisintä. Seligman käyttää termiä kukoistus ”*flourishing*”, joka syntyy, kun ihminen kokee kaikkien PERMA-teorian hyvinvoinnin elementtien toteutuvan elämässään: myönteisiä

tunteita, itsesäätelykykyä, sitoutumista, merkityksellisyyttä, positiivisia suhteita sekä saavutuksia (Seligman 2011, 12, 24–29).

Sosiaalipedagogisesta näkökulmasta tarkasteltuna PERMA-teoria tarkastelee yksilön ja hänen lähimmän yhteisönsä välisiä suhteita välittömässä sosiaalisessa lähiympäristössä (Fernström, Vuorinen & Uusitalo 2021, 118). Fernströmin ym. (2021) mielestä on tärkeää pohtia, mikä on se sosiaalintava konteksti, jossa hyvinvoinnin elementtien kokeminen on mahdollista ja kuinka kaikille taataan mahdollisuus kokea niitä. Se, missä määrin yksilö voi kokea hyvinvointia omassa lähiympäristössään, riippuu myös yhteiskunnallisista tekijöistä, joihin PERMA-teoria ei ota erikseen kantaa (ks. Fernström ym. 2021; Seligman 2011).

PERMA-hyvinvointiteorian näkökulmasta on tutkittu Suomessa aikaisemmin muun muassa kouluikäisten kouluonnellisuutta ja vahvuuksien rakentumista (Fernström ym. 2021; Leskisenoja 2016), ammatillisten oppilaitosten oppimisympäristöjen hyvinvoinnin elementtejä (Wenström 2020) sekä palveluhenkilöstön johtamista (Rantanen 2015). Tässä tutkimuksessa PERMA-hyvinvointiteoriaa hyödynnetään perhekeskuksen palveluverkostoon kuuluvan Perheentalon toiminnan tutkimiseen, erityisesti tarkastelun kohteena on äiti–lapsi-vertaisryhmätoiminta.

Tutkimuksen konteksti ja tutkimusasetelma

Tutkimuksemme kohteena olivat työntekijöiden ja vanhempien kohtaamiset Perheentalossa kokoontuvan vertaisryhmätoiminnan aikana. Perheentalo on perhekeskuksen palveluverkostoon sisältyvä matalan kynnyksen kohtaamispaikka (Kekkonen 2019), jolle on luonteenomaista toimijoiden välinen yhteistyö. Aiemmissä tutkimuksissa on kuvailtu eri hallinnon alojen toimintojen kietoutumista toisiinsa perhekeskuksissa (ks. Bulling & Berg 2018; Pelkonen ym. 2020, 68; Seppälä, Grönlund & Kempainen 2020). Perheentalot ovat järjestöjen tuottamia yhteisöaloja, joissa ammattilaiset yhdessä vapaaehtoisten toimijoiden kanssa tukevat perheiden kokonaisvaltaista hyvinvointia, arjen sujumista ja jaksamista (Perheentalo-yhteistyö 2022). Norjassa vastaavanlaisina perheiden kohtaamispaikkoina toimivat esimerkiksi avoimet päiväkodit, joissa vahvistetaan vanhemmuutta tiedon, ohjauksen ja palveluohjauksen keinoin sekä tuetaan vanhempien osallisuutta, vertaissuhteita ja ryhmätoimintaa. Vanhempien lämmin kohtaaminen, turvallinen ilmapiiri ja yhteisöllisyys luovat tilaa myös huumorille ja ilolle. Toiminnan tavoitteena on tarjota osallistujille avoin tila oppia vanhemmuuden taitoja. (Warvik Vedeler 2019, 144–147.)

Mahdollisimman varhaisella puuttumisella voidaan ehkäistä vanhempien väsymistä ja jäämistä yksin ongelmiensa kanssa (ks. Arney & Scott 2010; Sanders 2003). Bulling ja Berg (2018) ja Darling ym. (2019) ovat havainneet tutkimuksissaan, että yhteen sovitetut palvelut auttavat palvelutarpeiden varhaisessa tunnistamisessa ja arvioimisessa sekä toimivat lapsi- ja perhelähtöisesti ja osallisuutta vahvistavasti. Suomalaisen perhekeskuksen matalan kynnyksen palvelukokonaisuuden tavoitteena on mahdollistaa lapsille, nuorille ja perheille sopivan ja oikea-aikaisen tuen saaminen yhteen sovitetuista palveluista. Perhekeskus kattaa lapsille ja perheille suunnatut hyvinvointia, terveyttä, kasvua ja kehitystä edistävät sekä varhaisen tuen, hoidon ja kuntoutuksen palvelut (Pelkonen ym. 2020).

Tutkimuksen kohteena olevien vertaisryhmien toiminta oli suunnattu perheille, joissa oli pieniä lapsia tai vasta vauvaa odottavia vanhempia. Toimintaan hakeutumisen syynä oli esimerkiksi arjen kuormittavuus, kuten vauvan uni- ja syömispuhmat. Ryhmien tavoitteena oli myös tarjota apua osallistujien mahdollisesti kokemaan yksinäisyyteen, väsymyskierteeseen, masennukseen, riippuvuusongelmaan tai parisuhteen haasteisiin. Vertaisryhmien toimintaa ohjasivat koulutetut työntekijät, jotka hyödynsivät ryhmässä vanhempien keskinäistä vertaistukea. Vertaisryhmään kuului neljä perhettä, ja ryhmä kokoontui puolen vuoden ajan kolme kertaa viikossa 3–5 tuntia kerrallaan. Tämän tutkimuksen aineiston keruu kesti vuoden, ja sinä aikana toimintaan osallistuneet perheet vaihtuivat, kun uusi ryhmä aloitti puolen vuoden jaksonsa. Jakson aikana vanhemmat olivat tiiviisti yhteydessä työntekijöihin, esimerkiksi puhelimitse ja viestien avulla niinä päivinä, kun vertaisryhmä ei kokoontunut. Ryhmätapaamisten lisäksi vanhemmilla oli mahdollisuus myös yksilötapaamiisiin. Ryhmässä elettiin lapsiperheen arkea ja tuettiin esimerkiksi päivärytmin löytymistä. Yhdessä ruokailemisen, leikkien ja laulujen sekä keskusteluiden avulla ryhmästä muodostui tukiverkko, jossa jaettiin pikkuvauva-ajan ja vanhempana olemisen kokemuksia.

Tässä tutkimuksessa tarkastelimme työntekijöiden kuvauksia Perheentalon vertaisryhmässä tapahtuvasta toiminnasta. Tutkimuskysymys oli seuraavanlainen: Miten vertaisryhmän työntekijät kokevat parhaiten tukevansa äitien selviytymiskykyisyyttä ja vanhemmuutta äiti-lapsi-vertaisryhmässä? Kiinnostuksemme vertaisryhmässä kohdistui erityisesti työntekijöiden kuvailemiin työkäytänteisiin vanhemmuuden ja selviytymiskykyisyyden tukemisessa. Olimme kiinnostuneita, ilmeneekö työntekijöiden kuvaamissa toimintatavoissa sosiaalipedagogisen työotteen ele-

menttejä kuten arkilähtöisyyden ja yhteisöllisyyden periaatteita (ks. Kurki 2000a; 2000b; Nivala & Rynnänen 2019, 253).

Sovelsimme tapaustutkimuksellista otetta pyrkimällä kuvaamaan tarkasti, miten työntekijät toimivat vertaisryhmän arjen vuorovaikutustilanteissa. Tutkimuksessamme oli piirteitä laadullisesta tapaustutkimuksesta (ks. Hamilton & Corbett-Whittier 2013; Schwandt & Gates 2018), jossa tiedon katsotaan perustuvan tutkimukseen osallistujien havaintoihin ja kokemuksiin. Tutkimme ammattilaisten ohjaamaa vertaisryhmätoimintaa ja tavoitteenamme oli tarkastella työntekijöiden työskentelyä perheiden kanssa ulkopuolisen näkökulmasta (ks. Cohen, Manion & Morrison 2011; Eriksson & Koistinen 2014).

Tutkimuksemme vanhemmat olivat äitejä, joten vanhemmuutta tarkasteltiin äitien ja lasten välillä. Perheiden oma ääni ei tullut tutkimuksessamme kuuluviin, vaan aineistona olivat työntekijöiden kirjoittamat päiväkirjat ja haastattelut, joissa he kuvasivat toimintatapojaan perheiden kanssa tietyn ajanjakson aikana. Työntekijöiden päiväkirjamuistiinpanot ovat heidän omia tulkintojaan vanhempien kokemuksista, eivätkä sellaisenaan kerro äitien tuntemuksista. Tutkimuksemme ei siis tavoita vanhempien omaa kokemusta siitä, mitkä vanhemmuuden tuen käytänteet toimivat ja mitkä eivät. Toimivan vanhemmuuden tuen merkitys perheiden näkökulmasta rajautuu näin tutkimuksestamme pois.

Tutkimuksen toteuttaminen

Aineiston keruu

Aineiston keräämisen suunnitteluvaiheessa haimme tutkimuksellemme luvan perhekeskuspäälliköltä. Tutkimusaineistoa ei kerätty suoraan vanhemmilta vaan heidän kanssaan työskenteleviltä työntekijöiltä, jotka kertoivat tutkimuksesta toimintaan osallistuville perheille. Tutkimuksen kohdistuessa työntekijöihin perheiltä ei kerätty suostumuksia. Menetelmänä olivat työntekijöiden (N=2) parihaastattelut tutkimusjakson alussa ja lopussa sekä puolistrukturoidut päiväkirjat, joihin työntekijät kirjasivat huomioitaan omista toimintatavoistaan ja vuorovaikutustilanteista äitien ja lasten ryhmätapaamisista kolmelta ajanjaksolta.

Ensimmäinen kirjoittaja teki työntekijöiden kaksi haastattelukertaa parihaastatteluina. Teemahaastattelurunko koostui aiheista, jotka valittiin selviytymiskykyisyyden (ks. Hass ym. 2014; Masten 2018; Ungar 2016) tukemisen teemoista: toimintatavat perheiden tukemisessa, työn taustalla olevat periaatteet, myönteisyys ja myönteisyyden ilmeneminen perheiden

kanssa tehtävässä työssä sekä työtapojen hyödyt lasten näkökulmasta. Samaa haastattelurunkoa käytimme myös toisessa haastattelussa. Haastattelujen tallentaminen mahdollisti sen, että haastattelija pystyi keskittymään parikeskusteluun, ja näin hänen oli helpompi reagoida haastateltavien puheessa nousseisiin uusiin asioihin lisäkysymyksillä.

Toisena aineistonkeruumenetelmänä käytettiin päiväkirjaa, joka sopii hyvin käytettäväksi perheiden kanssa tehtävässä työssä tiedonkulun, ilmiöiden tunnistamisen ja ohjaamisen välineenä. Päiväkirjamenetelmän vahvuutena on päästä kiinni arjen tunteisiin, tilanteisiin ja toimintaan. (Bartlett & Milligan 2015; Malinen 2011; Malinen ym. 2009.) Päiväkirjojen kirjoittamista varten oli sovittu viikon pituiset tiedonkeruun vaiheet syksyllä 2018 sekä keväällä 2019. Alkukesästä 2019 oli vielä tiedonkeruuviikko, ns. leiriviikko, joka kuului perheiden ohjelmaan. Päiväkirjojen pitämistä varten kehitimme päiväkirjoille puolistrukturoidun rakenteen, jonka tarkoituksena oli ohjata työntekijöitä kirjaamaan ylös havaintojaan tietyistä näkökulmista, mutta rakenne mahdollisti myös varsin vapaan kerronnan. Artikkelin ensimmäinen kirjoittaja toimitti päiväkirjapohjat työntekijöille aina päiväkirjajakson alkaessa ja ohjeisti työntekijät kunakin päiväkirjajakson kirjoittamisvaiheeseen sekä suullisesti kasvatusten että kirjallisesti päiväkirjapohjassa olevan ohjeistuksen avulla. Työntekijöiden ja tutkijoiden yhteistyötä voi kuvailla luontevaksi, sillä työntekijät suhtautuivat päiväkirjoihin avoimin mielin ikään kuin osana omaa työtänsä tarkastelua. Työntekijät tekivät havaintoja vertaisryhmän tapaamisista ja kirjasivat päiväkirjapohjassa oleviin avoimiin kysymyksiin huomioita vertaisryhmän päivästä, esimerkiksi mikä teki tästä perheen kohtaamisesta hyvän/huonon tänä aamuna tai missä määrin vanhempi kertoi työntekijälle ajatuksiaan. Kysymyksiin pyydettiin vastaamaan kerran päivässä, iltapäivisin perheiden lähdettyä pois vertaisryhmätapaamisesta.

Päiväkirjamenetelmän käyttöön liittyy rajoituksia (Bartlett & Milligan 2015, 94; Malinen ym. 2009), varsinkin, kun kirjaukset tehdään kynä-paperimenetelmällä. Vastaajat voivat väsähtää ja into vastaamiseen voi hiipua, jolloin vastaajat saattavat kirjata vastauksensa jälkikäteen, muistinvaraisesti. Vastaamiseen voi vaikuttaa vastaajan oma, persoonallinen vastaustapa, ja koska vastaajia tässä tutkimuksessa oli vain kaksi, tämä on otettava huomioon tuloksia tulkittaessa. Tämän tapaustutkimuksen tavoitteena oli tuottaa tutkittavasta kokonaisuudesta mahdollisimman tarkka kuvaus, jolloin tutkimus oli luonteeltaan vahvasti tiettyyn paikkaan sidottu (ks. Eriksson & Koistinen 2014; Rodrigo 2016).

Aineiston analyysi

Analysoimme haastattelu- ja päiväkirja-aineistoja temaattisen sisällön-analyysin (Braun & Clarke 2006; Eskola & Suoranta 2015) avulla. Tarkastelimme työntekijöiden omia havaintoja ja kuvauksia toimintatavoistaan vanhemmuuden ja selviytymiskykyisyyden tukemisessa vanhempien vertaisryhmätoiminnan aikana erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Aineistoon tutustuminen ja sen alustava koodaaminen eivät olleet analyttisesti neutraaleja vaan pohjautuivat esiyymmärrykseemme siitä, mitä on vanhemmuuden ja selviytymiskyvyn tukeminen. Analyysimme seurasi Braunin ja Clarken (2006) kuusivaiheista lähestymistapaa, joka sisältää erilaisia vaiheita tietoihin tutustumisesta alkukoodien luomiseen, teemojen etsimiseen ja tarkasteluun, määrittelyyn ja nimeämiseen sekä raportin laatimiseen. Tutkimuksemme luotettavuuden lisäämiseksi ja tulkintojen vahvistamiseksi analyysiprosessin aikana kävimme tulkinnoista yhteisiä keskusteluja kaikkien kirjoittajien kanssa. Temaattisella analyysillä tutkimuksen ensimmäinen kirjoittaja muodosti aineistosta laajan mutta tarkan yleiskuvan eikä keskittynyt ainoastaan yksityiskohtiin. Säännönmukaisuuksia ja merkityksiä hakevien teemojen avulla selvitimme, miten vertaisryhmän työntekijät kokevat parhaiten tukevansa äitien selviytymiskykyisyyttä ja vanhemmuutta tietyn ajanjakson aikana, ja samalla teema edustaa jollakin tasolla säännönmukaisia vastauksia tai merkityksiä aineistossa (Braun & Clarke 2006). Tutkimuskysymyksemme ohjasi havaitsemaan aineistosta erilaisia sisältöjä, ja teoria ohjasi tunnistamaan puheesta erityisesti selviytymiskykyisyyteen liittyviä sisältöjä.

Analyysin ensimmäisessä vaiheessa analysoimme aineiston tarkastelemalla sitä kokonaisuutena, sillä analyysin kohteena eivät olleet yksittäiset haastattelut vaan koko aineisto. Toisessa vaiheessa poimimme haastattelu- ja päiväkirja-aineistosta tutkimuskysymysten suuntaamana lainauksia työntekijöiden toimintatavoista ja kiinnitimme huomion siihen, miten he kertovat tukevansa ja edistävänsä perheiden selviytymiskykyä ja myönteistä vanhemmuutta omalla toiminnallaan, esimerkiksi: *lähdimme laulamaan yhdessä ja hauskuuttivat ohjaajia soittamalla ovikelloa tauotta.*

Kolmannessa ja neljännessä vaiheessa järjestimme eri toimintatavat eri koodeihin. Esimerkiksi naurun, jaetun ilon ja mielihyvän koodin alle sijoitettiin ilmaisut: *hauskuuttivat ohjaajia soittamalla ovikelloa tauotta, siitä seurasi jaettua iloa vanhemman ja lapsen välille, äiti näki lapsen riemua ja unohti omat asiansa.*

Lopuksi kävimme luodut toimintatapojen koodit ja niiden alle tulevat

ilmaiset vielä kertaalleen läpi ja arvioimme ne kokonaisuutena yhteensopiviksi. Nimetyt koodit pitivät sisällään erilaisia aineistossa toistuvia toimintatapoja. Viidennessä vaiheessa tarkensimme ja kehitimme teemojen nimet ja ominaisuudet muodostuneiden koodien pohjalta. Muodostimme teemat selviytymiskykyisyyden tukemisen käytänteiden ja niiden avulla nimettyjen erilaisten toimintatapojen ympärille. Esimerkiksi aikaisemmin mainittu naurun, jaetun ilon ja mielihyvän ilmaiset -toimintatapa nimettiin myönteisen ilmapiirin luominen teemaksi.

Analyysin kuudennessa eli tulosten kirjaamisvaiheessa (Braun & Clarke 2006) suhteutimme tulokset PERMA-teoriaan ja resilienssitutkimukseen. Lisäksi tulkitsimme analyysin tuottaman tiedon avulla, millaista työtettä esiintyy työntekijöiden toimintatavoissa.

Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Eettisyyden huomioiminen lähti siitä, että vertaisryhmän työntekijät tiesivät tutkimuksen luonteen ja allekirjoittivat suostumuksen tutkittaviksi. Tutkimuksen toteuttamisessa huolehdimme siitä, ettei tutkimus tuota mitään haittaa tutkittaville tutkimuksen aikana eikä sen jälkeen (ks. esim. Atkins & Wallace 2012; Clark 2006). Lisäksi työntekijät kertoivat perheille vertaisryhmän toiminnan aikana, että ainoastaan työntekijöiden toimintaa perheiden kanssa tutkitaan eikä perheistä kerätä tai tallenneta mitään taustatietoja. Pohdimme, että olisimme voineet pyytää myös perheiltä kirjallisen suostumuksen tutkimukseemme osallistumiseen. Tutkimuksemme tavoitteena oli kuitenkin tarkastella työntekijöiden toimintaa ja toimintatapoja, joten ajattelimme työntekijöiden kirjallisen suostumuksen ja tutkimusluvan olevan riittäviä tässä tutkimuksessa. Tutkittavien anonyymiteetin vuoksi artikkelissamme ei kerrota paikkakuntaa. Osallistuvista työntekijöistä käytämme koodinimiä, emme kuvaile perheitä, emmekä esimerkiksi kerro työntekijöiden koulutustaustasta tarkemmin (ks. Wiles ym. 2008). Luottamuksellisten tietojen käsittelyssä ja raportoinnissa harkitsemme huolellisesti ratkaisuja, sillä tutkimuksemme perustui osallistujien luottamukseen anonyymiteetin suojelemiseksi (ks. Atkins & Wallace 2012; Clark 2006).

Tutkimuksen rajoituksena voidaan pitää aineiston kokoa: aineisto koostuu vain kahden työntekijän haastatteluista ja päiväkirjoista. Päiväkirjat käsittelivät työskentelyä kaikkiaan kahdeksan perheen kanssa, jotka osallistuivat vertaisryhmätoimintaan. Päiväkirjahavaintoja kertyi kolmen erillisen päiväkirjaviikon ajalta. Päiväkirjoissa oli merkintöjä

vertaisryhmän kokoontumisista aineistonkeruuviikon kolmelta ryhmän kokoontumispäivältä, ja lisäksi aineistonkeruuviikoilta oli mukana mainintoja viestittelyistä perheiden kanssa. Kumpikin työntekijä veti yhteen tapahtumia kaikkien vanhempien kohtaamisista kunkin päivän päiväkirjapohjaansa. Työntekijät käyttivät perheistä kirjainkoodeja anonymiteetin suojaamiseksi. Työntekijöiden muistiinpanot ovat työntekijöiden omia tulkintoja vanhempien kokemuksista eivätkä sellaisenaan kerro äitien tuntemuksista.

Seligmanin (2011) PERMA-teoriaa ja sen sovelluksia ei ole käytetty laajemmin perheiden selviytymiskykyisyyden tukemisessa, joten hyödynsimme tutkimuksessamme lisäksi kansainvälisiä koulu-, oppilaitos- ja työorganisaatiohyvinvointitutkimuksia (ks. Kern ym. 2015; Norrish, Williams, O'Connor & Robinson 2013; O'Connor, Sanson, Toumbourou, Norrish & Olsson 2017). Vanhemmuuden tukemisen toimintatapojen ja työkäytänteiden tutkimisessa on myös hyvä huomioida, että tässä tutkimuksessa esiintyneet toimintatavat ja käytänteet ovat paikallisia, tämän vertaisryhmän historiasta ja nykytilanteesta juontuvia tapoja, joita ei voi suoraan siirtää toimiviksi käytänteiksi toisaalle. Tulososiossa esittelemme näitä tutkimuksessamme ilmenneitä työntekijöiden toimintatapoja, jotka ovat kuitenkin sovellettavissa vanhemmuudentaitojen vahvistamisen tueksi. Työntekijöiden käytänteitä ja hyvin toimivia toimintatapoja voidaan hyödyntää PERMA-hyvinvointiteorian avulla perheiden selviytymiskyvyn vahvistamiseksi eri konteksteissa.

Tulokset

Tunnistimme aineistosta neljä erilaista toimintatapaa vanhemmuuden tukemisessa. Ensimmäiseksi toimintavaksi nimesimme yhteisen tekemisen järjestämisen ja toiminnan sanoittamisen. Haastatteluiden ja päiväkirjojen perusteella työntekijät kuvasivat toiminnassaan perheiden kanssa yhdessä toimimista ja asioiden jakamista tekemällä, olemalla yhdessä ja puhumalla. Työntekijät kertoivat tai kirjasivat myös sitä, miten rohkaiseminen ja toivon ylläpitäminen kannustivat perheitä pärjäämään, joten toiseksi toimintavaksi nimesimme kannustamisen ja vahvuuksien tunnistamisen. Lisäksi työntekijät kuvailivat vertaisryhmän arjessa myönteistä tunnelmaa, jonka avulla vahvistettiin myönteisiä tunteita kuten iloa ja onnea. Tämän toimintatavan nimesimme myönteisen ilmapiirin luomiseksi. Mielenkiintoisena toimintana ilmeni kosketuksen merkityksen huomaaminen ja läheisyyden ilmeneminen, ja tämän toiminnan nimesimme lä-

hellä olemiseksi. Tarkat päiväkirjamerkinnot vertaisryhmän toiminnasta konkretisoivat, mitä myönteisen vanhemmuuden tukeminen on käytännössä ja miten työntekijät toimivat kohtaamistilanteissa.

Yhteisen tekemisen järjestäminen ja toiminnan sanoittaminen

Aineistossa kuvattiin yhdessä tekemistä, yhdessä puhumista ja yhdessä olemista osana vertaisryhmän arkea. Aineistossa ilmeni työntekijöiden kuvailemana ryhmätoimintaa, jossa yhteinen tekeminen ja vuorovaikutus synnyttävät sosiaalista yhteenkuuluvuutta (ks. myös Mäkinen & Vanhalakka-Ruoho 2018). Työntekijät sanoittivat esimerkiksi vertaisryhmässä toimintaa ja olivat valmiina huomaamaan tilanteita, joissa puhuminen loi uskoa selviytymiseen.

Jaoin asiakkaan kanssa kokemuksen vaikeasta asiasta ja siitä selviämistä. (Työntekijän päiväkirja, 2.)

Ryhmän äidit olivat samassa elämäntilanteessa, pienten lasten äitejä, joilla oli arjessa haasteita ja samankaltaisia asioita, joten kohtaamiset vertaisten kanssa olivat työntekijöiden kertoman mukaan luontevia.

Ja kun on samankaltaisia asioita elämässä, niin on helpompi avautua ryhmässä, paljon oli tässä ryhmässä yhdistäviä tekijöitä, niin oli helpompi lähteä juttelemaan. (2. haastattelu, B.)

Vertaisryhmän arkipäivässä elämisen tavoitteena oli työntekijöiden toiminnan näkökulmasta tuoda perheille uusia kokemuksia, joiden tarkoituksena oli lisätä ryhmäläisten itsetietoisuutta. Yhdessä toimimista järjestettiin lasten ja vanhempien välille, vertaisten kesken ja työntekijöiden kanssa. Tutkimusjaksolla oli mukana tiiviisti neljä perhettä (äiti ja lapsi/lapset) kerrallaan. Jokaisella perheellä oli myös omat tavoitteensa, mutta koko tutkimusjakso perustui myös ryhmän yhteisiin tavoitteisiin ja ryhmän luomiin sääntöihin, yhteiseen toimintaan. Sosiaalipedagogisesta näkökulmasta tarkasteltuna vertaisryhmässä toimiminen on sosiaalstava konteksti, missä työntekijät vahvistavat perheiden hyvinvointia toimimalla yhdessä (ks. Fernström ym. 2021). Vertaisten kanssa yhdessä tekeminen ja oleminen näyttäytyivät usein arkisissa tilanteissa.

Ehkä se lähtee niin kuin semmoisessa hyvässä yhdessä olemisesta, kaikki tässä ryhmässä ja sekin, että me käydään tarkasti läpi nämä ryhmän säännöt, ja kaikilla on hyvä olla. (2.haastattelu, B.)

Äiti-lapsisuhdetta tuettiin ryhmässä järjestämällä erilaista yhdessä tekemistä.

Ulkoilun aikana rohkaisin äitejä ryhtymään leikkiin lasten kanssa hiekkalaatikolla. (Työntekijän päiväkirja, 3.)

Että syödään yhdessä, jutellaan, vaihdetaan kuulumisia, ihastellaan lapsia ja lasten uusia tapoja. (1. haastattelu, A.)

Työntekijä sanoitti vertaisryhmässä äidin toimintaa suhteessa lapseensa.

Ja huomaatko, mitä teet...uskallat tehdä noin ja. (2. haastattelu, B.)

Työntekijät pyrkivät tukemaan yhdessä tekemistä äidin ja lapsen välillä. Työntekijä ja vanhempi toimivat yhdessä lapsen parhaaksi keskustelemalla, ja vanhempia ja lapsia ohjattiin vertaisryhmässä luontevasti päivittäin yhteisillä ruokailuhetkillä ja muissa arjen tilanteissa. Myös itsestä huolehtimiseen rohkaistiin ryhmäkokoontumisissa sopivissa tilanteissa. Jos esimerkiksi pukeutumistilanteissa oli sopivasti haastetta ja näissä tilanteissa tuli onnistumisia, niin työntekijöiden käsitysten mukaan nämä onnistumiset lisäsivät myös yksin selviytymistä ryhmän kokoontumisten jälkeen (ks. Seligman 2011).

Pukeutumistilanteessa keskustelimme siitä, kuinka laulua laulamalla pukemisesta voi tehdä lapselle miellyttävämpää, lauloimme yhdessä äidin kanssa ja teimme huomion, että pukeminen sujui mukavasti. (Työntekijän päiväkirja, 1.)

Vanhemmat saivat vertaisryhmässä kokemuksia osallisuudesta ja avustaa oppia uusia elämän hallintaan ja selviytymiseen liittyviä taitoja esimerkiksi yhdessä keskustellen. Tätä voidaan kutsua dialogiseksi kohtaamiseksi sekä kasvatuksellisten mahdollisuuksien etsimiseksi ja tukemiseksi sosiaalipedagogisessa toiminnassa (ks. Fox & Thiessen 2019; Hämäläinen 2012; Nivala & Ryyänänen 2019, 253).

Tuimme äitiä hyssyttelemään ja työntelemään vaunuja, koska lapsi sitä nyt kaipasi ja tarvitsi. (Työntekijän päiväkirja, 3.)

Työntekijän mukaan sekä työntekijöiden ja äitien että äitien keskinäisissä vuorovaikutustilanteissa oli mahdollista kohdata ja käydä läpi erilaisia tilanteita yhdessä ryhmänä.

Missä kannustaminen tulee myös sieltä ryhmän, se on vielä eri asia ku se tulee niin kuin ammattihenkilöltä, että sen ryhmän hyödyntäminen on yksi semmoinen jotenkin tosi tärkeä asia. (1. haastattelu, A.)

Wrede-Jäntin (2018) sekä Välimäen, Aaltosen ja Kivijärven (2020) tutkimuksissa on tarkasteltu ryhmätoiminnassa syntyneitä vuorovaikutustilanteita. Tutkimuksessamme nämä yhteiset tilanteet toivat työntekijöiden mukaan voimauttavia kohtaamisia, yhteisöllisyyttä ja uusia kokemuksia sekä antoivat sysäyksen uusien taitojen kehittymiselle.

Jotain hyvää, se voi olla pientä tässä arjessa ja jotenkin kokonaiskuvassa, ett omat jalat alkaa jotenkin kantaa. (2. haastattelu, A.)

Työntekijät kuvailivat vertaisryhmässä kiinnostavansa huomiota sekä osallistumisen että kuulumisen edellytyksiin. Työntekijät kertoivat, miten he vahvistavat vertaisryhmän jäsenen rohkeutta, halua ja valmiuksia vuorovaikutukseen ja yhteistoimintaan luomalla osallistumiselle konkreettisia ympäristöjä ja kehittämällä monenlaista osallistumista mahdollistavia rakenteita ja toimintamuotoja.

Meidän tausta-ajatus on, että semmoiset asiat resonoi näiden perheiden kanssa, niin ne nousee niistä itsestään, joskus jos viedään väkisin joku asia, niin se ei lähde välttämättä yhtään, mutta se niin kuin poimitaan sieltä, kun tässä syödään aamupalaa yhdessä, niin kuulostellaan tai sit me jotenkin sieltä heidän edellispäivien vertaiskeskustelusta poimitaan niitä asioista, mitkä on olleet enemmän pinnalla. (1. haastattelu, A.)

Työntekijöiden puheissa korostui osallisuuden merkitys. Osallisuuden edistäminen on sosiaalipedagogisena toimintana ihmisen kasvun tukemista yhteisöjen jäsenenä (Nivala & Ryyänen 2019, 182). Myös Seligmanin (2011, 17) PERMA-teoriaan linkittyvät havainnot yhdessä hyvän

tekemisestä, (M eli meaning) toisen auttamisesta pyyteettömästi, mikä tuo aikaisemman tutkimuksen mukaan myös onnellisuutta elämään (ks. O'Connor ym. 2017; Tanskanen & Danielsbacka 2015).

Kannustaminen ja vahvuuksien tunnistaminen

Työntekijät olivat ikään kuin sparraajia ja valmentajia rohkaistessaan äitejä pitämällä yllä heidän toivoaan arjen haasteista selviytymiseen. Rohkaisua selviytymiskyvyn tukemiseksi esiintyi arjessa luontevasti mm. päivän arkirutiinien yhteydessä. Ryhmän toimintaan sitouttaminen (E eli *engagement*) ilmeni työntekijöiden osoittamana luottamuksena asiakkaan toimintakykyyn huomaamalla vanhempien vahvuudet ja arjen pienet onnistumiset (Seligman 2011, 16). Vanhempia tuettiin vahvistamalla heidän selviytymiskykyisyyttään niin, että he pystyisivät jatkossa aidosti osallistumaan elämäänsä liittyviin päätöksiin. Sitoutuneisuus vaatii myös omien vahvuuksien tunnistamista ja hyödyntämistä (Seligman 2011).

Terveyden ylläpitämiseen ohjattiin päivittäin luontevasti yhteisillä ruokailuhetkillä ja muissa arjen tilanteissa. Samoin itsestä huolehtimiseen ohjattiin, kannustettiin ja rohkaistiin ryhmäkokouksissa sopivissa tilanteissa.

Joka on niinku semmoinen ihan terveellisten elämäntapojen opettelua ja mitä lapset tarvii siihen arkeen. (1. haastattelu, A.)

Luottamus asiakkaan toimintakykyyn näkyi siinä, miten työntekijät kannustivat äitejä ja lapsia tietoisesti välittävään kohtaamiseen omalla esimerkillään.

Että opetellaan ottamaan yhteyttä ajoissa, että kertomaan täälläkin ajoissa, ja niin kuin, että aikuinen pitää huolta itsestään. (1. haastattelu, A.)

Vahvuuksien tunnistaminen ja niihin tukeutuminen vastoinkäymisiä kohdatessa on hyvinvoinnin kannalta ensiarvoisen tärkeää (ks. Seligman 2011). Työntekijät loivat vahvuuksista toivoa ja rohkaisua siihen, että taito ottaa vastaan palautetta kehittyä vähitellen, kun saa harjoitella avun pyytämistä turvallisessa ja tutussa ympäristössä. Varhaisen tuen tarpeen tunnistaminen voidaan nähdä enemmänkin vahvuuksien rakentamisena kuin huolien tunnistamisena, kun keskitytään vanhempien kasvun kokonaisvaltaiseen tukemiseen ja hyvän elämän edellytysten vahvistamiseen

(ks. Nivala & Rynnänen 2019, 378). Työntekijän lämmin asenne ja suhtautuminen kohtaavaan ja arvostavaan läsnäoloon näkyi aineistossa siten, että työntekijä uskoi jokaisesta lapsesta ja vanhemmasta löytyvän hyviä asioita, kykyjä ja vahvuuksia.

Uskotaan sellaiseen kuppi-teoriaan täällä, että kun me annetaan vanhemmalle, niin se näkyy aika nopeastikin siinä vanhemmuudessa niin kuin lapselle. (1. haastattelu, A.)

Seligmanin (2011, 18) PERMA-teorian osa-alueista tavoitteiden saavuttaminen (A eli *achievement* tai *accomplishments*) ilmeni tutkimuksemme erityisesti arjen kohtaamisissa, joissa kannustettiin esimerkiksi itsestä huolehtimiseen. Yhdessä asioiden aikaansaaminen tuotti tutkimuksemme vertaisryhmässä iloa ja hyvää mieltä työntekijöiden kertomana. Saavutuksiin pääseminen lisää PERMA-hyvinvointiteorian mukaan hyvinvointia (Seligman 2011, 11–16). Toivon ylläpitäminen vanhemmuuden tukemisessa ilmeni erityisesti haasteellisissa tilanteissa.

Ja sit me ohjaajatkin nostetaan vahvuuksia, sanoo heistä myönteisiä asioita, jokainen ansaitsee kuulla, ja se on aika vaikee ottaa alussa vastaan semmoista palautetta. (1. haastattelu, A.)

Tällöin työntekijät pyrkivät lisäämään toivoa vanhemman selviytymisestä, ja samalla myös vertaisryhmän vanhemmat tukivat toisiaan. Työntekijän tehtävänä on edistää vuorovaikutusta ja yhteisöllistä avoimuutta, tukea vanhempaa oman itsensä etsimisessä ja auttaa vanhempaa toteuttamaan luovuuttaan yhteisessä toiminnassa. Työntekijät herättelivät, kannustivat ja tukivat vanhempien halua muutokseen. Toiminnalla pyritään siihen, että vanhemmalle kehittyisi valmiudet vastuulliseen yhteistoimintaan yhteisen maailman rakentamiseksi. Työntekijät ja vanhemmat tunnistivat yhdessä vahvuuksia, ja vahvuuksien tunnistaminen tukee Seligmanin (2011) mukaan resilienssiä, selviytymistä. Työntekijän tuttuus ja helposti lähestyttävä tapa olla vuorovaikutuksessa kannusti äitejä tunnistamaan vahvuuksia myös yhdessä.

Ehkä sen tuttuuden kautta me peilataan semmoisia hyviä asioita, joita eivät ehkä näekään, osaa niitä, mitkä on minun vahvuudet ja voimavarat, mitä tapahtuu. (2. haastattelu, A.)

Työntekijöiden toimintatavat lähenivät näin sosiaalipedagogista empatiakasvatusta, joka korostaa ihmisten välisten suhteiden tukemista (ks. Nivala & Ryyänen 2019, 164).

Että kuuntelemalla ja sillä, että otimme äidin huolet ja väsymyksen todesta. (Työntekijän päiväkirja, marraskuu.)

Sosiaalipedagogiikan ydin käytännön työssä löytyy ymmärtävästä rinnalla kulkijan ja osin myös kriittisestä maailman muuttajan työtavasta (Nivala & Ryyänen 2019, 462), joita tämä tutkimuksemme tuo esille vertaisryhmän työntekijöiden tavassa tukea vanhempia yhdenvertaisessa mahdollisuudessa muutokseen.

Uskaltaa antaa ihmisten itse kokeilla sit niitä siipiä. (2. haastattelu, A.)

Kun keskitytään häiriöiden tai puutteiden tarkastelun sijaan vahvuuksiin ja voimavaroihin, niin on mahdollista, että yksilön ja koko yhteisön hyvinvointi paranevat ja kestävät paremmin eteen tulevia vastoinkäymisiä (ks. Seligman 2011, 24; Seligman & Csíkszentmihályi 2000, 4–7).

Myönteisen ilmapiirin luominen

Työntekijä näyttäytyi vertaisryhmässä ilmapiirin luojana, kun aineistossa ilmeni myönteisten tunteiden vahvistamista, kuten naurua, jaettua iloa sekä mielihyvän ilmaisuja. Luottamusta ja turvallisuuden tunnetta luotiin myönteisen tunnelman avulla. Vanhempien edistymistä ja onnistumisia sanoitettiin antamalla myönteistä palautetta ja kannustamalla. Ryhmän kohtaamiset näyttivät tuovan työntekijöille iloa. Hyvää mieltä sai aikaan jo itsessään vanhempien ryhmä sekä kohtaamiset toisten ryhmäläisten kanssa. Työntekijöiden päiväkirjamerkinnot vertaisryhmätoiminnan aikana tapahtuneista kohtaamisista ja hetkistä konkretisoivat Seligmanin (2011) PERMA-teorian esittämän tunteiden ja tavoitteiden saavuttamisen merkitystä (P eli *positive emotions*).

Semmoinen ilo on mikä ryhmäyttää, ei oo aina semmoista huoli-aiheista, myös ilo ryhmäyttää ja ehkä se lähtee semmoisista positiivisista asioista ja jakaa asioita. (2. haastattelu, A.)

Työntekijöiden kirjausten mukaan myönteinen ilmapiiri näytti synnyttävän luottamuksen ja turvallisuuden ilmapiiriä, jossa pystyttiin harjoittelemaan myötätuntoa ja sitä kautta sinnikkyyttä (ks. Bethell, Jones, Gombojay, Linkenbach & Sege 2019; Fox & Thiessen 2019). Työntekijät kuvailivat myönteisen tunnelman siirtyvän lapsille jaetun ilon avulla. Aineistosta oli tunnistettavissa myötätuntoa. Toisen ilosta ja onnesta iloitseminen oli aitoa.

Kun mun lapsi on oppinut tällöisiä asioita, niin sitten on helpompi jakaa myös vaikeampia asioita, vaikeampia jatkossa. (2. haastattelu, B.)

Siitä seurasi jaettua iloa vanh. ja lapsen välillä, ilo tarttui kaikkiin ryhmän jäseniin. (Työntekijän päiväkirja, 1.)

Äiti näki lapsen riemua ja unohti omat asiansa. (Työntekijän päiväkirja, maaliskuu.)

Vertaisryhmän äitejä ohjattiin sinnikkyyteen ja myönteisen ajattelutavan löytämiseen, jotta sen avulla voidaan saavuttaa myös unelmia ja selviytyä elämän haasteista. Työntekijät kuvailivat, kuinka hyvien käytänteiden siirtyminen perheiden arkeen toteutui.

Ihan hirveesti on tavoitteetkin toteutuneet, kun hyvät asiat siirtyvät sinne arkeen. Kuin salaa hiipii sinne. (2. haastattelu, A.)

Leppoisa tunnelma syntyi jopa hyväntahtoisen jekkuilun avulla. Huumorin avulla luotiin myönteistä tunnelmaa vaikeiden asioiden käsittelyyn esimerkiksi silloin, kun työntekijät ottivat erilaiset roolit.

Nauroimme yhdessä ”jekulle” ja myös lapset liittyivät nauruun. (Työntekijän päiväkirja, 3.)

Ja sit käydään niin kuin huumorin kautta niin kuin silloinkin, kun että vauvat unohtuu tässä ja aikuisten asiat lähtee niin kuin jylläämään niin me otetaankin vauvaroolit ja lähdetään keskustelemaan vauvan äänellä, ne nousee niin kuin keskiöön ja voidaan käydä kipeitäkin asioita, kun, että otetaan puheeksi äidin kanssa joku huoli. (2. haastattelu, A.)

Myönteisiä tunteita tuettiin myös tekemällä ystävällisyyden tekoja toinen toisille, ja niitä tuotiin perheiden arkeen myös tietoisesti. Kun selviytymiskykyä tuettiin myönteisiä tunteita vahvistamalla, samalla tämä positiivinen tapa toi myös työntekijöille onnistumisen kokemuksia.

Olin ajatellut etukäteen, että huomioon erityisesti lapsia, jotta päivä lähtisi mukavasti käyntiin, tämä ilahdutti myös äitejä. (Työntekijän päiväkirja, 1.)

Iloa perheisiin, vaikka on vanhempia, jotka ei laula ollenkaan ja sitten tulee korvamato, kun ne laulaa koko ajan niitä lauluja ja meidän koko ajan iloitaan sisäisesti. (2. haastattelu, A.)

Vertaisryhmän työntekijät loivat tietoisesti myönteistä ilmapiiriä, jotta vertaisryhmässä olisi hyvä olla vuorovaikutuksessa toisten osallistujien kanssa.

Lähellä oleminen

Aineistossa ilmeni kosketusta, lähellä oloa ja ihokontaktia, kuten halauksista työntekijöiden ja asiakasperheiden, lasten ja aikuisten sekä vertaisten välillä. PERMA-hyvinvointiteoriaan (ks. Seligman 2011) liittyvät rakentavat ja merkitykselliset ihmissuhteet (R eli *relationships*) olivat tuloksissamme esillä eri teemoissa. Ihmiset elävät aina ihmissuhteiden verkostoissa, ja juuri nämä merkitykselliset, positiiviset ihmissuhteet katsotaan hyvinvointia edistäviksi, tarkoituksellisiksi tekijöiksi (Seligman 2011, 20). Työntekijät tukivat vertaisryhmän ihmissuhteita tekemällä yhdessä arkisia asioita ja osoittamalla uusia keinoja arjessa selviytymiseen. Vanhempia tuettiin tunteiden ilmaisussa kosketuksen avulla, lohdutettiin halauksin sekä osoitettiin läheisyyttä.

Ja toleen usein halataan ja ollaan sillä tavalla siinä niinku siinä heti käytettävissä. (1. haastattelu, A.)

Vanhempia ja lapsia toivotettiin halauksin liittymään ryhmään. Läheisyyden ja kosketuksen avulla vanhempia tuettiin tunteiden ilmaisussa sanoittamalla tilannetta ja luomalla työntekijän ja äidin välistä hyvää vuorovaikutusta. Kosketus ja läheisyys näkyivät aineistossa esimerkiksi spontaanina ystävällisenä halauksena ja toistuvana lohduttamisen keinona.

Lapset tulivat halaamaan ja halusivat leikkiä kanssani, äidit olivat heti hyvässä vuorovaikutuksessa kanssani. (Työntekijän päiväkirja, 1.)

Sanoitin lapsen tunnetilaa, pyyhin kyyneliä, pidin lasta sylissä, pyysin myös äidin omaan kainaloon, hän alkoi myös silitellä lasta ja pyyhki kyyneliä. (Työntekijän päiväkirja, 1.)

Työntekijöiden ammatillinen työskentelyote näkyi näissä vanhemmuuden tukemisen käytännöissä ja toimintatavoissa, ja erityisesti tämä tuli esiin läheisyysteeman alla. Työntekijät kuvasivat sanoin ja teoin hoivaimista ja hellyyttä. Vanhempia ohjattiin huomaamaan myös sellaista toimintaa, josta kaikilla ei ole välttämättä aiempaa kokemusta.

Ihan semmoisesta niin kuin koskettamisesta tai lohduttamisesta tai semmoisista tärkeistä hoivan elementeistä. (1. haastattelu, A.)

Aineistossa ilmeni erilaisia käytänteitä ja yhdessä toimimista hyvän vuorovaikutuksen rakentamisen tukemiseksi. Työntekijöiden toimintatavat sopivat sosiaalipedagogiseen työtteeseen (ks. Nivala & Ryyänen 2019, 255), kun työntekijät ohjasivat vanhempia tärkeissä tunteiden ilmaisemisen tavoissa. Tämä oli luontevaa, kun näissä tilanteissa ei ilmennyt hierakkista suhdetta työntekijän ja vanhemman välillä:

Toimin äänenä lapselle, jolloin äiti tuli lohduttamaan, nyt tuli pipi, äiti puhalttaa! (Työntekijän päiväkirja, 1.)

Työntekijät pyrkivät herättämään vertaisryhmään osallistujassa halua ”kasvattaa” itse itseään ja tarkastella vanhemmuuttaan erilaisista näkökulmista. Tutkimuksessamme työntekijöiden toiminnassa tavoite on, että vanhemmat pystyisivät jatkamaan tavoitteellista toimintaansa itsenäisesti ja omaehtoisesti myöhemmin omassa arjessaan, jolloin ammatillinen vanhemmuuden tukeminen tulisi tarpeettomaksi. (ks. Kurki 2000a; 2000b; Nivala & Ryyänen 2019, 266.)

Johtopäätökset ja pohdinta

Olemme tarkastelleet tässä artikkelissa äiti–lapsi-vertaisryhmän työntekijöiden kokemuksia ja havaintoja siitä, miten ja millaisilla käytänteillä vertaisryhmässä tapahtuva toiminta tukee äitien vanhemmuutta. Työnte-

kijät kuvasivat haastatteluissa ja päiväkirjoissa omaa toimintaansa vertaisryhmään osallistuneiden äitien ja lasten kanssa. Tutkimuksen tuloksena tunnistettiin neljä toimintatapaa myönteisen vanhemmuuden tukemiseksi: 1) yhteisen tekemisen järjestäminen ja toiminnan sanoittaminen, 2) kannustaminen ja vahvuuksien tunnistaminen, 3) myönteisen ilmapiirin luominen ja 4) lähellä oleminen.

Työntekijän toiminnalla, toiveikkuudella sekä myönteisellä elämänasenteella voi olla merkitystä vanhempien hyvinvoinnille. Vanhemmuuden vahvistamisessa ja hyvinvoinnin edistämisessä ovat tärkeässä roolissa työntekijät, joilla on mahdollisuus toimia malleina, ohjata toimintaa, sanoittaa tunteita sekä tarkkailla ihmissuhteita, saavutuksia, merkityksellisyyttä, arvoja, sitoutuneisuutta sekä koko kasvatustoiminnan merkityksellisyyttä (ks. Seligman 2011; Kurki 2000a; 2000b). Tutkimuksemme valossa vanhempien osallisuuteen ja käytännön toimintaan kannustamisen on oltava mielekästä, jotta vertaisryhmän käytänteet vahvistaisivat osallistujien voimavaroja, tuottaisivat hyvää mieltä ja kannustaisivat edelleen osallistumiseen, kuten Ojasen (2014, 10–11), Rouvinen-Wileniuksen ja Koskinen-Ollonqvistin (2011) sekä Seligmanin ja Csíkszentmihályin (2000, 5–8) aiempien tutkimusten mukaan on havaittu. Tutkimuksemme havaittu vanhemmuuden tukeminen, jossa korostui kokonaisvaltainen kohtaaminen, yhdessä tekeminen ja vanhempien elämäntilanteiden ymmärtäminen, lähestyy sosiaalipedagogista ymmärrystä vanhemmuuden tukemisesta (ks. Nivala & Rynänen 2019, 391, 452). Tutkimuksemme vertaisryhmän työntekijät näyttäytyivät eräänlaisina innostajina ja fasilitaattoreina, joiden tavoitteena oli auttaa vanhempia löytämään lasten kanssa toimimisesta ja vanhemmuudesta iloa ja merkitystä. Hovi-Pulsa (2011, 112) kuvailee lastensuojelun perhetyön ammatillisessa kontekstissa asiakkaan arjen ymmärtämistä niin, että työntekijöiden ohjaamissa kokoontumisissa on enemmän kuin yksittäisiä havaintoja asiakkaan elämästä. Vertaisryhmän työntekijät kuvailivat tutkimuksemme erilaisia arkisia tilanteita perheiden kanssa toimiessaan, ja tutkijoina kiinnitimme huomion siihen, kuinka he kulkivat perheiden rinnalla ymmärtäen ja tukien sekä käyttäen jopa sosiaalipedagogista maailman muuttajan työtettä (ks. Nivala & Rynänen 2019, 462).

Aineistosta ei voi päätellä, oliko ryhmien kokoonpano vain sattumaa tämän tutkimuksen ajanjakson aikana. Tämän tutkimuksen vanhemmat olivat äitejä, vaikka vanhemmuuden tukemisen ja selviytymiskykyisyyden vahvistamisen ajatuksena on koko perheen tukeminen. Olisivatko toimintatavat voineet olla toisenlaisia, jos vertaisryhmässä olisi ollut aktiivisesti

mukana isiä tai kaksi vanhempaa? Tärkeää olisi tutkia selviytymiskyvyn vahvistamista myös yhteisvanhemmuuden kontekstissa.

Vertaisryhmä nähdään tutkimuksessamme sosiaalistavana kontekstina ja sitä voisi kuvailla yhteisön turvaverkkona. Työntekijöiden kuvaukset tuovat esille, miten Perheentalon vertaisryhmissä tuetaan vanhempien selviytymiskykyisyyttä tietoisesti kasvatuksen avulla niin, että vanhempi on subjekti eikä toimenpiteiden kohde. Selviytymiskykyisyyden vahvistamisessa näkemys vanhempien ja lasten kyvystä sopeutua uusiin kokemuksiin ja haastaviin olosuhteisiin (ks. Lampovaara 2020; Masten 2018; Prime ym. 2020) on koko maailmaa koskettavan koronapandemian aikana lohduttava ja luo optimistisuutta.

Fernströmin ym. (2021) tutkimus antaa suuntaa monenlaisille käytännön toimille hyvinvoinnin eri osa-alueiden vahvistamiseksi kaikkien lasten ja nuorten kasvun tukemiseksi. Tutkimuksemme esille nostama jatko-tutkimushaaste on selvittää, onko Perheentalon kaltaisella vertaisryhmätoiminnalla mahdollista katkaista kielteinen riskitekijöiden ja ongelmien sukupolvienkin ketju (ks. Lehtonen 2008; Rautio 2016), jos löydetään perheen ja suvun olemassa olevat vahvuudet, joihin voitaisiin tukeutua vanhempien voimavarojen rakentamisessa. Tuloksemme antavat viitteitä siitä, että hyvinvointiteoriaa voitaisiin hyödyntää laajemminkin matalan kynnyksen palveluissa. Tutkimuksessamme ilmenneitä toimintatapoja voitaisiin hyödyntää kehitettäessä perhekeskuksen kohtaamispaikan vanhemmuuden tuen käytänteitä. On myös muistettava, että yksilöllisen, psykososiaalisen ja vuorovaikutukseen keskittyvän vanhemmuuden tukemisen rinnalle tarvitaan lisäksi vanhemmuuden toteuttamista estävien rakenteellisten ongelmien esiin nostamista ja tarkastelua (Sihvonen 2021). Selviytymiskyvyn ulkoisten vaikutteiden (ks. Darling ym. 2019; Masten 2018; Morris ym. 2020) näkökulmasta on tärkeää vahvistaa esimerkiksi vanhempien omia ystävyys-suhteita ja tukiverkostoja.

Haastattelujen ja päiväkirjamenetelmän avulla saimme näkyviin työntekijöiden kokemuksia ja havaintoja arkisista, konkreettisista vuorovai-
kutustilanteista ja niiden herkästä luonteesta, kun työntekijät herättelivät ja tukivat vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen lämpimyyttä ja vastavuoroisuutta. Aineistossa esiintyneen läheisyyden ja kosketuksen merkityksen huomioiminen on ajankohtainen tekijä sekä tärkeä kehittämisen kohde, kun suunnitellaan tulevaisuuden perheiden monitoimijaisia, yhteisöllisyyttä, vertaisuutta ja osallisuutta edistäviä kohtaamispaikkoja vanhemmuuden tukemiseksi. Perhesuhteiden emotionaalinen lähei-

syys ennustaa sosioemotionaalista hyvinvointia (ks. Williams & Anthony 2015). Kosketuksen merkityksen huomioiminen voi myös Suvilehdon ym. (2019) tutkimuksen mukaan vahvistaa ihmissuhteita ja tukea siten selviytymiskykyä. Positiivisten suhteiden vahvistamisesta ajan mittaan on hyötyä hyvinvoinnille. Tavoitteena ei pitäisi ollakaan vain ongelmien ehkäiseminen, vaan pikemminkin sosiaalisten suhteiden vahvistaminen. Tutkimustulokset osoittavat, että jatkossa olisi hyvä vahvistaa vahvuuksia ja myönteisyyttä tekemällä näkyväksi vanhempien onnistumisia.

LÄHTEET

- Alexander, D. E. 2013. Resilience and disaster risk reduction: an etymological journey. *Natural Hazards and Earth System Sciences* 13, 2707–2716. DOI: <https://doi.org/10.5194/nhess-13-2707-2013>
- Arney, F. & Scott, D. 2010. Introduction. Teoksessa F. Arney & D. Scott (Eds.) *Working with vulnerable families*. New York: Cambridge, 1–5.
- Atkins, L. & Wallace, S. 2012. *Qualitative Research in Education*. Thousand Oaks: SAGE Publications Ltd. DOI: <http://dx.doi.org/10.4135/9781473957602>
- Bartlett, R. & Milligan, C. 2015. *What is diary method*. London: Bloomsbury.
- Bethell, C., Jones, J., Gombojav, N., Linkenbach, J. & Sege, R. 2019. Positive Childhood Experiences and Adult Mental and Relational Health in a Statewide Sample: Associations Across Adverse Childhood Experiences Levels. *JAMA Pediatr* 173 (11). DOI: <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2019.3007>
- Braun, V. & Clarke, V. 2006. Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology* 3 (2), 77–101. DOI: <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bulling, I. S. & Berg, B. 2018. “It’s Our Children!” Exploring Intersectorial Collaboration in Family Centres. *Child & Family Social Work* 23 (4), 726–734. DOI: <https://doi.org/10.1111/cfs.12469>
- Clark, A. 2006. *Real Life Methods Working Papers: Anonymising Research Data*. Manchester: ESRC National Centre for Research Methods. Saatavissa http://eprints.ncrm.ac.uk/480/1/0706_anonymising_research_data.pdf (haettu 9.2.2022).
- Cohen, L., Manion, L. & Morrison, K. 2011. *Research Methods in Education*. London: Routledge.
- Darling, C. A., Cassidy, D. & Rehm, M. 2019. The foundations of family life education model: Understanding the field. *Family Relations* 69 (3), 427–441. DOI: <https://doi.org/10.1111/fare.12372>
- Eriksson, P. & Koistinen, K. 2014. Monenlainen tapaustutkimus. Kuluttajatutkimuskeskuksen tutkimuksia ja selvityksiä 11. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2015. *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.

- Fernström, N., Vuorinen, K., & Uusitalo, L. 2021. Hyvinvointi, kouluonnellisuus ja vahvuuksien käyttö kuudes- ja yhdeksäsluokkaisilla. *Sosiaalipedagoginen aikakauskirja* 22, 113–137. DOI: <https://doi.org/10.30675/sa.102943>
- Forgeard, M. J. C., Jayawickreme, E., Kern, M. L. & Seligman, M. E. P. 2011. Doing the right thing: Measuring wellbeing for public policy. *International Journal of Wellbeing* 1 (1), 79–106. DOI: <https://doi.org/doi:10.5502/ijw.v1i1.15>
- Fox, D. & Thiessen, S. 2019. Social pedagogy as relational attachment practice. *International Journal of Social Pedagogy* 8 (1), 5. DOI: <https://doi.org/10.14324/111.444.ijsp.2019.v8.x.004>
- Goldstein, A. L. B., Faulkner, B. & Wekerle, C. 2013. The Relationship among internal resilience, smoking, alcohol use, and depression symptoms in emerging adults transitioning out of child welfare. *Child abuse and neglect* 37 (1), 22–32.
- Hamilton, L. & Corbett-Whittier, C. 2013. Defining case study in education research. Teoksessa L. Hamilton & C. Corbett-Whittier (Eds.) *Research Methods in Education: Using case study in education research*. London: SAGE Publications, 3–21.
- Hass, M., Allen, Q. & Amoah, M. 2014. Turning points and resilience of academically successful foster youth. *Children & Youth Services Review* 44, 387–392. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2014.07.008>
- Hovi-Pulsa, R. 2011. Arkilähtöinen perhetyö. Strukturoitua avoimuutta. Lisensiaatintyö. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto, Yhteiskuntatieteiden laitos. Saatavissa https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/10376/urn_nbn_fi_uef-20120001.pdf (haettu 29.01.2022).
- Hyvönen, A.-E., Juntunen, T., Mikkola, H., Käpylä, J., Gustafsberg, H., Nyman, M., Rättilä, T., Virta, S. & Liljeroos, J. 2019. Kokonaisresilienssi ja turvallisuus: tasot, prosessit ja arviointi. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 17/2019. Helsinki: Valtioneuvoston kanslia. Saatavissa <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161358/17-2019-Kokonaisresilienssi%20ja%20turvallisuus.pdf> (haettu 9.2.2022).
- Hämäläinen, J. 2012. Social pedagogical eyes in the midst of diverse understandings, conceptualisations and activities. *International Journal of Social Pedagogy* 1 (1), 3–16. DOI: <https://doi.org/10.14324/111.444.ijsp.2012.v1.1.002>
- Joutsenniemi, K. & Lipponen, K. 2015. Resilienssi ja posttraumaattinen kasvu. *Suomen lääkirilehti* 70 (39), 2515–2519.
- Kalland, M. & Salo, S. 2020. Vanhemmuuden tukeminen vauva- ja lapsiperheissä. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim* 136 (8), 891–897. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2020/8/duo15527> (haettu 5.2.2022).
- Kekkonen, M. 2019. Kohtaamispaikka perhekeskuksessa. Tutkimuksesta tiiviisti 2/2019. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavissa <https://www.julkari.fi/handle/10024/137395> (haettu 8.4.2022).
- Kern, M. L., Waters, L. E., Adler, A. & White, M. A. 2015. A multidimensional approach to measuring well-being in students: Application of the PERMA framework. *The Journal of Positive Psychology* 10 (3), 262–271. DOI: <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.936962>

- Kurki, L. 2000a. Sosiokulttuurinen innostaminen 2000-luvun Suomessa. *Sosiaalipedagoginen aikakauskirja* 1 (1), 46–61. <https://doi.org/10.30675/sa.113793>
- Kurki, L. 2000b. Sosiaalipedagogiikka ja sen uudet sovellukset. *Aikuiskasvatus* 20 (2), 109–118. DOI: <https://doi.org/10.33336/aik.93276>
- Lampovaara, T. 2020. Terveystuonon resilienssi: Suomen näkökulma. Vaasa: Vaasan yliopisto. Saatavissa <https://osuva.uwasa.fi/handle/10024/11007> (haettu 9.2.2022).
- Lehtonen, P. 2008. Voimaannuttava video. Asiakaslähtöisyyden, myönteisyyden ja videokuvan muodostama työorientaatio perhetyön menetelmänä. *Jyväskylän yliopisto. Saataavissa* <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/18899/9789513933395.pdf> (haettu 9.2.2022).
- Lentz-Becker, A., Bräutigam, B. & Müller, M. 2020. Needs-based family support – Perception, structures and challenges in practical implementation. *International Journal of Social Pedagogy* 9 (1), 20. DOI: <https://doi.org/10.14324/111.444.ijsp.2020.v9.x.020>
- Leskisenoja, E. 2016. Vuosi koulua, vuosi iloa: PERMA-teoriaan pohjautuvat luokkakäytänteet kouluilun edistäjinä. *Acta Universitatis Lapponiensis* 330. Rovaniemi: Lapin yliopisto. Saatavissa http://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/62568/Leskisenoja_Eliisa_ActaE198_pdfA.pdf?sequence=2 (haettu 9.2.2022).
- Malinen, K. 2011. Parisuhde pikkulapsiperheessä. *Jyväskylän yliopisto. Saataavissa* <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/37002/9789513945145.pdf> (haettu 9.2.2022).
- Malinen, K., Rönkä, A., Lämsä, T., Sevón, E., Poikonen, P.-L. & Kinnunen, U. 2009. Päiväkirjamenetelmän toimivuus ja sovellusmahdollisuudet. Teoksessa A. Rönkä, K. Malinen & T. Lämsä (toim.) *Perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa*. Jyväskylä: PS-kustannus, 251–272.
- Masten, A. S. 2001. Ordinary Magic. Resilience Processes in Development. *American Psychologist* 56, 227– 238. DOI: <https://doi.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Masten, A. S. 2018. Resilience theory and research on children and families: Past, present, and promise. *Journal of Family Theory & Review* 10 (1), 12–31. DOI: <https://doi.org/10.1111/jftr.12255>
- Morris, A. S., Jespersen, J. E., Cosgrove, K. T., Ratliff, E. L. & Kerr, K. L. 2020. Parent Education: What We Know and Moving Forward for Greatest Impact. *Family Relations* 69 (3), 520–542. DOI: <https://doi.org/10.1111/fare.12442>
- Mäkinen, S. & Vanhalakka-Ruoho, M. 2018. Guidance Center as Sites for Construction of Agency Among Young People on the Educational Margins. Teoksessa V. Cohen-Scali, J. Rossier & L. Nota (Eds.) *New Perspectives on career counseling and guidance in Europe*. Cham: Springer, 167–185. DOI: https://doi.org/10.1007/978-3-319-61476-2_11
- Nivala, E. & Rynnänen, S. 2019. *Sosiaalipedagogiikka. Kohti inhimillisempää yhteiskuntaa*. E-kirja. Helsinki: Gaudeamus.

- Norrish, J. M., Williams, P., O'Connor, M., & Robinson, J. 2013. An applied framework for positive education. *International Journal of Wellbeing* 3 (2), 147–161. DOI: <https://internationaljournalofwellbeing.org/index.php/ijow/article/view/250>
- O'Connor, M., Sanson, A. V., Toumbourou, J. W., Norrish, J. & Olsson, C. A. 2017. Does positive mental health in adolescence longitudinally predict healthy transitions in young adulthood? *Journal of Happiness Studies* 18, 177–198. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9723-3>
- Ojanen, M. 2014. Positiivinen psykologia. Toinen uudistettu painos. Helsinki: Edita.
- Pelkonen, M., Hastrup, A., Normia-Ahlsten, L., Halme, N., Kekkonen, M., Kiviruusu, O., Liukko, E. & Lämsä, R. 2020. Perhekesukset Suomessa 2019. Kehittämisen tilanne ja työn jatkuminen. Työpäpaperi 6/20. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Saatavissa <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-461-5> (haettu 8.4.2022).
- Perheentalo-yhteistyö 2022. Saatavissa <http://www.perheentalo.fi/fi/Etusivu.html> (haettu 10.4.2022).
- Peterson, C., Park, N. & Seligman, M. E. P. 2005. Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies* 6, 25–41. <https://doi.org/10.1007/s10902-004-1278-z>
- Prime, H., Wade, M. & Browne, D. T. 2020. Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist* 75 (5), 631–643. DOI: <https://doi.org/10.1037/amp0000660>
- Rantanen, M. 2015. Positiivinen psykologia osana palveluhenkilöstön johtamista. Helsinki: Haaga-Helia ammattikorkeakoulu. Saatavissa <https://www.theseus.fi/handle/10024/91537> (haettu 11.4.2022).
- Rautio, S. 2016. Neuvolan perhetyö vanhemmuuden varhaisena tukena ja yhteistyönä. *Jyväskylän yliopisto, Jyväskylä studies in education, psychology and social research* 550. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Saatavissa <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/49289> (haettu 5.2.2022).
- Rodrigo, M. J. 2016. Quality of implementation in evidence-based positive parenting programs in Spain: Introduction to the special issue *Psychosocial Intervention* 25 (2), 63–68. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psi.2016.02.004>
- Rouvinen-Wilenius, P. & Koskinen-Ollonqvist, P. 2011. Terveysten epätasa-arvosta tasa-arvoon. Teoksessa P. Rouvinen-Wilenius & P. Koskinen-Ollonqvist (toim.) *Tasa-arvo ja osallisuus väylä terveyteen. Järjestöt suunnan näyttäjinä*. Julkaisuja 9. Helsinki: Terveysten edistämisen keskus, 9–49. Saatavissa <https://docplayer.fi/288850-Tasa-arvo-ja-osallisuus-vayla-terveyteen.html> (haettu 9.2.2022).
- Rutter, M. 1999. Resilience concepts and findings: Implications for family therapy. *Journal of Family Therapy* 21 (2), 119–145. DOI: <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00108>
- Sanders, M. R. 2003. Triple-P – Positive Parenting Program: A population approach to promoting competent parenting. *Australian e-Journal for the Advancement of Mental Health* 2 (3), 127–143. DOI: <https://doi.org/10.5172/jamh.2.3.127>
- Schwandt, T. A. & Gates, E. F. 2018. Case Study Methodology. Teoksessa N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.) *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. Thousand Oaks, CA: Sage, 341–358.

- Seligman, M. E. P. 2011. *Flourish: A visionary new understanding of happiness and wellbeing*. New York: Simon & Schuster.
- Seligman, M. E. P. & Csíkszentmihályi, M. 2000. Positive psychology: An introduction. *American Psychologist* 55 (1), 5–14. DOI: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Seppälä, T., Grönlund, H. & Kempainen, T. 2020. Matalan kynnyksen kohtaamispaikkojen sijainti ja saatavuus Helsingin kaupunginosissa. *Janus* 28 (2), 115–132. DOI: <https://doi.org/10.30668/janus.74407>
- Sihvonen, E. 2021. Perhepolitiikan käänne kohti vanhemmuutta. *Duodecim* 137 (5), 441–442. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/duo16092> (haettu 5.2.2022).
- Suvilehto, J., Nummenmaa L., Harada T., Dunbar, R., Hari, R., Turner, R., Sadato, N. & Kitada, R. 2019. Supplementary material from Cross-cultural similarity in relationship-specific social touching. The Royal Society. Collection. DOI: <https://doi.org/10.1098/rspb.2019.0467>
- Tanskanen, A. O. & Danielsbacka, M. 2015. Ovatko vapaaehtoistyö ja hyväntekeväisyys yhteydessä onnellisuuteen. *Yhteiskuntapolitiikka* 80 (5), 469–481. Saatavissa <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2015102215029> (haettu 5.2.2022).
- Ungar, M. 2016. Varied patterns of family resilience in challenging contexts. *Journal of marital and family therapy* 42 (1), 19–31. DOI: <https://doi.org/10.1111/jmft.12124>
- Välimäki, V., Aaltonen, S. & Kivijärvi, A. 2020. Nuorten palvelut yksinäisyyden lievittäjinä? Kohdennetun nuorisotyön piirissä olevien nuorten aikuisten ja ammattilaisten näkemysten tarkastelua. *Nuorisotutkimus* 38 (2), 22–36. Saatavilla <https://www.vesavalimaki.fi/pdf/nuorten-palvelut-2020.pdf> (Haettu 9.2.2022).
- Walsh, F. 2016. Family resilience: A developmental systems framework. *European journal of developmental psychology* 13 (3), 313–324. DOI: <https://doi.org/10.1080/17405629.2016.1154035>
- Warvik Vedeler, G. 2019. Åpen barnehage som foreldrestøtte. Teoksessa M. Martinussen, M. Hansen & H. Adolfsen. (red.) *Familiens hus – organisering, samhandling og faglige perspektiver* (2. utgave). Tromsø: Norges Arktiske Universitet UiT RKBNU Nord. Regionalt kunnskapsenter for barn og unge, 136–149. Saatavissa <http://familienshus.uit.no> (haettu 5.2.2022).
- Wenström, S. 2020. Positiivinen pedagogiikka ammatillisessa koulutuksessa. Teoksessa T. Mykrä (toim.) *Oppimisen iloa ilmiöpohjaisesti*. Helsinki: Haaga-Helia ammattikorkeakoulu, 30–40. Saatavissa <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe202102084004> (haettu 1.2.2022).
- Wiles, R., Prosser, J., Bagnoli, A., Clark, A., Davies, K., Holland, S. & Renold, E. 2008. Visual ethics. Ethical issues in visual research. Review paper. Southampton: ESRC National Centre for Research Methods. Saatavissa <http://eprints.ncrm.ac.uk/421/1/MethodsReviewPaperNCRM-011.pdf> (haettu 9.2.2022).
- Williams, L. R. & Anthony, E. K. 2015. A model of positive family and peer relationships on adolescent functioning. *Journal of Child & Family Studies* 24 (3), 658–667. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9876-1>

Wrede-Jääntti, M. 2018. Suhdetyön merkitys nuoren onnistuneen työpajajakson taustalla. Teoksessa M. Gissler, M. Kekkonen & P. Känkänen (toim.) Nuoret palvelujen pauloissa – Nuorten elinolot -vuosikirja 2018. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos, 82–93. Saatavissa <https://www.julkari.fi/handle/10024/137198> (haettu 9.4.2022).

Yokoyama Y., Hakulinen.T., Sugimoto M., Silventoinen K. & Kalland M. 2018. Maternal subjective well-being and preventive health care system in Japan and Finland. *European Journal of Public Health* 28 (4), 652–657. DOI: <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckx211>

