

ANNA KOKKO

## Valistusta vauvaperheille

Raportti Meille tulee vauva -opaskirjansen  
uudistustyöstä 2005–2006



Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus

postimyynti: Stakes / Asiakaspalvelut PL 220, 00531 Helsinki  
puhelin: (09) 3967 2190, (09) 3967 2308 (automaatti)  
faksi: (09) 3967 2450 • Internet: [www.stakes.fi](http://www.stakes.fi)

Anna Kokko. Valistusta vauvaperheille. Raportti Meille tulee vauva -opaskirjaseen uudistustyöstä 2005–2006. Stakes, Työpapereita 15/2008. 37 sivua, hinta 10 €. Helsinki 2008.

© Kirjoittaja ja Stakes

Taitto: Christine Strid

ISBN 978-951-33-2139-0 (nid.)

ISSN 1795-8091 (nid.)

ISBN 978-951-33-2140-6 (PDF)

ISSN 1795-8105 (PDF)

Stakes, Helsinki 2008

Valopaino Oy

Helsinki 2008

# Esipuhe

Suomessa kaikki lasta odottavat perheet saavat äitiysneuvolan kautta maksutta Meille tulee vauva -nimisen opaskirjaseen, jossa käsitellään uuden perheenjäsenen syntymää: odotusaikaa, synnytystä, vauvanhoitoa, vauvaperheen arkea sekä lapsiperheiden palveluja ja etuuksia. Opaskirjaseen syntyy ajoittuu 1930-luvulle, jolloin lääkäri Rakel Jalas julkaisi tietoisesti 'Kymmenen ohjetta äidiksi tuleville' (Jalas 1937). Yli 70-vuotisen historiansa aikana opaskirjasta ovat julkaisseet eri tahot, sen nimeä on vaihdettu ja sisältöä muokattu useita kertoja. Vuodesta 1980 alkaen opaskirjasta on julkaissut Meille tule vauva -nimisenä sosiaalivaltio, sittemmin Stakes, ja sen sisällöstä vastasi pitkään Sirpa Taskinen. Nykyisin kirjaseen toteuttamisesta vastaa Stakesin Lapsuus ja perhe -ryhmä. Painos on vuosittain noin 60.000.

Sosiaali- ja terveysministeriön aloitteesta ryhdyttiin vuonna 2005 toteuttamaan opaskirjaseen perusteellista uudistusta. Uudistustyötä varten koottiin työryhmä, johon kuuluivat Johanna Lammi-Taskula (Stakes), Anna Kokko (Helsingin yliopisto), Arja Haapakorva (Neuvolatyön kehittämis- ja tutkimuskeskus), Merja Kumpula (Suomen Kättilöliitto) sekä Maire Kolimaa ja Marjaana Pelkonen (STM). Työryhmätoiminnan koordinoinnista vastasi Johanna Lammi-Taskula ja kirjaseen toimitustyöstä Lammi-Taskula yhdessä Anna Kokon kanssa.

Kehittämistyön lähtökohtana oli tarve ajanmukaistaa opaskirjaseen sisältöä sekä yhdenmukaistaa tekstiä niin, että annetut ohjeet vastaisivat ammattilaisille annettuja ohjeita ja suosituksia. Kirjaseen uudessa painoksessa oli tarkoitus myös entistä vahvemmin korostaa muun muassa varhaisen vuorovaikutuksen, vauvamyönteisyyden, sukupuolten välisen tasa-arvon, jaetun vanhemmuuden käytäntöjen sekä sosiaalisen tuen merkitystä vauvaperheiden arjessa ja hyvinvoinnissa.

Kehittämistyössä käytettiin hyväksi työryhmän jäsenten näkemyksiä uudistustarpeista, samoin kuin ryhmän ulkopuolisten asiantuntijoiden erityistietoja ja tutkimustietoa eri aloilta. Lisäksi palautetta opaskirjaseen sisällöstä, rakenteesta ja ulkoasusta kerättiin vauva- ja lapsiperheiden vanhemmilta sekä perheiden kanssa työskenteleviltä ammattilaisilta.

Tässä raportissa käsitellään opaskirjaseen taustahistoriaa ja kehittämistyön lähtökohtia, käytännön toteutusta ja kehittämistyöryhmän toimintaa. Samalla pohditaan julkaisuhankkeen yhteiskunnallista merkitystä erityisesti terveys-, perhe- ja tasa-arvopolitiikan toteuttamisen välineenä sekä julkaisun asemaa familistisen ajattelun ja suuntauksen vahvistajana. Aiemmin vastaavaa raporttia opaskirjaseen sisällöstä ja kehittämisestä ei ole laadittu. Raportin pohjana on sosiaalipedagogisen perhetyön erikoitumisopintojen hankeraportti. Alkuperäistä tekstiä on jonkin verran muokattu Stakesin julkaisua varten. Kiitän saamistani kommentteista Stakesin Minna Salmea ja Johanna Lammi-Taskulaa, samoin kuin Kirsi Lautalaa ja Liisa Tiliä (Stadia) ja Eija Leppävuorta (HUS).

Espoossa, 01.02.2008

Anna Kokko

VTM, perhesosiologi

Meille tulee vauva -opaskirjaseen kehittämissuuryhmän jäsen 2005–2006

# Sisällys

Esipuhe

JOHDANTO .....	7
1 TAUSTA .....	9
Julkaisuhankkeen historia .....	9
Opaskirjaseen kehittämisen lähtökohdat .....	9
2 OPASKIRJASEN KEHITTÄMISEN HAASTEET JA MAHDOLLISUUDET .....	11
Opaskirjaseen yhteiskunnallinen merkitys .....	11
Kehittämishaasteet .....	11
Kehittämisisideoita koskevan aineiston kerääminen .....	12
3 VANHEMMUUS, FAMILISMI JA INNOSTAMISEN ULOTTUVUUDET .....	13
Julkaisuhankkeen familistinen juonne .....	13
Innostamisen ulottuvuudet interventiossa .....	14
Säilyttävä ulottuvuus .....	14
Edistyksellinen ulottuvuus .....	14
Laadulliseen muutokseen tähtäävä ulottuvuus .....	15
4 OPASKIRJASEN SISÄLLÖN JA ULKOASUN UUDISTAMINEN .....	16
Uudistusten suunnittelu ja konkreettinen toteutus .....	16
Odotus ja synnytys .....	17
Raskausaika .....	17
Odotusaika ja vanhemmaksi kasvaminen .....	18
Valmistautuminen synnytykseen .....	20
Synnytys .....	21
Uusi perheenjäsen ja uudenlainen elämäntilanne .....	22
Vauvan syntymä ja hoito .....	22
Perhe, parisuhde ja arjen haasteet .....	23
Sisarussuhde .....	26
Yhteenveto toteutetuista uudistuksista .....	26
5 JOHTOPÄÄTÖKSET .....	28
Opaskirjaseen yhteiskunnallisen intervention muotona .....	28
Opaskirjaseen kehittäminen sosiokulttuurisen innostamisen muotona .....	29
Valistuksen merkitys .....	29
6 UUDISTUSTYÖN TOTEUTUKSEN ARVIOINTIA .....	31
7 YHTEENVETO .....	32
8 LOPUKSI .....	34
Lähteet ja kirjallisuus .....	35

## JOHDANTO

Suomessa kaikille lasta odottaville perheille jaetaan äitiysneuvolan kautta maksutta opaskirjainen, jossa käsitellään informatiivisesti ja käytännönläheisesti uuden perheenjäsenen syntymää: odotusaikaa, synnytystä, vauvanhoitoa, vauvaperheen arkea sekä lapsiperheiden palveluja ja etuuksia. Opaskirjasta julkaisee nykyisin sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Stakes. Kirjaisen nimenä on 'Meille tulee vauva – Opas vauvan odotukseen ja hoitoon'. Aiempina vuosikymmeninä sitä on julkaistu myös nimillä 'Äidille' ja 'Syntyvä lapsesi'. Opaskirjaisen vuosittainen painosmäärä on nykyään noin 60 000.

Koska opaskirjainen annetaan maksutta äitiysneuvolan ensikäynnillä jokaiseen lasta odottavaan perheeseen, lukijakuntaan kuuluvat periaatteessa kaikkien syntyvien vauvojen vanhemmat Suomessa, vuosittain yli 100 000 henkeä. Käytännössä opaskirjasta luetaan erityisesti ensimmäisen lapsen odotuksen ja syntymän aikana.

Opaskirjaisen tekstin ja kuvien avulla on pyritty realistisesti, mutta samalla yksityiskohtaisesti, asiallisesti ja positiivisesti kertomaan perusasioita vauvan mukanaan tuomasta elämänmuutoksesta. Opaskirjainen sisältää asiaa raskauden etenemisestä, syntyvän lapsen ja odottavan äidin terveyteen vaikuttavista tekijöistä, synnytyksen kulusta, äidiksi ja isäksi kasvamisesta, parisuhteesta, vauvan ravinnosta, imetyksestä ja puhtaudesta huolehtimisesta, lapsen kasvusta ja kehityksestä, vauvaperheen arjesta ja ajankäytöstä, erilaisten organisaatioiden tarjoamista palveluista vauvaperheille, samoin kuin yhteiskunnan taloudellisista ja muista tukimuodoista lapsiperheille.

Tiivistetysti opaskirjaisen funktiona voidaan pitää vanhempien tukemista ja ongelmien ennaltaehkäisyä: julkaisulla pyritään vaikuttamaan paitsi kognitiivisesti – tiedon ja valistuksen avulla – myös henkisen valmentamisen myötä vauvaa odottaviin vanhempiin. Vanhempia opastetaan ja rauhoitetaan vanhemmuuden haasteissa ja arjessa. Kertomalla niistä moninaisista fyysisistä, psyykkisistä ja sosiaalisista tekijöistä, jotka vaikuttavat syntyvän lapsen, odottavan äidin ja koko perheen hyvinvointiin, pyritään samalla valistamaan riskitekijöistä, jotka lasta odottaessa ja välittömästi lapsen syntymän jälkeen saattavat vaikuttaa heikentävästi lapsen kehitykseen, vanhempien jaksamiseen ja perheen toimivuuteen.

Opaskirjaisen sisältöä ja ulkoasua on vuosikymmenten varrella muokattu ja kehitetty eri tavoin. Kooltaan kirjainen on laajentunut ensimmäisestä parisivuisesta – 10 täsmäohjetta sisältäneestä tietoisesta – yli 100-sivuiseksi tietopaketiiksi. Koska opaskirjaisen käsikirjoitusta ei ollut vuodesta 1980 lähtien kovin paljon muutettu, päädyttiin sosiaali- ja terveysministeriössä siihen, että sisältöä olisi uudistettava ja ajanmukaistettava. Uudistusta toteuttamaan koottiin vuoden 2005 aikana monialainen asiantuntijatyöryhmä, jonka toiminnan koordinoinnista vastasi Stakesin erikoistutkija Johanna Lammi-Taskula. Olin työryhmässä perhesosiologina ja Stadian sosiaalipedagogisen perhetyön erikoistumisopinon opiskelijana. Edustin ryhmässä myös 2000-luvun vauvaperheiden vanhempia; vanhimmat lapseni syntyivät vuosina 2000 ja 2003.

Opaskirjasta voidaan tarkastella yhtenä yhteiskunnallisen intervention<sup>1</sup> muotona: kyseisellä interventiolla pyritään myötävaikuttamaan vauva- ja lapsiperheiden hyvinvointiin Suomessa ja tukemaan vanhempia perheellistymisen ja arjen haasteissa.

Tässä raportissa käytän käsitteitä julkaisuhanke ja interventio osin rinnakkain: edellinen korostaa opaskirjaisen tekemistä ja toteuttamista toiminnan näkökulmasta, jälkimmäinen pikemminkin opaskirjaisen sisältöä.

<sup>1</sup> Interventio tarkoittaa väliintuloa, toimenpidettä, jolla pyritään vaikuttamaan yksilön tai ryhmän terveydentilaan tai käyttäytymiseen (Duodecim: Lääketieteen sanasto, <http://www.terveysportti.fi/terveyskirjasto>). Interventio-ohjelmalla puolestaan pyritään vaikuttamaan johonkin ydinkysymykseen, osaamiseen ja uskomuksiin; interventio-ohjelma voi olla traditionaalinen, usein yhden teeman ympärille keskittyvä tai psykososiaalinen eli sosiaalisten tekijöiden vastustamiseen tai persoonallisten ja sosiaalisten taitojen opettamiseen tähtäävä (Haukkala 1993).

Raportissani 'Valistusta vauvaperheille – Raportti Meille tulee vauva -opaskirjaseen uudistustyöstä 2005–2006' käsittelen opaskirjaseen uudistustyötä ja kerron opaskirjaseen taustasta. Aiemmin vastaaventyypistä raporttia opaskirjaseesta ei ole tehty. Tarkastelen opaskirjaseen toteuttamista ja jakelua myös sosiokulttuurisen innostamisen näkökulmasta. Lisäksi pohdin opaskirjaseen asemaa familistisen<sup>2</sup> orientaation toteuttajana ja vahvistajana.

---

2 Familismi on suuntaus, joka vahvistaa ja korostaa perheen arvoa yhteiskunnassa. Familismin vastakohtana voidaan pitää yksilöllisyyttä korostavaa individualismia.

# 1 TAUSTA

## Julkaisuhankkeen historia

Kaikille vauvaperheille suunnatun valtakunnallisen opaskirjaseuran tekeminen Suomessa merkittäväksi se tosiseikka, että toista vastaavatyypistä – toisin sanoen näin mittavaa, maanlaajuisena jakeluna organisoitua ja ajallisesti pitkäkestoista, yli 60 vuotta toteutunutta – julkaisuhanketta ei Suomesta ole löydettävissä minkään muun aihepiirin ympäriltä. Toisaalta ainutlaatuista on myös se, että julkaisuhanke on toteutunut virallisten tahojen tuottamana jo vuosikymmenten ajan, vaikka julkaisun toteuttamiseen ei sinänsä velvoita mikään laki tai asetus. Vuosien varrella julkaisu on kasvanut ja muuttunut, julkaisijatahot ja tekijät ovat vaihtuneet ja aikakauden ilmiöt ovat osin erilaisia kuin ennen, mutta opaskirjaseuran perusidea osana kansallista terveys- ja perhevalistusta on säilynyt.

Jo neuvolatyön alkaessa 1920-luvulla äideille jaettiin neuvolakäynneillä suullisesti tietoa lasten ravitsemuksesta, nukkumisesta ja muista terveellisen kasvun edellytyksistä (ks. myös Korppi-Tommola 1990, 65). 1940-luvulta alkaen tietoa on tarjottu lisäksi kirjallisessa muodossa (mt., 166 ja 175) erilaisina lehdyköinä, tietoiskuina ja mainoksina. Viimeisimmäksi rinnalle on tullut internetistä saatava moninainen raskautta, synnytystä ja vauvanhoitoa käsittelevä materiaali (ks. esimerkiksi [www.imetys.fi](http://www.imetys.fi)).

Opaskirjaseuran historia on monivaiheinen. Julkaisun kantamuotona voidaan pitää lääkäri Rakel Jalaksen vuonna 1937 laatimaa tietoiskua, joka julkaistiin nimellä 'Kymmenen ohjetta äidiksi tuleville' (Jalas 1937). 1940-luvun alussa julkaisu laajeni ja sen nimi muuttui muotoon 'Ohjeeksi tulevalle äidille'. 1940-luvun loppupuolelta 1970-luvun vaihteeseen asti nimi oli muotoa 'Äidille'. Tällöin opaskirjaseurassa oli jo useita kymmeniä sivuja. Vuonna 1971 opaskirjaseuran nimeksi tuli 'Syntyvä lapsesi', ja vuodesta 1980 sitä on julkaistu nykyisellä nimellään. Tällä hetkellä opaskirjaseurassa on yhteensä 114 sivua.

Kirjaseuran julkaisemisesta ja toimittamisesta ovat kuluneiden vuosikymmenten aikana vastanneet vuorollaan eri tahot, muun muassa Lastensuojelun Keskusliitto, sosiaalivaltiohallitus<sup>3</sup> ja Stakes. Aluksi julkaisu suunnattiin yksinomaan raskaana oleville äideille. Sittemmin kirjanen on kohdennettu molemmille vanhemmille. Viimeisimmässä painoksessa (25. täysin uudistettu painos, vuonna 2006) on pyritty yhä monipuolisemmin ottamaan huomioon sekä odottavan äidin että isän näkökulma, samoin kuin erilaiset perhetilanteet ja perheiden moninaisuus.

Suomenkielisen painoksen lisäksi opaskirjasta on saatavilla käännöksenä myös ruotsiksi (*Vi väntar barn*), englanniksi (*We're having a baby*) ja venäjäksi (Y HAC БУДЕТ РЕБЕНОК). Suomenkielisen opaskirjaseuran painosmäärä on vuosittain noin 58.000 kappaletta, eli suurin piirtein syntyvän ikäluokan verran. Vuonna 2006 suomenkielisiä opaskirjaseuroja painettiin yhteensä 60 000 kappaletta. Muilla kielillä opasta painetaan vuosittain muutamia tuhansia.

## Opaskirjaseuran kehittämisen lähtökohdat

Sosiaali- ja terveysministeriön aloitteesta käynnistetyn ja Stakesin koordinoiman ja toteuttaman kehittämishankkeen (2005-2006) taustalla oli tarve ajanmukaistaa ja yhdenmukaistaa vanhemmille jaettavaa Meille tulee vauva -opaskirjasta. Perusteena oli ensinnäkin se, että tietoa vauvojen ja lapsiperheiden elämästä ja hyvinvointia edistävistä tekijöistä oli saatu runsaasti eri alojen tut-

<sup>3</sup> Sosiaali- ja lääkintöhallitus yhdistyivät 1990-luvun alussa sosiaali- ja terveyshallitukseksi, josta vuonna 1993 tuli Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus (Stakes).

kimustulosten myötä. Tietoja oli siis opaskirjaseen päivitettävä. Toiseksi, ohjeita ja suosituksia oli tarpeen yhdenmukaistaa niin, että vanhemmille annettavat ohjeet olisivat yhteneviä uusimpien ammattilaisille suunnattujen suositusten ja ohjeiden kanssa. Opaskirjaseen kehittämistyön myötä pyrittiin lisäksi entistä paremmin ottamaan huomioon esimerkiksi lasta yksin odottavien ja yksin synnyttävien naisten tiedon ja tuen tarpeet sekä isien muuttunut rooli ja asema nykyperheissä.

Kehittämistyöryhmään 2005–2006 oli ministeriön aloitteesta kutsuttu mukaan monien eri alojen asiantuntijoita ja ammattilaisia<sup>4</sup>. Lopullinen työryhmän kokoonpano oli seuraava: suunnittelija Arja Haapakorva (Neuvolatyön kehittämis- ja tutkimuskeskus), perhesosiologi Anna Kokko (Helsingin yliopisto), Suomen Kättilöliiton puheenjohtaja Merja Kumpula (HUS), lastentautien erikoislääkäri Suvi Mieskonen (HUS/Jorvin sairaala), Perheverkon projektikoordinaattori Minna Oulasmaa (Väestöliitto), sekä ylitarkastajat Maire Kolimaa ja Marjaana Pelkonen (sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö). Ryhmän koordinaattorina toimi Stakesin erikoistutkija Johanna Lammi-Taskula. Kirjaseen uuden painoksen toimittajina olivat Lammi-Taskula ja Kokko.

Kehittämistyön peruslähtökohtien lisäksi työryhmässä sovittiin työskentelyn alussa seuraavista päämääristä:

- 1) Opaskirjaseesta olisi luotava laadukas tietopaketti, jota vauvaperheiden vanhempien – niin äitien kuin isienkin – olisi selkeä lukea. Tämä tarkoittaisi sisällöllisten uudistusten rinnalla opaskirjaseen rakenteen selkeyttä ja loogisuutta, mikä toteutuisi kronologisuutta painottamalla ja otsikointeja ja kappalejakoja selkiyttämällä.
- 2) Tavoitteena pidettiin, että opaskirjaseen kertoisi entistä monipuolisemmin ja tarkemmin 2000-luvun vanhemmuuden haasteista ja vauvaperheiden arjesta. Uusille äideille ja isille olisi tarpeen jakaa vauva- ja perhemyönteisyyden hengessä sekä tietoa että kokemusperäisiä näkemyksiä vauvan odotuksesta, syntymästä ja hoidosta, unohtamatta kuitenkaan vanhempien yksilöllisiä tunteita ja tarpeita raskaus- ja imetysaikana.
- 3) Vanhempia ohjattaisiin kriittiseen ajatteluun koskien kuluttamista – kerta- ja kestokulutustavaroiden hankintaa ja ostovalintojen ympäristöystävällisyyttä – sekä lapsiperheille suunnattua mainontaa.

Lisäksi perhesosiologisen ja sosiaalipedagogisen näkökulman esiin tuominen oli oppaan kehittämisessä tarpeen, sillä aiemmin kirjaseessa olivat olleet vahvasti esillä erityisesti lääketieteellinen, ravitsemustieteellinen, psykologinen ja lapsipsykiatrinen tietämys. Kuitenkin myös monet yhteiskunnalliset seikat, kuten yhteiskunnan taloudellinen tuki perheille, tarjolla olevat päivähoitovaihtoehdot ja käsitykset naisen ja miehen asemasta ja rooleista, vaikuttavat väistämättä vanhempiin ja perheisiin ja sitä kautta lapsiin. Näiden asioiden käsittelyä haluttiin entisestään monipuolistaa. Opaskirjaseen aiemmissa versioissa ei myöskään ollut kovin paljon käsitelty sitä, miten vauvan syntymä konkreettisesti muuttaa perheenjäsenten ajankäyttöä ja työnjakoa perheessä ja mitä muutoksia vauvan syntymän myötä tapahtuu usein perheen sosiaalisessa verkostossa, kuten yhteydenpidossa sukulaisiin, ystäviin ja työtovereihin. Näitä teemoja pyrittiin saamaan entistä näkyvämmiin mukaan opaskirjaseen uuteen painokseen.

Opaskirjaseen ulkoasua olisi lähtökohtaisesti voinut muuttaa paljonkin. Alusta asti oli kuitenkin selvää, että ulkoasun muuttamisen rajaehdot syntyisivät käytettävissä olevista taloudellisista resursseista. Toisaalta oli haastavaa lähteä miettimään, miten ulkoasua pystyisi kehittämään entistä selkeämmäksi ja paremmaksi mahdollisimman vähäisin kustannuksin.

<sup>4</sup> Työryhmän jäsenet eivät saaneet erillistä korvausta kehittämistyöryhmässä toimimisesta. Yleensäkin opaskirjaseen kehittämisen ja julkaisemisen yhteydessä korvausta on maksettu ainoastaan graafisen puolen osaajille eli kuvituksen, taiton ja painon toteuttajille.



## 2 OPASKIRJASEN KEHITTÄMISEN HAASTEET JA MAHDOLLISUUDET

### Opaskirjaseen yhteiskunnallinen merkitys

Tietoa ja valistusta eri aloilta ja aihepiireistä on saatavilla enemmän kuin koskaan. Toisaalta 2000-luvun vauva- ja lapsiperheillä on kohdattavanaan monenlaisia uudentyyppisiä haasteita, jotka liittyvät muun muassa työ- ja talouselämän murrokseen, arjen ja ajankäytön pirstaloitumiseen sekä vanhemmuuteen kohdistettuihin – joskus ylimitoitettuihin – odotuksiin.

Nykyvanhemmat tarvitsevat siis käytännön ohjeiden ja vinkkien lisäksi myös henkistä tukea vanhemmuuteen ja erilaisten valintojen tekemiseen. Vaikka informaatiota lasten terveyteen ja fyysiseen kasvuun liittyvistä asioista tulvii kaikkialta, eivät nuoret vanhemmat useinkaan ole riittävästi selvillä esimerkiksi niistä moninaisista tunteista, joita vanhemmuus herättää, tai vaihtoehtoista, joilla erilaisia perheen arkisia tilanteita pystyttäisiin rakentavasti omassa arjessa ratkaisemaan (ks. myös Cacciatore & Oulasmaa, HS 10.9.2005). Nykyajalle tyypillistä on myös se, ettei monilla tuoreilla vanhemmilla ole paljonkaan kokemuseräisiä, konkreettisia muistoja pienten lasten hoitamisesta. Opaskirjanen voi osaltaan auttaa vanhempien tukemisessa ja erilaisten valintojen tekemisessä tietotulvan ja moninaisten mahdollisuuksien keskellä.

Odotusaikaa, synnytystä ja vauvanhoitoa käsitteleviä opaskirjasia on vanhemmille runsaasti tarjolla. Valtakunnallisella opaskirjasella on kuitenkin muutama selvä etu moniin muihin julkaisuihin nähden: Kirjasta jaetaan maksutta vauvaa odottaville vanhemmille, joten julkaisu tavoittaa periaatteessa jokaisen Suomessa asuvan vauvaperheen. Muut opaskirjaset ovat pääsääntöisesti maksullisia ja/tai vaativat lisäksi puhelimitse, postitse tai internetin kautta tilauksen tekemistä. Lisäksi opaskirjanen on yleinen ja yhtäläinen kaikille, ja se laaditaan julkisen sektorin puolella ilman markkinoihin liittyviä kytkeitä. Opaskirjanen ei siis sisällä lainkaan mainosmateriaalia. Näin ollen sisällössä on mahdollisuus pyrkiä tasapuolisuuteen ja objektiivisuuteen.

### Kehittämishaasteet

Kun nuorelle perheelle annetaan opaskirjaseen muodossa tietoa ja näkemyksiä uuden perheenjäsenen syntymästä ja uudenlaisesta elämäntilanteesta, on mietittävä, miten tietoa voidaan jakaa niin, että teksti olisi riittävän selkeää ja yksiselitteistä, mutta toisaalta ei liian käskevää: painettua sanaa tulkitaan helposti väärin, ja tiukka normatiivisuus ('tee näin' tai 'älä tee noin') puolestaan saattaa aiheuttaa turhaa syyllisyyttä niissä vanhemmissa, jotka eivät syystä tai toisesta koe onnistuvansa täyttämään vanhemmuuden ihannetta kulloisessakin asiassa ja tilanteessa.

Vanhemmilta saatu palaute Meille tulee vauva -opaskirjasesta on vuosien varrella ollut pääsääntöisesti myönteistä. Opaskirjasta on pidetty erittäin onnistuneena ja tarpeellisena<sup>5</sup>. Joistakin yksittäisistä asiavirheistä vanhemmat ovat huomauttaneet ja virheet on sittemmin korjattu. Opaskirjaseen kehittämistyön lähtökohta olikin siten varsin hyvä: uudistettavalle kirjaseelle oli tiedossa varma lukijakunta ja kehittämisessä oli mahdollisuus keskittyä tietojen päivittämiseen ja ajanmukaistamiseen ja opaskirjaseen rakenteen selkiyttämiseen, ei niinkään sisällöllisten perusasioiden korjaamiseen – vaikka uusia tekstijaksojakin oli tulossa mukaan.

<sup>5</sup> Tieto Stakesiin puhelimitse, sähköpostitse ja kirjeitse saapuneesta asiakaspalautteesta on peräisin projektisihteeri Raija Rantamäeltä ja erikoistutkija Johanna Lammi-Taskulalta.

## Kehittämisideoita koskevan aineiston kerääminen

Opaskirjaseen kehittämisen perustana oleva aineisto koostui pääasiassa työryhmän asiantuntijoiden ideoista ja näkemyksistä. Lisäksi mukana oli palautetta työryhmän ulkopuolelta: vauva- ja lapsiperheiden vanhemmilta sekä yhdeltä kunnallisen perhekeskuksen työntekijältä<sup>6</sup>. Loka-marraskuun aikana 2005 otin puhelimitse ja/tai sähköpostitse yhteyttä sellaisiin vanhempiin, joiden ajattelin sekä vanhemmuutensa että ammattinsa puolesta olevan hyviä informanteja opaskirjaseen kehittämisessä, koskien sekä opaskirjaseen sisältöä, rakennetta että ulkoasua.

Palautetta antoivat seuraavat henkilöt: ensimmäistä lasta odottanut 29-vuotias nainen (vauva syntyi marraskuussa 2005); kahden lapsen äiti (32-vuotias peruskoulun opettaja, kolmas lapsi syntyi maaliskuussa 2006); 2-vuotiaan pojan isä, 36-vuotias lastentautien erikoislääkäri; 30-vuotias yhden lapsen äiti (takana avioero lapsen ollessa 1-vuotias) sekä pienen lapsen äiti, joka muutama vuosi sitten odotti lastaan yksin, ilman puolisoa.

Seuraavassa sitaatissa kirjoittaa palautetta 29-vuotias ensisynnyttäjä. Katkelma on peräisin sähköpostiviestistä 30.10.2005:

*Sivuilla 6–12 puhutaan odotusajan epävarmuudesta ja mielialan vaihteluista ja muistan että itse sitä lukiessani olin vähän ymmälläni, kun se tuli näin alussa ja näin voimallisesti. Itse en kokenut alkuraskaudessa sellaista epävarmuutta ja pelkoja joista oppaassa kerrotaan. On varmasti tärkeää että näistäkin asioista on kirjoitettu, mutta ovatko ne näin alussa oikeassa paikassa?*

Toinen palautetta koskeva esimerkkisitaatti on yksin lasta odottaneen naisen sähköpostiviestistä (17.11.2005). Hän huomautti aiemman opaskirjaseen kohdasta, jossa käsitellään synnytyssairaalaan lähtöä otsikolla 'Milloin sairaalaan?' (ks. vuoden 2005 opaskirjaseen, sivu 26):

*Tälle sivulle haluaisin muistutuksen siitä, että lasketun syntymisajan tienoilla olisi hyvä olla tukihenkilö tai isä lähellä esim. puhelinsoiton päässä. Itse olin yksin eivätkä sairaalaan soittaessani edes älynneet kysyä olenko yksin kun kysyin koska minun pitää tulla sairaalaan kun supistukset olivat jo alkaneet. Neuvoivat vaan olemaan kotona viimeiseen asti. Onneksi minulla meni kaikki hyvin, mutta joskus voi tulla komplikaatioita tai supistukset ovat jo niin voimakkaita, ettei itse jaksa/pysty edes pukemaan.*

On ilmeistä, että vauvaperheille valtakunnallisesti jaettavasta opaskirjaseesta tarvittaisiin palautekysely, jonka avulla kerättäisiin tietoa opaskirjaseen lukijoista, sisällöstä ja kehittämisideoista. Koska tällaisen kyselyn toteuttamiseen ei kehittämishankkeen 2005–2006 aikataulussa ja budjetissa ollut mahdollisuuksia, idea lukijakyselystä toivottavasti pystytään toteuttamaan lähivuosina, uudistetun opaskirjaseen tiimoilta.

<sup>6</sup> Alun perin yhteyttä otettiin kahteen perhetyöntekijään ja kahteen neuvolan terveydenhoitajaan, mutta työkiireiden vuoksi vain yksi perhetyöntekijä ehti antaa palautetta opaskirjaseesta.

### 3 VANHEMMUUS, FAMILISMI JA INNOSTAMISEN ULOTTUVUUDET

Opaskirjaseen sisällön perustana olevaa tietoa on tuotettu useilla eri tieteenaloilla. Raskautta, synnytystä, vauvanhoitoa ja vanhemmuutta koskevat käsitykset ovat peräisin lääketieteen (pediatrian, psykiatrian, naistentautien ja synnytyksen), hoitotieteen, ravitsemustieteen, psykologian, sosiaalipsykologian, kasvatustieteen, sosiologian ja yhteiskuntapolitiikan aloilta. Lisäksi opaskirjassa on mukana kokemuseräiseen tietoon pohjautuvia näkemyksiä.

Vanhempia ja vanhemmuuden problematiikkaa tutkitaan jatkuvasti eri näkökulmista. Tutkimusaihe on ajankohtainen erityisesti käyttäytymis- ja yhteiskuntatieteissä (ks. esim. Salmi & Lammi-Taskula toim. 2004; Miller 2000; Jallinoja 2000; Bardy ym. 2001; Ketokivi 2002). Perhesosiologisena ja perheinstituutioon kytkeytyvänä teemana vanhemmuutta ovat Suomessa 1990-luvulta lähtien käsitelleet muun muassa Nätkin (1995 ja 1997), Jokinen (1997), Helén (1997) ja Uimonen (2003). Isyyttä ovat puolestaan käsitelleet eri teoksissaan Hoikkala (ks. esim. 1996), Roos (ks. esim. vanhemmuudesta sukupolvikysymyksenä Roos & Rotkirch 1997) sekä Huttunen (ks. esim. 1990 ja 2001).

Jos kuitenkin vanhemmuuteen liitettyjä määrittelyjä ja vanhemmuuden käsittelyä rajataan ajallisesti ja temaattisesti vaiheeseen, jossa lapsi on tulossa, mutta ei vielä syntynyt, tutkimusta on sosiologiassa ja muissa sosiaali- ja käyttäytymistieteissä suhteellisen vähän (ks. esimerkkeinä Kaila-Behm 1997, Sevón & Huttunen 2002 ja Mesiäislehto-Soukka 2005). Odotusaikaa koskevista ja sitä sivuavista tutkimuksista mainittakoon edellisten lisäksi aborttia tutkineet Anttonen ym. (1994) sekä Meskus (2001). Sikiöseulontojen yhteiskunnallisia ja eettisiä ulottuvuuksia on myös tutkittu (mm. Jallinoja, P., 2002). Odotus erityisenä perheellistymiseen tähtäävänä muotona ja ajanjaksona on ollut kiinnostavasti esillä myös adoptiota koskeneissa tutkimuksissa.

#### Julkaisuhankkeen familistinen juonne

Opaskirjaseen sisältöä voidaan tarkastella osana yhteiskunnan familistista juonetta: äitiysneuvolatoiminnassa on jo pitkään pyritty yhä vahvemmin suuntautumaan terveydenhuollollisen seurantatehtävän ohella myös vanhemmuuden ja perhe-elämän tukemiseen ohjaamalla ja neuvomalla odottavia äitejä ja isiä (ks. Kuronen 1993, 105–106).

Toteutettu uudistusprosessi (2005–2006) ajoittuu kauteen, jolloin perhe ja perheenjäsenten hyvinvointi oli vuosituhannen vaihteessa noussut voimakkaan huomion kohteeksi sekä tiedotusvälineissä että erilaisissa tutkimuksissa ja selvityshankkeissa. Kollektiivisesta huolesta keskustelu laajeni koskemaan monenlaisia lasten ja perheiden elämää ja hyvinvointia koskevia asioita, kuten pienten lasten hoitojärjestelyjä (koti- vai päiväkotihoido), isyyttä, äitiyttä, koululaisten iltapäivähoitoa jne. Keskusteluun osallistuivat paitsi eri alojen asiantuntijat ja ammattilaiset, myös nk. tavalliset kansalaiset eli lapsiperheiden vanhemmat. (Ks. Jallinoja 2006.)

Uudenlainen kiinnostus perheiden hyvinvointia ja lapsiperheiden arkea kohtaan loi tilaa ja kysyntää myös erilaisille yhteiskunnan toteuttamille interventiolle koskien perheiden toimivuuden ja hyvinvoinnin tukemista. Moni taho pyrki entistä aktiivisemmin myötävaikuttamaan perheiden hyvinvoinnin ehtoihin ja edellytyksiin, kuten parisuhteen tukemiseen, perheenjäsenten yhteisen ajan korostamiseen ja lasten aseman esiin nostamiseen.

## Innostamisen ulottuvuudet interventiossa

Vauvaperheille suunnatun opaskirjaseen sisällön kehittämistä voidaan valistamisen ja informaatio-ohjauksen ohella pyrkiä kuvaamaan nk. innostamisen eri ulottuvuuksina. Ander-Eggin luokittelussa (ks. Hämäläinen & Kurki 1997, 201) innostamisessa voi korostua yhtä lailla: 1) konservatiivisuus eli säilyttäminen; 2) modernisuus eli edistyskäsitys tai 3) transformatiivisuus eli 'vallankumouksellisuus', jota kutsun tässä yhteydessä maltillisemmin laadulliseen muutokseen tähtääväksi ulottuvuudeksi<sup>7</sup>. Tarkastelen seuraavaksi lyhyesti näitä kolmea ulottuvuutta.

### Säilyttävä ulottuvuus

Meille tulee vauva -julkaisussa käsitellään monia arjen ja elämänkaaren peruskysymyksiä, kuten parisuhteen vaalimista ja tukemista raskaus- ja imetysaikana sekä naisen fysiologisten muutosten hyväksymistä raskauteen kuuluvana luonnollisena asiana. Samoin kerrotaan odottavien äitien ja isien sekä vauvaperheiden hyvinvointia turvaavista tuki- ja palvelumuodoista sekä monista hyväksi koetuista käytännöistä vauvan hoidossa. Tietopaketin oletetaan palvelevan lasta odottavia vanhempia, erityisesti kaikkia niitä äitejä ja isiä, joilla ei ole aiempaa omakohtaista kokemusta vauvojen ja pienten lasten hoidosta.

Julkaisuhanketta luonnehtii siis merkittävällä tavalla 'säilyttämisen' ulottuvuus: opaskirjaseen myötä pyritään vahvistamaan tiettyjä rakenteita ja toimintatapoja, jotka on havaittu kannatettaviksi perheiden toimivuuden ja hyvinvoinnin kannalta. 'Säilyttämistä' ei ole syytä tulkita vastakohtaksi 'hävittämiselle', vaan kyse on pikemminkin perustavanlaatuisen ja hyväksi havaittujen asioiden ja käytäntöjen esiin tuomisesta.

Opaskirjaseen pyrkii osaltaan siirtämään perimätietoa eteenpäin uudelle vanhempien sukupolvelle ja 'innostamaan' heitä: hyväksi ja toimiviksi havaitut seikat tuodaan tarjolle uusille vanhemmille – heille itselleen nähtäviksi, koettaviksi ja arvioitaviksi.

### Edistyskäsitys ulottuvuus

Innostamisen modernia, edistyskäsitystä määrittelytapaa tulkitsen tässä yhteydessä seuraavasti: edistyskäsityksestä näkökulmasta tarkastellen vauvaperheille suunnattu interventio ottaa huomioon viimeaikaiset tutkimustulokset eri tieteenaloilta ja kertoo niistä opaskirjaseen lukijoille tarkoituksenmukaisella ja sopivalla tavalla. Innostaja voi toimia välittäjänä ihmisten ja uusimman tutkimustiedon välillä. Tavoitteena on, että esitetty tieto olisi mahdollisimman yksiselitteistä ja nojaisi tutkittuihin tosiseikkoihin<sup>8</sup>.

Yhtenä keskeisimpänä edistyskäsityksenä ulottuvuutena on naisen ja miehen asema. Opaskirjaseen aikaisempiin painoksiin verrattuna uudistuksessa on pyritty entistä perusteellisemmin ottamaan huomioon molempien sukupuolten kokemuksia perheellistymisestä ja lapsen syntymästä. Myös lasta yksin odottavan naisen elämäntilannetta on käsitelty aiempaa enemmän.

Tavoitteena on ollut kuvata sekä äidin että isän näkökulmasta odotusajan tuntemuksia ja valmistautumista tulevaan elämänmuutokseen. Yhtäläisyyksistä huolimatta naisen ja miehen lähtökohta vanhemmaksi kasvamiseen kuitenkin jossain määrin myös eroaa (ks. tarkemmin luku Odotusaika ja vanhemmaksi kasvamisen). Suurin ero syntyy luonnollisesti siitä, että sikiö kasvaa naisen kohdussa, jolloin kokemuksellisesti odotusaika on miehelle toisenlainen kuin naiselle (ks. myös Sevón & Huttunen 2002, 72.)<sup>9</sup>

<sup>7</sup> Termi on peräisin Leena Kurjelta (luento sosiaalipedagogiikasta Helsingin Ammattikorkeakoulu Stadiassa 26.1.2006).

<sup>8</sup> Esimerkiksi miten ja millä perusteilla kannustetaan imetykseen tai tiettyjen ehkäisykeinojen valintaan imetysaikana tai mitä vauvan kokemusmaailmasta tiedetään uusimman tutkimustiedon myötä.

<sup>9</sup> Samaten lähtökohta uuden perheenjäsenen syntymään on erilainen naispareilla, koska pariskunnasta yleensä vain toinen on vuorollaan raskaana, toinen valmistautuu vanhemmaksi puolison odotuksen myötä.

Naisille ja miehille tarjotaan eri yhteyksissä erilaisia 'kertomuksia' ja 'merkityksiä' äitiyteen ja isyyteen siirtymästä. Lisäksi, vaikka monilla nykyäideillä ja -isillä ei tyypillisesti ole etukäteen kovinkaan paljon omakohtaista kokemusta vauvojen ja pienten lasten hoitamisesta, useista eri syistä johtuva tosiseikka on, että miehillä tällaista kokemusta on tyypillisesti vielä vähemmän kuin naisilla.

## Laadulliseen muutokseen tähtäävä ulottuvuus

Tavoiteltaessa laadullista kulttuurisen tyylin muutosta, innostamisella pyritään siihen, että jokainen tulisi kykeneväksi muuttamaan arkipäiväänsä ja olemaan oman elämänsä toteuttaja. Lähtökohdiana on, että kukin yksilö voi toisten ihmisten kanssa muuttaa yhteisöään kohti oikeudenmukaista yhteiskuntaa. Innostaminen auttaa ihmisiä sekä osallistumaan kulttuuriseen elämään että etsimään uusia kulttuurin muotoja. (Ks. Ander-Egg 1989, 140, ref. Hämäläinen & Kurki 1997, 201.)

Yhteiskunnassa tulee aina tapahtumaan muutoksia, jotka vaikuttavat äitiyteen, isyyteen, parisuhteeseen ja vanhemmuuden kokemuksiin. Muutosten taustalla on paitsi tiedon lisääntyminen (esimerkiksi, mitä tiedämme sikiön kehityksestä ja sikiölle haitallisista aineista, odottavalle äidille sopivasta raskausajan ravitsemuksesta tai tarvikkeiden ja tuotteiden ekologisuudesta), myös uusien toimintatapojen omaksuminen, esimerkiksi uudenlaisen kodin- ja lastenhoitoon osallistuvan isän roolin vakiintuminen arjen käytäntöihin.

Isän roolin ja aseman kuvaamista uudistettavassa opaskirjasessa tuki Arja Kaila-Behmin (1997) tutkimus, jossa neuvolan asiakkaina olevat ('odottavat') isät jaettiin – sekä isiltä itseltään että terveydenhoitajilta kerätyn tutkimusaineiston perusteella – neljään eri tapaan 'odottaa'. Tuleva isä oli typologian mukaan joko: sivustaseuraaja, tukihenkilö, kumppani tai perheenpää. (Ks. lähemmin Kaila-Behm 1997, ref. Sevón & Huttunen 2002, 76.) Uudessa opaskirjaseen painoksessa pyrittiin sisällöllisesti korostamaan 'kumppani-isää', joka – tukihenkilön ominaisuuksien lisäksi – jakaa puolisonsa kanssa vastuuta tulevasta lapsesta ja perheen arjesta yhteisesti sovitulla tavalla ja on oma-aloitteinen sekä hankkiessaan tietoa että ottaessaan kontaktia ammatti-ihmisiin.

Kunakin aikakautena on asioista myös omat tulkintansa. Se miten johonkin tietoon tai näkemykseen suhtaudutaan nyt, ei takaa, miten siihen suhtaudutaan kymmenen tai kahdenkymmenen vuoden kuluttua. Vauvaperheille tarkoitettu opaskirjanen onkin aina vahvasti myös oman aikakautensa tuote. Se on jossain määrin myös paikallinen tuote, eli tietyn yhteiskunnan sisäinen esitys uuden perheen ja kansalaisen syntymään liittyvistä kulttuurisista seikoista. Ideaalitasolla paikallisella valistuksella ja innostamisella voidaan kuitenkin pyrkiä myös globaaleihin muutoksiin lisäämällä tietoa vauvan syntymästä ja lapsen kasvusta.

## 4 OPASKIRJASEN SISÄLLÖN JA ULKOASUN UUDISTAMINEN

### Uudistusten suunnittelu ja konkreettinen toteutus

Koko kehittämistyöryhmä kokoontui Stakesissa yhteensä viisi kertaa: loka-joulukuussa 2005 kolme kertaa ja tammikuussa 2006 kahdesti. Opaskirjaseen toimittamisen tiimoilta oli Kokolla ja Lammi-Taskulalla lisäksi useita yhteistapaamisia sekä syksyllä 2005 että keväällä 2006.

Muutosehdotuksista ja -ideoista kootun muistion (Kokko, 2005) perusteella sovimme 14.12.2005 pidetyssä kehittämistyöryhmän kokouksessa, mitkä tekstiin liittyvät tarkistukset ja lisäykset ovat kenenkin vastuulla ja kuka työryhmän jäsenistä kirjoittaa uusia tekstijaksoja. Lisäksi päätimme, että ottaisimme yhteyttä muutamiin työryhmän ulkopuolisiin ammattilaisiin ja asiantuntijoihin joidenkin erityiskysymysten tarkistamiseksi.

Uusien asioiden ja jaksojen sisällyttäminen opaskirjaseen tapahtui käytännössä joko niin, että jokaisen uuden tekstinpätkän luki kirjoittajan lisäksi 1–2 aihepiiristä perillä olevaa henkilöä joko kehittämistyöryhmästä tai ryhmän ulkopuolelta (mukana oli myös vauvaperheiden vanhempia) tai niin, että tekstiehdotusta kommentoivat heti alussa kaikki työryhmän jäsenet joko yhteisissä kokouksissa tai sähköpostitse tai puhelimitse. Kaiken kaikkiaan tekstit syntyivät oikeastaan prosessikirjoittamisen tuloksena.

Työryhmän koordinaattori Johanna Lammi-Taskula loi uuden tekstipohjan, joka noudatteli joiltain osin vanhaa käsikirjoitusta, mutta käytännössä oli sangen pitkälti uutta ja muokattua tekstiä. Työryhmässä laaditut upouudet tekstijaksot sisällytettiin mukaan. Tällaisia olivat esimerkiksi tekstiosiot ‘Äidiksi kasvaminen’ (uudessa opaskirjasessa s. 21), ‘Vanhempien tukiverkostot’ (s. 22), ‘Uudet arjen haasteet’ (s. 76–77), ‘Perheen tukiverkostot’ (s. 78) sekä aivan uusi luku ‘Lapsen hoitojärjestelyt’ (s. 88–89) (em. osiot laatinut Anna Kokko), ‘Varhainen vuorovaikutus’ (s. 57) (Lammi-Taskula ja Pelkonen, kommentteja myös Tytti Solantaukselta) ja ‘Älä koskaan ravistele vauvaa!’ (s. 59) (Lammi-Taskula, kommentteja Satu Kivitie-Kalliolta), luku ‘Vastasyntynyt’ (s. 44–45) (Suvi Mieskonen) sekä osio ‘Seksuaalisuus odotusaikana’ (s. 24–25) (Minna Oulasmaa).

Monia muitakin osioita muokattiin huomattavasti entisestä. Lisätekstiä sijoitettiin eri kohtiin käsikirjoitusta, koskien esimerkiksi liikuntaa ja ravintoa raskausaikana, sektiosynnytyksestä toipumista, imetystekniikkaa, vauvan vaatteiden ja varusteiden hankintaa ja säilytystä jne. (Kokko) sekä alkoholin ja tupakan vaikutuksia sikiöön (Lammi-Taskula, kommentteja Ilona Autti-Rämöltä). Sisällöllisten uudistusten lisäksi suunniteltiin uusi raskausajan kalenteri (s. 7–9) (Lammi-Taskula) sekä kuvien uudenlainen sijoittelu (Kokko ja Lammi-Taskula), koska monet aiemman opaskirjaseen kuvista olivat tekstisisältöön nähden harhaanjohtavissa tai muuten ‘väärissä’ paikoissa<sup>10</sup>. Kaikilla kehittämistyöryhmään osallistuneilla oli mahdollisuus kommentoida ehdotettuja uudistuksia ennen opaskirjaseen tekstin ja ulkoasun lopullisen muodon varmistumista.

Tiivistäen voi sanoa, että opaskirjaseen sisältö ja ulkoasu muuttuivat puoli vuotta kestäneen uudistusprosessin aikana merkittävästi. Joitakin kohtia vanhasta oppaasta myös säilytettiin sellaisenaan, mutta valtaosa tekstin rakenteesta ja sisällöstä muutettiin ja ajanmukaistettiin. Kuvien sijoittelun lisäksi taittoa uudistettiin kolmipalstaisesta kaksipalstaiseksi selkeyden ja luettavuuden vuoksi. Sisällysluettelo muokattiin aiempaa yksityiskohtaisemmaksi. Kaikkien mainittujen uudistusten vuoksi opaskirjaseen alkusivulle tuli maininta “25. täysin uusittu laitos”.

<sup>10</sup> Useissa kohdissa kuvan vauva oli kokonsa ja kehitysvaiheensa puolesta ‘väärän ikäinen’ kyseisen teeman sisältöä ja käsittelyä ajatellen.

## Odotus ja synnytys

Opaskirjaseen alkuosan teemojen – raskausajan, synnytyksen ja vauvan syntymään valmistautumisen – osalta ajankohtaista tietoa on saatu erilaisista kirjoista ja julkaisuista (ks. eri alojen tutkimusten lisäksi esim. *Äitiys- ja lastenneuvolatyö Suomessa* 2005 sekä STM:n julkaisema opaskirja *Lastenneuvola lapsiperheiden tukena* 2004), asiantuntijoilta (esimerkiksi sosiaali- ja terveystieteiden ministeriöstä ja synnytyssairaaloista) ja internetistä. Suuri merkitys sisällön kehittämisessä ja ajanmukaistamisessa on ollut myös opaskirjaseen lukeneiden vanhempien kokemuksilla ja näkemyksillä.

Seuraavissa jaksoissa käsitellään yllä mainittuja teemoja tiiviisti. Sitten siirrytään (luvussa Uusi perheenjäsen ja uudenlainen elämäntilanne) tarkemmin kuvaamaan vanhemmuuden ja vauvaperheen arjen käsittelyä ja opaskirjaseen näiden teemojen osalta tehtyjä uudistuksia. Aivan kaikkia toteutettuja uudistuksia ei tämän raportin yhteydessä ole mahdollista perusteellisesti käsitellä. Pääkohdat on tosin yritetty sisällyttää mukaan.

## Raskausaika

Raskausaikaan ja vauvan odotukseen liittyen muutoksia ja täsmennyksiä tehtiin opaskirjaseen uudistuksessa muun muassa seuraavasti:

- 1) raskauden seuranta: viimeisimmät suositukset ja käytännöt ultraäänitutkimuksissa sekä muissa raskauden ajan tutkimuksissa ja sikiöseulonnoissa – seulontatutkimuksiin osallistumisen vapaaehtoisuus mainittiin;
- 2) raskausajan ravinto: suositeltavat vs. vältettävät ruoka-aineet, hivenaineiden lisätarve, sallitut makeutusaineet;
- 3) lisäravinnon tarve raskausaikana sekä painonhallinta (nk. suositeltava painonnousu ja painon tarkkailu);
- 4) parisuhteen haasteet, seksuaalisuuden toteuttaminen ja hellyyden tarve raskausaikana;
- 5) naisen kehossa tapahtuvat muutokset raskauden ja synnytyksen myötä. Kehon muutosten yhteydessä puhuttiin niistä tuntemuksista ja mielikuvista, joita äidillä voi olla suhteessa omaan kehoonsa ja muuttuneeseen ulkomuotoonsa. Kyse ei siis ole yksinomaan fysiologisista muutoksista, vaan yhtä lailla odottavan äidin kokemista sosiaalisen ja psyykkisen tilan muutoksista.
- 6) Lisäksi aiemmasta käsikirjoituksesta poiketen luovuttiin pääsääntöisesti raskauskuukausisanan käytöstä, koska nykyisin odottavat äidit – kuten neuvoloiden ammattilaisetkin – käyttävät raskauden seurannan yhteydessä ja odotusajasta puhuessaan pääsääntöisesti käsitettä 'raskausviikko'.

Teema, joka herätti työryhmässä runsaasti keskustelua, oli päihdevalistus. Vaikka opaskirjaseen pyritään välttämään liiallista normatiivisuutta tupakan, alkoholin ja huumeiden käytön riskeistä kertomisessa, päädyttiin loppujen lopuksi siihen, että tiettyjen teemojen kohdalla normatiivisuus on perusteltua<sup>11</sup>. Erilaisia riskitekijöitä käsiteltäessä mainittiin seuraavasti:

*Niin oman kuin lapsenkin terveyden vuoksi sekä äidin että isän tulisi lopettaa tupakointi jo odotusaikana.*

ja

<sup>11</sup> Alkoholin, huumeiden ja tupakan haittavaikutuksista sikiön terveydelle on olemassa kiistattomia tutkimustuloksia. Esimerkiksi mitään rajaa nk. 'turvalliselle' alkoholinkäytölle raskausaikana ei voida asettaa.



*Alkoholin käyttöä on vältettävä sekä raskauden että imetyksen aikana alkoholin aiheuttamien haittojen ehkäisemiseksi. (Vuoden 2006 opaskirjanen, sivu 17.)*

Päihteiden käyttöä raskaus- ja imetysaikana käsiteltiin tekstissä usean sivun verran ja kerrottiin samalla niistä vakavistakin seurauksista, joita päihteiden käyttö saattaa aiheuttaa sekä sikiölle että odottavalle äidille.

## Odotusaika ja vanhemmaksi kasvaminen

Vanhempien valmistautumista äitiyteen ja isyyteen käsittelevää tekstijaksoa ajanmukaistettiin otsikosta lähtien: Aiemman 'Vanhemmuuteen valmistautuminen' otsikon tilalle vaihdettiin otsikoksi 'Äitiyteen ja isyyteen valmistautuminen', jossa molemmat vanhemmat on pyritty ottamaan huomioon omalla erityisellä tavallaan, mutta yhteisiä asioita korostaen. Esimerkiksi kyseisen jakson alkuun, otsikolla 'Lapsi muuttaa perheen elämän', tekstiä muokattiin aiemman käsikirjoituksen pohjalta seuraavanlaiseksi:

*Lapsen syntymä perheeseen merkitsee suurta muutosta kaikkien perheenjäsenten elämässä. Raskauden eteneminen valmistaa naista tulevaan äitiyteen: niin hormonit kuin kasvava vatsakin auttavat osaltaan valmistautumaan suureen elämänmuutokseen. Koska mies ei ole itse raskaana, hänen on kasvettava isyyteen muun muassa pyrkimällä eläytymään raskaana olevan puolisonsa kokemuksiin ja tunteisiin. Äidin on syytä ottaa isä mukaan odotukseen: kertoa omista tunteistaan ja tuntemuksistaan sekä antaa isän koetella vauvan liikkeitä. (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 20)*

Seksuaalisuutta – niin raskausaikana kuin vauvan synnyttyäkin – käsitellään opaskirjaseen uudessa painoksessa 2006 aiempaa laajemmin ja perusteellisemmin. Kyseiset osuudet on pääosin kirjoittanut työryhmässä mukana ollut Väestöliiton Perheverkon projektikoordinaattori Minna Oulasmaa. Työryhmässä päädyttiin yhteisesti siihen, että opaskirjasessa on perusteltua kertoa raskaus- ja imetysaikana tapahtuvista muutoksista naisen kehossa ja kehon kuvassa, seksuaalisuudessa ja parisuhteessa. Esimerkiksi alkuraskauden osalta teemaa käsitellään opaskirjasessa otsikolla 'Seksuaalisuus raskausaikana':

*Raskaus voi muuttaa [...] seksuaalielämän nautittavuutta puoleen tai toiseen. Joidenkin odottajien alkuvaiheessa kokema pahoinvointi, väsymys ja rintojen kosketusarkuus vähentävät seksuaalista halukkuutta. Jonkun toisen mielestä raskauden alkutaipaleen seksielämä on kaikkein antoisinta, kuin pientä salaisuutta tunnustelevaa. (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 24.)*

Raskausajan keski- ja loppuvaihetta käsitellään seksuaalisuuden ja yhdyntöjen kannalta erikseen, koska kasvava vatsa, hormonitoiminta, pelot sikiön vahingoittamisesta ym. seikat saattavat osaltaan vaikuttaa seksuaaliseen halukkuuteen. Oppaassa korostetaan sitä, että hellyydenosoitukset, samoin kuin ehkäisystä huolehtiminen – niin imetysaikana kuin muulloinkin – ovat parisuhteessa sekä miehen että naisen vastuulla.

Nykyajan odottavat äidit pohtivat paljon sitä, miten raskausaikana monet ennen itsestään selvät tai jossain määrin yhdentekevät arkipäivän valinnat muuttuvat yhtäkkiä uudella tavalla merkityksellisiksi. Koska sikiö kehittyy naisen kohdussa ja nainen myös imettää lasta, on ilmeistä, että monet valinnat jäävät viime kädessä naisen vastuulle. Tätä teemaa kuvataan jaksossa 'Äidiksi kasvaminen' (ks. vuoden 2006 opaskirjanen, sivu 21):



*Monet naiset ovat raskauden aikana 'elämänsä kunnossa' ja kaikki sujuu hyvin. Koska vauva kehittyy kohdun suojassa, odottava äiti voi pitkälti jatkaa normaalia elämäänsä eli tehdä samoja asioita kuin ennen raskauttakin. Raskaus vaatii kuitenkin myös aivan uudenlaista suhtautumista, jopa itseuria suhteessa moniin valintoihin, nautintoaineisiin ja tottumuksiin: syömiseen ja juomiseen, liikuntaan ja lepoon. Tuleva äiti alkaa miettiä monia tekemisiään aivan uudesta näkökulmasta, koska hän kantaa itsensä lisäksi vastuuta myös syntyvän lapsen kehittymisestä ja hyvinvoinnista [...].*

Tulevan isän (samoin kuin vastasyntyneen vauvan isän) näkökulmaa on sisällytetty entistä enemmän myös muihin tekstiosioihin. Isäksi kasvamista ja isyyttä on käsitelty erikseen opaskirjaisen jaksoissa 'Isäkin odottaa' ja 'Isä neuvolassa'. Kaiken kaikkiaan opaskirjaisen kuvaama raskausaika on vaihe, jossa tuleva isä voi sekä itsenäisesti että yhdessä äidin kanssa osallistua odotukseen ja myös monin tavoin olla odottavan puolison tai kumppanin tukena<sup>12</sup>.

Aiemmassa opaskirjaisen tekstissä keskityttiin kuvailemaan erityisesti äidin mielialan vaihteluita ja pelkoja. Esimerkiksi otsikon alla 'Äidin pelot' (vuoden 2005 painos, sivu 7) kuvattiin odotusajan ja tulevan äitiyden esiin nostamia tunnelmia seuraavasti:

*Odotusaikana monet asiat voivat pelottaa. Tuleeko minusta hyvä äiti? Onko lapsi varmasti terve? Entä jos en osaakaan hoitaa ja rakastaa lasta? Entä jos vauva vain huutaa, mitä sitten teen? Miten selviämme taloudellisesti? Olenko enää seksikäs ison vatsani kanssa ja vauvan jälkeen? Äiti tietää itsekkin, että osa hänen peloistaan kuulostaa toisen korvissa turhilta ja jopa huvittaviltakin. Äiti voi kuitenkin loukkaantua syvästi ellei häntä oteta vakavasti. Hän kaipaa rohkaisua ja hellyyttä voidakseen puolestaan olla hellä lapselleen. (Vuoden 2005 opaskirjanen, s. 7.)*

Koska monet kysymykset ja huolet ovat sukupuolesta riippumatta yhteisiä, jakson otsikoksi vaihdettiin vuoden 2006 painokseen 'Epävarmuus ja pelot'. Sekä tulevat äidit että isät saattavat kokea hämmäntäviä tunteita ja huolta syntyvän lapsensa terveydestä, omasta jaksamisestaan tai arkielämän muutoksista. Yhteisten aiheiden käsittely voi auttaa vanhempia entistä paremmin ymmärtämään toisiaan ja toistensa tunteita. Parhaimmillaan tunteiden läpikäynti vahvistaa ja lujittaa parisuhdetta ajanjaksona, joka on perheen elämässä paitsi antoisa ja rikastuttava, myös usein voimia vaativa ja haastava. Edellä esitettyä kohtaa muokattiin uutta painosta varten seuraavasti:

*Odotusaikana monet asiat voivat huolestuttaa, jopa pelottaa tulevaa äitiä tai isää: Onko lapsi terve? Miten osaan hoitaa vauvaa? Mitä teen kun vauva huutaa? Tuleeko minusta hyvä vanhempi? Osaanko rakastaa lastani? Miten selviämme taloudellisesti? Vaikka raskaus olisi toivottu, on tavallista että jossain vaiheessa tuleva äiti tai isä kokee epäröintiä. Pelot saattavat vallata mielen, tulee halu peruuttaa koko asia ja väistää sitä suunnatonta vastuuta, jonka toisen ihmisen elämästä huolehtiminen tuo tullessaan. Tällaiset mietteet ovat yleisiä ja ne menevät ohitse sitä paremmin, mitä luottavammin niistä voi keskustella jonkun kanssa. Ajatuksista ei tarvitse tuntea syyllisyyttä, asioiden miettiminen edistää äidin ja isän kasvamista vanhemmuuteen. (Vuoden 2006 opaskirjanen s. 21.)<sup>13</sup>*

12 Isän lisäksi on viitattu myös muun kumppanin tai tukihenkilön mahdollisuuteen olla odottajan tukena raskausaikana ja synnytyksessä.

13 Aiemmassa opaskirjasessa olleesta kysymyksestä "Onko lapsi varmasti terve?" poistettiin sana 'varmasti', koska syntyvän lapsen terveyttä ei pysty millään tavoin 'varmasti' takaamaan, vaikka lapsen terveyttä yleensä ensisijaisesti toivotaankin. Lisäksi poistettiin tästä yhteydestä äidin kysymys: Olenko enää seksikäs ison vatsani kanssa ja vauvan jälkeen? Seksuaalisuus-teemaa on opaskirjasessa käsitelty, mutta ei suoraan edellä esitetyn kysymyksen kautta.

Vanhemmuteen valmistautumisen yhteydessä on tekstissä pyritty ottamaan huomioon myös yksin odottajan tuntemuksia. Jaksoon lisättiin lasta yksin odottaneen henkilön kommentin pohjalta muun muassa lause:

*Yksin lasta odottava voi lisäksi pohtia, riittääkö yksin lapselle ja miten selviää yksin arjesta lapsen kanssa.* (Vuoden 2006 opaskirjanen, sivu 21.)

Muitakin yksin odottajaa huomioivia lisäyksiä tehtiin, sillä odottajien joukossa on aina myös niitä, joilla syystä tai toisesta ei ole puolisoa tai kumppania odotuksessa mukana.

## Valmistautuminen synnytykseen

Synnytys- ja perhevalmennuksesta on opaskirjasessa kerrottu aiempaa tarkemmin. Vanhempien ja synnytyssairaalan henkilökunnan välisestä yhteistyöstä sekä vanhempien (varsinkin äidin synnyttäjänä) mahdollisuuksista esittää toiveitaan ennen synnytystä ja synnytyksen aikana on mainittu. Toisaalta, vaikka tekstissä puhutaan ”synnytyksen suunnittelusta”, suunnittelulla tarkoitetaan tässä yhteydessä lähinnä sitä, että vanhemmilla on mahdollisuus tehdä jossain määrin tietoisia valintoja muun muassa synnytyspaikan tai kivunlievityksen suhteen.

Tekstissä on myös korostettu, ettei kaikkea pysty millään suunnittelemaan, vaikka toiveita voikin esittää:

*Valmistautuminen on tärkeää, mutta synnytykseen liittyy myös paljon ratkaisuja, jotka on tehtävä tilannekohtaisesti.* (Vuoden 2006 opaskirjanen, sivu 34.)

Tekstin toivotaan palvelevan erityisesti niitä vanhempia, jotka haluavat valmiiksi järjestää monia asioista ja suunnitella tarkasti synnytyksen kulun, mutta saattavat sitten pettyä, kun kaikki ei etenekään aivan suunnitelmien mukaisesti.

Vauvan syntymään valmistautumisen yhteydessä on kerrottu myös niistä järjestelyistä, joita voi olla hyvä pohtia etukäteen sekä työpaikalla että kotona. Odottavaa äitiä on muun muassa valistettu siitä, että hän ottaisi selvää perhevapaalainsäädäntöön liittyvistä oikeuksistaan ja keskustelisi alustavasti esimiehensä kanssa paluustaan työelämään vapaan jälkeen.

On myös tärkeää, että odottava äiti selvittäisi ajoissa työtehtäviinsä mahdollisesti liittyvät fyysiset riskitekijät ja niiltä suojautumisen raskausaikana. Nainen voi esimerkiksi anoa siirtoa toisiin työtehtäviin tai tietyissä olosuhteissa siirtyä kokonaan pois entisistä tehtävistään Kelalta anottavan erityisäitiysrahan tai varhennetun äitiysrahan turvin. Tällainen järjestely on aiheellinen erityisesti silloin, kun työoloista aiheutuu kehittyvälle sikiölle ylimääräistä riskiä esimerkiksi tarttuvien tautien, tulehdusvaaran, säteilyn tai kemiallisten aineiden vuoksi. Odottavaa äitiä neuvotaan tekstissä muun muassa seuraavasti:

*Tutustu työpaikkasi toimintaohjeisiin ja keskustele riskeistä ja tartuntavaarasta esimiehen, työterveyshuollon tai työsuojeluvaltuutetun kanssa.* (Vuoden 2006 opaskirjanen, sivu 31.)

Viestinä on, että naisella on synnyttäjänä ja työntekijänä oikeuksia, joita hän voi tarvittaessa vaatia.

Raskausosiossa on kerrottu myös aiempaa perusteellisemmin sellaisista vauvan hoitoon liittyvistä varustehankinnoista, jotka on hyvä tehdä jo ennen vauvan syntymää. Tämän asian käsittelyä toivottiin myös vanhemmilta saadussa palautteessa. Samassa yhteydessä opaskirjasessa on kerrottu, mistä eri paikoista tavara- ja vaatehankintoja kannattaa tehdä. Kelan äitiyspakauksen sisältämien varusteiden, uutena ostamisen ja itse tekemisen lisäksi opaskirjasessa on

mainittu muun muassa käytettyjen tavaroiden kaupat, kirpputorit, lehtien markkinapalstat sekä internetistä löytyvät osto- ja myyntisivut. Viimeksi mainittuja hankintapaikkoja ei aiemmassa opaskirjasessa kerrottu lainkaan. Kierrättämiseen on nyt painokkaasti kannustettu. Esimerkiksi seuraavan tekstin myötä haluttiin nostaa esiin kriittisen kuluttamisen ideaa:

*Vauva ei kaipaa ympärilleen valtavaa määrää tavaroita, vaatteita, leluja ja laitteita. Hyvä perusohje on, että tavallisia käyttövaatteita, kuten potkuhousuja ja bodypukuja, tarvitaan kolme kappaletta kutakin: 'yksi päälle, yksi pesuun ja yksi kuivumaan'. Muita vaatteita, kuten ulkovaatteita tai myssyjä, ei tarvita näinkään paljon. (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 33.)*

Aiemmassa käsikirjoituksessa (2005) ei kovin paljon puhuttu niistä muutoksista, joita erityisesti äidin sosiaalisissa suhteissa odotuksen loppuvaiheessa ja lapsen syntymän aikoina usein tapahtuu. Aihetta koskeneen palautteen ja työryhmässä esitettyjen ideoiden pohjalta opaskirjaseen kirjoitettiin uutta tekstiä, josta on esimerkkinä seuraava katkelma:

*Naiselle raskauden loppuaika, vauvan syntymä ja äitiysvapaa tarkoittavat ajanjaksoa, jonka aikana yhteydenpito esimerkiksi työkavereiden kanssa vähenee. Äiti saattaa pientä vauvaa hoitaessaan ja imettäessään kokea itsensä eristyneeksi ja yksinäiseksi, varsinkin jos lähipiirissä tai naapurustossa ei ole muita äitejä samassa elämäntilanteessa. Koska aikuis-kontakteja on päivän aikana yleensä vähemmän kuin esimerkiksi työelämässä, puolisoon kohdistuu paljon odotuksia ja toiveita seurannapitäjänä ja kuuntelijana.*

*Jo odotusaikana perheen kannattaa miettiä tukiverkostoaan ja ryhtyä aktiivisesti luomaan myös uusia siteitä esimerkiksi samassa perhevalmennusryhmässä olleisiin äiteihin ja isiin. Äitiys- ja vanhempainvapaat ovat mahdollisuus uusille tuttavuus- ja ystävyys-suhteille. Vertaistukea saa myös kuntien ja seurakuntien sekä Mannerheimin Lastensuojeluliiton (MLL) järjestämistä perhekerhoista, teemailloista ja perhekahviloista. Samassa elämäntilanteessa olevia tapaa myös paikallisissa asukaspuistoissa ja avoimissa päiväkodeissa. (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 22–23.)*

## Synnytys

Synnytyksestä on opaskirjasessa kerrottu aiemminkin runsaasti. Uudessa käsikirjoituksessa synnytyksen yhteyteen lisättiin mainintoja muun muassa synnytyksivun kokemisesta sekä erilaisista kivunlievitysmenetelmistä. Tekstissä on kerrottu kivun syistä sekä siitä, että naiset kokevat kipua eri tavoin. Näiden asioiden käsittely koettiin kehittämistyöryhmässä tärkeäksi, sillä sangen moni nainen kokee synnytykseen liittyvää pelkoa, jonka yhtenä pääasiallisena aiheuttajana on nimenomaan kivun pelko. Tekstissä haluttiin rauhoittaa synnyttäjää kertomalla aiempaa monipuolisemmin erilaisista tavoista kivun hallitsemiseksi sekä ilman lääkkeitä että lihaksesta tai suoneen annettavien lääkkeiden avulla.

Alatiesynnytyksen lisäksi aiempaa perusteellisemmin kuvattiin erilaisia synnytystapoja. Erityisesti sektion eli keisarileikkauksen käsittelyä lisättiin. Perusteluna oli sektioiden yleistyminen: nykyisin Suomessa noin joka kuudes lapsi syntyy sektiosynnytyksellä. Tekstissä kerrottiin entistä yksityiskohtaisemmin leikkauksen johtavista tekijöistä sekä nk. suunnitellun sektion että hätäsektion osalta, samoin kuin sektion kulusta ja leikkauksesta toipumisesta ja kuntoutumisesta. Sektiosynnytyksestä on yleensäkin ollut sangen vähän vanhemmille jaettavaa materiaalia miltään taholta, joten opaskirjaseen uudistaminen tältä osin oli tarpeen.

Muista synnytystavoista ja synnytykseen liittyvistä toimenpiteistä on kerrottu otsikoiden 'Imukuppi- tai pihtisyntytyks', 'Polikliininen synnytys', 'Sairaalan ulkopuolella tapahtuva synnytys' ja 'Kotisyntytyks' alla. Kotisyntytyksen kohdalla mainittiin, että kyseinen synnytystapa on

Suomessa mahdollinen, mutta sangen harvinainen (noin kymmenkunta synnytystä vuosittain). Kotisyntynyttä harkitsevaa valistettiin muun muassa siitä, että synnyttäjälle jää tällöin sairaalatilannetta enemmän vastuuta synnytyksen kulusta ja sen aikana mahdollisesti ilmenevistä odottamattomista tekijöistä.

## Uusi perheenjäsen ja uudenlainen elämäntilanne

Vanhempia pyritään opaskirjasessa valmentamaan vauvan syntymän aiheuttamiin moninaisiin arjen muutoksiin. Uudistetussa opaskirjasessa painotetaan entistä enemmän arjen hallinnan ulottuvuuksia, joissa perhejärjestelmän rakennetta ja siihen liittyviä uudelleenjärjestelyjä ja neuvotteluja pyritään havainnollisesti ja konkreettisesti kuvaamaan.

Seuraavaksi käsitellään opaskirjasessa toteutettuja uudistuksia, jotka koskevat perheen ihmissuhteita ja eri perheenjäsenten näkökulmia uudessa elämäntilanteessa vauvan syntymän jälkeen.

## Vauvan syntymä ja hoito

Kehittämistyöryhmässä oltiin yksimielisiä siitä, että vauvan syntymää välittömästi seuranneista päivistä ja sairaalassaolosta synnytyksen jälkeen oli opaskirjasessa aiemmin aivan liian vähän asiaa. Nyt teemaa on käsitelty enemmän ja perusteellisemmin. Vauvan ensi hetkiä maailmassa on myös kuvattu aivan uudessa jaksossa 'Vastasyntynyt', jonka on kirjoittanut lastentautien erikoislääkäri Suvi Mieskonen (HUS/ Jorvin sairaala).

Sosiaali- ja terveysministeriön esityksessä opaskirjaseen uudistustarpeista (Lammi-Taskulan muistio 6.4.2005) ehdotettiin muun muassa varhaisen vuorovaikutuksen korostamista ja lapsen synnynnäisen temperamentin huomioon ottamisen tärkeyttä. Uudessa opaskirjasessa näitä seikkoja onkin aiempaa runsaammin otettu mukaan eri tekstijaksoihin.

Vauvan hoidon yhteyteen lisättiin myös jakso, jossa kerrotaan, mistä eri seikoista vauvan itku johtuu ja mitä vanhemmat voivat tehdä itkevän vauvan rauhoittamiseksi. Vanhemmille myös haluttiin kertoa, että kaikki vauvat itkevät joskus myös hyvästä ja vauvan tarpeita vastaavasta hoivasta huolimatta:

*Usein iltaan ajoittuva vauvan itkuisuus rasittaa vanhempia ja saattaa saada heidät tuntemaan itsensä avuttomiksi ja huolestuneiksi. Itkua esiintyy hyvästä, vauvan tarpeita vastaavasta hoivasta huolimatta. Koliikkivauvan vanhempien ei kannata syyllistää itseään siitä, että olisivat huonoja tai kokemattomia vanhempia. Aina vauvan itkua ei saa loppumaan, mutta silti vanhemmat voivat olla hänen lähellään ja turvanaan, kun hänellä on huono olo. Tärkeää on löytää sellaisia hoitotapoja, joilla kaikki jaksavat rankan ajan yli. Koliikin jälkeen vauvan hoitaminen helpottuu ja vanhemmat ehtivät nauttia vauva-ajasta entistä enemmän. (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 59.)*

Lisäksi vanhempia haluttiin valistaa siitä, että omaa väsymystä ja kiukkua ei saa missään oloissa purkaa suoraan vauvaan:

*Älä pura kiukkuasi vauvaan. Kun hermostut itkuun, vetäydy hetkeksi omaan rauhaasi, sinulle mieluisaan paikkaan. Kun paha olo on laantunut, juttele vauvan kanssa. Vauva huomaa, että hermostumisesi oli väliaikaista; olet taas tuttu ja turvallinen. Jokainen hermostuu joskus, älä syytä siitä itseäsi. Mieti mieluummin, mistä saat voimia jaksamiseen ja kuinka turvaat itsellesi riittävän yöunen. Rohkaistu puhumaan asiasta neuvolassa. (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 59.)*

Päihteiden käytön lisäksi asia, johon työryhmässä päätettiin sangen normatiivisesti puuttua, oli vauvan ravistelu. Koska vauvojen ravistelua valitettavasti yhä tapahtuu ja koska ravistelun seuraukset voivat olla erittäin vakavia, asiasta päätettiin kirjoittaa valistustekstiä myös opaskirjaseen, vaikka aiheesta on sosiaali- ja terveysministeriössä laadittu myös erillinen opaslehdyskirja neuvoloiden kautta jaettavaksi. Jakson otsikoksi tuli 'Älä koskaan ravistele vauvaa!':

*Älä koskaan ravistele tai käsittele kovakouraisesti lasta, vaikka itseäsi kuinka kiukuttaisi tai väsyttäisi. Ravistelu on vauvalle hengenvaarallista, sillä vauvan pää on iso ja painava verrattuna muuhun vartaloon ja vauvan niskalihakset ovat vielä heikot. Ravisteltaessa pää liikkuu edestakaisin hyvin nopeasti ja suurella voimalla. Tällöin pään pienet verisuonet voivat repeillä ja vauva saattaa saada verenvuotoja aivoihin ja silmiin. Välittömästi ravistelun jälkeen vauva voi olla unelias, syödä huonosti, hengittää katkonaisesti, kouristella tai mennä tajuttomaksi. Pitkäaikaisseuraukset, muun muassa näkövamma, oppimisvaikeudet ja epileptiset kohtaukset, voivat olla vakavia ja pysyviä.*

*Älä koskaan anna asioiden mennä niin pitkälle, että tunnet olevasi epätoivoinen. Väsymyksen myöntäminen ja avun hakeminen eivät tarkoita epäonnistumista vaan vastuullisuutta. Jos voimasi ovat loppumassa, ota ajoissa yhteyttä neuvolaan tai kuntasi perhetyöntekijöihin. Apua voit saada myös Väestöliiton perheverkosta tai muista järjestöistä ja tukipuhelimista (ks. Yhteystiedot s. 95). Jos lastasi on ravisteltu, vie hänet lääkäriin! (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 59.)*

## Perhe, parisuhde ja arjen haasteet

Opaskirjaseen jaksoissa, jotka käsittelevät lapsen syntymän jälkeistä tilannetta, kerrotaan vauvaperheen arjesta ja ajankäytöstä, sisaruussuhteista sekä puolisoitten välisen suhteen muutoksista vauvan syntymän myötä. Uudistetun opaskirjaseen esipuheessakin todetaan:

*Vauvat syntyvät erilaisiin perheisiin ja elämäntilanteisiin: esikoisiksi tai sisarusparveen, kahden tai yhden vanhemman perheeseen, uusperheeseen, pitkään suunniteltuna ja harvaan otettuna tai yllättäen. (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 3.)*

Vauvaperheen arkea on kuvattu opaskirjaseen luvussa 'Vauvaperheen arki', johon laadittiin uutta tekstiä otsikolla 'Uudet arjen haasteet'. Osiossa on pyritty kuvamaan 2000-luvun vauvaperheen kohtaamaa arkea realistisesti mutta positiivisesti:

*Vauva tuo mukanaan paljon iloa, mutta myös monenlaisia muutoksia, jotka tulevat ennen pitkää arjessa tutuiksi. Uudet järjestelyt vaativat sopeutumista ja neuvotteluja kaikkien perheenjäsenten kesken. Vauvaa ei saa jättää yksin minnekään, ja hänen perustarpeensa on aina turvattava. Vauvan voi ottaa mukaan moneen paikkaan, mutta hänen unirytmensä, syöttämisensä ja muu hoitonsa on otettava huomioon. Vauvan kanssa mennään vauvan ehdoilla.*

*[...] Vauvavuoden aikana onkin tärkeää, että molemmilla vanhemmilla on myös omaa hengähdysaikaa ja mahdollisuus esimerkiksi liikunta- ym. harrastuksen ylläpitoon. On kuitenkin harhaanjohtavaa kuvitella, että harrastuksiin, järjestötoimintaan, ystävien tapaamisiin tai muihin kodin ulkopuolisiin menoihin voisi osallistua yhtä tiiviisti kuin ennen. Myös työnteossa olisi hyvä ottaa huomioon uusi perhetilanne niin, että perheelle jää tarpeeksi aikaa ja voimia. [...]*

*[...] Kaiken kaikkiaan ajankäyttöä on harkittava aiempaa tarkemmin. Lähipiiri voi tulla auttaa ajan hallinnassa ja vauvan tilapäisessä hoidossa, mutta pääosa järjestelyistä ja neuvotteluista hoidetaan kuitenkin perheen sisällä. Vain perheenjäsenet keskenään voivat*

*sopia siitä, mikä on 'minun', 'sinun' ja 'meidän' aikaa [...]* (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 76.)

Vanhempien sukupuolirooleja käsiteltiin muun muassa kotitöiden jaosta kertovassa kappaleessa. Teksti on pitkälti sama kuin aiemmassa painoksessa, mutta isän aktiivista osallistumista ja vastuuta kodin yhteisistä töistä on entisestään korostettu. Perusteluna on nk. 'jaetun vanhemmuuden' merkitys, mikä kuului alun perin myös sosiaali- ja terveysministeriön ehdottamiin painotuksiin:

*Monet lapsettomat parit jakavat kotityöt melko tasaisesti ja sopuisasti, mutta pikkulapsiperheissä vanhempien työnjako aiheuttaa usein riitoja. Kotityöt ovat perheen yhteisiä töitä, ne eivät ole äidin auttamista'. Viimeistään odotusaikana pitäisi kaikkien perheenjäsenten osallistua kotitöihin, niin isän, äidin kuin vanhempien lastenkin.*

*Isän osuus kotitöistä korostuu raskauden aikana, varsinkin jos odottavalla äidillä on paljon supistuksia. Raskauden loppupuolella äiti ei enää saa rasittaa itseään eikä nostaa painavia esineitä. Synnytyksen jälkeen vauva vaatii ensimmäisinä viikkoina ympärivuorokautista hoitoa. Jos kotityöt jätetään yksin äidille, hän rasittuu liikaa.* (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 25.)

Myös lapsen hoitojärjestelyjä koskevissa kysymyksissä korostettiin ratkaisujen olevan yhteisiä, mutta samalla kunkin perheen tilanteessa yksilöllisesti pohdittavia asioita. Tekstissä kerrottiin, mitä eri asioita hoitojärjestelyn suunnittelussa on hyvä pohtia, ja siinä suhtauduttiin melko kriittisesti kodin ulkopuolella tapahtuvan säännöllisen hoidon aloittamiseen ennen vauvan ensimmäisen ikävuoden loppua. Perusteluna oli erityisesti se, että lapsi tarvitsee ensimmäisen ikävuoden aikana apua kaikissa arkisissa asioissa ja oppii monia perustaitoja, kuten puhumisen, kävelyn, itsenäisen syömisen ja pukemisen alkeita vasta toisella ikävuodella. Myös ero hoitavasta vanhemmasta on lapselle ensimmäisen ikävuoden aikana – erityisesti juuri 9 kuukauden iässä eli vanhempainvapaan päättymisen aikoina – usein vaikeampi kuin toisella ikävuodella. Tosin tässäkin asiassa on jonkin verran yksilöllisiä eroja. Vanhemman ja lapsen välisen kiintymyssuhteen muodostumiseen ja varhaiseen vuorovaikutukseen viitattiin implisiittisesti kyseisessä asiayhteydessä.

Varhaista vuorovaikutusta käsiteltiin myös erikseen omassa jaksossaan (ks. vuoden 2006 opaskirjanen, sivu 57). Hoitojärjestelyistä kerrotaan seuraavasti:

*Ratkaisut, jotka koskevat lapsen hoitojärjestelyjä, ovat merkittäviä niin lapsen kuin vanhempienkin kannalta. Yhtä ainoata oikeaa ratkaisumallia ei ole. [...] Tehdessään päätöstä lapsen hoidosta vanhempien on hyvä ottaa huomioon lapsen kehitystaso. Toisen ikävuoden aikana lapsen monet taidot kehittyvät nopeasti: lapsi oppii kävelemään, puhumaan (ainakin joitakin sanoja), syömään ja juomaan itse, jotkut jopa osittain pukeutumaan itse. Näin ollen päivähoidossa oleminen on erilaista kuin alle vuoden ikäisellä lapsella, joka vielä elää vauvavuottaan ja tarvitsee jatkuvaa hoivaa ja apua kaikissa arkisissa tilanteissa. [...]*

*Äitiys- ja vanhempainvapaan päättymisaika, jolloin lapsi on noin 9 kuukauden ikäinen, on lapsen kannalta haastava vaihe aloittaa päivähoito kodin ulkopuolella. Lapsi on juuri alkanut tiedostaa oman erillisyytensä pääasiallisesta hoitajastaan (tähän saakka yleensä äiti) ja kokee voimakkaita hylkäämisen ja vierastamisen tunteita joutuessaan tästä tilapäisesti eroon. Hahmottaessaan omaa erillisyyttään yksilönä lapsi kokee samanaikaisesti voimakasta halua olla lähellä itselleen tuttuja ja turvallisia aikuisia. Näin ollen hoidon aloittaminen heti vanhempainvapaakauden päättyessä saattaa aiheuttaa lapselle ylimääräistä stressiä, joka ilmenee muun muassa itkuisuutena, takertuvuutena ja hankaluutena sopeutua hoitopaikkaan tai uuteen hoitajaan. Jo paria kuukautta myöhemmin tällainen ongelma on usein vähäisempi.*

*Lapsen psyykkisen kehityksen, kuten muidenkin taitojen puolesta, hoidon aloittaminen aikaisintaan toisella ikävuodella on perusteltua. Aina tämä ei kuitenkaan ole mahdollista:*



*perhetilanne saattaa olla sellainen, että lapsen siirtäminen kodin ulkopuoliseen hoitoon sangen varhain tuntuu perheessä oikealta ratkaisulta. Taloudellisten tekijöiden ohella myös esimerkiksi vanhempien uupuminen voi olla hyvä peruste lapsen päivähoidolle. (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 88.)*

Lapsen hyvinvoinnin lisäksi hoitojärjestelyjen kohdalla korostettiin hoidon onnistumisen merkitystä perheen arjen ja ajankäytön sekä vanhempien oman tunne-elämän kannalta. Lisäksi opaskirjasessa kerrottiin, mistä kaikkialta voi saada tietoa eri hoitovaihtoehdoista:

*Tietoa oman alueen hoitovaihtoehdoista saa neuvolasta, asuinalueen päivähoidosta vastaavilta henkilöiltä, yksityisten perhepäivähoitajien järjestöistä sekä suoraan eri päiväkodeista ja päivähoitopalvelujen tuottajilta. On hyvä punnita etukäteen, mitkä asiat ovat omalle perheelle ja lapselle olennaisia: hoitoryhmän koko, muiden hoitolasten iät, hoitajan koulutus ja asennoituminen lapsiin, hoidon varajärjestelmä hoitajan sairastuessa, hoitopaikan sijainti, ulkoilumahdollisuudet jne. Luotettava ja hyvä päivähoito on ensiarvoisen tärkeää arjen toimivuudelle ja kaikkien perheenjäsenten hyvinvoinnille.[...]*

*Vanhempien on myös hyvä työstää etukäteen omaa 'ensimmäistä irtautumistaan' lapseltaan ja tarkkailla omia tunteitaan sellaisten lyhyiden poissaolojen aikana, jolloin lasta on hoitamassa joku muu kuin kumpikaan vanhemmista. Siirtyminen kodin ulkopuoliseen päivähoitoon nostaa joka tapauksessa vanhemmissa esiin monenlaisia tunteita. Uusi tilanne on yleensä vanhemmillekin stressaava, vaikka kaikki sujuu useimmiten aivan hyvin. Omia ristiriitaisiakin tunteita voi käsitellä myös päivähoidon henkilökunnan kanssa [...] (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 89.)*

Lapsen tilapäistä hoitoapua käsiteltiin erikseen:

*Läheiset ihmiset voivat olla kullannarvoisena vauvanhoitoapuna, kun esimerkiksi vanhemmilla on yhteistä menoa. Lähisukulaiset voivat kuitenkin asua etäällä tai olla vahvasti kiinni työelämässä. Tällöin on erityisen tärkeää, että muuta tukea on saatavilla tilanteissa, joissa apu on tarpeen. Pienten lasten vanhemmat voivat sopia keskenään vastavuoroisesta hoitoavusta. Monilla paikkakunnilla järjestöt kuten MLL ja Väestöliitto tarjoavat tilapäistä lastenhoitoa maksua vastaan (ks. Järjestöjen palvelut s. 94). (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 79.)*

Lähisukulaisista ja muusta perheen tukiverkostosta puhuttiin aivan uudessa osiossa:

*Lapsen syntymä muuttaa monin tavoin paitsi parisuhdetta, myös yhteydenpitoa muihin ihmisiin. Uusi perheenjäsen vaikuttaa suvussa ja ystäväpiirissä: syntyy isovanhempia, tätejä, setiä, enoja ja kummeja. Vanhemmuuden kokemus paitsi yhdistää eri perheitä ja sukupolvia, myös asettaa uudenlaisia haasteita. Ristiriitoja eri sukupolvien välille voi syntyä siitä, että lasten kasvatusta ja hoitoa koskevat käsitykset, kuten ympäröivä yhteiskuntakin, ovat muuttuneet vuosien varrella. Monista eroista huolimatta yhdistäviä piirteitä on paljon.*

*Vanhemmuus muokkaa käsitystä omista vanhemmista. Parhaimmillaan suhtautuminen on puolin ja toisin tasa-arvoista ja kunnioittavaa. Oma vanhemmuus tuo usein esiin monenlaisia tunteita ja muistoja omasta lapsuudesta. Samoin isovanhemmille nousevat mieleen ajat, jolloin omat lapset olivat pieniä.*

*Monissa perheissä isovanhemmat ovat luonteva ja tärkeä osa perhettä. He osallistuvat ilman muuta vauvan hoitoon niin, ettei se ole mikään ongelma. Isovanhempien saattaa jopa olla helpompi helliä lapsenlapsiaan kuin aikoinaan omia lapsia. Jos helliminen muuttuu hemmotteluksi, siitä voi aiheutua kitkaa vanhempien ja isovanhempien välille. Tahdikkaat isovanhemmat ymmärtävät kuitenkin, että vauvaperhe tahtoo itse tehdä omat ratkaisunsa. Isovanhempien ei pidä puuttua lapsen hoitoon, ellei siitä ole yhdessä sovittu. Tästä asiasta*

*voi puhua hienotunteisesti isovanhempien kanssa se, jonka vanhemmista on kysymys.*  
(Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 78–79.)

## Sisarussuhde

Jo aiemmin Meille tulee vauva -opaskirjasessa on kerrottu perheen muiden lasten suhtautumisesta uuteen perheenjäseneseen. Jotkut tekstikohdat vaativat kuitenkin uudistamista. Tekstissä oli esimerkiksi seuraava lause:

*Uuden lapsen syntyminen tuo mukanaan ongelmia muille lapsille.* (Vuoden 2005 opaskirjanen, s. 38.)

Kyseinen kohta poistettiin uudesta käsikirjoituksesta ja tilalle muokattiin tekstiä vanhan pohjalta:

*Uuden sisaruksen syntyminen tuo mukanaan uusia haasteita muille lapsille [...] Lapsi voi mustasukkaisuuttaan olla erityisen kiukkuinen vauvaa kohtaan. Hän saattaa kenties taantua ja muuttua lapsekkaammaksi. Vauvan imetys on usein tilanne, jolloin esikoinen haluaisi juuri syliin. Lapsi alkaa ehkä uudelleen kastella ja vaatii, että häntä on hoidettava niin kuin vauvaa. Hän ehkä itkee helposti, vaatii itselleen tuttua, tahtoo vanhempien viereen nukkumaan tai kiukuttelee herkästi. [...]* (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 77.)

Opaskirjasessa haluttiin myös aiempaa perusteellisemmin kuvata, miten isomman sisaruksen mustasukkaisuus voi ilmetä ja mitä vanhemmat voivat sanoa rauhoittaakseen sisaruksen epäilyjä siitä, rakastavatko vanhemmat häntä enää yhtä paljon kuin ennen. Tekstissä kerrottiin myös keinoista, joilla vanhemman lapsen mustasukkaisuutta voi tarvittaessa yrittää lievittää ja samalla tukea lapsen kasvua sisarukseksi. Ohessa ote uudistetusta jaksosta:

*Tuoretta isosiskoa tai isoveljeä tulisi ottaa erityisesti huomioon. Vanhempien kannattaa viettää hänen kanssaan aivan omaa aikaa, kun vauva nukkuu, tai kahdenkeskistä aikaa, kun vauva on toisen vanhemman hoidossa. Lapsi on myös hyvä ottaa mukaan vauvaa hoitamaan.* (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 78.)

Sisarussuhdetta ja isompien sisarusten mustasukkaisuutta käsittelevissä jaksoissa kuvattiin siis monin eri tavoin, kuinka tärkeää on, että koko perhe hoitaa vauvaa; miten vanhempien on annettava erityishuomiota vauvan lisäksi vauvan sisaruksille; sekä sitä, kuinka vanhempien tietoisuus sisarusten mustasukkaisuuden ilmenemisestä ja toiminta mustasukkaisuuden vähentämiseksi auttaa sisaruksia ja koko perhettä.

## Yhteenveto toteutetuista uudistuksista

Opaskirjanen uudistui vuosien 2005–2006 kehittämisprosessin aikana huomattavasti. Yksittäisten uudistusten sijoittaminen ‘säilyttäviin’, ‘edistyksellisiin’ ja ‘laadulliseen muutokseen tähtääviin’ luokkiin (vrt. luku Innostamisen ulottuvuudet interventiossa) ei osoittautunut kovin yksiselitteiseksi asiaksi, sillä monissa uudistetuissa tekstikohdissa on piirteitä kaikista kolmesta ulottuvuudesta. Toteutettuja uudistuksia onkin käsitelty tämän raportin luvussa 4 pikemminkin teemoittain ja esimerkkikatkelmien avulla. Mukaan on liitetty perustelu uudistustarpeesta.

Luokittelu eri ulottuvuuksien mukaan saattaa kuitenkin joissakin tapauksissa auttaa hahmottamaan tehtyjen muutosten luonnetta. Esimerkiksi 1) säilyttävään ulottuvuuteen kuuluu



vanhempien rohkaisu siihen, että he antaisivat vauvansa nukkua päiväunia ulkoilmassa mahdollisimman paljon (ks. vuoden 2006 opaskirjanen, sivu 69). Suositus on peräisin jo suomalaisen neuvolajärjestelmän alkuajoilta asti. 2) Edistykselliseen ulottuvuuteen kuuluu muun muassa odottavan äidin seksuaalisuuden ja naisen kehossa tapahtuvien muutosten – niin fyysisten kuin psyykkistenkin – tarkempi käsittely raskaus- ja imetysaikaa koskevissa tekstijaksoissa. Naisen ruumiillisuus ja seksuaalisuus on tekstissä yksi luonnollisista asioista muiden joukossa. 3) Laadulliseen muutokseen tähtäävää ulottuvuutta kuvastaa esimerkiksi kulutuskriittisyyteen kannustaminen vaatteita ja tarvikkeita kierrättämällä sekä ekologisten vaihtoehtojen esiin tuominen esimerkiksi vaippatyypin<sup>14</sup> valinnassa.

Opaskirjaseksen tekstin kohta, jossa eräässä mielessä yhdistyvät kaikki mainitut ulottuvuudet, on vauvan rokotaminen. Useimmat vanhemmat pitävät rokotuksia erittäin tarpeellisina ja sallivat omalle lapselleen annettaviksi kaikki voimassa olevan rokotusohjelman mukaiset rokotukset. Toisaalta jotkut suhtautuvat rokotuksiin hyvinkin kriittisesti, eivätkä tahtoisi sallia rokotuksia oikeastaan lainkaan. Tämän vuoksi vuoden 2006 opaskirjasessa käsitellään rokotusten antamista ja niiden tarpeellisuutta – myös vapaaehtoisuus mainiten – seuraavalla tavalla. Otsikkona on ‘Mihin rokotuksia tarvitaan?’:

*Rokotukset ovat vapaaehtoisia. Jotkut vanhemmat harkitsevat niiden tarpeellisuutta ja saattavat epäillä rokotteiden sisältämiä ainesosia. Rokkotautien sairastaminen ei mitenkään edistä lasten terveyttä, vaan niillä on harvinaisia mutta vakavia jälkitauteja, jotka aiheuttavat vammaisuutta, hedelmättömyyttä ja kuolemaa. Rokotteet sisältävät myös ns. apuaineita, kuten elohopeaa ja alumiinia, mutta niitä on häviävän pieniä määriä verrattuna vaikkapa ruokaan. Rokottamiseen liittyvä hyöty on kaiken kaikkiaan olennaisesti suurempi kuin siitä koitua riski [...] (Vuoden 2006 opaskirjanen, s. 87.)*

Monet opaskirjasessa toteutetut uudistukset eivät sovi oikeastaan mihinkään edellä mainituista luokituksista, vaan kyse on silkasta informaation ajanmukaistamisesta. Esimerkiksi opaskirjaseksen loppuun on sijoitettu ajan tasalla olevaa tietoa erilaisten perheitä tukevien järjestöjen toiminnasta ja järjestöjen yhteystiedoista<sup>15</sup>. Ongelma- tai kriisitilanteessa avun saantia voi nopeuttaa, jos tarvittava yhteystieto on helposti saatavilla eikä jokaisen tarvitse alusta alkaen itse selvittää, mistä ja mitä kautta kuhunkin ongelmaan saa apua tai tukea.

Uudistuksissa on vahvana juonteena lapsen hyvinvoinnin korostaminen. Esimerkiksi päivähoitovalintojen käsittelyssä on kerrottu lapsen fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta kehityksestä. Aiemmin opaskirjasessa ei juurikaan käsitelty vauvan/lapsen tilapäisiä eikä pysyvämpiä päivähoitojärjestelyjä, vaikka teema on sekä yhteiskuntapoliittisesti että perheiden arjessa erittäin keskeinen. Päivähoitoon liittyvissä kysymyksissä tiivistyvät perheen sisäiset sukupuolten välistä työnjakoa ja perheen taloutta koskevat seikat osana laajempaa työvoima-, talous- ja perhepolitiikkaa. Nyt aihetta käsitellään tekstissä yhden sivun verran tukeutuen kasvatukselliseen, lastenpsykiatriseen, sosiologiseen ja sosiaalipoliittiseen tietoon aiheesta.

Vanhemmuuden ja perhesiteiden käsittelytavalla luodaan osaltaan nykyaikaisten perhesuhteiden toimintamallia. Sukupuolten välinen tasa-arvo ja tasapuolisuus arjen käytännöissä ovat entistä näkyvämmän mukana uudistetun opaskirjaseksen sivuilla: kehittämistyöryhmässä on muun muassa haluttu kyseenalaistaa niitä puhetapoja, joissa ‘vanhemmillä’ tarkoitettaisiin tietyissä konteksteissa lähinnä äitejä (ks. myös Sevón & Huttunen 2002, 94). Tekstiä muokattaessa on lähdetty siitä, että jos puhutaan vanhemmista, tarkoitetaan sekä äitejä että isiä. Jos taas tarkoitetaan selkeästi vain jompaa kumpaa vanhemmista, asia kerrotaan suoraan.

<sup>14</sup> Eri vaippatyypeistä ja niiden ekologisuudesta käytiin kehittämistyöryhmässä pitkä keskustelu monet näkökohdat (vaippojen hinta ja käyttömukavuus, vaippatyypin osuus vaippaihottuman synnyssä sekä kertakäyttövaipoista aiheutuvat jätemäärät) huomioon ottaen.

<sup>15</sup> Ensimmäistä kertaa opaskirjaseksen historiassa mukaan otettiin systemaattisesti myös järjestöjen internet-sivut ja sähköpostiosoitteet.

## 5 JOHTOPÄÄTÖKSET

### Opaskirjanen yhteiskunnallisen intervention muotona

Terveys-, perhe- ja eettistä kasvatusta sisältävän vauvaperheiden opaskirjasen jakelu ajoittuu erityiseen vaiheeseen sekä väestö-, lapsi- että perhepoliittisesti, samoin kuin perheiden elämänsäkaaren ja syntyvän lapsen näkökulmasta:

- 1) odotusaika on väestöä uusintavan prosessin keskeinen osa niin yksilöiden kuin koko perheinstituution kannalta;
- 2) odotusaika ennakoii vanhemmuuden syntymistä<sup>16</sup>, perheen ihmissuhteiden – parisuhteen, sisarusuhteiden sekä perheen sosiaalisen verkoston – muuttumista ja uudelleenjärjestymistä, samoin kuin arkeen ja ajankäyttöön liittyvien neuvottelujen lisääntymistä (ks. myös Jallinoja 2000, 11–12);
- 3) odotusaika ja varhaislapsuus ovat tutkimusten mukaan lapsen terveyden, tunne-elämän ja sosiaalisten siteiden kehittymisen kannalta tärkeää vaihetta (ks. esim. Pulkkinen 2002).

Meille tulee vauva -opaskirjasessa kerrotaan vanhemmille olennaisia tietoja vauvan odotuksesta, syntymästä ja hoidosta. Opaskirjasen sisällön avulla voidaan samalla yrittää vaikuttaa vanhempien asenteisiin (esimerkiksi vauvamyönteisyyteen, kuluttajakriittisyyteen sekä asennoitumiseen suhteessa imetykseen, vauvanhoitoon, perheen ajankäyttöön jne.) ja tukea perheiden pysyvyyttä elämänmuutoksen keskellä. Koska vauvan syntymä väistämättä vaikuttaa perheen elämään ja ihmissuhteisiin, ennalta saatu tieto ja valistus saattaa auttaa vanhempia lieventämään muutosten aiheuttamaa riskiä perheelle, parisuhteelle ja sisarusuhteille. Päämääränä on, että muutokset eivät peruuttamattomasti hajottaisi perhettä ja että eri perheenjäsenet pystyisivät mahdollisimman hyvin sopeutumaan tilanteeseen, jakamaan voimavaroja ja olemaan vuorovaikutuksessa toistensa kanssa.

Opaskirjanen on julkaisuhankkeena yksi yhteiskunnallisen (perhe)intervention muoto. Intervention kohderyhmänä on laaja joukko ihmisiä: lukijakuntaan kuuluvat kaikki suomalaisen neuvolajärjestelmän piirissä syntyvien lasten vanhemmat. Lisäksi opas palvelee neuvoloissa ja synnytysairaaloissa tehtävää työtä. Näin ollen opaskirjanen vaikuttaa yhteiskunnassa perheisiin samanaikaisesti sekä suoraan (valistamalla vanhempia) että välillisesti (neuvolatyön kautta). Toisaalta on kuitenkin muistettava, että opaskirjasen mahdollisuudet vaikuttaa yksittäisissä, akuuteissa tilanteissa prosesseihin, joita perheiden sisällä on käynnissä vauvan odotuksen ja syntymän aikoina, ovat kuitenkin rajalliset.

Oleennaista julkaisuhankkeessa on, mitä ja miten tekstin ja kuvien avulla kerrotaan lapsista ja aikuisista; vauvan ja odottavan äidin terveydestä ja hyvinvoinnista, elämänmuutoksesta vauvan syntyessä ja niistä haasteista, joita vauvaperheissä saatetaan kohdata. Tällä on merkitystä sille kokonaisuudelle, jossa perhettä instituutiona rakennetaan 2000-luvun Suomessa. Samalla opaskirjanen osaltaan myötävaikuttaa siihen, miten familismia, maternalismia eli äitien ja lasten hyvinvointia turvaamiseen tähtäävää suuntausta (ks. myös Nätkin 1997) ja/tai individualismia mikrotasolla tuetaan.

<sup>16</sup> Vanhemmuuden rooli syntyy varsinaisesti ensimmäisen lapsen syntymän yhteydessä.

## Opaskirjaseen kehittäminen sosiokulttuurisen innostamisen muotona

Opaskirjaseen uudistamiseen voi hyvin soveltaa thierschiläisen sosiaalipedagogiikan perinnettä: Thierschin pedagogiikassa ihmisille pyritään antamaan toivoa ja heitä rohkaistaan ponnistelemaan toiveiden realisoinniseksi elämän arjessa. Thierschiläisen pedagogiikan keskeisiä teemoja ovat – lasten rakastamisen lisäksi – asiakkaiden elämismailman huomioon ottaminen, toiminnan yhteiskunnalliset funktiot, sosiaalipedagogiset instituutiot, ammatillinen toiminta sekä sosiaalipedagogisen työn tiedeluonne. (Ks. Hämäläinen & Kurki 1997, 126–130.)

Alun perin ajatuksena ei ollut pohtia kehittämistyöryhmän toimintaa sinänsä osoituksena sosiokulttuurisesta innostamisesta. Pyrkimyksenä oli lähinnä jäsentää opaskirjaseen sisältöä innostamisen eri ulottuvuuksiksi Ander-Eggin luokittelun pohjalta (ks. luku Innostamisen ulottuvuudet interventiossa). Oletuksena oli, että opaskirjaseen avulla voidaan vahvistaa olemassa olevia pysyvyyden ja jatkuvuuden elementtejä yhteiskunnassa ja toisaalta olla mukana muuttamassa käytäntöjä ja luomassa perustaa uusille tavoille mieltää yksilöiden (naisten, miesten ja lasten) oikeuksia ja aikuisten velvollisuuksia perheissä ja yhteiskunnan jäseninä.

Sisällön rinnalla opaskirjasta on julkaisuhankkeena kuitenkin mitä ilmeisimmin mahdollista tarkastella prosessina, jonka voi tulkita pitävän sisällään innostamisen eri ulottuvuuksia. Innostamisen vaikutus osoittautui merkitykselliseksi sekä työryhmän jäsenenä toimimisessa että työryhmän ulkopuolella palautteen keräämisessä. Ensinnäkin, palautteen antajille oli tärkeää kertoa heidän roolinsa tärkeys eli että kommentteja ja kehittämisideoita saataisiin muualtakin kuin kehittämistyöryhmästä. Palautteen antajille haluttiin myös viestittää, että heidän esittämiään kehittämisideoita pyritään mahdollisimman paljon ottamaan huomioon uuden käsikirjoituksen ja ulkoasun muokkaamisessa. Toiseksi, kehittämisryhmässä itsessään tapahtui muutaman kuukauden aikana selkeää ‘innostumista’. Alussa vaikutti siltä kuin jotkut työryhmään mukaan tulleista olisivat lähteneet tekemään lähinnä joitakin pieniä muutoksia ja täsmennyksiä “ihan hyvään ja paljon kehuja saaneeseen” sisältöön. Prosessin edetessä kaikki työryhmään osallistuneet kuitenkin havahtuivat huomaamaan, kuinka paljon muutoksia itse asiassa tarvittaisiin, jotta opaskirjaseen laatua saataisiin kehitettyä toivottuun suuntaan ja että uudistustyö etenisi valmiiksi tavoiteaikataulussa, maaliskuuhun 2006 mennessä.

## Valistuksen merkitys

Nykyajan perheiden kanssa työskentelevien ammattilaisten ja asiantuntijoiden keskeiseksi huoleksi on noussut perheiden toimivuus ja arki. Meille tulee vauva -opaskirjasella on pyritty ennaltaehkäisevästi kertomaan perheen kasvuun ja elämäntilanteen muutokseen liittyvistä asioista sekä ongelmista, jotka saattavat aiheuttaa kriisejä perheiden sisällä. Ongelmallisia seikkoja ovat tyypillisesti kommunikaatio ja tunteiden käsittely, ajankäyttö – eri perheenjäsenten oma ja yhteinen aika (ks. myös Jallinoja 2000) – sekä perhe-elämässä esiintyvien ristiriitojen sietäminen ja niiden ratkaiseminen.

Lohdullista kuitenkin on, että oman lapsen syntymä on useimmiten elämänmuutoksena sellainen, että vanhemmat ovat sängen valmiita vastaanottamaan tietoa ja valistusta aiheeseen liittyen. Ilman perusteellista tutkimusta ja palautekyselyä on kuitenkin vaikea sanoa, minkä verran valistus puree erilaisiin vanhempiin eri elämäntilanteissa ja mikä merkitys opaskirjasella on vakavien ongelmien ennaltaehkäisyssä erityisesti niiden kohdalla, jotka tietoa ja valistusta kaikkein eniten käytännössä tarvitsisivat, koskien esimerkiksi päihteiden käyttöä raskauden ja imetyksen aikana tai vauvan perushoivan turvaamista ongelmallisessa perhetilanteessa.

Monesta ‘vanhasta viisaudesta’ ja hyväksi havaitusta vinkistä on ollut apua oppaan tekemisessä, esimerkiksi kerrottaessa vauvan totuttamisesta uusiin makuihin ja kiinteisiin ruokiin tai keinoista itkevän vauvan rauhoittamiseksi. Monet käsitykset ja painotukset toki ajan myötä muuttuvatkin, mutta sangen monet seikat myös säilyttävät paikkansa ja asemansa.

Valistamiseen tähtäävän julkaisun avulla voidaan pyrkiä vaikuttamaan perheiden hyvinvoinnin näkökulmasta pääasiassa kahteen seikkaan: Ensinnäkin viestinä on, että tavalla tai toisella vauvaperheen kohtaamat haasteet ja ongelmat ovat tuttuja monille muillekin. Tekstin sisällöllä ja avoimuudella pyritään siihen, että vauvaperheen vanhemmat voisivat opaskirjasta lukiessaan kokea, että haasteet ja ristiriidat kuuluvat – ilon ja onnen tunteiden rinnalla – osaksi perheen kasvua ja kehitystä ja että niitä ei tarvitse turhaan pelästyä tai peitellä. Ongelmallisia tilanteita kuvataan opaskirjasessa realistisesti mutta rakentavasti. Tekstin liiallista normatiivisuutta on pyritty välttämään. Toisaalta joitakin räikeimpiä ongelmia – kuten päihteiden käyttöä, väkivaltaa perheessä (ks. vuoden 2006 opaskirjanen, sivu 25) ja pienen vauvan ravistelua – on käsitelty jyrkemmin kuin ennen.

Toiseksi, tärkeää on kertoa niistä tahoista, joihin vanhemmat voivat olla yhteydessä, mikäli tarvitsevat ongelmiin tai kriiseihin apua perheen ulkopuolelta. Kirjasessa korostetaan myös lähiverkostojen – vanhempien, sisarusten, sukulaisten ja ystävien – merkitystä ja vertaistuen tärkeyttä. Vertaistuki on erityisen olennaista lasta yksin odottavien äitien kohdalla sekä monissa erityistilanteissa, kuten lapsen vakavan sairauden tai vamman yhteydessä.

Aiemmin opaskirjasessa painottuneiden seikkojen, kuten terveysvalistuksen ja synnytystaustapahtuman läpikäynnin rinnalla, ovat uudessa opaskirjasessa saaneet aiempaa enemmän huomiota äitiyteen ja isyyteen kasvaminen sekä parisuhteen muuttuminen uuden perheenjäsenen syntyessä, samoin kuin muut muutokset perheen sisäisissä ihmissuhteissa, arjessa ja ajankäytössä. Samalla on haluttu nostaa entistä vahvemmin esiin tasa-arvopoliittinen ulottuvuus, ja kertoa äitiyden ja äidiksi kasvamisen rinnalla aiempaa monisyisemmin myös isän roolista odotusaikana ja vastuusta ja asemasta vauvan vanhempana. Kummankaan sukupuolen erilaisia (biologisia) lähtökohtia ei pyritä kieltämään. Silti erityisesti lapsen odotukseen ja hoitoon liittyy myös paljon sellaista, missä sukupuolella ei ole juurikaan merkitystä, vaan yhtä lailla voidaan ottaa huomioon lapsen kummankin vanhemman osuus lapsen syntymässä, hoidossa ja kasvatuksessa, samoin kuin arkielämän järjestelyissä ja parisuhteen ja perheen hyvinvoinnista huolehtimisessa.

## 6 UUDISTUSTYÖN TOTEUTUKSEN ARVIOINTIA

Opaskirjaseen perusteellinen uudistaminen syksyn 2005 ja talven 2006 aikana oli aikataulullisesti tiivis. Uudistettu 114-sivuinen opaskirjanen sisältää valtavasti asiaa, jonka taustalla on eri aloilla tehty tieteellinen tutkimus, useat aihetta koskeneet selvitystyöt ja raportit sekä vahva käytännön kokemus eri sektoreilta ja elämäntilanteilta. Hankkeen loppuun saattaminen vaati paljon järjestelmällisyyttä, tarkkuutta ja innovatiivisuuttakin, mutta kaiken kaikkiaan opaskirjaseen uudistustyö valmistui suunnitellussa aikataulussa. Ainoa seikka, joka työskentelyä hieman pitkitti oli se, että opaskirjasta uudistettiin paljon enemmän kuin aluksi oli tarkoitus. Erilaiset muutostyöt, korjaukset ja lisäykset veivät aikaa enemmän kuin moni työryhmän jäsen oli alun perin ajatellut. Lisäksi jokaisella työryhmässä mukana olleella oli selvästi erilaiset mahdollisuudet paneutua kehittämiseen muiden työtehtävien ja veloitteiden ohessa.<sup>17</sup>

Jokainen ryhmän jäsen toi kehittämistyöhön mukaan oman alansa osaamista ja näkökulmia. Näkökulmaeroista huolimatta työskentely sujui rakentavassa hengessä. Muutaman kerran – esimerkiksi imetyksestä ja äidinmaidonkorvikkeista keskusteltaessa ja sanamuotoja valittaessa – poikkeavat näkökannat aiheuttivat tiukkaakin debattia ryhmän sisällä. Toisaalta huolellisella sanamuotojen valinnalla joitakin ristiriitaisimpia ja 'latautuneimpia' kohtia pyrittiin tasoittamaan. Moni opaskirjaseen teemoista linkittyi myös laajoihin sosiaalieettisiin kysymyksiin, koska niissä on pitkälti kyse yksilön vapauksista ja oikeuksista, vastuusta ja velvollisuuksista. Kaiken kaikkiaan käytyjen keskustelujen ja mielipiteiden vaihdon lopputuloksena syntyi teksti, johon kaikki työryhmän jäsenet olivat tyytyväisiä.

Meille tulee vauva -opaskirjaseen uudistus otettiin innostuneesti vastaan muun muassa Terve-Sos -messuilla Tampereella toukokuussa 2006. Uudistusta käsiteltiin kesän aikana myös Stakesin Dialogi-lehdessä (4/2006, s. 13) sekä Odotus-lehdessä (3/2006, s. 11). Ensimmäistä kertaa opaskirjaseen ilmestyi syksyllä 2006 myös internetiin sekä suomen- että ruotsinkielisenä. Kirjanen on saatavilla pdf-versiona osoitteesta <http://groups.stakes.fi/LAPE/FI/Vauva/index.htm>.

<sup>17</sup> Oli otettava huomioon, ettei kukaan kehittämistyöryhmän jäsenistä tehnyt kyseistä työtä varsinaisena päätöksenä, vaan ainoastaan asiantuntijana muiden töiden ohessa.

## 7 YHTEENVETO

Konkreettiset muutokset, jotka Meille tulee vauva -opaskirjaseen juuri päättyneen uudistusprosessin (2005–2006) aikana syntyivät, ovat:

- 1) uusia näkökulmia ja tekstikokonaisuuksia (esimerkiksi kehon kuvan muuttuminen raskausaikana, vanhempien tukiverkostot, lapsen hoitojärjestelyt, yksin lasta odottavan naisen tilanne, vauvan ravistelun riskit jne.);
- 2) vanhojen osioiden kriittistä sisällönarviointia ja tekstin täydentämistä uusimman tutkimustiedon perusteella (esimerkiksi päihteiden käytön aiheuttamien riskien korostaminen raskaus- ja imetysaikana);
- 3) tekstimuotojen korjaamista (esimerkiksi uusia otsikoita ja sanavalintoja, joilla pyritään vähentämään tekstin normatiivisuutta ja ottamaan mahdollisimman hyvin eri yhteyksissä huomioon molemmat sukupuolet ja lapsen näkökulma) sekä
- 4) opaskirjaseen rakenteen ja sisällysluettelon uudistamista (asioiden esittämisjärjestystä on muutettu aiempaa loogisemmaksi ja kronologisemmaksi).

Vanhemmuuden vastuullisuuden korostamisen rinnalla – ja toisaalta uusien vanhempien ‘ylikuormittumisen’ riskin vähentämiseksi – opaskirjaseen on kerrottu niistä tunteista ja tuntemuksista, joita uuden perheenjäsenen syntymä tuo mukanaan. Näitä ovat muun muassa ilo, onni, ahdistus, uupumus, (vauvan sisaruksen) mustasukkaisuus, arjen sitovuus, elämän merkityksellisyyden kokemus jne.

Normatiivisuuden sijaan haluttiin korostaa, että niin vauvat kuin äidit ja isätkin ovat yksilöitä. Monissa tilanteissa parhaat ratkaisut syntyvät luovasti, toisin sanoen eri perheenjäsenten tilanne, temperamentti ja kehitysvaihe huomioon ottaen. Liikaa normatiivisuutta vältettiin, koska tiukat säännöt ja ohjeet saattavat aiheuttaa ahdistusta ja epätäydellisyyden kokemusta, mikäli asiat eivät suju ‘kuten opaskirjaseen sanotaan’ tai miten vanhemmat kuvittelevat kaikkein muiden vanhempien toimivan. Vanhempia on siis opaskirjaseen haluttu kannustaa kuuntelemaan ja tunnistamaan omia tunteitaan ja tekemään ratkaisuja arjen valintatilanteissa itselleen, lapselleen ja perheelleen sopivalla tavalla.

Tuoreilta vanhemmilta vaaditaan halua ja motivaatiota ottaa vastaan tietoa eri tahoilta ja toisaalta suodattaa sitä tarkoituksenmukaisesti oman perheen käyttöön. Tämä koskee monia vauvanhoitoon ja perheellisyteen liittyviä asioita, muun muassa imetysajan kestoa, vauvan unirytmien muodostumista, isän osallistumista vauvanhoitoon, äidin osallistumista työelämään, työaika- ja elämäntilanteiden perheen tarpeiden mukaisiksi, uusien roolien muodostumista perheessä ja suvussa sekä lastenhoitoon liittyviä hankintoja (vaatteet, tarvikkeet, lelut). Toisaalta tuoreiden vanhempien voi olla helpottavaakin huomata, että kaikesta tietomäärästä ei tarvitse heti alkuvaiheessa itse etsiä esiin olennaista, vaan vanhempi voi luottaa siihen, että opaskirjaseesta löytyvä tieto on jo valmiiksi tarkistettu ja tiivistetty.

Monet uuteen elämäntilanteeseen liittyvät kysymykset tulevat eteen vasta vähitellen, uuden perheenjäsenen jo synnyttyä ja nk. ‘vallattua tilaa arjessa’. Odotusaika on kuitenkin otollista perhe-elämää ja perheen voimavaroja käsittelevälle valistukselle, vaikka päähuomio monilla vanhemmillä onkin tällöin raskaudessa ja synnytyksessä itsessään.

Nykyisin monet aiemmin vaietetut ja ongelmallisiksi koetut aiheet (muun muassa perheväkivalta ja äidin masennus ym. psyykkiset häiriöt) on nostettu opaskirjaseen avoimemmin esille. Yhteiskunnallisesti organisoiduilla palveluilla sekä erilaisilla järjestöillä on periaatteessa keinoja tarjota apua ja tukea sitä tarvitseville. Toisaalta, neuvolan vastaanottotilanteita koskevissa analyysseissä (ks. esim. Kuronen 1993) on voitu havaita, että perheiden ongelmia ja vaikeaksi koettuja

aiheita helposti neuvolatilanteissa vähätellään, piilotellaan ja nk. 'normalisoidaan'. Taloudellisten ja muiden resurssien ollessa rajallisia, kaikki apua tarvitsevat eivät sitä yhteiskunnan taholta aina riittävän nopeasti saa. Opaskirjasessa on siis tarpeellista puhua sekä olemassa olevista palveluksista että niistä keinoista, joilla alkaviin vaikeuksiin voi puuttua sekä perheen sisällä että muiden lähiverkoston tuen kautta. Tärkeää on korostaa varhaista puuttumista ja myös ongelmien ennaltaehkäisyä.

Yhteenvetona voidaan todeta, että Meille tulee vauva -opaskirjasella sosiaalipedagogisen ja yhteiskunnallisen intervention muotona on pyritty:

- 1) pedagogisin keinoin ehkäisemään vauvaperheiden vanhempien ja lasten sosiaalista syrjäytymistä välittämällä tietoa, suosituksia, ohjeita ja asenteita odottaville äideille ja isille – aikanaan pienen vauvan vanhemmille – sekä tarjoamalla yhteystietoja niitä tilanteita varten, joissa vanhemmat syystä tai toisesta tarvitsevat kodin ulkopuolista apua tai tukea (esimerkiksi ensi- ja turvakodeista, auttavien puhelinten kautta jne.);
- 2) vahvistamaan varhaista vuorovaikutusta, vauvaperheen yhteisyyttä, identiteettiä ja elämäntilantaa uudessa elämäntilanteessa, jossa monet perheen sisäiset roolit ja työnjaot joutuvat uudelleenmäärittelyn kohteeksi;
- 3) ohjaamalla ihmisiä oivallukseen ja itsepuun siten, että opaskirjaseen sisällön ja ohjeiden turvin perhe pystyisi tekemään neuvokkaita ratkaisuja omassa tilanteessaan – vauvan kehitysvaihe, luonne ja temperamentti huomioon ottaen;
- 4) tukemalla kriittistä ajattelua (esimerkiksi kuluttajakriittisyys);
- 5) pyrkimällä lieventämään vanhemmuuden paineita tukemalla nk. 'riittävää' – ei täydellistä – vanhemmuutta samoin kuin sukupuolten välistä tasa-arvoa; ja
- 6) korostamalla perheen keskeisyyttä yhteiskunnan osana ja vastaavasti yhteiskunnan kiinnostusta ja osallisuutta perheiden hyvinvoinnin tukemiseen.

## 8 LOPUKSI

Valtakunnallisella julkaisuhankkeella on mahdollista vaikuttaa siihen, mitä tuleville vanhemmille kerrotaan vauvan odotuksesta, syntymästä ja hoidosta sekä monista lapsiperheiden arkeen liittyvistä asioista ja tilanteista. Meille tulee vauva -opaskirjaseen kehittämistyö jatkuu edelleen, koska uutta tietoa tulee jatkuvasti lisää ja opaskirjaseen painotuksia on välillä tarkistettava yhteiskunnan kehittymisen ja perheen hyvinvointiin vaikuttavien olosuhteiden muutosten myötä. Myös ulkoasua on aika ajoin uudistettava ja nykyaikaistettava. Tietomäärän jatkuvasti kasvaessa on tarpeen kriittisesti miettiä, mitkä asiat on ehdottomasti otettava mukaan kyseiseen julkaisuun ja mitä puolestaan olisi mahdollista jättää pois muiden tahojen julkaistavaksi päällekkäisyyksien välttämiseksi (esim. osa Lapsiperheiden etuuksia koskevasta tiedosta, jota on saatavilla myös Kelan opaslehtisistä ja internet-sivuilla).

Lähivuosien aikana on erittäin kiinnostava seurata, mitä palautetta uusi opaskirjaseen saa osakseen lukijoilta – sekä vanhemmilta että neuvoloiden henkilökunnalta. Palautekyselyn toteuttaminen antaisi runsaasti lisätietoa opaskirjaseen vastaanotosta ja kartoittaisi opaskirjaseen jatkokehittämisen tarpeita.



# Lähteet ja kirjallisuus

- Aapola, Sinikka & Ketokivi, Kaisa (2005) Polkuja ja poikkeamia – Aikuisuutta etsimässä. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 56.
- Anttonen, Anneli; Henriksson, Lea & Nätkin, Ritva (toim.) (1994) Naisten hyvinvointivaltio. Tampere. Vastapaino.
- Bardy, Marjatta; Salmi, Minna & Heino, Tarja (2001) Mikä lapsiamme uhkaa? Suuntaviivoja 2000-luvun perhepoliittiseen keskusteluun. Raportteja 263. Helsinki: Stakes.
- Cacciatore, Raisa & Oulasmaa, Minna (2005) Perheen perustaminen on vaativaa. Helsingin Sanomien Vieraskynä-kirjoitus 10.9.2005.
- Duodecim; lääketieteen sanasto: [http://www.terveysportti.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=ltt01376&p\\_haku=interventio](http://www.terveysportti.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=ltt01376&p_haku=interventio)
- Halmesmäki, Erja (2005) Raskaana olevan naisen oikeus juoda alkoholia ohittaa Suomessa lapsen oikeuden syntyä terveenä. Sunnuntaidebatti, Helsingin Sanomat 30.10.2005, D5.
- Haukkala, Ari (1993) Sosiaalinen inokulaatio ja tupakkamainonta: Tutkimus interventio-ohjelman vaikutuksista tupakkamainonnan sallivassa ja sen kieltävässä kulttuurissa. Sosiaalipsykologian pro gradu -työ. Helsingin yliopisto.
- Helen, Ilpo (1997) Äidin elämän politiikka: naissukupuolisuus, valta ja itsesuhde Suomessa 1880-luvulta 1960-luvulle. Helsinki. Gaudeamus.
- Helén, Ilpo & Jauho, Mikko (toim.) (2003) Kansalaisuus ja kansanterveys. Helsinki. Gaudeamus.
- Hermanns, Jo (1996) Risk accumulation in child rearing and the concept of family support. Julkaisematon materiaali. 13.8.1996. University of Amsterdam and The Foundation for Family Support and Early Childhood Education in Maastricht, The Netherlands.
- Hoikkala, Tommi (1996) Miehenkuvia. Välähdyksiä nuorista miehistä Suomessa. Helsinki. Gaudeamus.
- Huttunen, Jouko (2001) Isänä olemisen uudet suunnat: hoiva-isiä, etä-isiä ja ero-isiä. Jyväskylä. PS-kustannus.
- Huttunen, Jouko (1990) Isän merkitys pojan sosiaaliselle sukupuolelle. Studies in education 77. Jyväskylä. Jyväskylän yliopisto.
- Hämäläinen, Juha & Kurki, Leena (1997) Sosiaalipedagogiikka. Helsinki. WSOY.
- Jallinoja, Piia (2002) Genetics, negotiated ethics and the ambiguities of moral choices. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja A: 2.
- Jallinoja, Riitta (2006) Perheen vastaisku. Familistista käännettä jäljittämässä. Helsinki. Gaudeamus.
- Jallinoja, Riitta (2000) Perheen aika. Helsinki. Otava.
- Jokinen, Eeva (1997) Väsynyt äiti. Äitiyden omaelämäkerrallisia esityksiä. Tampere. Gaudeamus.
- Kaila-Behm, Arja (1997) Miehestä esikoisen isäksi. Kuopion yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 49. Kuopio.
- Ketokivi, Kaisa (2005) Aikuistumisen ja perheen perustamisen ristiriidat pidentyneessä nuoruudessa. Teoksessa: Aapola, Sinikka & Ketokivi, Kaisa: Polkuja ja poikkeamia – Aikuisuutta etsimässä. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 56. Helsinki. 100–137.
- Ketokivi, K. (2002) Vapauden lumo ja vastuun taakka. Perheen perustaminen pidentyneen nuoruuden kulttuurissa. Pro gradu -tutkielma. Sosiologian laitos. Helsingin yliopisto.
- Kuronen, Marjo (1994) Lapsen hyväksi naisten kesken. Tutkimus äitiys- ja lastenneuvolan toimintakäytännöistä. Tampereen yliopisto, Sosiaalipolitiikan laitos. Tutkimuksia 35. Helsinki: Stakes.
- Korppi-Tommola, Aura (1990) Terve lapsi – kansanhuomien. Mannerheimin Lastensuojeluliitto yhteiskunnan rakentajana 1920–1990. Helsinki. Mannerheimin Lastensuojeluliitto.
- Lastenneuvola lapsiperheiden tukena (2004). Sosiaalija terveysministeriön oppaita 14. Helsinki. <http://www.stm.fi/Resource.phx/publishing/store/2004/10/pr1098955086116/pas thru.pdf>. Koko opas pdf: <http://www.stm.fi/Resource.phx/julkat/Julkaistu-2004-short.htx>.
- Mesiäislehto-Soukka, Helinä (2005) Perheenlisäys isien kokemana: fenomenologinen tutkimus. Acta Universitatis Ouluensis, Sarja D: Medica 829. Oulun yliopisto.
- Miller, Tina (2000) Losing the plot: narrative construction and longitudinal childbirth research. Qualitative Health Research, 10 (3), 309–323.
- Nupponen, R., Aarva, P., Laitakari, J., Miilunpalo, S., Paronen, O. & Urponen, H. (1991) Terveystutkimuksen taustakäsitteet ja vaikuttavuuden tutkiminen. Terveystutkimuksen vuosikirja. Sosiaalija terveyshallitus. Tutkimuksia 2/1991. Helsinki.
- Nätkin, Ritva (1994) Väestöpolitiikka, abortti ja äitiys – hyvinvointivaltion ammattilaisten ja naisten suhteen tarkastelua. Teoksessa: Anttonen, Anneli; Henriksson, Lea & Nätkin, Ritva (toim.): Naisten hyvinvointivaltio. Tampere. Vastapaino.
- Nätkin, Ritva (1997) Kamppailu suomalaisesta äitiydestä. Maternalismi, väestöpolitiikka ja naisten kertomukset. Helsinki. Gaudeamus.
- Paajanen, Pirjo (2005) Perhebarometri 2005. Eri teitä vanhemmuuteen – kaksikymppisenä ja kolmikymppisenä lapsen saaneiden näkemyksiä perheellistymisestä ja vanhemmuudesta. Sarja E 21/2005. Väestöliitto, Väestöntutkimuslaitos.
- Paunonen, Marita & Vehviläinen-Julkunen, Katri (1999) Perhe hoitotyössä. Teoria, tutkimus ja käytäntö. WSOY, Porvoo.
- Pulkkinen, Lea (2002) Mukavaa yhdessä. Sosiaalinen alkupääoma ja lapsen sosiaalinen kehitys. PS-kustannus. Jyväskylä.
- Pulma, Panu & Turpeinen, Oiva (1987) Suomen lastensuojelun historia. Helsinki. Lastensuojelun keskusliitto.
- Rantala, Anja (2004) Lapsen hyvä olo yhteisenä tavoitteena. Janus: Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti. Vol. 12 (4) 2004. 379–392.
- Roos, J. P. & Rotkirch, Anna (toim.) (1997) Vanhemmat ja lapset. Helsinki. Gaudeamus.
- Rönkä, Anna & Kinnunen, Ulla (toim.) (2002) Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Jyväskylä. PS-kustannus.
- Salmi, Minna & Lammi-Taskula, Johanna (toim.) (2004) Puhelin, mummo vai joustava työaika? Työn ja perheen yhdistämisen arkea. Helsinki: Stakes.

- Sevón, Eija & Huttunen, Jouko (2002) Odottavan äidin vastuu. Teoksessa: Rönkä, Anna & Kinnunen, Ulla (toim.) (2002) Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Jyväskylä. PS-kustannus. 72–98.
- Sorvettula, Maija (1998) Johdatus suomalaisen hoitotyön historiaan. Helsinki. Suomen sairaanhoitajaliitto.
- Uimonen, Minna (2003) Perheenäiti ja heikkohermoinen nainen. Hermoterveystieto naiskansalaisuuden tuottajana 1800- ja 1900-lukujen vaihteessa. Teoksessa: Helén, Ilpo & Jauho, Mikko: Kansalaisuus ja kansanterveys. Helsinki. Gaudeamus.
- Urjanheimo, Eeva-Liisa: Neuvolatyö tarvitsee kehittämis- ja tutkimustoimintaa. Pääkirjoitus. Kansanterveyslehti 2–3/2005. [http://www.ktl.fi/portal/suomi/julkaisut/kansanterveyslehti/lehdet\\_2005/2-3\\_2005](http://www.ktl.fi/portal/suomi/julkaisut/kansanterveyslehti/lehdet_2005/2-3_2005).
- Vehviläinen-Julkunen, Katri (1990) Nursing in child health care: Maintaining awareness of the child's development and care. Kuopio. Kuopion yliopiston julkaisu 3/1990.
- Yesilova, Katja (2001) Sukupuolittunut seksuaalikasvatus. Sosiologia, 38: 3, 192–204.
- Yesilova, K. (2000) Sukupuoli-seksi. Sukupuoli, seksuaalikasvatus ja valistusoppaat Suomessa vuosina 1989–1999. Sosiologian pro gradu: Helsingin yliopisto.

Äitiys- ja lastenneuvolatyö Suomessa. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2005: 22. Helsinki. <http://www.stm.fi/Resource.phx/publishing/store/2006/01/pr1135677343496/passthru.pdf>. Koko selvitys/pdf: <http://www.stm.fi/Resource.phx/publishing/store/2006/01/pr1135677343496/passthru.pdf>.

## Opaskirja-aineisto

- Jalas, Rakel (1937) Kymmenen ohjetta äidiksi tuleville. Sosiaaliministeriö. Äitiysavustus.
- Vanhemmille jaetut opaskirjaset: Meille tulee vauva – Opas vauvan odotukseen ja hoitoon (vuodelta 2006) ja sen edeltäjät 'Äidille', 'Syntyvä lapsesi' ja 'Meille tulee vauva' (vuosilta 1943–2005).

## Muut lähteet

- Kokko, Anna (2005) Meille tulee vauva -muistio. Yhteenveto kehittämisideoista 8.12.2005.
- Lammi-Taskula, Johanna (2005) Meille tulee vauva -päivitys. Muistio kokouksesta sosiaali- ja terveysministeriön edustajien kanssa 6.4.2005.

## TYÖPAPEREITA-sarjassa aiemmin ilmestyneet

2008

Anu Leinonen. Sosiaalipalvelut muutoksessa – Paras vai palveluaukko? Tutkimussuunnitelma ParasSos-tutkijaryhmälle

Työpapereita 14/2008 Tilausnro T14/2008

Maritta Vuorenmaa & Lasse Löytty. Kohti pohjalaista hyvinvointia. Arviointinäkökulmia Pohjanmaa-hankkeen ensimmäiseen toimintakauteen vuosina 2005–2007

Työpapereita 13/2008 Tilausnro T13/2008

Lauri Vuorenkoski, Mauno Konttinen, Minna Sinkkonen (toim.). Signaaleja. Stakesin tulevaisuusraportti 2008

Työpapereita 12/2008 Tilausnro T12/2008

Sopimusohjauksen kehittämistyöryhmä: Suositus sopimusohjauksen toteuttamiseksi

Työpapereita 11/2008 Tilausnro T11/2008

Marke Jääskeläinen, Anna-Liisa Salminen. QUEST 2.0 -apuvälinetyytyväisyyttä arvioivan mittarin käyttöönotto ja soveltuvuus Suomessa

Työpapereita 10/2008 Tilausnro T10/2009

Tarja Heino. Lastensuojelun avohuolto ja perhetyö: kehitys, nykytila, haasteet ja kehittämisehdotukset. Selvitys Lastensuojelun kehittämisohjelmalle

Työpapereita 9/2008 Tilausnro T9/2008

Marjo Karvonen, Mikko Peltola, Matti Isohanni, Sami Pirkola, Jaana Suvisaari, Klaus Lehtinen, Pertti Hella, Unto Häkkinen. PERFECT – Skitsofrenia. Skitsofrenian hoito, kustannukset ja vaikuttavuus

Työpapereita 8/2008 Tilausnro T8/2008

Eeva Widström, Antti Väisänen, Tapani Niskanen. Erillisselvitys suun terveydenhuollon tuotoksista ja kustannuksista terveyskeskuksissa vuonna 2006

Työpapereita 7/2008 Tilausnro T7/2008

Mieli 2008. Kansallisten mielenterveyspäivien taustamateriaali, luennot ja posterit

Psykisk hälsa 2008. Nationella dagar för mental hälsa: bakgrundsmaterial, föreläsningar och postrar

Työpapereita – Diskussionsunderlag 6/2008 Tilausnro T6/2008

Sinikka Varsio, Anne Nordblad, Miika Linna, Irma Arpalahti, Päivi Strömmer, Tuomo Karhunen, Sinikka Huhtala. SUHAT-hankkeen menestystarina. Strateginen johtamisen benchmarking-kehittäminen terveyskeskusten suun terveydenhuollossa 2002–2005

Työpapereita 5/2008 Tilausnro T5/2008

Jan Klavus (toim.) Terveystaloustiede 2008

Työpapereita 4/2008 Tilausnro T4/2008

Timo Hujanen et al. Terveystaloustiede 2006

Työpapereita 3/2008 Tilausnro T3/2008

Tuulia Rotko, Marita Sihto (toim.). Terveysvaikutusten arvioinnin kehittäminen -seminaari. 21.–22.3.2007, Stakes. Seminaariraportti

Työpapereita 2/2008 Tilausnro T2/2008

Maija Ritamo (toim.). Terve Kunta -päivät. 22.–23.1.2008, Paasitorni, Helsinki

Työpapereita 1/2008 Tilausnro T1/2008