

”KAIKKI JÄI POIS” – OMA AIKA ÄITIEN VERTAISRYHMÄSSÄ

Eija Eronen: *YTM, väitöskirjatutkija, Tampereen yliopisto*

eija.eronen@tuni.fi

Janus vol. 28 (4) 2020, 341–356



Tiivistelmä

Tässä artikkelissa tarkastelen vertaisryhmätoimintaan osallistuneiden äitien kokemuksia ryhmän tarjoamasta omasta ajasta. Kysyn, mitä vertaisryhmän tarjoama oma aika äideille merkitsee. Tutkimuksen aineistona ovat kahdenkymmenenkolmen ryhmän toimintaan osallistuneen äidin haastattelut ja osallistuvan havainnoinnin perusteella kirjatut muistiinpanot. Aineisto on analysoitu fenomenologishermeneuttista lähestymistapaa soveltaen. Tulosten mukaan oma aika merkitsee äideille ensinnäkin hengähdystaukoa, joka tarkoittaa irtaantumista lapsen hoivasta. Se antaa mahdollisuuden irtiottoon, joka merkitsee arjesta irtaantumista. Vaikeissa elämäntilanteissa irtiotto saa merkityksensä henkireikäenä. Tutkimuksen perusteella vertaisryhmän tarjoama oma aika voidaan ymmärtää kokonaisvaltaisena irtaantumisenä niin hoivatyöstä kuin muustakin arkielämästä.

JOHDANTO

Äitiyteen liittyy kulttuurisia odotuksia kokonaisvaltaisesta omistautumisesta (Hays 1996). Omistautumisesta tulee haitallista, mikäli se alkaa kuormittaa ja heikentää mielenterveyttä (Choi ym. 2005; MacDonald 2010; Wall 2010; Rizzo ym. 2013). Toistuva henkilökohtaisten tarpeiden sivuuttaminen voi johtaa äidin hyvinvoinnin romahtamiseen, mutta äärimmillään myös lapsen vahingoittamiseen. Jos äidillä ei ole aikaa huolehtia lapsen lisäksi itsestään, hoivavastuun kuorma kasvaa kohtuuttomaksi. On myös mahdollista, että suhde lapseen muuttuu laiminlyöväksi tai tukahduttavaksi. (Featherstone 1999; Almond 2010.)

Äitien tarpeita ei kuitenkaan aina tunnusteta auttamistyön kentällä. Perheiden kanssa tehtävää työtä on kritisoitu käytännöistä, jotka ylläpitävät ja uusintavat äitiyttä koskevia kulttuurisia odotuksia. Kritiikin ytimessä on huomio siitä, että äidin hyvinvointi sivuutetaan lapsen edun kustannuksella. (Featherstone 1999, 2004; Berg 2008.) Toisaalta auttamistyön piiriin kuuluu myös toiminnan muotoja, jotka painottavat äitien henkilökohtaisten tarpeiden merkitystä. Viime vuosina yhteiskunnallista huomiotaan on kasvattanut vertaisryhmätoiminta, joka korostaa äitien roolia käytäntöjen kehittäjänä (Pietilä-Hella 2010). Sen ideana on, että äidit itse toteuttavat ja kehittävät tarvitsemaansa toimintaa (vrt. Borkman 1999).

Tämä artikkeli keskittyy äitien vertaisryhmään, joka edustaa yhteisöllistä kolmannen sektorin toimintaa. Ryhmän toiminta on luonteeltaan avointa, ennalta ehkäisevää ja vapaaehtoista. Sen piiriin hakeudutaan ryhmäläisten ja heidän verkostojensa välityksellä. Toimintaan osallistuu vuosittain kymmeniä äitejä lapsineen. Äitien lisäksi ryhmän toimintaa organisoivat sekä vapaaehtoistyöntekijät että sosiaalialan järjestöjen ja seurakunnan piirissä työskentelevät ammattilaiset. Äidit suunnittelevat ryhmän ohjelman henkilökohtaisten tarpeidensa perusteella ja vapaaehtoistyöntekijät huolehtivat heidän lapsistaan lähes kaikkien kokoontumisten, retkien ja myös kesäleirin ajan. Ryhmätöiminnan tavoite on äitiyden tukeminen. Lastenhoitoa ja osallistujien tarpeiden mukaisia aktiviteetteja pidetään osaltaan keinoina siihen vastaamiseksi.

Tarkoitukseni on kuvata ja ymmärtää ryhmätöimintaan osallistuneiden äitien kokemuksia ajasta, jolloin vapaaehtoistyöntekijät huolehtivat lapsista ja he osallistuvat itse suunnittelemiinsa toimintoihin. Ajattelen, että kyse on äitien omasta ajasta, sillä he voivat tehdä mitä tarvitsevat. Tämä tarkoittaa sitä, että lähestyn omaa aikaa kokemuksellisenä tilana, joka syntyy, kun vapaaehtoiset hoitavat lapsia ja äidit osallistuvat suunnittelemaansa toimintaan. Kysyn, *mitä vertaisryhmän tarjoama oma aika äideille merkitsee*. Näin ollen tutkimus keskittyy äitien kokemuksiin, ei ryhmän tarjoaman tuen arviointiin. Tutkin äitien kokemuksia analysoimalla kaksiosaista aineistoa fenomenologis-hermeneuttisista lähtökohdista käsin. Pääasiallisena aineistona käytän kahdenkymmenenkolmen ryhmä-

toimintaan osallistuneen äidin haastatteluja. Täydentävänä aineistona hyödynnän muistiinpanoja, joita olen kirjannut ryhmässä toteuttamani osallistuvan havainnoinnin perusteella.

Tämä artikkeli etenee siten, että ensimmäiseksi määritän tutkimuksen teoreettisen perustan keskustelemalla äidin omasta ajasta ja vertaisryhmätöiminnasta sen toteutumisen kontekstina. Seuraavaksi esittelen tutkimusaineistoa ja sen analyysiä. Tämän jälkeen kuvaan, miten vertaisryhmän tarjoama oma aika saa merkityksensä hengähdystaukona lapsen hoivasta. Hengähdystauko on edellytys sille, että oma aika voi saada laaja-alaisempia merkityksiä. Esitänkin, että oma aika merkitsee myös irtiottoa arjesta. Irtioton kokemus on kuitenkin erilainen silloin, kun äidin elämäntilanne on vaikea. Osoitan, että vaikeissa elämäntilanteissa irtiotto saa merkityksensä henkireikäenä. Lopuksi pohdin, mitä äitien kertomat kokemukset merkitsevät vertaisryhmätöiminnan kentällä.

ÄIDIN VAI LAPSEN AIKA?

Länsimaisessa kulttuurissa äitiys on perinteisesti ymmärretty tehtäväksi, jossa onnistuminen vaatii naiselta perustavanlaatuaista omistautumista (Rich 1981). Tätä ymmärrystä voidaan kuvata intensiivisen äitiyden ideologiana, joka korostaa äidin korvaamatonta roolia lapsen hoivaajana. Sen ytimessä on normatiivinen velvoite, jonka mukaan lapsen tarpeet vaativat äidiltä jatkuvaa saatavilla olemista. Äidin poissa oleminen taas nähdään toimintana, joka on lapsen kehitykselle haitallista. (Hays 1996.) Useissa tutkimuksissa onkin tuotu esiin,

kuinka äidiltä odotetaan intensiivistä läsnäoloa ja sen myötä henkilökohtaisten tarpeiden sivuuttamista (mm. Choi ym. 2005; MacDonald 2010; Wall 2010; Rizzo ym. 2013).

Myöskään ammatilliset käytännöt eivät toteudu irrallaan vallitsevasta kulttuurista. Sen sijaan ne heijastavat osaltaan käsitystä hyvästä ja tavoiteltavasta äitiydestä. (Vrt. Hays 1996.) On esitetty, että ammatillisen auttamistyön piirissä ensisijainen vastuu lapsesta asetetaan usein äidille. Äidin pitäminen pääasiallisena huoltajana voi välittää työskentelyyn odotuksen siitä, että lapsen hyvinvoinnin turvaaminen on olosuhteista riippumatta hänen tehtävänsä. Samalla äidin muut identiteetit ja mahdolliset avun tarpeet saattavat tulla ohitetuiksi. Se, että äidillä on henkilökohtaisia tarpeita, voidaan sivuuttaa (myös) ammatillisissa käytännöissä. (Featherstone 1999, 2004; Berg 2008.)

Kulttuurisilla odotuksilla on vastineensa myös perheiden arjessa. Äidit kantavat tyypillisesti pääasiallisen vastuun lasten hoivasta (Miettinen & Rotkirch 2012, 75–85; Kela 2017, 13–14, 17). Samalla on huomattava, että äidin vastuu ei palaudu vain konkreettisiin ja mitattaviin oleviin tehtäviin. Lapsesta huolehtiminen on kokonaisvaltaista toimintaa, johon kuuluu paitsi hoivan rutiineja myös ajattelemista. Näin ollen äiti saattaa huolehtia lapsen tarpeisiin vastaamisesta silloinkin, kun ei ole itse niitä täyttämässä. (MacDonald 2010, 88–105; Miller 2011, 147–152.) Tällöin äidillä ei käytännössä ole aikaa itselleen: hän on lapselle jatkuvasti läsnä, vaikkei konkreettisesti olisikaan saatavilla (vrt. Utriainen 1999, 75, 107–108, 224–227).

Intensiivinen läsnäolo voi tehdä äidin arjesta tukahduttavaa. Tiedetään, että siinä on kyse sekä merkitykselliseksi että ahdistavaksi ja uuvuttavaksi koe-tusta toiminnasta (Jokinen 1996; Sevón 2009). Jatkuva saatavilla oleminen voi tuntua samanaikaisesti tavoiteltavalta ja pakottavalta, sillä siitä irtaantuminen merkitsee hyvää äitiyttä määrittävän läsnäolon vaateen rikkomista (MacDonald 2010; Wall 2010). Siksi äidin voi olla vaikeaa tunnustaa ja tunnustaa sitä, että hän kaipaisi aikaa myös henkilökohtaisten tarpeidensa täyttämiseen. Oman ajan järjestäminen, pyytäminen ja kaipaaminen pakenevat läsnäolon vaatimusta ja voivat sen vuoksi saada aikaan häpeää, syyllisyyttä ja torjuntaa. (Vrt. Almond 2010.)

ÄIDIN OMA AIKA

VERTAISRYHMÄTOIMINNASSA

Vaikka kulttuuriset odotukset heijastuvat äitien elämään, niitä on mahdollista kyseenalaistaa. Osa äideistä kiistää jatkuvan läsnäolon vaateen ja asettaa sen sijaan itsestä huolehtimisen hyvän äitiyden kriteeriksi. Samalla he tunnustavat tarpeensa omaan aikaan ja kenties myös etsivät tilaa sen toteutumiseksi. (Wall 2010, 260–261.) Äidit voivat pyrkiä järjestämään arkeensa hetkiä, joiden aikana heillä on tilaisuus keskittyä ensisijaisesti itseensä (Jokinen 2005, 91–101). Parhaimmillaan ne luovat mahdollisuuksia autonomiaan, huolettomuuteen ja velvoitteista vapautumiseen. Oma aika voidaankin ymmärtää voimaantumisen ja palautumisen lähteeksi, joka heijastuu myönteisesti sekä äidin että lapsen hyvinvointiin. (Terävä & Böök 2018, 101–102.)

Oma aika voi toteutua myös äitien keskinäisen toiminnan piirissä. Erilaiset vertaistoiminnan muodot rakentavat sille puitteita, koska ne nojautuvat äitien aktiivisuuteen tarpeidensa ilmaisijoina ja toteuttajina. Äitiryhmät voivatkin tarjota mahdollisuuden omaan aikaan, mikäli osallistujat kokevat sitä haluavansa ja tarvitsevansa. Kuten vertaisryhmissä yleensä, niiden ytimessä ovat äitien henkilökohtaiset tarpeet, tunteet ja kokemukset (ks. mm. Hyväri 2005; Nylund 2005; Hokkanen 2011). Ammatillisesti ohjatuista ryhmistä poiketen toiminnan suunnittelu on äitien vastuulla. Mikäli toimintaan osallistuu ammattilaisia, heidän roolinsa on tukea äitien tarpeiden mukaisen ohjelman toteutumista. (Vrt. Borkman 1999.)

Ryhmätoiminnan antama tilaisuus omaan aikaan saattaa myös äidin näkökulmasta olla ainoa mahdollinen. Vertaisryhmille on tunnusomaista, että niistä saatava tuki ei vastaa muiden tahojen tarjoamaa apua (mm. Munn-Giddings & McVicar 2007). Ryhmät eivät kuulu professionaalisiiin tai informaaleihin tukiverkostoihin, vaan täydentävät niiden välittämää tukea (Nylund 2000). Siksi ryhmätoiminnasta saadun oman ajan merkitys saattaa muodostua erityisen suureksi äideille, joiden henkilökohtaiset verkostot ovat hauraat tai jopa tuhoavat. Toisaalta se voi saada merkityksensä myös suhteessa ammatilliseen auttamistyöhön tyydyttämällä tarpeita, jotka jäävät herkästi sivuun professionaalisissa käytännöissä (vrt. Borkman 1999).

Oman ajan merkitys äitien vertaisryhmätoiminnassa on kuitenkin jäänyt vähälle huomiolle. Tutkimuksen

kohteena ovat olleet ennemminkin ammatillisesti ohjatut ryhmät, joita on tarkasteltu erityisesti äitien keskinäis-suhteiden ja vertaistuen näkökulmasta (mm. Pietilä-Hella 2010; Ellis-Sloan 2015; Lalayants ym. 2015). Tällöin on havaittu, että ryhmätoimintojen ajaksi järjestetty lastenhoito on osalle äideistä tärkeää juuri siksi, että se antaa mahdollisuuden keskittyä hetkeksi omaan itseen (Ellis-Sloan 2015, 544–545). Äitiystutkimuksen perusteella tiedetään myös, että keskinäiset kontaktit eivät välttämättä vastaa äitien tarpeisiin, mikäli niiden fokus on lapsissa heidän itsensä sijaan (Nousiainen 2004, 84–85; Miller 2005, 199). Onkin mielekäästä tarkastella äitien näkökulmasta omaa aikaa: kokemuksellista tilaa, joka rakentuu silloin, kun lapset ovat hoidossa ja äidit vertaisryhmätoiminnalle tyypilliseen tapaan tekevät mitä haluavat ja tarvitsevat.

TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tämä tutkimus on toteutettu fenomenologis-hermeneuttista lähestymistapaa soveltaen. Sen tarkoitus on kuvata ja ymmärtää äitien kokemuksia vertaisryhmän tarjoamasta omasta ajasta. (Heidegger 2000; Gadamer 2013.) Kokemuksen ymmärrän fenomenologis-hermeneuttista ajattelua mukaillen ihmisen ja kokemuksen kohteen välisenä merkityssuhteena. Näiden suhteiden välityksellä kohteet merkitsevät ihmiselle jotakin. Koska kokemuksia ilmaistaan niitä tulkitsemalla, on ollut välttämätöntä kuulla, mitä äidit tahtovat kertoa. (van Manen 1990; Perttula 2008.) Olen antanut heidän tulkinnalleen tilaa toteuttamalla haastatteluja, jotka muodostavat tutki-

muksen ensisijaisen aineiston. Ymmärtääkseni paremmin heidän kertomaansa olen myös kerännyt täydentävän aineiston havainnoimalla ryhmän toimintaa. Aineisto on kerätty vuonna 2015 osana laajempaa äitien vertaisryhmätoimintaa tarkastelevaa tutkimushanketta².

Täydentävä aineisto koostuu osallistuvan havainnoinnin perusteella kirja- tuista muistiinpanoista. Olin mukana ryhmän toiminnassa kuuden kuukauden ajan. Osallistuin kahdentoista kokoontumisen lisäksi ryhmän teatteri-iltaan, kevätretkelle ja kesäleirille. Kukin kokoontuminen kesti noin kaksi tuntia, teatteri-ilta viisi tuntia, retki yhden päivän ja leiri viisi päivää. En yksinomaan tarkkaillut ryhmän toimintaa, vaan tein lähtökohtaisesti samoja asioita kuin äiditkin. Osallistuin äitien toimintoihin mahdollisimman aktiivisesti, mutta myös heidän ehdoillaan. Siksi osallistumiseni aktiivisuus vaihteli sen mukaan, paljonko tilaa tulkitsin äitien haluavan antaa ulkopuoliselle tutkijalle. Kirjasin jokaisen havainnointikerran jälkeen muistiin sekä tekemiäni havaintoja että äitien kanssa käymiäni keskusteluja.

Ensisijaisen aineiston muodostavat kahdenkymmenenkolmen ryhmätoimintaan osallistuneen äidin haastattelut. Haastattelin teemahaastattelumenetelmää soveltaen osaa ryhmän toiminnassa mukana olleista äideistä. Haastattelut tarkastelivat ryhmätoimintaan osallistumista kahden teema-alueen kautta. Teemat olivat 1) ryhmän aktiviteetit ja 2) ryhmän tarjoama tuki. Koska tarkoitukseni oli kuulla haastateltavien kokemuksia, oli tärkeää tarkastella teemoja mahdollisimman avoimesti (Laine 2015, 39). Siksi kiinnitin huomiota tapoihin, joilla pyysin haastateltavia

kertomaan kokemuksistaan. Esitin paljon avoimia kysymyksiä, kuten ”mitä muistat siitä, kun tulit mukaan ryhmän toimintaan?”, ”mitä sinulle on jäänyt mieleen ryhmän kokoontumisista?” ja ”millaista tukea koet ryhmän tarjoavan?” Nauhoitin haastattelut ja litte-roin ne sanatarkasti.

Haastatellut äidit olivat olleet mukana ryhmän toiminnassa keskimäärin seitsemän ja puolen vuoden ajan. Osa heistä osallistui haastatteluhetkellä ryhmätoimintaan aktiivisesti ja osa satunnaisesti. Lisäksi tavoitin ammattilaisten välityksellä haastatteluun äitejä, jotka olivat jo lopettaneet ryhmän toimintaan osallistumisen. Kun äidit aloittivat ryhmätoimintaan osallistumisen, jokaisella heistä oli vähintään yksi alle kouluikäinen, usein vauvaikäinen lapsi. Osa äideistä oli parisuhteessa. Jotkut heistä kertoivat kärsineensä parisuhteen ongelmista, kuten väkivallasta. Osalla äideistä oli ryhmän ulkopuolisia sosiaalisia verkostoja, joista he saivat tukea tarvittaessa. Osa taas raportoi verkostojen puutteellisuudesta. Suurella osalla äideistä ei ollut työpaikkaa eikä toisen asteen koulutusta, mutta toisaalta osa oli opintojen tai ansiotyön piirissä. Koska lähes kaikki haastateltavat osallistuivat ryhmätoimintaan pitkäkestoisesti, heidän elämäntilanteensa ehtivät muuttua osallistumisen aikana. Äidit esimerkiksi kouluttautuivat, aloittivat työssäkäynnin, erosivat, solmivat uuden parisuhteen tai saivat lisää lapsia.

Aloitin analyysin rajaamalla tarkasteltavan aineiston. Valitsin 1335 sivun laajuisesta haastatteluaineistosta analysoitavaksi ne kohdat, joissa äidit tulkitsivat kokemuksiaan ryhmässä toteutuvasta omasta ajasta. Aineiston rajausta ohjasi

haastatteluiden ja havainnoinnin aikana käytyihin keskusteluihin perustuva ymmärrys siitä, että omasta ajasta on kyse ensinnäkin silloin, kun lapset ovat vapaaehtoistyöntekijöiden hoidossa. Toiseksi siihen kuuluu äitien osallistuminen heidän itsensä suunnittelemiin toimintoihin. Otin analysoitavaksi myös haastattelukontekstin, josta käsin äidit kertoivat oman ajan kokemuksistaan. Näin rajattuna haastatteluaineisto muodostui 114 sivun laajuiseksi. Sen sijaan 94 sivun laajuista muistiinpanoaineistoa en rajannut, vaikka se sisälsi myös episodeja, joiden aikana ryhmässä ei oltu järjestetty lastenhoitoa. Näiden episodien tarkastelu oli tärkeää, sillä oman ajan merkitys voi tulla näkyväksi juuri silloin, kun se jää toteutumatta.

Jatkoin analyysiä tarkastelemalla rajaa-
mani haastatteluaineiston merkitysisältöjä. Fenomenologis-hermeneuttisessa analyysissä oleellista on ymmärtää merkitykset suhteessa siihen kokonaisuuteen, johon ne kuuluvat (Vagle 2018, 108) ja havainnoida tarkkaavaisesti niiden hienovireisiäkin eroja (van Manen 1990, 111–112). Tästä tietoisena ryhdyin erottelemaan aineistoa merkitysyksiköihin siten, että yksiköt määrittyivät niiden sisällöllisten erojen perusteella. Kukin yksikkö koostui yhdestä tai useammasta haastattelupuheenvuorosta, jossa informantti kuvasi kokemaansa omaa aikaa. Seuraavaksi yhdistin samankaltaiset merkitysyksiköt kokonaisuuksiksi. Kontekstisidonnaisen ja hienojakoisen tarkastelun vahvistamiseksi pyrin avoimeen tulkintaan ja oman tulkintani kriittiseen reflektioon (ks. Laine 2015, 35–37). Kuten muun muassa Virpi Tökkäri (2018, 68) on todennut, fenomenologis-hermeneuttisessa tutkimuksessa tutkijan tulkin-

ta on tärkeä ja myös välttämätön osa analyysiä. Omalle tulkintatyölleni sain perustan läsnäolostani äitiryhmän toiminnassa ja sen perusteella kirjaamista-
ni muistiinpanoista.

Analyysin viimeisessä vaiheessa ryhdyin kirjaamaan muodostamani merkityskokonaisuuksien sisältöjä. Fenomenologis-hermeneuttisessa analyysissä kirjoittaminen on työkalu, joka auttaa suuntaamaan ja syventämään tulkintaa (van Manen 2015). Tavoitteena on tuottaa teksti, joka ilmentää syvällisellä tasolla informanttien kokemusmaailmaa (Vagle 2018, 109–111). Kirjoitusprosessin aikana kiinnitin huomiota äitien puheessa toistuviin metaforiin, joita mukailen nimesin merkityskokonaisuudet hengähdystauoksi, irtiotosi ja henkireiäksi. Päätin myös verrata merkityskokonaisuuksia keskenään tarkastellakseni niiden välisiä suhteita. Tällöin hengähdystauko määrittyi kahden muun lähtökohdaksi ja edellytykseksi. Sen toteutuminen johtaa arjesta irtautumisen kokemukseen, jota sekä irtiotto että henkireikä kuvaavat. Ne kuitenkin eroavat toisistaan siinä, että jälkimmäinen tuo esiin vaikeissa elämäntilanteissa olevien äitien näkökulman.

Tutkimuksen toteuttamiseen liittyi eettisiä ratkaisuja, joita ei ole syytä sivuuttaa. Ennen aineistonkeruun aloittamista tiedotin ryhmän jäseniä tutkimuksestani keskustelemalla heidän kanssaan sen tarkoituksesta ja toteutuksesta. Aloitin havainnointijakson saatuaani ryhmältä tutkimusluvan. Pyrin jakson aikana toimimaan siten, että osallistumiseni häiritsisi äitejä ja heidän toimintaansa mahdollisimman vähän. Rekrytoin haastateltavat erillisellä haastattelukutsulla, jota myös ammattilaiset välittivät

ryhmätoiminnan lopettaneille äideille. Kutsu sisälsi tiedot haastattelun kulusta ja sen vapaaehtoisuuteen perustuvasta luonteesta. Haastateltavat antoivat suostumuksen, jossa he ilmaisivat hyväksyvänsä aineiston käsittelyn periaatteet. Pidin sensitiivisyyttä korostuneen tärkeänä toimintaperiaatteena erityisesti tilanteissa, joissa äidit toivat esiin havoittavia elämäkokemuksia.

Eettinen huolellisuus oli välttämätöntä myös analysoidessani aineistoa ja raportoidessani tutkimuksen tuloksia. Keskeistä oli tehdä ratkaisuja, jotka tekevät oikeutta tutkimukseen osallistuneille äideille ja heidän elämälleen todellisuudelle. Tämä tarkoitti ennen kaikkea pyrkimystä tavoittaa ja säilyttää mahdollisimman tiivis yhteys äitien kokemuksiin. Riittävä etäännyminen aineistosta oli välttämätöntä, mutta niin oli myös sen ominaislaadun ja moniäänisyyden välittäminen. (Granfelt 2007, 29–32.) Siksi useat analyysi- ja kirjoituskierrokset olivat säännöllisen alkuperäisaineistoon palaamisen lisäksi tarpeen. Äitien anonymiteettiä suojatakseni poistin tässä artikkelissa esitettävistä haastattelusitaateista tunnistetiedot, kuten henkilöiden nimet. Haastateltavat esiintyvät sitaattien yhteydessä peitenimillä.

IRTAANTUMINEN HOIVASTA, IRTAANTUMINEN ARJESTA

Seuraavassa tulkiten muodostamieni merkityskokonaisuuksien pohjalta äitien kokemuksia vertaisryhmän tarjoamasta omasta ajasta. Ensimmäiseksi kuvaan oman ajan merkitystä hengähdystaukona lapsen hoivasta. Seuraavaksi kerron, kuinka oma aika saa merkityksensä myös irtiottona arjesta. Lopuksi

esitän, että vaikeissa elämäntilanteissa irtiotto saa merkityksensä henkireikänä.

Hengähdystauko

Oma aika saa merkityksensä ensinnäkin hengähdystaukona lapsen hoivasta. Kun äidit puhuvat hengähdystauosta, he kuvaavat kokonaisvaltaista hoivatyöstä irrottautumista. Sen merkitys palautuu ”hapen vetämiseen” (Sanni) irtaantumalla sekä ruumiillisesti että mentaalisesti hoivan vaateista. Lapset ovat vapaaehtoistyöntekijöiden vastuulla, joten äitien ei tarvitse keskittyä hoivatyöhön. Hengähdystauko merkitsee aikaa, jolloin voi olla konkreettisesti hoivaamatta ja suuntautumatta mielen sisäisesti hoivaamaan. Se vastaa irtaantumisen tarpeeseen, jonka hoivatyön tekeminen on tuottanut.

Hengähdystauon ruumiillinen ulottuvuus vaatii hoivavastuun jakamista, jonka toteuttaminen voi olla haastavaa ja työskentelyä vaativaa. Osa äideistä kertoo, että lapsen antaminen vapaaehtoistyöntekijöiden hoitoon on ollut heille syvästi ristiriitainen kokemus. Ristiriidat palautuvat äidin ja lapsen yhdessäoloon, joka välittyy sekä purkamista että ylläpitämistä vaativana. Lapsen antaminen hoitoon on tuntunut tarpeelliselta, mutta niin on myös tämän hoivaaminen tarjolla olevasta avusta huolimatta. Kuten Soili seuraavassa kuvaa, hoivavastuun jakaminen on vaatinut ristiriitaisten tunteiden sietämistä.

Soili: Mulle se on aina ollu vähän silleen niinku hankalaa, että must on tuntunu, että se on niinku ehkä sillee kurjaaki välillä jättää sitä, tai on ollu niinku itelle vaikee jättää sitä lasta. Totta kai se ehkä sillain

on, että se on ollut se, mitä mä oon ehkä tarvinnut, se koulutus, et sen lapsen voi jättääkki myös vähän sinne hoitajille. Jos mä oon vaan niissä nii silleen kiinni.

Vaikeutta voi lisätä entisestään se, että hengähdystauon toteutuminen vaatii myös mentaalista irrottautumista hoivatyöstä. Äidin on oltava huolehtimatta lapsen tarpeisiin vastaamisesta silloin, kun tämä on vapaaehtoisten hoidossa. Siitä huolimatta hoivavastuun jakamiseen liittyvät ristiriidat saattavat jatkua myös sen jälkeen, kun äiti on antanut lapsensa vapaaehtoistyöntekijöiden hoitoon. Mahdollisuus keskittyä muuhun kuin hoivaan on voinut tuntua toivotulta ja kaivatulta. Samaan aikaan on kuitenkin ollut vaikeaa luottaa kokonaisvaltaisesti siihen, että ulkopuolinen hoivaaja pystyy vastaamaan lapsen tarpeisiin.

Iina: Ja ehkä just se, että ku ei oo niinku tottunu luottaa muihi ihmisi siinä, niinku sen lapsen hoidossa. Ku on sitä tehny, me [äiti ja lapsi]³ kimpassa aina. Et ei oo niinku tottunu siihen, et se onki jonkun muun kanssa. Ja luottaa siihe, et kaikki menee hyvin.

Vaikka osa äideistä luonnehtii hengähdystauon vastaanottamista vaikeaksi, kaikki heistä eivät kuvaa vastaavanlaista vaikeutta. Sitä vastoin monia äitejä yhdistää se, että he tulkitsevat kokemaansa hengähdystaukoa myös lastensa näkökulmasta. He kertovat, että vapaaehtoisten ohjaama toiminta on lapsille sekä mieluisaa että hyödyllistä. Siksi hengähdystauon vastaanottaminen voi onnistua myös silloin, kun se tuntuu lähtökohtaisesti vaikealta. Samasta syystä se voi näyttäytyä myös vaikeuksista vapaina. Vapaaehtoisten tekemän hoivatyön

tulkitseminen lapsen edun mukaiseksi antaa hengähdystauolle oikeutuksen ja on siksi keskeinen osa sen toteutumista.

Hengähdystauon toteutuminen saa erityisen merkityksen silloin, kun muita taukoja ei ole. Osa äideistä kertoo olleensa vailla hoivavastuun jakamisen mahdollisuuksia ja siksi ”niin kakskytneljä seittemän sen lapsen kans kiinni” (Aino). Heille hengähdystauko on merkinnyt syvästi kaivattua irrottautumista hoivaamisesta, joka on usein ollut uupumuksen sävyttämää. Tauko on tehnyt katkoksen hoivatyöhön, joka on näytätynyt pakottavana ja muut elämän osa-alueet tukahduttavana toimintana. Se on auttanut jaksamaan seuraavaan taukoon asti. Seuraavassa Linda kertoo ryhmän kesäleiristä aikana, jolloin hän ei ole voinut jakaa hoivavastuuta kenenkään kanssa. Saunominen ilman lapsia voi olla syvän kiitollisuuden ja liikituksen aihe, mikäli se on pitkän aikaa ollut mahdotonta.

E.E: Mitä sä muistat niistä ihan ensimmäisistä ajoista [ryhmässä] ?

Linda: Siis mähän en muista yhtään mitään. Mä oon ollu niin väsyny, että mulla ei oo mitään muistikuvaa oikei mistää. En mä oikeastaa muista, paitsi sen ensimmäisen leirin jotenkin, kun mää pääsin ekaa kertaa sinne saunaan yksin.

E.E: Aivan.

Linda: Niinku ilman lapsia, et mä meinaisin purskahtaa poruun siitä kiitollisuudesta niinku, että mä oon täällä yksin, ja joku hoitaa mun lapsiani.

Hengähdystauon merkitys ei kuitenkaan aina ole yhtä kriittinen. Osa äideistä kertoo, että he ovat voineet jakaa hoivavastuuta esimerkiksi lapsen isän kanssa. Samoin kuin yksin lapsestaan

huolehtineet äidit, myös he kuvaavat hengähdystaukoa hoivatyöstä irrottautumiseksi. Hoiva, jonka hengähdystauko on katkaissut, on kuitenkin ollut toisenlaista. Se ei ole ollut korostuneen kahlitsevaa vaan ajoittain myös hoivatyöstä riippumattomat toiminnot sallivaa. Siksi hengähdystauko on merkinnyt ennemminkin vahvistusta kuin edellytystä seuraavaan taukoon asti jakamiselle. Seuraavassa Tiia, jolla on ollut lapsen hoivaan osallistuva puoliso, kuvailee ryhmän kesäleiriä. Saunominen ilman lapsia on nautinnollista, mutta mahdollista muuallakin.

Tiia: Ja ne oli ihania, että pääsi oikeesti, itte siis niin kun, illalla pääsit pesulle. No, pääseehän sitä kotonakin siis itteeseen pesulle, ettei tarvi aina olla niinku likka [lapsi] siinä kyljessä, mut että se, että pääsi niinku muiden aikuisten kanssa saunaan ja jutteleen.

Tiian kuvaus aikuisseurassa saunomisesta ja keskustelemisesta havainnollistaa myös sitä, kuinka hengähdystauko antaa äitien tarpeiden mukaiselle toiminnalle tilaa. Äidin tukiverkostoista riippumatta hengähdystauon merkitys on myös siinä, että sen ansiosta oma aika voi saada laaja-alaisempia merkityksiä. Se rakentaa edellytyksiä irtiotolle, jota käsittelem seuraavassa.

Irtiotto

Oma aika merkitsee myös irtiottoa arjesta. Se toteutuu puitteissa, joissa vapaaehtoistyöntekijät hoitavat lapsia ja äidit osallistuvat toimintoihin, joita he ovat omien tarpeidensa perusteella suunnitelleet. Koska äidit voivat keskittyä niihin kokonaisvaltaisesti, toimintoihin osallistuminen saa aikaan kokemuksia siitä, että ”pääsee jo ihan

irti arjesta” (Aino). Kun äidit puhuvat irtiotosta, he kuvaavat ruumiillista ja mentaalista irtaantumista arjesta. Se pitää sisällään ensinnäkin konkreettisen arkitoimista irrottautumisen. Toisekseen siihen kuuluu kokemus mielen sisäisestä irtaantumisesta: arki ”häipy, tiäkkö, päästä pois” (Tiia). Se vastaa irrottautumisen tarpeeseen, jonka paitsi hoivatyön myös muiden arkisten toimien tekeminen on synnyttänyt.

Monet äidit kertovat kaivanneensa vaihtelua lapsen kanssa elettyyn arkeen. Ryhmän kokoontumiset ovat antaneet heille mahdollisuuden toimintaan, joka erottautuu totunnaisista arkitoimista. He kertovat erilaisista aktiviteeteista, kuten kauneudenhoidosta tai liikuntalajeista, jotka edustavat usein arjelle vierasta toimintaa. Toisaalta he ovat saaneet vaihtelua myös asioista, jotka voivat paradoksaalisesti vaikuttaa tavanomaisilta arkirutiineilta. Kahvin juominen saa aivan erilaisen merkityksen ryhmässä kuin kotona, sillä siihen käytettävä aika on omistettu äidille itselleen. Toisin kuin kotona, ryhmässä se mahdollistaa kokonaisvaltaisen rauhoittumisen ja aikuisseurassa keskustelemisen.

Saana: Nii, ni vaikka totta kai kaverit kävi kylässä ja oltii tiiviisti yhteydessä muutenki, ja pihalla lasten kans ja tollain, niin siinä [ryhmässä] sai kunnolla sit rupatella, kun eihän se oo sama asia, ko lapset pyöri siinä jaloissa koko aika. Aina ne nyt totta kai keskeyttää, ja aina tulee jotai. Sai rauhassa jutella, jutella ja istua vaa. Rauhottua ja juoda kahvia siinä.

Kuten Saanan kertomasta käy ilmi, irtiotto pitää sisällään lepoa ja rentoutumista. Ne korostuvat entisestään ryhmän kesäleirillä, joka kestää useamman

päivän. Se merkitsee pidempikestoista irrottautumista, jonka aikana etäännyttään kokonaisvaltaisesti omasta arjesta. Kuten eräs ryhmän toimintaan osallistunut äiti toteaa, ”en mä miettiny [leiri] viikon aikana laskuja tai mitään muita niinku ikäviä asioita. Siä kaikki jäi pois.” (Petra.) Arjessa elämisen sijaan kyse on levosta ja rentoutumisesta, joiden toteutumiseksi olennaisia ovat leirielämään kuuluvat aktiviteetit.

Tiia: Mut että on se semmosta, sekin omanlaistaan rentoutusta, kun sä kyykit siellä miettässä. Sun ei tarvi oikeesti miettää mitään muuta kun sitä, että joo, missä niitä mustikoita on, et montako mun, saanks mä tän rasian täyteen vaiko enkö. Ja niinku just sillain, ei, ei millään ressilä kerätä niitä kauheella vauhdilla, vaan niinku sillain rennosti vaan, ja höpöttää siinä niitä näitä.

Irtiotto ei kuitenkaan merkitse yksinomaan lepoa ja rentoutumista. Se antaa myös tilaisuuden pohtia asioita, joiden käsittelylle arkirutiinit eivät jätä tilaa. Kun arkeen on saanut riittävästi etäisyyttä, itsen ja oman elämän refleksiivinen tarkastelu muuttuu mahdolliseksi. Leiri saakin toisinaan merkityksen paikkana, joka antaa kaivatun mahdollisuuden eletyn elämän käsittelyyn. Reflektio voi olla jopa rituaali, joka liittyy kiinteästi leiritöimintaan osallistumiseen. Kuten Karita seuraavassa kertoo, sitä saatetaan toteuttaa vuosi toisensa jälkeen.

Karita: – – Mutta tää on jännä kanssa tää [leiri]paikka, että kun tää on aina se sama. Niin kun mä tossa nuotiolla sanoin, että tää on jotenkin aina omassa elämässä ollu, että on ollu nii monia vuosia, että sä istut tolla samalla nuotiolla. Ja aina se, niinku tänä

vuonna mietin, et mitä ajatuksia oli viime vuonna.

E.E: Aivan.

Karita: Semmonen edellisen vuoden kertaus omassa mielessä, mitä toiveita on ollu, onko ne toteutunu, onko tehny niitten eteen mitään. Se on iso juttu.

Leirillä tapahtuva reflektointi voi olla kaivattu ja myös miellyttävä tilaisuus keskittyä omaan itseen. Vaikka itsereflektio vaatii mielen sisäistä työskentelyä, se ei välttämättä ole kokemuksellisesti ahdistavaa. Kuten yksi ryhmän toimintaan osallistunut äiti toteaa, ”ei niinku sillä tavalla, että mul ois jääny mitenkään sellasta ahdistavaa fiilistä, et ihan hyvällä, hyvällä mielellä” (Riina). Lisäksi itsereflektio voi olla mielekäs tapa avata uusia näköaloja omaan elämään. Sen välityksellä voi nähdä asiat, jotka ovat jääneet arjessa näkymättömiin. Tiina kertookin pohtineensa, onko hän muuta kuin ”äiti, vaimo, ruuanlaittaja ja pyykkääjä”.

Tiina: Ei, ei ollenkaan tajunnu, mutta siten niinku tajus, että joo, ku että, missä se Tiina on. Missä se Tiina on, nii, että missä sun eläms on. Sä olet kaikkia näitä, mutta mitä sää haluaisit. Mi-, missä sinä olet.

Tiinan kokemus viestittää, että irtiotto voi antaa oivalluksille tilaa. Se tarjoaa mahdollisuuden irtaantua arjesta ja palata siihen uudenslaisia ajatuksia rikkaampana. Lähteminen on ollut tärkeää, mutta niin on palaaminenkin. Arki on herättänyt tarpeen vaihteluun, muttei välttämättä perustavanlaatuisten muutosten tekemiseen. Rutiinien pariin palaaminen voi tuntua myös hyvältä sen jälkeen, kun on saanut välineitä niiden uudistamiseen. Useimmiten ”kotiin on mukava tulla takaisin” (Tiia).

Henkireikä

Oma aika saa merkityksensä myös henkireikäänä. Kuten irtiotto, myös henkireikä merkitsee ruumiillista ja mentaalista arjesta irtaantumista. Siitä kuitenkin kertovat vain äidit, jotka kuvaavat elämäntilannettaan vaikeaksi. He puhuvat useimmiten vaikeuksista, jotka palautuvat kumppanin päihteiden käytön tai väkivaltaisen käytöksen vuoksi tuhoavaksi muuttuneeseen parisuhteeseen. He eivät edusta kaikkia tutkimukseen osallistuneita äitejä, joten heidän kokemuksensa välittävät selkeän viestin raskaasta arkielämästä irtaantumisen erityisyydestä. He kuvaavat sitä henkireikäksi, joka pitää sisällään mahdollisuuden olla ”hetkellisesti vapaa” (Aamu) arjen kuormasta. Se vastaa irtaantumisen tarpeeseen, joka palautuu paitsi hoivatyön tekemiseen myös arkea kuormittaviin ongelmiin.

Osa äideistä kertoo, että heillä on ollut suuri tarve päästä irti arjesta, jota he joutuvat elämään. Kyse on vaihtelun halun sijaan ollut jopa pakottavasta pois pääsemisen tarpeesta. Sille ei kuitenkaan ole ollut tilaa edes heidän omassa kodissaan. Ennemmin koti on voinut olla paikka, jonne rikko-naiseksi muuttunut arki pienen lapsen kanssa voittopuolisesti sijoittuu. Joillekin äideille se on myös ollut paikka, jonka väkivalta tai päihteet ovat tehneet turvattomaksi. Toisin kuin kotona, ryhmän kokoontumisissa painavasta arjesta on ollut mahdollista irtaantua. Toimintoihin osallistuminen on saattanut olla ainoa mahdollisuus suunnata huomio hetkeksi pois päin siitä.

Inka: *Mä muistan joskus silloin, ku oli sit. Totta kai sitä alko odottaa sitä, et tulispa*

tiistai. Ni mä muistan, kun kello tuli seitsemän, nii mun tuli aina sellanen, et se kaks tuntia oli semmonen, et mä saan olla ihan oma itteni, ja mä sain vähän hengähtää niinku siitä paskasta parisuhteesta ja siitä, että oikeesti alko jo pelkään kotona.

E.E: *Niimpä.*

Inka: *Nii, nii, tota. Mä muistan, kun mä toivoin, et voi vitsi, kun ois niinku. Se oli todella ahdistavaa aina sit kävellä niinku sieltä ryhmästä kotiin, ku tiesi, et siellä kotona on se sama, sama paska todellisuus. Niinku mä toivoin, että olispa ryhmä joka iltapäivä.*

Kuten Inkan kokemuksesta käy ilmi, henkireikä pitää sisällään mahdollisuuden paeta. Siksi kyseessä on tilaisuus levätä ja rentoutua myös silloin, kun arki tuntuu sietämättömältä. Ryhmän kokoontumiset eivät kuitenkaan riitä, mikäli arjen kuorma tuntuu kohtuuttomalta ja irti pääsemisen tarve pakotavalta. Kun tarve päästä pois on vastaansanomaton, sitä voi kuvata myös näin: ”se ajatus siitä, et mä pääsen pois tästä kaikesta. Et mä oon niin väsynyt, et sit kun mä pääsen. Sit kun mä oon kuollu, ni mä saan levätä.” (Elina.) Ei lienekään yllättävää, että suhteettoman raskaassa elämäntilanteessa ryhmän kesäleiri tuntuu välttämättömältä.

Linda: *Nää on ollu, mä on ollu ihan. Mä sain jossain vaiheessa niin kun sitten semmotteen, sen syvän masennuksen ihan. Mä olin niin väsynyt sit siihen, mä olin burnoutin partaalla. Nii, nii kyllä tää oli vaan niinku semmonen tää leiri, että kun mä vaan jaksan sinne leiriin asti, nii mä pysyn hengissä.*

Leirin tarjoamalla levolla on kuitenkin rajansa. Irtioton tavoin myöskään henkireikä ei merkitse vain lepoa ja ren-

toutumista. Kun raskaaksi muuttunut arki jää riittävän kauas, sen taustatekijät tulevat näkyviksi. Osa äideistä kertoo, kuinka kipeät kokemukset ovat tunkeutuneet mieleen ja tehneet samalla tyhjiksi toiveet pidemmästä levosta. Siinä ei ole ollut kyse kaivatusta itsereflektiosta vaan ennemminkin pakosta ottaa vastaan henkistä kipua. Lisäksi kivuliaiden kokemusten käsittely on vaatinut hyväksymään mielen sisäisen työskentelyn välttämättömyyden. Kuten Karita seuraavassa luonnehtii, ongelmallinen parisuhde on tullut ensin näkyväksi ja sitten pohdinnan kohteeksi.

Karita: Kun puhuttiin siitä, et kun oot pois kotoo, ja siitä tutusta. Oon tehny ite, ite aikani just lasten isän kanssa niin, että se oli justinsa se leiri, nii siinä tavallaa, kun näki, nii sit ajattelin paljon sitä. Muistan, että oli aika ahdistava leiri. Kävin paljon sitä meidän suhdetta, ja kauan me oltiin yhdessä, ja valhetta valheen perään, ja mikään ei edisty, niin.

Kipeiden ja usein myös traumaattisten kokemusten prosessointi vaatii uskallusta, voimavaroja ja ahdistuksen sietämistä. Osa äideistä kuitenkin painottaa, että se on raskaan työn arvoista. Joillekin heistä juuri ryhmässä toteutunut kokemusten käsittely on ollut tekijä, joka on auttanut heitä irtaantumaan tuhoavasta parisuhteesta. Eropäätöksen tekeminen ja sen toteuttaminen on ollut vaiheittainen prosessi, jota reflektio on vienyt eteenpäin. Emilia kertookin, miten leirillä toteutunut kokemusten käsittely on saanut hänet irtaantumaan väkivaltaisesta suhteesta.

Emilia: Ainakin mä sain ittelleni pontta siitä sillon, et mitä mä siltä omalta elämältä haluan. Kun oli sitä kummiskin vuoden

verran pohtinu, ja se oli niinku se viimeinen niitti, et hei, et nyt niin kun. Et mä olin tehny tavallaan sen päätöksen sen leirin aikana, et nyt mä en enää kattele semmost elämää. Että, et tota, nyt kun mä meen kotio, jos tilanne ei niinku muutu, nii sit mä lähden.

Kuten Emilian kertomasta käy ilmi, henkireikä voi avata väyliä paremmalta tuntuvaan elämään. Se on ikään kuin tunneli, jonka toinen pää on aluksi muurautunut umpeen. Sellaisenakin se tarjoaa irtaantumisen mahdollisuuksia, mutta ei muutosta vallitsevaan elämäntilanteeseen. Siksi sieltä takaisin tuleminen on palaamista arkeen, joka on yksinkertaisesti ”helvettä” (Aamu). Kivuliaiden kokemusten käsittelemisen ja elämänmuutosten valmistelemisen vaatii aikaa sekä lepäämiseen että sisäisen maailman tarkasteluun. Lopulta muuri voi murtua ja antaa tilaa valolle, joka paistaa tunnelin päästä.

ÄITIEN KOKEMUKSET JA VERTAISRYHMÄTOIMINNAN KÄYTÄNNÖT

Tässä artikkelissa olen tarkastellut vertaisryhmätoimintaan osallistuneiden äitien kokemuksia. Olen kysynyt, mitä vertaisryhmän tarjoama oma aika äideille merkitsee. Analysoituani ryhmätoimintaan osallistuneiden äitien haastatteluja ja osallistuvan havainnoinnin perusteella kirjattuja muistiinpanoja olen kuvannut oman ajan merkitystä hengähdystaukuna, irtiottona ja henkireikänenä. Hengähdystauko tarkoittaa irtaantumista lapsen hoivasta. Se antaa mahdollisuuden irtiottoon, joka merkitsee arjesta irtaantumista. Vaikeissa elämäntilanteissa irtiotto saa merkityksensä henkireikänenä. Kokonaisuutena

tulokset kuvaavat omaa aikaa irtaantumisenä niin hoivatyöstä kuin muustakin arkielämästä. Tämän irtaantumisen laaja-alaisen luonteen voi kiteyttää yhden tutkimukseen osallistuneen äidin tulkintaan siitä, kuinka ”kaikki jäi pois” – ainakin hetkeksi.

Hengähdystauko kuvaa kokonaisvaltaista hoivatyöstä irtaantumista. Se toteutuu silloin, kun äitien sijaan vapaaehtoistyöntekijät huolehtivat lapsista. Olennaista on, että hengähdystauko pitää sisällään sekä ruumiillisen että mentaalisen irrottautumisen hoivan vaateista. Juuri siksi sen toteutuminen saattaa kuitenkin olla myös vaikeaa. Kuten aiemmassa tutkimuksessa on laajalti tuotu esiin, hetkittäinenkin poissaolo lapsen luota voi vaatia äidiltä mielen sisäistä kamppailua. Se, miten intensiivistä läsnäoloa äidiltä odotetaan, heijastuu poissa olemisen vaikeutena. (Choi ym. 2005; Almond 2010; MacDonald 2010; Wall 2010.) Kuitenkin vain kokonaisvaltainen hoivatyöstä irrottautuminen avaa tilaa hetkille, jotka voivat olla äidin hyvinvoinnin näkökulmasta jopa kriittisiä. Samalla se luo mahdollisuuksia toimintaan, jonka äidit ovat henkilökohtaisten tarpeidensa perusteella suunnitelleet.

Irtiotto tarkoittaa kokonaisvaltaista irtaantumista arjesta. Se toteutuu silloin, kun vapaaehtoistyöntekijät huolehtivat lapsista ja äidit keskittyvät itse suunnittelemiinsa toimintoihin. Kyse on ruumiillisesta ja mentaalista irrottautumisesta, joka pitää sisällään toivottua vaihtelua arjen rutiineihin. Se koostuu hetkistä, jotka erottuvat vahvasti lapsiperheen arjesta (Terävä & Böök 2018, 101–102). Ne mahdollistavat äitien toiveiden mukaisesti levon ja rentoutumi-

sen. Toisaalta ne antavat tilaa myös itseä ja omaa elämää koskevalle pohdinnalle. Kuten tässä tutkimuksessa on tullut esiin, pohdinta voi olla kaivattu tilaisuus keskittyä omaan itseen ja avata uudenlaisia näkökulmia elettyyn elämään. Silloin äidillä on tilaa kysyä, millainen hän on totunnaisen roolinsa ulkopuolella. Kokemuksellisesti kyse voi olla sen identiteetin etsimisestä, jolle äitinä toimiminen ei jätä tilaa (vrt. Wall 2010, 261).

Henkireikä merkitsee kokonaisvaltaista irtaantumista arjesta, joka on muuttunut raskaaksi vaikean elämäntilanteen vuoksi. Se merkitsee ruumiillista ja mentaalista irrottautumista, joka tyydyttää vaihtelun halun sijaan pois pääsemisen tarvetta. Kyse on mahdollisuudesta levätä ja rentoutua silloin, kun arki on kokemuksellisesti sietämätöntä. Toisaalta lepäämisen mahdollisuus ei välttämättä ole saatavilla niin kauaa kuin äidit olisivat toivoneet. Etäisyys raskaaksi muuttuneeseen arkeen johtaa myös siihen, että sen taustatekijät tulevat näkyviksi. Niihin liittyvien kokemusten käsittely voi tuntua paitsi uuvuttavalta myös pakottavalta, sillä mahdollisuudet keskittyä muihin asioihin ovat vähäiset. Parhaimmillaan reflektioon ryhtyminen on kuitenkin käynnistänyt vaikean ja raskaan prosessin, jota väkivaltaisesta parisuhteesta irtaantumisen tiedetään edellyttävän (mm. Husso 2003; Ojuri 2004).

Tarkastelemalla äitien kokemuksia tämä tutkimus on tuottanut tietoa, joka on lähellä heidän elämänsä todellisuutta. Ilman tällaista tietoa ei voida sanoa paljoakaan siitä, millaista tukea äidit toivovat vertaisryhmätoiminnasta saavansa. Äidit ovat viestittäneet, että saa-

dakseen kaipaamaansa omaa aikaa he tarvitsevat luotettavaa lastenhoitoapua. Hoivavastuun jakamisessa on kuormittavia piirteitä, joita laadukkaan avun puuttuminen korostaisi entisestään. Toiseksi se mitä luultavimmin estäisi ryhmätoimintoihin keskittymisen, jota kokemus arjesta irtaantumisesta vaatii toteutuakseen. Oman ajan sijaan ryhmä tarjoaisi tavalla tai toisella lapsikeskeistä toimintaa (vrt. Ellis-Sloan 2015, 545). Tarkastellun ryhmän osalta onkin syytä kiinnittää huomiota vapaaehtoisten lastenhoitajien tekemän työn merkitykseen. Ilman hoitajien sitoutunutta työskentelyä ei olisi myöskään toimintaa, joka on luonut edellytyksiä äitien jaksamiselle.

Lisäksi äitien kokemukset pitävät sisällään viestin siitä, että oma aika ei toteudu ilman aitoa mahdollisuutta henkilökohtaisten tarpeiden mukaiseen toimintaan. Olennaista on, että äidit määrittävät ryhmän aktiviteettien sisällön. Sisältö itsessään ei ole lainkaan niin keskeinen seikka kuin se, keiden tarpeiden mukaan se määritetään. Paradoksaalisesti juuri määrittelyvalta näyttää antavan äideille valmiuden käsitellä myös asioita, joita he ovat halunneet paeta. Rakentamalla ympäristöä, jossa naisten on mahdollista toteuttaa itseään myös äitiroolin ulkopuolella, voidaan luoda tilaa kipeiden ja traumaattisten kokemusten käsittelyyn (ks. myös Featherstone 2004, 163–164). On mahdollista, että nimenomaan ryhmän toiminnan kontrollointi saa äidit sitoutumaan siihen myös silloin, kun heidän elämäntilanteensa on kuormittava ja osallistumiseen liittyy henkisesti raskasta työskentelyä. Juuri pitkäjänteinen osal-

listuminen on olennaista silloin, kun se palkitsee vasta pidemmän ajan kuluttua.

Tuloksia tulkittaessa on kuitenkin huomioitava rajoitteet, joita tutkimukseen liittyy. Tutkimuksen tarkoitus on ollut subjektiivisten kokemusten kuvaaminen ja ymmärtäminen, ei yleistysten tuottaminen. Sen vuoksi tutkimuksen tuloksia ei voi ulottaa haastatellun äitijoukon ulkopuolelle. On myös syytä muistaa, että äitien tulkitsemat kokemukset kohdistuvat tiettyyn ryhmään. Toisenlaisessa kontekstissa kokemukset omasta ajasta olisivat luultavasti saaneet erilaisia sävyjä. Äitien tulkitsemista kokemuksista heijastuu myös se, että lähes kaikki heistä ovat osallistuneet tarkastellun vertaisryhmän toimintaan usean vuoden ajan. Kokemuksistaan ovat todennäköisesti kertoneet ne äidit, joiden tarpeisiin ryhmän tarjoama oma aika on vastannut.

Rajoitteistaan huolimatta tutkimus on avannut näkökulmia vähän tutkittuun aiheeseen. Tulokset ovat tuoneet esiin, miten moniulotteisesta ja myös ristiriitaisesta kokemuksesta omassa ajassa on kyse. Se ei toteudu irrallaan vallitsevista kulttuurisista odotuksista eikä henkilökohtaisista elämäkokemuksista ja voi siksi edellyttää kamppailuja, jotka kuitenkin ovat hyvinvoinnin näkökulmasta välttämättömiä. Tulosten perusteella voidaan myös korostaa sitä, että edellytykset oman ajan järjestämiseen ovat ennen kaikkea äideillä itsellään. Sen toteutumiseen on tärkeää saada konkreettista tukea eli lastenhoitoa ja apua toiminnan organisoimiseen. Olennaista on ennen kaikkea mahdollisuuksien tarjoaminen, ei toiminnan suunnittelu- tai toteuttaminen äitien puolesta.

VIITTEET

1 Artikkelin perustana oleva tutkimus on osa väitöskirjaa, jota ovat rahoittaneet Tampereen yliopisto ja Ragnar Ekbergin Säätiö.

2 Äitiyttä tukemassa (2015–2016).

3 Sitaateissa esittämäni huomioid on merkitty hakasulkeiden [] sisään. Joihinkin sitaatteihin lisätyt kaksi ajatusviivaa – – puolestaan merkitsevät sitä, että esitettävästä virkkeestä on poistettu sisältöä, joka ei ole analyysin kannalta olennaista. Sitaateista on myös poistettu joitakin puhekieliä täytesanoja.

KIRJALLISUUS

- Almond, Barbara (2010) *The monster within: the hidden side of motherhood*. Berkeley: University of California Press. <https://doi.org/10.1525/9780520947207>
- Berg, Kristiina (2008) Äitiys kulttuurisina odotuksina. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D 48/ 2008. Helsinki: Väestöliitto.
- Borkman, Thomasina Jo (1999) *Understanding self-help / mutual aid. Experiential learning in the commons*. New Brunswick: Rutgers University Press.
- Choi, Precilla & Henshaw, Carol & Baker, Sarah & Tree, Jirada (2005) Supermum, superwife, supereverything: performing femininity in the transition to motherhood. *Journal of Reproductive and Infant Psychology* 23 (2), 167–180. <https://doi.org/10.1080/02646830500129487>
- Ellis-Sloan, Kyla (2015) Practicing care in teenage mother support groups. *Critical Social Policy* 35 (4), 535–555. <https://doi.org/10.1177/0261018315599457>
- Featherstone, Brid (1999) Taking mothering seriously: the implications for child protection. *Child and Family Social Work* 4 (1), 43–55. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2206.1999.00099.x>
- Featherstone, Brid (2004) *Family Life and Family Support: A Feminist Analysis*. Basingstoke: Palgrave MacMillan.
- Gadamer, Hans-Georg (2013) *Truth and Method*. Kääntäneet Joel Weinsheimer & Donald G. Marshall. London: Bloomsbury Academic. Saksankielinen alkuperäisteos *Wahrheit und Methode* 1960.
- Granfelt, Riitta (2007) ”Oppisin elämään riippuvuuteni kanssa”. Tutkimus naisvankien päihdekuntoutuksesta Vanajan vankilassa. Rikosseuraamusviraston julkaisu 2/2007. Helsinki: Rikosseuraamusvirasto.
- Hays, Sharon (1996) *The cultural contradictions of motherhood*. New Haven: Yale University Press.
- Heidegger, Martin (2000) *Oleminen ja aika*. Kääntänyt Reijo Kupiainen. Tampere: Vastapaino. Saksankielinen alkuperäisteos *Sein und Zeit* 1927.
- Hokkanen, Liisa (2011) *Vertaistuki ja vammaispalvelut*. Teoksessa Aila Järviskoski, Jari Lindh & Asko Suikkanen (toim.) *Kuntoutus muutoksessa*. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 284–298.
- Husso, Marita (2003) *Parisuhdeväkivalta. Lyötyjen aika ja tila*. Tampere: Vastapaino.
- Hyväri, Susanna (2005) *Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet*. Teoksessa Marianne Nylund & Anne Birgitta Yeung (toim.) *Vapaehtoistoiminta. Arvot, anti ja osallisuus*. Tampere: Vastapaino, 214–235.
- Jokinen, Eeva (1996) *Väsynyt äiti. Äitiyden omaelämäkerrallisia esityksiä*. Helsinki: Gaudeamus.
- Jokinen, Eeva (2005) *Aikuisten arki*. Helsinki: Gaudeamus.
- Kela (2017) *Kelan lapsiperhe-etuustilasto 2017*. Sosiaaliturva 2018. Suomen virallinen tilasto. Helsinki: Kela.
- Laine, Timo (2015) *Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma*. Teoksessa Raine Valli & Juhani Aaltonen (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Jyväskylä: PS-Kustannus, 29–51.
- Lalayants, Marina & Baier, Meaghan & Benedict, Anne & Mera, Diana (2015) Peer support groups for child welfare-involved families. *Journal of Family Social Work*, 18 (5), 305–326. <https://doi.org/10.1080/10522158.2015.1026015>
- MacDonald, Cameron Lynne (2010) *Shadow mothers. Nannies, au pairs, and the micropolitics of mothering*. Berkeley: University of California Press. <https://doi.org/10.1525/9780520947818>
- Miettinen, Anneli & Rotkirch, Anna (2012) *Yhteistä aikaa etsimässä. Lapsiperheiden*

- ajankäyttö 2000-luvulla. Perhebarometri 2011. Väestötutkimuslaitos – Katsauksia E 42/2012. Helsinki: Väestöliitto.
- Miller, Tina (2005) Making sense of motherhood. A narrative approach. Cambridge: Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511489501>
- Miller, Tina (2011) Making sense of fatherhood. Gender, caring and work. Cambridge: Cambridge University Press.
- Munn-Giddings, Carol & McVicar, Andrew (2007) Self-help groups as mutual support: What do carers value? *Health and Social Care in the Community* 15 (1), 26–34.
- Nousiainen, Kirsi (2004) Lapsistaan erillään asuvat äidit. Äitiysidentiteetin rakentamisen tiloja. *SoPhi* 89. Jyväskylä: Minerva.
- Nylund, Marianne (2000) Varieties of mutual support and voluntary action. A study of Finnish self-help groups and volunteers. Helsinki: The Finnish Federation for Social Welfare and Health.
- Nylund, Marianne (2005) Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa Marianne Nylund & Anne Birgitta Yeung (toim.) *Vapaaehtoistoiminta. Arvot, anti ja osallisuus*. Tampere: Vastapaino, 195–213.
- Ojuri, Auli (2004) Väkivalta naisen elämän varjona. Tutkimus parisuhdeväkivaltaa kokeneiden naisten elämäkulusta ja selviytymisestä. *Acta Universitatis Lapponiensis* 77. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.
- Perttula, Juha (2008) Kokemus ja kokemuksen tutkimus: fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Teoksessa Juha Perttula & Timo Lomaa (toim.) *Kokemuksen tutkimus. Merkitys – tulkinna – ymmärtäminen*. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 115–162.
- Pietilä-Hella, Riitta (2010) Tunteenmista vertaistuttaviksi. Esikoisäitien ja -isien perhevalmennusprosessi Espoon uudentyöppöissä perhevalmennuskokeiluissa. *Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja A Tutkimuksia* 29. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Rich, Adrienne (1981) *Of woman born. Motherhood as experience and institution*. London: Virago.
- Rizzo, Kathryn M. & Schiffrin, Holly H. & Liss, Miriam (2013) Insight into the parenthood paradox: mental health outcomes of intensive mothering. *Journal of Child and Family Studies* 22 (5), 614–620.
- Sevón, Eija (2009) Maternal responsibility and changing relationality at the beginning of motherhood. *Jyväskylä studies in education, psychology and social research* 365. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Terävä, Johanna & Böök, Marja-Leena (2018) Tunteita ja tarinoita lapsiperheen arjesta. Teoksessa Petteri Eerola & Henna Pirskanen (toim.) *Perhe ja tunteet*. Helsinki: Gaudeamus, 89–107.
- Tökkäri, Virpi (2018) Fenomenologisen, hermeneuttisen-fenomenologisen ja narratiivisen kokemuksen tutkimuksen käytäntöjä. Teoksessa Jarkko Toikkanen & Ira A. Virtanen (toim.) *Kokemuksen tutkimus VI. Kokemuksen käsite ja käyttö*. Rovaniemi: Lapland University Press, 64–84.
- Utriainen, Terhi (1999) *Läsnä, riisuttu, puhdas*. Uskontoantropologinen tutkimus naisista kuolevan vierellä. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura.
- Vagle, Mark D. (2018) *Crafting phenomenological research*. New York: Routledge.
- van Manen, Max (1990) *Researching lived experience: human science for an action sensitive pedagogy*. New York: State University of New York Press.
- van Manen, Max (2015) *Writing in the dark*. Teoksessa Max van Manen (toim.) *Writing in the dark: phenomenological studies in interpretive inquiry*. California: Left Coast Press, 237–252. <https://doi.org/10.4324/9781315415574>
- Wall, Glenda (2010) Mothers' experiences with intensive parenting and brain development discourse. *Women's Studies International Forum* 33 (3), 253–263. <https://doi.org/10.1016/j.wsif.2010.02.019>