



**PERHEVALMENNUS OSANA VANHEMMUUDEN TUKEA  
KESKI-SUOMESSA KEHITTÄMISPÄIVÄ**

**Aika:** torstai 5.10. 2017 klo 12.30-16.00

**Paikka:** Vaajakosken terveysaseman neuvottelutila,  
2.krs., Os. Väkkärätie 1, Vaajakoski

**Läsnä:** Anne Malinen, Saarikka, Kaija Kotka, Saarikka, Hannele Virenius, Jyväskylä, Merja Siivanne, Seututk, Paula Käyhkö, Jyte, Mari Kolu, Seututk, Niina Romo, Jyte, Minna Junttila, Wiitaunioni/Pihtipudas, Pirkko Junikka, Wiitaunioni/Viitasaari, Sari Nurmivaara, Wiitaunioni/Pihtipudas, Lotta Katajapuu-Rutanen, Muurame, Tuula Tuominen, Äänekoski, Alina Peurasaari, Seututk, Heidi Laitinen, Seututk, Sari Paananen, Keski-Suomen LAPE ja Petri Oinonen Keski-Suomen LAPE

**Asialista:**

**1. Kokouksen avaus**

Keski-Suomen lasten ja perheiden parhaaksi –hanke toimi kehittämispäivän koollekutsujana. Hankkeen kehittämiskoordinaattori Sari Paananen toivotti kaikki tervetulleeksi kokoukseen.

**2. Työryhmän järjestäytyminen - puheenjohtajan ja sihteerin valinta**

Valittiin kokouksen puheenjohtajaksi Sari Paananen ja sihteeriksi Petri Oinonen.

**3. Läsnäolijoiden toteaminen**

Käytiin esittely- ja kuulumiskierros, jonka lisäksi kierrätettiin läsnäololista.

**4. Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma**

Petri Oinonen esitteli lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelmaa. Ohjelman yhtenä osana on perhekeskustoimintamalli, johon sisältyy vanhemmuuden tuki ja samalla myös perhevalmennus. (ks. [diat](#)).

**5. Perhevalmennuksen nykytila osana vanhemmuuden tukea Keski-Suomessa**

Käytiin läpi perhevalmennuksen nykytilanne ja tuen muodot.

### **Saarikka** (Kannonkoski, Karstula, Kivijärvi, Kyyjärvi ja Saarijärvi)

Kokeiluna menossa 3-4 valmennusta odottaville äideille ja perheille. Iltaisin, tietoisuina, useina pisteinä (viimeksi seitsemän pistettä), joissa on eri ammattilaisia. Lopuksi psykologi tekee yhteenvedon. Toiminta tapahtuu Saarijärven neuvolan tiloissa ja on tarkoitettu kaikille Saarikan kunnille. Ei ilmoittautumista. Suurin osa kävijöistä on Saarijärveläisiä. Viimeksi mukana oli yhteensä kahdeksan perhettä, joista kaksi oli maahanmuuttajaperhettä. Palautetta on tullut tietoisuudesta, joka on koettu hyvänä. Palaute pyritään keräämään kaikilta paperilla ja suullisesti. Perhevalmennuksen lisänä on perhekahvilat ym. muu toiminta. Kehittämisideana nousi, että voisiko olla jatko-osa vauvan syntymän jälkeen? Toisin Äänekoskelta tuli kommenttina, että heillä jatko-osa ei ollut saanut tuulta alleen.

### **Äänekoski**

Perhevalmennusta on 3-4 kertaa vuodessa ja se on suunnattu perheille, jolloin laskettuun aikaan on neljä kuukautta. Kolmen illan setti pitää sisällään seuraavat osiot:

1. suun- ja terveydenhuolto (fysioterapia samassa)
2. imetys - terveydenhoitaja, perheohjaaja ja vauvaperhe kertovat
3. lastenhoitotunti - lastenneuvola vetää, kerrotaan perhekeskustoiminnasta

Perhevalmennusryhmissä on keskimäärin 3-5 perhettä mukana. Fysioterapia ja vauvanhoito ovat tällä hetkellä kiinnostavimpia. Kiinnostusta on vauvan itkusta ja vaatetuksesta. Kasvotusten pyritään vastaamaan. Joskus on ollut myös perheneuvolan ja draamaryhmän valmennusta, mutta perheet eivät juuri osallistuneet. Vahvuutta vanhemmuuteen –malli on käytössä. Maahanmuuttajia ei ole juuri toiminnassa – osittain siksi, että ovat vielä aika nuoria. Palaute pyritään keräämään kirjallisesti ja se on koettu tarpeelliseksi. Viestintään on yritetty panostaa, mutta vetovoimaisuutta pitäisi saada lisää. Erityisenä haasteena on saada isät mukaan.

### **Seututerveyskeskus** (Joutsa, Keuruu, Konnevesi, Laukaa, Luhanka, Multia, Petäjävesi, Toivakka)

Perhevalmennusryhmiä on olemassa. Haasteena on kuntien erilaisuus. Rungot kuitenkin ovat olemassa.

#### Keuruu, Petäjävesi ja Multia:

Valmennuksia on neljä kertaa vuodessa ja ne tarjotaan Keuruulla. Jos on tarpeeksi osallistujia, niin sitten pidetään oma erikseen myös Petäjävedellä. Muuten Keuruulla. Minimi on kolme perhettä.

Neljä kertaa pitää sisällään seuraavat osiot:

1. Imetyskerta - imetystuki äiti yhdessä terveydenhoitajan kanssa
2. vanhemmuuden ja parisuhteen tuen kerta - perhekeskustyöntekijä tekee terveydenhoitajan kanssa keskustellen. Opinnäytetyön tuotokset ovat olleet käytössä, jonka lisäksi on testattu toiminnallisia kortteja.
3. lastenhoitokerta - perhetyö vetäjänä. Fysioterapia osio on ollut ennen. Nykyisin netissä oleva video, ei kasvotusten.
4. Ryhmän tarpeen mukaan järjestetään nel-

jäs kerta.

Suurin haaste on se, etteivät ne tule joiden pitäisi. Maahanmuuttajille on ollut henkilökohtaista tukea.

**Keski-Suomi**  
2020

Joutsa, Luhanka, Toivakka:

Valmennuksia on järjestetty tarpeiden mukaan. Suun- ja terveydenhuolto, sekä fysioterapia kerta on ollut yleensä. Jotain uutta olisi hyvä saada.

Laukaa:

Valmennusten sisältöjä on muokattu tarpeiden mukaan. Valmennuksia on kolme kertaa vuodessa - neljättä kertaa toivotaan - ja niihin kuuluu neljä neuvola-aluetta. Toteutus tapahtuu perättäisillä viikoilla, noin kaksi tuntia kerrallaan. Kerrat ovat tietoiskumaisia. Ryhmytys ja tutustuttaminen ovat tärkeitä. Sisältöinä ovat: parisuhde ja vanhemmuus, syntymisen jälkeinen herkkyys, masennus ja varhainen vuorovaikutus. Toisella kerralla on liikenneturva, synnytys ja kivun lievitys, sekä materiaalien jakoa. Kolmanteen kertaan on pyritty saamaan vauvaperhe mukaan, koska teemana on vauvanhoito ja imetys. Keskustelua ja esimerkkejä on paljon. Ryhmätehtäviä ja videoita esim. fysioterapiasta. - Kutsuttu on yleensä noin 15 paria, mutta ryhmissä on ollut keskimäärin noin 8 paria. Kutsumistapa ei välttämättä ole ollut hyvä (äitiysneuvolan terveydenhoitaja antanut lapun). Toteutus tapahtuu työparina. Vierailijoita ei juuri käy, mutta kokemusasiantuntijoita hyödynnetään tuomaan tietoa arjesta. Naistaloa on käytetty paljon, samoin jonkin verran muita digitaalisia tietolähteitä. Tiedon jakaminen on tärkeintä. Palautteena on tullut, että neuvot menevät käytäntöön.

#### **Muurame:**

Muuramen hyvinvointi liikelaitos on aloittanut vuoden 2017 alusta. Liikkeelle on lähdetty kyselyllä: mitä perhevalmennuksessa pitäisi olla? Vastauksia on tullut vähän. Valmennuksia ei ole rajattu ja niitä pyritään aktiivisesti markkinoimaan. Ennen vauvan syntymää on kolme tapaamista: Silmäpeliä ja suukkoja (vuorovaikutussuhteet uudessa elämäntilanteessa, perheohjaaja ja psykologi), Valvova vauva-väsynyt vanhempi (Mieliala-asiat, vauvan uni, BabyBlues-työntekijä) ja Imetyksen ihmeellinen maailma (Imetyksen Tuki ry). Nämä on tarkoitus toteuttaa kahdesti vuodessa. Osallistujia on 2-3 perhettä. Vauvan ollessa n. 1-4kk ikäinen, kokoonnutaan kaksi kertaa: Varmat kädet vauvan tukena (motorinen kehitys ja käsittely, fysioterapeutti) ja Virtaa ja verkostoja vauva-arkeen (neuvola ja kolmas sektori, mm. MLL ja srk). Näitä pyrimme järjestämään 4x /vuosi. Sähköpostilla pyydetään ilmoittautuminen, mutta voi tulla myös ilman. Muuramessa toimii seurakunnan vauvapiiri. Ryhmäneuvola voisi olla hyvä idea.

#### **Wiitaunioni (Kinnula, Pihtipudas, Viitasaari)**

Wiitaunionin alueella perhevalmennus on järjestetty vähän erityyppisesti.

Viitasaarella järjestetään perinteistä perhevalmennusta 4 ryhmää/ vuosi, joka ryhmällä neljä kokoontumista (1. synnytys, th pitää, 2. imetys , th pitää, 3. lastenhoito, th pitää, 4. vuorovaikutus ja parisuhde, psykologi). Päivät ovat kiinteitä ja ne ilmoitetaan neuvolakäynnillä vanhemmille. Näiden li-

**Keski-Suomi**  
2020



säksi odottavat perheet ohjataan yksilökäynnille fysioterapiaan, jos on tarvetta. Ryhmäneuvola on tämän lisäksi ja se toteutetaan gravidassa käynnin jälkeen, alkupuolella raskautta kuitenkin. Ryhmäneuvolassa perheet kiertävät seuraavien asiantuntijoiden luona: fysioterapeutti (liikuntapiirakan esittely), perhetyöntekijä (perheen tukiverkoston läpikäynti), suuhygienisti, psykologi (vuorovaikutusasiat) ja viimeisessä pisteessä on th ja päihdetyöntekijä (audit-testi ja keskustelu sen puitteissa). Pihtiputaalla perhevalmennusryhmät kootaan tarpeen mukaan, yleensä 2 ryhmää/vuosi. Sisällöt Pihtiputaan valmennuksessa ovat suurin piirtein samat kuin Viitasaarella. Ryhmäneuvolatoimintaa ei ole voitu Pihtiputaalla järjestää, kun synnyttäjiä on vuositasolla vähemmän ja lasketut ajat hajaantuvat niin, että vähän vaikea koota samassa vaiheessa olevia perheitä ryhmäneuvolaan. Palautetta on tullut, sekä hyvää että huonoa. Päihdetyöntekijän osuus napsahtaa vanhempiin.

#### Pihtipudas:

Ei ole kiinteitä ryhmiä, vaan kutsuja laitetaan tarpeen mukaan, 3-4 ryhmää vuodessa. Yhdessä on tehty sisällöt ja rungot. Vähemmän on nykyisin ensisynnyttäjiä. Ryhmäneuvola on kokeiltu, mutta se ei lähtenyt käyntiin. On pyritty järjestämään yksilöllisiä kertoja. Hammashuolto ja neuvola antavat aikoja, jonka lisäksi on pari kertaa synnytysvalmennusta. Imetysillassa on mukana äiti kokemusasiantuntijana. Lastenhoitotunnilla käy päihdetyöntekijä ja psykologilla on oma ryhmä. Synnytyksen jälkeisiä ryhmiä ei ole: ryhmiä yritetty käynnistää, mutta osallistujia ei juuri ole ollut.

#### Jyväskylän yhteistoiminta-alue - JYTE (Hankasalmi, Jyväskylä ja Uurainen)

Perhevalmennusta järjestetään iltaisin. Neljä kertaa pitää sisällään seuraavat osiot:

- 1) suunterveys ja liikenneturvallisuus (massatapahtumia, 40-50 ihmistä, 1krt/kk)
- 2) muuttuva elämäntilanne (neuvoloissa, isoissa noin joka toinen kuukausi, pienemmissä 3-4krt/vuodessa)
- 3) imetyskerta (massatapahtumia, 40-50 ihmistä, 1krt/kk)
- 4) elämää vauvaperheenä (neuvoloissa, isoissa noin joka toinen kuukausi, pienemmissä 3-4krt/vuodessa)

Yksin äitinä valmennusta on tarpeen mukaan. Kaikkinensa perhevalmennus tavoittaa yli tuhat ihmistä vuodessa. Ilmoittautuminen on Lyytin kautta. Miniminä valmennuksissa on 3-4 pariskuntaa. Palautteet kerätään sähköisesti ja niihin pyritään reagoimaan. Muuttuvaa elämäntilannetta on kehitetty eniten palautteiden pohjalta. Synnytyksestä ei ole erillistä valmennusta, vaan hyödynnetään sairaanhoitopiirin videoita. Toiveina on tullut, että synnytyksestä, samoin kuin vauvan hoitoon ja parisuhteeseen liittyen olisi valmennuksia. Ryhmämuotoinen toiminta ei sovellu kaikille, siksi rinnalle on esim. verkkovalmennusta. Imetyskerta on koettu parhaaksi, samoin liikenneturva hyvänä. Apuvälineitä, kuten nukkeja, toivotaan selkeyttämään valmennusta. Hyvää on seurakunnan mukana olo, samoin mahdollisuus hyödyntää kokemusasiantuntijuutta. Toiveena on raskausjooga ym. fysioterapia kuten rentoutus. Näissä hyvää on toiminnallisuus, sekä isien mahdollisuus osallistua.

## 6. Ryhmätyöt

- Mikä nykyisissä perhevalmennuksen muodoissa/tavoissa on hyvää ja säilytettävää?
- Mitä pitäisi muuttaa/lisätä/vähentää?
- Millainen perhevalmennusmalli Keski-Suomessa tulisi olla?

#### **Ryhmä 1 – Mikä nykyisessä on hyvää ja säilytettävää?**

- moniammatillisuus ja alueellisuuden huomioiminen, jolloin tulevaisuuden haasteisiin pystytään vastaamaan
- kasvatusten tapahtuvaa perhevalmennusta pitää olla, jota täydentävät sähköiset palvelut
- perhevalmennus on kaikkien saatavilla
- massatapahtumat ovat hyviä, jonka lisäksi on myös pienempiä ryhmiä
- nykyinen uusi imetykokonaisuus
- seurakunnan osio, jossa vauvaperhe on mukana
- yksilöllisyys huomioidaan
- vauvanhoito-osio on hyvä ja ehdottomasti säilytettävä
- valmennettavien tarpeita kuunnellaan
- ennakoilmoittautuminen sitouttaa
- osallistajat voivat etukäteen esittävät toiveita
- palautetta kerätään ja siihen pyritään reagoimaan

#### **Ryhmä 2 – Mitä pitäisi muuttaa/lisätä/vähentää?**

- vaihtoehtoisia valmennuksia pitäisi olla tarjolla, esim. suljettuja nettikeskusteluja, osallistavaa verkkovalmennusta
- synnytyksen jälkeiselle ajalle suunnatut, näitä ei ole ollut, paitsi seurakunnan ekavauva-ryhmät
- synnytyksen jälkeen fysioterapeutin pitämä kuntoutus / palautumiseen liittyvä ryhmä
- muuttuva elämäntilanne –kerta, psykologin ja perheohjaajan pitämänä
- sairaalaan tutustuminen pitäisi saada takaisin
- konkreettista vauvan hoidon näyttämistä
- valmennusmateriaaleja ja -tarvikkeita (vauvanuket, lantiot, imetykseen liittyvät materiaalit)

#### **Ryhmä 3 - Millainen perhevalmennusmalli Keski-Suomessa tulisi olla?**

- yhtenäinen malli, ainakin materiaalipankki, niin kaikki hyötyisivät
- sisältöjä tulisi tarkentaa, mitä minimissään?
- suunnitteluun asiakas mukaan, erityisesti heitä jotka eivät käytä perhevalmennusta
- pitäisi perustaa moniammatillinen työryhmä yhteisen mallin suunnitteluun, jossa olisivat ainakin: perheohjaaja, fysioterapia, seksuaalineuvonta, päihdehoitaja, depressiohoitaja tai psykologi
- tietoperustainen työskentelyä, esim. arjen hallintaan
- pitäisi pystyä vastaamaan tulevaisuuden haasteisiin
- sähköisten materiaalien kokoaminen ja valikoiminen sekä kääntäminen
- erityisryhmille keskitetyt perhevalmennukset

### **7. BabyTrail -digitaalisen oppimispelin ja peliä koskevan tutkimuksen esittely**

Anna Rönkä, Jyväskylän Yliopisto, Katja Raitio, Jyväskylän

ammattikorkeakoulu ja Susanna Sillanpää, Family Support House esittelivät oppimispelin.

**Keski-Suomi**  
2020

Lisätietoja:

<https://www.jyu.fi/edupsy/fi/laitokset/kas/babytrail>

<http://www.babytrail.fi/>

Yliopistolla on laaja uusin tutkimustieto perhevalmennuksesta. Tämä tieto on hyödynnettävissä Keski-Suomen perhevalmennusmallin rakentamisessa. Petri ja Sari miettivät yhdessä Annan kanssa tapoja tähän.

## 8. Muut mahdolliset asiat

Seuraava asia käytiin esityslistan kohdassa neljä.

Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelman aikana (2017-2018) tulisi Keski-Suomeen luoda maakunnallinen ohjausryhmä vanhemmuuden tuen ympärille. Keskusteltiin ja hahmoteltiin ketä ohjausryhmässä tulisi olla:

- Neuvolat
- imetyksen tuki ry
- Salla Joutsenen yritys
- Ensi- ja turvakoti ry
- MLL
- liikenneturva
- seurakunta
- perheneuvola
- perhetyö
- suunterveydenhuolto
- fysioterapia
- sairaanhoitopiiri, Tarja Mietola-Koivisto
- Tutkimus ja koulutus, JAMK, Savonia AMK
- Asiakasosallisuus

## 9. Jatkotyöskentelystä sopiminen - Miten edetään?

Sovittiin, että kootaan työrukkanen valmistelevaan vanhemmuuden tukea/perhevalmennusta. Työrukkaseen kuuluvat seuraavat henkilöt:

Lotta Katajapuu, Niina Romo, Tuula Tuominen, Heidi Laitinen, Mari Kolu, Wiitaunionin edustaja, sekä Keski-Suomen Lape:sta Sari Paananen ja/tai Petri Oinonen. Työrukkanen kokoontuu ensimmäisen kerran: **11.12.2017 klo 12-14, paikkana Terveyskatu 8, Äänekoski.**

Keski-Suomen perhevalmennusvastaavat, mahdollisesti laajennetulla kokoonpanolla kokoontuu seuraavan kerran: **25.1.2018 klo 12-15, paikkana Terveyskatu 8, Äänekoski.**

## 10. Kokouksen päättäminen

Sari Paananen päätti kokouksen kello 16.00.

*Keski-Suomi*  
2020

