

TIETOA JA VERTAISTUKEA -  
Monikkoperhevalmennus 2000 - 2005  
Suomen Monikkoperheet ry

Projektin loppuraportti



Ahlgrén Katri  
Häkkinen Heini  
Kumpula Ulla  
21.3.2006

## SISÄLLYSLUETTELO

<b>1. YHTEENVETO .....</b>	<b>1</b>
<b>2. TAUSTAA.....</b>	<b>1</b>
<b>3. TAVOITTEET JA KOHDERYHMÄ .....</b>	<b>2</b>
<b>4. TOTEUTUS, OSALLISTUJAT JA YHTEISTYÖ.....</b>	<b>3</b>
4.1. Projektin toteutus .....	3
4.1.1 Vuosi 2000 .....	4
4.1.2 Vuosi 2001 .....	4
4.1.3 Vuosi 2002 .....	4
4.1.4. Vuosi 2003 .....	4
4.1.5. Vuosi 2004 .....	5
4.1.6. Vuosi 2005 .....	5
4.1.7 Vuosi 2006 .....	6
4.2. Projektiin osallistujat.....	6
4.2.1 Projektiin osallistujien valinta.....	6
4.2.2 Yksinhuoltajien ja lapsensa menettäneiden erityistarpeet .....	7
4.3. Projektin työntekijät .....	8
4.4 Projektin yhteistyötahot .....	9
4.4.1. Työryhmät.....	9
4.4.2. Vapaaehtoistyöntekijät .....	9
4.4.3 Perhevalmennusryhmien asiantuntijaluonnoitsijat .....	10
4.4.4. Oppilaitosyhteistyö .....	10
4.4.5. Sairaalan monikkotyöryhmä.....	10
4.4.6. Sairaanhoidopiirit ja avoterveydenhuolto .....	10
4.4.7. Kansainvälinen yhteistyö.....	11
<b>5. TULOKSET .....</b>	<b>11</b>
5.1. Monikkoperhevalmennus .....	11
5.1.1 Monikkoperhevalmennusmalli ja sen kehittäminen.....	11
5.1.2. Monikkoperhevalmennusryhmät .....	14
5.1.3. Valmennusten tunnettuus.....	16
5.1.4 Tiedon jakaminen ja vertaistuki valmennuksissa .....	16
5.1.5 Isät monikkoperhevalmennuksessa .....	17
5.2. Projektin julkaisut ja muu materiaali.....	18
5.2.1. Monikkolasten imetys – opas .....	18
5.2.2. Asiakkaana monikkoperhe – opas .....	18
5.2.3. Monikkoperhevalmennuksen ohjausmateriaali-kansio .....	19
5.2.4 Opinnäytetyöt .....	19
5.2.5 Lehtiartikkelit .....	20
5.3. Muut tukimuodot.....	20
5.3.1 Puhelinneuvonta.....	20
5.3.2 Internet-palvelut.....	21
<b>6. JULKISUUS JA TIEDOTTAMINEN .....</b>	<b>21</b>
6.1. Projektin saama mediajulkisuus.....	21
6.2 Valmennusryhmistä tiedottaminen .....	23
6.3. Järjestetyt koulutukset.....	23
6.4 Muu tiedottaminen.....	24
<b>7. ONGELMAT JA SUOSITUKSET .....</b>	<b>24</b>
7.1 Ongelmat projektin toteutuksessa.....	24
7.2. Jatkosuositukset projektin toimeenpanon kehittämiseksi .....	25
<b>8. PROJEKTIN INNOVATIIVISUUS .....</b>	<b>26</b>
<b>9. PROJEKTIN JATKUVUUS JA TULOSTEN HYÖDYNTÄMINEN .....</b>	<b>27</b>
9.1 Perhevalmennusten jatkuvuus.....	27
9.2 Projektin muiden tuotosten hyödyntäminen .....	30
<b>10. PROJEKTIN RAHOITUS .....</b>	<b>31</b>
10.1. Tuotot .....	31
10.2. Kulut .....	32
<b>11. JÄRJESTÖN ARVIO PROJEKTISTA .....</b>	<b>33</b>
<b>LÄHTEET JA LIITTEET .....</b>	<b>35</b>

## 1. YHTEENVETO

Monikkoperhevalmennusprojekti toimi Raha-automaattiyhdistyksen tuella vuosina 2000 - 2005. Sen päätavoitteena oli taata kahta tai useampaa lasta kerrallaan odottaville perheille yhtäläiset mahdollisuudet tietoon ja vertaistukeen kuin yhtä lasta odottaville perheille. Projektin aikana monikkoperhevalmennusta järjestettiin Jyväskylässä, Oulussa, Tampereella, Kuopiossa, Helsingissä ja Seinäjoella. Vuosina 2000 - 2005 monikkoperhevalmennuksiin osallistui yhteensä 1090 henkilöä (liite 1).

Tarkoituksena oli jakaa tietoutta monikkoraskaudesta ja -synnytyksestä sekä tukea perheitä kohtaamaan monikkoperheen arki. Perhevalmennus tarjosi myös mahdollisuuden vertaistukeen. Perhevalmennuksen aihealueita olivat monisikiöinen raskaus ja synnytys, synnytyssairaalaan tutustuminen, monikkoperheiden arjessa selviytyminen, isien ja äitien hyvinvointi, parisuhde ja vauvatapaaminen. Kullakin perhevalmennusryhmällä oli viisi viikon välein pidettyä tapaamista sekä vauvatapaaminen 2-3 kuukauden kuluttua lasten syntymästä. Valmennusta järjestettiin vuodessa kahdesta neljään pienryhmille eri paikkakunta. Valmennukset toteutettiin projektin, paikallisten monikkoperheyhdistysten ja sairaanhoitopiirien yhteistyönä.

Monikkoperhevalmennusprojektissa kehitettiin kuuden kerran malli, jonka avulla odottajaperheille turvattiin tiedon ja vertaistuen saanti. Perheiden mukaan mallissa oli parasta vertaistuen saaminen. Projektin jälkeen mikään taho ei ole ottanut vastuulleen täysin mallin mukaisia valmennuksia. Osassa paikkakunnista on käynnistymässä monikkoperhevalmennusta pääosin vapaaehtoisvoimin. Tässä projektin jälkeisessä valmennustoiminnassa näyttäisi toteutuvan perheiden tiedon saanti. Haasteeksi nousee se, miten myös vertaistuen tuottaminen perheille voidaan jatkossa turvata.

Perhevalmennusmallin ja ryhmätoiminnan lisäksi projekti tuotti Monikkolasten imetys -oppaan ja Monikkoperhevalmennuksen ohjausmateriaali -kansion sekä osallistui terveydenhuoltohenkilöstölle suunnatun Asiakkaana monikkoperhe -oppaan tuottamiseen. Kansion avulla voidaan vetää mallin mukainen monikkoperhevalmennus. Lisäksi projektissa ylläpidettiin internetissä asiantuntijapalstaa (kysymys-vastauspalsta) monikkouden erityiskysymyksistä, tuotettiin lehtikirjoituksia monikkoudesta ja annettiin asiantuntija-apua perheille ja terveydenhuoltohenkilöstölle.

## 2. TAUSTAA

Monikkoraskaus on riskiraskaus ja merkitsee vanhemmille moninkertaista kasvun paikkaa. Projektissa haluttiin tarjota monikkoperhevalmennusta perheille, jotka odottavat kerrallaan useampaa kuin yhtä lasta. Projekti käynnistyi Suomen Monikkoperheet ry:n ja Väestöliiton yhteistyönä.

Monikkoperhevalmennus luotiin vastaamaan tulevien monikkoperheiden erityiseen tiedon ja tuen tarpeeseen, sillä mm. neuvoloissa tieto ja kokemus kertyy pitkälti vain yhtä lasta kerralla odottavista perheistä.

Kansainvälisten ja kotimaisten tutkimuksien mukaan monikkovanhemmilla on erityisen suuri työtaakka, jolloin uupumisen ja synnytyksen jälkeisen masennuksen riskit kasvavat. Jo raskausaikana tulevan monikkoäidin keho joutuu suuremmalle rasitukselle, ja raskaus ja synnytys ovat jo sinällään riski. Monilla sosiaali- ja terveysalan ammattilaisilla on liian vähän tietoa ja kokemusta monikkoperheiden erityistarpeista. Raskauden aikana monet tulevat monikkoäidit olivat kokeneet jäävänsä vaille riittävää tukea ja apua kysymyksiinsä sekä huoliinsa.

Tikkasen (2001) kyselyhaastattelun mukaan äidit kaipasivat raskausaikanaan enemmän tukea sekä tietoa monikkoraskaudesta. He toivoivat henkilökunnan olevan paremmin perehtynyttä monikkoraskauden hoitoon sekä henkilökunnalla olevan enemmän aikaa kokonaisvaltaiseen kohtamiseen. Heinosen (2004) mukaan neuvolasta saatu vanhemmuuden tuki jää vähäiseksi eivätkä vanhemmat saa toivomaansa erityistietoutta kaksoslapsista. Monikko-odottajaperheet toivoivatkin omaa valmennusryhmää.

### 3. TAVOITTEET JA KOHDERYHMÄ

Vuonna 2000 asetettiin projektin tavoitteeksi seuraavaa:

*”Projektin tavoitteena on taata monikkoperheille yhtäläiset mahdollisuudet arjessa selviytymiseen kuin yhden lapsen kerralla saaneilla. Tavoitteena on estää syrjäytymisen ja moniongelmaisuus luomalla edellytykset perheiden itsenäiselle selviytymiselle ja elämönhallinnalle takaamalla perheille riittävä tiedon ja vertaistuen saanti.”*

Projektin edetessä tavoitteet tarkentuivat ja vuosittain asetettiin osatavoitteita. Seuraavassa on lueteltu keskeisimmät tavoitteet.

- Monikkoperheiden saattaminen terveydenhuollollisesti tasa-arvoiseen asemaan yhden lapsen kerralla saaneiden kanssa.
- Kouluttaa sosiaali- ja terveysalan työntekijöitä tiedostamaan monikkoperheiden erityistarpeet sekä tuottaa tarvittavaa kirjallisuutta ja materiaalia niin perheiden kuin terveydenhuoltohenkilöstön käyttöön.<sup>1</sup>
- Luodun, testatun ja hyväksi havaitun monikkoperhevalmennus-toimintamallin mukaisten valmennusten järjestäminen ja laajentaminen monikkosyntyvyydeltään suurimpiin kuntiin.

---

<sup>1</sup> Koulutus oli tiedotustyyppistä. Varsinainen koulutustoiminta rajautui RAY:n rahoituslinjausten ja – päätösten vuoksi pois.

- Yhteistyön kehittäminen perhevalmennusta järjestävien kuntien ja sairaanhoitopiirien kanssa. Perhevalmennusprojektin markkinointi kuntiin, joissa monikkoperhevalmennusprojekti ei vielä toimi.
- Suomen Monikkoperheet ry:n internetsivujen kysymys- ja vastauspalstan ylläpitäminen.

Tavoitteena oli valmennuksen avulla antaa perheille eväitä itsenäiseen selviytymiseen ja elämänhallintaan siten, että perheiden tilanteiden kriisiytymistä ja moniongelmaisuuutta ja suoranaista syrjäytymistä voitaisiin estää. Tätä toteutettiin antamalla perheille riittävästi tietoa ja mahdollisuus saada vertaistukea muista samassa tilanteessa olevista perheistä. Materiaalin tuottaminen monikkoperheiden erityistarpeista perheiden ja sosiaali- ja terveydenhuoltohenkilöstön käyttöön oli myös projektissa keskeinen tavoite.

## **4. TOTEUTUS, OSALLISTUJAT JA YHTEISTYÖ**

### **4.1. Projektin toteutus**

Projekti alkoi Suomen Monikkoperheet ry:n ja Väestöliiton yhteisprojektina vuonna 2000. Se siirtyi Suomen Monikkoperheet ry:n hallinnoimaksi vuoden 2003 alusta. Raha-automaattiyhdistys myönsi projektille rahoituksen ensin kolmeksi vuodeksi (2000 - 2002), sitten kahdeksi vuodeksi (2003 - 2004) ja viimeisen vuodeksi (2005). Projektista vastasi viiden ensimmäisen vuoden ajan yksi työntekijä. Viimeisenä vuonna projektissa työskenteli kaksi työntekijää. Vuonna 2006 yksi työntekijä teki projektin materiaalin markkinointia ja kävi neuvotteluja valmennusten jatkumisesta. Loppuraporttia kirjoitettaessa näyttää siltä, että työntekijä olisi käytettävissä 2-3 kuukauden ajan (tilanne 21.3.2006).

Projektin pääasiallinen työ oli monikkoperhevalmennusryhmien organisoiminen monikkosyntyvyydeltään suurimmille paikkakunnille. Samanaikaisesti kun ryhmiä pidettiin, kehitettiin valmennusten sisältöä vastaamaan perheiden tarpeisiin. Ryhmiä lisättiin projektin kuluessa uusille paikkakunnille sitä mukaa kun yhteistyöverkostot saatiin paikkakunnalla toimimaan ja projektin resurssit sallivat laajentamisen.

Vuosina 2000 - 2005 järjestettiin Jyväskylässä 22, Tampereella 19, Oulussa 13, Kuopiossa 5, Seinäjoella 4 ja Helsingissä 5 perhevalmennusryhmää. Yhteensä ryhmiä oli 68. Valmennuksiin osallistui yhteensä 1090 henkilöä (liite 1).

Perhevalmennusmallin kehittämisen ja ryhmien organisoimisen lisäksi projektissa keskityttiin suomenkielisen monikkomateriaalin tuottamiseen (oppaat, kansio ja lehtikirjoitukset). Materiaalituotannossa hyödynnettiin opiskelijoita, työryhmiä, vapaaehtoisia asiantuntijoita, kansainvälistä yhteistyö-

tä sekä kerättiin tietoa perheiltä. Perheiltä saatiin tietoa valmennusryhmien, internet-kyselyjen ja Monikkoperheet - lehden kyselyjen kautta.

Projektissa annettiin myös monikkoasioissa neuvontaa perheille ja asiantuntijoille. Neuvonta toteutui valmennusryhmien lisäksi myös puhelinpalveluna ja internetissä toteutetun kysymys-vastaus-asiantuntijapalstan kautta.

#### 4.1.1 Vuosi 2000

Monikkoperhevalmennusprojekti aloitettiin vuonna 2000, jolloin haettiin yhteistyökumppaneita ja tehtiin projektia tunnetuksi. Ensimmäinen valmennus järjestettiin Jyväskylässä 1.9.2000. Jyväskylässä oli vuoden aikana kaksi valmennusryhmää, joissa oli yhteensä 26 henkilöä.

#### 4.1.2 Vuosi 2001

Perhevalmennusta järjestettiin Jyväskylässä vuoden aikana viidelle ryhmälle, joissa osallistujia oli yhteensä 38. Valmennus aloitettiin myös Tampereella, jossa ryhmiä vuoden aikana oli neljä ja osallistujina 44 henkilöä. Valmennuksen jälkeiset tapaamiset aloitettiin kokeiluluonteisesti Jyväskylässä kahdesti kuukaudessa yhteistyössä Keski-Suomen Monikkoperheiden kanssa.

#### 4.1.3 Vuosi 2002

Perhevalmennukset jatkuivat Jyväskylässä neljälle ryhmälle ja Tampereella viidelle ryhmälle. Perhevalmennusprojekti laajeni Ouluun. Vuoden aikana Oulussa oli kaksi ryhmää. Vuoden 2002 aikana ryhmiin osallistui 100 henkilöä. Monikkolasten imetyksestä tehtiin kyselytutkimus, johon vastasi 72 monikkoäitiä. Kyselyn tarkoituksena oli mm. kartoittaa, imettävätkö monikkoäidit, miten pitkään ja millaisia vaikeuksia perheet ovat imetyksessä mahdollisesti kohdanneet. Monikkoperhevalmennusta esiteltiin Tukholmassa pidetyssä Nordic Meetingissä.

#### 4.1.4 Vuosi 2003

Perhevalmennusprojekti laajeni vuonna 2003 Tampereen, Jyväskylän ja Oulun lisäksi myös Kuopioon. Lisäksi perhevalmennus aloitettiin sovellettuna myös pääkaupunkiseudulla. Yhteistyössä Helsingin Monikkoperheet ry:n kanssa päädyttiin järjestämään heidän jo tarjoamaansa kaksiosaiseen synnytysvalmennukseen jatko-osa, parisuhdeilta. Vuonna 2003 Helsingin valmennus järjestettiin kerran. Tampereella ja Jyväskylässä perhevalmennusryhmiä oli neljä, Oulussa kolme ja Kuopiossa yksi. Perhevalmennusryhmiin osallistui vuonna 2003 yhteensä 172 henkilöä.

Monikkolasten imetyskyselyn vastausten ja kansainvälisten monikkoperheyhdistysten tekemien imetysoppaiden pohjalta toimitettiin ja julkaistiin vuonna 2003 Monikkolasten imetys -opas monikkolasten imetyksen tueksi. Perheiltä saadut vastaukset olivat tärkeitä, sillä aihetta ei ollut aiemmin Suomessa tutkittu. Oppaan avulla pyrittiin tavoittamaan myös projektin valmennusryhmien ulottumattomissa olevat monikkoperheet ja terveydenhuollon henkilöstö. Marraskuussa 2003 avattiin Suomen Monikkoperheet ry:n internet-sivuilla projektin ylläpitämä kysymys-vastauspalsta, jonne sai lähettää monikkoaiheeseen liittyviä kysymyksiä. Kysymyksiin vastasivat eri alojen asiantuntijat ja Suomen Monikkoperheet ry:n työntekijät.

#### 4.1.5 Vuosi 2004

Vuonna 2004 Jyväskylässä, Tampereella ja Oulussa perhevalmennusryhmiä järjestettiin neljä ja Kuopiossa ja Helsingissä kolme. Vuonna 2003 alkanut yhteistyö Helsingin Monikkoperheet ry:n kanssa sai jatkoa vuosina 2004 - 2005 kun Helsingin Monikkoperheet ry:n jo olemassa olevan monikkovalmennuksen sisältöä laajennettiin pääkaupunkiseudulla. Helsingin perhevalmennukseen kuuluivat Kätilöopiston tarjoama odotus- ja synnytysluento, Helsingin Monikkoperheet ry:n pitämä monikkoarkiosio sekä Suomen Monikkoperheet ry:n tarjoama parisuhdeilta. Valmennukseen lisättiin tutustumisen omaan synnytysairaalaan (Kätilöopisto, Naistenklinikka tai Jorvi), jonka synnytysairaalat tarjosivat itse.

Perhevalmennusprojekti laajeni vuonna 2004 Seinäjoelle, jossa järjestettiin kaksi ryhmää. Osallistujia kaikissa eri paikkakuntien valmennuksissa oli yhteensä 242. Imetysoppaan myynti sujui hyvin. Vuoden 2004 aikana kysymys-vastauspalstalle tuli yhteensä 25 kysymystä.

Perhevalmennuksen projektisihteeri osallistui terveydenhuollon asiantuntijana Suomen Monikkoperheet ry:n Asiakkaana monikkoperhe -oppaan tekoon. Vuoden aikana esiteltiin monikkoperhevalmennusta Oulussa Suomen Perinatologisen seuran monisikiöaiheisilla jatko- ja täydennyskoulutuspäivillä sekä Jyväskylässä Jyväskylän kaupungin äitiys- ja lastenneuvoloiden terveydenhoitajille järjestetyssä esittely- ja koulutustilaisuudessa. Kaksi opiskelijatyötä valmistui vuonna 2004 (ks. 4.4.4 Oppilaitosyhteistyö).

#### 4.1.6 Vuosi 2005

Projektille saatiin toinen työntekijä. Projektissa työskentelivät projektipäällikkö ja projektisihteeri. Vuonna 2005 Jyväskylässä, Tampereella, Oulussa ja Helsingissä perhevalmennusryhmiä järjestettiin kolme, Seinäjoella kaksi ja Kuopiossa yksi. Osallistujia näissä valmennuksissa oli yhteensä 254. Imetysoppaan myyntiä jatkettiin. Vuoden 2005 aikana internetin kysymys-vastauspalstalle tuli yhteensä 32 kysymystä. Suomen Monikkoperheet ry:n seurannan mukaan kysymys-vastauspalsta

oli vuonna 2005 yksi Suomen Monikkoperheet ry:n internetsivujen suosituimmista käyntikohteista. Projektissa valmistui yksi opinnäytetyö.

Monikkoperhevalmennusta esiteltiin vuoden aikana ”Tammikuun kihlaus” – luentopäivässä Keski-Suomen keskussairaalassa. Lisäksi toteutettiin kysely sairaanhoitopiirien ja avoterveydenhuollon johtaville viranhaltijoille heidän valmiudestaan ottaa monikkoperhevalmennus osaksi omaa toimintaansa.

Projekti valmisti Monikkoperhevalmennuksen ohjausmateriaali-kansion monikkoperhevalmennusten järjestämisen tueksi. Materiaali valmistui joulukuussa. Materiaalia markkinoitiin 1 - 2.11.2005 valtakunnallisilla neuvolapäivillä Kuopiossa.

#### 4.1.7 Vuosi 2006

Projekti päättyi virallisesti vuoden 2005 lopussa. Projektin rahoituksen puitteissa jatkettiin projektisihteerin työsuhdetta helmikuuksi ja sen jälkeen vielä yhdestä kahteen kuukautta (tilanne 21.3.2006). Projektisihteerin markkinoi ohjausmateriaalikansiota sairaanhoitopiireille, neuvoloille, oppilaitoksille, kirjastoille, paikallisille monikkoperheyhdistyksille ja tiedotusvälineille. Kansion julkistamistilaisuus pidettiin 2.2.2006. Kansion myynti lähti käyntiin. Pidettiin viimeisten monikkoperhevalmennusryhmien vauvatapaamiset.

Neuvoteltiin sairaanhoitopiirien ja paikallisten monikkoperheyhdistysten edustajien kanssa valmennusten jatkumisesta projektin jälkeen. Jyväskylässä neuvotteluissa oli mukana myös neuvolan edustus ja Perhe-hanke. Valmennusten jatkamisesta osittaisena mallina on kiinnostunut osa sairaanhoitopiireistä ja paikallisista monikkoperheyhdistyksistä. Projektipaikkakunnista ensimmäisenä käynnistyvät valmennukset Oulussa maaliskuussa.

Mikäli projektin puitteissa on mahdollista, kerätään loppuvuonna tietoa ohjausmateriaalikansion käyttäjiltä ja projektin jälkeiset monikkoperhevalmennukset käynnistäneiltä tahoilta.

## 4.2. Projektiin osallistujat

### 4.2.1 Projektiin osallistujien valikoituminen

Projektin pääasiallisena kohderyhmänä olivat kahta tai kolmea lasta odottavat perheet valmennusten järjestämipaikkakunnilla ja niiden seutukunnilla. Tieto useamman kuin yhden vauvan odottamisesta oli ainut edellytys osallistumiselle. Valmennus suositeltiin aloitettavaksi raskausviikoilla 14

- 24, käytännössä raskausviikon 31 jälkeen perhe ei enää ennättänyt ja pystynyt käymään valmennusta loppuun. Tämä seikka rajoitti joidenkin valmennuksesta kiinnostuneiden osallistumista. Projektissa valmennusryhmien ajankohdat jouduttiin käytännön järjestelyjen vuoksi sopimaan koko vuodeksi jo alkuvuonna. Osa odottajista jäi projektin ulkopuolelle, mikäli paikkakunnalla ei alkanut valmennusta juuri heidän raskauden etenemisaikatauluun sopivasti tai he saivat tiedon valmennuksen alkamisesta liian myöhään raskausviikkoihinsa nähden. Muutamassa tapauksessa ryhmään osallistumisen esti se, että ryhmä oli jo täynnä eikä seuraava ryhmä ollut enää mahdollinen. Monikkovalmennusryhmään osallistuminen oli perheille maksullista lukuunottamatta Helsinkiä, jossa malli toteutui suppeampana kuin muualla.

Projektiin osallistujia olivat myös ne perheet ja ammattilaiset, jotka saivat projektin kautta tarvitsemaansa tietoa tai materiaalia. Neuvontapalvelut olivat maksuttomia eikä projektissa rajattu pois mitään tietoa tarvitsevaa ryhmää. Projektin tuottama materiaali oli kaikkien kiinnostuneiden tilattavissa. Oppaat ja ohjauskansiomateriaali olivat maksullisia. Maksullisuuden voidaan olettaa rajoittavan tiedonkulkua lähinnä ohjausmateriaalikansion osalta, jonka hinta oli korkeampi.

Projektissa alettiin erityisesti vuodesta 2003 kiinnittää aikaisempia vuosia enemmän huomiota myös siihen, että perhevalmennusprojektin vaikutukset kohdistuisivat mahdollisimman kattavasti myös muualle kuin valmennuspaikkakunnille (materiaali, internet).

#### 4.2.2 Yksinhuoltajien ja lapsensa menettäneiden erityistarpeet

Vuodesta 2003 alkaen projektissa huomattiin lisääntynyt yksinhuoltajaodottajien määrä ja heidän erityinen tuen tarpeensa. Tämä ryhmä tarvitsee erityistä tukea raskausajasta lähtien. Valmennuksissa luennoitsijat huomioivat nämä odottajat erityisesti erillisten vinkkien ja yksinhuoltajille kohdistetun tiedon avulla.

Bryan (2004) on kiinnittänyt huomiota monikkolapsensa menettäneiden perheen erityistarpeisiin. Kun toinen kaksosista kuolee, on perheessä samanaikainen suruaika ja juhla-aika. Selviytynyt lapsi muistuttaa aina menetetyistä lapsesta. Vanhemmat saattavat hylätä tai torjua selviytyneitä lapsia tai nostaa menetetyn monikkolapsen erityisasemaan. Vanhemmat menettävät myös erityisen monikkovanhemmuus–statuksen. Projekti oli mukana laatimassa Asiakkaana monikkoperhe -opasta, jossa annettiin terveydenhuollon ammattilaisille tukea niiden perheiden auttamiseen, joissa kaikki tai yksi monikkolapsista menehtyy keskenmenossa tai synnytyksessä.

Vuodesta 2004 alkaen projektin valmennusryhmissä esiintyi muista vuosista poiketen enemmän keskenmenoja valmennukseen ilmoittautuneilla tai valmennuksen jo käyneillä. Projektiisihteeri työskenteli perheiden hyväksi tarjoamalla heille vertaistukea toisistaan ja ohjaamalla heitä vertais-

tuen piiriin lapsensa menettäneiden Käpy ry:n toimintaan. Jatkossa näiden perheiden tarpeisiin tulisi kiinnittää erityistä huomiota.

### **4.3. Projektin työntekijät**

Monikkoperhevalmennusprojektista vastasi vuosina 2000 - 2004 projektisihteeri. Projektisihteerin tointa hoiti 1.3. - 31.8.2000 restonomi Vesa Muhonen, 22.1.2001 - 31.12.2004 sairaanhoitaja Katri Ahlgrén. Projektisihteerin äitiyslomasijaisena vs. projektisihteerinä toimi ajalla 10.11.2003 - 5.11.2004 sairaanhoitaja Hanna Katajamäki. Vuonna 2005 projektilla oli kaksi työntekijää. Projekti-päällikkönä toimi 1.1.2005 - 31.12.2005 sairaanhoitaja Katri Ahlgrén ja projektisihteerinä 14.2. - 31.12.2005 KM Heini Häkkinen.

Projektisihteerin tehtäviin kuului vuosina 2000 - 2004 mm. valmennusten käytännön asioiden järjestäminen kaikissa perhevalmennuskaupungeissa (luennoitsijoiden hankkiminen, tilojen varaukset, valmennusten mainostus, markkinointi ym.), Jyväskylän perhevalmennusryhmien vetäminen ja asiantuntijaluennot aiheista monikko-odotus ja synnytys sekä monikkolasten imetys, valmennuksiin käynnistäminen uusilla valmennuspaikkakunnilla, perhevalmennusta koskevan materiaalin tuottaminen, mediayhteistyö, projektin rahoituksen hakeminen sekä talous.

Projektisihteeri toimi terveydenhuollon asiantuntijana monikko-odotusta ja -synnytystä koskevissa asioissa. Puhelinneuvontaa annettiin niin tuleville monikkoperheille, terveydenhuollon ammattihenkilöstölle kuin eri alojen opiskelijoille. Myös internetin kysymys-vastauspalstalla projektisihteeri ylläpiti palstaa ja vastasi monikko-odotusta ja -synnytystä koskeviin kysymyksiin.

Vuonna 2005 projektisihteerin tehtäviin kuului mm. monikkoperhevalmennusten organisointi ja valmennusryhmien käytännön järjestelyt, läsnäolo Jyväskylän perhevalmennusryhmissä sekä monikkoperhevalmennuksen ohjausmateriaali-kansion materiaalin osittainen kirjoittaminen (osiot: monikkoarki, isien ryhmä ja parisuhde).

Projektipäällikkö vastasi monikkoperhevalmennuksen ohjausmateriaalista ja kirjoitti osan materiaalista (osiot: käyttäjälle, odotus ja synnytys, imetys). Lisäksi hän luennoi Jyväskylän valmennusryhmissä odotuksesta ja synnytyksestä sekä imetyksestä ja äitien jaksamisesta. Muita vastuualueita olivat projektin rahoitus ja varainhankinta, kunta- ja sairaanhoitopiiriyhteistyö sekä asiantuntijuus monikko-odotusta ja -synnytystä koskevissa asioissa (puhelinneuvonta, lehtikirjoitukset ja kysymys-vastauspalsta).

## 4.4 Projektin yhteistyötahot

### 4.4.1 Työryhmät

Vuosina 2000 - 2002 projektin puitteissa kokoontui yhteistyöryhmä, jossa oli edustajia Suomen Monikkoperheet ry:stä ja Väestöliitosta. Yhteistyöryhmä pohti ja arvioi projektin etenemistä, tuloksia ja tulevaisuutta.

Vuosina 2003 - 2004 projektissa toimi perhevalmennustyöryhmä. Työryhmässä olivat mukana Suomen Monikkoperheet ry:n hallituksen jäsenet Mervi Heikkinen ja Marja Pohjola-Effe, Keski-Suomen Keskussairaalan synnytysyksikön osastonhoitaja Pirjo Pakarinen sekä terveydenhoitaja, THM, Tampereen monikkoperhevalmennuksen odotus- ja synnytysosion vetäjä Päivi Välimäki. Työryhmä arvioi tapaamisissa ja sähköpostitse projektin etenemistä, aikaansaannoksia ja tulevaisuutta.

Vuonna 2005 erillistä työryhmää ei ollut vaan sen tehtäviä hoiti Suomen Monikkoperheet ry:n hallitus. Vuoden 2005 tärkeimmän tavoitteen, monikkoperhevalmennuksen ohjausmateriaalin valmistamisen edistämiseksi, koottiin kunkin perhevalmennusosion mukaiset työryhmät. Työryhmät suunnittelivat ja kommentoivat materiaalia. Työryhmiä oli viisi; odotus ja synnytys, monikkoarki, äitien ryhmä, isien ryhmä sekä parisuhde. Työryhmät kokoontuivat kerran parisuhdetyöryhmää lukuun ottamatta sekä pitivät yhteyttä postitse ja sähköpostitse.

### 4.4.2 Vapaaehtoistyöntekijät

Suomen Monikkoperheet ry:n jäsenyhdistysten vapaaehtoiset olivat oleellisesti mukana perhevalmennusryhmien käytännön järjestelyissä perhevalmennuspaikkakunnilla. Jokaisella valmennuspaikkakunnalla oli oma vapaaehtoinen (perhevalmennuksen yhteyshenkilö), joka vastasi valmennustapaamisten käytännöstä omalla paikkakunnallaan koordinoiden kaikkiin valmennustapaamisiin vapaaehtoistoimijat omasta paikallisyhdistyksestään. Nämä vapaaehtoistyöntekijät olivat tapaamisissa mm. vastaamassa tulevien monikkovanhempien kysymyksiin ja järjestämässä tarjoilun (kahvituis vuosina 2000 - 2004). Paikallisyhdistysten monikkoperheiden vanhemmat myös luennoivat perhevalmennusryhmien monikkoarki-osiossa. Paikallisyhdistykset tarjosivat myös jatkuvuutta perheiden vertaistuen saamiselle valmennusten jälkeenkin järjestämällä omana toimintanaan monikkoperheille tapaamisia ja erilaisia tapahtumia.

#### 4.4.3 Perhevalmennusryhmien asiantuntijaluennoitsijat

Perhevalmennusten luennoitsijat olivat osion aiheen mukaisesti valittuja alansa asiantuntijoita. Heillä oli itsellään usein monikkolapset, joten heillä oli myös käytännön kokemusta monikoista. Eri kaupunkien luennoitsijat on lueteltu liitteessä 1.

#### 4.4.4 Oppilaitosyhteistyö

Opiskelijayhteistyötä tehtiin Jyväskylän ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveydenhuoltoalan oppilaitoksen, Jyväskylän yliopiston ja Savonia Ammattikorkeakoulun kanssa. Projektissa valmistuneet opinnäytetyöt on lueteltu osiossa 5.2.4. Opinnäytetyöt.

#### 4.4.5 Sairaalan monikkotyöryhmä

Keski-Suomen Keskussairaalassa toimii monikkotyöryhmä, joka omalta osaltaan edistää monikkoperheiden huomioon ottamista oman sairaalansa toiminnassa. Projektisihteeri osallistui työryhmän työhön antamalla tietoa valmennuksen sisällöstä ja keskustelemassa valmennuksen järjestelyistä ja tulevaisuudesta. Samalla annettiin asiantuntija-apua sairaalan ylläpitämisen, perheiden tueksi suunnatun monikkotietokansion valmistumisvaiheessa.

#### 4.4.6 Sairaanhoidopiirit ja avoterveydenhuolto

Valmennuskaupunkien sosiaali- ja terveyslautakuntien esitteleville viranhaltijoille tiedotettiin monikkoperheiden erityistarpeista projektille rahoitusta haettaessa. Projektin valmennusryhmille haettiin avustusta kaupungeista, joissa mallin mukaisia valmennuksia pidettiin. Rahoitushakemuksiin suhtauduttiin kielteisesti. Kielteistä päätöstä saatettiin jopa perustella sillä, että kyseessä on RAY-rahoitteinen projekti. Ainoastaan Jyväskylän valmennukseen saatiin kunnallista avustusta.

Sairaaloiden ylihoitajien, osastonhoitajien ja käytännön asiakastyötä tekevien kätilöiden ja sairaanhoitajien kanssa tehtiin yhteistyötä valmennusryhmille tarjottujen odotus- ja synnytysosioiden ja sairaalavierailujen järjestämisessä ja projektista tiedottamisessa. Neuvolan terveydenhoitajien kanssa tehtiin yhteistyötä projektista tiedottamiseksi, monikkotietouden jakamiseksi ja valmennusryhmien tilajärjestelyissä.

Vuonna 2005 kartoitettiin kyselyn avulla eri tahojen mahdollisuutta ja kiinnostusta toteuttaa monikkoperheille omaa valmennusta. Kyselyt lähetettiin monikkoperhevalmennukseen osallistuneiden perheiden kotikuntien neuvoloiden eli avoterveydenhuollon sekä sairaanhoitopiirien johtaville viranhaltijoille. Mukana kyselyssä olivat Jyväskylän, Tampereen, Kuopion, Seinäjoen ja Oulun viranhaltijat. Kyselyt lähetettiin sähköpostitse ja vastausprosentti oli 52 %. Vastaukset saatiin niin sairaanhoitopiireistä kuin avopuoleltakin kaikista muista kaupungeista paitsi Oulusta (liite 5).

#### 4.4.7 Kansainvälinen yhteistyö

Vuonna 2001 monikkoperhevalmennusprojektin työntekijä osallistui Lontoossa pidettyyn ISTS:n (The International Society for Twin Studies) kansainväliseen kaksoskongressiin. Kongressista saatu uusien tutkimustietojen erittäin tärkeää projektin asiantuntijuuden vahvistumiselle. Lisäksi tavattiin muita kansainvälisiä monikkoperheyhdistyksiä.

Vuonna 2002 monikkoperhevalmennusprojekti osallistui Tukholmassa pidettyyn Pohjoismaiden monikkoperhejärjestöjen Nordic meeting -tapaamiseen 8. - 9.3.2002. Tapaamisessa oli monikkoperhejärjestöjen katto-organisaatioiden edustajia Ruotsista, Tanskasta, Norjasta ja Suomesta. Tapaamisessa esiteltiin kunkin yhdistyksen toimintaa ja vertailtiin mm. monikkoperhevalmennustoimintaa. Samalla keskusteltiin mahdollisesta yhteistyöstä.

Vuonna 2004 monikkoperhevalmennusprojektin projektityöntekijä osallistui omalla kustannuksellaan ja ajallaan Tanskan Odensessa pidettyyn ISTS:n (The International Society for Twin Studies) kansainväliseen kaksoskongressiin. Kongressista saatiin uusinta kaksostutkimustietoa hyödynnettäväksi projektin terveydenhuollon asiantuntijan työssä.

## 5. TULOKSET

### 5.1. Monikkoperhevalmennus

#### 5.1.1 Monikkoperhevalmennusmalli ja sen kehittäminen

Perhevalmennuksen mallia muokattiin ja kehitettiin yhä enemmän monikkoperheiden tarpeita vastaavaksi projektin aikana. Vuonna 2000 monikkoperheilä kysyttiin, mitä he haluaisivat valmennuksen sisältävän ja vuosien varrella mallia muutettiin perheiltä saadun palautteen mukaiseksi. Iltojen aiheiksi lisättiin mm. imetys ja äitien jaksaminen sekä muutettiin iltojen sisältöjä enemmän perheiden tarpeita vastaaviksi. Valmennusmalli on pysynyt samanlaisena vuodesta 2005 lähtien. Lopulli-

sessä perhevalmennusmallissa on yhteensä kuusi tapaamiskertaa, joista viisi ennen lasten syntymää. Näiden osioiden aiheina olivat monikko-odotus ja -synnytys, sairaalaan tutustuminen, monikkoarki, isien (mm. isän rooli ja jaksaminen) ja äitien ryhmä (imetys ja jaksaminen) sekä parisuhde. Iltojen tarkemmat aihesisällöt ovat liitteessä 3. Lisäksi synnytyksen jälkeen järjestettiin vielä yksi yhteistapaaminen, ns. vauvatapaaminen noin kahden - kolmen kuukauden kuluttua synnytyksistä.

**Odotus- ja synnytysosiassa** käsiteltiin monikkoraskauden ja –synnytyksen erityispiirteitä. Alun perin osiossa käsiteltiin myös imetykseen liittyviä asioita, mutta aiheen laajuuden vuoksi tämä osio keskittyi loppuvaiheessa vain odotukseen ja synnytykseen ja imetys siirtyi omaksi kokonaisuudekseen. Vuonna 2004 kiinnitettiin huomiota myös siihen, että odotus ja synnytys–osiossa meni liikaa aikaa yhdistyksen ja toiminnan esittelyyn. Vuoden 2005 alussa lähtien tämä tieto jaettiin kirjallisena valmennusosion alussa lyhyen esittelyn tueksi.

**Sairaalaan tutustuminen**-osiossa vierailtiin paikallisessa synnytyssairaalassa, jossa oli mahdollisuus syventää ensimmäisessä osiossa saatuja tietoja.

**Monikkoarki**-osiossa asiantuntijana toimi monikkolapsensa äskettäin saanut perhe. Mallin kehityksessä monikkoarki-iltaan kiinnitettiin erityistä huomiota vuodesta 2004 alkaen perheiltä saadun palautteen pohjalta. Aiemmin jokainen monikko-arjen vetäjä oli saanut vapaasti kertoa omista kokemuksistaan. Valmennusta muutettiin niin, että valmennuskerran aluksi kerrottiin jokaisessa valmennuksessa yhteneväisesti hyödylliset vinkit, tietoa sosiaalisista etuuksista jne. ja sen jälkeen alustajana toimivat perhe sai vapaamuotoisesti kertoa arjestaan. Tällä varmistettiin jokaiselle perhevalmennusryhmälle kaupungista ja perheestä riippumatta samansisältöinen valmennuskerta. Perheille oli jo aiemminkin jaettu kirjallista materiaalia, mutta sen määrää lisättiin ja yhtenäistettiin (sosiaaliopas, vinkit ym.). Taipaleen ja Havelan (2004) tutkimuksessa nousi esiin myös tarve saada lisätietoa mm. sosiaalisista etuuksista ja vakuutuksista.

Perheiltä kerätyt palautteet osoittivat, että useat vanhemmat kokivat silti saaneensa liian vähän tietoa monikkoperheen arjesta. Ennen kaikkea kaivattiin useamman kuin yhden monikkoperheen kokemuksia arkielämästä. Vanhemmat kaipasivat konkreettisia ohjeita muun muassa vaippojen valinnasta, vaunujen hankinnasta sekä muista lastentarvikkeista. Myös tähän olisi hyvä ollut olla kirjallista materiaalia jaettavaksi perheille valmennusiltojen lisäksi; tätä he olisivat voineet lukea valmennuksen jälkeenkin. Valmennuksissa perheille saattoi tulla niin paljon uutta asiaa, että kirjallinen materiaali olisi tukenut muistamista. Tämän jaettavan materiaalin tuottamiseen projektissa ei ollut resursseja.

Vuonna 2001 toteutettiin toivottu uudistus, jossa monikkoarki-illassa luennoitsijana toimivat monikkovanhemmat ottivat omat vauvansa mukaan. Tästä saatiin hyviä kokemuksia varsinkin silloin kun

lapset olivat sen ikäisiä, etteivät vielä vieneet vanhempiensa liiallista huomiota pois ryhmälle alustamisesta.

Suurimman muutoksen perhevalmennuksen kuuden kerran mallissa lienee kokenut projektin kuluessa **äitien ryhmätapaamiskerta**. Perheiden palautteista tuli ilmi, että monikkoäidit kokivat alkuperäisessä mallissa olleen fysioterapeutin vetämän illan äidin liikunnasta raskauden aikana, lantiopohjan lihaksistosta ja kuntoutumisesta raskauden jälkeen tutun asian kertauksena. Äidit olivat saaneet tietoa näistä asioista neuvolasta ja muista lähteistä. Palautteissa toivottiin äideille isien tapaan enemmän vapaata kokemusten vaihtoa omista tuntemuksista ja jaksamisesta.

Projekti toteutti kyselyn monikkolasten imetyksestä (2003), josta ilmeni mm. äitien toive (myös uudelleensynnyttäjien) saada erityistä tietoa monikoiden imettämisestä ja kannustusta. Kysely paljasti, että ammattilaisten tiedoissa oli aukkoja, esim. kerrottiin terveydenhoitajan ihmetelleen, voiko maito riittää kahdelle lapselle. Imetysaiheen tarpeellisuus huomattiin myös perheiden palautteista ja vuoden 2004 alusta perhevalmennusmallissa imetys otettiin käsiteltäväksi erillisenä aihealueena. Äitien ryhmä-osion sisältöä muutettiin siten, että äideille oli tunnin verran ohjattua, mutta vapaampaa keskustelua äidin jaksamisesta ja tunnin verran asiaa imettämisestä.

**Isien ryhmätapaamiskerta** oli valmennuksessa samanaikaisesti äitien ryhmän kanssa toteutettu valmennuskerta, jonka tavoitteena oli isien jaksamisen ja isän rooliin kasvamisen tukeminen. Tämän osion sisältöön ei mallissa ollut syytä tehdä suuria muutoksia projektin kuluessa.

**Parisuhdeosion** tavoitteena oli antaa tietoa parisuhteen luonteen muuttumisesta ja korostaa parisuhteen hyväksi tehtävän työn tärkeyttä. Sisältö muotoutui paljon osion luennoitsijan vahvuusalueiden ja kokemusten mukaan. Parisuhde-osiossa ei korostunut niin vahvasti monikkous kuin muissa osioissa, vaan asiat ovat pitkälti samoja kuin yhden lapsen kerralla saaneilla. Monikkoperheen eroavaisuus muista lapsiperheistä tuli kuitenkin esiin siinä, että parisuhde on mahdollisesti vieläkin suuremmalla koetuksella.

Mallin viimeinen osio, **vauvatapaaminen**, toteutettiin kun kaikille ryhmäläisille olivat vauvat syntyneet. Tapaamiseen osallistuivat niin vanhemmat, monikkolapset kuin mahdolliset sisaruksetkin. Keskusteluillan aikana vaihdettiin ajatuksia siitä, mitä lapset ovat tuoneet tullessaan ja miten perhe-elämä on muuttunut syntymän jälkeen. Esille tullesiin ongelmiin etsittiin yhdessä keskustellen ratkaisuja ja jaettiin vinkkejä.

Vuonna 2004 muutamiin valmennusryhmiin ilmoittautui aiempaa vähemmän pariskuntia. Tästä huolimatta kaikille halukkaille pyrittiin järjestämään valmennus. Mikäli osallistujia oli vähän, valmennus järjestettiin supistettuna kokonaisuutena, johon kuului vähemmän tapaamiskertoja. Näihin

kertoihin oli yhdistelty valmennuksen keskeinen sisältö. Tämä antoi kokemusta siitä, että monikkoperhevalmennusmallia voi toteuttaa myös räätälöitynä kunkin ryhmän tarpeisiin.

Muutamia poikkeuksia lukuun ottamatta valmennukset toteutettiin koko ajan kuuden valmennuskerran mallin mukaisina. Monikkoperhevalmennuksen mallissa vertaistuki osoittautui erityisen merkitykselliseksi.

### 5.1.2 Monikkoperhevalmennusryhmät

Projektissa saatiin toteutettua yhteensä 68 perhevalmennusryhmää, joihin osallistui 1090 henkilöä. Ryhmien kokoaminen ja vetäminen oli tulosta yhteistyöstä, jossa yhdistyivät projektin työntekijöiden, paikallisten monikkoperheyhdistysten, luennoitsijoiden sekä neuvoloiden tai sairaanhoitopiiriin myötävaikutus ryhmien toteuttamiseksi. Suurimman työn ryhmien toteutumiseen tekivät projekti-työntekijä ja kunkin valmennuspaikkakunnan monikkoperheyhdistys. Sen lisäksi paikkakunnasta riippuen sairaanhoitopiiri tarjosi joko työntekijänsä sairaalavierailun toteuttamiseen ja/tai tilan valmennuksen käyttöön, neuvoloiden toimiessa osassa paikkakunnista tilojen tarjoajina.

Kukin perhevalmennusryhmä kokoontui viisi kertaa ennen synnytystä ja kerran synnytyksen jälkeen. Valmennustapaamiset olivat kestoaltaan noin 2,5 tuntia. Perhevalmennuksen osallistujat olivat odotuksessaan keskimäärin 14. - 24. raskausviikolla.

Palautelomakkeen (liite 4) avulla kerättiin vuosina 2001 - 2005 perhevalmennukseen osallistuneilta äideiltä ja isiltä palautetta heidän kokemuksistaan valmennuksesta, sen onnistumisesta ja mahdollisista muutostoiveista. Palautelomake täytettiin valmennuksen viidennellä kerralla. Vastausprosentti kuluneina vuosina oli valtakunnallisesti 70 %.

Valmennukseen osallistuneet perheet olivat saaneet yleisimmin tiedon perhevalmennuksesta neuvolan kautta. Suurin osa miehistä oli saanut tiedon puolisoiltaan. Tärkeinä tiedonsaantikanavina pidettiin myös internetiä sekä ystäviä.

Äidit osallistuivat valmennustapaamisiin tulevia isiä useammin. Valtakunnallisesti naisten osallistumisprosentti kaikkiin viiteen tapaamiseen oli 69 prosenttia. Isien osallistumisprosentti oli puolestaan 54 prosenttia. Yleisesti yli puolet (63 %) perheistä osallistui kaikille valmennuskertoille. Valmennukset pyrittiin järjestämään arki-iltaisain, niin että myös päivätyötä tekevillä olisi mahdollisuus osallistua. Ylityöt ja vaihtelevat työajat vaikuttivat kuitenkin selkeästi miesten poissaoloon.

Suurin osa valmennukseen osallistuneista perheistä oli tyytyväisiä sisältöön. Perhevalmennuksissa toivottiin kuitenkin enemmän aikaa monikkoarki-teemaan (mm. tarvikehankinnat). Enemmän aikaa

olisi haluttu käyttää myös odotus- ja synnytysosioon ja parisuhdeosioon. Vanhemmat kaipasivat siis runsaasti tietoa monikkoperheen arjessa selviytymisestä. Monikkolasten syntyminen tuo paljon kysymyksiä tuleville vanhemmille, minkä vuoksi valmennukselta odotetaan myös paljon tietoa.

Kaikissa perhevalmennuskaupungeissa tulevien monikkovanhempien mielestä valmennuksen parasta antia oli tutustuminen samassa tilanteessa oleviin ihmisiin sekä keskustelu ja kokemusten vaihto. Myös ryhmän hyvää yhteishenkeä arvostettiin. Useat pitivät myös tutustumista synnytysairaalaan tärkeänä.

Perhevalmennuksen käyneet perheet saivat paljon tietoa monikkoperheen arjesta ja siitä, mistä he voivat hakea apua tai tukea sitä tarvitessaan. Perheiden kertomukset voivat olla hyvinkin erilaisia riippuen lasten hoidon vaativuudesta ja perheen käytössä olevista voimavaroista. Perheiden tulisi saada kuulla mahdollisimman realistisia kertomuksia siitä, millaisia kokemuksia perheillä on monikkoarjen sujumisesta. Valmennuksessa tuleekin kiinnittää huomiota siihen, että valmennus tarjoaisi monipuolisesti erilaisia kokemuksia. Tässä apuna voivat toimia myös kokeneempien monikkovanhempien kirjoittamat erityyppiset ”selviytymistarinat”.

Perheiden valmius itsenäiseen selviytymiseen vahvistui valmennuksen myötä ja riski moniongelmaisuuuteen ja syrjäytymiseen saattoi vähentyä. Valmennukseen osallistuneet perheet kokoontuivat kerran synnytyksen jälkeen. Näissä perheet saivat vertaistukea toisilta monikkoperheiltä sekä apua ja kannustusta arkeensa niin toisilta monikkoperheiltä kuin myös synnytyksen jälkeisen vauvapaamisen vetäjiltä. Neuvoloiden tarjoamat perhevalmennukset päättyvät yleensä jo ennen synnytystä, vaikka lasten synnyttyä vertaistuen tarve on usein suurimmillaan. Monikkoperhevalmennuksen käyneiden perheiden vertaistuen jatkumista pyrittiin varmistamaan ohjaamalla heitä paikallisen monikkoperheyhdistyksen toimintaan ja kannustamalla yhteydenpitoon valmennusryhmän päättämisen jälkeen.

Perhevalmennusmalli ei ollut täysin yhtenevä kaikilla paikkakunnilla. Perheiltä pyydettiin valmennuksista palaute. Tarkempi yhteenveto näistä palautteista on esitelty liitteessä 2. Yleisarvosanaksi kuluneilta vuosilta (asteikolla 4 – 10) äidit antoivat 8½ ja isät 8+.

Taipaleen ja Havelan (2004) tutkimuksessa tuli esiin se, että monet äidit olivat tyytyväisiä sisältöihin sellaisenaan ja kokivat sisällön vastanneen tarpeeseensa. Monikkoperhevalmennukselle oli vanhempien mielestä tarvetta. Kaikki äidit (100 %) ja lähes kaikki isät (93 %) kokivat monikkoperhevalmennuksen tarpeelliseksi monikkoja odottaessaan. Vanhempien vastauksissa painottui valmennuksesta saadut neuvot monikkoperheen arjessa selviytymiseen sekä kokemusten jakamisen tärkeys muiden monikkoperheiden vanhempien kanssa. Lisäksi vanhemmat arvioivat tärkeimmäksi

sosiaalisen tuen ja avun lähteeksi eri asiantuntijat synnytystilanteeseen ja tulevaan arkeen valmistautumisessa.

Vauvatapaamisissa perheiltä kerättiin tietoa myös syntyneistä lapsista, mm. lasten syntymäpituus- ja -paino ja syntymän raskausviikot. Perhevalmennuksen käyneiden perheiden lapset painoivat syntyessään keskimäärin 2500 grammaa ja olivat pituudeltaan 44 cm. Painoltaan pienin lapsi painoi n. 600 grammaa ja suurin 3340 grammaa. Lapset olivat syntyneet raskausviikkojen 26+6 – 40+2 välillä, keskimäärin raskausviikolla 33+4.

### 5.1.3 Valmennusten tunnettuus

Perheet hakivat aktiivisesti tietoa monikkoasioista saatuaan tiedon odottavansa useampaa kuin yhtä lasta. Siksi perheet olivat usein etsineet itse tiedon valmennuksista. Projektin lähestyessä loppuaan yhä useammat perheet olivat saaneet tiedon valmennuksista myös neuvoloista ja äitiyspoliklinikoilta. Monikkoperhevalmennukset ovat tulleet tunnetuiksi terveydenhuoltohenkilöstön parissa. Erityisesti tämä on huomattavissa niissä kaupungeissa, joissa valmennus on toiminut pisimpään (Jyväskylä, Tampere, Oulu). Neuvolasta tai äitiyspoliklinikalta tiedon monikkovalmennuksesta oli palautteen mukaan saanut 21 % valmennukseen osallistuneista. Tämä olikin toiseksi tärkein tiedotuskanava heti internetin jälkeen. Kaupungeittain esiintyi selviä eroja.

### 5.1.4 Tiedon jakaminen ja vertaistuki valmennuksissa

Tiedon ja tuen jakaminen tuleville monikkoperheille oli yksi tärkeimmistä tavoitteista koko projektin ajan. Perheet saivat perhevalmennukseen osallistumalla monipuolisesti tietoa mm. monikko-odotuksesta, -synnytyksestä, lapsivuodeajasta, pikkulapsivaiheesta, imetyksestä, monikkoarjesta, isän roolista, synnytyksestä kuntoutumisesta, parisuhteesta, sosiaaliturvasta sekä paikallisen synnytysairaalan toiminnasta. Ennen kaikkea perheet saivat tutustua samassa tilanteessa oleviin perheisiin ja jakaa tuntemuksiaan sekä kokemuksiaan.

Perheiden antaman palautteen mukaan vertaistuki koettiin kaikkina vuosina erittäin tärkeäksi tekijäksi. Tulevista monikkovanhemmista oli helpottavaa, kun he saivat tavata ja keskustella muiden samassa tilanteessa olevien kanssa. Useasti ryhmän jäsenet pitivät yhteyttä toisiinsa myös valmennuksen jälkeen ja vaihtoivat kuulumisia ja kokemuksia sekä hyödyllisiä vinkkejä lastenhoidosta. Myös Isänä monikkoperheessä - tutkimuksessa ((Kärkkäinen & Nygren, 2004) epämuodollinen tuki koettiin merkityksellisemmäksi kuin esimerkiksi neuvolasta saatu tuki. Erityisesti vertaistuki eli kokemusten jakaminen muiden monikkovanhempien kanssa koettiin tärkeänä. Valmennuksissa perheet tutustuivat paikallisten yhdistysten toimintaan, mikä helpottaa perheiden liittymistä jäseniksi ja turvaa vertaistuen saannin jatkossakin.

Neuvoloissakin tulisi huomioida perheiden monikkoarkea koskeva tiedontarve. Mikäli mahdollista tulisi monikkoperheitä ohjata neuvolassa yhteen esimerkiksi niin, että odottavat perheet voisivat tavata lapsensa jo saaneita monikkoperheitä.

Projektin aikana havaittiin, että juuri vertaistuen saaminen ja tuen jatkuvuus kärsivät silloin kun valmennusta ei toteuteta riittävän tiiviisti siten, että perheillä on mahdollisuus tutustua toisiinsa. Loppuraporttia kirjoitettaessa (tilanne 21.3.2006) on nähtävissä, että jatkuvuutta valmennuksille näyttäisi olevan jossain määrin syntymässä, mutta suppeammassa muodossa. Tällöin valmennuksen tiedollinen tavoite toteutuisi, mutta supistetun mallin haasteena on riittävän vertaistuen turvaaminen. Julkisen sektorin resurssipula johtaa siihen, että mallin mukaiset valmennukset eivät toteudu ja monikkoperheet eivät saa tarvitsemaansa erityistukea. Projektissa tavoitteena ollut tasa-arvoinen kohtelu ei jatkossa kaikilla projektipaikkakunnilla toteudu.

#### 5.1.5 Isät monikkoperhevalmennuksessa

Monikkoperhevalmennuksessa huomioidaan koko perhe - äiti, isä, mahdolliset sisarukset ja tulevat monikkolapset. Tavanomaiseen neuvoloiden järjestämään valmennukseen verrattuna tulevan isän rooli oli monikkoperhevalmennuksessa korostunut. Monikkoperheissä isää tarvitaan hoitamaan ja hoivaamaan vauvoja, eikä monikkoisällä ole pelkoa tahtomattaan syrjäytyä lastenhoidossa.

Isät osallistuivat valmennuksiin aktiivisesti. Isien sitoutumisesta kertoo sekin, että isät tulivat yksinkin tapaamisiin, vaikka äiti ei päässytkään mukaan. Isät ottivat myös aktiivisesti yhteyttä järjestöön ja olivat myöhemmin mukana paikallisten monikkoyhdistysten toiminnassa.

Isän monikkoperhevalmennukseen osallistumisen tärkeyttä tukee myös projektista opinnäytetyönään tutkimuksen tehneiden Kärkkäisen ja Nygrenin (2004) tieto, että monikkoisien odotusaikaa luonnehti epävarmuus. Odotusaika oli isille henkisesti raskasta ja vaikeutti miehen siirtymistä isyyteen. Kaikki haastatelluista isistä tunsivat jaksavansa ja voivansa kohtuullisen hyvin, vaikka heille ei juuri omaa aikaa jäänytkään. Epämuodollinen tuki koettiin merkityksellisempänä kuin esimerkiksi neuvolasta saatu tuki. Erityisesti vertaistuki eli kokemusten jakaminen muiden monikkovanhempien kanssa koettiin tärkeänä.

Julkaisussaan Miehestä esikoisen isäksi Kaila-Behm (1997) kuvaa esikoisen odotuksen seesteistä vaihetta, jolloin raskausaikaan ja lapsen terveyteen liittyvät pelot hänen mukaansa hälvenevät, mikäli raskaus on sujunut ongelmitta. Tästä monikkoisien tilanne erosi olennaisesti. Odotusaika oli kaikkien Isänä Monikkoperheessä – tutkimukseen (Kärkkäinen & Nygren, 2004) osallistuneissa perheissä ollut hankala, mikä on tavallista monikkoraskauksissa. Raskauden loppuvaihetta oli var-

jostanut pelko lasten ennenaikaisesta syntymisestä. Monikkoperhevalmennus pystyi tarjoamaan isille vertaistukea.

Pelkoon lasten ennenaikaisesta syntymästä vastattiin valmennuksen odotus- ja synnytysosiossa mm. kertomalla keskosten hoidosta sekä vieraillemalla vastasyntyneiden teho-osastoilla sairaalavierailujen yhteydessä. Osallistujat kokivat isän roolin käsittelemisen tärkeäksi aihealueeksi monikkoperhevalmennuksessa. Sekä äidit että isät kokivat myös isän osallistumisen tapaamiskertoihin erittäin tärkeäksi. (Taipale & Havela, 2004.)

## **5.2. Projektin julkaisut ja muu materiaali**

### **5.2.1 Monikkolasten imetys –opas**

Vuonna 2002 toteutettiin Imetys monikkoperheessä -kysely Suomen Monikkoperheet ry:n Monikkoperheet -lehdessä ja internetsivuilla. Vastauksia tuli 70 kappaletta. Perheiltä saadut vastaukset olivat tärkeitä, sillä aihetta ei ollut aiemmin Suomessa tutkittu. Kysely kartoitti mm. monikkoäitien imetyksen onnistumista ja niitä vaikeuksia, joita perheet ovat mahdollisesti imetyksessä kohdanneet.

Kyselyvastausten ja kansainvälisten monikkoperheyhdistysten tekemien imetysoppaiden pohjalta koostettiin vuonna 2003 Monikkolasten imetys -opas monikkoperheiden tueksi. Oppaan tekstiosasta vastasivat kättilöopiskelijat Anu Pakkanen ja Mirva Turunen opinnäytetyönään. Opas julkaistiin vuonna 2003. Oppaasta saatiin jo projektin aikana hyvää palautetta ja sitä myytiin yhteensä 286 kpl vuosina 2003 - 2005. Terveystieteiden ammattilaisille näistä myytiin 21 %.

### **5.2.2 Asiakkaana monikkoperhe –opas**

Suomen Monikkoperheet ry julkaisi v. 2004 Asiakkaana monikkoperhe -oppaan terveydenhuoltohenkilöstölle. Perhevalmennusprojekti osallistui oppaan tekoon terveydenhuollon asiantuntijana. Lisäksi projektin työntekijä kirjoitti oppaaseen osiot imetyksestä, tsygositeetin selvittämisen merkityksestä sekä osallistui monikkoarkiosion kirjoitukseen yhdessä Suomen Monikkoperheet ry:n työntekijän kanssa. Perhevalmennusprojektin voimavaroilla ei olisi yksin ollut mahdollista tehdä näin laaja-alaista opasta. Perhevalmennusprojektin avulla pystyttiin osallistumaan valmennuksen kannalta oleellisiin aihe-alueisiin ja viemään eteenpäin terveydenhuoltohenkilöstölle sitä tietoa, jota perheet odottavat saavansa ammattihenkilöstöltä. Opas sisälsi myös ohjauksellista tietoa terveydenhuoltohenkilöstölle.

### 5.2.3 Monikkoperhevalmennuksen ohjausmateriaali -kansio

Monikkoperhevalmennusprojektilta valmistui Monikkoperhevalmennuksen ohjausmateriaali-kansio monikkoperhevalmennusten järjestämisen tueksi projektin virallisesti päättyessä (joulukuu 2005). Materiaalin sisällön suunnittelussa ja kommentoinnissa hyödynnettiin eri paikkakunnilla toimineita luennoitsijoita, joista koottiin viisi työryhmää: odotus ja synnytys, monikkoarki, äitien ryhmä, isien ryhmä sekä parisuhde. Materiaalin työstivät projektin kaksi työntekijää vuonna 2005.

Materiaali sisältää kirjallisen ohjausmateriaalin perhevalmennusaiheiden sisällöstä, ohjeita ryhmän vetämiseen sekä piirtoheitinkalvot valmennusosioissa käytettäväksi. Aihealueina ovat odotus ja synnytys, tutustuminen synnytyssairaalaan, monikkoarki, isän jaksaminen ja rooli monikkoperheessä, äidin jaksaminen ja imetys, parisuhde ja vauvatapaaminen.

Materiaali suunnattiin erityisesti terveydenhuollon ammattilaisille tueksi monikkoperhevalmennusten järjestämiseen. Materiaalin avulla myös muiden ammattiryhmien edustajat voivat toimia valmennusten järjestäjinä. Kansiosta hyöttyy myös opetushenkilöstö, joka voi käyttää kansioita alan opiskelijoille suunnatun opetuksen opetusmateriaalina. Kansiota tuotettaessa hyödynnettiin koko kuusivuotisen projektin aikana kertynyt kokemus monikkoperhevalmennusryhmien järjestämisestä. Kansion markkinointi alkoi vuoden 2006 puolella ja sitä myytiin paikallisille monikkoperheyhdistyksille, oppilaitoksille, sairaanhoitopiireille sekä lapsettomuusklinikoille (tilanne 21.3.2006).

### 5.2.4 Opinnäytetyöt

Projektin aikana projektin teemoista valmistuivat seuraavat opinnäytetyöt:

- Havela, J. & Taipale, S. 2004. Monikkoperheiden vanhempien kokemuksia monikkoperhevalmennuksesta. Proseminaari-työ. Jyväskylän yliopisto, kasvatustieteen laitos.
- Kärkkäinen, A. & Nygren, M. 2004. Isänä monikkoperheessä. Kaksoslasten isien kokemuksia vanhemmuuteen siirtymisestä ja arjen sujumisesta. Proseminaari-työ. Jyväskylän yliopisto, Kasvatustieteen laitos.
- Pakkanen, A. & Turunen, M. 2003. Monikkolasten imetysopas (tekstiosio). Opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, sosiaali- ja terveysala.
- Räsänen, M. 2005. Voimavarojen avulla kaksosvanhemmaksi. Opinnäytetyö. Savonia - ammattikorkeakoulu, kätilötyön koulutusohjelma.

Havelan ja Taipaleen (2004) tutkimuksessa keskityttiin valmennusten vaikuttavuuteen. Tutkimuksessa painottuivat erityisesti monikkoperhevalmennuksessa käytetyt opetus- ja oppimismenetel-

mät, sosiaalinen tuki sekä monikkoperheen arki. Kyselylomakkeet (n=116) postitettiin kaikille Oulun, Jyväskylän ja Tampereen perhevalmennukseen aikavälillä 08/03 - 06/04 osallistuneille pariskunnille. Kyselylomakkeet lähetettiin erikseen äideille ja isille. Tutkimuksen vastausprosentti oli 51.

Kärkkäinen ja Nygren (2004) haastattelivat pro seminaari -tutkielmassaan neljää perhevalmennuksen käynyttä monikkoperheen isää (ks. 5.1.5 Isät monikkoperhevalmennuksessa).

Projektin aikana projektipäällikkö (ent. projektisihteeri) Katri Ahlgrén valmisteli Jyväskylän ammattikorkeakoulun jatkotutkimuksen opinnäytetyötä aiheesta ”Monikkoperhe tilastojen valossa”. Tutkimuksen ennakkotietoa julkaistiin Suomen Monikkoperheet ry:n Monikkoperheet -lehden 10-vuotisjuhlanumerossa 2/2005.

Vuonna 2005 annettiin ohjausta Jyväskylän Ammattikorkeakoulussa opiskelevien Nygårdin ja Viitasen opinnäytetyöhön monikkolasten kasvatuksesta. Siinä on hyödynnetty projektipäällikkö Katri Ahlgrénin kyselyn ”Monikkolapsen ensimmäinen vuosi” aineistoa kasvatuksen osalta.

Vuonna 2005 annettiin lisäksi ohjausta opinnäytetöihin Eromäki, P. ja Hirvimäki M. ”Monikkolasten yleisimmät infektiot” ja Eskelinen, H. ”Monikko-odottajan liikunta ja kuntoutuminen synnytyksen jälkeen”.

#### 5.2.5 Lehtiartikkelit

Perhe- ja asiantuntijalehdissä julkaistiin useita artikkeleita monikkoudesta terveydenhuoltohenkilöstölle ja perheille (ks. 6.1 Projektin saama mediajulkisuus). Artikkeleissa hyödynnettiin projektissa kertynyttä tietoa, kyselyjen avulla kerättyä tietoa sekä kansainvälistä tutkimuskirjallisuutta. Projektin työntekijä toimi asiantuntijana monikkoterveydenhuoltoon liittyvän kansainvälisen kirjallisuuden hankinnassa.

### 5.3 Muut tukimuodot

#### 5.3.1 Puhelinneuvonta

Pienillä paikkakunnilla monikkolapsia saattaa syntyä todella harvoin. Tällöin terveydenhoitohenkilökunnalla ei välttämättä ole riittäviä tietoja neuvoa uuden elämäntilanteen kohdannutta perhettä. Projektin myötävaikutuksella useat terveydenhoitohenkilökuntaan kuuluvat saivat puhelimitse apua projektin työntekijältä. Puhelinkeskusteluissa läpikäytyt asiat selkiyttivät monelle monikkoperhei-

den erityistilannetta. Projektin työntekijä antoi puhelinneuvontaa myös perheille, joista osa osallistui valmennusryhmiin ja osa hyödynsi tukea yksilöneuvontana. Projektin tarjoama tieto oli täten muutenkin kuin perhevalmennukseen osallistuneiden perheiden ulottuvilla. Puhelinpalvelu tavoitti monikkoperheet ja terveydenhuoltohenkilökunnan valtakunnallisesti.

### 5.3.2 Internet-palvelut

Kysymys- ja vastauspalsta avattiin Suomen Monikkoperheet ry:n internetsivuilla marraskuussa 2003. Palstalle odottavat äidit ja jo lapsensa saaneet perheet saivat lähettää mieltään askarruttavia kysymyksiä, joihin asiantuntijat vastasivat. Kysymykset ja vastaukset olivat nähtävissä internetsivuilla. Tämä palveli myös perheitä, jotka asuvat perhevalmennusryhmien ulottumattomissa ja syrjäisillä seuduilla, joissa yleensä neuvolaankin on pitkä matka. Kysytyt kysymykset liittyivät laajasti monikkouteen ja perheen erityistarpeisiin: mm. monikko-odotukseen ja –synnytykseen, monikkolasten kasvuun ja kehitykseen, monikkoperheen arkeen, lastenhoidon järjestämiseen, sosiaaliturvaan sekä monikkoperheyhdistysten toimintaan. Internet-asiantuntijapalstalle tuli vuosien 2003 - 2005 aikana 61 kysymystä. Vuoden 2005 lopussa palstalle ei otettu enää uusia kysymyksiä, koska kysymyksiin ei pystytty vastaamaan kohtuullisessa ajassa niiden työllistävyyden vuoksi. Tuolloin projektin työntekijät työllistyivät täysin ohjausmateriaalikansion loppuunsaattamisessa.

Suomen Monikkoperheet ry:n internetsivuilla oli oma osionsa perhevalmennusprojektille, jossa kerrottiin perhevalmennuksen sisällöstä ja aikatauluista. Perheiden palautteista saadun tiedon mukaan 17,5 % oli saanut tiedon alkavasta perhevalmennusryhmästä internetsivujen kautta, joka oli tärkein tiedonsaantikanava perheille. Perhevalmennusprojekti kokosi internetsivuille kattavan linkki-sivuston maailmanlaajuisista monikkosivustoista. Linkki-sivusto oli Suomen Monikkoperheet ry:n internetsivujen toiseksi suosituin osio vuoden 2005 aikana.

## 6. JULKISUUS JA TIEDOTTAMINEN

### 6.1. Projektin saama mediajulkisuus

Monikkoperhevalmennusprojekti oli mediassa esillä säännöllisesti koko projektiajan. Perhevalmennuksesta julkaistiin artikkeleita lapsiperheiden vanhemmille ja terveydenhuollon ammattilaisille kohdennetuissa lehdissä. Perhevalmennus näkyi myös paikallisten sanomalehtien artikkeleissa.

Oheisessa taulukossa on lyhyesti listattu merkittävimmät mediat, joissa käsiteltiin monikkoperhevalmennusprojektiä. Lisäksi Suomen Monikkoperheet ry:n Monikkoperheet -lehden lähes joka numerossa julkaistiin asiaa valmennuksesta ja siihen liittyvistä asioista. Vuonna 2006 julkaistaan projektin tuottama kirjoitus monikkovanhempien parisuhteesta. Artikkelissa hyödynnettiin Katri

Ahlgrénin kyselyllään ”Monikkolapsen ensimmäinen vuosi” keräämää aineistoa, josta käytettiin parisuhteeseen liittyvä aineisto.

**Taulukko 1.** Perhevalmennusprojektin esiintyminen mediassa 2000- 2005

Vuosi	2000	2001	2002 *
Media	mm. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Useat Vauva- lehden numerot 2000</li> <li>• Keski-suomalainen 21.06.2000</li> <li>• Suur- Jyväskylän lehti 2000</li> </ul>	mm. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vauva- lehti 8/2001</li> <li>• Keski-suomalainen 27.4.2001</li> <li>• Tamperelainen 3/2001</li> <li>• Pohjois-Satakunta 25.9.2001 ja 2.10.2001</li> <li>• Radio Keski- Suomi</li> <li>• Radio Nova</li> <li>• Tampereen paikallisradio useita kertoja</li> <li>• MTV3:n uutiset 9.12.2001</li> <li>• Kirjoitus Mainio.net internetpalvelun uutisosastolla.</li> </ul>	mm. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kätilö- lehti 1/2002</li> <li>• Kaleva 18.8.2002</li> <li>• Vauva- lehti 8/2002</li> </ul>
Vuosi	2003	2004	2005
Media	mm. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kouluterveys &amp; Neuvo- la- lehti 2/2003</li> <li>• Forum24- lehti 11.11.2003</li> <li>• Kaleva 2/2003</li> <li>• 9 kuukautta –lehti kesä- elokuu 2003</li> <li>• Oulun sanomat 10/2003</li> <li>• Suur-Jyväskylän lehti 10/2003</li> </ul>	mm. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vauva –lehti 8/2004</li> <li>• Odotus –lehti 1/2004</li> <li>• Monikkoperheet –lehti 1, 2 ja 3/2004</li> <li>• Imetyskyselyn tulokset ja imetysoppaan esittely Kä- tilölehti 7/2004.</li> <li>• Ilkka 23.8.2004</li> <li>• Uutis-Kukko 11.11.2004</li> </ul>	mm. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hämeen Sanomat 31.1.2005</li> <li>• Tietoa terveydestä – lehti 4/2005</li> <li>• Odotus –lehti 3/2005</li> <li>• Kaleva 10.3.2005 ja 13.7.2005</li> <li>• Ilkka 15.3.2005</li> <li>• Monikkoperheet –lehti 1, 2 ja 4/2005</li> </ul>

## 6.2 Valmennusryhmistä tiedottaminen

Jokaisen perhevalmennuskaupungin ja sen lähikuntien neuvoloihin ja valmennuskaupunkien synnytyssairaaloihin postitettiin kerran vuodessa tietoa monikkoperhevalmennusprojektista. Vuonna 2005 neuvoloiden terveydenhoitajia tiedotettiin lisäksi sähköpostitse valmennuksien aikatauluista. Kätilöopiston sairaala postitti tietoa Helsingissä järjestettävästä valmennuksesta kaikkiin Vantaan ja Helsingin alueen sairaaloihin ennen jokaista Helsingin valmennusta. Tämän lisäksi perhevalmennusryhmien alkamisesta ilmoitettiin Suomen Monikkoperheet ry:n internetsivuilla, jäsentiedotteissa ja valmennuskaupunkien paikallislehdissä. Helsingin Monikkoperheet ry ilmoitti omilla internet-sivuillaan Helsingissä toimivista valmennuksista. Valmennuskaupunkien monikkoperheyhdistykset mainostivat valmennuksia lisäksi omissa lehdissään, tiedotteissaan sekä internet-sivuillaan.

Suomen Monikkoperheet ry:n internet-sivuja käytettiin perhevalmennusprojektin tiedostuskanavana vuodesta 2001 alkaen, jolloin kattojärjestön internet-sivut avattiin. Suomen Monikkoperheet ry:n internet-sivuilla käyntikertoja oli 9/2003 – 9/2004 välisenä aikana 12 470. Vuonna 2005 järjestön sivut uudistuivat ja uusilla sivuilla käyntikertoja oli 15.7.- 9.12.2005 välisenä aikana 14 812. Perheiden palautteiden mukaan 17,5 % oli saanut tiedon monikkoperhevalmennuksista internetistä, joka oli perheiden tärkein tiedonsaantikanava (liite 2).

## 6.3. Järjestetyt koulutukset

Suomen Monikkoperheet ry:n hallituksen varapuheenjohtaja Anna-Katriina Salmikangas esitteli vuonna 2004 Oulussa Suomen Perinatologisen seuran monisikiöaiheisilla jatko- ja täydennyskoulutuspäivillä esitelmässään ”Monikkoperheen elämää” Suomen Monikkoperheet ry:n perhevalmennusprojektia. Myös projektisihteeri osallistui koulutuspäiville.

Vuonna 2004 järjestettiin Jyväskylässä kokeiluluonteisesti yhdessä Suomen Monikkoperheet ry:n kanssa koulutus Jyväskylän kaupungin äitiys- ja lastenneuvoloiden terveydenhoitajille. Projektin osuutena oli esitellä terveydenhoitajille valmennuksen sisältö ja kertoa monikkoperhevalmennuksen tavoitteista. Samalla esiteltiin lyhyesti uusinta tutkimustietoa monikkoraskauksista. Koulutus oli terveydenhoitajilta kerätyn palautteen perusteella tarpeellinen ja terveydenhoitajat kokivat saaneensa tarpeellista tietoa työnsä tueksi.

Vuoden 2005 alussa monikkoperhevalmennusprojektin työntekijä luennoi yhdessä Suomen Monikkoperheet ry:n työntekijän kanssa ”Tammikuun kihlaus” –koulutuspäivässä Keski-Suomen keskussairaalle. Koulutus oli tarkoitettu sairaanhoitopiirin henkilökunnalle ja alueen neuvolatyöntekijöille. Suomen Monikkoperheet ry esitteli omassa luennossaan järjestön toimintaa ja Asiakkaana monikkoperhe-opasta. Monikkoperhevalmennusprojekti esitteli perhevalmennusprojektia. Osallistujille tehtiin kysely, jossa kartoitettiin, järjestävätkö toimipaikat omaa valmennusta monikkoperheille ja minkä tahon he näkevät sopivan monikkoperhevalmennuksen järjestäjäksi. Vastauksia tuli yhteensä 18. Suurin osa vastaajista piti sairaanhoitopiiriä parhaana valmennusten järjestäjänä, koska se tavoittaa odottajat parhaiten. Lähes yhtä suuri määrä piti Suomen Monikkoperheet ry:tä sopivimpana, koska valmennukset olivat toimineet hyvin ja asiantuntevasti.

## **6.4 Muu tiedottaminen**

Kuntien johtaviin viranhaltijoihin oltiin yhteydessä haettaessa mm. rahoitusta ja avustuksia. Tätä kautta heidät saatiin myös tietoisiksi monikkoperheiden ennaltaehkäisevän tuen tarpeesta.

## **7. ONGELMAT JA SUOSITUKSET**

### **7.1 Ongelmat projektin toteutuksessa**

Projektin keskeinen tehtävä oli monikkoperhevalmennusryhmien organisoiminen monikkosyntyvyydeltään suurimmille paikkakunnille. Ongelmaksi muodostui toisinaan valmennusten suuri kysyntä ja monikkosynnytysten ajoittuminen. Kaikki odottajat eivät aina päässeet valmennuksiin, sillä tilat eivät antaneet myöten isompaan ryhmään. Pieni ryhmä edesauttaa ryhmähengen syntymistä ja helpottaa vertaistuen saamista, minkä vuoksi ryhmät pyrittiin pitämään pieninä. Suurimmat ryhmät olivat 10 perheen ryhmiä. Osallistujien mielestä ryhmäkoko oli ollut liian suuri, eivätkä perheet olleet oppineet tuntemaan muita perheitä. Vuosiohjelman suunnitteleminen koko vuodeksi etukäteen katsottiin tarkoituksenmukaiseksi mm. valmennukseen sitoutuneiden ryhmänvetäjien kannalta, vaikka toisaalta monikkosyntyvyyden arviointi oli hankalaa. Ajoittain monikko-odottajia ei ollut ryhmän alkamisajankohtana, jolloin ryhmiä jouduttiin perumaan tai pitämään räätälöityjä ryhmiä pienemmällä kokoonpanolla. Työmäärä lisääntyi huomattavasti, kun valmennuksia jouduttiin perumaan, siirtämään tai järjestämään kokonaan uusia ryhmiä.

Suomen Monikkoperheet ry:n monikkoperhevalmennukset nojasivat pitkälti (Jyväskylää lukuun ottamatta) paikallisten monikkoperheyhdistysten mahdollisuuden toimia apuna valmennuksessa.

Paikallisyhdistyksissä toimitaan kuitenkin vapaaehtoisvoimin, jolloin valmennus kuormitti ajoittain kohtuuttomasti paikallisia yhdistyksiä. Pelkona projektin aikana olikin, että paikalliset yhdistykset kuormittuvat niin paljon, että eivät pysty jatkamaan toimimista perhevalmennusprojektissa. Silloin olisi ollut lähes mahdotonta toteuttaa valmennusta projektin resursseilla. Toisaalta paikalliset yhdistykset myös hyötyivät yhteistyöstä, sillä he pystyivät tekemään oman yhdistyksensä toimintaa tutuksi ja saivat usein perheistä aktiivisia jäseniä yhdistykseensä.

Projektin aikana valmennuskaupungeista oli vaikea saada avustusta valmennusryhmätoiminnasta aiheutuviin kuluihin. Valmennuskaupungeista Oulu jopa perusteli hylkäävää avustuspäätöstä sillä, että kyseessä on RAY-rahoitteinen projekti.

Projektissa toimintaa toteutettiin vuoteen 2004 asti siinä käsityksessä, että toiminnalle olisi mahdollista saada pysyvämpää jatkorahoitusta. Koska projektissa toteutettu malli koettiin toimivaksi, sille toivottiin järjestössä pysyvää rahoitusta. Toive oli vahva, koska projektin aikana huomattiin, että muilla tahoilla kuin monikkoperheitä edustavalla monikkotoiminnalla ei ole selkeää intressiä tai resursseja vastata tämän erityisryhmän tarpeisiin riittävän vahvalla ryhmämuotoisella tuella. Näin ollen projektin toteutuksessa ei ennen vuotta 2004 huomioitu sitä, että RAY ei todennäköisesti ole halukas jatkamaan valmennusryhmätoiminnan rahoitusta projektin jälkeen. Vuonna 2004 käydyissä neuvotteluissa selkiytyi RAY:n kanta siitä, että valmennustoiminta katsotaan julkisen sektorin vastuulla olevaksi toiminnaksi. Vuonna 2004 haettiin jatkorahoitusta RAY:stä useammaksi vuodeksi siten, että valmennustoiminta siirrettäisiin vähitellen pois Suomen Monikkoperheet ry:n vastuulta. Jatkorahoitusta saatiin haetun useamman vuoden sijasta yhdeksi vuodeksi eli vuodelle 2005. Tällöin myös suunnitelma valmennusten siirtämisestä tiivistyi yhdelle vuodelle. Valmennusten siirtäminen nopeasti julkisen sektorin hoidettavaksi oli niin haasteellinen, ettei sitä ollut mahdollista tehdä käytettävissä olevassa ajassa (ks. 9.1 Perhevalmennusten jatkuvuus).

## **7.2. Jatkosuositukset projektin toimeenpanon kehittämiseksi**

Perhevalmennusprojektin kokemusten pohjalta voidaan antaa suosituksia monikkoperhevalmennusten juurruttamisesta osaksi jo olemassa olevaa palvelutuotantoa. Perhevalmennusryhmien jatkuvuuden turvaamiseksi olisi valmennuspaikkakuntien eri yhteistyökumppanit pitänyt ottaa projektin alusta alkaen tiiviimmin mukaan. Toisaalta kaupungeilla ei ollut käytännössä resursseja osallistua projektin aikana valmennustoimintaan. Ehkä projektin aikana olisi ollut mahdollista luoda yhteistyörakenteita, jotka olisivat varmistaneet paremmin valmennusryhmien jatkuvuutta projektin jälkeenkkin. Toisaalta projektin tulokset valmennusryhmien toimivuudesta ja tuotettu ohjausmateriaali ovat hyvä pohja, jolta jatkuvuutta voidaan kuitenkin toivoa.

Projektin kokemusten pohjalta voidaan antaa suosituksia myös projektiaikaisen arvioinnin laajentamiseen. Projektin aikana projektia arvioitiin lähinnä valmennukseen osallistuneiden perheiden palautteiden perusteella. Nykyisin erilaisten projektien työntekijöille on jo käytössä helpokosti käyttöön otettavia työkaluja, joilla he voivat itse arvioida projektin etenemistä. Mikäli tässä projektissa olisi lähtökohdaksi otettu em. laajempi tapa toimia yhteistyöverkostoissa, olisi itsearviointityökalujen käyttö projektin etenemisen seuraamiseksi ollut erityisen perusteltua.

Perhevalmennusryhmien organisoimisesta saatiin kuitenkin sellaista kokemusta ja projektissa tuotettiin sellaista valmista materiaalia, joita voidaan hyödyntää monikkoperhevalmennuksiin tulevaisuudessa.

## **8. PROJEKTIN INNOVATIIVISUUS**

Monikkoperhevalmennusprojekti toimi yhteensä kuuden vuoden ajan. Tämän kokemuksen pohjalta voidaan arvioida, että projektin kohderyhmä oli oikein valittu ja kohderyhmällä oli selkeä tarve saada projektin tuottamaa valmennusta.

Kuuden vuoden aikana perhevalmennusten järjestämisen malli pysyi suhteellisen samansisältöisenä, vaikka muutoksiakin tehtiin perheiden antaman palautteen perusteella. Monikkoperhevalmennusprojektin aikana osoitettiin, että monikkoperhe hyötyy selkeästi vertaistuesta. Valmennusryhmän pieni koko turvasi ryhmäytymisen. Valmennusryhmien muodon osalta innovaationa voitaneen pitää sitä, että perheet tapaavat riittävän monta kertaa ja riittävän pieninä ryhminä, jotta turvallinen ja luottamuksellinen maaperä vertaistuelle pääsee syntymään.

Monikkoperhevalmennusmalli on innovaatio, jonka toimivuus projektin puitteissa tuli testattua. Malli oli mahdollista toteuttaa ja perheet sitoutuivat hyvin mallin mukaiseen ryhmätoimintaan. Malli oli toimiva tapa saada järjestettyä monikko-odottajille heidän tarvitsemaansa vertaistukea ja tietoa. Perhevalmennuksen nimissä toteutettu tapa koota perheet yhteen ja tuottaa vertaistukea oli luontevaa ja perhevalmennuksen avulla voidaan helpottaa vertaistuen muodostumista.

Vertaistuen tarve nousi projektin kuluessa hyvin selkeästi esiin. Projektin perhevalmennusryhmien loputtua näyttää siltä, että julkinen sektori ei pysty ottamaan vertaistuen tuottamista vastuulleen. Projektissa ei ollut mahdollista testata sellaista mallia, jossa valmennustapaamiset olisivat painotuneet toteutettua enemmän lasten syntymän jälkeiseen aikaan ja sosiaalisen selviytymisen ja jakamisen tukemiseen ryhmämuotoisena vertaistukena. Tästä vertaistuen tuottamisen puutteesta ja sen tuottamisesta myös lasten syntymän jälkeiseen aikaan sosiaalisen selviytymisen tueksi olisi projektin kokemusten perusteella tarve uudelle hankkeelle, jossa huomioitaisiin vauva- ja pikkulapsivaiheen monikkoperheiden vertaistuen tarve ja jatkuvuus.

Innovaationa voidaan pitää myös sitä, että projektissa tuotettiin materiaalia, jota ei ollut aiemmin saatavilla.

## **9. PROJEKTIN JATKUVUUS JA TULOSTEN HYÖDYNTÄMINEN**

### **9.1 Perhevalmennusten jatkuvuus**

RAY:n mukaan Raha-automaattivastuksilla rahoitettujen toimintojen ja julkisen palvelujärjestelmän välinen raja on kehittynyt melko vaikeasti hahmotettavaksi – ellei hämäräksi – useiden vuosikymmenten kuluessa. Tätä kehitystä on osaltaan tukenut sosiaali- ja terveysalan lainsäädännön kehittyminen väljäksi puitelaksi, joissa ei yksityiskohtaisesti luetella, mitkä nimenomaiset palvelut ovat kunnan velvollisuuksia.

Laissa ei sanota mitään tarkasti perhevalmennuksista. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisussa ”Suuntaviivat lastenneuvolatoiminnan järjestämisestä kunnille” todetaan vain seuraavaa: ”Kunnassa sovitaan pysyvät käytännöt vanhempainryhmätoiminnan mahdollistamiseksi vähintään ensimmäistä lasta odottaville ja kasvattaville vanhemmille. Odotusajan ja ensimmäisen elinvuoden aikainen vanhempainryhmätoiminta on osa kunnan lapsiperheiden palvelujen resursoitua suunnitelmaa ja sitä seurataan ja arvioidaan yhteisesti sovituin käytännöin.”

Kunnittain on suurta vaihtelua siinä, miten perhevalmennuksia hoidetaan. Monikkoperhevalmennusprojekti loppui tilanteessa, jossa terveydenhuollon sektori on osittain luopunut aiemmin toteutusta ennaltaehkäisevästä terveydenhuollosta. Kuntien ja sairaanhoitopiirien taloudellinen tilanne on tiukka, jolloin usein ennaltaehkäisevä terveydenhuolto on ensimmäisenä karsimislistalla. Yleisiä valmennuksia on jopa kokonaan lopetettu tai supistettu rajusti. Vaikka perhevalmennustoiminta nähdään tärkeänä, ei resursseja niiden järjestämiseen aina ole. Tilanteissa, joissa julkisen sektorin resurssit ennaltaehkäisevään työhön supistuvat, vertaistuen tarve korostuu entisestään.

Monet kaupungit ovat supistaneet erityisesti ennaltaehkäisevän terveydenhuollon kustannuksista, sillä niiden vaikutukset on näkyvissä vasta pidemmän ajanjakson kuluttua. Sairaanhoidossa tulokset ovat nopeammin nähtävillä: sairaus parantuu. Terveys 2015 –ohjelman mukaisesti tulisi erityisesti kiinnittää huomiota ennaltaehkäisevään työhön, jolla usein on paljon pidempikestoisia terveyden ja hyvinvointiin liittyviä vaikutuksia. Kuopiossa ensimmäistä lastaan odottaville järjestetään sairaanhoitopiirin toimesta vain yksi kaikille yhteinen synnytysvalmennuskerta. Neuvoloiden toimesta ei Kuopiossa järjestetä minkäänlaista valmennusta. Uusin tieto kertoo Jyväskylän maalaiskunnan lopettaneen perhevalmennuksen. Esikoistaan odottaville järjestetään vain yksi synnytys-

valmennuskerta. Käytännöt ovat siis todella kirjavia ja supistuksia ennaltaehkäisevässä toiminnassa tehdään kuntien ja sairaanhoitopiirien toimesta enenevässä määrin. Tällä hetkellä kuntien neuvoloiden terveydenhoitajien työ on entistä suuremmissa vaikeuksissa, koska lastenneuvolan terveydenhoitajalla saattaa olla 600 - 700 lasta hoidettavanaan. Liiallisen työmäärän vuoksi juuri perhevalmennuksista tingitään (Urjanheimo, 2005).

Monissa järjestöjen suunnittelemissa kehittämishankkeissa kunnat näyttävät olevan mukana vain siksi, että RAY-rahoitteisen projektin keston ajan ne saavat kyseisen palvelun joko ilmaiseksi tai erittäin halvalla. Tämä on havaittavissa myös Suomen Monikkoperheet ry:n kyselyn vastauksissa, joissa toimintaa ollaan valmiita jatkamaan, mikäli RAY sitä rahoittaa. On valitettavaa, että projektin päättymisen jälkeen hyväkään kehittämistulos ei juurru palvelujärjestelmään, vaan projektissa kehitetyn toimintamallin jatkuminen usein edellyttää, että RAY rahoittaa sitä jatkossakin.

Projektin aikana ennätettiin kartoittaa monikkoperhevalmennusten jatkoa projektipaikkakunnilla. Kartoitus tehtiin kyselyllä, joka lähetettiin monikkoperhevalmennukseen osallistuneiden perheiden kotikuntien neuvoloiden eli avoterveydenhuollon ja sairaanhoitopiirien johtaville viranhaltijoille. Mukana kyselyssä olivat Jyväskylän, Tampereen, Kuopion, Seinäjoen ja Oulun viranhaltijat. Vastausprosentti oli 52 %. Vastaukset saatiin niin sairaanhoitopiireistä kuin avopuoleltakin kaikista muista kaupungeista paitsi Oulusta. Kyselyn vastausten yhteenveto on liitteessä 5. Sairaanhoitopiirien ja neuvoloiden johtaville viranhaltijoille suunnattu kysely paljasti, että valmius aloittaa valmennukset vuonna 2006 oli hyvin vaihteleva paikkakunnasta riippuen. Kysyttäessä vastaajien valmiutta järjestää mallin mukaisia valmennuksia vastaukset olivat lähes yksimielisiä: ei ole mahdollisuutta järjestää erillistä valmennusta. Palautetta kuvaavat parhaiten seuraavat lainaukset annetuista vastauksista:

*"Ei onnistu, lisäresurssia ei ole tulossa."*

*"Voimme jatkaa kuten tähänkin asti"*

Vastaajat olivat kuitenkin kahta vastaajaa lukuun ottamatta kiinnostuneita järjestämään mallin mukaista monikkoperhevalmennusta, mikäli toiminnalle olisi esimerkiksi saatavissa lisäresursseja.

Millään projektipaikkakunnalla ei järjestetty vuonna 2005 monikko-odottajille erillistä perhevalmennusta Suomen Monikkoperheet ry:n projektin lisäksi. Vuonna 2005 toteutetun kyselyn perustella vastaajat kokivat hyväksi, että monikkoperhevalmennus järjestettäisiin Suomen Monikkoperheet ry:n toimesta tulevaisuudessakin. Vastaajien palautteista kävi ilmi työnjako, jossa sairaanhoitopiirien vastuualueeseen kuuluu synnytysvalmennus ja muiden aiheosoiden koettiin kuuluvan neuvoloille.

*”Näin laajamittaiseen monikkovalmennukseen, kuin Monikkoperheillä, en usko olevan erikoissairaanhoidon toimesta mahdollisuuksia. Jonkinasteista infotoimintaa määrävälein ehkä voisi olla.”*

*”Perhevalmennus on työnjaollisesti avoterveydenhuollon eli neuvolan vastuulla, toki synnytyssairaalan kanssa voidaan tehdä yhteistyötä ja sopia toinen toistaan täydentävistä työmuodoista (mm. synnytysvalmennus ja synn.salin tilojen esittely )”*

Monikkoperhevalmennusprojektin edetessä järjestölle kävi selväksi vasta vuonna 2004, että projektissa toteutetun mallin mukaiselle valmennukselle ei ole mahdollista saada pysyvää rahoitusta. Projektin kuluessa tuli vahvasti esiin se, että sille ei ole selkeää toteuttajatahoa ja yksöisperheidenkin perhevalmennuksia ajettiin alas. Tästä johtuen järjestössä ajateltiin, että monikkoperhevalmennus voisi olla osa järjestön pysyvää toimintaa. Järjestössä nähtiin myös, että valmennustoiminta on sellaista räätälöityä ennaltaehkäisevää tukea, jolla perheiden jaksamista voidaan suoraan vahvistaa ja näin saattaa monikkoperheitä tasa-arvoisempaan asemaan lapsensa yksittäin saaneiden perheiden kanssa.

RAY:n näkökulmasta toiminta kuuluu julkiselle sektorille, mutta nähtäväksi jää kuka voi ottaa vastuuta tämäntyyppisen toiminnan jatkuvuudesta. Projektin kokemusten perusteella monikkoperhevalmennusmalli on edullinen ja tehokas tapa tukea monikko-odottajaperheitä. Perhevalmennusmallin toteutettavuus jonkin muun tahon kuin Suomen Monikkoperheet ry:n organisoimana jää nähtäväksi. Loppuraporttia kirjoitettaessa (tilanne 21.3.2006) on jo nähtävissä, että valmennustoiminta tulee jatkumaan joissain kaupungeissa, mikään taho ei ole kuitenkaan lähtenyt toteuttamaan mallia sellaisenaan. Osa Suomen Monikkoperheet ry:n jäsenyhdistyksistä on lähtenyt järjestämään pienimuotoisia vertaistuki-iltoja odottajille. Näin paikalliset monikkoperheyhdistykset ovat ottaneet vastuuta valmennustoiminnan jatkumisesta vapaaehtoisvoimin ja hyödyntävät projektin valmistamaa ohjausmateriaalia. Näyttäisi siltä, että monikkoperhevalmennuksilla on parhaiten jatkuvuutta siten, että paikallinen monikkoperheyhdistys ja sairaanhoitopiiri yhdessä organisoivat toimintaa.

Jatkuvuutta on löytymässä lähinnä tiedon välittämiselle. Vertaistuen jatkuvuus vaatisi useamman tapaamiskerran, samana pysyvän ryhmän ja edellytykset ryhmäytymiselle. Näitä edellytyksiä täyttämään ei näyttäisi vielä löytyneen riittävää jatkuvuutta.

Meneillään olevan kunta- ja palvelurakennemuutoshankkeen myötä mahdollinen terveydenhuollon järjestämisvastuun alueellinen laajentuminen voisi olla mahdollisuus monikkoperhevalmennusmallin toteutumiselle, kun vastuualueella monikkosynnytyksiä kertyisi yksittäistä kuntaa enemmän. Jos valmennukset käynnistyvät sairaanhoitopiirien toimesta, olisi niillä paremmat

mahdollisuudet seurata monikkosynnyttäjien kulloistakin määrää, jolloin valmennusaikataulujen teko helpottuu. Kun valmennuksia toivottavasti pidetään tulevaisuudessa julkisen sektorin omien työntekijöiden voimin, järjestelyt on myös helpompi tehdä joustavammalla aikataululla kuin mihin projektissa oli mahdollisuus.

Projektissa kehitetystä mallista todennäköisesti käytäntöön siirtyviä osioita voisivat olla odotus ja synnytys, tutustuminen synnytyssairaalaan, imetys ja monikkoarki. Sairaanhoidopiireissä kiinnostusta on ollut lähinnä kahden ensin mainitun osion toteuttamiseen. Paikalliset monikkoperheyhdistykset ovat kiinnostuneimpia osioista, joiden pitäminen onnistuu helpommin kokempohjalta, sillä vapaaehtoisilla ei ole koulutusta tai riittävää tietoa terveydenhuollosta, vaikka voivatkin käyttää monikkoperhevalmennusmateriaalia hyödykseen. Muiden mallin osioita ja siitä tuotettua materiaalia tultaneen hyödyntämään osittain. Puhtaan kuusiosaisen mallin mukaisten valmennusten jatkuminen näyttää epävarmalta.

Projektissa kehitetty malli on tuotteistettu materiaaliksi. Monikkoperhevalmennusmallin myyminen ja materiaalin eteenpäin vieminen ja markkinointi vaatii työtä, jotta projektin jälkeenkin monikkoperhevalmennuksia järjestettäisiin ja ohjausmateriaalia hyödynnettäisiin niissä. Projektissa työskentelee vuoden 2006 aikana ainakin kahden - kolmen kuukauden ajan projektisihteeri, joka käyttää työaikansa ohjausmateriaalista tiedottamiseen. Lisäksi projektisihteeri tekee yhteistyötä valmennuspaikkakunnilla, jotta sairaanhoidopiiri ja paikallinen monikkoperheyhdistys sekä mahdollisesti neuvola voisivat yhteistyössä jatkaa valmennustoimintaa hyödyntämällä projektin valmistamaa ohjausmateriaalia.

## **9.2 Projektin muiden tuotosten hyödyntäminen**

Projektissa saatiin aikaan pysyviä vaikutuksia materiaalityönnön osalta. Projektissa tuotettiin uutta suomenkielistä tietoa ja materiaalia aiheista, jotka koskettavat monikko-odotusaikaa ja vauva-aikaa.

Projektissa kertyvää tietotaitoa on kyetty tarjoamaan perhevalmennuskaupunkien ulkopuolelle mm. kysymys-vastaus internetpalstan, internetsivujen, puhelinpalvelun, lehtiartikkeleiden, Monikkolas-ten imetys -oppaan, Asiakkaana monikkoperhe -oppaan sekä Monikkoperhevalmennuksen ohjausmateriaalin avulla. Projektin myötä Suomen Monikkoperheet ry:n tietotaito monisikiöraskaudesta ja odotus- sekä pikkulapsivaiheen tuen tarpeista vahvistui.

## 10. PROJEKTIN RAHOITUS

### 10.1. Tuotot

Projekti hallinnoitiin vuosina 2000-2002 Väestöliiton, vuosina 2003-2005 Suomen Monikkoperheet ry:n kautta. Monikkoperhevalmennusprojektin päärahoittajana oli vuosina 2000 - 2005 Raha-automaattiyhdistys (C-avustus). Projektille tuli lisäksi tuottoja perheiden osallistumismaksuista, monikkolasten imetysoppaasta, kunta-avustuksesta sekä OK-opintokeskuksen OK - tuesta. Vuonna 2005 RAY:n rahoituksen osuus oli 76 % ja muut tuotot 24 %. Tuotot on esitelty taulukossa 2.

**Taulukko 2.** Projektin tuotot vuosina 2000 - 2005 (täysinä euroina)

Rahoitus	2000	2001	2002	2003	2004	2005
Raha- automaattiyhdistys	27 593	41 878	44 764	41 080	37 613	55376
Osallistumismaksut	193	1156	1323	2485	2990	2250
Opasmyynti	-	-	-	254	1249	1061
Kunta-avustukset	841	-	-	-	1000	1200
OK- hyvitykset	377 <sup>2</sup>	-	-	2 486	3790	4075
Mainotuotot	-	-	-	700	-	1400
Tuotteet	-	-	-	-	-	200
<b>YHTEENSÄ</b>	<b>29 004</b>	<b>43 034</b>	<b>46 087</b>	<b>47 365</b>	<b>46 642</b>	<b>65564</b>

Monikkoperhevalmennuksen osallistumismaksu pidettiin kohtuullisena, jotta se ei olisi sulkenut pois ketään tukea ja tietoa tarvitsevaa. Useamman lapsen syntyminen kerralla aiheuttaa perheelle lisäkuluja. Useimmat tarvikkehankinnat on tehtävä kaksin- tai kolminkertaisina. Myös isomman asunnon ja auton tarve korostuu monikkoperheissä. Valmennusmaksulla ei haluttu lisätä perheiden taloudellisia paineita. Vuonna 2000 osallistumismaksu oli 16,80 € / perhe, vuonna 2001 25,25 € / perhe ja vuonna 2002 27 € / perhe. Vuodesta 2003 lähtien osallistumismaksu vakiintui 35 euroon osallistujaperhettä kohden.

<sup>2</sup> Väestöliiton kautta

Vuoden 2003 lopulla julkaistun imetysoppaan kysyntä oli vilkasta. Vuonna 2004 oppaita myytiin tuleville monikkoperheen vanhemmille ja terveysalan ammattilaisille yhteensä 139 kpl, vuonna 2005 131 kpl. Monikkoperhevalmennuksen ohjausmateriaalikansiota ei ehditty myydä vuoden 2005 aikana, koska se ilmestyi vasta tammikuussa 2006.

Suomen Monikkoperheet ry aloitti yhteistyön Opintotoiminnan Keskusliiton OK-opintokeskuksen kanssa vuonna 2003. Monikkoperhevalmennusprojekti ja järjestö maksoivat puoliksi vuosittaisen jäsenmaksun (650€). Perhevalmennusprojekti hyödynsi OK-opintokeskukselta saatavaa OK-tukea, joka oli 21 € / opetustunti.

Vuodelle 2006 projektissa on tuottoja RAY:n C-avustuksen loppuosasta, valmennusmateriaalikansiosta ja imetysoppaasta. Näistä annetaan erillinen selvitys vuoden 2006 osalta.

## 10.2. Kulut

Suurimman kuluerän muodostivat työntekijän palkkakustannukset ja sosiaalikulut. Muita suuria kuluja olivat luennoitsijoiden luennointikorvaukset sekä matkakulut. Vuosina 2003 - 2006 tuli lisäksi materiaalin painatuskustannuksia. Tarjoilukulut vähenivät vuonna 2005, jolloin perhevalmennuspakettiin ei enää sisällynyt osallistujien iltapalaa.

### Taulukko 3. Monikkoperhevalmennusprojektin kulut vuosina 2000 – 2005

- Vuosina 2000, 2001 ja 2002 kulujen seuranta on ollut erilainen vuosiin 2003 – 2005 verrattuna. Kulut on taulukossa merkitty lähinnä niitä vastaaviin kulueriin.

KULUT	2000*	2001*	2002*	2003	2004	2005
Palkat	-16 710	-21 505	-26 776	-32 388	-27 589	-47848
Luennointikorvaukset	0	-2922*	-4570	-4628	-5644	-6845
Matkakulut	0	-2922*	-5737	-4609	-3408	-1525
Tarjoilukulut	*	*	*	-1432	-1731	-273
Tilavuokrat	*	*	*	-460	-1208	-687
Huoneistokulut	-4854*	-4093*	-3990*	-2718	-2282	-2716
Toimistokulut	*	*	*	-1791	-2381	-2021
Toiminnan muut kulut	-4615	-4601	-2193	-2917	-2364	-3395
Kokous- ja edustuskulut	*	*	*	-65,00	-36	-254
Osuus yht. kuluista	-6464*	-6990*	-2225	0	0	0
<b>YHTEENSÄ</b>	<b>-32 643</b>	<b>-43 033</b>	<b>-45 491</b>	<b>-51 008</b>	<b>-46 643</b>	<b>-65564</b>

Vuonna 2006 projektissa tulee olemaan kansionpainatuskuluja, ohjauskansion markkinointikuluja sekä projektihenkilöstön palkkaus- ja lomakuluja, joista annetaan erillinen selvitys vuoden 2006 osalta.

## 11. JÄRJESTÖN ARVIO PROJEKTISTA

Monikkoperhevalmennusprojektin kohderyhmän rajaus ja valmennuksen perusidea olivat erittäin hyvät, sillä juuri monikkolapsiaan odottavat tarvitsevat erityistä tukea. Perheiden antaman palautteen mukaan valmennus oli koettu hyödylliseksi. Järjestö voi hyödyntää kertynyttä tietoa jatkossa. Projekti osoitti myös sen, miten tärkeää vertaistuki on useampaa vauvaa odottavalle ja useamman lapsen saaneelle perheelle. Lasten syntymän jälkeisen ryhmämuotoisen vertaistukitoiminnan järjestämisen tarve näille perheille nousi projektin myötä selkeästi esiin. Tulevaisuudessa tarvittaisiin tällaista vertaistuen tuottamiseen keskittyvää jatkoprojektia. Lisäksi projektin avulla saatiin kerättyä terveydenhuollollista tietoa järjestön käyttöön ja nähtiin, että terveydenhuollolliselle monikkoerityisasiantuntemukselle on tarvetta. Perhevalmennusprojektin tuottama kirjallinen materiaali oli hyödyllistä ja laadukasta.

Projektissa toiminnan systemaattinen arviointi keskittyi valmennusryhmiin osallistuvien perheiden antamiin palautteisiin. Lisäksi valmennusryhmien toimintaa arvioivat ryhmien asiantuntijaluennoitajat. Tämä oli hyvä tapa selvittää perhevalmennusten tuloksellisuutta.

Projekti kokonaisuutena olisi kuitenkin saattanut hyötyä siitä, että sillä olisi ollut saatavissa enemmän tukea ja asiantuntemusta projektin arviointiin. Projekti oli järjestön ensimmäinen varsinainen kehittämisprojekti (lukuun ottamatta järjestön varsinaisen toiminnan käynnistämistä!), joten järjestöllä ei vielä ollut kertynyt projektiosaamista. Mahdollisuus monipuolisempien itsearviointityökalujen käyttöön olisi ehkä auttanut näkemään nimenomaan projektin selkeämmin prosessina, jolla on alku ja loppu.

Perhevalmennusmallin kehittäminen, perheiden osallistuminen ja toiminnan laajentaminen suunnitelluille paikkakunnille onnistuivat hyvin. Projektissa ei kuitenkaan kiinnitetty riittävää huomiota siihen, miten monikkoperhevalmennus tulee jatkumaan valmennuspaikkakunnilla, jos projekti ei saa kohdennettua rahoitusta projektin loputtua. Vasta projektin loppuvaiheessa haettua huomattavasti tiiviimmässä aikataulussa pystyttiin osittain selvittämään, miten valmennuspaikkakunnilla toimivat terveydenhuollon toimijat näkevät monikkoperhevalmennuksen tulevaisuuden ja ovat kiinnostuneita jatkamaan valmennusmallia.

Jatkuvuutta jäi projektin jälkeen turvaamaan projektin tuottama ohjausmateriaali, joka mahdollistaa valmennukset missä päin Suomea tahansa. Neuvotteluja valmennusten siirtämisestä osaksi kunti-

en palvelua ei ennätetty tehdä vuonna 2005, koska projektille tuli vuoden 2005 osalle ennakoitua enemmän työtehtäviä. Rahoitusta oli alun perin haettu kohdennettuna toiminta-avustuksena 2005 alkaen, mutta projektille myönnettiin rahoitus vain vuodeksi. Monikkoperhevalmennusten siirtäminen julkisen sektorin vastuulle oli tavoitteena niin haasteellinen, ettei sitä ollut mahdollista saavuttaa projektilla käytettävissä olevalla ajalla. Onneksi vuoden 2006 puolella projektissa oli mahdollista käydä neuvotteluja valmennusten jatkumisesta.

Vaikka monikkoperhevalmennus näyttäisi jatkuvan joillain paikkakunnilla, projektin suurimmalle innovaatiolle eli vertaistuelle ei näytä löytyvän riittävästi jatkuvuutta. Kenelläkään ei näytä olevan resursseja ottaa vastuulleen vertaistukea, joka projektissa osoittautui olevan taloudellinen ja tehokas tapa tukea monikko-odottajaperheitä.

## LÄHTEET JA LIITTEET

Ahlgren, K. 2004. Monikkoperhe tilastojen valossa. Monikkoperheet 2/2005.

Bryan, E. 2004 Coping with Loss – Guidelines for the Professionals. The 11th International Congress on Twin Studies. Odense 1. - 4.7.2004.

Havela, J. & Taipale, S. 2004. Monikkoperheiden vanhempien kokemuksia monikkoperhevalmennuksesta. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen ja aikuiskasvatuksen laitos. Proseminaaritutkielma.

Heinonen, K. 2004. Monikkovanhemmuuden ulottuvuuksia ja mahdollisuuksia. Pro gradu - tutkielma. Kuopion yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Hoitotieteen laitos.

Imetyskysely. 2003. Monikkoperheet 3/2002.

Kaila-Behm, A. 1997. Miehestä esikoisen isäksi. Kuopio: Kuopion yliopisto.

Kärkkäinen, A. & Nygren, M. 2004. Isänä monikkoperheessä – Kaksoslasten isien kokemuksia vanhemmuuteen siirtymisestä ja arjen sujumisesta. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Proseminaaritutkielma.

RAY. 2005. Avustusinfo. Avustusstrategian reunaehdot.

Sosiaali- ja terveysministeriö. Suuntaviivat lastenneuvolatoiminnan järjestämisestä kunnille.

Suomen Monikkoperheet ry. 2004. Kysely monikkolasten ensimmäisestä vuodesta. Julkaisematon kysely.

Tikkanen, L. 2001. Monikkoperheiden kokemuksia sosiaali- ja terveystalvetaista Jyväskylässä. Kyselyhaastattelu. Jyväskylän Ammattikorkeakoulu. Kuntoutuksen suunnittelun ja ohjauksen koulutusohjelma.

Urjanheimo, E-L. 2005. Työntekijät vaarassa jäädä työnsä jalkoihin. Keski-suomalainen 11.12.2005.

