

Väitöskirjatutkimuksen edistymisraportti Alli Paasikiven säätiölle

Alli Paasikiven säätiö myönsi apurahan väitöskirjatutkimukselleni ”Mentalisaatioteoriaan perustuva Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmä vanhemmuuden tukena”. Alli Paasikiven Säätiön rahoittaman väitöskirjan työstämisen vuoden aikana olen saanut tutkimusprosessia merkittävästi eteenpäin.

Tutkimuksen tavoitteet

Vanhemmaksi tuleminen on merkittävä siirtymävaihe, jolloin moni kokee epävarmuutta ja stressiä. Suomalaisten perheiden sosiaaliset tukiverkostot ovat heikentyneet. Usein vanhemmat kokevatkin itsensä yksinäisiksi ja he kokevat saavansa huonosti apua vanhemmuuteen liittyviin huoliinsa. Vanhemmuuteen kohdentuvalla tuella on tärkeä merkitys sekä vanhempien että lapsen kehityksen näkökulmasta.

Väitöskirjani on osa Helsingin yliopiston Families First pitkittäistutkimusta, johon osallistui yhteensä 1013 suomalaista ensimmäisen lapsensa saavaa vanhempaa.

Väitöskirjani tavoitteena on tutkia:

1. Mentalisaatioteoriaan perustuvaan Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmään osallistuneiden ensimmäisen lapsensa saaneiden isien ja äitien ovat kokemia hyötyjä, mahdollisia eroja isien ja äitien kokemissa perheryhmän hyödyissä sekä mentalisaation heijastumista vanhempien kokemissa hyödyissä.
2. Ensimmäisen lapsensa saaneiden isien ja äitien kokemaan stressiä, mentalisaatiokykyä ja niiden välistä yhteyttä sekä ryhmämuotoisen tuen, sisältäen mentalisaatioteoriaan perustuvan Vahvuutta vanhemmuuteen perheryhmän, vaikutuksia vanhempien kokemaan stressiin ja vanhempien mentalisaatiokykyyn.
3. Ensimmäisen lapsensa saaneiden isien ja äitien kokemaa stressiä, heidän saamaansa sosiaalista tukea ja näiden yhteyttä lapsen sosio-emotionaaliseen hyvinvointiin sekä käyttäytymisen ongelmiin yhden ja kahden vuoden iässä.

Vanhemman hyvä mentalisaatiokyky, josta käytetään kansainvälisessä tutkimuskirjallisuudessa myös termiä parental reflective functioning, tukee sekä lapsen kehitystä, vanhemman hyvinvointia että perheenjäsenten välistä turvallista vuorovaikutusta. Mentalisaatiokyky on käsite, jolla viitataan ihmisen kykyyn ymmärtää sekä itseä että toista mielen tilojen kautta.

Suomessa on toteutettu laajasti mentalisaatioteoriaan perustuvia Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmiä ensimmäisen lapsensa saaville perheille ennaltaehkäisevänä tukimuotona. Ryhmään osallistuu koko perhe yhdessä. Ryhmämuotoinen tuki vahvistaa vanhempien verkostoja ja heidän itseluottamustaan. Vanhempien kokemaan stressiin liittyvät tutkimukset osoittavat, että sosiaalinen tuki auttaa vanhempia ja tukee koko perheen terveyttä, erityisesti silloin kun vanhemmat kokevat haasteita arjessa.

Interventiot, joissa pyritään vahvistamaan vanhempien mentalisaatiokykyä, ovat tutkimuksellisesti hyvin perusteltuja. Niiden on havaittu vahvistavan vanhemman ja lapsen välistä turvallista vuorovaikutusta sekä lisäävän ymmärrystä ja kommunikaatiota perheenjäsenten välillä. Tutkimukseni tulokset osoittavat, että isät (n=183) ja äidit (n=367) kokivat hyötynsä perheryhmästä monin tavoin, muun muassa heidän ymmärryksensä omaa lasta kohtaan lisääntyi ja vertaistuki auttoi uudessa elämäntilanteessa.

Tutkimuksen edistyminen

Väitöskirjatutkimukseni on apurahakauden aikana edennyt tutkimussuunnitelman mukaisesti. Olen myös suorittanut kaikki opinnot, joita tohtorin tutkintoon vaaditaan väitöskirjatutkimuksen lisäksi. Apurahakauden aikana olen perehtynyt erityisesti kvantitatiivisiin tutkimusmenetelmiin ja suorittanut niihin liittyviä kursseja.

Ensimmäinen osatutkimus on saanut kansainvälisen vertaisarviointipalautteen ja on korjausten jälkeen lähetetty syksyllä 2019 uudelleen julkaistavaksi Journal of Family Studies julkaisuun. Tämä osatutkimus on väitöskirjani laadullinen osio, jossa keskityin isien ja äitien kuvaamiin Vahvuutta vanhemmuuteen perheryhmän hyötyihin, mahdollisiin eroihin äitien ja isien kuvaamisessa hyödyissä sekä mentalisaation heijastumiseen vanhempien vastauksissa. Tutkimus osoitti, että vanhemmat itse kuvasivat hyötyneensä Vahvuutta vanhemmuuteen –perheryhmästä monin tavoin, keskeisinä hyötyinä esiin nousi oman lapsen ymmärtäminen paremmin ryhmään osallistumisen jälkeen ja vertaistuen merkitys ensimmäisen lapsensa saaville vanhemmille. Isien ja äitien kokemissa hyödyissä havaittiin eroja. Myös mentalisaatio heijastui vanhempien kokemissa perheryhmän hyödyissä, esimerkiksi vanhemmat kuvasivat arjen tilanteita, joissa olisivat ennen ryhmään osallistumista hermostuneet vauvalle mutta nyt pysyivät rauhallisena, koska ymmärsivät että vauvan itkun takana on jokin aito syy.

Väitöskirjani toinen ja kolmas osatutkimus toteutetaan määrällisin tutkimusmenetelmin. Toisen osatutkimuksen tulokset ovat lähes valmiit ja tutkimuksen käsikirjoitus on valmisteilla. Tässä osatutkimuksessa tutkin vanhempien kokemaa stressiä, mentalisaatiokykyä ja niiden välistä yhteyttä vauvan ollessa 3kk ja 12 kk ikäinen. Tutkin myös ryhmätoimintaan osallistumisen vaikutuksia vanhempien kokemaan stressiin ja mentalisaatiokykyyn ensimmäisen vauvuuden aikana. Alustava tulokset näyttävät muun muassa, että sekä isien että äitien kokema stressi lisääntyi ensimmäisen vauvuuden aikana. Alustavien tulosten mukaan vanhemmuudessa koettu stressi ja mentalisaatiokyky ovat merkittävästi yhteydessä toisiinsa.

Myös kolmannen osatutkimuksen aineisto on kerätty ja analysoitu. Tutkimuksen käsikirjoitus on lähes valmis, viimeistelen parhaillani tulososiota ja pohdintaa. Tässä osatutkimuksessa keskityn vanhemmuuden koetun stressin ja vanhempien saaman sosiaalisen tuen vaikutuksiin lapsen kehitykseen lapsen ollessa vuoden ja kahden vuoden ikäinen. Alustavien tulosten perusteella erityisesti vanhemmuudessa koettu stressi on yhteydessä lapsen kehitykseen jo varhaisina vuosina.

Tutkimuksen alustavia tuloksia esittelin syksyllä 2019 Lapset, perheet ja mentalisaatio -seminaarissa, johon osallistui 700 sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteen ammattilaista sekä Ääni 2019, Lapsen oikeuksien foorumissa Hämeenlinnassa. Syksyn 2019 ja kevään aikana 2020 tiivistelmäni tutkimustulosteni esittämiseksi hyväksyttiin Nordic Public Health kongressiin 2020, EECERA 2020 konferenssiin sekä Perhetutkimuksen päiville 2020.

Julkaistuista tutkimustuloksista tullaan tiedottamaan Families First tutkimusprojektin verkkosivuilla <https://www.helsinki.fi/en/researchgroups/diversity-multilingualism-and-social-justice-in-education/projects/families-first> ja Twitterissä <https://twitter.com/PMentalising>.

Olen erittäin kiitollinen Alli Paasikiven säätiölle saamastani apurahasta. Apuraha on mahdollistanut keskittymisen tutkimustyöhön. Koen tutkimusaiheeni tärkeäksi ja toivon, että voin jatkaa työtä sen parissa myös tulevaisuudessa.

Espoossa 7.8.2020

KM Johanna Sourander

Families First -tutkimus Helsingin yliopisto, Kasvatustieteellinen tiedekunta

Psykologian, oppimisen ja kommunikaation tohtoriohjelma (PsyCo)