Isä töissä, kotona ja neuvolassa

Isämies työelämässä -hankkeen (ESR) loppuraportti

Pelastakaa Lapset - Rädda Barnen
Save the Children

Hankkeen nimi: Isämies työelämässä Pohjois-Savossa
Toiminta-alue: Iisalmi ja sen lähikunnat Vieremä, Kiuruvesi, Pielavesi ja Sonkajärvi
Toiminta-aika: 1.8.2016-31.7.2018
Rahoittajat: Euroopan Sosiaalirahasto, Ylä-Savon SOTE kuntayhtymä, OLVI-säätiö, Pelastakaa Lapset ry

Julkaisija: Pelastakaa Lapset ry, Isämies työelämässä -hanke
Julkaisun toimittaja: Topi Linjama
Taitto- ja painopaikka: Offsetpaino L. Tuovinen Ky, Kuopio
Painosmäärä: 1. painos 3000 kpl
Kannen kuvat: Mari Kekäläinen, Iisalmen Kuva
Kuvitukset: Tarmo Majasaari, www.majasaari.net
Päärahoittaja: Euroopan Sosiaalirahasto
Yhteystiedot: Pelastakaa Lapset ry, Itä-Suomen aluetoimisto, Länsikatu 15 4B, 80110 Joensuu
ISBN 978-952-7112-47-2

Tämä esite sekä muuta materiaalia osoitteessa **www.pelastakaalapset.fi/isyys**

Hanke miesten ja lasten parhaaksi

Pelastakaa Lasten *Isämies työelämässä* -hanke on vahvistanut isyyttä Ylä-Savossa 2016-2018. Tähän lehtiseen on koottu hankkeen innovaatiot ja parhaat käytännöt, joista voivat hyötyä isämiehet, yrittäjät ja sote-ammattilaiset.

Hankkeesta on ollut moneksi: *Isämies työelämässä* on pyrkinyt parantamaan miesten työn ja perheen yhteensovittamisen mahdollisuuksia, minkä vuoksi sitä on pidettävä **työelämähankkeena**. Hankkeessa on ollut mukana useita yrityksiä, mm. Ponsse ja Genelec.

Lapselle on eduksi, jos hänen elämässään on useampia turvallisia aikuisia.

Hanke on monin tavoin edistänyt jaettua vanhemmuutta, mistä syystä sitä voi pitää **tasa-arvohankkeena**. Jos mies sitoutuu vanhemmuuteen ja on valmis jakamaan töitä ja vastuuta kotona, naisen mahdollisuudet osallistua työelämään paranevat. Kun tiedetään, että miehen sitoutuminen vanhemmuuteen lisää hänen hyvinvointiaan, voidaan puhua myös **hyvinvointihankkeesta**.

Hankkeen yhtenä kantavana ajatuksena on ollut tutkimustieto, jonka mukaan lapselle on eduksi, jos hänen elämässään on useampia turvallisia aikuisia. Tästä syystä *Isämies työelämässä* on **lastensuojeluhanke**.

Kohderyhmänä ovat olleet isämiehet, miesvaltaiset yritykset sekä miehiä työssään kohtaavat sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset. Isämiehellä tarkoitetaan miestä, joka täyttää aikuisen miehen paikkaa lapsen elämässä. Biologisen isän ohella hän voi olla esimerkiksi isoisä, kummi, uusperheen isä, sijais- tai adoptioisä tai tukihenkilö.

Hanke on tuottanut isämies-teemaisia koulutuksia ja yleisöluentoja, järjestänyt ryhmiä ja vanhemmuutta tukevaa toimintaa isämiehille sekä kehittänyt perhevalmennuksia yhteistyössä neuvoloiden kanssa. Yritysyhteistyössä merkittävimpänä toimenpiteenä on ollut *Perheystävällinen yrittäjä* -konseptin testaaminen ja mallintaminen.

Hankkeen tavoitteina oli vahvistaa isäystävällistä työkulttuuria ja osallistuvaa isyyttä sekä tukea miehiä vanhempina. Tavoitteiden saavuttamiseksi hankkeessa järjestettiin yhteensä 105 tilaisuutta, joissa kohdattiin noin 1800 kohderyhmään kuuluvaa henkilöä.

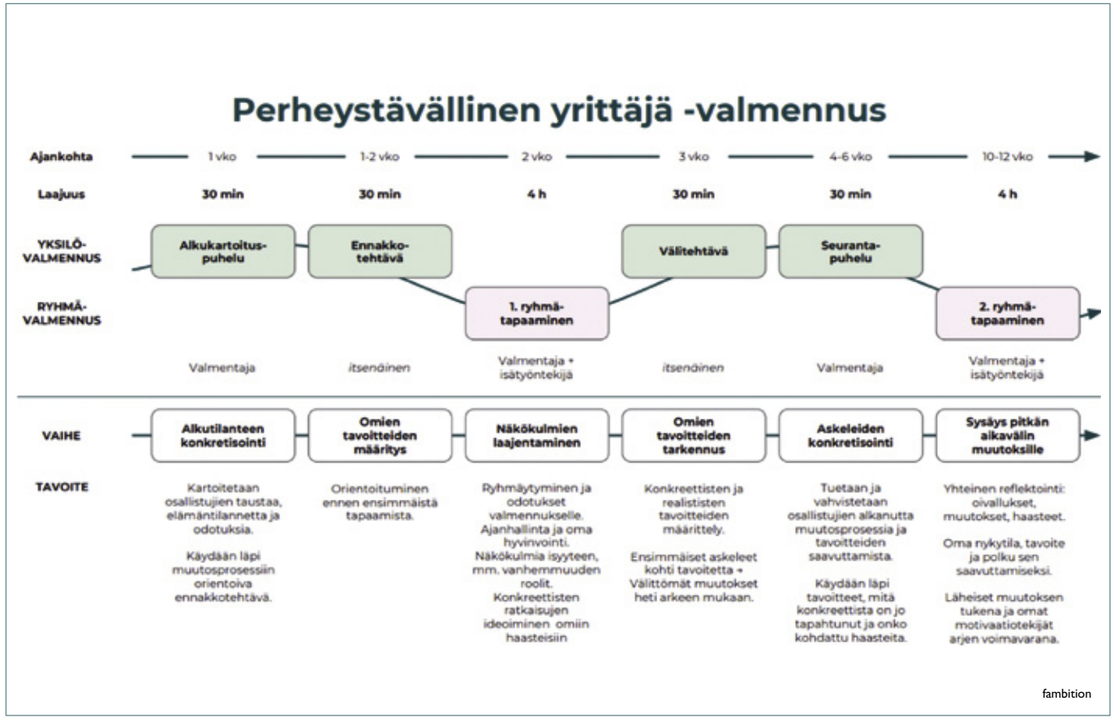
Perheystävällinen yrittäjä -malli

Hankkeen tärkeimpiin tuloksiin on luettava *Perheystävällinen yrittäjä* -mallin kehittäminen. Mallia kokeiltiin ensin yksilövalmennusmuotoisena *Isämies elämässä* (ESR) -hankkeessa 2017 ja sitten ryhmävalmennusmuotoisena *Isämies työelämässä* -hankkeessa 2017-2018.

Yksilövalmennuksessa mukana oli kymmenen pohjoiskarjalaista yrittäjäisää. Ryhmävalmennukseen osallistui neljä Pohjois-Savon alueella toimivaa pienyrittäjäisää.

Ryhmävalmennuksen tavoitteena oli positiivisen ja rakentavan ryhmätyöskentelyn sekä ohjatun henkilökohtaisen pohdinnan kautta oivalluttaa ja vahvistaa yrittäjäisien mahdollisuuksia sovittaa yhteen omaa yrittäjyyttään ja perhe-elämäänsä entistä toimivammin. Yksilövalmennuksessa painopiste oli ennakko- ja välitehtävien pohjalta käydyissä kahdenkeskisissä keskusteluissa.

Ryhmävalmennus toteutettiin yhdessä *Fambition Consulting Oy*:n kanssa. Hankkeen isätyöntekijällä oli ryhmätapaamisissa aktiivinen rooli. Valmennus eteni seuraavalla tavalla:



Pohjois-Karjalassa toteutetun yksilövalmennuksen vaiheet:

1. alkukartoituspuhelu ja ennakkotehtävä (valmentaja)
2. ensimmäinen yksilötapaaminen (valmentaja ja isätyöntekijä)
3. seurantapuhelu (valmentaja)
4. toinen yksilötapaaminen (valmentaja ja isätyöntekijä)
5. ryhmätapaaminen kaikille valmennukseen osallistuneille (isätyöntekijä ja valmentaja)

Ryhmävalmennus koettiin hedelmälliseksi jakamisen paikaksi ja tavaksi pohtia pienyrittäjän perheystävällisyyttä. Suuri merkitys on keskustelun ohjaamisella osallistujien omia oivalluksia tuottavaan suuntaan.

Palautteissa vertaistuen mahdollistaneita ryhmätapaamisia kuvattiin muun muassa ajatuksia herättäviksi ja silmiä avaaviksi. Sisältöjä sekä fasilitointia pidettiin toimivina. Palautteissa toivottiin lisää käytännön esimerkkejä ja tarinoita sekä teoriaa teemoista vanhemmuus ja yrittäjyys. Palautteiden mukaan ryhmätapaamisia olisi saanut olla useampia.

Yksilövalmennuksesta saaduissa palautteissa oltiin tyytyväisiä yksilöohjaukseen. Myös tässä valmennusmallissa ryhmätapaamisia ja vertaistukea toivottiin enemmän.

Ryhmävalmennukseen osallistuneet yrittäjät kertoivat saaneensa valmennuksesta konkreettista apua arkeensa. Toisaalta henkilökohtaiset keskustelut valmentajien kanssa tapaamisten välillä vahvistivat palautteen mukaan muutosta ja vaikutuksia.

Yksi keskeinen havainto oli huomata yrittäjyyden haasteiden lisäksi sen tarjoamat mahdollisuudet järjestää arkea perheelle ja itselle mielekkäällä tavalla. Vaikka yrittäjän arjesta puhutaan usein ongelmakeskeisesti, yrittäjä jos kuka voi päättää omasta ajankäytöstään ja muuttaa elämäntapaansa lähemmäksi omia arvojaan. Tämän huomaaminen voimautti yrittäjiä.

Sekä yksilö- että ryhmämuotoinen valmennus ovat toimivia työkaluja yrittäjille työn ja perheen yhteensovittamisen tarkasteluun. Ryhmävalmennuksessa voidaan päästä hyvinkin syvälliseen pohdintaan, jos keskusteluilmapiiri on avoin. Yrittäjän kannalta merkittäviä ovat myös valmennusten kautta syntyneet vertais- ja asiakaskontaktit, mikä on yksi ryhmävalmennuksen etu yksilövalmennukseen nähden.

Konkreettisina työvälineinä valmennuksissa käytettiin ennakkotehtävien lisäksi muun muassa *Vanhemmuuden roolikarttaa* sekä *Uudet muuttujat* -julkaisua.

Ryhmävalmennuksessa käsiteltiin seuraavia teemoja:

1. Ajankäyttö, läsnäolo ja hyvinvointi
2. Isyys ja sen eri roolit
3. Työn ja perheen yhteensovittamisen haasteet ja ratkaisut käytännössä
4. Henkilökohtainen muutos, tavoitteet ja konkreettiset toimenpiteet
5. Oma motivaatio ja arvot

Yrittäjien vinkkejä työelämään

Valmennukseen osallistuneiden isien ***hyvinvointiin*** *liittyviä oivalluksia:*

- unen merkityksen tiedostaminen: lopettaa työt illalla riittävän aikaisin, noudattaa muun perheen rytmiä
- yhteisillä ulkoiluilla yhdistyvät perheaika ja liikkuminen
- työympäristön muokkaaminen: sähköpöytä, tasapainolauta ja työtä rytmittävät lyhyet tauot
- havahtuminen siihen, että itse voi vaikuttaa omaan elämänlaatuun ja ajankäyttöön

ajankäyttöön *liittyviä:*

- työn ja perhe-elämän tarkempi erottaminen toisistaan: ei yritä tehdä kaikkea yhtä aikaa
- puheluiden keskittäminen tiettyihin aikoihin

isyyteen ja perheeseen *liittyviä:*

- läsnäolon merkityksen tiedostaminen: haluaa antaa lapselle huomion jakamatta sitä laitteiden kanssa
- suunnittelee kalenteriin yhteisiä hetkiä, joita työt eivät syrjäytä

Pohjois-Karjalan* Isämies elämässä *-hankkeen valmennuksiin 2017 osallistuneiden yrittäjien parhaat vinkit:

1. Pelaa lasten kanssa ennen nukkumaanmenoa *kivi-paperi-sakset* -peliä. Jos lapsi voittaa, isä esimerkiksi silittää tai lukee kirjaa. Jos isä voittaa, lapsi hieroo isän niskoja.
2. Ajattele ulko-oveen viesti, joka auttaa sinua siirtymään työmoodista kotimoodiin. Viesti voi olla esimerkiksi tällainen: ”anna muutama minuutti jakamatonta, myönteistä huomiota kaikille oven takana odottaville”.
3. Kotimoodiin siirtymistä auttaa myös se, jos syö työpaikalla pienen välipalan ennen kotiinlähtöä. Silloin verensokeri ei ole kotiin tullessa painunut liian alas.
4. Järjestä esimerkiksi viikonloppuna lasten päivä, jonka ohjelman lapset saavat suunnitella.
5. Ei:n sanominen, I: Luovu ”reaktio-ei:stä”; mieti asiaa kysyjän näkökulmasta ja pyydä lisätarkennusta ennen kuin vastaat.
6. Ei:n sanominen, II: Uskalla sanoa asiakkaalle ”ei”, jos asia ei sinulle sovi. Ei:n sanominen ei ole epäkohteliaisuutta.
7. Järjestä keskelle päivää rauhallista aikaa, jolloin voit keskittyä tärkeisiin, keskittymistä vaativiin tehtäviin.
   - Oveen tietyiksi tunneiksi lappu ”ei saa häiritä”. Henkilökunnalle kerrotaan, että pomoa saa häiritä tänä aikana vain siinä tapauksessa, että on mahdotonta odottaa.
   - Vastaajaan viesti ”tavoitettavissa silloin ja silloin”. Puhelin äänettömälle ja näyttö alaspäin. Voi tarkistaa puhelimen vaikkapa varttitunnin välein.
   - Tee *to-do*-listalta vain niitä hommia, jotka vaativat keskittymistä. Jätä helpommat tehtävät muihin ajankohtiin.

Työ ja perhe toisiaan tukemaan

Työtä ja perhettä ei tarvitse eikä kannata nähdä toisilleen vastakkaisina vaan toisiaan täydentävinä puolina elämässä. Työ antaa miehelle mahdollisuuksia päteä ammatillisesti, perhe puolestaan tuo elämään läheisyyttä ja tunnetason merkityksiä. Useimmat miehet haluavat olla sekä hyviä työntekijöitä että hyviä vanhempia.

Vanhemmuuteen sitoutunut mies elää todennäköisesti terveemmin kuin mies, joka ei piittaa jälkikasvustaan. Kokonaisvaltaista hyvinvointia tukeva työnantaja saa luultavasti sitoutuneita työntekijöitä, jotka ovat vähemmän sairauslomilla kuin heikommin sitoutuneet. Työn ja perheen ristiriidat lisäävät pitkien sairauslomien ja erityisesti miesten avioeroriskiä, sanoo Miia Ojanen väitöstutkimuksessaan vuodelta 2017.

Perhemyönteisyys on kilpailuvaltti, kun etsitään hyvää, sitoutunutta työntekijää.

Työnantajan kannattaa huolehtia työntekijän kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista ja kannustaa tätä sitoutuneeseen vanhemmuuteen. Se on eettisesti oikein, ja lisäksi usein myös taloudellisesti kannattavaa. Perhemyönteisyys on kilpailuvaltti, kun etsitään hyvää, sitoutunutta työntekijää.

Isä neuvolassa

Yhä useammat nykyisät haluavat olla täysivaltaisia vanhempia ja olla mukana lapsen elämässä siinä missä äitikin. Neuvola tavoittaa suuren osan lasta odottavista miehistä, joten se on luontevin paikka rohkaista miehiä kohti osallistuvaa vanhemmuutta.

Isämies työelämässä -hankkeessa on kehitetty neuvolan perhevalmennusosuutta miehiä paremmin huomioivaksi. Perhevalmennuksen isyyskeskusteluissa, jota ohjasi hankkeen projektisuunnittelija, heräteltiin isyyteen liittyvää keskustelua. Miehet ovat voineet yhdessä pohtia tulevaan elämänmuutokseen liittyviä asioita ja keskustella puolison raskausdenaikaisesta tukemisesta.

Neuvola tavoittaa vanhemmat suhteellisen kattavasti. Sen vuoksi neuvolassa järjestetyt keskustelukerrat isäksi tuleville miehille palvelisivat parhaiten miehen vanhemmuusidentiteetin herättelyä ja vanhemmuuteen sitoutumista. Tämäntyyppisestä mallista on hyviä kokemuksia muun muassa Vaasasta. Tapaamisissa voisi yhdistää motivoinnin ja tuen, ehkäisevän työn ja korjaavan työn: toisaalta miestä voisi tsempata ja hänen pystyvyyttään voisi vahvistaa, toisaalta hänelle voitaisiin tarvittaessa tarjota tukitoimia.

Kehittämisehdotuksia neuvolaan

- Isien huomiointi kannattaa ulottaa eri tasoille:
  - *toteutus: miesten huomiointi tasavertaisina vanhempina, mahdollisesti miesvetäjä mukana valmennuksissa*
  - *materiaalit: annetaan miehille ammattimaisesti toteutettuja isille suunnattuja materiaaleja, hyvänä esimerkkinä Ensi- ja turvakotien liiton Isäkortit*
  - *työtavat: keskustelua materiaalien pohjalta, yhtenä mahdollisuutena parityöskentely*
- Neuvola on naisvaltainen ala; säännölliset isä-teemaiset koulutukset neuvolan työntekijöille pitäisivät isäteeman tuoreessa muistissa
- Tuleville/nykyisille isille voisi järjestää (yhteistyössä esimerkiksi yrittäjien tai urheiluseurojen kanssa) tapahtumaluonteisesti oman tilaisuuden ja käyttää houkuttimina vaikkapa vapaalippuja urheilutapahtumiin
- Tilaisuuden aloitus vaikuttaa paljon siihen, kuinka mukavaksi ihmiset tuntevat olonsa, lopetus siihen, millainen jälkimaku valmennuksesta jää – myös näissä voisi olla täsmäkoulutuksen paikka

Vaikeasti arvioitavia hyötyjä

Perhevalmennusten kaltaisten toimintamallien vaikutusten arviointi on haastavaa: mitkä ovat niitä indikaattoreita, joiden perusteella voidaan sanoa toiminnan olleen vaikuttavaa?

Numeerisia, lyhyellä aikavälillä todennettavia vaikutuksia voi olla vaikea löytää. Ehkä parhaan kuvan vaikutuksista saa yhdistämällä miesten oman kokemuksen tutkimustietoon siitä, kuinka monin tavoin kaikkia osapuolia hyödyttää se, jos mies sitoutuu vanhemmuuteen.

Isätutkija Johanna Mykkäsen mukaan isän sitoutuminen vanhemmuuteen hyödyttää

lasta
- sosiaalinen kehitys: on kavereita, ottaa muita huomioon leikeissään, vähemmän kiusaamista, todennäköisyys syrjäytymiseen pienenee
- tunne-elämän kehitys: hyvä itsetunto, hallitsee tunteenpurkauksiaan, vähemmän mielenterveydellisiä häiriöitä kuten masennusta
- kielen ja ajattelun kehitys: laaja sanavarasto, osaa perustella mielipiteitään, koulumenestys, ongelmanratkaisu

miestä
- ottaa vastuuta myös omasta terveydestä: urheilusta, ruokailusta ja unesta, vähentää päihteiden käyttöä
- vahvistaa itsetuntoa
- lisää positiivisia tunteita ja onnellisuutta

parisuhdetta ja lapsen äitiä
- lisää parisuhdetyytyväisyyttä
- vähentää lapsen äidin psyykkistä kuormitusta
- antaa mahdollisuuden ansiotyöhön ja omaan aikaan

Ole mukana lapsen elämässä

Normaali vanhempi haluaa lapsensa parasta, mutta mikä on lapsen paras? Lapsen mukana ei tule käyttöohjetta. Maailma on täynnä tietoa, josta vanhemmat yrittävät siivilöidä olennaisen. Seuraavaan on poimittu muutamia näkökulmia kirjasta Tiina Huttu & Kirsi Heikkinen *Pää edellä – näin tuet lapsesi aivojen kehitystä* (WSOY 2017).

Vauvalla on kolme tärkeää: ***syli, ravinto ja uni***. Jos mikä tahansa näistä jää tyydyttymättä, vauva stressaantuu eikä voi hyvin. Hyväksyvä koskettaminen kehittää lasta hyvin monipuolisesti: se esimerkiksi parantaa lapsen itsesäätelykykyjä sekä vastustuskykyä. Se myös kehittää lapsen kognitiivisia kykyjä: jos lapsi tuntee olonsa turvalliseksi, hän voi keskittyä oppimaan ja tutkimaan.

Lepertele vauvalle. Kasvotusten kommunikointi lapsen kanssa on yksi tärkeimpiä asioita, joita vanhempi voi lapselle tarjota. Katsekontaktin avulla lapsi oppii ymmärtämään sanatonta viestintää. Se liittyy puolestaan kykyyn solmia ystävyyssuhteita ja pärjätä sosiaalisessa ympäristössä.

Hyväksy tunteet. Pieni lapsi ei kykene erottamaan tunnetta sen ilmaisusta. Jos lasta rangaistaan tunteesta, hän oppii olemaan näyttämättä sen, mutta tunne jää. Pahimmillaan hän tuntee itsensä pahaksi ja kelvottomaksi, kun hänellä on vanhempien tuomitsema tunne. Tunne ei ole paha tai hyvä, se vain on. Vanhemman tehtävä on auttaa lasta erottamaan tunne tunteen ilmaisusta.

Nimeä tunteita. Tunteiden tunnistamisen opettaminen on tutkitusti hyödyllistä. Jo pelkkä tunteiden nimeäminen aktivoi niitä säätelevää aivojen etuotsalohkoa ja auttaa lasta hallitsemaan pään sisäistä kaaosta. Puhuminen kesyttää pelottavimmatkin tunteet.

Lohduta ja rohkaise. Usein äiti on enemmän lohduttaja, isä rohkaisija. Olennaista on, että lapsella on joku, joka lohduttaa häntä, kun hän kohtaa vastuksia, ja joku, joka rohkaisee häntä kohti uusia seikkailuja.

Arvot teoiksi

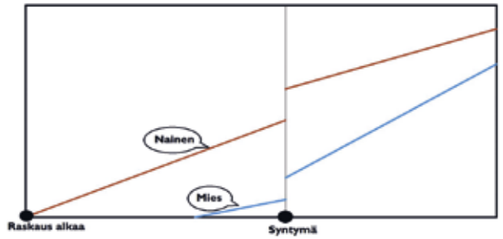
Hankekoordinaattori Samuli Laitinen, kahden lapsen isä, nostaa *Isämies työelämässä* -hankkeesta esille muutaman asian, jotka ovat jääneet hänen mieleensä.

Arvot tulevat todellisiksi vasta tekoina. Moni mies sanoo pitävänsä perhettä tärkeänä, mutta teot puhuvat aivan muuta. Laitinen muistuttaa, että perheenelättäjän rooli, joka miehen perinteisesti on ollut helppo hahmottaa, on vain yksi vanhemmuuden osa-alue.

Isyys on myönteinen asia. 'Perheelle pitäisi antaa aikaa' -voivottelusta kannattaa luopua jo omankin edun takia, Laitinen sanoo. Tutkimusten mukaan miehen sitoutuminen vanhemmuuteen hyödyttää monin tavoin lasta ja isää itseään. Lasten kanssa olemisen voi nähdä oppimistilanteena ja ikkunana maailmaan, josta me aikuiset olemme joutuneet jo etäälle.

Laitinen huomauttaa, että naisen ja miehen kokemus vanhemmuudesta kulkee eri tahtiin, kuten oheinen kuva havainnollistaa. Nainen, joka kokee raskauden fyysisesti, saa vanhemmuudessa etumatkaa mieheen nähden, jonka on työstettävä asioita abstraktimmalla tasolla. Vaikka syntymään voi ja kannattaa valmistautua, ennen lapsen syntymää ei voi tietää, millaista elämä on syntymän jälkeen.

Naisen ja miehen kokemus vanhemmuudesta



Ennen lapsen syntymää isyyden työkalupakki on aika tyhjä, Laitinen toteaa. Mies tarvitsee – siinä missä nainenkin – vanhemmuuteensa tukea, rohkaisua, mallia ja motivointia. Luontevimmin tämä tapahtuu neuvolan perhevalmennuksissa.

Isäryhmiä ja radiopuhetta

Hankkeen toteuttamien isäryhmäkokeilujen perusteella voidaan sanoa, että miehet haluavat jakaa isäksi tulemisen ja isänä olemisen tuntojaan. Mutta millainen formaatti palvelisi miehiä parhaiten?

Palautteiden perusteella näyttäisi siltä, että parhaiten toimisi isäryhmä, johon voisi ottaa lapset mukaan. Tällaisissa ryhmissä miehet voivat kehittää vuorovaikutustaitojaan. Lapsille voisi järjestää omaa toimintaa sillä välin kun miehet puhuvat omista asioistaan. Tämäntapainen ryhmätoiminta on mahdollista esimerkiksi Iisalmen Perheentalolla.

Toinen motivoiva tekijä on ryhmien toiminnallisuus: tekeminen ryhmätoiminnan kärkenä vetää miehiä paremmin kuin puhuminen – vaikka miehet kyllä puhuvat tekemisen ohessa.

Pelastakaa Lapset pyrkii vastaamaan miesten toiveisiin hakemalla rahoitusta isätyölle.

Yhtenä *Isämies työelämässä* -hankkeen tavoitteena on ollut lisätä ja normalisoida puhetta miesten vanhemmuudesta. Tämä on realisoitunut etenkin paikallismedioiden kautta, joissa hanke on ollut hyvin esillä. Tärkeimpänä voi pitää isäteemaisia ohjelmia, joita Iisalmen, Kuopion ja Varkauden alueella kuuluva *Radio Sandels* on lähettänyt kaikkiaan kahdeksan kappaletta. Näissä pitkähköissä ohjelmissa on haastateltu eri asiantuntijoita ja keskusteltu monipuolisesti isyydestä.

Kommentti: Riittävän hyvää vanhemmuutta

Tuntuuko sinustakin joskus siltä, että olet epäonnistunut vanhempana? Silloin on syytä muistaa, että teet kuitenkin monia asioita oikein. Alle on listattu muutamia ajatuksella ”7 on riittävän hyvä arvosana vanhemmuudessa”.

1. ***Suutut, kun suututtaa***. On hyvä, että lapsi oppii käsittelemään ja nimeämään tunteita turvallisessa ihmissuhteessa, oman vanhemman kanssa.
2. ***Teet, mitä lupaat***. Tietysti asiat joskus venyvät ja joitakin unohtuu, mutta kyllä moni asia hoituukin. Lapsi ymmärtää, että kannattelet häntä mielessäsi ja että hän toiveineen on sinulle tärkeä.
3. ***Vietät kahdenkeskistä aikaa lapsen kanssa***. No joo, enemmänkin sitä voisi olla, mutta pienet arkiset hetket voivat olla lapselle hyvin merkityksellisiä. Näistä muodostuvat hänen lapsuudenmuistonsa.
4. ***Halaat, pussaat, päristät lapsen massua, pörrötät hiuksia***. Olet lapselle hevonen, kannat häntä olkapäillä ja reppuselässä.
5. ***Annat lapsen tulla nukkumaan viereesi*** – ainakin joskus – jos hän on nähnyt pahaa unta tai jos häntä muuten pelottaa.
6. ***Kuuntelet lasten juttuja***, vaikka ne ovat joskus tylsiä, joskus hyvin outoja ja aika ajoin täysin järjettömiä. Se riittää.
7. ***Huolehdit omasta jaksamisestasi ja hyvinvoinnistasi***. Jos olet väsynyt ja ahdistunut, jaksat tuskin olla läheinen ja läsnä lapsillesi. Lapset aistivat herkästi vanhempiensa mielialoja ja ahdistuvat itsekin pahoinvoivan isän vanavedessä.
8. ***Pyrit olemaan johdonmukainen***. Säännöt ja rajat eivät muutu ihan joka päivä. Vakaus ja toistuvat rutiinit luovat turvallisuutta.
9. ***Olet tarvittaessa joustava***. Säännöt eivät ole kiveen hakattua Jumalan sanaa. Joskus lapsi on oikeassa ja sinä väärässä.
10. ***Huolehdit perustarpeista***. Et ole välttämättä mestarikokki tai ammattitason kodinhoitaja, mutta talo ei ole räjähtänyt ja lapsilla on puhtaita vaatteita sekä maha täynnä myös sinun vahtivuorollasi. Ehkä muistat huolehtia myös lasten hampaidenpesusta!
11. ***Höntsäät***. Et ole Lionel Messi etkä Patrik Laine, mutta lasten kanssa pelatessa ja puuhatessa olet silti mestari. Eivät nekään osaa ja kaikilla on silti hauskaa.
12. ***Kiitä lasta ja pyydä anteeksi, kun sen paikka on.***

Vaikka kaikki ei aina sujukaan hyvin, niin silti luot arjen keskellä lapsen mieleen koko hänen elämänsä kestäviä, myönteisiä muistijälkiä.

Topi Linjama & Pasi Huttunen
Teksti on julkaistu Lapselliset miehet -blogissa 18.1.2017 ja osa sen ideoista on lainattu psykologi Teemu Ollikaisen blogitekstistä.

Palautetta hankkeesta

Hankkeen ohjausryhmässä yhtenä tärkeimmistä saavutuksista pidettiin sitä, että miesten vanhemmuus on ollut esillä Iisalmen alueella aiempaa näkyvämmin ja monipuolisemmin.

Vertaisryhmistä yleisarvosana asteikolla 1-5 oli 4,4 (n=8). Vertaistukea pidettiin tärkeänä ja tämäntapaista toimintaa – kerhoja, leirejä, tapahtumia – toivottiin tulevaisuudessakin. Myös isä-lapsi-toimintaa toivottiin.

Perhevalmennusten isyyskeskusteluista saaduista palautteista muutamia:
”Paljon oli asiaa ja hyödyllistä tietoa, käytännön kokemuksia oli mukava kuunnella. Hyvä!”
”Iso kiitos for the help and assistance.”
”Mukavan rentoa ja hyvää keskustelua ja ensikertalaiselle paljon apua.”

Kasvatustieteen tohtori, isätutkija Jouko Huttusen yleisöluento 20.4.2017 sai yleisarvosanan 4,6 (n=8). Luentoa pidettiin tärkeänä, selkeänä ja monipuolisena. Luennon arvokeskustelua pidettiin tärkeänä. Palautteissa toivottiin muun muassa parisuhteen merkityksen korostamista.

Huttusen samana päivänä ammattilaisille pitämän luennon yleisarvosana oli 4,5 (n=11). Mentalisaatioteemaa pidettiin palautteissa tärkeänä. ”Koulutus antoi hyvää tietoa, jota voin käyttää asiakastyössä”, sanoi eräs luennolle osallistunut. Useampi palautteen antaja toivoi, että koulutus olisi ollut pidempi ja että tämäntapaisia koulutuksia olisi myös ympäristökunnissa.

FM Topi Linjaman koulutus isä- ja miestyön ammattilaisille Kiuruvedellä 20.3.2018 sai yleisarvosanan 4,6 (n=7). Koulutusta pidettiin kokonaisuutena hyvänä. ”Paljon jää asioita muhimaan mieleen”, sanoi yksi palautteen antaja.

Hankkeen tulokset numeroina

Indikaattori	Tavoite	Toteutuma	Toteutuma % tavoitteesta
Hankkeeseen osallistuneet henkilöt	110	76	69
Koulutus- ja henkilötyöpäivät	130	176	136
Hankkeeseen osallistuneet yritykset	6	8	133

Pelastakaa Lapset - Rädda Barnen
Save the Children

Onko sinulla kouluikäisiä lapsia?
Tee heidän kanssaan isän kehityskeskustelu.
www.pelastakaalapset.fi/isyys

Isämies työelämässä Pohjois-Savossa -hankkeen tavoitteena on vahvistaa perhemyönteisyyttä työelämässä, tukea ja motivoida miehiä sitoutumaan vanhemmuuteen sekä lisätä turvallisten aikuisten miesten roolia lasten elämässä. Hanke on tehnyt yhteistyötä yritysten kanssa miesten vanhemmuuden ja perhemyönteisen työkulttuurin vahvistamiseksi. Lisäksi hanke on järjestänyt toimintaa isämiehille ja kokeillut isämiesten ryhmiä, järjestänyt isämies-teemaisia koulutuksia ja yleisötilaisuuksia sekä kehittänyt neuvoloiden perhevalmennuksia isiä paremmin huomioiviksi. Euroopan Sosiaalirahaston rahoittama hanke toimi Ylä-Savossa 2016–18.

Pelastakaa Lapset ry on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton, vuonna 1922 perustettu kansalaisjärjestö, joka edistää lapsen oikeuksien toteutumista Suomessa ja maailmalla.

Lisätietoja

Aluejohtaja Anne-Maria Saaristo, Joensuu
anne-maria.saaristo@pelastakaalapset.fi
p. 040 548 8838

Kehittämispäällikkö Hanna Tulensalo, Helsinki
hanna.tulensalo@pelastakaalapset.fi
p. 040 564 0835

Ylä-Savon SOTE KUNTAYHTYMÄ
Perheentalo
Vipuvoimaa EU:lta 2014–2020
OLVI-SÄÄTIÖ
Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus
Euroopan unioni