

Minttu Hukkanen

Isyyden tukeminen av(i)oeron jälkeen

Katsaus kirjallisuuteen

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sairaanhoitaja AMK

Hoitotyön koulutusohjelma

Opinnäytetyö

20.11.2015

Tekijä(t) Otsikko Sivumäärä Aika	Minttu Hukkanen Isyyden tukeminen av(i)ieron jälkeen 36 sivua + 4 liitettä 20.11.2015
Tutkinto	Sairaanhoitaja AMK
Koulutusohjelma	Hoitotyön koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto
Ohjaaja(t)	Lehtori Marjatta Kelo
Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata isyyden tukemista avo- ja avioeron jälkeen. Tavoitteena on tuottaa tietoa, joka auttaa kehittämään sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten taitoja kohdata eroperheen isä ja edelleen lisäämään keinoja, joilla edistää ja tukea isyyden jatkumista. Opinnäytetyöllä haettiin vastauksia kahteen tutkimuskysymykseen: 1) Mihin isät tarvitsevat tukea av(i)ieron jälkeen? 2) Millaisesta tuesta isät hyötyvät av(i)ieron jälkeen? Opinnäytetyö tehdään yhteistyössä Vantaan lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma (Hyvis) -hankkeen kanssa. Vantaalla kehitetään palveluja niin, että ammattilaiset osaavat tukea lasta ja molempia vanhempia erotilanteessa. Opinnäytetyö on toteutettu kirjallisuuskatsauksena. Aineistoon valikoitui yhteensä kahdeksan tutkimusartikkelia ja kaksi väitöskirjaa vuosilta 2008-2015 sisältäen länsimaisia sekä suomenkielisiä että kansainvälisiä tutkimuksia. Suurimmaksi osaksi tutkimusartikkelit olivat kansainvälisiä. Aineisto analysoitiin induktiivisen sisällönanalyysin keinoin. Tulosten mukaan isät tarvitsivat tukea lukuisiin sopeutumisen haasteisiin liittyen elämänmuutokseen avo- tai avioeron jälkeen. Tähän lukeutui isän toimintakykyyn, avioeron toiseen osapuoleen, sosiaalisten suhteiden vähäisyyteen sekä negatiivisiin tunteisiin liittyvät haasteet. Isät hyötyivät sekä epävirallisesta että virallisesta tuesta, mutta myös omista tukkeinoista avioeron jälkeen.	
Avainsanat	avioero, ero, isä, isyys, tuki ja kokemus

Author(s) Title	Minttu Hukkanen Fatherhood support after separation and divorce
Number of Pages Date	36 pages + 4 appendices 20 November 2015
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Nursing and Health Care
Specialisation option	Nursing
Instructor(s)	Marjatta Kelo Project Manager
The purpose of this final project was to describe fatherhood support after separation and divorce. The aim was to increase knowledge of the social and health care professionals in order to develop their abilities to face the father after divorce and separation and also increase the methods to improve and support fatherhood. There were two research questions defined as 1) Where fathers need support after separation and divorce? 2) What kind of support is useful for fathers after separations and divorce? This final project was part of another project called Hyvis by Vantaa for promoting the well-being of children, young people and families. Vantaa is developing their services so their professionals can offer as appropriate support as possible for children and families after divorce. This final project was made by applying the methods of systematic literature review. The data consisted of eight studies and two doctoral theses and were published in between the years 2008 and 2015. Both domestic and international western studies were accepted but the majority of them were carried out outside Finland. The data were analyzed with the methods of inductive content analysis. The results showed that fathers required support for various adjustment challenges due to extensive change in fathers life after separation and divorce. That involved challenges regarding fathers ability to function, challenges regarding the other party of separations or divorce, challenges regarding the lack of social interactions and challenges regarding negative feelings. Fathers benefited both informal and formal support but also their own support methods.	
Keywords	divorce, separation, support, experience, father, fatherhood, divorced father, support method

Sisällys

1. Johdanto	1
2. Teoreettinen viitekehys	2
2.1 Av(i)oero	2
2.2 Isyys	6
2.2.1 Isyyden määrittely	6
2.2.2 Isyyteen sitoutumisen merkitys	7
2.2.3 Eron jälkeinen isyys	8
2.3 Merkityksellisen isyyden tukeminen	9
3 Työn tarkoitus ja tavoite	10
4 Aineiston keruu ja analysointi	10
4.1 Kirjallisuuskatsaus tutkimusmenetelmänä	10
4.2 Aineiston keruu	12
4.3 Aineiston analyysi	14
5 Tulokset	16
5.1 Isien haasteet av(i)eron jälkeen	16
5.2 Hyödyllinen tuki isälle av(i)eron jälkeen	19
6 Pohdinta	23
6.1 Tulosten pohdinta	23
6.2 Opinnäytetyön eettisyys	28
6.3 Opinnäytetyön luotettavuus	30
6.4 Johtopäätökset ja kehittämishaasteet	32
Liitteet	

Liite1: Aineiston tiedonhaku

Liite2: Pelkistysten muodostuminen tutkimustuloksista

Liite3 Isien haasteet av(i)eron jälkeen

Liite4: Hyödyllinen tuki isälle av(i)eron jälkeen

1 Johdanto

Teemme opinnäytetyömme aiheesta turvallinen arki erotilanteessa: vaikka parisuhde päättyy, vanhemmuus jatkuu. Tarkastelemme aihetta isyyden tukemisen näkökulmasta av(i)eron jälkeen. Opinnäytetyön tilaaja on Vantaan kaupunki. Vantaalla kehitetään palveluja niin, että ammattilaiset osaavat tukea lasta ja molempia vanhempia erotilanteessa. Opinnäytetyö tehdään osana Vantaan lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma (Hyvis) -hanketta.

Vantaanhyvis.fi on tietopaketti vantaalaisille lapsille, nuorille ja lapsiperheille tarjottavista palveluista, heidän hyvää arkea tukevista hyvistä teoista, ehkäisevästä lastensuojelusta ja lastensuojelusta Vantaalla. Vantaan lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma sai nimen HYVIS vuonna 2012 järjestetystä nimikilpailusta. Se on lyhennelmä sanasta HYVInvointiSuunnitelma. Suunnitelman avulla Vantaan ammattilaiset ja aikuiset voivat olla ”hyviksiä”, joita lapset ja nuoret elämässään tarvitsevat. Suunnitelman tavoitteena on edistää lasten hyvää arkea. (Hyvis - Vantaan lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma: 2015.)

2010 -luvulla avioerojen määrä on vakiintunut noin 13 500 eroon vuodessa (Koskela 2012: 13). Pääkaupunkiseudulla joka toinen solmittu liitto päättyy eroon. Ero koskettaa useampia henkilöitä ja jokainen ero on yksilöllinen. Paitsi että ero koskettaa koko perhettä, se vaikuttaa myös perheen osapuolten välisiin suhteisiin. Erot vaikuttavat sosiaaliseen ympäristöön, asuinympäristöön, perheen yhteistyökumppaneiden toimintaan, perheen talouteen ja psyykkisen tuen tarpeeseen vaihdellen sekä yksilöllisesti. Eroon kavaan apua muun muassa lakimiehiltä ja käräjäoikeudesta. Perheen erossa on usein kyse myös lasten huollon uudelleen sopimisesta. Kaikki erot eivät ole riidattomia. (Vanheppainnetti 2015.)

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata kirjallisuuskatsauksen menetelmin isyyden tukemista av(i)eron jälkeen. Tavoitteena on tuottaa tietoa, joka auttaa kehittämään sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten taitoja kohdata eroperheen isä ja edelleen lisäämään keinoja, joilla edistää ja tukea isyyden jatkumista. Tutkijat ovatkin olleet huolissaan ohenevasta isyydestä. Valitettavaa on se, että isejä ei ole haastateltu tieteellisen tutkimuksen

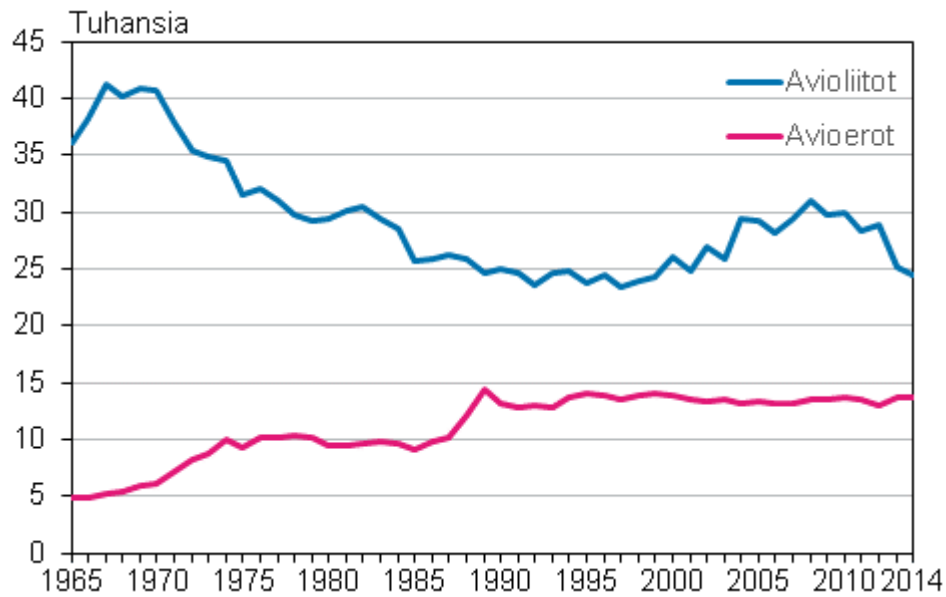
tasolla, jotta ruohonjuuritason kokemuksia voitaisiin käyttää hyväksi. Tässä opinnäytetyössä erosta puhuttaessa, tarkoitetaan sekä avio- että avoeroja.

Neuvokeskus on yksi eroamisen asiantuntija. Neuvokeskuksessa on mahdollisuus saada tukea sekä perheen lapsille että aikuisille muun muassa lasten Vetskari- hankkeen ja aikuisten Neuvokahviloiden avulla. Neuvokahviloita järjestetään monella paikkakunnalla ympäri vuoden. (Neuvokeskus 2015.) Muita pääkaupunkiseudun erotuen antajia ovat Miessakit ry, Jussi- työ, Nettiturvakoti, Suomen Evl- kirkko, MLL ja Väestöliitto. Osa palveluista on maksullisia ja osa maksuttomia. On mahdollista, että erokriisin tuoma tuen tarve katoaa tai muuntuu jonotusaikana. Palveluiden oikea-aikaisuus ja oikea kohdentuminen ovatkin ensiarvoisen tärkeitä. (Miessakit 2015; Väestöliitto 2015; MLL 2015; Nettiturvakoti 2015.)

2 Teoreettinen viitekehys

2.1 Av(i)oero

Nykypäivänä lähes puolet avioliitoista päättyy eroon. Suomen avioeronneisuusluvut ovat korkeita Euroopan muihin maihin verrattuna. Avioerojen määrä nousi voimakkaasti viime vuosikymmeninä, mutta 2000-luvulla niiden määrä kuitenkin vakiintui (Kuvio 1). Vuosittain eroon päättyy 13 000-14 000 avioliittoa. Avioerojen määrä on selvästi suurin lapsettomilla pariskunnilla ja vähenee lasten lukumäärän kasvaessa. (Avioerot. 2015; Eronneisuus lapsiperheissä. 2015.)



Kuvio 1. Avioliitot ja avioerot 1965-2014 (Tilastokeskus 2015).

Av(i)oero merkitsee parisuhteen ja yhteisen elämän päättymistä. Teknisesti erot eivät aiheuta ongelmia, mutta muuten sekä avo- että avioerossa on omat haasteensa. Miehen näkökulmasta avioliitto on monessa mielessä kannattavampi vaihtoehto, koska aviopuolisoiden ja lasten asema on laissa tarkoin määriteltä. Esimerkiksi isyyden näkökulmasta, avioliitossa syntynyt lapsi on juridisesti vain äidin ja isyys edellyttää monimutkaisempia toimenpiteitä. Avioliitossa taas aviomies on automaattisesti lain nojalla lapsen isä ja tasa-arvoisesti huoltajan asemassa. Avioeron kohdatessa huoltajien on luonnollisesti kyettävä sopimaan lapseen liittyvistä asioista. Avoerossa tilanne voi miehen kannalta olla paljon hankalampi, jos huoltajuusasia on syystä tai toisesta jäänyt virallistamatta. (Hermanson 2012.)

Avioero vaikuttaa monin tavoin ihmisen elämään. Se hajottaa ydinperheen ja aiheuttaa fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia muutoksia ihmissuhteissa. Lisäksi se muuttaa voimakkaasti sosiaalista verkostoa perheen ympärillä. Av(i)liiton tuoman pysyvyyden sekä ihmissuhteiden muodostaman turvaverkon menettäminen ja heikkeneminen aiheuttavat usein voimakastakin turvattomuuden tunnetta ja selviytymisen pelkoa. Ero vaikuttaa merkittävästi myös ihmisen perimmäiseen käsitykseen itsestään, joka näkyy ihmisen omanarvontunnossa, asemassa ja ihmisarvossa. (Alkio – Laru 2015; Vaaranen 2015.)

Avioerossa puretaan paitsi parisuhde myös tunnesuhde. Jälkimmäisen kanssa esiintyykin usein haasteita, joihin tarvitaan tukea. Av(i)eropäätös tulee joskus eron toiselle osapuolelle aivan yllättäen. Eröpäätöksen tekijä voi haluta nopeasti eroon omista tuskan ja syyllisyyden tunteista ja eron toisen osapuolen tunnereaktioista. Tämä ei anna usein jätettävälle mahdollisuuksia tulla kuulluksi ja vaikuttaa päätökseen. Kyseisellä toiminnalla ja huonosti hoidetulla erolla, parin välit jäävät helposti tulehtuneiksi. Loukkaantuneiden ja muiden negatiivisten tunteiden aiheuttama tunneside toista kohtaan säilyy näin hyvin pitkään ja voi olla jopa elinikäinen ongelma. Esimerkiksi kolmannen osapuolen mukanaan tuoma ero on yksi haastavimmista. Tällöin ero on harvoin harkittu tai puhuttu ja aiheuttaa näin ollen jätetyille äärimmäisen voimakkaita, jopa sietämättömiä tunteita, mielenhäiriöitä ja itsetuhoisuutta. (Vaaranen 2015; Lahtiharju – Malinen 2015.)

Av(i)erotyöskentelyyn panostaminen ajan kanssa edesauttaa onnistuneeseen eroon ja välttää sen ikäviltä seurauksilta. Tunteiden, elämän muutostilanteen ja myös käytännön asioiden käsittely vaativat aikaa. Tavoitteena on nimenomaan pitkän aikavälin rauha ja sovinto eron toisen osapuolen kanssa. Eron jälkeen optimaalinen tilanne on se, että vanhemmat ovat löytäneet yhteisymmärryksen, tulleet kuulluiksi ja hyväksyneet eron. Näin he pystyvät aktiivisesti toimimaan yhteistyössä lapsen parhaaksi. Toisaalta ero voi johtaa etääntymiseen toisesta eron osapuolesta. Tällöin parin välillä ei ole tunnesidettä, mutta ei myöskään yhteistyötä. Lapsen kehityksen kannalta vahingollisinta on vanhemmat, jotka eivät ole kyenneet purkamaan emotionaalista sidettä ja joiden välillä on paljon katkeruutta. Yleensä kuitenkin vanhemmat löytävät eron jälkeen tavan toimia lapsen edun mukaisesti, vaikka ystävyyden saavuttaminen onkin heidän välillään harvinaista. (Lahtiharju – Malinen 2015; Vaaranen 2015; Erokriisissä tarvitaan aikaa. 2015.)

Lapsi tulisi asettaa erossa etusijalle ja suojella eron aiheuttamilta tunteilta ja riidoilta. Lapsen kehityksen kannalta on tärkeää, että vanhempien yhteistyö ja vanhemmuus eron jälkeen saadaan mahdollisimman nopeasti toimimaan. Tärkeintä on se, miten lapsi koee vanhempien kanssakäymisen ja heidän suhtautumisensa lapseen erossa ja eron jälkeen. Lapsen kuuleminen ja kuunteleminen ovat ensiarvoisen tärkeitä vahvistamaan vanhemman suhdetta lapseen myös lapselle isossa elämäntilanteessa. (Lapset ja ero. 2015; Lahtiharju – Malinen 2015.)

Av(i)ero on kriisi

Avioero enteilee muutosvaihetta elämässä ja onkin usein ihmisen suurimpia kriisejä. Kriisistä selviytyminen ja uuteen elämäntilanteeseen asettuminen edellyttävät valintoja ja päätöksiä, johon luonnollisesti liittyvät voimakkaat tunteet. Yksilölliset elämäkokemukset vaikuttavat siihen, miten ero koetaan ja miten siitä selviydytään. Kriisistä eheytyminen tapahtuu yleensä 2-5 vuoden kuluessa. (Parisuhteen kriisit. 2015; Vaaranen 2015; Laru – Alkio 2015; Salojärvi 2014.)

Kriisi on psyykeen selviämiskeino ja se etenee sille tyypillisin vaihein. Eron hetkellä jokainen kokee ainakin jossain määrin sokkireaktion. Vaiheelle tyypillistä ovat voimakkaat ja vaihtelevat negatiiviset tunteet. Ihmisen ajatukset ja tunteet ovat jatkuvasti erossa ja sen mahdollisissa seurauksissa. Sokkireaktio voi johtaa lamaantumiseen ja eron kieltämiseen. (Parisuhteen kriisit. 2015; Salojärvi 2014.)

Reaktiovaiheessa erotilanne pystytään aidosti kohtaamaan ja ymmärtämään. Erilaiset ruumiilliset tuntemukset ovat tavallisia samoin voimakkaat pettymyksen ja vihan tunteet. Keskustelu koetaan merkitykselliseksi, kun ihminen alkaa työstämään eroaan ja siihen liittyviä voimakkaita tunteita. (Parisuhteen kriisit. 2015; Salojärvi 2014.)

Käsittelyvaiheeseen siirryttäessä eron lopullisuuden hyväksyminen aloittaa pitkän luopumisen vaiheen työstämisen. Suru ja viha ovat usein päällimmäiset tunteet ja auttavat luopumisprosessissa. Masentuminen taas estää käsittelyvaiheen etenemistä. Eron aiheuttamien tunteiden kohtaaminen ja käsittely ovat tärkeitä ihmisen hyvinvoinnille. (Parisuhteen kriisit. 2015; Salojärvi 2014.)

Viimeisessä vaiheessa eroon sopeudutaan, suru ja menetykset hyväksytään ja niiden kanssa opitaan elämään. Itseluottamus nousee, kun ihminen huomaa selviävänsä isosta muutoksesta. Lopulta elämä nähdään jälleen valoisana ja ajatukset osataan suunnata tulevaan. (Alkio – Laru 2015; Parisuhteen kriisit. 2015; Salojärvi 2014.)

Ammattiapu av(i)erossa

Ammattiapu saatetaan kokea hyödylliseksi joissakin eron haasteissa. Vaikeiden tunteiden käsittely ja vaikeat ristiriidat ovat esimerkkejä näistä. Tukea antavat esimerkiksi perheasioiden sovittelijat, jonka järjestämisestä vastaavat muun muassa perheneuvola, sosiaaliviranomaiset sekä perheasiain neuvottelukeskus. (Vaaranen 2015; Alkio – Laru 2015; Salojärvi 2014.)

Pariterapeutin puoleen käännetään tunneperäisen eron aikaansaamisessa, parien välisen rauhan saavuttamisessa ja eron hyväksymisessä. Yksilö- ja ryhmäterapia sekä henkilökohtaiset terapeutit keskustelut auttavat ja tukevat eroon liittyvien tunteiden käsittelyssä. Ohjattuna omien eroon liittyvien kokemusten ja tunteiden käsittely helpottavat kokonaisuudessaan eroprosessista selviytymistä. (Vaaranen 2015; Lahtiharju – Malinen 2015; Alkio – Laru 2015.)

Eroseminaari ryhmämuotoisena menetelmänä tukee järjestelmällisten vaiheiden kautta, eroon liittyvien tunteiden, kokemusten ja ajatuksien läpikäymistä ja sitä mukaan erosta selviytymistä. Tavoitteena on ahdistuksen ja syyllisyyden väistyminen vaikeiden asioiden tunnistamisen kautta, ohjatun keskustelun ja erilaisten tehtävien myötä. (Vaaranen 2015; Lahtiharju – Malinen 2015; Alkio – Laru 2015.)

2.2 Isyys

2.2.1 Isyyden määrittely

Isyyttä on tutkittu ihmis- ja yhteiskuntatieteiden aloilla, ja eniten tutkimusta on tehty käyttäytymistieteissä. Suosituin aineisto isyystutkimuksissa on ollut haastattelu. Käsitteenä ja ilmiönä isyys on moninainen ja mikään yksittäinen isyyden malli tai selitystapa ei ole kaiken kattava. (Ellilä 2012: 9).

Biologisella isyydellä tarkoitetaan miehen ja lapsen välistä biologista suhdetta. (Huttunen 2001: 58). Tämä ei ole vähämerkityksellinen asia lapsen eikä miehenkään kannalta. Juridisen isyyden määrittelyssä biologisella isyydellä on ratkaiseva osuus. (Huttunen 2001: 59, 60). Isä-lapsi suhde on perinnöllinen, mutta biologinen isyys ei merkitse mitään, jos isä ei tiedä lapsen olemassaolosta. Kun isä ei tiedä lapsen olemassaolosta, niin biologinen isyys ei tee miehestä isää myöskään juridisesti, sosiaalisesti tai psykologisesti. (Ellilä 2012: 9).

Isyyden oikeudellinen puoli määräytyy juridisen isyyden avulla. Se merkitsee isän velvollisuutta ja oikeuksia lasta kohtaan. (Ellilä 2012: 9). Juridisen isyyden kautta määräytyy lapsen perintöoikeus isään. Isäksi voi tulla kolmella erilaisella juridisella tavalla ja ne ovat

avioliiton isyysosoittama, isyyden tunnustaminen tai vahvistaminen ja adoptio. Huoltajuus- ja elatusvelvollisuuskysymykset liitetään erikseen juridiseen isyyteen isyyden tunnustamisen yhteydessä. (Huttunen 2001: 60, 61).

2.2.2 Isyyteen sitoutumisen merkitys

Tutkimus on tarkentanut kuvaa siitä, että isyys rohkaisee miestä sosiaalisemmaksi, osallistuvammaksi ja perhesuuntautuneemmaksi. Se merkitsee samalla työkeskeisyyden ja henkilökohtaisen vapaa-ajan vähenemistä. Tutkimustieto miehen henkilökohtaisesta kokemuksesta isyydestä ja isyyteen liittyvistä tunteista on silti ollut jonkin verran ristiriitaista: isyys antaa mutta se myös ottaa. Miehen omistautuminen isyyteen on ratkaiseva asia. (Huttunen 2010: 175.)

Lamb ja Pleck kollegoineen esittelivät 1980-luvun lopulla tunnetuksi tulleen sitoutumisen käsitteen, joka jakautuu kolmeen osaan: vuorovaikutukseen, saatavilla oloon ja vastuullisuuteen. Vuorovaikutuksella tarkoitetaan suoraa, välitöntä isän ja lapsen yhdessäoloa, joka tapahtuu ruokailun, vaippojen vaihdon, kylvettämisen, lapselle lukemisen, leikkimisen yhteydessä. Saatavilla ololla viitataan tilanteeseen, jossa vanhempi on läsnä ja valmiina vuorovaikutukseen, mutta tekee parhaillaan jotakin muuta, kuten kotitöitä tai katselee televisiota. Vastuulla tarkoitetaan sitä, missä laajuudessa isä ottaa vastuuta lapsensa hoitoa ja huolenpitoa koskevasta päätöksenteosta, esimerkiksi lapsen vaatehuollosta, vaippojen ym. hoitoon tarvittavien tarvikkeiden hankinnasta, neuvola-ajan varaisesta tai päivähoidon järjestämisestä. Sitoutumisen mittaamisen tärkeimpänä indikaattorina on pidetty vastuuta. Sitoutumisen tutkimisessa lapsen hoitoon (vuorovaikutus) käytetty aika on kaikkein tärkein mittari. (Huttunen 2010: 176.)

Sosiaalinen isyys tarkoittaa lapsen arjen jakamista, eli lapsen kanssa asumista. Lisäksi se on lapsen hoitamista ja huoltamista. Sosiaalinen isyys kehittyy ajan viettämisestä ja lapsen asioiden hoitamisesta. Sosiaalisissa tilanteissa lapsen isänä esiintymistä pidetään sosiaalisena isyytenä. Sosiaalisessa isyydessä korostuu vuorovaikutussuhde, jossa isä ja lapsi viettävät aikaa keskenään (Ellilä 2012: 9.)

Psykologinen isyys on lähellä sosiaalista isyyttä. Psykologisessa isyydessä isyys muodostuu syvemmästä lapsen ja miehen välisestä suhteesta. Psykologisessa isyydessä kyse on yhteisestä ajasta, huolenpidosta, toisen tarpeiden huomioimisesta ja toisesta välittämisestä. Psykologista isyyttä voidaan peilata lapsen herättämien tunnemerkitysten

kautta; hoivaamisen, suojelun, auttamisen, tukemisen, lähellä olemisen ja yhdessäolon haluamisen ilmentymisenä. Psykologinen isyys määrittyy isän ja lapsen välisenä kiintymyssuhteena. Sille on tunnusomaista aito vuorovaikutteinen yhdessäolo. (Ellilä 2012: 9.)

Perheen ulkopuolelta tuleva sosiaalinen tuki ja monet institutionaaliset tekijät ovat osaltaan vaikuttamassa isyyteen sitoutumiseen, vaikka niiden merkitys on pääosin vähäisempi kuin perhemuuttajien. Kaikkien vaikeinta on tavoittaa niitä miehiä, joiden on arvioitu tarvitsevan eniten tukea. Se onkin havaittu perheen ulkopuolelta tulevan sosiaalisen tuen suuntaamisen ongelmaksi. (Huttunen 2010: 177.)

2.2.3 Eron jälkeinen isyys

Eron jälkeinen isyys jakautuu sosiaaliseen, psykologiseen sekä taloudelliseen vastuuseen. Eron jälkeistä vanhemmuutta ovat myös yksinhuoltajuus ja uusperheen isäpuolen vanhemmuus. Isyydestä eron jälkeen on löydettävissä monia erilaisia muotoja, vaikka sitä on tutkittu pääasiassa etäisyytenä yksilön näkökulmasta. Lasten hyvinvoinnin kannalta mahdollisimman samanlaisena säilyvä isäsuhde on tärkeä (Eerola – Mykkänen 2014: 114-126).

Lapsella on oikeus isäsuhteeseen eron jälkeen myös silloin, kun lapsi ei jaa arkeaan isänsä kanssa. Erotilanteessa useimmat vanhemmat päätyvät lapsen yhteishuoltoon. Keskeistä on tapaamisten lisäksi isän rooli kasvatuksessa ja lapsen elämää koskevassa päätöksenteossa. Isän halu toteuttaa eron jälkeistä vanhemmuutta näkyy muun muassa vastuun ottamisena lasten taloudellisesta huolenpidosta. (Eerola – Mykkänen 2014: 115, 120-121.)

Vanhempien välisen suhteen laatu, perheen taloudellinen tilanne sekä riidat vaikuttavat siihen, miten lapsi sopeutuu ja selviytyy vanhempien erosta. Ihmissuhteet ja kasvatuskäytännöt vaikuttavat oleellisesti lapsen hyvinvointiin. Lapset, jotka eivät tapaa etäisäänsä voivat jonkin verran huonommin, kuin lapset jotka tapaavat isää. Lapsen hyvinvoinnin kannalta on oleellista, mitä tapaamisten aikana tehdään ja isä-lapsisuhteen laatu. Yhteiset puuhat, yhteiset lomat, säännölliset pitkät tapaamiset ja hyvä suhde ovat positiivisesti yhteydessä lapsen hyvinvointiin. Myös taloudellinen tuki vaikuttaa. (Eerola – Mykkänen 2014: 124.)

Lapsen ja etä-isän välinen toimiva suhde voi olla positiivinen voimavara, joka tukee lapsen hyvinvointia. Vanhempien kyky tehdä yhteistyötä on isien osallistumisen lisäksi tärkeitä lapsen hyvinvoinnin kannalta. (Eerola – Mykkänen 2014: 125). Turvallisessa isäsuhteessa lapsi saa ilmaista vapaasti kielteisiäkin tunteita. Välttämätöntä lapsen kehityksen kannalta on turvallinen isä. (Ellilä 2012: 9).

2.3 Merkityksellisen isyyden tukeminen

Isyyttä on pidetty tärkeänä lapsen, parisuhteen ja koko perheen hyvinvoinnille. Isyyden vaikutusta miehen identiteettiin ja henkilökohtaiseen hyvinvointiin on selvitetty tutkimuksen avulla. On myös haluttu tarkastella isyyteen liittyvää muutosta ja isyyksien moninaistumista. Isyystutkijat ovat myös olleet kiinnostuneita kuulemaan isien kokemuksia ja halunneet tehdä niitä näkyviksi. Isyyden arvo, onnistuminen isänä mitataan siinä, miten hyvin mies onnistuu olemaan lapselleen isänä. (Ellilä 2012: 9.)

Tutkimukset ovat tuoneet johdonmukaisesti esille miesten itsensä kertomana, että valtaosa isistä arvioi elämänsä muuttuneen monin tavoin parempaan suuntaan isyyden myötä. Näihin muutostokemuksiin liittyy positiivisia tunne-elämyksiä. Olisi naiivia väittää, että miesten kokemukset sitoutuneesta isyydestä ovat pelkästään positiivisia, sillä myös negatiivisia seuraamuksia on dokumentoitu (esimerkiksi puolisoiden välistä valtataistelua, väsymistä ja taloudellisen tilanteen heikkenemistä). (Huttunen 2010: 178.)

Mitkä tekijät vaikuttavat isän sitoutuneisuuteen? Nämä tekijät ovat miehen motivaatio isyyteen, hänen kotityö- ja lastenhoitotaitonsa, itseluottamus, sosiaalinen tuki sekä institutionaaliset käytänteet. Tutkimukset tukevat enenevästi oletusta, että sitoutuneella isyydellä on voittopuolisesti myönteisiä vaikutuksia miehen elämään ja että sitoutunut isä ylittää entistä enemmän. (Huttunen 2010: 177; 178).

Sitoutunut isyys näyttäisi tuottavan miehelle ”nettovoittoa” neljällä elämänalueella: terveydentilassa, sosiaalisissa suhteissa, perhekeskeisyydessä sekä tyytyväisyydessä työelämään. Sitoutuneilla isillä on vähemmän tupakkaan, päihteisiin ja vaarallisiin harrastuksiin liittyvää riskikäyttäytymistä. Heillä on enemmän yhteisöllisyyttä lähipiiriin ja naapureiden kanssa. He lisäävät yhteydenpitoaan sukulaisiin sekä osoittavat mielenkiintoa työuraansa ja sen tulevaisuutta kohtaan. Selitysasteet heikkenevät, jos alkujaan sitoutunut isä asuu erillään lapsistaan. Silloin sitoutuminen vähenee erillään asumisen myötä

tai isyyteen sitoutumisen voimauttavat vaikutukset heikkenevät yhteisen arjen puuttuessa. Kaikki miehet eivät halua sitoutua isyyteen alun perinkään. (Huttunen 2010: 179.)

3 Työn tarkoitus ja tavoite

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata kirjallisuuskatsauksen menetelmin isyyden tukemista av(i)eron jälkeen. Tavoitteena on tuottaa tietoa, joka auttaa kehittämään sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten taitoja kohdata eroperheen isä ja edelleen lisäämään keinoja, joilla edistää ja tukea isyyden jatkumista. Opinnäytetyön tuloksista tulevat hyötymään paitsi sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiset, jotka kohtaavat työssään eroperheitä, myös eroperheiden isät lapsineen.

Aiheen rajauksessa olemme ottaneet huomioon opinnäytetyön tilaajan toiveet ja aihe onkin rajattu koskemaan nimenomaan isyyttä, siihen kohdistuvia haasteita ja niihin vastaamista av(i)eron jälkeen. Opinnäytetyön aiheen näemme äärimmäisen mielenkiintoisena ja tärkeänä myös hoitotyön näkökulmasta. Hoitotyöntekijät kohtaavat väistämättä työssään eroperheitä ja toivommeikin opinnäytetyön lisäävän heidän tietoaan ja ymmärrystään eroisyyteen liittyen.

Opinnäytetyöllä vastauksia haetaan seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

1. Mihin isät tarvitsevat tukea av(i)eron jälkeen?
2. Millaisesta tuesta isät hyötyvät av(i)eron jälkeen?

4 Aineiston keruu ja analysointi

4.1 Kirjallisuuskatsaus tutkimusmenetelmänä

Kirjallisuuskatsauksessa kootaan aiheeseen rajattua tietoa aiemmista tutkimuksista ja sen tavoitteena on jonkin tutkimusongelman ratkaisu. Kirjallisuuskatsauksia on erityylisiä ja niiden edellytyksenä on aikaisempi tutkimustieto aiheesta. Kyseisen menetelmän avulla hahmotetaan olemassa olevaa tutkimusta kokonaisuutena, kuten tutkimustiedon

määrää, sisältöä ja tutkimuksissa aikaisemmin käytettyjä menetelmiä. Kirjallisuuskatsaukset tuovat esille ongelman perustaa ja kehitystä, teoreettista tai käsitteellistä taustaa sekä yhdistävät eri tutkimusalueita. (Johansson 2007: 3-4; Leino-Kilpi 2007: 2.)

Kirjallisuuskatsaus voi yhdistää eri metodein tehtyjä tutkimuksia. Tutkimukset rajataan tutkimustehtävän mukaan ja esitetään narratiiviseen muotoon kirjoitettuna. Kirjallisuuskatsaukset ovat tutkimuksia tutkimuksista tarkoituksena yhdistää ja tehdä yleisluontoista yhteenvetoa aikaisemmista tutkimuksista, joilla on samansuuntainen kysymysten asetelu. Katsaukset tulee alkuperäistutkimuksien tavoin suunnitella huolellisesti, olla metodologisesti laadukkaita ja saadut johtopäätökset tulee esittää täsmällisesti. Kirjallisuuskatsauksen tehtävinä ovat tieteen nykytilanteen kuvaaminen, teorian kehittäminen sekä saadun tiedon suora soveltaminen käytäntöön. Kaikki tutkimuksen vaiheet tulee kirjata tarkasti. Tämä lisää katsauksen raportoinnin luotettavuutta ja samalla helpotetaan työntekoa. Kahden tutkijan tekemä katsaus vähentää tutkimuksen subjektiivisuutta. (Flinkman – Salanterä 2007: 84-98.)

Kirjallisuuskatsauksen työstäminen aloitetaan tutkimuksen tarkoituksen ja tavoitteiden määrittämisellä sekä selkeiden, hyvin rajattujen tutkimuskysymysten muotoilulla. Jälkimmäisen avulla saadaan rajattua aiheen keskeiset käsitteet sekä tutkimusjoukot. Kysymysten laajuus riippuu aikaisemman tutkimuksen määrästä. Käsitteiden määrittelyt ja niiden väliset suhteet tapahtuvat katsausta tehtäessä. (Flinkman – Salanterä 2007: 88-90.)

Aineiston keruu tulee suunnitella tarkasti. Tiedonhaussa pyritään käyttämään kaikkia mahdollisia tiedonhakumenetelmiä mahdollisimman potentiaalisen materiaalin saamiseksi. Aineistoa voidaan etsiä lukuisista lähteistä, kuten sähköisistä tietokannoista, sähköisten palvelujen kautta, erilaisten julkaisujen lähdeluetteloista, lehdistä sisällysluetteloista ja niin edelleen. Aineiston keruu tulee kuvata tarkasti, jotta lukija pystyy saamaan halutessaan samat tulokset. Kaikki keruuta koskevat rajaukset sekä aineiston sisäänotto- ja poissulkukriteerit tulee määritellä ja perustella täsmällisesti. Aineistoa arvioidaan ja mahdollisesti karsitaan perustellusti valittujen kriteerien mukaisesti. Aineisto on hyvä kerätä systemaattisesti taulukon muotoon, koska näin materiaalia on helpompi hallita ja tarkastella yleisluontoisesti. Tutkimusten kuvaustaulukossa on hyvä olla keskeiset tiedot tutkimuksen luonteesta, metodologiasta ja tuloksista. (Flinkman – Salanterä 2007: 91-92.)

Tutkimusten tarkastelu ja arviointi ovat tarpeen punnittaessa johtopäätösten painoarvoa. Arviointimenetelmiä on monenlaisia ja jokaiselle tutkimusmenetelmälle on omat arviointikriteerinsä. Narratiiviseen muotoon kirjoitetussa katsauksessa aineiston arvioinnissa voidaan kuvata tutkimuksen vahvuuksia ja heikkouksia. (Flinkman – Salanterä 2007: 93.)

Kirjallisuuskatsauksen päämääränä on tutkimusaineiston tulkinta sekä innovatiivinen synteesi. Tulosten merkittävyyksiä punnitaan ja merkittävistä tuloksista luodaan yleisempiä päätelmiä. Analyysin toteutus tulisi suunnitella haasteellisuutensa takia huolellisesti. Analyysiä tulee jatkaa kärsivällisesti, kunnes aineisto on tiivistynyt mielekkääksi ja merkitykselliseksi kokonaisuudeksi. (Flinkman – Salanterä 2007: 95-96.)

Julkistetut katsaukset lisäävät tiedeyhteisön tietopääomaa. Katsauksen kirjoittamisessa pätevät samat yleissäännöt kuin alkuperäistutkimuksen kirjoittamisessa sisältäen rakenteellisesti johdanto-osan, metodi- ja tulos-osion sekä pohdinnan. Johtopäätöksissä loogiset päätelmäketjut kuvataan selkeästi, ymmärrettävästi ja perustellusti. Lukijan tulee kyetä arvioimaan tulosten oikeellisuutta. Erilaiset havainnollistavat kuviot ja mallit ovat tulosten esittämisessä käyttökelpoisia. Kun huomio kiinnitetään selkeään ja lukijaystävälliseen kirjoitustyyliin, tulokset ovat mahdollista siirtää käytäntöön työn tueksi, kehittämiseksi sekä tueksi päätöksentekoon. Johtopäätöksistä on hyvä esittää innovatiivinen uusi synteesi lukijoiden ymmärryksen ja kiinnostuksen lisäämiseksi. (Flinkman – Salanterä 2007: 97-98.)

4.2 Aineiston keruu

Aineiston keruussa tutkimuksia haettiin vastaamaan tutkimuskysymyksiin mahdollisimman tehokkaasti. Näin ollen tutkimuksia keskityttiin hakemaan liittyen isyyden tukemiseen av(i)eron jälkeen. Myös tutkimukset, jotka käsittelivät miesten tukemista av(i)eron jälkeen hyväksyttiin aineistoon riippumatta siitä, mainittiinko lasten olemassaoloa. Aineistoon hyväksyttiin sekä suomenkielisiä että kansainvälisiä englanninkielisiä länsimaisia tutkimuksia. Lisäksi opinnäytetyön aiheeseen sopivat väitöskirjat hyväksyttiin. Tiedonhaku rajattiin julkaisuajalle 2008-2015, jotta saatiin mahdollisimman tuoreita ja ajantasaisia tutkimuksia.

Aineisto kerättiin systemaattisesti käyttäen mahdollisimman laajasti sosiaali- ja terveysalan viitetietokantoja (Cinahl, Medic, Pubmed, Cochrane ja Ovid Medline). Tiedonhakua

täydennettiin Googlea hyödyntämällä sekä käsihaulla Tutkiva hoitotyö ja Hoitotiede -lehdistä. Hakusanoina käytettiin seuraavia suomenkielisiä termejä: avioero, ero, isä, isyys, tuki ja kokemus. Englanninkielisinä hakusanoina toimivat divorce, separation, support, experience, father ja fatherhood. Lisäksi hakusanoina käytettiin yhdistelmiä divorced father ja support method. Muutama aineistoon hyväksytty tutkimus esiintyi useimmissa tietokannoissa. Näiden päällekkäisyyksien takia hyväksytyjä tutkimuksia näkyy taulukossa enemmän kuin kymmenen. Aineiston tiedonhaun toteutus on havainnollistettu taulukoon (Liite1).

Analysointiin sopivia tutkimuksia valittiin aluksi otsikoiden perusteella, jonka jälkeen luettiin tiivistelmät. Tämän jälkeen perehdyttiin koko artikkeliin, jos edellä mainittujen perusteella tutkimus vastaisi mahdollisesti tutkimuskysymyksiin. Tutkimuksia opinnäytetyön aiheeseen liittyen oli paljon, joten aineistoon valittiin vain laadukkaat ja luotettavat yliopistolliset tutkimukset. Lopulta aineistoon valittiin kahdeksan tutkimusartikkelia ja kaksi väitöskirjaa:

1. Jacobs, Nicky – Jaffe, Russel 2010. Investigating the efficacy of CoMeT, a New Mediation Model for High-Conflict Separating Parents. The American Journal of Family Therapy 38 (1). 16-31.
2. Bracke, P. – Buffel, V. – Colman, E. – Dereuddre, R. 2014. The use of mental health care, psychotropic drugs and social services by divorced people: does informal support matter? European Journal of Social Work 18 (2). 262-283.
3. Halford, W.K. – Sweeper, S. 2013. Trajectories of Adjustment to Couple Relationship Separation. Family Process 52 (2). 228-243.
4. DeGarmo, David S. – Forgatch, Marion S. 2012. A confidant support and problem solving model of divorced fathers' parenting. American Journal of Community Psychology 49 (1). 258-269.
5. DeGarmo, David S. – Eap, Sopagna – Patras, Joshua 2008. Social Support for Divorced Fathers' Parenting: Testing a Stress-Buffering Model. Family Relations 57 (1). 35-48.

6. Haaramo, P. – Joutsenniemi, K. – Knekt, P. – Laaksonen, M.A. – Lindfors, O. 2012. Prediction of the outcome of short- and long-term psychotherapy based on socio-demographic factors. *Journal of Affective Disorders* 141 (2-3). 331-342.
7. Inkilä, J. – Paavilainen E. 2013. Etä-isien kokemuksia moniammatillisesta yhteistyöstä huoltoriidassa. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 50 (2). 150-162.
8. Kiiski, Jouko 2011. Suomalainen avioero 2000-luvun alussa: Miksi avioliitto puretaan, miten ero koetaan ja miten siitä selviydytään? Väitöskirja. University of Eastern Finland. Verkkodokumentti. <http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0422-5/urn_isbn_978-952-61-0422-5.pdf>. Luettu 21.10.2015.
9. Koskela, Jari 2012. Avioero suomalaisen miehen kokemana: Ero ja erosta toipuminen prosessina. Väitöskirja. University of Eastern Finland. Verkkodokumentti.<http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0906-0/urn_isbn_978-952-61-0906-0.pdf>. Luettu 25.9.2015.
10. Kääriäinen, Aino 2008. Ero haastaa vanhemmuuden. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto.

4.3 Aineiston analyysi

Aineisto analysoidaan sisällön analyysin keinoin. Menetelmä sopii hyvin strukturoimattomaan aineistoon, kuten tutkimusartikkelien analysointiin. Tämän menetelmän avulla tutkittavia ilmiöitä järjestetään, kuvaillaan ja kvantifioidaan systemaattisesti ja objektiivisesti. Sisällönanalyysissä tutkittava ilmiö pyritään kuvaamaan tiiviissä ja yleisessä muodossa. Analyysi voidaan toteuttaa induktiivisesti, jolloin analysoiminen toteutetaan aineistolähtöisesti, tai deduktiivisesti, jolloin analyysiä ohjaa valmis teoriaan pohjaava käsitejärjestelmä. (Kyngäs – Vanhanen 1999: 4-5.) Opinnäytetyön aineisto analysoidaan induktiivisen sisällönanalyysin keinoin. Eron jälkeistä isyyttä on kokonaisuudessaan tutkittu melko vähän eikä siitä ole löytynyt sopivaa teoriaan pohjaavaa käsitejärjestelmää analyysiä ohjaamaan.

Analyysin ensimmäisessä vaiheessa määritellään analyysiyksikkö, jonka määrää tutkimuskysymykset sekä aineiston laatu. Seuraavaksi aineistoon perehdytään lukemalla se useasti aktiivisesti läpi, jonka jälkeen päätetään, ohjaako aineisto analyysiä vai analysoidaanko se deduktiivisesti. Sisällön analyysi aloitetaan pelkistämällä aineisto etsimällä ilmaisuja, jotka sopivat tutkittavaan ilmiöön. Pelkistäminen voidaan suorittaa joko pilkkomalla ilmaisuja pienempiin osiin tai alkuperäistä tietoa tiivistämällä. Seuraavassa vaiheessa ilmaisut ryhmitellään erilaisuuksien ja yhtäläisyyksien mukaan, jonka jälkeen näistä voidaan muodostaa erilaisia alakategorioita. Tämän jälkeen kategorioita yhdistetään suuremmiksi kokonaisuuksiksi, yläkategorioiksi ja edelleen yhdistäviksi kategorioksi, ja nämä ryhmät abstrahoidaan eli käsitteellistetään. Käsitteellistämistä jatketaan ja luokituksia yhdistellään niin pitkälle kuin se aineiston sisällön kannalta on luontevaa. (Kyngäs – Vanhanen 1999: 5; Tuomi – Sarajärvi 2013: 109-111.)

Sisällönanalyysin keinoin tutkitusta aineistosta luodaan tulkinnan ja päättelyn avulla käsitteellinen, tutkittavaa ilmiötä kuvaava käsitejärjestelmä tai malli. Nämä kuvaavat ilmiötä kokonaisuutena ja esittävät siihen kuuluvat käsitteet, niiden hierarkian sekä suhteet toisiinsa. Kategorioita on hyvä kvantifioida mahdollisuuksien mukaan. (Kyngäs – Vanhanen 1999: 5, 10-11; Tuomi – Sarajärvi 2013: 112-113.)

Analyysi aloitettiin perehtymällä aineiston tutkimuksiin ja väitöskirjoihin. Näiden tuloksista etsittiin ilmaukset, jotka vastasivat joko ensimmäiseen tai toiseen tutkimuskysymykseen. Tämän jälkeen englanninkieliset alkuperäisilmaukset suomennettiin ja kaikki ilmaukset pelkistettiin. Samalla tarkastettiin vielä toistamiseen, että alkuperäisilmaukset olivat adekvaatteja tutkimuskysymysten kannalta. Pelkistysten muodostuminen tutkimustuloksista on havainnollistettu taulukkomuotoon (Liite2).

Pelkistykset ryhmiteltiin niille sopivien tutkimuskysymysten alle. Tämän jälkeen pelkistyksistä etsittiin niiden samankaltaisuudet, joiden perusteella muodostui useita pienempiä kategorioita. Nämä ryhmät muodostivat alaluokkia, joille annettiin niiden sisältämää informaatiota parhaiten kuvaavat nimet. Esimerkiksi pelkistykset, jotka kuvasivat kumppanin antamaa tukea, muodostivat yhden kokonaisuuden, alaluokan, jonka nimeksi annettiin luonnollisesti "kumppanin tuki".

Alaluokkia yhdistettiin suuremmiksi kokonaisuuksiksi, yläluokiksi, niiden sisällön samankaltaisuuden mukaisesti. Esimerkiksi alaluokat "tuki työkaverilta" ja "tuki ystäviltä" muo-

dostivat monen muun samankaltaisen alaluokan kanssa yläluokan, joka kuvaa epävirallista tukea. Yläluokista saatiin muodostettua vielä näitä yhdistävä pääluokka toisessa analyysitaulukossa. Isien tuen tarve tuli tutkimustuloksista esille erilaisina sopeutumisen haasteina liittyen uuteen elämäntilanteeseen. Esimerkiksi yläluokat "isän toimintakykyyn liittyvät haasteet", "eron toiseen osapuoleen liittyvät haasteet", "sosiaalisten suhteiden puutteellisuuteen liittyvät haasteet" sekä "negatiivisten tunteiden tuomat haasteet" muodostivat pääluokan, joka kuvaa isän sopeutumisen haasteita eron jälkeen.

Kummankin tutkimuskysymyksen kohdalla analyysi eteni samalla strategialla. Analyysitaulukot tutkimuskysymyksiin on esitetty alkuperäisilmauksista ylä- tai pääluokkiin, jättäen alkuperäisilmaukset omaan taulukkoon, havainnollisuuden ja selkeyden takia. Analyysin tuloksena syntyneet luokat löytyvät ensimmäiseen tutkimuskysymykseen liitteestä 3 ja toiseen tutkimuskysymykseen liitteestä 4.

5 Tulokset

Aineiston analyysin tarkoituksena oli löytää vastauksia kahteen tutkimuskysymykseen. Ensimmäinen kysymys pyrki vastaamaan siihen, mihin isät tarvitsevat tukea av(i)eron jälkeen. Analyysin tuloksena muodostui yksi pääluokka, neljä yläluokkaa ja kolmetoista alaluokkaa. Toinen kysymys antoi vastauksia siihen, millaisesta tuesta isät hyötyvät av(i)eron jälkeen. Tähän kysymykseen analyysin perusteella muodostui kolme yläluokkaa ja kuusitoista alaluokkaa. Analyysin tuloksia avataan järjestelmällisesti tarkemmin seuraavissa kappaleissa sekä analyysitaulukoissa (Liite3 ja Liite4). Analyysitaulukoiden luokat kulkevat taulukkomuodossa tulosten kirjallisen kuvauksen tukena.

5.1 Isien haasteet av(i)eron jälkeen

Isät kohtasivat monia erilaisia sopeutumisen haasteita av(i)eron jälkeen. Nämä liittyivät isän toimintakykyyn, eron toiseen osapuoleen, sosiaalisten suhteiden puutteellisuuteen ja isässä heränneisiin negatiivisiin tunteisiin. Nämä kuvataan tarkemmin seuraavissa kappaleissa.

Isien sopeutumisen haasteet av(i)eron jälkeen
--

Isän toimintakykyyn liittyvät haasteet	Eron toiseen osapuoleen liittyvät haasteet	Sosiaalisten suhteiden puutteellisuuteen liittyvät haasteet	Negatiivisten tunteiden tuomat haasteet
--	--	---	---

Isän toimintakykyyn liittyvät sopeutumisen haasteet

Ensimmäiseksi yläluokaksi saatiin isän toimintakykyyn liittyvät haasteet. Tämä yläluokka muodostui kahdesta alaluokasta. Näihin lukeutui sekä stressi että kuormittuminen.

Taulukko 1: Isän toimintakykyyn liittyvät sopeutumisen haasteet eron jälkeen

Alaluokka	Yläluokka
Stressi	Toimintakykyyn liittyvät sopeutumisen haasteet
Kuormittuminen	

Eron jälkeen sopeutumisen ongelmia aiheuttivat henkiset stressitekijät. Avoeron jälkeen esiintyi enemmän henkistä stressiä avioeroon verrattuna. Stressin määrään, liittyen muun muassa perheeseen, työhön ja arjen haasteisiin, vaikutti isän huoltajastatus. Yksinhuoltajaisät olivat eniten stressaantuneita. Henkinen stressi oli voimakkainta heti eron jälkeen, mutta väheni huomattavasti ajan kuluessa erosta.

Isät kokivat myös vanhemmuuteen liittyvää kuormittumista eron jälkeen. Tämä liittyi pääosin suurempaan vastuuseen vanhemmuudessa, jota isät eivät olleet valmiita omaksumaan. Huoltajastatus vaikutti myös isyyden kuormittamisen asteeseen. Yksinhuoltajaisät kuormittuivat enemmän yhteishuoltajaisiin verrattuna. Eron jälkeen isien kuormitus lisääntyi vaikuttaen haitallisesti isyyden laatuun ja sitä mukaan lapsen ongelmakäyttäytymisen lisääntymiseen.

Eron toiseen osapuoleen liittyvät haasteet

Seuraavan yläluokan muodosti eron toiseen osapuoleen liittyvät haasteet. Yläluokka jakautui kahteen alaluokkaan. Näihin lukeutui tunneside entiseen kumppaniin ja ristiriidat.

Taulukko 2: Eron toiseen osapuoleen liittyvät haasteet eron jälkeen

Alaluokka	Yläluokka
-----------	-----------

Tunneside entiseen kumppaniin	Eron toiseen osa-puoleen liittyvät haasteet
Ristiriidat	

Eron jälkeen sopeutumisen ongelmia aiheutti tunneside entiseen kumppaniin. Miehet kärsivät eronjälkeisestä tunnesiteestä eron toiseen osapuoleen enemmän kuin äidit huolimatta siitä, oliko miehellä lapsia vai ei. Avo- ja avioero aiheuttivat yhtäläillä kyseisiä ongelmia. Nämä kuitenkin vähenivät huomattavasti ajan kuluessa erosta.

Avo- ja avioero tuottivat yhtäläillä konflikteja entisen kumppanin kanssa. Nämä ristiriidat aiheuttivat eron jälkeen miehillä sopeutumisen ongelmia. Huoltajastatus vaikutti myös konfliktien asteeseen. Yksinhuoltajaisät kärsivät vaikeammista ristiriidoista lapsen toisen vanhemman kanssa kuin yhteishuoltajaisät. Vanhempien välisillä konflikteilla oli negatiiviset vaikutukset isyyden laatuun ja isän antisosiaalisuuteen. Ristiriidat eivät monien muiden sopeutumisen haasteiden tavoin vähene ajan kuluessa.

Sosiaalisten suhteiden puutteellisuuteen liittyvät haasteet

Kolmannen yläluokan muodosti sosiaalisten suhteiden puutteellisuuteen liittyvät haasteet. Tämä yläluokka muodostui kahdesta alaluokasta. Nämä olivat yksinäisyys ja isien identiteettiongelmat.

Taulukko 3: Sosiaalisten suhteiden puutteellisuuteen liittyvät haasteet

Alaluokka	Yläluokka
Yksinäisyys	Sosiaalisten suhteiden puutteellisuuteen liittyvät haasteet
Identiteettiongelmat	

Miehillä esiintyi sosiaalisten suhteiden muutoksiin liittyviä haasteita eron jälkeen. He kokivat yksinäisyyttä, joka osaltaan aiheutti sopeutumisen ongelmia. Avoeron jälkeen yksinäisyyttä esiintyi enemmän avioeroon verrattuna. Lisäksi isät kokivat eron jälkeen yksinäisyyttä vanhemmuudessa. Tämä väheni kuitenkin huomattavasti ajan kuluessa erosta, oli kyseessä sitten avo- tai avioero.

Sosiaalisten suhteiden puutteellisuuteen liittyviin haasteisiin lukeutui myös miesten identiteettiongelmat. Nämä laukaisivat eron jälkeen muutokset ihmissuhteissa. Näihin miehet hakivatkin aktiivisesti tukea.

Negatiivisten tunteiden tuomat haasteet

Neljänneksi yläluokaksi muodostui negatiivisten tunteiden tuomat haasteet. Tämä yläluokka jakautui seitsemään alaluokkaan. Näihin kuului masennus, ahdistus, epävarmuus, syyllisyys, häpeä ja nolous, harmintunne sekä arvottomuudentunne.

Taulukko 4: Negatiivisten tunteiden tuomat haasteet

Alaluokka	Yläluokka
Masennus	Negatiivisten tunteiden tuomat haasteet
Ahdistus	
Epävarmuus	
Syyllisyys	
Häpeä ja nolous	
Harmintunne	
Arvottomuudentunne	

Eron jälkeen monet negatiiviset tunteet aiheuttivat miehille sopeutumisen haasteita. Yksi näistä oli masennus. Selvästi eniten masennusta esiintyi eronneilla sinkuilla. Kumppanin olemassaolo näytti kuitenkin lievittävän ongelmaa jonkin verran. Masentuneisuus oli suoraan yhteydessä sosiaali- ja terveystalvaeluiden sekä lääkkeiden käyttöön. Lisäksi suurin osa miehistä tunsu olonsa ahdistuneeksi ja haki eron jälkeen kyseiseen ongelmaan aktiivisesti tukea.

Eron jälkeen myös vanhemmuudessa koettiin negatiivisia tunteita. Isät kokivat ajoittain epävarmuutta sekä syyllisyyttä erosta. Avioliiton purkautumiseen liittyi myös monia tunteita, joiden kanssa miehet kamppailivat eron jälkeen. Näihin kuuluivat syyllisyys, häpeä ja nolouden tunne, harmintunne sekä arvottomuudentunne.

5.2 Hyödyllinen tuki isälle av(i)eron jälkeen

Isät saivat tukea sekä epävirallisilta että virallisilta tahoilta av(i)eron jälkeen. Lisäksi isien omat tukikeinot osoittautuivat merkittäviksi selviytymiskeinoiksi elämän muutostilanteessa. Isien hyödyllistä tukea av(i)eron jälkeen on kuvattu tarkemmin seuraavissa kappaleissa.

Isien epävirallinen tuki av(i)eron jälkeen

Isät saivat eron jälkeen tukea epävirallisilta tahoilta. Epävirallinen tuki yläluokkana muodostui kahdeksasta alaluokasta. Näihin kuului tuki perheeltä, tuki sukulaisilta, tuki työkavereilta, tuki ystäviltä, tuki entiseltä puolisoilta, vertaustuki eron kokeneilta, tuki naissuhteista ja tuki kumppanilta.

Taulukko 5: Isien epävirallinen tuki av(i)oeron jälkeen

Alaluokka	Yläluokka
Tuki perheeltä	Epävirallinen tuki
Tuki sukulaisilta	
Tuki työkavereilta	
Tuki ystäviltä	
Tuki entiseltä puolisoilta	
Vertaustuki eron kokeneilta	
Tuki naissuhteista	
Tuki kumppanilta	

Eronneet miehet saivat emotionaalista tukea perheen jäseniltä. Perhe tuki miehiä myös käyttäytymisellään. Tämä tarkoitti emotionaalisen tukemisen lisäksi ohjausta ja neuvontaa, aidon kiinnostuksen osoittamista, positiivisten näkökulmien esiin tuomista sekä rohkeaa, hyväksyvää ja kunnioittavaa käytöstä. Miehet saivat myös sukulaisilta vastaavanlaista tukea. Perheeltä ja sukulaisilta saatu tuki vaikutti myönteisesti vanhemman ongelmanratkaisutaitoihin, isyyden laadukkuuteen ja edelleen lapsen ongelmakäyttäytymisen vähenemiseen. Lisäksi isät saivat sukulaisilta tukea lapseen liittyvässä avuntarpeessa.

Työkavereilta sai emotionaalista tukea ja konkreettista apua av(i)oeron jälkeen. Heiltä saatu emotionaalinen tuki vaikutti suotuisasti miesten hakeutumiseen sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden piiriin. Myös työntekijöiden käyttäytyminen oli tukevaa. Näin ollen työkavereiden tuki vaikutti myönteisesti isän ongelmanratkaisutaitoihin ja lisäsi isyyden laadukkuutta.

Ennen kaikkea miehet hakivat ja saivat tukea av(i)oeron jälkeen ystäviltä ja tuttavilta. Heillä oli miehille tuen kannalta tärkeä merkitys. Ystäviltä saatu emotionaalinen tuki vaikutti suotuisasti miesten hakeutumiseen sosiaali- ja terveyspalveluiden piiriin. Ystävät tarjosivat miehille myös keskustelutukea. Apua erosta selviytymiseen toikin puhuminen ystävän kanssa.

Miehet saivat entiseltä puolisolta tukea lapsiin liittyvässä avuntarpeessa. Miehet kokivat saavansa tukea myös lyhytaikaisista naissuhteista av(i)oeron jälkeen. Naissuhteet toimivat niin sanottuina terapeutteina, joille isät avautuivat eroon liittyvistä kokemuksista ja syyllisyydentunteista.

Miehet kokivat hyötyvänsä vertaistuesta av(i)oeron jälkeen. He saivat apua ja tukea eroseminaareihin osallistumalla. Tämän lisäksi miehet kokivat järjestötoiminnan tukevan erosta selviytymistä.

Uusi suhde auttoi miehiä av(i)oerosta toipumisessa. Se toimi eron jälkeen myös sosiaalisena tukena ja voimavarana. Myös kumppanin tarjoamalla vertaistuellla koettiin olevan tärkeä merkitys. Eronneet miehet saivat kumppanilta apua ja tukea eron käsittelyssä sekä lapsiin liittyvässä avuntarpeessa. Kumppani tuki myös käyttäytymisellään vaikuttaen myönteisesti isän ongelmanratkaisutaitoihin sekä isyyden laatuun. Näiden lisäksi kumppanin olemassaolo vähensi merkittävästi eronneiden miesten alkoholinkäyttöä.

Isien virallinen tuki av(i)oeron jälkeen

Virallisen tuen yläluokka muodosti neljä alaluokkaa, jotka olivat sosiaalipuolen ammattilaisten antama tuki, terveydenhuollon ammattilaisten antama tuki, terapian antama tuki ja lääkkeellinen tuki.

Taulukko 6: Isien virallinen tuki av(i)oeron jälkeen

Alaluokka	Yläluokka
Sosiaalipuolen ammattilaisten antama tuki	Virallinen tuki
Terveydenhuollon ammattilaisten antama tuki	
Terapian antama tuki	
Lääkkeellinen tuki	

Sosiaalipuolen ammattilaisten tarjoama ammattiapu toimi miehillä yhtenä selviytymiskeinona av(i)oeron jälkeen. Tukea tarvittiin eron läpikäymiseen ja eron aiheuttamaan sopeutumishäiriöön. Miehet kokivat myös keskusteluavun tärkeäksi. Esimerkiksi keskustelut perheneuvolassa nähtiin tarpeellisiksi, vaikka ne eivät aina johtaneetkaan ristiriitojen

ratkaisuun. Joskus ammattiapuun turvauduttiin vasta siinä vaiheessa, kun ero oli vaikea ja synnytti runsaasti kuormittavia tunteita.

Av(i)eron läpikäyneet miehet, joilla ei ollut vielä uutta parisuhdetta, hyötyvät terveystalveista. He olivat hakeutuneet eron jälkeen terveydenhuollon ammattilaisten tuen piiriin. Eronneet sinkkumiehet olivat saaneet tukea yleislääkäristä ja psykiatrasta. Lisäksi he olivat hakeutuneet psykologin vastaanotolle.

Av(i)eron läpikäyneet potilaat hyötyivät enemmän pitkäaikaisesta terapiasta. Yksinelävillä vanhemmilla kyseinen terapiamuoto auttoi esimerkiksi yleisoireiden ja masennusoireiden hoitamisessa. Lyhytterapia taas sopi tehokkaaksi tukikeinoksi potilaille, jotka elivät kumppanin kanssa joko ilman lapsia tai lasten kanssa. Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille av(i)eron jälkeen vaikutti myönteisesti vanhemmuuteen ja vanhempien väliseen suhteeseen lapsen kasvatuksen näkökulmasta. Kyseinen terapia-sovitteluyhdistelmä lievitti vanhemman katkeruudentunnetta ja mielipahaa sekä vähensi kiintymystä eronneiden parien välillä. Terapia-sovitteluyhdistelmällä oli myös merkittäviä positiivisia vaikutuksia pahasti riitautuneiden parien välisiin ristiriitoihin. Lisäksi se kohensi vanhemman henkilökohtaista yleistä hyvinvointia ja vaikutti myönteisesti fyysiseen, älylliseen, emotionaaliseen, relationaaliseen ja henkiseen hyvinvointiin. Sovittelu-terapiayhdistelmä edesauttoi myös merkittävästi pahasti riitautuneiden parien välisen yhteisymmärryksen muodostumisessa.

Av(i)eron jälkeen käytettiin myös lääkkeellisiä tukikeinoja. Eronneet miehet saivat tukea lääkärin määräämien lääkkeiden käytöstä. Lisäksi miehet, jotka eivät olleet uudessa parisuhteessa, käyttivät psykotrooppisia lääkkeitä enemmän kuin naimisissa olevat miehet.

Isien omat tukikeinot av(i)eron jälkeen

Yläluokka, isien omat tukikeinot av(i)eron jälkeen, muodostui kolmesta alaluokasta. Nämä ovat uskonto, isän oma asennoituminen sekä eron itsenäinen työstäminen.

Taulukko 7: Isien omat tukikeinot av(i)eron jälkeen

Alaluokka	Yläluokka
Uskonto	Isien omat tukikeinot
Oma asennoituminen	
Eron itsenäinen työstäminen	

Eräs esille noussut isien oma tukikeino oli uskonto. Tämä auttoi avioeron synnyttämässä muutostilanteessa. Uskonto toimi avioeron jälkeen merkittävänä selviytymistä tukevana voimana.

Isien oma asennoituminen auttoi avioeron tuomassa muutostilanteessa. Tähän kuului tulevaisuuteen suuntautuminen. Lisäksi isän positiivinen ajattelu ja huumori toimivat tehokkaina tukikeinoina eron jälkeen.

Av(i)eron itsenäinen työstäminen auttoi isiä selviytymään erosta. Tähän lukeutui eron ja siihen liittyvien tapahtumien pohtiminen yksin. Toisaalta eron pohtimisen välttäminen toimi yhtenä tukikeinona av(i)oerosta ja sen tuomasta uudesta elämäntilanteesta selviytymiseen.

6 Pohdinta

6.1 Tulosten pohdinta

Tulosten pohjalta isien tuentarve näyttäytyi moninaisina eroon ja elämän muutostilanteeseen liittyvinä sopeutumisen haasteina. Näitä olivat toimintakykyyn, eron toiseen osapuoleen, sosiaalisten kontaktien vähäisyyteen sekä negatiivisiin tunteisiin liittyvät haasteet. Isät hyötyivät av(i)eron jälkeen epävirallisesta ja virallisesta tuesta sekä omista tukikeinoistaan.

Opinnäytetyön tulosten mukaan yhtenä toimintakyvyn haasteena oli stressi. Avoeron jälkeen stressiä esiintyi enemmän avioeroon verrattuna (Halford – Sweeper 2013). Avoero voi olla riski isälle, jonka asemaa huoltajana ei erikseen ole virallistettu (Hermanson 2012). Isän epävarma asema vanhempana voi olla yksi stressille altistava tai sitä lisäävä tekijä. Lisäksi av(i)oliiton ja ihmissuhdeverkoston tuoman pysyvyyden ja turvan menettämisen aiheuttama turvattomuuden tunne ja selviytymisen pelko voivat aiheuttaa stressiä eron jälkeen (Alkio – Laru 2015; Vaaranen 2015). Isän yksinhuoltajuus aiheutti enemmän stressiä ja kuormittumista yhteishuoltajuuteen verrattuna (DeGarmo – Eap – Patras 2008). Näitä lievittää yhteishuoltajuudessa vastuun jakautuminen. Kuormittumisen lisääntyminen eron jälkeen vaikutti haitallisesti vanhemmuuteen isän käyttäytymisen kautta ja tämän myötä lapsen ongelmakäyttäytymisen lisääntymiseen (DeGarmo ym.

2008). Erotilanteessa vanhemmat päätyvät kuitenkin useimmiten yhteishuoltoon (Eerola – Mykkänen 2014). Tämä on tulosten näkökulmasta myönteistä.

Tulosten valossa yksi sopeutumisen haaste eron jälkeen oli tunneside eron toisen osapuolen kanssa (Halford – Sweeper 2013). Av(i)eron jälkeen parisuhteen lisäksi puretaan tunnesuhde. Eroon ja sen tuomaan elämänmuutokseen sopeutuminen edellyttävät onnistunutta eroprosessia. Tähän kuuluu eron toisen osapuolen kuuleminen, tasa-arvoinen ja huomioiva kohtelu sekä tunteiden ja ajatusten työstäminen eroon liittyen kiirehtimättä. Eropäätöksen tekijä voi pitkään käsitellä eroajatusta ja siihen liittyviä tunteita ennen kuin eron toinen osapuoli saa tästä tiedon. (Vaaranen 2015; Lahtiharju – Malinen 2015.) Näin saatetaan päätyä epäoikeudenmukaiseen tilanteeseen, jossa jätetty jää ajatuksineen ja tunteineen yksin. Tämä taas saattaa edesauttaa vaikean tunnesiteen syntymiseen. Miehet kärsivät eron jälkeen enemmän tunnesideongelmista (Halford – Sweeper 2013). Tähän voisi sopia se, että naiset laittavat useammin eron vireille. Tulosten mukaan tunneside eronneen parin välillä helpotti huomattavasti ajan kanssa (Halford – Sweeper 2013). Toisaalta tunneside ongelmat voivat aiheuttaa elinikäisen ongelman (Vaaranen 2015; Lahtiharju – Malinen 2015). Lapsen kehityksen kannalta vahingollisinta on vanhemmat, jotka eivät ole kyenneet purkamaan emotionaalista sidettä ja joiden välillä on paljon katkeruutta (Lahtiharju – Malinen 2015; Vaaranen 2015; Erokriisissä tarvitaan aikaa. 2015). Hyvin hoidettu ero ehkäisee tunnesiteen muodostumista ja sen tuomia kielteisiä seurauksia. Pariterapeutti antaa tukea tunnesiteen purkamisessa, parien välisen rauhan ja sovinnon saavuttamisessa ja eron hyväksymisessä (Vaaranen 2015; Lahtiharju – Malinen 2015; Alkio – Laru 2015).

Tulosten mukaan konfliktit eivät lievittyneet ajan kuluessa moniin muihin sopeutumisen ongelmiin verrattuna. Vanhempien väliset ristiriidat vaikuttivat myös negatiivisesti vanhemmuuteen ja sitä mukaan lapsen kehitykseen. (Halford ym. 2008) Yleensä vanhemmat kuitenkin löytävät eron jälkeen tavan toimia lapsen edun mukaisesti, vaikka ystävyys onkin epätodennäköistä (Lahtiharju – Malinen 2015).

Sosiaalisten suhteiden vähäisyys eron jälkeen oli yksi tuloksista esiin tullut sopeutumisen haaste. Miehet kokivat eron jälkeen yksinäisyyttä sekä identiteetti-ongelmia. Yksinäisyyttä koettiin myös vanhemmuudessa. (Kääriäinen 2008; Halford – Sweeper 2013.) Ero hajottaa ydinperheen lisäksi sosiaalista verkostoa ja aiheuttaa fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista eroa ihmisten välillä. Ero saattaa vaikuttaa myös ihmisen käsitykseen itsestään

ja heikentää, ainakin väliaikaisesti, itseluottamusta. (Alkio – Laru 2015; Vaaranen 2015.) Nämä voivat olla osatekijät yksinäisyyteen ja edesauttaa sosiaalisista suhteista vetäytymistä. Sosiaalinen tuki auttaa erosta selviytymisessä ja vanhemmuudessa kuten isyyteen sitoutumisessa (Huttunen 2010). Yksinäisyys estää tuen saamista, joka olisi eron jälkeen äärimmäisen tärkeää sekä erosta selviytymisen että hyvän vanhemmuuden kannalta. Vaikeinta on tavoittaa miehiä, joiden on arvioitu tarvitsevan eniten tukea (Huttunen 2010).

Tulosten mukaan sopeutumisen haasteita eron jälkeen aiheuttivat myös negatiiviset tunteet. Näitä olivat masennus, ahdistus ja epävarmuus. Av(i)oliiton purkautumiseen liittyivät lisäksi syyllisyys, häpeä ja nolous, harmintunne sekä arvottomuudentunne. (Kiiski 2011.) Eron jälkeen jokainen kokee yksilöllisesti ainakin jonkin asteisen kriisin, johon kuuluvat tärkeänä osana erilaiset voimakkaat negatiiviset tunteet. Nämä ovat kuitenkin välttämättömiä kriisin etenemisen ja eron työstämisen kannalta. Päällimmäisinä tunteita kriisissä olivat viha, pettymys ja suru. (Parisuhteen kriisit. 2015; Vaaranen 2015; Laru – Alkio 2015; Salojärvi 2014). Edellä mainitut tunteet eivät kuitenkaan ole samoja tunteita, jotka tulosten mukaan aiheuttivat sopeutumisen haasteita. Tämän perusteella voisikin ajatella, että osa eron mukanaan tuomista tunteista heikensivät sopeutumista uuteen elämäntilanteeseen, kun taas osa toimi kriisistä ja erosta selviytymistä siivittävinä voimina. Eron aiheuttamien tunteiden kohtaaminen ja käsittely ovat tärkeitä ihmisen hyvinvoinnille (Salojärvi 2014). Erokriisin edetessä tunteet helpottavat vähitellen ja niiden kanssa opitaan elämään (Alkio – Laru 2015; Parisuhteen kriisit. 2015; Salojärvi 2014). Myös tulosten mukaan negatiiviset tunteet helpottivat merkittävästi eron jälkeen (Kiiski 2008). Yksilö- ja ryhmäterapia sekä henkilökohtaiset terapeutit keskustelut auttavat ja tukevat eroon liittyvien tunteiden käsittelyssä (Vaaranen 2015; Lahtiharju – Malinen 2015; Alkio – Laru 2015).

Masennus hidasti tai jopa esti kriisiprosessin etenemistä ja eron työstämistä (Salovaara 2014). Masennus oli kuitenkin yhteydessä ammattiavun käyttöön (Bracke ym. 2014). Tämä on myönteistä masennuksen haitallisten vaikutusten takia. Negatiivisia tunteita koettiin myös vanhemmuudessa (Kääriäinen 2008). Näitä on onneksi mahdollista työstää ammattiavun turvin (Vaaranen 2015; Alkio – Laru 2015). Näin voidaan pyrkiä ennaltaehkäisemään negatiivisten tunteiden haitalliset vaikutukset vanhemmuuteen ja edelleen lapsen kehitykselle.

Epävirallista tukea miehille antoivat perhe, sukulaiset, työkaverit, ystävät ja tuttavat, entinen puoliso, naissuhteet, vertaistuki eron kokeneilta sekä uusi kumppani. Tuki oli suu-
relta osin heidän käyttäytymiseensä pohjautuvaa. Tämä sisälsi tiedollista tukea ohjauk-
sen ja neuvonnan muodossa, emotionaalista tukea, aidon kiinnostuksen osoittamista,
positiivisten näkökulmien esiin tuomista hankalassa elämäntilanteessa, rohkaisevaa, hy-
väksyvää ja kunnioittavaa käyttäytymistä. Miehet saivat myös konkreettista tukea sekä
tukea lapsiin liittyvässä avuntarpeessa. Emotionaalinen tuki perheen ulkopuolelta myös
virallisen tuen hakemista. Ystävien ja työkavereiden merkitys eron jälkeiseen uuteen elä-
mään sopeutumisessa oli miehille ensiarvoisen tärkeä. Erityisesti keskustelut ystävien
kanssa koettiin merkityksellisiksi. (Bracke ym. 2014; DeGarmo – Forgatch 2012; De-
Garmo ym. 2008; Inkilä – Paavilainen 2013; Koskela 2012; Kiiski 2011.) Epävirallisella
tuella oli tulosten mukaan laajat tukemisen mahdollisuudet ja näitä isien tulisivin hyödyn-
tää eron jälkeen.

Epävirallinen tuki vaikutti myönteisesti isän ongelmanratkaisutaitoihin elämän muutosti-
lanteessa. Se vaikutti myös vanhemmuuden laatuun lisäten prososiaalista isyyttä. (De-
Garmo – Forgatch 2012.) Tämä tarkoitti kiteytettynä vuorovaikutuksellista ja lämmintä
suhdetta lapseen voimistaen isä-lapsisuhdetta ja vähentäen lapsen ongelmakäyttäyty-
mistä merkittävästi. Prososiaalista isyyttä tukeviin keinoihin olisi tärkeää kiinnittää hu-
miota eron jälkeen, koska ero vaikuttaa myös lapseen. Kun lapsi voi hyvin, näkee van-
hempi toimintansa arvokkaan tuloksen, joka lisää isän tyytyväisyyttä ja sitoutuneisuutta
vanhempana. Voitaisiin ajatella, että isän ja lapsen hyvinvointi kulkevat rinnakkain vai-
kuttaen toinen toisiinsa. Tähän pohjaten myös ajatusmallin opettelu, joka korostaa lap-
sen etusijalle asettamista eron jälkeen, on myös vanhemmuutta ajatellen suotuisaa (Lap-
set ja ero. 2015; Lahtiharju – Malinen 2015).

Miehet hyötyivät vertaistuesta av(i)eron jälkeen. Tähän lukeutui järjestötoimintaan ja
eroseminaareihin osallistuminen. (Kiiski 2011.) Eroseminaarissa eron aiheuttamia nega-
tiivisia tunteita työstetään vaikeiden asioiden tunnistamisen kautta. Lisäksi eron koke-
muksien ja ajatusten läpikäyminen ohjatusti auttaa erosta selviytymistä. (Vaaranen
2015; Lahtiharju – Malinen 2015; Alkio – Laru 2015.)

Sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut ja erilaiset terapiamuodot tarjosivat virallista tukea
eronneille isille. Lisäksi lääkkeellinen tuki, joka sisälsi lääkärin määräämät lääkkeet ja

erityisesti psykotrooppiset lääkkeet, nähtiin joissakin tapauksissa tarpeellisina. (Bracke ym. 2014.) Ammattiapu koettiin tarpeelliseksi varsinkin vaikeassa, kuormittavassa ja voimakkaita tunteita synnyttävässä erossa (Kiiski 2011). Hyödylliseksi isät kokivat virallisen tuen tarjoaman keskusteluavun eron läpikäymiseen (Inkilä – Paavilainen 2013; Koskela 2012). Tukea kyseisiin tarpeisiin antavat esimerkiksi perheasioiden sovittelijat, jonka järjestämisestä vastaavat esimerkiksi perheneuvolat, sosiaaliviranomaiset sekä perheasiain neuvottelukeskus (Vaaranen 2015; Alkio – Laru 2015; Salojärvi 2014).

Tulosten mukaan eronneet miehet, joilla ei ollut uutta parisuhdetta, hakeutuivat useammin ammattiavun piiriin (Bracke ym. 2014). Tämä antaa viitteitä juuri sosiaalisen tuen tärkeydestä. Epävirallinen tuki saattaa monissa tapauksissa korvata virallisen tuen. Tosin epävirallisella perheen ulkopuolisilta henkilöiltä saadulla emotionaalisella tuella oli vaikutusta virallisen tuen hakemiseen (Bracke ym. 2014). Yksinäisillä avun ja tuen tarpeessa olevilla ei välttämättä ole tarpeeksi voimia, uskallusta tai tietoa hakea tarvitsemaansa apua. Ystävät saattavat joissain tapauksissa tunnistaa eronneen tuen tarpeen paremmin kuin eronnut itse.

Opinnäytetyön tulokset osoittivat myönteisiä vaikutuksia terapiamuotoisesta tuesta eron jälkeen. Eronneet hyötyivät pitkäaikaisesta terapiasta, joka kuvastaa osittain erokriisin pituutta ja haasteellisuutta. Lyhytaikainen terapia oli riittävä, jos eronneella oli uusi parisuhde. (Haaramo ym. 2012.) Tämä tulos antaa viitteitä epävirallisen tuen merkityksellisyydestä.

Australiassa kehitetty uusi terapiamuoto pahasti riitautuneille pareille eron jälkeen yhdistää sovittelun ja terapian. Kyseisellä tuenmuodolla todettiin myönteisiä vaikutuksia vanhemmuuteen ja vanhempien väliseen suhteeseen lapsen kasvatuksen näkökulmasta. Lisäksi terapia-sovitteluyhdistelmä lievitti merkittävästi vanhemman katkeruutta ja mielihäpeää eron toista osapuolta kohtaan, lievitti pahasti riitautuneen parin konflikteja ja vaikutti merkittävästi yleiseen hyvinvointiin ja sen lukuisiin eri osa-alueisiin. Siitä oli myös apua vanhempien yhteisymmärryksen muodostumisessa. (Jacobs – Jaffe 2010.) Vaikeiden tunteiden käsittely ja vaikeat ristiriidat edellyttävät usein ammattiapua, johon sovittelun ja terapian yhdistämistä voisi mahdollisesti tulevaisuudessa soveltaa.

Miehet kokivat uskonnon auttaneen eron tuomassa muutostilanteessa. Myös positiivinen ajattelu, huumori ja tulevaisuuteen suuntautuminen toimivat hyödyllisinä tukikeinoina erosta selviytymisessä. Miehet kokivat selviytymiskeinoksi lisäksi eron itsenäisen pohtimisen, mutta myös pohtimatta jättämisen. (Kiiski 2008.) Viimeisessä kriisin vaiheessa eroon sopeudutaan, suru ja menetykset hyväksytään ja niiden kanssa opitaan elämään. Elämänmuutoksesta selviytyminen lisää eronneen itseluottamusta, elämä nähdään jälleen valoisana ja ajatukset osataan suunnata tulevaan. (Alkio – Laru 2015; Parisuhteen kriisit. 2015; Salojärvi 2014.) Miesten omaan asenteeseen liittyvät tukikeinot saattavat toimia vasta sopeutumisvaiheessa, jolloin niitä myös kannattaa ohjata käyttämään.

Jokainen käyttää yksilöllisten elämäkokemusten ohjaamana juuri itselleen sopivia keinoja erosta selviytymiseen. Ero saattaa kuitenkin olla yksi elämän suurimmista kriiseistä. Eronneella ei välttämättä ole sen takia kokemusta eikä tietoa, osittain sen ainutkertaisuuden takia, tehokkaiksi todettujen menetelmien hyödyntämiseen. Eroon kuuluu aina voimakkaat tunteet, joiden työstäminen on suuri osa erosta selviytymistä (Vaaranen 2015; Lahtiharju – Malinen 2015). Eron ja sen tuomien tunteiden työstämättä jättäminen on selviytymiskeinona tämän takia hieman kyseenalainen. Tämä viittaa eron kieltämiseen, joka taas saattaa kuulua kriisin ensimmäiseen vaiheeseen (Parisuhteen kriisit. 2015; Salojärvi 2014). Asian kieltäminen voi tuoda eron kanssa kamppailevalle hetkelistä helpotusta, mutta käsittelemättömät tunteet eivät katoa itsestään. Pitkään jatkuvassa kieltämisen vaiheessa ihminen voi tarvita ammattiapua kriisissä etenemisessä ja erosta selviämisessä. Käsittelyvaiheessa eron aiheuttamien tunteiden kohtaaminen ja käsittely ovat tärkeitä ihmisen hyvinvoinnille (Parisuhteen kriisit. 2015; Salojärvi 2014).

6.2 Opinnäytetyön eettisyys

Eettisiin ratkaisuihin vaikuttavat tutkimuksen tulokset ja toisaalta eettiset kannat vaikuttavat tutkijan tieteellisessä työssä tekemiin ratkaisuihin. Etiikan ja tutkimuksen yhteyttä kutsutaan tieteen etiikaksi (Tuomi - Sarajärvi 2009: 125). Tieteen etiikka käsittelee tieteen suhdetta tutkimuksen kohteeseen, tavoitteeseen, tutkimuksen tekemiseen ja yhteiskuntaan. Tutkimusetiikka on suppeampi käsite kuin tieteen etiikka. Tieteen etiikalla on velvollisuus tuottaa tietoa tiettyyn tarkoitukseen eli yhteiskunnan palvelemiseen. Lisäksi se tarkoittaa vastuuta siitä, että tieteellinen tutkimus palvelee potilasta sekä terveyttä ja hoitotyötä. (Eriksson - Isola - Kyngäs - Leino-Kilpi - Lindström - Paavilainen - Pietilä - Salanterä - Vehviläinen-Julkunen - Åsted-Kurki 2012: 28.)

Tieteen eetoksen neljä perusnormia ovat 1) tietoväitteiden perusteleminen epäpersoonallisilla kriteereillä 2) tieteellisen tiedon julkisuus ja yhteisömistys tiedeyhteisössä 3) tiede kutsumuksena ilman henkilökohtaisen voiton intressiä ja 4) järjestelmällinen kritiikki. Laadullisen tutkimuksen ei periaatteessa ole vaikeaa täyttää näitä Mertonin normeja (Tuomi - Sarajärvi 2009: 126). Eettiset ja moraaliset kysymykset antavat hoitotieteelle autonomian lisäksi syvyyttä ja omaleimaisuutta ja siksi eetos on erityisen tärkeä osa hoitotiedettä (Eriksson - Isola ym. 2012: 28). Eräs merkittävä hyvän tutkimuksen kriteeri on tutkimuksen sisäinen johdonmukaisuus, jopa elektiivisesti suuntautuneessa tutkimuksessa. Hyvälle tutkimukselle asetettu toinen lisävaatimus on eettinen kestävyys (Tuomi - Sarajärvi 2009: 127).

Tutkijat eettiset ratkaisut kulkevat täysin yhdessä tutkimuksen uskottavuuden kanssa. Uskottavuuden perustana on, että tutkijat noudattavat hyvää tieteellistä käytäntöä ("good science practice"). Siihen kuuluu yleinen huolellisuus, rehellisyys ja tarkkuus tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä sekä tutkimuksen arvioinnissa. Ne ovat samalla tiedeyhteisön tunnustamia toimintatapoja. Asiantuntijat soveltavat tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä sekä toteuttavat tieteellisen tiedon luonteeseen kuuluvaa avoimuutta tutkimuksensa tuloksia julkaistessaan. Lisäksi he ottavat huomioon muiden tutkijoiden työn ja saavutukset asianmukaisella tavalla. (Tuomi - Sarajärvi 2009: 132). Tutkijan sivistyksen perusta on hyvä tieteellinen käytäntö. Se tarkoittaa tervettä järkeä, toisen kunnioittamista ja huomioon ottamista, ja ennen kaikkea eettisen ajattelun sisäistämistä. (Eriksson - Isola 2012: 29).

Omassa tutkimuksessamme eettisyys on kulkenut tutkimuksen teon rinnalla alusta alkaen. Olemme toimineet huolellisesti, rehellisesti, käyttäneet lähdemerkintöjä oikein ja tehneet kaiken tiedon näkyväksi. Aiheemme on eettisesti perusteltu ja opinnäytetyömme tavoitteena on hyödyttää eronneita itsejä. Olemme olleet motivoituneita kehittämään isien tukemista ja emme ole aiheuttaneet iselle harmia tutkimusta tehdessämme. Olemme keränneet työmme tuloksiin tieteellisiä alkuperäistutkimuksia (n=10), joissa tutkimusten tuoreus on ollut yksi valintakriteereistämme. Teoreettista viiteperustaa rakentaessamme olemme lukeneet useista aihepiiriä koskevista lähteistä ja näin tutustuneet monen tutkijan työhön. Tutkimustuloksia olemme analysoineet induktiivisen sisällönanalyysin avulla. Eettisesti kestävä tiedonhankinta olemme tehneet systemaattisen tiedonhaun avulla.

Huolellisuutta harjoitimme sekä tiedonhaussa että tulosten analysoinnissa. Järjestelmällistä kritiikkiä annamme arvioimalla tutkimustemme määrää (n=10) ja tutkimuksiin valikoituneita vastaajia.

6.3 Opinnäytetyön luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnista ei ole olemassa yksiselitteisiä ohjeita. Useita erilaisia perinteitä kuuluu laadulliseen tutkimusperinteeseen. Sen vuoksi tutkimuksen luotettavuuteen liittyy erilaisia käsityksiä. (Tuomi - Sarajärvi 2009: 134, 136). Yleisiä luotettavuuden arvioinnin kriteerejä ovat uskottavuus, siirrettävyys, riippuvuus ja vahvistettavuus. Lisäksi puhutaan totuusarvosta, sovellettavuudesta, kiinteydestä ja neutraaliudesta (Kankkunen - Vehviläinen-Julkunen 2013: 197). Laadullisen tutkimuksen luotettavuuskeskusteluun kuuluu kysymykset totuudesta ja objektiivisuudesta. Kesustelussa erotetaan neljä erilaista totuusteoriaa: korrespondenssiteoria, koherenssiteoria, pragmaattinen totuusteoria ja konsensukseen perustuva totuusteoria. Tutkimuksen luotettavuuspohdinnoissa pyritään huomioimaan tutkijan puolueettomuusnäkökulma. On aiheellista pohtia, onko laadullisen tutkimuksen piirissä yhtenäisiä käsityksiä tutkimuksen luotettavuudesta. (Tuomi - Sarajärvi 2009: 134, 136.)

Useimmissa tapauksissa seuraavista pohdinnoista saattaa olla apua tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa: mitä tutkitaan ja miksi, miksi tutkimus on tärkeä, miten aineiston keruu on tapahtunut, millä perusteella tiedonantajat valittiin, miten tutkija-tiedonantajasuhde toimii, minkälaisella aikataululla tutkimus on tehty, miten aineisto analysoitiin ja miten tuloksiin sekä johtopäätöksiin tultiin, miten tutkimusaineisto on koottu ja analysoitu. Viimeiseksi kysytään, miksi tutkimus on eettisesti korkeatasoinen? (Tuomi - Sarajärvi 2009: 134; 140-141.)

Tutkimuksen suunnittelun jälkeen toteutus ja raportointi tehdään tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu, että tutkimusryhmän asema, oikeudet, osuus tekijyydestä, vastuut ja velvollisuudet sekä tutkimustulosten omistajuutta ja aineiston säilytys on määritelty ja kirjattu hyväksytyllä tavalla. Tutkimuksen kannalta merkitykselliset sidonnaisuudet sekä rahoituslähteet ilmoitetaan tutkimukseen osallistuville ja raportoidaan. Edelleen hyvän hallintokäytännön ja henkilöstö- että taloushallinnon noudattaminen kuuluu hyvään tieteelliseen käytäntöön. Vastuu hyvän tieteellisen käytännön noudattamisesta ja tutkimuksen rehellisyydestä on

tutkimuksen tekijällä itsellään. Lisäksi se on tutkimusryhmän sekä tutkimusyksikön johtajalla. (Tuomi - Sarajärvi 2009: 133.)

Opinnäytetyömme on tärkeä, koska isyyden tukemista eron jälkeen ei ole tutkittu riittävästi. On tärkeä tuottaa lisätietoa isille sekä ammattilaisten käyttöön. Aineisto on kerätty systemaattisen tiedonhaun avulla ja sitä on täydennetty käsihaulla. Aineistoon on valittu tuoreita alkuperäistutkimuksia ja tutkimuksen ovat olleet sovellettavissa koskemaan omaa kulttuuriamme. Opinnäytetyö on tehty vuoden 2015 aikana, mutta ei kesä kautena. Opinnäytetyön aineisto on analysoitu tiedonhaun taulukon avulla. Opinnäytetyön tuloksissa meitä on auttanut induktiivinen sisällönanalyysi. Opinnäytetyömme on eettisesti korkeatasoinen vilpittömän, huolellisen ja rehellisen työotteen vuoksi. Isyyden tukeminen on ollut työmme keskiö.

Opinnäytetyötä arvioidessamme otimme huomioon opinnäytetyömme siirrettävyyden, tulosten toistumisen, tulosten samankaltaisuudet ja tulosten eroavaisuudet. Analyysitaulukko on auttanut tässä. Lähdemerkintöjä olemme käyttäneet huolellisesti. Oma opinnäytetyötämme tehdessämme olemme pyrkineet rehellisyyteen, vilpittömyyteen ja hyvän tieteellisen käytännön mukaisiin toimintatapoihin.

Olemme pohtineet opinnäytetyömme haasteita. Haasteita ovat vieraskielisten käännöstemme oikeaoppisuus, se olemmeko systemaattisessa tiedonhaussa käyttäneet hakusanoja oikein, olemmeko käyttäneet hakusanoja kaikissa tietokannoissa laajasti ja perusteellisesti ja olemmeko löytäneet opinnäytetyöhömmme parhaat mahdolliset tutkimukset. Lisäksi olemme pohtineet, onko joku tietokanta jäänyt kokonaan käyttämättä? Olisimmeko voineet käyttää lisäksi vielä muun kielisiä tutkimuksia ja olemmeko perusteellisesti pohtineet työmme mahdollisia heikkouksia?

Opinnäytetyömme on uskottava, koska tuloksissa on analysoitu huolellisesti useita tieteellisiä asiantuntija-artikkeleita ja kahta väitöskirjaa. Opinnäytetyöhön valitut tieteelliset alkuperäistutkimukset on valittu vastaamaan oman kulttuurimme tarpeita. Olemme käyttäneet sekä suomen- että englanninkielisiä tutkimuksia, koska osaamme käyttää näitä kieliä hyvin. Alkuperäistutkimusten otos opinnäytetyössä on 10 ($n=10$). Siitä voidaan päätellä, että tutkimustulosten toistettavuus ja vahvistettavuus muuntuisi, jos otos olisi ollut laajempi.

6.4 Johtopäätökset ja kehittämishaasteet

Opinnäytetyön tulosten pohjalta isien tuentarve näyttäytyi erilaisina av(i)oeroon ja elämän muutostilanteeseen liittyvinä sopeutumisen haasteina. Nämä vaikuttivat myös vanhemmuuteen ja sitä kautta lapsen hyvinvointiin. Sopeutumisen haasteisiin lukeutuivat toimintakykyyn, eron toiseen osapuoleen, sosiaalisten kontaktien vähäisyyteen sekä negatiivisiin tunteisiin liittyvät haasteet. Isät hyötyivät monenlaisesta tuesta av(i)eroon jälkeen. Näihin kuuluivat epävirallinen ja virallinen tuki sekä isien itsensä parhaaksi näkemät apukeinot.

Opinnäytetyön tuloksissa korostui sosiaalisen verkoston merkitys epävirallisen tuen antajana erossa ja sen jälkeen. Sen luoma turvaverkko vaikutti myönteisesti myös vanhemmuuteen. Ero aiheuttaa väistämättä muutoksia ihmissuhteissa. Tukiverkoston säilyttämiseen mahdollisimman muuttumattomana olisi syytä kiinnittää erityistä huomiota erossa ja eroapua annettaessa.

Eron jälkeisen yksinäisyyden ehkäiseminen ja tunnistaminen ovat haasteina esimerkiksi sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille. Tämän vuoksi olisikin syytä kehittää keinoja, joilla on mahdollista tunnistaa yksinäiset ja heidän avuntarpeensa. Näin yksinäisyydestä kärsivät saisivat tarvitsemaansa tukea ja ohjausta.

Masentuminen eron jälkeen vaikutti negatiivisesti erosta selviytymiseen ja vanhemmuuteen. Myös stressi ja kuormittuminen, konfliktit, tunnesideongelmat eronneiden vanhempien välillä sekä negatiiviset tunteet vaikuttivat kielteisesti vanhemmuuteen lisäten lapsen ongelmakäyttäytymistä. Tulosten perusteella näihin ongelmiin erilainen terapiamuotoinen tuki osoittautui hyödylliseksi. Terapiamuotoisia tukikeinoja voisi siksi tutkia ja kehittää lisää nimenomaan eronneita ja eronjälkeistä vanhemmuutta tukemaan.

Isät kokivat keskustelut, eron läpikäymisen mahdollisuuden, tunteiden, ajatusten ja kokemusten työstämisen erityisen merkityksellisinä erosta ja vanhemmuudesta selviytymisessä. Tämä olisi hyvä huomioida eroapua annettaessa. Kuuntelijan roolin omaksuminen on eronneen kohtaavalle ensiarvoisen tärkeä taito.

Kriisin vaiheen tunnistaminen auttaa tukemaan eron kokenutta oikealla tavalla. Tunteiden ja niiden takana olevien ongelmien tunnistaminen ja työstäminen tukevat vanhemman hyvinvointia, erosta selviytymistä sekä vanhemmuutta eron jälkeen. Hyvin hoidetulla erolla vältetään turhia ongelmia muutenkin haastavassa elämäntilanteessa.

Isyys haurastuu. Osa isistä ei halua tai voi tavata lapsiaan. Sitoutuneen isyyden käsite ei koske kaikkia isejä. Olisikin mielenkiintoista saada vihdoin kontakti ei-sitoutuneisiin ja ei-motivoituneisiin isihin ja kysyä, miksi he ovat haluttomia toteuttamaan isyyttään. Isyyteen motivoiminen olisi paras vaihtoehto lasten edun kannalta. Isättömillä lapsilla on raportoitu olevan esimerkiksi enemmän tunne-elämän häiriöitä ja erilaisia käytöshäiriöitä kuin ydinperhelapsilla. Joissakin tutkimuksissa isättömät lapset eivät pärjää aikuiselämässä sosio-ekonomisesti yhtä hyvin kuin ydinperhelapset. Eroperheiden lapsilla saat-
taa olla myös vaikeus solmia pitkäaikaisia ihmissuhteita aikuisiällä.

Usein kuitenkin lasten olemassaololla on merkitystä isille ja isät haluavat tavata lapsiaan sekä pitää heihin yhteyttä puhelimitse tai kirjeiden avulla. Isyyttä on tutkittu jonkin verran siitä näkökulmasta, miten isän toiminta vanhempana vaikuttaa lapsen kehitykseen. Tämäkin aihe kaipaisi lisää tutkimusta sen merkityksellisyyden takia.

Avioeron jälkeinen isyys näyttäytyy tutkimuksissa pääosin etä-isyytenä. Noin neljä kymmenestä isästä on hakenut lastensa lähihuoltajuutta tätä saamatta. Jatkotutkimuksen kannalta olisikin mielenkiintoista tutkia kotimaista vuoroviikkoasumista tai kotimaista eron jälkeistä lähi-isyyttä. Isien olisi myös tärkeä saada toteuttaa oman näköistään isyyttä. Riitaantuneita pareja auttaisi etävanhempi-lapsi tapaamissopimusten noudattamisen valvominen. Mediassa on aika ajoin kirjoitettu vanhempi-lapsi vieraannuttamisesta. Vieraannuttamisesta on tehty vain vähän tutkimusta, ja myös tästä asiasta olisi mielenkiintoista saada lisätietoa.

Lähteet

Alkio, Paula Laru, Suvi 2015. Ero tuo mukanaan monenlaisia tunteita. Väetöliitto. Verkkodokumentti. <http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/parisuhteen_kriisit/erokriisit/tunteet_erossa/>. Luettu 2.10.2015.

Avioerot. 2015. Väestöliitto. Verkkodokumentti. <http://www.vaestoliitto.fi/tieto_ja_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja-ja-linkkeja/tilastotietoa/parisuhteet_ja_seksuaalisuus/avioerot/>. Luettu 17.11.2015.

Bracke, P. – Buffel, V. – Colman, E. – Dereuddre, R. 2014. The use of mental health care, psychotropic drugs and social services by divorced people: does informal support matter? *European Journal of Social Work* 18 (2). 262-283.

DeGarmo, David S. – Eap, Sopagna – Patras, Joshua 2008. Social Support for Divorced Fathers' Parenting: Testing a Stress-Buffering Model. *Family Relations* 57 (1). 35-48.

DeGarmo, David S. – Forgatch, Marion S. 2012. A confidant support and problem solving model of divorced fathers' parenting. *American Journal of Community Psychology* 49 (1). 258-269.

Eerola, Petteri – Mykkänen, Johanna 2014. Isän kokemus. Tampere: Gaudeamus.

Ellilä, Tuire 2012: Vankilassa olevan miehen monimuotoinen ja tilannesidoksinen isyys. Pro Gradu. <<http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/83739/gradu06040.pdf?sequence=1>>. Verkkodokumentti. Luettu 12.11.2015.

Erokriisissä tarvitaan aikaa. 2015. Väestöliitto. Verkkodokumentti. <http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/parisuhteen_kriisit/erokriisit/>. Luettu 22.9.2015.

Eronneisuus lapsiperheissä. 2015. Väestöliitto. Verkkodokumentti. <http://www.vaestoliitto.fi/tieto_ja_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja-ja-linkkeja/tilastotietoa/perheet/eronneisuus_lapsiperheissa/>. Luettu 17.11.2015.

Erosta elossa. Verkkodokumentti. Miessakit ry. <http://www.miessakit.fi/fi/toimintamuodot/erosta_elossa.> Luettu 2.9.2015.

Flinkman, Mervi – Salanterä, Sanna 2007: Integroitu katsaus – eri metodeilla tehdyn tutkimuksen yhdistäminen katsauksessa. Teoksessa Johansson, Kirsi – Axelin, Anna – Stolt, Minna – Ääri, Riitta-Liisa (toim.): Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turku: Turun yliopisto. 84-98.

Haaramo, P. – Joutsenniemi, K. – Knekt, P. – Laaksonen, M.A. – Lindfors, O. 2012. Prediction of the outcome of short- and long-term psychotherapy based on socio-demographic factors. *Journal of Affective Disorders* 141 (2-3). 331-342.

Halford, W.K. – Sweeper, S. 2013. Trajectories of Adjustment to Couple Relationship Separation. *Family Process* 52 (2). 228-243.

Hermanson, Elina 2012. Avo- vai avioliitto? Duodecim. Verkkodokumentti. <http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00203>. Luettu 17.11.2015.

Huttunen, Jouko 2001. Isänä olemisen uudet suunnat. Ps-kustannus, WS Bookwell Oy. Juva.

Huttunen, Jouko 2010: Isyyteen sitoutuminen ja sen merkitys miehelle. Tutkimusartikkeli. Suomen Lääkärilehti. Verkkodokumentti. <<http://www.fimnet.fi.ezproxy.metropolia.fi/cl/laakarilehti/pdf/2010/SLL32010-175.pdf>> Luettu 31.10.2015.

Inkilä, J. – Paavilainen E. 2013. Etä-isien kokemuksia moniammatillisesta yhteistyöstä huoltoriidassa. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 50 (2). 150-162.

Jacobs, Nicky – Jaffe, Russel 2010. Investigating the efficacy of CoMeT, a New Mediation Model for High-Conflict Separating Parents. The American Journal of Family Therapy 38 (1). 16-31.

Johansson, Kirsi 2007: Kirjallisuuskatsaukset – huomio systemaattiseen kirjallisuuskatsaukseen. Teoksessa Johansson, Kirsi – Axelin, Anna – Stolt, Minna – Ääri, Riitta-Liisa (toim.): Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turku: Turun yliopisto. 3-4.

Kiiski, Jouko 2011. Suomalainen avioero 2000-luvun alussa: Miksi avioliitto puretaan, miten ero koetaan ja miten siitä selviydytään? Väitöskirja. University of Eastern Finland. Verkkodokumentti. <http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0422-5/urn_isbn_978-952-61-0422-5.pdf>. Luettu 21.10.2015.

Koskela, Jari 2012. Avioero suomalaisen miehen kokemana: Ero ja erosta toipuminen prosessina. Väitöskirja. University of Eastern Finland. Verkkodokumentti. <http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0906-0/urn_isbn_978-952-61-0906-0.pdf>. Luettu 25.9.2015.

Kyngäs, Helvi – Vanhanen, Liisa 1999. Sisällön analyysi. Hoitotiede 11 (1). 4-11.

Kääriäinen, Aino 2008. Ero haastaa vanhemmuuden. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto.

Lahtiharju, Virpi – Malinen, Vuokko 2015. Paremman eron abc. Väestöliitto. Verkkodokumentti. <http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/parisuhteen_kriisit/erokriisit/paremman_eron_abc/>. Luettu 3.10.2015.

Lapset ja ero. 2015. Väestöliitto. Verkkodokumentti. <http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemmat/lapset_ja_ero/>. Luettu 3.10.2015.

Leino-Kilpi, Helena 2007: Kirjallisuuskatsaus – tärkeää tiedon siirtoa. Teoksessa Johansson, Kirsi – Axelin, Anna – Stolt, Minna – Ääri, Riitta-Liisa (toim.): Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turku: Turun yliopisto. 2.

Parisuhteen kriisit. 2015. Väestöliitto. Verkkodokumentti. <http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/parisuhteen_kriisit/>. Luettu 22.9.2015.

Salojärvi, Raili 2014. Ohjeita eroavalle. Opas. Ensi- ja turvakotien liitto.

Tuomi, Jouni – Sarajärvi, Anneli 2013: Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Vaaranen, Heli 2015. Kohti erorauhaa. Väestöliitto. Verkkodokumentti. <http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/parisuhteen_kriisit/erokriisit/kohti-erorauhaa/>. Luettu 2.10.2015.

Vanhempainnetti 2015. Verkkodokumentti. <http://www.mll.fi/vanhempainnetti/kipupisteita/perheen_kriisit_ja_muutokset/vanhempien_ero/> Luettu 15.11.2015.

Liite1: Aineiston tiedonhaku

Tietokanta ja hakusanat	Kaikki tulokset	Poistettu otsikon perusteella	Poistettu abstraktin perusteella	Poistettu koko tekstin perusteella	Laadun arvioinnin perusteella hylätyt perustelui- neen	Hyväksytyt tutkimukset
Cinahl: divorce* AND father*	65	65				0
Cinahl: divorce* AND support* AND experience*	36	36				0
Cinahl: divorce* AND support*	157	150	3	1		3
Ovid Medline: divorce* AND father* AND support*	72	1				1
Pubmed: divorced father*	11	2				2
Cochrane: Divorce*	23	4	2	1		1

AND sup- port method*						
Medic: avioero*	11	10				1
Medic: issy*	21	19			2	0
Medic: is* AND ko- kemu*	31	2			1	1
Medic: ero* AND kokemu*	19	19				0
MetCat 2.0: ero	2039	2037				2
Google						1
Käsihaku						1

Liite 2: Pelkistysten muodostuminen tutkimustuloksista

Alkuperäinen ilmaus	Pelkistys
"Comparing pre and post CoMeT scores, slight improvements were noted for the Parenting Alliance Measure (PAM) and the Parent-Child/ren Relationship Scale." (1)	Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti vanhemmuuteen.
"Parental Acrimony: Parents also reported a decrease in their bitterness and resentment toward each other at three months post-CoMeT compared to pre-CoMeT. This difference was significant." (1)	Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti katkeruuteen ja mielihäilyyn.
"The strength of the child-rearing aspect of a couple's relationship had increased slightly after CoMeT but not significantly." (1)	Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti parin väliseen suhteeseen lapsen kasvatuksen näkökulmasta.
"Parental Conflict: Parents reported a decrease in the level of conflict in their relationship (after the separation) at three months post-CoMeT compared to pre-CoMeT. This difference was significant." (1)	Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti eron jälkeisiin vanhempien välisiin ristiriitoihin.
"Attachment: ... a decrease in their attachment toward each other was reported at three months post-CoMeT compared to pre-CoMeT. This difference was significant." (1)	Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti eronneiden parien väliseen tunnesiteeseen.
"Personal Well-Being: Parents reported an increase in their overall personal well-being at three months post-CoMeT compared to pre-CoMeT. This difference was significant." (1)	Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti henkilökohtaiseen yleiseen hyvinvointiin.
"Significant improvements were also noted by parents for each aspect of their personal well-being namely: Physical well-being..." (1)	Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti vanhemman fyysiseen hyvinvointiin.
"Significant improvements were also noted by parents for each aspect of their personal well-being namely: ...Intellectual well-being..." (1)	Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti vanhemman älylliseen hyvinvointiin.
"Significant improvements were also noted by parents for each aspect of their personal well-being namely: ...Emotional well-being..." (1)	Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti vanhemman emotionaaliseen hyvinvointiin.
"Significant improvements were also noted by parents for each aspect of their personal well-being namely: ...Relational well-being..." (1)	Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti vanhemman relationaaliseen hyvinvointiin.
"Significant improvements were also noted by parents for each aspect of their personal well-being namely: ...Spiritual well-being..." (1)	Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti vanhemman henkiseen hyvinvointiin.

"At the last CoMeT session almost half the sample (48%) reported that they were able to reach either full or partial parental agreement." (1)	Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riittautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti parien välisen yhteisymmärryksen muodostumisessa.
"With regard to men, the divorced with a new partner (91,1%) more often received emotional support from family members compared with the single divorced (70,5%)" (2)	Eronneet miehet saivat emotionaalista tukea perheen jäseniltä.
"For...men, the percentage of the single divorced (63.4%) who received emotional support from non-family members are the highest, followed by the divorced living with a partner (50.7%)..." (2)	Eronneet miehet saivat emotionaalista tukea perheen ulkopuolisilta jäseniltä.
"The mean score on the depression scale of single divorced men (6.14) is the highest and differs significantly from that of the married (4.17) and the divorced with new partner (4.24)." (2)	Eronneilla sinkuilla oli selvästi eniten masennusta verrattuna naimisissa oleviin ja eronneisiin, joilla uusi kumppani.
"(alcohol consumed)... but only among men are the differences according partner status significant (divorced with partner = 2.43; single = 2.62)." (2)	Kumppanin olemassaolo vähensi merkittävästi eronneiden miesten alkoholinkäyttöä.
"Depressive feelings are positively associated with social service and health care use as well as psychotropic drugs consumption." (2)	Masentuneisuus oli suoraan yhteydessä sosiaali- ja terveyspalveluiden ja lääkkeiden käyttöön.
"With regard to informal support, only emotional support from non-family members has a beneficial influence on men's social service and health care use..." (2)	Epävirallisena tukena vain emotionaalinen tuki perheen ulkopuolelta vaikutti suotuisasti sosiaali- ja terveyspalveluiden käyttöön.
"Single divorced... men do have a greater health care... use when compared to their married counterparts: they have more often contacted a GP (13,3%>6,1%), a psychiatrist (4,3%>1,6%), or a psychologist (4,3%>1,9%)..." (2)	Eronneet sinkkumiehet hyötyvät terveyspalveluista ja ovat olleet tekemisissä yleislääkärin, psykiatrin tai psykologin kanssa.
"Single divorced... men do have a greater... drug use when compared to their married counterparts: they... have more often consumed psychotropic drugs (9,0%>4,2%)." (2)	Eronneet sinkkumiehet ovat käyttäneet useammin psykotrooppisia lääkkeitä kuin naimisissa olevat.
"...confidant (friend) support behaviors predicted higher levels of problem solving outcomes..., problem solving outcomes at T1 in turn were associated with decreases in coercive fathering from T1 to T2." (4)	Läheisen (ystävän) tukeva käyttäytyminen vaikutti myönteisesti vanhemman ongelmanratkaisuun ja "epäedulliseen" isyyteen.
"...confidant (family) support behaviors predicted higher levels of problem solving outcomes..., problem solving outcomes at T1 in turn were associated with decreases in coercive fathering from T1 to T2." (4)	Läheisen (perheen) tukeva käyttäytyminen vaikutti myönteisesti vanhemman ongelmanratkaisuun ja "epäedulliseen" isyyteen.
"...confidant (co-workers) support behaviors predicted higher levels of problem solving outcomes..., problem solving outcomes at T1 in turn were associated with decreases in coercive fathering from T1 to T2." (4)	Läheisen (työkaverin) tukeva käyttäytyminen vaikutti myönteisesti vanhemman ongelmanratkaisuun ja "epäedulliseen" isyyteen.
"...confidant (lovers) support behaviors predicted higher levels of problem solving outcomes..., problem solving outcomes at T1 in turn were associated with decreases in coercive fathering from T1 to T2." (4)	Läheisen (kumppanin) tukeva käyttäytyminen vaikutti myönteisesti vanhemman ongelmanratkaisuun ja "epäedulliseen" isyyteen.
"...confidant (extended family) support behaviors predicted higher levels of problem solving outcomes..., problem solving outcomes at T1 in turn were associated with decreases in coercive fathering from T1 to T2." (4)	Läheisten (sukulaisten) tukeva käyttäytyminen vaikutti myönteisesti vanhemman ongelmanratkaisuun ja "epäedulliseen" isyyteen.

"Who do you turn to first when you need help regarding your children?"...for full custody fathers were new romantic partner... at Time 1 and Time 2. Shared custody fathers showed similar reliance on new partners..." (5)	Isät saivat lapsiin liittyvässä avuntarpeessa tukea uudelta kumppanilta.
"Who do you turn to first when you need help regarding your children?"...for full custody fathers were... relatives at Time 1 and Time 2. Shared custody fathers showed similar reliance on... relatives... for support at Time 1 and Time 2. No custody fathers were most likely to rely on relatives." (5)	Isät saivat lapsiin liittyvässä avuntarpeessa tukea sukulaisilta.
"Who do you turn to first when you need help regarding your children? ...with roughly a quarter of fathers relying on the former spouse for support at Time 1 and Time 2." (5)	Isät saivat lapsiin liittyvässä avuntarpeessa tukea ex-puolisolta.
"Regarding stress, there was consistent evidence that full custody fathers were more stressed than shared and no custody fathers." (5)	Yksinhuoltajaisät olivat enemmän stressaantuneita kuin yhteishuoltajuus-isät.
"Full custody fathers reported greater role strain compared to no custody fathers..." (5)	Huoltajuuden tyyppi vaikuttaa isyyden kuormittamiseen.
"Full custody fathers reported... higher levels of daily hassles compared to shared and no custody fathers..." (5)	Huoltajuuden tyyppi vaikuttaa... stressin määrään liittyen perheeseen, työhön ja arjen haasteisiin.
"Full custody fathers reported... higher levels of conflict compared to shared custody fathers." (5)	Huoltajuuden tyyppi vaikuttaa ristiriitojen asteeseen.
"...coparental conflict was predictive of higher levels of coercive parenting... and lower levels of prosocial parenting..., controlling for antisocial characteristics of the father." (5)	Vanhempien välisillä konflikteilla oli negatiiviset vaikutukset isyyden laatuun ja isän antisosiaalisuuteen.
"For stress, 9-month increases in role overload were significantly associated with increases in coercive parenting... but not with reductions in prosocial parenting." (5)	Ylikuormittumisen lisääntyminen vaikutti negatiivisesti isyyden laatuun.
"...for fathers with higher levels of social support, the slope of change in conflict and change in hassles were more positive compared to fathers with lower levels of parenting support over time..." (5)	Isien sosiaalinen tuki lievitti konfliktien vaikutuksia vanhemmuuteen.
"...for fathers with higher levels of social support, the slope of change in conflict and change in hassles were more positive compared to fathers with lower levels of parenting support over time..."(5)	Isien sosiaalinen tuki lievitti päivittäisten stressitekijöiden (arjen haasteiden) vaikutuksia vanhemmuuteen.
"...attachment... showed a linear decline in adjustment problems with time since separation..." (3)	Eron jälkeen sopeutumisen ongelmia aiheuttavat tunneside ex-kumppaniin.
"...loneliness... showed a linear decline in adjustment problems with time since separation..." (3)	Eron jälkeen sopeutumisen ongelmia aiheuttavat yksinäisyys.
"...coparenting conflict was stable over time (adjustment problems with time since separation)." (3)	Eron jälkeen sopeutumisen ongelmia aiheuttavat konfliktit.
"...psychological distress each showed a linear decline in adjustment problems with time since separation..." (3)	Eron jälkeen sopeutumisen ongelmia aiheuttivat henkiset stressitekijät.
"...having cohabited rather than married was associated with more initial loneliness... after separation." (3)	Avoeron jälkeen esiintyy yksinäisyyttä enemmän avioeroon verrattuna.
"...having cohabited rather than married was associated with more initial... psychological distress after separation." (3)	Avoeron jälkeen esiintyy henkistä stressiä enemmän avioeroon verrattuna.
"Marital status was unrelated to... coparenting conflict..." (3)	Avio- ja avoero tuottavat yhtäläillä vanhempien välisiä konflikteja.
"Marital status was unrelated to attachment to the former partner..." (3)	Avio- ja avoero aiheuttavat yhtäläillä tunnesiteen ex-kumppaniin.
"There were large reductions in attachment... for all participants from immediately after separation across the next 2 years." (3)	Tunneside entiseen kumppaniin väheni huomattavasti ajan kuluessa erosta.

"There were large reductions in.. Loneliness... for all participants from immediately after separation across the next 2 years." (3)	Yksinäisyys väheni huomattavasti ajan kuluessa erosta.
"There were large reductions in... psychological distress... for all participants from immediately after separation across the next 2 years." (3)	Henkinen stressi väheni huomattavasti ajan kuluessa erosta.
"There were... no change in coparenting conflict, for all participants from immediately after separation across the next 2 years." (3)	Konfliktit eivät vähene ajan kuluessa.
"The initial attachment to the former partner for women with children was much lower than the weighted average for the other participants (...or men irrespective of whether they had children or not)." (3)	Miehillä alkuperäinen tunne-side ex-kumppaniin on suurempaa kuin äideillä.
"Sosiaalisen tuen saatavuutta pidetään voimavarana erosta toipumisessa sekä ulkoisen että sisäisen elämänhallinnan Mielessä." (9)	Sosiaalinen tuki on voimavara.
"Eräälle haastateltavalle työtoveri tarjoaa eron jälkeen asunon ja työpaikan." (9)	Työtoverilta sai konkreettista apua.
"Tukea haetaan, ja saadaan ennen kaikkea ystäviltä ja tuttavilta, joilla onkin miehille tärkeä merkitys." (9)	Tukea haetaan, ja saadaan ennen kaikkea ystäviltä ja tuttavilta, joilla onkin miehille tärkeä merkitys.
"Edellisten kirjoitusten laatijoille uskonto on ollut avioeron synnyttämässä elämän muutostilanteessa merkittävä selviytymistä tukeva asia." (8)	Uskonto oli avioeron synnyttämässä muutostilanteessa merkittävä selviytymistä tukeva asia.
"Eniten apua tuoneet coping- keinot vastaajilla olivat... tulevaisuuteen suuntautuminen..." (8)	Tulevaisuuteen suuntautuminen auttoi eniten avioeron tuomaan muutostilanteeseen.
"Eniten apua tuoneet coping- keinot vastaajilla olivat puhuminen ystävien kanssa..." (8)	Apua erosta selviytymiseen toi ystävien kanssa puhuminen.
"Eniten apua tuoneet coping- keinot vastaajilla olivat... positiivinen ajattelu..." ja huumori." (8)	Apua tuoneet tukikeinot olivat positiivinen ajattelu ja huumori.
"Eniten apua tuoneet coping- keinot vastaajilla olivat... asian pohtiminen yksin... Muita eronneiden käyttämiä selviytymiskeinoja on avioeron pohtimisen välttäminen." (8)	Apua erosta selviytymiseen toi asian pohtiminen yksin tai pohtimisen välttäminen.
"Miehille eron käsittely puolison kanssa tuo enemmän apua kuin naisille." (8)	Miehet saavat apua eron käsittelystä puolison kanssa.
"Muita eronneiden käyttämiä selviytymiskeinoja on... ammattiapuun turvautuminen" (8)	Muita eronneiden käyttämiä selviytymiskeinoja on ammattiapuun turvautuminen.
"Uusia lyhytaikaisia naissuhteita voidaan käyttää tässä vaiheessa tietoisesti hyväksi eräänlaisina ilmaisina terapeuteina, joille tilitetään erokokemuksia usein siitä, mikä herättää syyllisyyden tunteita." (9)	Uudet lyhytaikaiset naissuhteet toimivat eräänlaisina terapeuteina, joille tilitetään erokokemuksia ja syyllisyydentunteita.
"Uusi suhde voi eron jälkeen toimia sosiaalisena tukena ja voimavarana..." (9)	Uusi suhde voi eron jälkeen toimia sosiaalisena tukena ja voimavarana.
"Tärkein tuki tuli uudelta tyttöystävältä, joka on ollut omassa elämässään samankaltaisessa tilanteessa, joten kumppanit saattoivat tukea toisiaan vertaisinaan." (9)	Vertaistuki uudelta kumppanilta koettiin tärkeäksi.
"Erityisesti eron jälkeen alkanut uusi suhde edesauttoi erosta toipumista..." (9)	Uusi suhde auttoi erosta toipumista.
"Hän tarvitsi kuitenkin ammattiapua eronsa läpikäymiseen." (9)	Ammattiapua tarvittiin eron läpikäymiseen.
"Saadut tulokset ammattiapuun turvautumisesta antavat viitteitä siihen suuntaan, että ulkopuoliseen tukeen turvaudutaan vasta siinä vaiheessa, kun ero on vaikea ja synnyttää runsaasti kuormittavia tunteita." (8)	Ammattiapuun turvaudutaan vasta siinä vaiheessa, kun ero on vaikea ja synnyttää runsaasti kuormittavia tunteita.
"...tutkimukseen osallistuneet saivat apua eroseminaarista..." (8)	Tutkimukseen osallistuneet saivat apua eroseminaarista...
"...tutkimukseen osallistuneet saivat apua... järjestötoiminnasta..." (8)	Tutkimukseen osallistuneet saivat apua... järjestötoiminnasta...

"...tutkimukseen osallistuneet saivat apua... lääkärin määräämien lääkkeiden käytöstä." (8)	Tutkimukseen osallistuneet saivat apua... lääkärin määräämien lääkkeiden käytöstä.
"Etä-isät kokivat keskustelut (perheneuvolassa) tarpeelliseksi, vaikka ne eivät aina johtaneetkaan ristiriitojen ratkaisuun." (7)	Keskustelut koettiin (perheneuvolassa) tarpeelliseksi, vaikka ne eivät aina johtaneetkaan ristiriitojen ratkaisuun.
"Vanhemmuudessa eron jälkeen koettiin ajoittain... syyllisyyttäkin erosta." (10)	Vanhemmuudessa eron jälkeen koettiin ajoittain syyllisyyttä erosta.
"Vanhemmuudessa eron jälkeen koettiin ajoittain... epävarmuutta... erosta." (10)	Vanhemmuudessa eron jälkeen koettiin ajoittain epävarmuutta.
"Vanhemmuudessa eron jälkeen koettiin ajoittain yksinäisyyttä... erosta." (10)	Vanhemmuudessa eron jälkeen koettiin ajoittain yksinäisyyttä. (Kääriäinen 2009: 82).
"...he (miehet) hakevat tukea vain avioeron aiheuttamiin ahdistuksiin..." (9)	Miehet hakevat tukea avioeron aiheuttamaan ahdistukseen.
"...he (miehet) hakevat tukea vain avioeron aiheuttamiin (ahdistuksiin ja) identiteettiongelmiin." (9)	Miehet hakevat tukea avioeron aiheuttamiin identiteettiongelmiin.
"Avioeron laukaisema sopeutumishäiriö voi olla yksi syy ammattiapuun turvautumisessa eron aiheuttamassa muutostilanteessa." (8)	Eron aiheuttama sopeutumishäiriö saattaa olla synnä ammattiapuun hakeutumisessa.
"Divorced or separated patients benefited more from LPP." (6)	Avioeron läpikäyneet ja eronneet potilaan hyötyivät enemmän pitkäaikaisterapiasta (LPP, Long Term Therapy).
"STT was sufficient for patients living with a partner with or without children." (6)	Lyhytterapia (Short Term Therapy, STT) oli tehokasta niille potilaille, jotka elivät kumppanin ja lasten kanssa tai ilman lapsia.
"Lone parents benefited more from LPP with respect to general symptoms or depressive symptoms..." (6)	Yksinelävät vanhemmat hyötyivät enemmän pitkäaikaisterapiasta (LPP) yleisöireiden ja masennusoireiden hoitamisessa.
"Vastaaajista 62,5 % yhtyy väitteeseen, olin ahdistunut avioeron aikana..." (8)	Suurin osa kertoi olevansa ahdistunut avioeron aikana.
"Avioliiton purkautumiseen liittyy myös noloutta... ja häpeää." (8)	Avioliiton purkautumiseen liittyy noloutta ja häpeää.
"Avioliiton purkautumiseen liittyy myös... harmintunnetta..." (8)	Avioliiton purkautumiseen liittyy harmintunnetta.
"Avioliiton purkautumiseen liittyy myös... arvottomuudentunnetta..." (8)	Avioliiton purkautumiseen liittyy arvottomuudentunnetta.
"Avioliiton purkautumiseen liittyy myös... syyllisyyttä..." (8)	Avioliiton purkautumiseen liittyy syyllisyyttä.

Liite3: Isien haasteet av(i)eron jälkeen

Pelkistykset	Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Eron jälkeen sopeutumisen ongelmia aiheuttavat... henkiset stressitekijät...	Stressi	Isän toimintakykyyn liittyvät haasteet	Isien sopeutumisen haasteet eron jälkeen
...yksinhuoltajaisät olivat enemmän stressaantuneita kuin yhteishuoltajuus-isät. (5)			
Avoeron jälkeen esiintyy henkistä stressiä enemmän avioeroon verrattuna. 3			
Huoltajuuden tyyppi vaikuttaa... stressin määrään liittyen perheeseen, työhön ja arjen haasteisiin. 5			
Henkinen stressi väheni huomattavasti ajan kuluessa erosta. 3			
Huoltajuuden tyyppi vaikuttaa isyyden kuormittamiseen... 5	Kuormittuminen		
Ylikuormittumisen lisääntyminen vaikutti negatiivisesti isyyden laatuun.. 5			
Eron jälkeen sopeutumisen ongelmia aiheuttavat tunneside ex-kumppaniin...	Tunneside entiseen kumppaniin	Eron toiseen osapuoleen liittyvät haasteet	
Avio- ja avoero tuottavat yhtälailla tunnesideongelmia ex-kumppaniin... 3			
Miehillä alkuperäinen tunneside ex-kumppaniin on suurempaa kuin äideillä. 3			
Tunneside entiseen kumppaniin väheni huomattavasti ajan kuluessa erosta. 3			
Eron jälkeen sopeutumisen ongelmia aiheuttavat... konfliktit. 3	Ristiriidat		
Konfliktit eivät vähene ajan kuluessa. 3			
Avio- ja avoero tuottavat yhtälailla... konflikteja. 3			
Vanhempien väliset konfliktit vaikuttivat negatiivisesti isyyden laatuun ja isän antisosiaalisuuteen. 5			

Huoltajuuden tyyppi vai- kuttaa... ristiriitojen as- teeseen. 5			
Isien sosiaalinen tuki lie- vitti konfliktien vaikutuksia vanhemmuuteen. 5			
Eron jälkeen sopeutumi- sen ongelmia aiheutta- vat... yksinäisyys..	Yksinäisyys	Sosiaalisten suh- teiden vähäisyy- teen liittyvät haas- teet	
Avoeron jälkeen esiintyy yk- sinäisyyttä enemmän avio- eroon verrattuna. 3			
Vanhemmuudessa eron jälkeen koettiin ajoittain yksinäisyyttä... (Kääriäi- nen 2009: 82).			
Yksinäisyys väheni huo- mattavasti ajan kuluessa erosta. 3			
Miehet hakevat tukea avio- eron aiheuttamiin identi- teettiongelmiin.	Identiteettiongelmat		
Eronneilla sinkuilla oli selvästi eniten masen- nusta verrattuna naimi- sissa oleviin ja eronnei- siin, joilla uusi kumppani. 2	Masennus	Negatiivisten tun- teiden tuomat haasteet	
Masentuneisuus oli suo- raan yhteydessä sote- palveluiden ja lääkkei- den käyttöön. 2			
Miehet hakevat tukea avioeron aiheuttamaan ahdistukseen.	Ahdistus		
Suurin osa kertoi ole- vansa ahdistunut avio- eron aikana..			
Vanhemmuudessa eron jälkeen koettiin ajoit- tain... epävarmuutta...	Epävarmuus		
Vanhemmuudessa eron jälkeen koettiin ajoit- tain... syyllisyyttä erosta.	Syyllisyys		
Avioliiton purkautumi- seen liittyy myös... syylli- syyttä...			
Avioliiton purkautumiseen liittyy noloutta ja häpeää.	Häpeä ja nolous		
Avioliiton purkautumi- seen liittyy harmintun- netta.	Harmintunne		
Avioliiton purkautumi- seen liittyy arvottomuu- dentunnetta.	Arvottomuuden- tunne		

Liite4: Hyödyllinen tuki isälle av(i)oeron jälkeen

Pelkistys	Alaluokka	Yläluokka
Eronneet miehet saivat emotionaalista tukea perheen jäseniltä 2	Tuki perheeltä	Epävirallinen tuki
Läheisen (perheen) tukeva käyttäytyminen vaikutti myönteisesti vanhemman ongelmanratkaisuun ja "epäedulliseen" isyyteen. 4		
Läheisten (sukulaisten) tukeva käyttäytyminen vaikutti myönteisesti vanhemman ongelmanratkaisuun ja "epäedulliseen" isyyteen. 4	Tuki sukulaisilta	
Isät saivat lapsiin liittyvässä avuntarpeessa tukea sukulaisilta. 5		
Työtoverilta sai konkreettista apua.	Tuki työkavereilta	
Läheisen (työkaverin) tukeva käyttäytyminen vaikutti myönteisesti vanhemman ongelmanratkaisuun ja "epäedulliseen" isyyteen. 4		
Epävirallisena tukena vain emotionaalinen tuki perheen ulkopuolelta (työkaverilta) vaikutti suotuisasti sote-palveluiden käyttöön. 2		
Eronneet miehet saivat emotionaalista tukea perheen ulkopuolisilta jäseniltä (työkavereilta) 2		
Tukea haetaan, ja saadaan ennen kaikkea ystäviltä ja tuttavilta, joilla onkin miehille tärkeä merkitys.	Tuki ystäviltä	
Läheisen (ystävän) tukeva käyttäytyminen vaikuttivat myönteisesti vanhemman ongelmanratkaisuun ja "epäedulliseen" isyyteen. 4		
Eronneet miehet saivat emotionaalista tukea perheen ulkopuolisilta jäseniltä (ystäviltä) 2		
Apua erosta selviytymiseen toi ystävien kanssa puhuminen.		
Epävirallisena tukena vain emotionaalinen tuki perheen ulkopuolelta (ystäviltä) vaikutti suotuisasti sote-palveluiden käyttöön. 2		
Isät saivat lapsiin liittyvässä avuntarpeessa tukea... ex-puolisolta.. 5	Tuki entiseltä puolisolta	
Tutkimukseen osallistuneet saivat apua eroseminaarista...	Vertaistuki eron kokeneilta	Virallinen tuki
Tutkimukseen osallistuneet saivat apua... järjestötoiminnasta...		
Uudet lyhytaikaiset naissuhteet toimivat eräänlaisina terapeutteina, joille tilitetään erokokemuksia ja syyllisyydentunteita.	Tuki naissuhteista	
Vertaistuki uudelta kumppanilta koettiin tärkeäksi.	Tuki kumppanilta	
Isät saivat lapsiin liittyvässä avuntarpeessa tukea uudelta kumppanilta... 5		
Uusi suhde auttoi erosta toipumista.		
Kumppanin olemassaolo vähensi merkittävästi eronneiden miesten alkoholinkäyttöä. 2		
Miehet saa apua eron käsittelystä puolison kanssa.		
Läheisen (kumppanin) tukeva käyttäytyminen vaikutti myönteisesti vanhemman ongelmanratkaisuun ja "epäedulliseen" isyyteen. 4		
Uusi suhde voi eron jälkeen toimia sosiaalisena tukena ja voimavarana.		
Ammattiapua tarvittiin eron läpikäymiseen.	Sosiaalipuolen ammattilaisten antama tuki	
Keskustelut koettiin (perheneuvolassa) tarpeelliseksi, vaikka ne eivät aina johtaneetkaan ristiriitojen ratkaisuun.		
Muita eronneiden käyttämiä selviytymiskeinoja on ammattiapuun turvautuminen.		

Ammattiapuun turvaudutaan vasta siinä vaiheessa, kun ero on vaikea ja synnyttää runsaasti kuormittavia tunteita.		
Eron aiheuttama sopeutumishäiriö saattaa olla syynä ammattiapuun hakeutumisessa.		
Eronneet sinkkumiehet hyötyvät terveyspalveluista ja ovat olleet tekemisissä yleislääkärin, psykiatrin tai psykologin kanssa.	Terveystieteiden tutkimuskeskus	
Avioeron läpikäyneet ja eronneet potilaan hyötyivät enemmän pitkäaikaisterapiasta (LPP, Long Term Therapy).	Terapian antama tuki	
Yksinelävät vanhemmat hyötyivät enemmän pitkäaikaisterapiasta (LPP) yleisöireiden ja masennusoireiden hoitamisessa...		
Lyhytterapia (Short Term Therapy, STT) oli tehokasta niille potilaille, jotka elivät kumppanin ja lasten kanssa tai ilman lapsia.		
Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti vanhemmuuteen. 1		
Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti katkeruuteen ja mielipahaan. 1		
Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti parin väliseen suhteeseen lapsen kasvatuksen näkökulmasta 1		
Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti eron jälkeisiin vanhempien välisiin ristiriitoihin. 1		
Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti eronneiden parien väliseen kiintymykseen 1		
Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti henkilökohtaiseen yleiseen hyvinvointiin. 1		
Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti vanhemman fyysiseen hyvinvointiin... 1		
Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti vanhemman älylliseen hyvinvointiin... 1		
Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti vanhemman emotionaaliseen hyvinvointiin... 1		
Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti vanhemman relationaaliseen hyvinvointiin... 1		
Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti vanhemman henkiseen hyvinvointiin... 1		
Sovittelun ja terapian yhdistävä interventio vahvasti riitautuneille pareille eron jälkeen vaikutti myönteisesti parien välisen yhteisymmärryksen muodostumisessa. 1		

Eronneet sinkkumiehet ovat... käyttäneet useammin psykotrooppisia lääkkeitä kuin naimisissa olevat. 2	Lääkkeellinen tuki	Isän omat tukikeinot
Tutkimukseen osallistuneet saivat apua... lääkärin määräämien lääkkeiden käytöstä.		
Uskonto oli avioeron synnyttämässä muutostilanteessa merkittävä selviytymistä tukeva asia.	Uskonto	
Tulevaisuuteen suuntautuminen auttoi eniten avioeron tuomaan muutostilanteeseen.	Oma asennoituminen	
Apua tuoneet tukikeinot olivat... positiivinen ajattelu... ja huumori.		
Apua erosta selviytymiseen toi asian pohtiminen yksin tai pohtimisen välttäminen.	Eron itsenäinen työstäminen	