

Aapo Liukko

Isyys ja isyyteen valmistautuminen

Materiaalia tulevalle isälle ”Vauvasta kouluikään” -verkkosivulle

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sairaanhoitaja AMK

Hoitotyön koulutusohjelma

Opinnäytetyö

20.11.2015

Tekijä(t) Otsikko	Aapo Liukko Isyys ja isyyteen valmistautuminen
Sivumäärä Aika	15 sivua + 6 sivua liitteitä 20.11.2015
Tutkinto	Sairaanhoidtaja AMK
Koulutusohjelma	Hoitotyön koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto
Ohjaaja(t)	Lehtori Leena Hannula
<p>Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa THL:n eli Terveysten ja Hyvinvoinnin Laitoksen ylläpitämälle verkkosivustolle ajankohtaista ja helppolukuista tietoa miehille ja isille. Projekti oli osa isompaa Verraton-hanketta. Opinnäytetyössä keskitytään isyyteen ja siihen valmistautumiseen. Työssä syvennytään näihin kahteen aiheeseen, ja tuotetaan niistä yleistajuisia ja helppolukuista materiaalia.</p> <p>Opinnäytetyönä tuotetun verkkomateriaalin sisältö on koottu kirjallisuuskatsauksen avulla. Aineistona on käytetty tieteellisiä artikkeleita, joista suurin osa englanninkielellä, kahta pro gradua, kolmea verkkodokumenttia sekä kirjaa. Näin varmistetaan se, että lopullinen materiaali on varmasti luotettavaa ja kestää kriittisen tarkastelun.</p> <p>Materiaali on koottu hakemalla vastauksia näihin kysymyksiin:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Miten isät valmistautuvat vanhemmuuteen? 2. Millaisia kysymyksiä ja murheitä isillä on vanhemmuudesta? <p>Opinnäytetyön aikana selvisi, ettei isyydestä juuri ole luotettavaa materiaalia. Suurin osa materiaalista on joko kaupallista (päämääränä oman tuotteen myyminen) tai sitten kyse on internetin keskustelupalstasta, jossa ihmiset kysyvät toisiltaan neuvoa.</p> <p>Liitteenä olevassa tuotoksessa on pyritty selostamaan tutkimustuloksia yleistajuisesti. Isyys ja siihen valmistautuminen on laaja aihe, ja siksi on lähes mahdotonta koota kaikkea olemassa olevaa tietoa yhteen opinnäytetyöhön. Sen takia tässäkin työssä kannustetaan ennen kaikkea kysymään apua ja neuvoja silloin, kun ne ovat tarpeen.</p>	
Avainsanat	isyys, valmistautuminen, vanhemmuus, perhe, lapsi, vauva

Author(s) Title	Aapo Liukko Fatherhood and preparing for fatherhood
Number of Pages Date	15 pages + 6 appendices 20th November 2015
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Nursing and Health Care
Specialisation option	Registered Nurse
Instructor(s)	Leena Hannula, Senior Lecturer, Project Manager
<p>The purpose of this thesis is to make current and practical information for the website of National Institute for Health and Welfare that is meant for men and fathers. This project is part of the larger scheme called Verraton-project. This thesis concentrates on fatherhood and how to prepare for it. The goal for this work is to focus deeply on those two subjects and produce clear and easy-to-read information about them.</p> <p>This thesis is conducted with help of the review of the literature. The research material consists of academic articles, most of them in English, two master's thesis, a three web documents and a book.</p> <p>With the help of this material I've tried to find answers to these questions:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. How do fathers prepare themselves for fatherhood? 2. What are the questions and problems fathers have about fatherhood? <p>While doing my research about this subject I found out that there isn't a lot of material about fatherhood. Most of the material that I found was either commercial or it was in an internet forum, where people ask advice from each other.</p> <p>In the attachment I'll explain the results in the way that it's easy to understand. Fatherhood and how to prepare for it is such a large subject that it's obviously impossible to include all the information in this thesis. This is why this thesis tries to encourage men to ask advice if needed.</p>	
Keywords	fatherhood, preparing, parenthood, family, child, baby

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Projektin tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset	2
3	Tiedonhaku	3
4	Toiminnallinen opinnäytetyö kirjallisuuskatsauksen avulla	5
5	Yleistä isyydestä	6
5.1	Isyys	6
5.2	Isäksi tuleminen ja elämänmuutos	7
6	Isyyteen valmistautuminen	8
7	Millaisia kysymyksiä ja murheita isillä on vanhemmuudesta?	9
8	Pohdinta	10
8.1	Tulosten luotettavuus, eettisyys ja hyödynnettävyys	10
8.2	Projektin ja oman oppimisen kuvaus	12
8.3	Projektin aineiston keruu ja tulosten hyödyntäminen	12
8.4	Opinnäytetyön tuotos	13
	Lähdeluettelo	14

Liitteet

Liite 1. Verkkomateriaalia THL:n sivuille

1 Johdanto

Englannin kielessä on sanonta: ”Family comes first”. Se tarkoittaa, että oli kyseessä mikä tahansa asia, työ, harrastukset, ura tai kaverit, perhe menee aina kaiken edelle. Tämä hyvin kliseinen lause pitää edelleen hyvin paikkansa, vaikka elämmekin aikaa jolloin ihmisiä usein katsotaan ja arvostellaan yksilöinä.

Muutama vuosi sitten kehitettiin ”vauvankaa.fi” -verkkosivut, ja niille tuotettiin verkossa opinnäytetöinä aineistoa vanhemmuuden eri osa-alueista. Tuo projekti loppui vuonna 2010 ja samalla myös nettisivut jäivät ilman ylläpitäjää. Nyt THL on päättänyt uudelleen käynnistää nuo sivut, tällä kertaa ”Vauvasta kouluikään”-otsikon alla. ”Vauvankaa.fi” -sivusto oli tarkoitettu alun perinkin vain määräaikaiseksi projektiksi, mutta nyt tarkoituksena on luoda pysyvät verkkosivut.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on, että tällä, samoin kuin muilla samaan Verraton-projektiin kuuluvilla opinnäytetöillä, saataisiin tuotettua uusille verkkosivuille ajankohtaista, luotettavaa, helppolukuista ja yleistajuista materiaalia vanhemmuudesta. Tämän kyseisen opinnäytetyön tarkoituksena on keskittyä nimenomaan isyyteen ja siihen valmistautumiseen. Tavoitteena on että tuloksena on helppolukuinen ja selväkielinen materiaali, josta isät voivat käydä etsimässä tietoa ennen vanhemmuutta.

Verraton-projekti on jaettu niin, että jokaisella ryhmällä, parilla tai henkilöllä on oma aiheensa, josta he kokoavat tietoa ja tuottavat sen sitten parhaakseen katsomallaan tavalla tuleville verkkosivuille.

Tältä pohjalta lähdin mukaan Verraton-projektiin, jossa suunnitellaan ja toteutetaan verkkosivut koko lapsiperheelle. Internetin vaikutus nykyajassa on kuitenkin merkittävä, ja siksi on tärkeää, että vanhemmuudesta ja siihen liittyvistä lukemattomista yksityiskohdista on helppoa löytää tietoa vaikka omalta kotisohvalta käsin. Äidin hyvinvoinnista pidetään huolta koko raskauden ajan ja se on toki tärkeää, mutta on usein meinataan unohtaa, että lapsella on toinenkin vanhempi. Myös isät tarvitsevat tukea.

Tässä opinnäytetyössä tuotan kirjallisuuskatsausta apuna käyttäen ”Vauvasta kouluikään” -verkkosivuille materiaalia siitä, kuinka isä voi valmistautua tulevaan vanhemmuuteen, ja mitkä ovat niitä yleisiä kysymyksiä tai murheita, joita isän päässä liikkuu ennen ja jälkeen lapsen syntymää.

Varsinaisesti opinnäytetyön menetelmä on toiminnallinen opinnäytetyö. Toiminnallisessa opinnäytetyössä lopullisena tuotoksena on aina jokin konkreettinen tuote. (Vilka – Airaksinen 2003: 51.) Tässä tapauksessa se on siis verkkomateriaali Terveiden ja Hyvinvoinnin laitoksen ylläpitämille verkkosivuille. Materiaalin sisältö koostuu olemassa olevan tutkitun tiedon hyödyntämisestä ja muuttamisesta mahdollisimman yleistajuiseen ja helppolukaiseen muotoon. Tämä materiaali löytyy opinnäytetyön lopusta liitteenä. Se on tuotettu tiedonhaun perusteella saaduista lähteistä, ja siihen on koottu tietoa, joka palvelee mahdollisimman hyvin tulevia isiä heidän valmistautuessaan vanhemmuuteen.

Aihe on tärkeä, sillä kuten luvussa 3 käy ilmi, ensimmäistä kertaa isäksi tuleville ei ole aiemmin juurikaan ollut saatavilla suomenkielistä materiaalia. Tämän opinnäytetyön myötä THL:n sivuille saadaan tuotettua helppolukuista ja selväkielistä materiaalia tuleville isille. Tutkimusten mukaan isät myös halusivat ja tarvitsivat tietoa vanhemmuudesta etukäteen. (Deave–Johnson 2008: 630.)

2 Projektin tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tavoitteena on, että jokaisen tulevan vanhemman olisi mahdollista saada luotettavaa ja yleistajuista tietoa siitä, mitä kaikkea isyys tuo mukanaan. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että henkilö joka haluaa löytää tietoa jostakin vanhemmuuden osa-alueesta, voi etsiä sitä vaikka puhelimellaan kyseisiltä verkkosivuilta odottaessaan busia. Näin varmistetaan, että kynnys sivuille menemiseen ja tiedon hankintaan on mahdollisimman pieni.

Opinnäytetyön tilaajana on siis THL, joka vastaa itse verkkosivuista. Metropolian opiskelijat, jotka vastaavat opinnäytetöidensä kautta sivujen sisällöstä, eivät ole tekemisissä sivujen kanssa tai niiden kehittämisessä. He vastaavat ainoastaan oman opinnäytetyönsä sisällöstä. Heille myös jää tekijänoikeudet kyseiseen tekstiin, ja näin ollen he ovat halutessaan oikeutettuja myöhemmin päivittämään sivujen tekstiä.

Verkkomateriaalin tuottamista ohjaavia tutkimuskysymyksiä ovat:

1. Miten isät valmistautuvat vanhemmuuteen?
2. Millaisia kysymyksiä/huolia/murheita isillä on vanhemmuudesta?

Internetistä löytyy muutamia verkkosivuja, jotka on suunnattu tuleville isille, mutta monet sivuista ovat kaupallisia tai eri sivustojen keskustelupalstoja, joissa eri ihmiset kertovat omia mielipiteitään tai kyselevät toisiltaan neuvoa.

3 Tiedonhaku

Tämän opinnäytetyön näkökulmana on perehtyä aikaisemmin tuotettuun materiaaliin siitä, miten tulevat isät valmistautuvat vanhemmuuteen ja millaisia kysymyksiä, huolia tai murheita heillä mahdollisesti on. Materiaalina käytetään melko tuoreita (alle 10 vuotta vanhoja) tutkimuksia ja tieteellisiä artikkeleita, joista etsitään vastauksia tutkimuskysymyksiin.

Opinnäytetyön prosessissa haettiin ensin tietoa omatoimisesti, mutta koska hakutulokset eivät vastanneet tarpeita tai ne olivat epäluotettavia, käännyttiin seuraavaksi informaation puoleen. Hän totesi myös, että aiheeseen sopivaa materiaalia ei juurikaan löydy tietokannoista. Lopulta tiedonhaun prosessissa päädyttiin yhdessä informaation kanssa tekemään haku PubMed ja Ebsco- tietokannoista. Ebsco-tietokannassa käytettiin hakusanoina yhdistelmää "First time fathers" AND "Experiences" ja PubMed-tietokannassa "First time fathers" AND "Stress". Tuloksena näistä hauista oli osittain samoja, mutta myös eri artikkeleja. Haut rajattiin koskemaan materiaalia vain viimeiseltä 10 vuodelta, jotta materiaalin laatu säilyisi mahdollisimman luotettavana ja näkökulma tuoreena. Lisäksi PubMed-tietokannassa haku rajattiin koskemaan vain ihmisiä ("Humans"), koska tietokanta automaattisesti ulotti haun koskemaan kaikkia artikkeleita, eli siis myös niitä, mitkä koskivat vain eläimiä. Kaikissa tietokannoissa kieli oli rajattu koskemaan vain englanninkielisiä hakutuloksia.

Lisäksi käytettiin manuaalista hakua Google Scholariin, jolla löytyi kaksi mielenkiintoista artikkelia. Hakusanoina Scholarissa käytin samoja kuin Ebsco-tietokannassa. Näiden lisäksi manuaalisella haulla saatiin lähteiksi kaksi pro gradua ja yksi verkkodokumentti

sekä opinnäytetyö. Lisäksi luvussa 4 käytettiin apuna kirjaa ”Toiminnallinen opinnäytetyö” (Vilkkä, Airaksinen 2003) koska haluttiin selventää toiminnallisen opinnäytetyön tarkoitusta ja menetelmiä.

Hakukoneita käyttäessä selvisi, että helpoin tapa löytää luotettavaa tietoa on rajata haku koskemaan ensi kertaa isäksi tulevia. Tästä syystä hakusanana käytettiin kaikissa kohdissa ”First-time Fathers” sen sijaan, että olisi haettu pelkästään esimerkiksi ”Fathers”-hakusanalla. Lisäksi ”Fathers”-hakusana nosti esiin hyvin paljon sellaisia artikkeleita, mitkä eivät millään tavalla liittyneet opinnäytetyön aiheeseen. Lisäksi haettaessa Ebsco ja PubMed – tietokannoista, käytettiin vain vertaisarvioituja (”Peer review”) tutkimuksia. Näin haluttiin pitää huolta siitä että artikkelit ovat mahdollisimman luotettavia.

Alla on esitetty taulukko tiedonhausta ja siitä, kuinka paljon tuloksia alun perin löytyi ja paljonko artikkeleita lopullisesti valittiin mukaan. Taulukossa ei näy Google Scholarista otettuja kahta artikkelia. Samoin taulukossa ei näy kahta pro gradua, opinnäytetyötä, verkkodokumenttia eikä kirjaa, jotka saatiin mukaan manuaalisella haululla.

Yhteensä lähteitä tähän työhön valikoitui 15 kappaletta. Siihen kuuluu kymmenen tutkimusta, kaksi pro gradua, yksi opinnäytetyö, yksi verkkodokumentti sekä kirja

Tiedonhaun taulukko

Hakusanat Hakukone	Osumia yhteensä	Otsikon perusteella valikoitui	Koko tekstin perusteella valikoitui	Hyväksytyt
Ebsco				
First-time fathers AND Experiences.	94	19	5	3
PubMed				
First-time fathers AND Stress	25	11	7	5

4 Toiminnallinen opinnäytetyö kirjallisuuskatsauksen avulla

Tämä opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä, jossa on käytetty apuna kirjallisuuskatsausta, ja jonka avulla verkkosivujen sisältömateriali on koottu. Näiden aineistojen on tarkoitus palvella opinnäytetyön tarkoitusta, eli luotettavan materiaalin tuottamista ”Vauvasta kouluikään”-sivustolle.

Samoin kuin kaikkiin tieteellisiin tutkimuksiin, myös tähän kuuluu keskeisenä kysymyksenä tieteellisen metodin arviointi. Metodia edellytetään, koska pohjimmiltaan tiedonhaku on järjestelmällistä ja järkipäristä tutkimusta. Tieteellisessä tutkimuksessa järjestelmällisyys ja järkipäisyys pystyvät toteutumaan vain siten, että tiede käyttää tieteellistä menetelmää. (Salminen 2011: 1.)

Kirjallisuuskatsaus antaa ohjeet kuinka etsiä tietoa ja arvioida sitä. Kirjallisuuskatsaukselle pyritään luomaan kriteerejä, jotka tuovat tutkimukselle tieteellistä uskottavuutta. Yksi tärkeimmistä systemaattisen kirjallisuuskatsauksen ulottuvuuksista on näyttöön perustuva (”evidence based”) päätöksenteko. Tällä tarkoitetaan sitä että tutkitun tiedon tuomista päätöksenteon tueksi. (Salminen 2011: 9–10.)

Opinnäytetyötä ei siis ole tehty kirjallisuuskatsauksena, vaan sen sisältö on koottu käyttäen hyväksi kirjallisuuskatsausta. Opinnäytetyön tuotoksena syntynyt verkkomateriaali saatiin siis aikaan toiminnallisena opinnäytetyönä.

Toiminnallisessa opinnäytetyössä tarkoitus on pyrkiä takaamaan saadun tiedon laatu käyttämällä valmiita tutkimuskäytäntöjä perustasolla. Toiminnallisessa opinnäytetyössä ei myöskään ole aivan välttämätöntä analysoida kerättyä aineistoa yhtä järjestelmällisesti ja tarkasti kuin puhtaasti tutkimuksellisissa opinnäytetyöissä. (Vilka–Airaksinen 2003:57–58.)

Systemaattista kirjallisuuskatsausta apuna käyttäen opinnäytetyön luotettavuus paranee, sillä sen huolellinen käyttö tuo uskottavuutta tutkimukselle. Systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa jokainen lähde käy läpi tarkan ja ankaran seulonnan, mikä näin ollen lisää opinnäytetyön luotettavuutta. (Salminen 2011: 11.) Samaa menettelyä on sovellettu tätä aineistoa valitessa.

Tärkein syy sille, miksi opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena, eikä esimerkiksi puhtaasti kirjallisuuskatsauksena, on se että kokonaan systemaattisesti tehty kirjallisuuskatsaus on menetelmänä työläs ja vaativa. Ajankäytöllisistä syistä johtuen sellaiseen ei ollut mahdollisuutta. Kirjallisuuskatsaus on kuitenkin erittäin hyvä apuväline ja välivaihe toiminnallisessa opinnäytetyössä.

5 Yleistä isyydestä

5.1 Isyys

Puhuttaessa isyydestä siihen liittyy varsinkin länsimaissa vahvasti *isysolettama*. Isysolettama tarkoittaa sitä, että lapsen isä on äidin aviomies, kun lapsi on syntynyt avioliiton aikana (Peltonen 2015: 11) Tästä olettamasta huolimatta nykypäivänä moni lapsi syntyy avioliiton ulkopuolella, eli tilanne on muuttunut paljon siihen nähden, mikä oli vallitseva käytäntö muutama vuosikymmen sitten.

Isyys voidaan määritellä sosiaalisen, biologisen tai laillisen suhteen perusteella. Seuraavassa esitetään tiivistetty kuvaus näistä kolmesta yleisimmästä ”luokasta”.

Biologinen isyys tarkoittaa, että lapsi on lähtöisin isän siittiöstä, eli lapsi on perinnöllisesti sukua isälle. Isä on biologinen isä, vaikka kumpikaan osapuoli ei tietäisi toistensa olemassaolosta. Joskus lapsi saattaa myös ikävöidä biologista isäänsä, vaikka tämä ei olisi läsnä lapsen elämässä, esimerkiksi avioeron takia. Perheen äiti ja lapset kokevatkin eron aiheuttaman tilanteen aivan eri tavoin. Lapset ovat usein sitä mieltä, että poismuuttanut isä kuuluu edelleen perheeseen, vaikka tämä ei enää olisikaan aktiivisesti läsnä. Äidit taas usein mieltävät asian niin, että isä joka on muuttanut pois, ei enää kuulu perheeseen. (Kajoniemi 2007: 5)

Juridinen isyys tarkoittaa, että isällä on yhteiskunnan antamat oikeudet ja velvollisuudet lapseen nähden. Nyky-yhteiskunnassa on kolme erilaista tapaa tulla juridiseksi isäksi: avioliiton isysolettama, adoptio tai isyyden vahvistaminen. Myös adoption kautta miehellä on mahdollisuus saada täydet oikeudet ja velvollisuudet lapseen nähden. Kolmas vaihtoehto on isyyden vahvistaminen. Tähän turvaudutaan silloin, kun lapsi syntyy äidille, joka ei lapsen syntymähetkellä ole avioliitossa. On huomattava, että avoliitto ja

avioliitto ovat tässä suhteessa eri asemassa. Kun lapsi syntyy avoliitossa, isyys vahvistetaan tunnustamalla tai oikeusteitse. Isyyden vahvistamisen tarkoituksena on isän ja hänen lapsensa sukulaissuhteen vahvistaminen. Erityisesti lapsen kannalta on erittäin tärkeää että isän ja lapsen sukulaissuhde vahvistetaan vain silloin, kun sukulaissuhde on todella olemassa. (Kajoniemi 2007,6-7.)

Sosiaalinen isyys mielletään siksi toiminnaksi, mistä puhutaan, kun henkilö ”toimii” lapsen isänä. Se ei välttämättä tarkoita, että sosiaalinen ja biologinen isä olisivat sama henkilö. Voi olla, että vanhempien parisuhde on kariutunut jo ennen lapsen syntymää, ja lapsella on koko siihenastisen elämänsä ollut ”toinen” isä. Myös kansankielessä tunnettu sana ”mentori” voidaan joissakin tilanteissa mieltää sosiaalisesti isyydeksi, sillä sekin on eräänlaista toimimista lapsen isänä. (Ståhlberg 2012: 7-8.)

5.2 Isäksi tuleminen ja elämänmuutos

Niin äidille kuin isällekin koko raskaus aika on niin henkistä kuin fyysistä valmistautumista lapsen syntymään. Itse raskaus on vaativin osa miesten matkassa kumppanista isäksi. Jo pelkästään ensimmäisen raskauskuukauden aikana miesten mielialat vaihtelevat huomattavasti. Yleisimmät miesten kokemat negatiiviset tunteet ovat ahdistuneisuus, ärtyneisyys, ristiriitaisuus ja epätodellinen olo. Ristiriitaisuudesta kertoo esimerkiksi se, että jotkut miehet kokevat raskauden salassapidon haastavana, ja he myös tuntevat jonkinlaista epävarmuutta sen jatkumisen puolesta. Samaan aikaan he kuitenkin haluavat kertoa raskaudesta kaikille. Tämä kuvaa hyvin sitä vuoristorataa, joita miehet kokevat tunteidensa kanssa raskauden aikana. (Åsenhed–Kilstam–Alehagen–Baggens 2014: 1309–1317.)

Fägerskiöldin (2008) tutkimuksessa monet isät kuvasivat, että vaikka vauva piti molemmat vanhemmat hereillä öisin, he olivat siitä huolimatta erittäin iloisia terveestä vauvasta. Lapsen saaminen merkitsi myös yhden elämänvaiheen päätöstä. Miehen tuleminen isäksi tarkoittaa, että siitä lähin hän on vastuussa toisesta ihmisestä, lapsesta, joka täysin riippuvainen isästään ja äidistään. Kaiken kaikkiaan miehet silti kuvasivat muutosta erittäin positiiviseksi. Isyys oli tuoreista isistä jopa niin mahtavaa, että he tunsivat välillä alemmuutta suhteessa äitiin. (Fägerskiöld 2008: 66–71.)

Joissakin länsimaissa miesten asema perheessä näyttäisi muuttuvan lapsen syntymän jälkeen. Lapsen syntymän jälkeen isät muuttuivat ”leiväntuojaisyydestä”, eli perheen

elättäjän roolista, merkittäväksi osaksi lapsen kasvatusta. Nykypäivän isien asema lie-
neekin erilainen siihen nähden, mitä heidän omien isiensä asema aikoinaan oli. (Fägers-
skiöld 2008: 64.)

6 Isyyteen valmistautuminen

Edellisissä luvuissa on todettu, että miehestä isäksi siirtyminen on miehelle stressaavaa
aikaa. Jotta lähestyvistä synnytyksestä saataisiin ennen kaikkea yhteinen kokemus
sekä äidille että isälle, tarvitsevat isät tunteet siitä, että he ovat yhtälailla mukana ja että
heitä tuetaan siinä missä äitiäkin. Tämä on tärkeä asia, ja erityisesti kättilöiden ja muiden
synnytykseen osallistuvien terveydenhuollon ammattilaisten tulisi muistaa tämä. Heidän
täytyy osata huomioida myös isä osana synnytystä, ja tarvittaessa tukea häntä. (Prem-
berg–Taft–Hellström–Berg 2012: 848–853.)

Lähestyvä vanhemmuus nostaa konkreettisesti tuleville isille tunteen, että niin kutsuttu
poikamieselämä on nyt takana, ja vastuuntunto alkaa kasvaa mitä lähemmäksi synnytys
tulee. Tämä uusi elämänmuutos on kokonaisuudessaan hyvin iso ja se kirjaimellisesti
kääntää kaiken pääläelleen. Osa kokee tulevan muutoksen odotettua vaikeampana, osa
taas odotettua helpompana, mutta yhteistä näille kaikille muutoksille on se että ne ovat
pääasiassa positiivisia tuntemuksia. (Fägerskiöld 2008: 66.)

Gauthier ja DeMontigny (2013) kertovat tutkimuksessaan, että osa isistä haluaa, että
työpaikka on turvattu ennen lapsen hankintaa. Osa taas haluaa suorittaa tutkinnon lop-
puun. Näihin liittyy myös läheisesti taloudellinen näkökulma. Eräs isä kuvaili, että hän
haluaisi mielellään jäädä isyyslomalle, mutta ei tee niin, koska hänen kumppanillaan on
pienempi palkka kuin hänellä. Eräs toinen isä kertoi, että hän saa taloudellista tukea
vanhemmiltaan. Pieni osa isistä puolestaan kertoi myös, että oli etukäteen jo varannut
rahaa säästöön lapsen saamista varten. (Gauthier–deMontigny 2013: 279.)

Siitä lähtien, kun isät ovat päässeet mukaan synnytyssaliin, viimeisten muutamien vuo-
sikymmenen ajan, heidän roolinsa on pääosin ollut olla henkisenä tukijana (”emotional
support”) synnyttävälle äidille. Tästä huolimatta ei voida sivuuttaa sitä tosiasiaa, että
osallistumalla synnytystapahtumaan myös isä hyötyy siitä konkreettisesti. Tästä on to-
disteena se, että isät jotka ovat osallistuneet itse synnytystapahtumaan, ovat kokeneet

parantunutta suhdetta sekä äitiin että vauvaan. (Premberg–Taft–Hellström–Berg 2012: 848.)

Miten tulevia isiä voisi sitten valmistaa paremmin tulevaan vanhemmuuteen? Deave ja Johnson (2008) kertovat tutkimuksensa tuloksissa, kuinka olisi tärkeää, että sekä terveydenhuollon ammattilaisia että tutkijoita käytettäisiin luomaan strategia siitä, kuinka parantaa synnytystä edeltävää koulutusta tuleville vanhemmille. On monia alueita, kuten raskaudenaikaiset tarkastukset, joihin esimerkiksi kätilöt voisivat sisällyttää tulevan isän. Tuleva isä voitaisiin esimerkiksi suoraan kutsua mukaan raskauden aikaisiin tarkastuksiin, eikä luottaa siihen, että äiti hoitaa myös isän paikalle. Tulevia vanhempia voitaisiin myös kutsua ryhmätapaamisiin, joissa he saisivat terveydenhuollon ammattilaisten johtamana keskustella tuntemuksistaan ja kokemuksistaan. Nämä tapaamiset pitäisi myös järjestää ajalla, jolloin isät todennäköisesti pääsisivät mukaan. Voitaisiin myös pohtia pelkästään tuleville isille järjestettäviä kokoontumisia, jossa käsiteltäisiin perusasioita, joita heidän olisi hyvä tietää. (Deave–Johnson 2008: 632.)

7 Millaisia kysymyksiä ja murheita isillä on vanhemmuudesta?

Deaven ja Johnsonin (2008) mukaan yleinen kokemus on, että tuleva isyys koetaan jännittävänä ja hyvänä asiana. Miehet ovat samaan aikaan huolestuneita siitä, että ovat kuitenkin ikään kuin sivustaseuraajina tulevassa vanhemmuudessa. He eivät useinkaan yksinkertaisesti tunne olevansa valmiita vanhemmaksi. Isät kertovat, että vauvan kanssa ei voi kommunikoida, vaikka hänelle voi puhua, sillä vauvat eivät ymmärrä puhetta. Isät kaipaavat konkreettista tietoa vauvan tarvitsemista rutiineista sekä perusasioista, kuten kuinka pidellä vauvaa sylissä, kuinka hänet tulee pukea tai milloin hänet tulee laittaa sänkyyn. (Deave–Johnson 2008: 630.)

Benzies ja Magill (2014) kertoivat että isät ovat myös ilmaisseet tuntevansa huonoa omatuntoa siitä, kun ovat lähteneet töihin, eivätkä näin ollen ole pystyneet olemaan kotona läsnä äidin ja vauvan kanssa. Töistä palatessa vauva on jo usein nukkumassa. Osa näistä isistä on ilmaissut tunteneensa, etteivät he ole mukana vauvan hoidossa niin paljon kuin haluaisivat. Tämä puhuu sen puolesta, että nykyinen järjestelmä, jossa myös isille on tarjolla vanhempainvapaita, on hyvä. Turvaa tuo siis esimerkiksi varma työpaikka, josta voi jäädä huoletta isyyslomalle, ilman irtisanomisen pelkoa (Benzies–Magill–Evans 2014: 84.).

Shibli-Kometiani (2012) kertoo tutkimuksessaan että itse synnytyksessä isät kokevat selvästi, että heidän roolinsa olisi olla vaimon tukena, mutta kaikki eivät koe olevansa valmiita tuohonkaan rooliin. Tästä syystä monet isät ovat helpottuneita, jos synnytystiimi ikään kuin ottaa heidän paikkansa vaimon tukijana synnytyksessä. Kätilöiden tuleekin pystyä ottamaan huomioon, että jokainen isä on yksilö, eivätkä kaikki välttämättä pysty tukemaan vaimoaan samalla tavalla. (Shibli-Kometiani 2012: 344.)

Backström ja Wahn (2011) huomauttavat että osa isistä kokee myös etenkin raskauden loppuvaiheessa, etteivät he tarvitse tai ansaitse tukea tai huomiota. Tästä syystä isät eivät edes etsi tai pyydä tukea ammattilaisilta. He tuntevat pystyvänsä hallitsemaan tilanteen, ja kokevat, että kaikki mahdollinen tuki tulisi keskittää äitiin ja vauvaan. Tämän näkökulman takana on pelko siitä, että tukea keskitetään liikaa heihin, ja äiti ja vauva jäävät paitsi. (Bäckström–Wahn 2011: 70.)

Lonhworthin ja Kingdonin (2011) tutkimuksessa isiltä kysyttiin parasta näkökulmaa raskauteen ja synnytykseen. Suurin osa heistä vastasi, että isäksi tuleminen on positiivisin aspekti koko tässä kokonaisuudessa. Ehkä hieman yllättäen osa isistä kertoi kuitenkin, että positiivisin asia oli parantunut suhde omaan kumppaniin, eli ei siis itse vanhemmuus. Tästä huolimatta tutkimukseen osallistuneet isät olivat yhtä mieltä siitä, että kaikki tapahtumat, joita raskaus ja synnytys toivat mukanaan, olivat ehdottomasti positiivisia. (Longworth–Kingdon 2011: 588–594.)

8 Pohdinta

8.1 Tulosten luotettavuus, eettisyys ja hyödynnettävyys

Tämän työn luotettavuus ja eettisyys pohjautuu lähteistä saatuun tietoon. Kaikki lähteet ovat tieteellisiä artikkeleita, pro graduja tai verkkodokumentteja joiden tarkastelu kestää eettisen tarkastelun. Lisäksi lähteissä on mukana yksi kirja (”Toiminnallinen opinnäytetyö”) (Vilkkä, Airaksinen 2003.), jota on käytetty luvun 4 kirjoittamisen apuna, sekä yksi opinnäytetyö (Peltonen 2015.) selventämässä isyysolehtaman tarkoitusta.

Suuria eettisiä ristiriitoja ei tullut tämän työn aikana vastaan. Tärkein eettinen näkökulma on se, että materiaali, joka tämän opinnäytetyön tuloksena tehdään, on sellaista että se kestää kriittisen sekä eettisen tarkastelun joka suunnalta. Suurin osa lähteistä on saatu tieteellisistä tietokannoista (katso kohta ”tiedonhaku”).

Työn hyödynnettävyys on melko suuri. Tällä tarkoitetaan sitä, että THL:n sivuille tuleva materiaali on sellaista, että sitä todennäköisesti tullaan lukemaan ja sieltä tullaan etsimään tietoa. THL on Suomessa yksi suurimmista, ellei suurin julkisen terveydenhuollon peruspilareista, joten sen sivuilla esiintyvän materiaalin voidaan olettaa olevan luotettavaa.

Mitä tulee hyödynnettävyyteen oman alan näkökulmasta, myös sillä saralla tästä opinnäytetyöstä on hyötyä. Tämän opinnäytetyön avulla erityisesti alaa opiskelevat voivat jo opintojen aikana tutustua siihen, kuinka he tulevana terveydenhuollon ammattilaisina osaavat ottaa huomioon tulevan isän, koska käytännössä melkein jokaisella sairaanhoidon osa-alueella voi tulla vastaan tilanne, jossa joutuu kohtaamaan tuoreen isän tai isyyteen valmistautuvan henkilön. Olisikin hyvä selvittää, kuinka tämä työ saataisiin esimerkiksi alan opettajien tietoisuuteen, jotta he voisivat viitata työhön tarvittaessa opetuksessaan.

Tästä aiheesta saisi varmasti tehtyä useammankin uuden opinnäytetyön, sillä työssä käytetyt lähteet osoittavat, että isät eivät aina tunne olevansa valmiita vanhemmuuteen. Tiedonhausta käy ilmi, että lähteet, joita on käytetty, koskevat lähes kokonaan pelkästään ensimmäistä kertaa isäksi tulevia. Tämä on tehty tarkoituksella, koska toisen lapsen jälkeen vanhemmilla luonnollisesti on jo jonkinlaista kokemusta lapsen raskaudesta, synnyttämisestä ja kasvatuksesta. Näin ollen tämä työ rajattiin koskemaan vain ensimmäistä kertaa isäksi tulevia.

Miinuksena työssä on se, että kuten tiedonhaun luvussa mainitaan, luotettavia lähteitä ei löytynyt kovin paljoa. Tämän vahvisti myös informaattikko. Lähteiden vähyyttä aiheuttaa aina sen, että tuotettavasta materiaalista ei saada kovin laajaa. Toki on mahdollista, että suuremmalla ajankäytöllä eri hakukoneista olisi mahdollista löytää enemmän luotettavia lähteitä, mutta tässä tapauksessa tiedonhakuun ei ollut mahdollista käyttää loputtomasti aikaa.

8.2 Projektin ja oman oppimisen kuvaus

Projekti on pitkän työn tulos ja suurin osa ajasta on mennyt tiedon löytämiseen ja palasten yhdistämiseen. Oman haasteensa on tuonut myös se, että yrityksistä huolimatta tähän työhön ei löytynyt paria, joten se on tehty kokonaan yksin. On myönnettävä, että jos tämä työ olisi toteutettu parityöskentelynä, tulos olisi mitä todennäköisemmin ollut paljon laajempi. Opinnäytetyön laatu on kuitenkin asiallinen, kun ottaa huomioon lähdemateriaalin rajallisuuden ja tekijöiden lukumäärän.

Lähtökohtaisesti on haastavaa toteuttaa työ aiheesta, josta ei ole omaa kokemusta lainkaan. Kuitenkin juuri siitä syystä tämä opinnäytetyöprojekti tuki hyvin ammatillista kasvua, koska työn edetessä saatiin koko ajan uutta tietoa isyydestä. Tätä tietoa voidaan hyödyntää myöhemmin työelämässä.

8.3 Projektin aineiston keruu ja tulosten hyödyntäminen

Projektin aineisto on kerätty suurimmaksi osaksi englanninkielisistä tieteellisistä julkaisuista ja sen lisäksi mukana on myös kaksi pro gradua, kolme verkkodokumenttia ja kirja. Sellaiset lähteet, joiden luotettavuudesta ei voitu saada 100 % varmuutta, jätettiin suoraan pois tästä opinnäytetyöstä. Näin varmistettiin se, että kaikki lähteenä käytetty materiaali on luotettavaa.

Tulosten havainnollistaminen tapahtuu helppolukuisena ja yleistajuisena tekstinä. Tähän on syynä se, että tarkoituksena on tuottaa tutkittua tietoa, mutta kohderyhmänä ovat tavalliset kansalaiset, joten ei palvele alkuperäistä tarkoitusta, jos kaikki tulokset esitetään akateemisesti ja niin, ettei tavallinen kansalainen ymmärrä niistä mitään.

Hallbergin, Beckmanin ja Håkansonin (2010) tutkimus myös osoittaa että terveydenhuollon ammattilaisten tulisi keksiä uusia keinoja siihen, kuinka saada isät paremmin mukaan neuvolaan ja erityisesti vanhempien yhteisiin tapaamisiin. Sama tutkimus myös osoitti kuinka tärkeää on, että vanhemmille annetaan mahdollisuus yksittäisiin tapaamisiin, jotka eivät ole sidottu tiukasti aikatauluun. Samoin on tärkeää, että vanhemmille välitetään tunne siitä, että molemmat vanhemmat ovat yhtä tärkeitä lapsen terveyden kannalta. Tämän takaamiseksi on oleellista, että kun vanhemmat kutsutaan neuvolaan tapaamiseen, molemmat vanhemmat mainitaan kutsussa. (Hallberg–Beckman–Håkanson 2010: 302.)

Projektin valmistuttua siitä tiedotetaan asianmukaisesti THL:lle, joka puolestaan hoitaa verkkosivujen markkinoinnin ja levityksen eteenpäin omalla tavallaan.

8.4 Opinnäytetyön tuotos

THL:n ylläpitämille sivuille tuleva verkkomateriaali tuotetaan pelkästään lähdeluettelosta löytyvien lähteiden perusteella. Suurin osa kootusta tiedosta on etsitty nimenomaan tieteellisistä ja vertaisarvioituista artikkeleista. Artikkeleissa kuvataan erilaisia tutkimuksia ja tutkimustulosten pohjalta on koottu sisältöä yhteen, joka sitten on kirjoitettu yleistajuisella ja helposti luettavalla tavalla itse tuotokseen. Näiden lisäksi yksityiskohtia on haettu muista lähteistä, jos niitä ei ole tieteellisistä artikkeleista löytynyt. Tästä esimerkkinä toimii vaikkapa Vaasan Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö, josta haettiin selitys ainoastaan sille, että mikä on isysolettama, mutta muuta tietoa tuosta opinnäytetyöstä ei otettu. (Peltonen 2015: 11) Selityksenä oli yksinkertaisesti se, että suurimman osan tiedoista haluttiin tulevan tieteellisistä, vertaisarvioituista artikkeleista.

Perusteluna sisällölle on se, että vaikka monet eri ryhmät ovat olleet tuottamassa materiaalia THL:n sivuille, mikään ryhmä ei ilmeisesti ole kuitenkaan tuottanut materiaalia, joka olisi suoraan suunnattu isille. Tällaiselle materiaalille kuitenkin olisi kysyntää, sillä isät kaipaavat tietoa vanhemmuudesta ja siihen liittyvistä asioista. (Deave–Johnson 2008: 630.)

Lähdeluettelo

Benzies, Karen–Magill-Evans, Joyce 2014. Through the eyes of a new dad: Experiences of first time fathers of late-preterm infants 36 (1). 78–87.

Bäckström, Caroline–Whan, Elisabeth Hertfelt 2011. Support during labour: first-time fathers' descriptions of requested and received support during the birth of their child. Midwifery 27. 67-73.

Deave, Toity–Johnson Debbie 2008. The transition to parenthood: what does it mean for fathers? Journal of Advanced Nursing 63 (6). 626–633.

Fägerskiöld, Astrid 2008. A change in life as experienced by first-time fathers. Scandinavian Journal of Caring Sciences 22. 64–71.

Gauthier, Pascale deMontigny–deMontigny, Francine 2013. Conceiving a first child: fathers' perceptions of contributing elements to their decision. Journal of Reproductive & Infant Psychology 31 (3). 274–284.

Hallberg, Ann-Christine–Beckman, Anders–Håkansson, Anders 2010. Many fathers visit the child health care centre, but few take part in parents' groups. Journal of Health Care 14 (3). 269–303.

Isyysvapaan ajalta isyysrahaa. Kela.fi. Verkkodokumentti.

<http://www.kela.fi/isan-vapaat_isyysvapaa-ja-isyysraha>

Luettu. 5.11.2015.

Kajoniemi, Antti 2007. Isäpuolesta isäksi. Pro gradu. Jyväskylän yliopisto.

Longworth, Heather–Kingdon, Carol 2011. Fathers in the birth room: What are they expecting and experiencing? A phenomenological study. Midwifery 27 (5). 588–594.

Peltonen, Irina 2015. Uuden isyyslain muutokset. Opinnäytetyö. Vaasan Ammattikorkeakoulu.

Premberg, Åsa–Taft, Charles–Hellström, Anna-Lena–Berg, Marie 2012. BMC Pregnancy and Childbirth. Vol 12. 848–853.

Shibli-Kometiani, Miriam 2012. Fathers' experiences accompanying labour and birth. British Journal of Midwifery 20 (5). 339–344.

Ståhlberg, Miia 2012. Tutkimus isistä ja pojista. Arjen toimijuus isyyskokemusten ytimessä. Pro gradu. Helsingin yliopisto.

Vilka, Hanna–Airaksinen, Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Tammi.

Åsenhed–Kilstam–Alehagen–Baggens 2014. Becoming a father is an emotional roller coaster – an analysis of first-time fathers' blogs. Journal of Clinical Nursing 23. 1309–1317

Liite THL:n sivuille. Verkkotuotos.

Isyyteen valmistautuminen

Viime vuosien ja vuosikymmenten aikana käsite isyydestä ja siihen sitoutumisesta on muuttunut erittäin paljon. Vanha käsite ”leiväntuojaisyydestä” ei ole enää lainkaan automaatio, kun ajatellaan tulevaa vanhemmuutta. (1). Yhä useampi isä jää kotiin hoitamaan lasta, kun äiti jatkaa työelämässä, ja toimii näin ollen ”leiväntuojana” perheessä.

Miehestä isäksi siirtyminen on stressaavaa aikaa. Olisi tärkeää, että raskaudesta ja synnytyksestä saataisiin yhteinen kokemus. Vaikka äidit tarvitsevatkin paljon tukea, tarvitsevat isät yhtälailla tunteen siitä, että heidät huomioidaan, ja että heitä tuetaan tarpeen mukaan siinä missä äitiäkin. (2). Jos joku asia raskaudessa tai synnytyksessä huolettaa, kannattaa kääntyä oman lääkärin tai neuvolan puoleen.

Mitä pidemmälle raskaus etenee, sitä konkreettisemmaksi tulee tunne siitä, että poikamieselämä on jäänyt taakse. Myös vastuuntunto kasvaa. Tämä uusi elämänmuutos on kokonaisuudessaan hyvin iso. Osalle tuleva muutos tulee odotettua helpompana, osalle taas vaikeampana. Olipa kyseessä kumpi tahansa, yhteistä näille molemmille on se, että lähes jokainen kokee ne positiivisena muutoksena. (1).

Miten tulevaan vanhemmuuteen voi sitten valmistautua? Ei kannata epäröidä kysyä asiasta kuin asiasta omalta terveysasemalta, neuvolasta tai lääkäriltä. Neuvolassa osataan vastata molempien vanhempien pulmiin, mutta usein päähuomio saattaa keskittyä äitiin, jos isä ei osaa tai uskalla kysyä asioista. Neuvolassa voi myös kysyä mahdollisuutta ryhmätapaamisiin muiden tulevien vanhempien kanssa. Samoin neuvolasta voi tiedustella, järjestetäänkö paikkakunnalla kokonaan isille suunnattuja kokoontumisia, joissa käsiteltäisiin tulevaan vanhemmuutta. (3).

Ei siis kannata jäädä tuppisuuna odottamaan vastauksia omiin kysymyksiin. Vanha lause pitää edelleen paikkansa: ei ole olemassa tyhmiä kysymyksiä.

Isyys voidaan määritellä sosiaalisen, biologisen tai laillisen suhteen perusteella. Seuraavassa esitetään tiivistetty kuvaus kolmesta yleisimmästä ”luokasta”, jonka mukaan isyys

voidaan määritellä. Huomionarvoista on, että nämä kolme luokkaa eivät sulje toisiaan pois. Lapsen isä voi olla samanaikaisesti kaikkia näitä.

Biologinen isyys on ehdottomasti tunnetuin ja yleisin isyyden muoto. Se tarkoittaa että lapsi on lähtöisin tämän mieshenkilön siittiöstä. Myös monet perinnölliset tekijät ovat lähtöisin biologisesta isästä, vaikka tämä ei muuten olisikaan millään tavalla tekemisissä lapsen kanssa. (4).

Sosiaalinen isyys mielletään siksi toiminnaksi mitä kutsutaan kun ”toimii” lapsen isänä. Se ei välttämättä tarkoita että sosiaalinen ja biologinen isä olisivat sama henkilö (vaikka näin usein onkin). Voi olla että vanhempien parisuhde on kariutunut jo ennen lapsen syntymää, ja lapsella on koko siihenastisen elämänsä ollut ”toinen” isä. Myös kansankielessä tunnettu sana ”mentori” voidaan joissakin tilanteissa mieltää sosiaalisesti isyydeksi, sillä sekin on eräänlaista toimimista lapsen isänä. (5).

Juridinen isyys tarkoittaa, että isällä on yhteiskunnan antamat oikeudet ja velvollisuudet lapseen nähden. Nyky-yhteiskunnassa on kolme erilaista tapaa tulla juridiseksi isäksi: avioliiton isyysolettama, adoptio tai isyyden vahvistaminen. Myös adoption kautta miehellä on mahdollisuus saada täydet oikeudet ja velvollisuudet lapseen nähden. Kolmas vaihtoehto on isyyden vahvistaminen. Tähän turvaututaan silloin kun lapsi syntyy äidille, joka ei lapsen syntymähetkellä ole avioliitossa. On huomattava että avioliitto ja avioliitto ovat tässä suhteessa eri asemassa. Kun lapsi syntyy avoliitossa, isyys vahvistetaan tunnustamalla tai oikeusteitse. Isyyden vahvistamisen tarkoituksena on lapsen ja hänen isänsä sukulaissuhteen vahvistaminen. Lapsen kannalta on erityisen tärkeää, että isän ja lapsen sukulaissuhde vahvistetaan vain silloin, kun sukulaissuhde on todella olemassa. (6).

Isyys: Huolia, murheita, kysymyksiä?

On hyvin yleistä että miehet kokevat tulevan isyyden jännittävänä ja hyvänä asiana. Monet kokevat kuitenkin samaan aikaan huolta siitä että ovat tulevassa vanhemmuudessa ikään kuin sivustaseuraajan roolissa. Monet isät ovat kertoneet, että vauvan syntyessä he eivät yksinkertaisesti tunteneet olevansa valmiita vanhemmaksi. Vauvan kanssa kun ei voi kommunikoida samalla tavoin kuin aikuisen ihmisen kanssa. He ovat myös kertoneet, että olisivat kaivanneet enemmän konkreettista ja yksityiskohtaista informaatiota tulevasta vanhemmuudesta: kuinka esimerkiksi pukea vauva tai milloin hänet tulisi laittaa sänkyyn, ja ylipäätään pienen vauvan tarvitsemista rutiineista.(7).

Osa isistä varmasti pohtii, pitäisikö heidän jäädä isyyslomalle vai jatkaa töissä. Karen Benzieksen ja Joyce Magill-Evansin tekemän tutkimuksen mukaan isät, jotka käyvät töissä samaan aikaan kun äiti ja vauva jäävät kotiin, tunsivat, että he jäivät ikään kuin lapsen hoidon ulkopuolelle. Töistä palatessa vauva onkin usein jo nukkumassa. Tämä puhuu isyysloman puolesta. (8). Onkin hyvä pohtia sitä, kuinka lapsen hoito ja vanhempien osallistuminen siihen järjestetään. Suomessa isyysvapaan pituus on n. yhdeksän viikkoa (54 arkipäivää). Tuosta ajasta n. kolme viikkoa (18 arkipäivää) isä voi olla äidin kanssa kotona yhtä aikaa. Isyysvapaa voi olla joko palkatonta tai palkatonta. Mikäli isyysvapaa on palkatonta, Kela maksaa isälle isyysrahaa tuolta ajalta. (9).

Isyysvapaan voi myös jakaa osiin. Äidin kanssa yhtä aikaa pidettävät 1-18 arkipäivää voi jakaa enintään neljään jaksoon. Isän vapaita ei myöskään voi siirtää äidille. Kuten yllä mainittiin, isyysvapaan ajalta maksetaan isyysrahaa, mikäli kyseessä oleva ajanjakso on isälle palkatonta. Isyysrahaa voi hakea joko yhtäjaksoiselle ajalle tai useammalle lyhemmälle ajanjaksolle. Isyysraha maksetaan maanantaista lauantaihin, pois lukien arkipyhät. Isä voi itse päättää, mille päville hän hakee isyysrahaa. Esimerkiksi lauantailta voi saada isyysrahaa vain jos itse niin itse haluaa. Kannattaa myös huomioida, että mikäli isän työnantaja maksaa tälle palkkaa isyysloman ajalta, maksetaan isyysraha työnantajalle. Tämä pätee myös, mikäli isyysvapaaseen sisältyy palkallisia vapaapäiviä. Tällöin myös palkallisten vapaapäivien osalta isyysraha maksetaan työnantajalle. (9).

Huomionarvoinen seikka on, että vaikka isyysrahaa maksettaisiin, on työskentely sunnuntaisin silti sallittua, sillä isyysrahaa maksetaan vain arkipäiviltä. (9).

Liite 1. Verkkomateriaalia THL:n sivuille

Isyysvapaasta tulee ilmoittaa työnantajalle vähintään kaksi kuukautta ennen vapaan alkua. Mikäli isyysvapaa on korkeintaan 12 arkipäivää, riittää ilmoitus kuukautta ennen. (9).

Itse synnytystapahtuman monet isät kokevat varmasti jännittävänä ja ehkä jopa pelottavana tapahtumana. Synnytyksessä mukana olleet isät ovat kertoneet, että he ovat kokeneet, etteivät ole valmiita rooliin, jossa heidän pitäisi tukea äitiä. Samat isät ovat kertoneet, että he arvostaisivat kovasti, jos synnytystiimi ottaisi ikään kuin heidän paikkansa äidin tukijan roolissa. (10). Synnytystilanteessa kannattaakin rohkeasti kertoa, jos tuntee ettei ole valmis, tai ettei tiedä mitä pitäisi tehdä. Kätilöt ja muut synnytyksessä avustavat ammattilaiset osaavat kyllä auttaa, ja tarvittaessa ohjata tulevaa isää tämän roolissa.

Osa isistä kokee myös etenkin raskauden loppuvaiheessa, etteivät he tarvitse tai ansaitse tukea tai huomiota, ja monet jättävätkin tästä syystä pyytämättä apua. Taustalla vaikuttaa eräänlainen marttyyrinen ajatusmaailma. Ajatellaan, että kyllä tästä selvitään. Osa saattaa myös pelätä, että jos he alkavat pyytää tukea, niin suurin osa huomiosta kohdistuu silloin heihin itseensä, eikä äitiin ja vauvaan. (11). Tärkeää olisi kuitenkin pyytää apua, varsinkin jos tulee sellainen tunne että omat voimat eivät välttämättä riitä. On turha pelätä sitä, että jos itse pyytää apua, äiti ja vauva jäisivät pienemmälle huomiolle. Isille kohdistettu tuki ei ole pois äidiltä tai vauvalta.

Suurin osa isistä kertoo, että isäksi tuleminen on luonnollisesti positiivisin asia koko raskaudessa. Siitä huolimatta osa isistä on myös kertonut, että heidän mielestään positiivisin asia raskaudessa oli oman parisuhteen parantuminen, eikä siis itse vanhemmuus. (12). Ei siis kannata säikähtää, mikäli isäksi tuleminen ei ole niin mahtavaa ja ihanaa kuin olisi etukäteen kuvitellut. Omista tunteista kannattaa puhua rohkeasti ja avoimesti oman kumppanin kanssa tai esimerkiksi neuvolakäyntien yhteydessä.

LÄHTEET:

1. Fägerskiöld, Astrid 2008. A change in life as experienced by first-time fathers. *Scandinavian Journal of Caring Sciences* 22. 64–71.
2. Premberg, Åsa–Taft, Charles–Hellström, Anna-Lena–Berg, Marie 2012. *BMC Pregnancy and Childbirth* 12. 848–853.
3. Deave, Toity–Johnson Debbie 2008. The transition to parenthood: what does it mean for fathers? *Journal of Advanced Nursing* 63 (6). 632.
4. Kajoniemi, Antti 2007. Isäpuolesta isäksi. Pro gradu. Jyväskylän yliopisto. 5.
5. Ståhlberg, Miia 2012. Tutkimus isistä ja pojista. Arjen toimijuus isyyskokemusten ytimessä. Pro gradu. Helsingin yliopisto.
6. Kajoniemi, Antti 2007. Isäpuolesta isäksi. Pro gradu. Jyväskylän yliopisto. 6-7.
7. Deave, Toity–Johnson Debbie 2008. The transition to parenthood: what does it mean for fathers? *Journal of Advanced Nursing* 63 (6). 630.
8. Benzies, Karen–Magill-Evans, Joyce 2014. Through the eyes of a new dad: Experiences of first time fathers of late-preterm infants. *Vol. 36 (1)*. 78–87.
9. Isyysvapaan ajalta isyysrahaa. Kela.fi. Verkkodokumentti.
<http://www.kela.fi/isan-vapaat_isyysvapaa-ja-isyysraha>
Luettu. 5.11.2015.
10. Shibli-Kometiani, Miriam 2012. Fathers' experiences accompanying labour and birth. *British Journal of Midwifery* 20 (5). 339–344.
11. Bäckström, Caroline–Whan, Elisabeth Hertfelt 2011. Support during labour: first-time fathers' descriptions of requested and received support during the birth of their child. *Midwifery* 27. 67-73.

12. Longworth, Heather–Kingdon, Carol 2011. Fathers in the birth room: What are they expecting and experiencing? A phenomenological study. *Midwifery* 27 (5). 588–594.