



Osaamista  
ja oivallusta  
tulevaisuuden  
tekemiseen

Saara Markkanen

## Erityislapsiperheiden kokemuksia ruoka-avusta

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK)

Sosiaalialan koulutusohjelma

Opinnäytetyö

20.1.2021

Tekijä Otsikko	Saara Markkanen Erityislapsiperheiden kokemuksia ruoka-avusta
Sivumäärä Aika	34 sivua + 2 liitettä 20.1.2021
Tutkinto	Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto
Tutkinto-ohjelma	Sosiaalialan tutkinto-ohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Sosionomi (AMK)
Ohjaajat	Lehtori Kirsi Lautala Lehtori Ulla Saukkonen
<p>Tämä opinnäytetyö käsittelee erityislapsiperheiden kokemuksia poikkeusolojen aikana saadusta ruoka-avusta. Tarkoituksena on tutkia, millainen merkitys Leijonaemoilta saadulla ruoka-avulla on ollut erityislapsiperheiden elämänlaatuun. Tavoitteena on tuottaa Leijonaemoille tietoa palvelumuodosta, joka oli käytössä ensimmäistä kertaa keväällä 2020 poikkeusolojen aikana. Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys muodostuu elämänlaadun teorian määrittelystä. Lisäksi työssä avataan koronavirusepidemiaa ja ruoka-apua ilmiöinä sekä erityislapsiperheen käsitettä.</p> <p>Opinnäytetyön yhteistyötahona toimi valtakunnallinen yhdistys Leijonaemot ry, jonka tavoitteena on tuottaa vertaistukitoimintaa erityislapsiperheille sekä tukea heidän jaksamista ja hyvinvointia. Yhdistys tarjoaa monipuolisesti vertaistukitoimintaa erityislapsiperheiden vanhemmille ja lisäksi perheille on tarvittaessa tarjolla kriisipalvelua. Yhdistyksen toiminta on avointa kaikille erityislapsiperheille.</p> <p>Laadullinen aineisto on kerätty teemahaastattelun muodossa neljältä erityislapsiperheeltä, jotka olivat saaneet ruoka-apua Leijonaemoilta poikkeusolojen aikana keväällä 2020. Haastatteluaineistosta nousi esille, että kaikki ruoka-apua saaneet perheet kokivat sillä olleen positiivinen vaikutus perheen elämänlaatuun. Ruoka-avun sisältö oli vastannut perheiden tarpeisiin. Lisäksi aineistosta nousi merkittävästi esiin miten koronaviruksen vaikutukset ja poikkeusoloihin siirtyminen olivat muuttaneet perheiden arkea. Kaikissa perheissä lapset olivat siirtyneet kotikouluun tai jääneet pois päiväkodista. Lähes kaikissa haastatteluissa nousi esiin muutokset perheen vanhempien työtilanteissa. Haastateltavia yhdisti kokemus siitä, että ruoka-apu oli auttanut perhettä myös taloudellisesti.</p> <p>Johtopäätöksenä voidaan todeta, että perheiden tarpeita vastaava ruoka-apu on hyvä keino tukea perheitä ja parantaa heidän elämänlaatua haasteellisissa elämäntilanteissa. Kotiin kuljetettava ruoka-apu on hyvä palvelumuoto, joka olisi hyödyllinen muutenkin kuin poikkeusolojen aikana.</p>	
Avainsanat	Ruoka-apu, elämänlaatu, erityislapsiperhe, poikkeusolot

Author Title	Saara Markkanen Experiences of food aid of the families of children with special needs
Number of Pages Date	33 pages + 2 appendices 20 January 2021
Degree	Bachelor of Social Services and Health Care
Degree Programme	Social Services
Specialisation option	Bachelor of Social Services
Instructors	Kirsi Lautala, Lecturer Ulla Saukkonen, Lecturer
<p>This thesis deals with the experiences of food aid that families of children with special needs have received during the emergency conditions. The purpose is to produce information for the association Leijonaemot, of the service model that was in operation for the first time in the spring of 2020, during the emergency conditions. The theoretical framework of this thesis is comprised of the defining of the theory of quality of life. Additionally, this thesis addresses the covid-19 pandemic and food aid as a phenomenon, as well as the concept of families of children with special needs.</p> <p>The collaborative party of this thesis was the national association Leijonaemot that aims to generate peer support activities for the families of children with special needs and to support their coping and wellbeing. The association offers peer support activities for the parents of families of children with special needs in a versatile manner, and in addition, crisis services are available for families if necessary. The activities of the association are available for all the families of children with special needs.</p> <p>The qualitative data is collected via thematic interviews from four families of children with special needs who had received food aid from the Leijonaemot during the emergency conditions in the spring of 2020. What emerged from the data collected via the interviews was that every single one of the families that had received food aid had found it to have a positive effect on the family's quality of life. The contents of the food aid were found to match the families' needs. In addition, what considerably emerged from the data was how the effects of the covid-19 pandemic and the shift to emergency conditions had changed the everyday life of the families. In all the interviewed families, the children had transferred to home schooling or were withdrawn from kindergarten. In almost all the interviews, the changes of the employment situation of the parents of the families came up as well. Receiving of the food aid had helped the families financially as well, and this was a shared experience for all the interviewees.</p> <p>In conclusion, it can be stated that the food aid matching a family's needs is a good way to support families and enhance the quality of their lives in demanding conditions. Home delivered food aid is a good service model that would be beneficial outside of emergency conditions as well.</p>	

Keywords	Food aid, quality of life, families of children with special needs, emergency conditions
----------	--

## Sisällys

1	Johdanto	1
2	Leijonaemot ry	2
3	Erytislapsiperhe	3
4	Korona-epidemian vaikutukset ihmisten arkeen	6
5	Ruoka-apu	9
5.1	Lapsiperheille suunnatut ruoka-avun muodot	11
5.2	Ruoka-apu koronaepidemian aikaan	12
6	Elämänlaatu	12
7	Tutkimusasetelma	16
7.1	Tutkimusjoukon valinta	17
7.2	Teemahaastattelu	17
7.3	Haastattelujen toteutus	18
7.4	Analyysi	19
8	Tulokset	19
9	Johtopäätökset	24
10	Pohdinta	27
	Lähteet	30
	Liitteet	
	Liite 1. Haastattelukutsu	
	Liite 2. Haastattelukysymykset	

## 1 Johdanto

Maailmalla levinnyt covid-19 -virus eli koronavirus alkoi levitä Suomessa keväällä 2020. Leviämistä haluttiin hallita, sillä kyseinen tartuntatauti on vaarallinen osalle väestöstä ja terveydenhuollon kantokyky hoitaa sairastuneita ihmisiä on rajallinen. Rajoitustoimenpiteet piti tehdä nopeasti ja lopputuloksena oli, että Suomessa siirryttiin elämään poikkeusoloissa maaliskuusta kesäkuun puoleen väliin saakka. Tarkoituksena oli turvata väestön terveys ja suojella riskiryhmään kuuluvia henkilöitä tartunnan saamiselta. Poikkeusoloihin siirtyminen tarkoitti sosiaalisten kontaktien välttämistä, kokoontumisten rajoittamista, etätöihin siirtymistä, koulujen ja päiväkotien sulkemista tai toiminnan rajoittamista, matkustamisen rajoittamista ja muita arkielämiseen liittyviä toimenpiteitä. (Sosiaali- ja terveysministeriön ja työ- ja elinkeinoministeriön asettama ryhmä 2020: 9–11.)

Tämä opinnäytetyö on tehty yhteistyössä Leijonaemot ry:n kanssa. Leijonaemot ry on yhdistys, joka tarjoaa erityislapsiperheille vertaistukitoimintaa sekä haluaa tukea perheiden hyvinvointia ja jaksamista. Yhdistys toimii koko Suomen alueella. Tämän opinnäytetyön tavoitteena on selvittää, millainen merkitys Leijonaemot ry:n ruoka-apupalvelulla oli sitä saaneiden perheiden elämänlaatuun poikkeusolojen aikana. Idea aiheeseen tuli Leijonaemoilta, koska kyse oli heille uudesta palvelumuodosta ja yhdistys haluaa saada tietoa millaisia kokemuksia perheillä oli palvelusta. Työn tavoitteena on myös selvittää, miten apu vastasi poikkeusolojen aikaista avun tarvetta ja olisiko palvelu tarpeellinen muutenkin kuin poikkeusolojen kaltaisessa tilanteessa. Koen myös tärkeäksi erityisperheiden kokemusten tutkimisen, jota on tutkittu Suomessa melko vähän. Koronavirusepidemia on yhteiskunnallisesti merkittävä ajanjakso. Epidemian vaikutukset ihmisten hyvinvointiin tulevat näkymään pitkällä aikavälillä (Sosiaali- ja terveysministeriön ja työ- ja elinkeinoministeriön asettama ryhmä 2020: 12). Tämä tulee todennäköisesti näkymään myös sosiaalialan työkentällä. Sosiaalialalla olisi tärkeää tietää koronavirusepidemian moninaiset vaikutukset eri asiakasryhmien arkeen ja elämään.

Ruoka-avusta on tehty suomalaista tutkimusta jonkin verran viimeisen kymmenen vuoden aikana. Tutkimuksissa ollaan keskitytty pääasiassa leipäjonoihin ja yleisiin ruoan jakeluihin (Saari & Ohisalo 2014; Salonen 2016) Koronaepidemia on ollut päällä koko

tämän opinnäytetyön tekemisen ajan, joten kyse on hyvinkin ajankohtaisesta aiheesta. Tutkimusta koronan vaikutuksista tehdään lisää koko ajan. Korona-ajan ruoka-avusta on tehty ainakin yksi tutkimus, jossa on selvitetty ruoka-avun tuottajien kokemuksia avun tarjoamisen onnistumisesta, asiakasmääristä sekä siitä miten lahjoitus- ja ylijäämäruoka riitti jaettavaksi keväällä 2020. Tutkimuksen mukaan kasvaneet asiakasmäärät olivat olleet suurin haaste ruoka-aputoimijoille. (Laihiala & Nick 2020).

Työn alussa esittelen Leijonaemojen yhdistystä ja toimintaa tarkemmin sekä avaan erityislapsiperheen käsitettä. Tämän jälkeen käyn läpi tämän opinnäytetyön teoreettisen viitekehyksen. Tämän jälkeen käyn läpi teemahaastattelun menetelmää, kerron haastattelujen toteutuksesta, esittelen haastatteluista kertyneen aineiston sekä tekemiäni johtopäätöksiä. Viimeisenä kappaleena on pohdinta.

## 2 Leijonaemot ry

Leijonaemot ry on yhdistys, jonka toiminnan tarkoituksena on edistää vertaistukitoimintaa erityislusten vanhempien kesken, sekä tukea erityislusten vanhempien jaksamista ja hyvinvointia. Yhdistyksen toimintaa järjestetään koko Suomen alueella. Yhdistyksen toiminnan tavoitteena on vuorovaikutuksen edistäminen erityislusten vanhempien ja Sosiaali- ja terveydenhuollon sekä kasvatuksen ammattilaisten välillä. Yhdistyksen toimintaa tukee Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus STEA. (Tietoa yhdistyksestä 2021.)

Leijonaemot ry tarjoaa tukea kaikille perheille, jotka kokevat tarvitsevansa apua erityislapsen kanssa. Yhdistyksen vapaaehtoistyön koordinaattori Heli Parjasen mukaan yhdistyksen toiminnassa mukana olemiseen ei tarvitse mitään tiettyjä diagnooseja. Perheiden oikeus on itse määrittellä onko heidän perheessään erityislapsia. Yksi keino määrittelyn tueksi perheille on ajatus siitä, että tarvitseeko heidän lapsensa ikätovereitaan enemmän tukea arjessa. Leijonaemojen toiminnan kohdalla ei ole merkityksellistä mikä on lapsen erityisyyden taustalla. Merkityksellisempää on perheen subjektiivinen kokemus siitä, että tarvitsevatko he arjessa ja vanhemmuudessa enemmän tukea, mihin yhteiskunnassamme on totuttu.

Leijonaemojen toiminta sai alkunsa toukokuussa 2001, kun neljä toisilleen vierasta erityislapsen äitiä tutustui toisiinsa internetin keskustelupalstoilla. Neljä äitiä jakoivat arkeaan ja tunteitaan toisilleen omassa ryhmässä, johon myöhemmin liittyi mukaan myös kolme äitiä lisää. Ryhmän nimeksi tuli Leijonaemot ja sen oli tarkoitus jäädä vain heidän väliseksi, mutta heille syntyi halu jakaa omia tarinoita myös muille. Vuonna 2005 ilmestyi Leijonaemojen tarinoita –kirjan ensimmäinen painos, jossa nämä seitsemän äitiä kertoivat oman tarinansa siitä, miten heistä tuli erityislapsen äitejä. Samalla perustettiin myös Leijonaemot ry, jonka virallinen toiminta alkoi syksyllä 2005. (Aalto ym. 2015: 5–7.)

Yhdistyksen vertaistukitoimintaa järjestetään vanhemmille ja lisäksi on perhe- ja sisarustoimintaa, vertaistukipäiviä- ja viikonloppuja ja kuukausittain kokoontuvia ryhmiä (Osallistu toimintaan 2021). Lisäksi yhdistyksellä on Leijonapartio-kriisipalvelu, jota yhdistys tarjoaa kaikille erityislapsiperheille. Perheet voivat saada tätä kautta apua esimerkiksi lastenhoidossa, kodinhoidossa tai lakineuvonnassa. Leijonapartion apu toteutetaan vapaaehtoistyöntekijöiden voimin ja joissain tapauksissa apuna käytetään myös ammattihenkilöitä. (Leijonapartio 2020.)

Leijonaemojen Ruokakassillinen tukea –palvelu oli toiminnassa keväällä 2020, kun koronavirus epidemia alkoi Suomessa. Se oli tarkoitettu ensisijaisesti perheille, jotka joutuivat eristykseen tai karanteeniin ja tämän myötä kaupassa käynti vaikeutui ja lisäksi myös perheiden taloudellinen tilanne otettiin huomioon hakemuksia käsiteltäessä. Ruokakassit tulivat seuraavilta toimittajilta: Alepa-kauppakassilta, Ruokaboksilta, Matsmartilta ja Anton&Antonilta. Leijonaemojen ruoka-avussa perheillä oli mahdollisuus toivoa, minkä ruokatoimittajan välityksellä he saisivat ruokakassin. Hakemuksessa sai kertoa vapaamuotoisesti perheen tilanteesta ja syystä miksi perhe hakee ruoka-apua. Tämän lisäksi hakemuksessa sai ilmoittaa perheen ruoka-aineallergioista tai muista huomioitavista asioista ruoka-avun sisällön suhteen. Ruokakassit toimitettiin valitun palveluntarjoajan toimesta perheelle. (Ruokakassillinen tukea 2020.)

### 3 Erityislapsiperhe

Anna Waldén (2006) määritelmän mukaan perhe voidaan määritellä yksilötason kokemusten ja merkitysten kautta. Perhe koostuu yksilöistä, joita tunnesiteet yhdistävät.



Perhettä voidaan tarkastella yhteisönä, joka elää yhteiskunnan arvojen ja ehtojen mukaisesti. Perhe voidaan nähdä myös prosessina, joka muuttuu ja elää ajassa. Faurie ja Kalliomaa-Puha (2010) tuovat esiin kirjassaan Marjukka Litmalan (2003) samansuuntaisen määritelmän perheestä, jossa perhe nähdään ”ryhmittymänä, jonka muodostaa kaksi tai useampi yksilö, jotka itse määrittelevät itsensä perheeksi ja jotka tuntevat vastuuta sekä velvollisuuksia toisiaan kohtaan” (Faurie & Kalliomaa-Puha 2010). Tilastokeskus puolestaan määrittelee perheen koostuvan samassa taloudessa asuvista ihmisistä, jotka ovat avio- tai avoliitossa tai rekisteröidyssä parisuhteessa sekä heidän lapsistansa. Lapsiperheitä puolestaan ovat ne perheet, joiden kotona asuu alle 18-vuotias lapsi tai lapsia. (Tilastot 2005.) Perhettä voidaan määritellä siis hyvin erilaisista näkökulmista. Nojaan tässä opinnäytetyössä kahteen ensimmäiseen perheen määritelmään, joissa huomioidaan perheiden moninaisuus ja erilaiset elämäntilanteet.

Erityislapselle ei ole vakiintunutta määritelmää. Siitä huolimatta diagnoosien avulla lapsista voi tulla epänormaaleja, sairaita tai vammaisia. Tällaisen mallin kautta ajateltuna lapset, joilla ei ole diagnoosia, ovat normaaleja. Tätä kahtiajakoa kutsutaan duaalimalliksi. Jotta diagnooseja ja määritelmiä pystytään antamaan lapsille, täytyy olla määriteltynä myös ”normaali”. Suomessa normaalin lapsen kriteerit perustuvat pitkälti kehityspsykologiaan. Kehityspsykologian teorioiden pohjalta on määritelty eräänlaisia kehitysaikatauluja, joiden avulla lasten kehitystä seurataan syntymästä lähtien pitkälle kouluikään. Duaalimallin mukainen ajattelu tekee selvän rajan normaalien ja epänormaalien lapsien välille diagnoosien kautta. Rajapintaan jää lapsia, joilla ei ole diagnoosia tai määritelmää mutta he eivät kuitenkaan täytä normaalin mukaisia kriteerejä. Tässä yhteydessä erityislapsen määritelmä pääsee mielestäni oikeuksiinsa. Sen alle kuuluvat kaikki nämä lapset. Diagnooseillakin on tarkoituksensa. Niiden avulla tuetaan lasta erityisyyden tai sairauden kanssa ja turvata mahdollisimman hyvä elämä. (Määttä & Rantala 2016: 32–48).

Vammaisuutta määritellessä tuodaan esiin lääketieteellinen ja sosiaalinen näkökulma. Lääketieteellinen näkökulma näkee vammaisuuden ja sen mukana tulevat toimintarajoitteet sairauden, tapaturman tai jonkin muun terveydellisen tilan seurauksena. Lääketieteen tavoitteena on myös tarjota jokaiselle tarvitsevalle kuntoutusta, jotta elämänlaatu voisi olla mahdollisimman hyvä vammaisuudesta

huolimatta. Toinen tapa nähdä vammaisuus on sosiaalinen malli, jossa vammaisuutta tarkastellaan sosiaalisena ilmiönä. Onko meidän yhteiskuntamme sellainen, että se mahdollistaa vammaisille kaiken sen mitä mahdollistaa muille. (Kaski, Manninen & Pihko 2013: 219.) Vammaisuutta voidaan tarkastella ajan, paikan ja määrittelijöiden mukaan. (Vehkakoski 2006: 18). Näitä samoja malleja voi käyttää, kun määritellään erityislapsia. Ei ole väliä onko diagnoosina jokin pitkäaikaissairaus, kehitysvamma, vaikea allergia tai tarkkaavaisuushäiriö. Kaikissa näissä tapauksissa voidaan pohtia, mahdollistaako vallitsevat normit ja asenteet kaikille lapsille tasa-arvoiset lähtökohdat elämiseen ja olemiseen.

Erityislapsiperheen virallisen määritelmän puuttuminen voi osaltaan vaikuttaa siihen miksi erityislapsiperheisiin kohdennettua tutkimusta on tehty melko vähän. Lasten vammaisuudesta, vammautumisesta, pitkäaikaissairauksista sekä muista erityislapsenmääritelmään sopivista diagnooseista on olemassa joitain suomalaisia tutkimuksia. Toisaalta on myös perusteltua tutkia erikseen perheitä, joiden lapsilla on tiettyjä sairauksia tai kehitysvammoja, sillä jokaiseen sairauteen tai kehitysvammaan liittyy omat erityispiirteensä.

Kati Komulainen ja Kati Kivistö (2013) ovat tehneet tutkimuksen perheiden elämänlaadusta lapsen allergioiden kuormittaessa arkea. Tutkimuksessa on haastateltu 1–3-vuotiaiden ruoka-allergisten lasten äitejä. Tutkimuksessa todettiin moninaisia haasteita perheiden elämänlaadussa. Äitien kokemuksen mukaan lapsen allergiaan liittyy huoli normaalista kasvusta ja kehityksestä, allergioiden vaikeahoitoisuus vei paljon aikaa eikä vapaa-aikaa juurikaan ollut, ruokavalioiden tarkka noudattaminen toi haasteita kotoa poistumiseen, äidit kokivat pelkoa lapsen allergioista johtuvia vaikeita ja pitkäkestoisia oireita kohtaan ja arki koettiin työllistävänä. Allergialasten hoitaminen oli koettu niin raskaana, että se vaikutti perhesuunnitteluun. Äidit kokivat myös fyysistä uupumusta allergioiden hoidon vuoksi. (Komulainen & Kivistö 2013: 168–171.)

Anne Waldén (2006) tutki väitöskirjassaan miten neurologisesti sairaan tai vammaisen lapsen selviytymistä voisi tukea. Neurologisista sairauksista käytetään yleistä lyhennettä Nepsy. Neurologisia sairauksia ovat esimerkiksi eriasteiset kehitysvammat tai kehitysviiveet, autismi, epilepsia sekä keskittymis- ja oppimisvaikeudet. Waldénin mukaan lapsen sairastuminen tai vammautuminen tuo vanhemmuuteen lisää vastuuta,

johon tarvitaan paljon voimavaroja. Vanhempien tulisi tästä syystä huolehtia itsestään, jotta he jaksavat hoitaa ja tukea sairasta lasta ja mahdollisesti myös muita perheen lapsia. Lapsen neurologinen sairastuminen tai vakava vammautuminen on yksi haasteellisimmista tilanteista, joihin vanhempana voi joutua. (Waldén 2006: 37–40.) Tutkimukseen osallistuneet kokivat lapsen sairastumisen tai vammautumisen tietynlaiseksi elämän kynnysvaiheeksi, jonka jälkeen mikään ei ollut enää niin kuin ennen. Lapsen sairastuminen tai vammautuminen vaikutti perheiden työ- ja urakehitykseen. Lasta haluttiin hoitaa kotona mahdollisimman pitkään itse. Työelämässä olevilla vanhemmilla saattoi tulla paljon poissaoloja sairaan lapsen hoitamisen vuoksi. Näillä oli vaikutusta myös perheen taloudelliseen tilanteeseen. Taloudelliseen tilanteeseen vaikutti myös korkeat lääke- ja sairaalajaksokustannukset. Vaikka sairaan tai vammautuneen lapsen hoitaminen koettiin vaikeana, siihen myös tottui vuosien kuluessa. Esimerkiksi perheissä alettiin pitää normaaleina ennen vaikeiksi ja raskaiksi koettuja sairaanhoidollisia toimenpiteitä (Waldén 2006: 275–281.)

#### **4 Korona-epidemian vaikutukset ihmisten arkeen**

Maaliskuussa 2020 Suomeen levisi maailmalta covid 19 –virus eli koronavirus ja tartuntojen määrät alkoivat kasvaa erityisesti Uudellamaalla. Tästä johtuen Suomessa astui voimaan poikkeusolot, jotka kestivät kesäkuun 2020 puoliväliin saakka. (Valtioneuvoston viestintäosasto 2020; Sosiaali- ja terveysministeriön ja työ- ja elinkeinoministeriön asettama ryhmä 2020: 9.) Hallitus teki valmiuslain nojalla rajoitustoimenpiteitä viruksen leviämisen hillitsemiseksi, riskiryhmien suojaamiseksi sekä terveydenhuollon kantokyvyn turvaamiseksi. Rajoitustoimenpiteinä oli kokoontumisten rajoittaminen, suositus etätöihin siirtymisestä, päiväkotien ja koulujen toiminnan rajoittaminen, yli 70-vuotiaiden suositus olla karanteenissa sekä matkailun rajoittaminen. Koulujen ja päiväkotien toiminnan rajoittaminen toi lapsiperheet uuden tilanteen äärelle, kun vanhempien tuli hoitaa samaan aikaan etätöitä, lasten hoito sekä etäkoulu. Useita tukitoimien ja palvelujen taso heikkeni, niitä siirrettiin etäyhteyksien muotoon tai toimintoja lakkautettiin kokonaan. Rajoitustoimet vaikuttivat elinkeinotoiminnoista erityisesti vähittäiskauppaan, hotelli- ja ravitola-alaan sekä liikenteeseen. Tämän seurauksena moni yritys kohtasi taloudellisia ongelmia. Taloudelliset haasteet näkyivät tämän myötä myös kotitalouksissa, kun suuri joukko ihmisiä joutui lomautetuksi tai irtisanotuksi työstään ja menetti sitä kautta toimeentulonsa

(Sosiaali- ja terveysministeriön ja työ- ja elinkeinoministeriön asettama ryhmä 2020: 9–12, 29). Huhtikuun 2020 loppuun mennessä työ- ja elinkeinotoimistoissa oli 433 100 työtöntä työnhakijaa, joka on 203 000 hakijaa enemmän verrattaessa vuotta aikaisempaa tilannetta. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2020.)

Rajoitustoimenpiteillä onnistuttiin hillitsemään epidemiaa tehokkaasti. (Sosiaali- ja terveysministeriön ja työ- ja elinkeinoministeriön asettama ryhmä 2020: 11.) Mutta niillä oli välittömiä vaikutuksia suomalaisten terveyteen ja hyvinvointiin. Osa näistä moniulotteisista vaikutuksista selviää vasta myöhemmin (Eronen ym. 2020: 7). Ihmisten iällä, sukupuolella, sosioekonomisella asemalla, ammatilla tai vaikka vammaisuudella on ollut merkitystä siihen, asettavatko rajoitustoimien vaikutukset ihmisen eriarvoiseen tai haavoittuvaan asemaan (Sosiaali- ja terveysministeriön ja työ- ja elinkeinoministeriön asettama ryhmä 2020: 9–12). Lapsiperheiden tilanne on ollut yksi suurista huolen aiheista. Sekä esimerkiksi omaishoitajien, vammaisten ja muiden haavoittuvassa asemassa olevien tilanne herättää huolta, jos epidemia pitkittyy (Rissanen ym. 2020: 33, 38-39; Eronen ym. 2020: 35).

Karanteeni ja eristäminen ovat keino estää viruksen leviämistä. Eristys tarkoittaa tartuttavaa tautia sairastavan eristämistä terveistä, jotta vältyttäisiin jatkotartunnoilta. Eristyksessä oleva ihminen ei saa liikkua kodin ulkopuolella edes ulkona. Karanteenilla tarkoitetaan terveen ihmisen liikkumisvapauden rajoittamista, jolla pystytään estämään taudin leviäminen oireettomalta kantajalta eteenpäin. Sen aikana ei saa liikkua paikoissa, joissa ollaan lähikontaktissa muiden ihmisten kanssa eli töihin, päiväkotiin, kouluun tai kauppaan meneminen ei ole silloin mahdollista. Tartuntatautilaki (1227/2016) antaa kunnan tai sairaanhoitopiirin vastaavalle lääkärille oikeuden määrätä karanteeniin tai eristykseen henkilön joka on sairastunut tai epäillään sairastuneen yleisvaaralliseen tartuntatautiin, jota perustellusti epäillään yleisvaaralliseksi. Tämän lain nojalla ihmisiä asetettiin karanteeniin koronavirus altistusten vuoksi. (Infektiotaudit ja rokotukset 2020.) Koronakaranteenissa olleiden perheiden kokemuksia käsittelevässä tutkimuksessa on selvinnyt, että perheet ovat kokeneet muiden ihmisten stigmatisoivan heitä tartunnan pelon vuoksi. Karanteenissa olemiseen liittyi epävarmuutta, huolta terveydestä ja ikävystymistä. Epävarmuus jatkui myös karanteenijakson jälkeen, sillä tieto viruksen tartuttavuudesta oli ollut epävarmaa ja vaihtelevaa lähteestä riippuen. (Lohiniva & Dub & Hagberg & Nohynek 2020: 2.)

Perheiden pääasiallinen elämä koostuu arjesta. Arkeen kuuluu vanhempien työ, lasten päivähoito ja koulu, harrastukset, ulkoileminen, ruokaileminen, ulkoilu ja muut tavanomaiset toiminnot. (Kyrönlampi-Kylmänen 2010:15; Roos 1987: 46). Poikkeusolojen aikaan arjen normaaleista toiminnoista muuttui tai jäi pois kokonaan esimerkiksi koulussa ja päiväkodissa käyminen, harrastukset ja ystävien näkeminen. Kyrönlampi-Kylmänen (2010) mukaan arjelle tyypillistä on rutiinit, toistot ja sykliisyys. Arki on niin tuttua, että sen tapahtumat ovat itsestään selviä eikä niitä suuremmin ehditä kyseenalaistaa. Merkittävä osuus arjesta menee työ-, päiväkotitai koulupäiviin. Näiden yhteensovittamisella on tärkeä rooli arjen sujuvuuden kannalta, minkä onnistuminen sujuu joissain perheissä kivuttomasti, kun taas toisissa perheissä se saa aikaan jännitteitä. (Kyrönlampi-Kylmänen 2010: 15–36.)

Koronaepidemia ja siihen liittyvät rajoitustoimet vaikuttivat kaikkien arkeen ja elämänrakenteisiin sekä sosiaalisiin suhteisiin. Päiväkotien ja koulujen toiminnan rajoitusten sekä sulkemisten myötä tärkeitä julkisia palveluita siirtyi kotitalouksien vastuulle palkattomaksi työksi. (Sosiaali- ja terveysministeriön ja työ- ja elinkeinoministeriön asettama ryhmä 2020: 29.) Kyrönlampi-Kylmänen (2010) mainitsee, että yhteiskunnalliset yleiset elinolot vaikuttavat perheiden elinoloihin ja arkeen. Myös yhteiskunnan taloudellisella tilanteella ja työllisyyden heikkenemisellä on merkitystä, kun tarkastellaan vanhemmuuteen kohdistuvia paineita. Lisäksi arjen sujuvuuden ja vanhempien jaksamisen kannalta isovanhempien, sukulaisten, ystävien sekä tuttavien avulla on iso merkitys. (Kyrönlampi-Kylmänen 2010: 47;111;153.) Kaikki nämä tekijät olivat näkyvillä poikkeusolojen aikana. Yhteiskunnallinen tilanne oli kriisissä, sillä koronaepidemia voidaan määritellä rauhanaikaiseksi kriisiksi, joka koskettaa koko yhteiskuntaa ja maailmaa (Saari 2003: 20–21). Taloudellinen ja työllisyystilanne heikentyi huomattavasti. Sosiaalisten kontaktien rajaamisen suositus toi haasteita toisten auttamiseen arjessa, isovanhempien, sukulaisten, ystävien tai tuttavien apu ei ollutkaan saatavilla samalla tavalla kuin ennen.

Sosiaalibarometrissä (2020) todettiin, että tuen tarve lisääntyi poikkeusolojen aikana tukea tarvitsevien lapsiperheiden ja niiden ihmisten kohdalla, joiden elämäntilanteessa oli useita haasteita ja ongelmia. Barometrissa haastateltujen sosiaalityöntekijöiden arvioinnin mukaan osa keskeisimmistä haasteista oli sosiaalisten kontaktien vähyys, taloudelliset huolet ja velat, elämänhallinta ja arkirytmi, vanhempana jaksaminen,

koronaan sairastumisen pelko ja ahdistus sekä harrastusten ja tekemisen puute (Eronen ym. 2020: 101–118). Erityislapsiperheissä tuen tarve on suurempi ja heidän arjessaan on tavanomaisten toimintojen lisäksi muitakin asioita, joihin rajoitustoimet ja poikkeusolot vaikuttivat. Joissain erityislapsiperheissä on omaishoitajina toimivia vanhempia ja heiltä loppuivat tukipalvelut. Pula tukipalveluista on ollut olemassa jo ennen koronaepidemiaa, mutta sen myötä pula lisääntyi. Tämä vaikutti esimerkiksi siihen, että omaishoitajien vapaapäiviä jäi pitämättä. Jotkut vammaisten lasten vanhemmat ovat joutuneet jäämään pois töistä, kun lapsen etäopetus ja arki on jäänyt vanhempien vastuulle. Vammaisten lasten perheissä jaksaminen on voinut olla koetuksella jo ennen koronakriisiä. Myös kuntoutuksissa, apuvälineiden saannissa ja huolloissa, asumispalveluissa asuvien vierailuissa ja muiden palveluiden järjestämisessä on ollut ongelmia. (Sosiaali- ja terveysministeriön ja työ- ja elinkeinoministeriön asettama ryhmä 2020: 30-33; 46–47.) Sosiaali- ja terveysministeriön ja työ- ja elinkeinoministeriön asettaman ryhmän (2020) julkaisussa kerrotaan vammaisten lasten perheistä, mutta samat asiat koskevat myös monia muita erityislapsiperheitä. Julkaisussa mainitaan myös, että monilla erityisryhmillä palveluntarve on lisääntynyt koronakriisin myötä. Mutta julkinen eikä yksityinen sektori ei ole kyennyt siihen vastamaan. Lisäksi samaan aikaan palvelualoilla on irtisanottu tai lomautettu suuri määrä työntekijöitä (Sosiaali- ja terveysministeriön ja työ- ja elinkeinoministeriön asettama ryhmä 2020: 44).

## 5 Ruoka-apu

Ruoka on ihmiselämän edellytys ja sen turvaaminen on osa ihmisarvoisen elämän toteutumista (Allardt 1979: 53). Ruoalla on vahva asema kulttuurissamme, se on suuressa roolissa meidän arjessamme katsomatta mikä yhteiskunnalliseen asemaan tai elämäntilanteeseen. Yhteiskunnan ja koko maailman taloudellinen tilanne heijastuu ruokakulttuuriin suurina hamstrauksen määrinä, mutta toisaalta puute riittävästä ruoasta vain kasvaa. (Saari & Ohisalo 2014: 11–13).

Ruoka-apu on ollut mukana suomalaisessa yhteiskunnassa aina jossain muodossa ja laajuudessa. Keskiajalla köyhille annettiin viljaa, 1920-luvulla köyhäinlaitolain yksi kotiaivustusmuoto oli ruoka-apu sekä se on ollut aikanaan keskeinen tukimuoto yksinäisille miehille. 1980-luvulla kolmannen sektorin toimijat tarjosivat ruoka-apua

ateriapalvelujen muodossa ja uskonnollisissa yhteisöissä pidettiin ”pullakirkko” nimisiä tilaisuuksia. Lisäksi Pelastusarmeija järjesti yleistä ruoka-apua ja leipäjonoja, jotka lisääntyivät 1990-luvun taloudellisen laman myötä. Leipäjonojen toiminta muuttui nopeasti ruokapankkitoiminnaksi, jossa jaettiin leivän lisäksi myös muita elintarvikkeita. (Karjalainen & Lehtelä 2017: 84.) Toinen merkittävä ruoka-avun muoto 90-luvun laman aikaan oli työttömien ruokailut (Saari & Ohisalo 2014: 13). Silloin ruoka-avun ja leipäjonojen ajateltiin olevan ohimenevä auttamisen muoto, mutta siitä näyttää tulleen pysyvä ja laaja ilmiö. Vaikka moni palvelua tarjoava toimia kuvaa apua tilapäiseksi. (Karjalainen & Lehtelä 2017: 84.) Vuonna 1995 Suomi alkoi vastaanottaa myös EU:n ruoka-apua, jota jaettiin 2014 asti. EU:n ruoka-apua, jonka tarkoituksen on torjua köyhyyttä syrjäytymisvaarassa olevien ihmisten sekä edistää sosiaalista yhteenkuuluvuutta (EU:n ruoka-apu 2020), on tarjottu tähän päivään saakka uudistuneen ruokaohjelman kautta. (Ohisalo 2014: 20.) 2010-luvun taloudellinen kriisi nosti ruoka-avun tarjonnan suurempaa mittakaavaan mitä se aiemmin oli ollut (Saari & Ohisalo 2014: 12–13).

Suomessa ruoka-apu on irrallaan julkisesta sosiaaliturvasta (Socca 2012: 42). Suurin osa ruoka-avun tarjoajista ovat järjestöjä ja niiden rahoituksen takana on hyväntekeväisyystoiminta (Saari & Ohisalo 2014: 12). Ruokajakelu –pohjautuu suurimmissa määrin ylijäämä- tai hävikkiruokien jakamisella ruokakassien tai pakettien muodossa palvelun tarjoajan määrittelemänä ajankohtana. (Lehtelä & Kestilä 2014: 272.) Leipäjonoilla on merkittävä rooli Suomen ruoka-avun kulttuurissa ja niissä käyviä ihmisiä kohtaan liittyy paljon ennakkoluuloja ja asenteita (Saari & Ohisalo 2014: 15). Mielikuva ruoka-avusta liittyy helposti leipäjonoihin, sillä kadulla kiemurteleva jono on helposti kaikkien nähtävissä. Tämän lisäksi merkittäviä ruoka-avun muotoja suomessa on diakoniatyössä yhteisöruokailut sekä maksusitoumukset, joita jaetaan myös sosiaalitoimesta (Ohisalo 2014: 24).

Saaren ja Ohisalon (2014) mukaan suurin osa leipäjonoissa käyvistä ihmisistä elävät sosiaali- ja terveysturvan varassa. Jonoissa käyminen kertoo siitä, ettei julkiset tuet riitä jostain syystä kattamaan heidän toimeentuloaan. He kuvaavat leipäjonoja hyvinvointivaltion vuotavana pohjana. (Saari & Ohisalo 2014: 109–110.) Suomessa ruoka-apua saavat ihmiset tulevat erilaisista koulutustaustoista ja monenlaisista elämäntilanteista. Ruoka-apua hakevat ihmiset ovat eri ikäisiä, mutta suurin osa

kävijöistä on keski-ikäisiä tai iäkkäämpiä. Ruoka-avun saaminen ei myöskään välttämättä ole kaikilla joka viikkoista. Yksittäinen ruoka-apu voi mahdollistaa esimerkiksi lapsiperheille jonkun kalliimman hankinnan tekemisen (Ohisalo 2014a: s.31–32). Ruoka-apuun hakeudutaan useiden syiden vuoksi. Toiselle syynä voi olla toimeentulo ongelmat ja kaipaus sosiaalisesta kohtaamisesta, kun taas toiselle syy voi olla puhtaasti nälkä tai heikko terveys. (Saari & Ohisalo 2014: 110.)

### 5.1 Lapsiperheille suunnatut ruoka-avun muodot

Ruokakustannukset ovat asumiskustannusten jälkeen suurin menoerä lapsiperheissä. Ruokakustannusten määrään vaikuttaa perhekoko, lasten ikä, sukupuoli sekä mahdolliset allergioista johtuvat erikoisruokavaliot. (Lehtelä & Kestilä 2014: 13; 29–30). Tämä on luultavasti yksi syistä, miksi ruoka-apua kohdennetaan lapsiperheille. Loma-aikoina ruokailun kustannukset nousevat lapsiperheissä, koska koulussa ja päiväkodissa tarjotut ateriat jäävät saamatta (Lehtelä & Kestilä 2014:13). Helsingissä yksi keino tukea tätä tilannetta on kesäisin järjestettävät leikkipuistoruokailut, joissa jaetaan maksuton lämmin lounas kaikille alle 16-vuotiaille. Leikkipuistoruokailu on alun perin perustettu 1942 sodan aikaan, kun suuri osa helsinkiläisistä kärsi elintarvikepulasta. Nykyään sen tarkoitus on vastata ravitsemukselliseen sekä sosiaaliseen tarpeeseen ja helpottaa perheiden arkea. (Leikkipuistoruokailu 2020.)

Leipäjonoihin ja ruokakassien jakeluihin osallistuminen voi olla haastavaa tai jopa mahdotonta joillekin perheille, sillä jonotusajat voivat olla jopa useita tunteja. Jossain paikoissa lapsiperheille ja liikuntarajoitteisille on olemassa omat jononsa, joka voi nopeuttaa ruoan saamista (Socca 2012: 22). Kotiin kuljetettavat ruoka-avustukset helpottavat ruoka-avun saantia ja mahdollistavat sen myös niille, joilla ei ole mahdollisuutta osallistua tietyinä ajankohtana järjestettäviin ruoan jakeluihin. Tästä esimerkkinä on yritysten ja yksityishenkilöiden lahjoituksiin perustuva ruoka-kassipalvelu Venner (Ravitseva ruoka kuuluu kaikille 2021). Joulun on myös tunnettu ajankohta, jolloin vähävaraisia lapsiperheitä halutaan tukea ruokakasseilla ja ruokakauppojen lahjakorteilla (Hyvä Joulumieli n.d.)



## 5.2 Ruoka-apu koronaepidemian aikaan

Poikkeusolojen aikana koulujen siirtyminen etäopetukseen ja varhaiskasvatuksessa olleiden lasten jäädessä kotiin, perheiden ruokamenot lisääntyivät, sillä koulujen ja päiväkodin tarjoamat ateriat jäivät väliin (Eronen ym. 2020: 59). Päiväkotij- ja kouluruokailu eivät ole ruoka-apua vaan ne kuuluvat joukkoruokailun piiriin (Sosiaali- ja terveysministeriö 2010 :18). Peruskouluissa ja varhaiskasvatuksessa tarjotun ruoan tarkoituksena ensisijaisesti tarjota lasten ravitsemustarpeet täyttävä (Varhaiskasvatuslaki 540/2018) ja täysipainoinen maksuton ateria (Perusopetuslaki 628/1998). Varhaiskasvatuksessa tarjottu ruoka kattaa parhaillaan suurimman osan lapsen ruokailuista ja kouluruokailu tarjoaa maksuttoman lounaan. Poikkeusolojen tuomat uudet arjen järjestelyt toivat esiin, että koulu- ja päiväkotiruokailulla on merkitystä perheiden taloudellisesta näkökulmasta. Useissa Suomen kunnissa alettiin jakaa ruokakasseja koululaisille poisjääneen kouluruoan tilalle. (Remes 2020). Useiden vanhempien joutuessa lomautetuksi tai työttömäksi perheiden taloudelliset tilanteet olivat tavallista huonommat. Tästä johtuen useiden koronaepidemian johdosta perustettujen ruoka-apujen kohteena oli lapsiperheet (Ruokakassallinen tukea 2020; Tukea perheille n.d.; Tukea lapsiperheille poikkeustilassa 2020; Tiedotteet 2020).

Koronaepidemian rajoitustoimet pakottivat ruoka-apuun tarjoajia kehittämään toimintaansa. Leipäjonojen tai yhteisöruokailujen järjestäminen ei ole ollut mahdollista totutulla tavalla. Samaan aikaan ruoka-apuun tarve lisääntyi. Monet tarvitsivat apua kaupassa käyntiin karanteenin tai erityksen vuoksi. Julkiset palvelut auttoivat näissä tilanteissa vain osittain. Avuksi tulleiden järjestöjen lisäksi seurakunnan sekä läheisten, ystävien sekä naapureiden antama apu oli merkittävässä roolissa. (Eronen ym. 2020: 117–122.)

## 6 Elämänlaatu

Elämänlaadun käsite on läheinen hyvinvoinnin ja onnellisuuden kanssa. Hyvinvoinnin käsite voidaan yhdistää sosiaalisiin järjestelmiin eli sen avulla voidaan mitata yhteiskunnan yleistä hyvinvointia ja sitä, miten yhteiskunta toimii ja ylläpitää itseään (Veenhoven 2000: 2) Erik Allardt (1979) määrittelee, että hyvinvoinnin aste määräytyy aineellisten ja aineettomien tarpeiden tyydytyksen asteesta. Sitä voi tapahtua ihmisten,

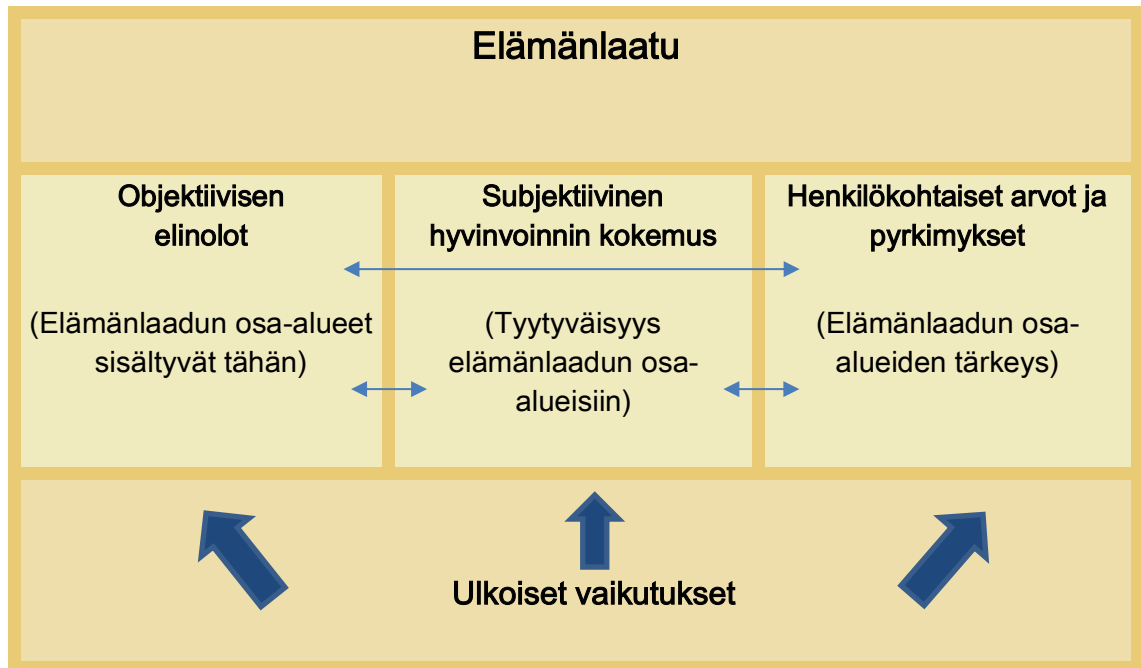
ihmisen ja yhteiskunnan sekä ihmisen ja luonnon välillä. Onnellisuus puolestaan on osa ihmisen subjektiivisia tunteita ja elämyksiä. Allardt esittelee myös Georg Henrik von Wrightin (1636) ajatuksen onnellisuuden ja hyvinvoinnin erosta, jonka mukaan hyvinvointi on pysyvämpää kuin onnellisuus. (Allardt 1979: 32–33.) Elämänlaatua voidaan määritellä monin eri tavoin ja sitä voidaan lähestyä eri näkökulmasta (Vaarama ym. 2014: 22).

Maailman terveysjärjestö WHO määritelmän mukaan elämänlaatu on yksilön henkilökohtainen käsitys elämäntilanteestaan siinä kulttuurissa ja ympäristössä, jossa hän elää. Elämänlaatu on yhteydessä yksilön henkilökohtaisiin tavoitteisiin, odotuksiin, normeihin ja huolenaiheisiin. Se on laaja käsite, joka sisältää yksilön fyysinen terveys, sosiaaliset suhteet, psyykkinen tila, itsenäisyyden aste ja näiden suhde ympäristöön (World health organization 1998: 11) Marja Vaaraman, Susanna Mikkilan ja Katri Hannikainen-Ingmanin (2014) mielestä määritelmään sisältyy ajatus siitä, että ihminen peilaa elämänlaatuaan samassa viiteryhmässä eläviin ihmisiin.

Abraham H. Maslow (1970) on kehittänyt teorian tarvehierarkiasta, jonka mukaan ihminen pyrkii täyttämään tarpeensa tietyssä järjestyksessä. Hänen mukaansa ihmisen viisi tarvetta ovat: fysiologiset tarpeet, turvallisuuden tarpeet, sosiaaliset tarpeet, arvostuksen tarpeet ja itsensä toteuttamisen tarpeet. Ensimmäisenä tulee täyttää fysiologiset tarpeet, joita ovat hengittäminen, ruoka, juominen, homeostoaasin säätely, ruumiinlämmön ylläpitäminen, elimistön puhdistuminen aineenvaihdunnalla sekä seksuaaliset tarpeet. Turvallisuuden tarpeet tarkoittavat fyysistä sekä emotionaalista turvallisuutta. Sosiaaliset tarpeet, johon kuuluu ihmisten väliset suhteet, ystävyys ja rakkaus. Arvostuksen tunne voidaan jakaa itsekunnioituksen ja itsetunnin tarpeeseen sekä toisten ihmisten osoittaman arvostukseen ja luottamukseen. Viimeisenä tarpeena on itsensä toteuttaminen, joka pitää sisällään henkisen kasvamisen ja kehittymisen, henkilökohtaiset saavutukset, tiedon kerääminen sekä luovuus. Tämän määritelmän mukaan ruoka-avun roolin voisi määrittää erittäin tärkeäksi kokonaisvaltaisten tarpeiden tyydyttämisen kannalta. (Maslow 1970: 15–32) Allardt (1979) kritisoi teoriaa siitä, että se sulkee pois myös näkökulman, ettei ihminen voisi toteuttaa itseään tai osoittaa rakkautta, jos hänen elintasonsa ei täytä tiettyä tasoa esimerkiksi ruoan suhteen (Allardt 1979: 41).

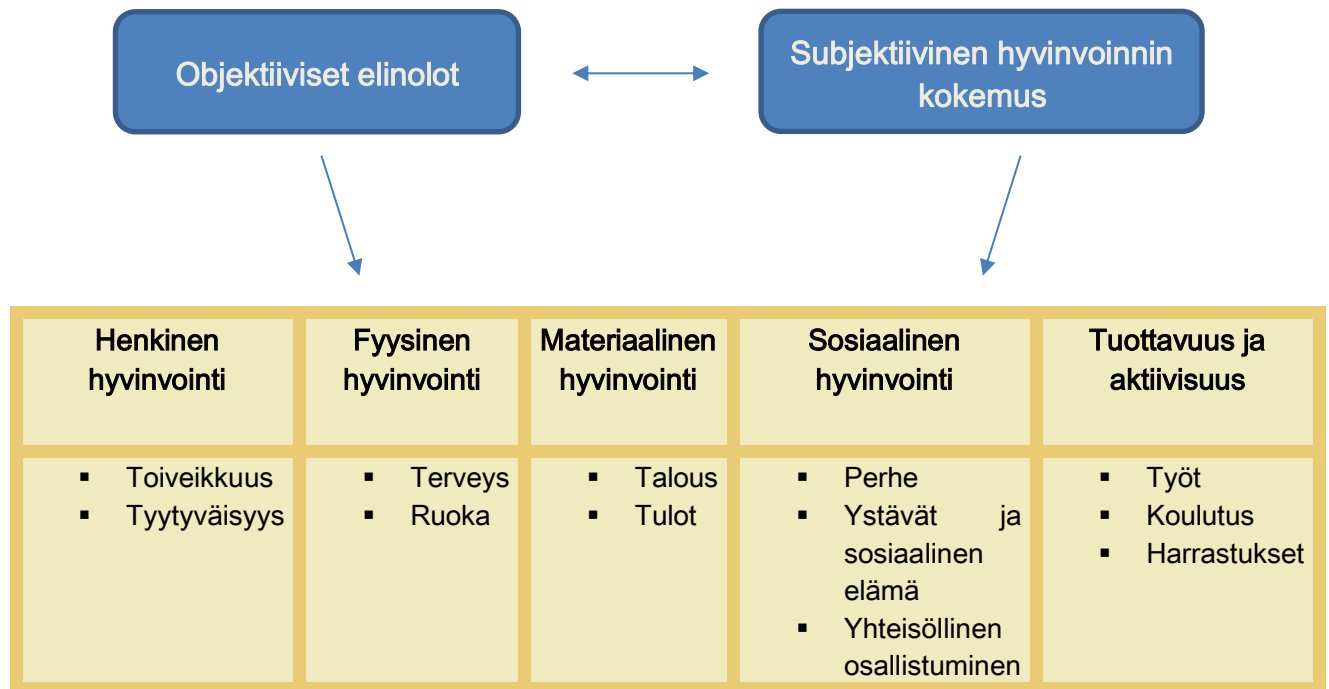
Allardt (1979) elämänlaadun teoria jakautuu kolmeen osa-alueeseen. Ensimmäinen osa-alue *Having* eli elintaso pitää sisällään ihmisen fysiologiset tarpeet. Näitä tarpeita ovat ravinto, neste, lämpö, ilma ja perusturvallisuus. Myös tulotaso, asuinolot, terveys, koulutus ja työllisyys ovat osa elintasoja. Toinen osa-alue on *Loving* eli yhteissuhteet. Sillä tarkoitetaan ihmisten tarvetta kuulua sosiaalisiin verkostoihin sekä tarve toveruudesta. Yksilöllä on tarve rakkauteen ja hellyyteen, jonka täydellinen muoto on symmetrinen suhde, jossa rakkautta osoitetaan molemminpuolisesti. *Being* eli itsensä toteuttamisen muodot ovat kolmas osa-alue. Se pitää sisällään sen, että yksilöä arvostetaan ja pidetään korvaamattomana, mahdollisuuden mielekkääseen vapaa-ajan tekemiseen ja harrastuksiin sekä mahdollisuuden poliittiseen osallistumiseen. (Allardt 1979: 31-50).

David Felce ja Jonathan Perryn (1995) mukaan elämänlaadun käsite on moniulotteinen ja sitä voi lähestyä eri tasoilla. Sitä voi soveltaa yhteiskunnan, yhteisön tai yksilön tilanteen tarkasteluun. (Felce & Perry 1995: 51.) Heidän teoriansa mukaan elämänlaatu koostuu kolmesta osatekijästä: objektiivisista elinoloista, subjektiivisesta hyvinvoinnin kokemuksesta, henkilökohtaisista arvoista ja tavoitteista. Lisäksi näihin osatekijöihin sisältyy viisi osa-aluetta, jotka ovat: sosiaalinen, fyysinen, emotionaalinen ja materiaallinen hyvinvointi sekä kehittyminen ja aktiivisuus. Nämä kaikki osatekijät ja osa-alueet ovat yhteydessä toisiinsa ja muodostavat yhdessä elämänlaadun kokonaisuuden (Taulukko1). (Felce & Perry 1995: 61–62.)



Taulukko 1. Elämänlaadun osatekijät (Felce & Perry 1995: 62).

Ulkopuoliset tekijät kuten sosiaaliset tai taloudelliset muuttujat ja työllisyystilanne voivat vaikuttaa kaikkiin kolmeen osatekijään. Nämä kolme osatekijää ovat vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. Näin ollen yhden osatekijän muutokset näkyvät muissa osatekijöissä. Esimerkiksi muutokset objektiivisissa elinoloissa kuten asunnottomuus tai työttömyys voi vaikuttaa yksilön subjekttiivisen hyvinvoinnin kokemukseen sekä arvoihin. Felcen ja Perryn mielestä elämänlaatua tutkiessa olisi tarpeellista tarkastella kaikkia osatekijöitä niiden vuorovaikutuksen vuoksi. Jos tiedetään vain yhdestä joukosta, ei voida tietää mitä toiselle tekijälle tapahtuu, sillä muutokset ovat voineet kohdistua molempiin osatekijöihin. (Felce & Perry 1995: 62–63.)



Kuvio 1. Elämänlaadun malli Felcen ja Perryn mukaan (Felce & Perry 1995: 61–62).

Felcen ja Perryn teoria sopisi sellaisenaan käytettäväksi, jos tavoitteena olisi tutkia elämänlaatua kokonaisvaltaisesti. Tässä opinnäytetyössä tutkitaan ruoka-avun merkitystä perheiden elämänlaatuun, eikä niinkään perheiden kokonaisvaltaista elämänlaatua. Olen päättänyt käyttää tässä opinnäytetyössä Felcen ja Perryn teoriasta kahta osatekijää subjektiivisen kokemuksen ja objektiiviset elinolot sekä niihin liittyvät viisi osa-aluetta. Tavoitteeni on selvittää tämän teorian avulla onko perheiden objektiivisiin elinoloihin kohdistunut ulkoisia tekijöitä ja onko sillä ollut merkitystä subjektiiviseen hyvinvoinnin kokemukseen. Yllä olevaan taulukkoon on koottu ne osa-alueet, joihin tämän opinnäytetyön toteutus pohjautuu. (Kuvio 1).

## 7 Tutkimusasetelma

Tämän opinnäytetyön tutkimuskysymys on ”Millainen merkitys ruoka-avulla oli perheiden elämänlaatuun poikkeusolojen aikana?”. Leijonaemot ry:n toiminnanjohtaja Piia Lemmetyinen on myöntänyt minulle aiheeseen tutkimusluvan 29.9.2020.

## 7.1 Tutkimusjoukon valinta

Leijonaemot ry:n yhteyshenkilö Heli Parjanen auttoi minua haastateltavien rekrytoinnissa. Tein valmiin haastattelukutsun, jonka Heli lähetti kaikille ruokakassin saaneille perheille sähköpostin välityksellä. Haastattelukutsussa (Liite 1) kerroin kuka olen, opinnäytetyön aiheen ja tutkimuskysymyksen, haastattelun arvioidun keston ja ajankohdan sekä tiedon siitä, että jokaisen haastatteluun osallistuvan yksityisyys suojataan läpi tutkimusprosessin. Halusin viestittää haastatteluun kutsutuille perheille avoimesti tutkimuksen taustoista ja tarkoituksesta sekä luoda luottamusta, että haastatteluun osallistuminen tuntuisi mukavalta ja turvalliselta.

Haastattelukutsussa ilmoitin, että haastatteluun saa osallistua toinen tai molemmat perheen huoltajista. Tutkimukseni tarkoitus oli tutkia perheiden kokemuksia. Tämän vuoksi oli perusteltua antaa mahdollisuus perheen molempien huoltajien kertoa kokemuksistaan, jos perheessä on kaksi huoltajaa.

## 7.2 Teemahaastattelu

Tiedonkeruumenetelmänä käytin teemahaastattelua, joka on yksi yleisimmistä menetelmistä laadullisessa tutkimuksessa (Kananen 2014: 76). Sen avulla voidaan tutkia yksilön kokemuksia, ajatuksia ja tunteita. Se antaa haastateltavalle mahdollisuuden tuoda omaa ääntä kuuluville (Hirsjärvi & Hurme 2010: 47–48.) Teemahaastattelussa on tarkoitus keskustella haastateltavan kanssa tutkittavista teemoista. Tutkija valitsee teemat ennen haastattelua omien ennakkokäsitysten pohjalta tutkittavaan ilmiöön liittyen. Haastattelutilanteen keskustelu etenee aina haastateltavan ehdoilla. Hänelle annetaan mahdollisuus tilittää ja kertoa vapaasti aiheeseen liittyvä kertomus, joka pohjautuu hänen omiin kokemuksiinsa. Tutkija tekee tarvittaessa tarkentavia avoimia ja yleisluontoisia kysymyksiä, joiden avulla voidaan ylläpitää keskustelua. Avoimet kysymykset mahdollistavat myös sen, että tutkija pystyy avartamaan omaa ymmärrystään tutkittavan maailmasta kyseisen aiheen suhteen. Haastattelijan tehtävä on analysoida haastateltavan kertomusta koko haastattelun ajan. Tässä tutkijalta vaaditaan tilanneherkkyyttä, sillä hänen tulisi tarttua vastauksista esiin nousevien lisäkysymysten mahdollisuuksiin. Keskustelun aikana nousevista uusista aihealueista tulisi myös keskustella. Teemahaastattelu nauhoitetaan vuorovaikutuksen turvaamiseksi. Jos haastattelijä keskittyy samaan aikaan kirjoittamaan muistiinpanoja

haastateltavan kertomuksesta, hänen on hankala kiinnittää huomiota haastateltavan tuottamaan haastatteluaineistoon ja sen analysointiin. (Kananen 2014: 76–85.)

### 7.3 Haastattelujen toteutus

Haastattelujen järjestämisessä yhteyshenkilönä toimi Heli Parjanen Leijonaemoista. Hän lähetti kaikille ruoka-apu saaneille perheille haastattelukutsun (liite1), otti vastaan perheiden ilmoittautumiset haastattelua varten sekä sopi perheiden kanssa haastatteluajankohdan minulta saamien aikataulujen pohjalta. Ilmoittautumisia haastatteluihin tuli yhteensä viisi. Kaikkien ilmoittautuneiden kanssa sovittiin haastatteluajankohta. Sovituista haastatteluista neljä toteutui. Haastattelut järjestettiin etäyhteyksien välityksellä koronaepidemian ja sen vuoksi voimassa olevien rajoitusten vuoksi. Kolme haastattelua pidettiin Zoom-palvelun välityksellä ja yksi puhelimitse. Jokaisen haastattelun aluksi kysyin vielä luvan haastateltavilta haastattelun nauhoituksesta ja kerroin, että nauhoitettu aineisto hävitetään asianmukaisesti, kun opinnäytetyö on saatu valmiiksi. Zoomin välityksellä tehdyissä haastatteluissa kerroin haastateltaville myös mahdollisuudesta pitää videoyhteyttä päällä. Yksi haastateltavista halusi pitää videoyhteyden päällä. Minulla oli videoyhteys päällä jokaisessa Zoomin kautta pidetyssä haastattelussa.

Etäyhteys toi omia haasteita haastattelun pitämiseen. Teemahaastattelun mukaista vuorovaikutusta oli mielestäni haasteellista ylläpitää etäyhteyden välityksellä. Tämä vaati itseltä haastattelijana enemmän tarkkaavaisuutta, kun tulkinta oli pelkästään kuuleman varassa. Tästä huolimatta koen, että onnistuin kohtaamaan haastateltavat niin hyvin kuin se oli mahdollista. Haastateltavat keskustelivat ja kertoivat avoimesti haastattelujen teemojen pohjalta heidän kokemuksiaan kyseisiin aiheisiin liittyen. Olin itse valmistautunut, että haastateltavilta pitäisi kysyä enemmän tarkentavia kysymyksiä. Tämä luultavasti vaikutti siihen, että haastatteluihin kului vähemmän aikaa mitä olin arvioinut. Ennakkoarvioni haastattelujen kestoksi oli 20–30 minuuttia, toteutuneiden haastattelujen kesto oli lopulta 10–15 minuuttia. Äänitettyä haastatteluaineistoa kertyi yhteensä 49.11 minuuttia.

## 7.4 Analyysi

Haastattelusta saatu äänitallenne muutetaan kirjalliseen muotoon litteroimalla. Teemahaastattelussa materiaali tulisi litteroida mahdollisimman sanatarkasti. (Kananen 2014: 101–102.) Litteroinnin tarkkuuteen vaikuttavat myös aineiston analysointitapa sekä tutkimuskysymys. Sisällönanalyysissä litterointi on perusteltua tehdä sanatarkasti. Äänensävyt, minimipalautteet, tauot ja päällekkäin puhunta voidaan jättää merkitsemättä. (Ruusuvuori & Nikander 2017: 427–430.) Haastattelujen litterointi nopeasti haastattelujen jälkeen parantaa haastattelusta saadun aineiston laatua (Hirsjärvi & Hurme 2010: 185). Litteroin materiaalit heti haastattelujen jälkeen. Tämän myötä tarjoutui mahdollisuus reflektoida omaa haastattelutekniikkaa, jonka pohjalta seuraavissa haastatteluissa pystyi korjaamaan huomiota kiinnittäviä asioita omassa haastattelutavassa. Luin litteroidun materiaalin useaan kertaan läpi ennen analysoinnin aloittamista, jotta saisin kokonaiskuvan haastattelujen sisällöistä.

Ensimmäinen analysoinnin vaihe oli teemoittelu. Alleviivasin litteroinneista haastattelujen teemoihin liittyneet ilmaukset omilla väreillä. Tämän jälkeen siirsin ilmaukset teemojen mukaan omiin taulukoihin. Näihin taulukoihin kirjoitin pelkistetyt ilmaukset kaikista alkuperäisistä ilmauksista. Tämän jälkeen aloin yhdistää ilmauksia taulukkoon, jonka olin luonut Felcen & Perryn (1995) elämänlaadun pohjalta. Tämän avulla pystyin arvioimaan aineiston ja elämänlaadun teorian yhteensopivuutta.

## 8 Tulokset

Tässä kappaleessa esittelen haastatteluaineistosta esiin tulleet tulokset. Käyn tulokset läpi teemahaastattelun teemojen mukaisessa järjestyksessä. Tulosten yhteydessä on haastateltavien sitaatteja. Joistain sitaateista on poistettu täytesanoja selkeyttämisen vuoksi. Sitaattien asiasisältöä ei ole muutettu.

Poikkeusoloista kysyttäessä, kaikki haastateltavat alkoivat kertoa perheensä elämäntilanteesta keväällä 2020. Poikkeusoloihin siirtyminen oli muuttanut jokaisen perheen arkea merkittävästi. Haastateltavien perheiden lasten lukumäärä vaihteli yhden ja viiden välillä. Yksi haastateltavista oli yksinhuoltaja ja muiden haastateltavien perheissä oli kaksi huoltajaa. Kaikkien haastateltavien lapset tai lapsi olivat jääneet pois



päiväkodista tai koulusta. Kahden haastateltavan perheessä oli lapsi, joka sairauden vuoksi kuului koronaviruksen riskiryhmään. Näissä perheissä ei uskallettu käydä kaupassa itse taudin tarttumisen pelon vuoksi. Kaksi muuta haastateltavaa oli käynyt kaupassa satunnaisesti itse. Yksi kertoi saaneensa apua kaupassakäyntiin miehensä henkilökohtaiselta avustajalta.

Kolmen haastateltavan vastauksista ilmeni, että perhe oli eristäytynyt omaehtoisesti. Yksi haastateltava kertoi perheen olleen kaksi viikkoa karanteenissa risteilyllä käymisen vuoksi heti poikkeusolojen alettua. Tämän lisäksi perheessä oli oltu kipeänä, jonka seurauksena he olivat toisen kerran karanteenissa kevään aikana. Muiden haastateltavien vastauksissa ei ilmennyt, että perheissä olisi oltu karanteenissa viranomaisten ohjeistusten mukaisesti sairastumisen tai altistumisen vuoksi. Kaikki vastanneet olivat viettäneet poikkeusolojen aikana suurimman osan ajasta perheen kanssa keskenään kotona. Yksi haastateltavista kertoi, että perheen lasten ja toisen vanhemman harrastukset olivat loppuneet koronan vuoksi. Yhden haastateltavan lapsen ratsastusharrastus oli jatkunut koko kevään ajan.

”Mut et sen jälkeen niinku ei tosiaan mihinkään uskaltanu mennä ettei vaan sitten ees välillisesti kannu niitä pöpöjä mihinkään tai tartuta lapselle koska se olis ollu sitten hengenvaarallista siinä tilanteessa.”

”- - aika pitkälti oltiin sit vaan kotona.”

”- - joo omaehtoista [karanteenia] kyllä.”

”- - linnottauduttiin kotiin aika nopeesti ja seurattiin uutisia ja pohdittiin mitäs täs nyt mistä saadaan rahaa ja miten tää arki nyt sitten lähtee kuvio pyörimään.”

”Ainoastaan sit lapsen harrastus pysy. Et siellä kun mentiin sit vaan tunnille ja sit kukaan ei saanu mennä talliin.”

”Et tosiaan sen jälkeen kun tuli tää korona, niin jouduttiin ottaa kaikki muut lapset pois harrastuksista. Ja puoliso lopetti harrastukset ja ei oikeestaan kaikki loppu siihen.”

Poikkeusoloihin siirtyminen ja koronarajoitusten vaikutukset olivat vaikuttaneet kahden perheen vanhempien työtilanteeseen joko irtisanomisen tai lomautuksen vuoksi. Muut vastaajista olivat joko eläkkeellä tai vanhempainvapaalla. Lähes kaikkien haastateltavien perheissä oli ollut ajanjakso ettei perheen huoltaja tai huoltajat olleet työelämässä poikkeusolojen aikana. Yhden haastateltavan puoliso oli joutunut jäämään pois töistä ennen poikkeusolojen alkamista perheen lapsen vakavan sairastumisen vuoksi. Taloudelliset haasteet tulivat ilmi kaikkien haastateltavien vastauksista. Osalla haastateltavista taloudelliset haasteet johtuivat selvästi koronaviruksen vaikutuksista perheen vanhempien työtilanteeseen. Osalla haastateltavista taloudellisten haasteiden johtuivat muista syistä.

“Sanotaan siinä huhtikuun lopulla hän sai sitten täyslomautuksen päälle, mikä tietenkin aiheutti myös lisää haasteita niin ku siihen taloudelliseen tilanteeseen.”

”Kulut kasvo ihan jätävästi.”

”Mut irtisanottiin sit sen koronan takia. Mä olin avustamassa päiväkodissa lasta, joka ei sitten tullut päiväkotiin enään.”

Haastateltavien välillä oli vaihtelua siinä, miten monta kertaa perhe oli saanut ruoka-apua Leijonaemoilta kevään aikana. Kaksi haastateltavista oli saanut ruoka-apua kolme kertaa, yksi haastateltavista sai kaksi kertaa ja yksi haastateltavista sai kerran. Kolme perhettä oli saanut ruokakassitoimituksen ja yksi perhe Feelian perheboksin. Leijonaemojen ruoka-avun hakulomakkeessa oli mahdollisuus esittää toive ruoka-avun toimittajan sekä sisällön suhteen, jos perheessä on esimerkiksi erityisruokavalioita tai muuta huomioitavia tekijöitä. Ruokakassitoimituksen saaneista perheistä yhdelle oli räätälöity kokonaan heidän toivoma sisältö. Yhdellä perheellä ainoa toive sisällön suhteen oli, että ruokatarvikkeet olisivat laktoosittomia. Yksi perheistä ei ollut jättänyt toiveita, sillä haastateltava oli kokenut ruoka-avun hakemiseen liittyen häpeää, ettei lisätoiveiden esittäminen ollut tuntunut sopivalta. Lapsille hän oli kuitenkin toivonut pienet herkut kuten tikkarit. Yksi haastateltavista kertoi, miten oli maaliskuussa saanut tietää Leijonaemojen ruoka-avusta ja kuvaili, miten hienolta tuntui ajatus siitä, että heidän perhe saisi ruoka-apua. Muiden haastateltavien kertomuksissa ei tullut esiin ruoka-avun hakemiseen liittyviä tunteita.

” No meillä ei oo mitään erikoisruokavalioita ja me pyydettiin ihan perus ruokaa ja jotenkin tuntuu jotenki vähän hävettävältä sitä pyytää niin en mä oikein kehdannu sitä silleen eritellä.”

” Kyl se [ruoka-apu] miten niinku vastasi toiveita, niin mehän saatiin ite valita se ostoslista. Meidän tapauksessa sai valita.”

”- - me haettiin sitä heti silloin maaliskuussa kun se tuli ensimmäisen kerran se ilmoitus et leijonaemoilla tällänen mahdollisuus on ja se oli muistaakseni maaliskuun sitä loppupuolta. Ja tuota se tuli meille niin taivaanlahjana loistavaan saumaan muistan silloin kun se sähköposti tuli ja tota noin mietin että tähän ois loistava systeemi jos satuttais tää saamaan.”

Kaikki haastateltavat kertoivat ruoka-avun sisällön vastanneet perheen tarpeita hyvin. Perheboksin saanut haastateltava kertoi, miten valmisruokalaatikko oli helpottanut perheen arkea käytännössä, kun sai vain lämmittää ruokaboksista tulleet ruoat. Yksi haastateltava kertoi, että perhe sai lasten koulusta kerran viikossa ruokapaketin. Pakettien sisältö oli ollut einesruokaa, joka ei ollut maistunut perheen kummallekaan erityislapselle. Leijonaemoilta saatu ruokakassin sisällöstä perhe sai tehtyä lapsille sopivaa ruokaa. Yksi haastateltavista kertoi miten ruokakassin mukana tulleet hedelmät ja pienet herkut olivat auttaneet unohtamaan hetkeksi arjen rankkuuden.

”- -se oli aivan tosi tosi ihana, että kun isossa lapsiperheessä niin miten valtavasti se helpotti ei tarttinu ku kaataa kattilaa ja lämmittää lapsille nakkikeittoa tai pistää vaan uunii lämpenee ruoka et jäi niin ku se semmonen ruoan valmistelu ja se pois.”

”Vaik lapset sai niinku koulusta semmosen ruokapaketin kerran viikossa. Mut se oli semmosta einesruokaa ja meidän lapset ei syö semmossii. Niin kun tos oli semmossii kunnan ruokii sit mist sai tehtyy niinku. Se sattu just olee hyvä ku meidän lapset on niin nirsoja, ku kumpiki on erityislapsii. Nii niist sai sit tehtyy tosi hyvin lapsille ruokaa. ”

”Kun se tota siinä [ruoka-avussa] oli nimenomaa esimerkiks niitä hedelmiä ja niit herkuja ni tavallaan se et niinku sai hetkeks sai ikäänku unohtamaan sen arjen rankkuuden miten se sanotaan.”

Kaikki haastateltavat kertoivat ruoka-avun saamisen olleen taloudellisesti iso apu. Ruokakassin saaneet haastateltavat kertoivat ruokakassin sisällön riittäneen pitkäksi aikaa. Yksi heistä kertoi sisällön riittäneen kahdeksi viikoksi. Kaksi haastateltavista kertoi ruokakassin sisältäneen reilusti perusraaka-aineita kuten jauhoja, riisiä ja kaurahiutaleita, jotka eivät kuluneet hetkessä. Yksi haastateltavista kertoi pakastaneen

osan ruokatarvikkeista, jotta ne riittäisivät pidemmälle ajanjaksolle. Ruokaboksin saanut haastateltava kertoi myös, että laatikon ruoista sai ison perheen lapsille kaksi lämmintä ateriaa päivässä. Hänen vastauksista ei kuitenkaan tullut ilmi, kuinka monelle päivälle ruokaa oli riittänyt. Yksi haastateltavista mainitsi, ettei keväällä pystynyt hakemaan hävikkilaatikoita tai muita ruoka-avustuksia. Tämän vuoksi perhe oli joutunut tilaamaan kaupasta ruokaa kotiin, mikä oli lisännyt paljon ruokaan liittyviä kustannuksia. Muut haastateltavat eivät maininneet, että perhe olisi saanut kevään aikana ruoka-apu joltain muulta palveluntarjoajalta. Perheiden ruokakustannusten nouseminen siksi, että lapset jäivät pois koulusta tai päiväkodista ja söivät kaikki päivän ateriat kotona, tuli ilmi kahdessa haastattelussa.

”Et oli se tosi iso apu siihen paikkaa myös niin ku taloudellisesti. Ja kun saatiin tosiaan se valmisruokaboksi, se perheboxi mistä niin ku. Ne oli tosi isoja annoksia et lapset söi siitä niin ku kaks lämmintä ateriaa päivässä.”

”Varmaan semmoi pari viikkoo niinku et ite ostin siihen niinku lisää. Mut niin ku pariks viikoks niin ku riitti. Et mun mielestä niin ku tosi hyvin.”

”Ei nyt ihan suoraan voi sanoa kun siinä oli semmosia tuotteita jota mä laitoin pakkaseen sit oli vehnä jauhoja ja jauhoo ja riisiä ja nehän sitten jatko semmosia. Ei ne oo semmosia mitä heti popsitaan. Et valittiin sellasta pitkän linjan mitä pysty valmistamaan sitten pidemmälle aikajaksolle”

”Se ruoan tilaamisen kustannus ja ne kustannukset mitä tuli ruoista ku ei voinu hakea mitään hävikkilaatikoita eikä tota muita niin. Niin kulut kasvo siis ihan jätävästi.”

”Pysty tarjoamaan lapsille sen säännöllisen lämpimän ruoan, kun ei ollu hoitoa eikä koulua.”

Yksi haastateltava oli kiitollinen siitä, että ruoka-avun hakeminen Leijonaemoilta oli ollut vähäbyrokraattista eikä hakemukseen tarvinnut liittää tarkempia tietoa kuten tilitietoja. Hakemukseen oli riittänyt lyhyt kuvaus perheen tilanteesta omin sanoin. Kaksi haastateltavista kuvaili ruoka-avun saamista tunteelliseksi hetkeksi, jonka muisteleminen ja kertominen haastattelussa kosketti vieläkin heitä.

”Turva, anto turvaa. Anto ison turva kokemuksen. Turvallisuuden tunteen. Semmonen onnellisuuden tunne. Ihan vieläkin tuntuu kun ajattelee asiaa.”

”Mä muistan kun se tuli se eka kuorma, kyl me niinkun koko perhe ihan itkettiin me oltiin niin siis onnellisia. Mua alkaa siis ihan itkettää kun mä muistelenki sitä juttu.

[haastateltava kuulostaa hieman itkuiselta] Mut siis joo, se oli tosi iso apu meille silloin.”

Haastateltavat antoivat lyhyitä vastauksia, kun heiltä kysyttiin, millainen merkitys ruoka-avulla oli heidän perheen elämänlaadun kannalta. Kaikki haastateltavat kertoivat, että ruoka-avun saamisella oli ollut positiivinen vaikutus perheen elämänlaatuun. Yksi haastateltavista kertoi kokemuksestaan, miten erityislapsiperheessä joutuu taistelemaan erilaisista tukimuodoista. Hän oli kokenut tämän ruoka-avun helposti saatavaksi ja konkreettisesti avuksi.

”Siis totta kai se [ruoka-apu] paransi sitä elämänlaatua”

”Sai poveria taas tsempata eteenpäin ja elää semmosessa toivossa. Kun se [koronavirus] on ollu koko suomelle ja maailmalle iso juttu. Ja semmonen odottamaton.”

Ruoka-avun saamista kuvattiin myös henkiseksi helpotukseksi, jonka myötä ei tarvinnut miettiä mistä saa perheelle ruokaa, ja pystyi tarjoamaan lapsille lämpimän aterian. Yhdessä haastattelussa tuli myös esiin kokemus, että ruoka-avun saaminen mahdollisti fyysisen ruoan tarpeen täyttymisen. Ruoka-apua kuvattiin myös toivoa antavana asiana.

## 9 Johtopäätökset

Tässä kappaleessa peilaan haastatteluaineiston sisältöä opinnäytetyön teoreettiseen viitekehykseen ja esitän aineiston pohjalta tehtyjä johtopäätöksiä.

Kaikki haastateltavat olivat perheiden äitejä. Yhden haastateltavan perheessä haastateltava oli ainoa huoltaja ja muissa perheissä oli kaksi huoltajaa. Haastateltava kertoi oman kokemuksensa ruoka-avun merkityksestä perheensä elämänlaatuun. Tutkimustulosten luotettavuutta ja monipuolisuutta olisi voinut lisätä se, että perheen mahdollinen toinen huoltaja olisi osallistunut haastatteluun. Tuloksia voidaan tästä huolimatta pitää luotettavana mutta niitä tulkitessa on hyvä huomioida, että haastatteluaineisto koostuu yhden perheen jäsenen kokemuksista.

Aineistosta nousi esille kokemuksia helpotuksen tunteesta, jota ruoka-avun saaminen oli saanut aikaan perheissä. Ruoka-avun saaminen oli herättänyt tunteen siitä, että perheistä välitetään ja avun saamisen hetkeä kuvattiin liikuttavana hetkenä, joka nosti

tunteita pintaan myös haastattelun hetkellä. Nämä asiat liittyvät henkisen hyvinvoinnin osa-alueeseen. Tähän osa-alueeseen liittyen aineistosta nousi esille myös kuormittavia tekijöitä, kuten epävarmuuden ja pelon tunne, joka johtui koronaviruksen leviämisestä ja sen vaarallisuudesta.

Ruoka ja terveys kuuluvat fyysisen hyvinvoinnin osa-alueeseen. Näiden osalta aineistosta nousi esille tietenkin ruoka-apu. Vastauksista nousi esille kokemuksia siitä miten ruoka-apu oli turvannut perheen ruoan saantia, monipuolistanut perheen ruokavaliota ja sen avulla oltiin saatu tarjottua helposti lapsille useita lämpimiä aterioita ja hedelmiä. Kaikki perheet olivat myös tyytyväisiä siihen, miten ruoka-avun sisältö oli vastannut perheen tarpeita ja perheillä oli ollut mahdollisuus valita missä muodossa he toivovat saavansa ruoka-apua. Aineistosta nousi esille myös terveyteen liittyviä asioita. Osa haastateltavista kertoi perheenjäsenten sairauksista ja siitä millainen vaikutus sillä on perheen arkeen. Sairaudet eivät liittyneet suoraan vain erityislapsiin, terveydellisiä haasteita oli myös perheiden vanhemmilla.

Materiaaliseen hyvinvointiin liittyy olennaisesti talous ja tulot. Kaikissa haastatteluissa tuli ilmi, että ruoka-apu oli iso apu perheiden taloudellisen tilanteen vuoksi. Lasten jäädessä kotiin koulusta ja päiväkodista, perheiden vastuulle jäi hoitaa koko perheelle kaikki päivän ateriat. Tämä toi perheille lisää kustannuksia. Taloudelliseen tilanteeseen vaikutti myös se, että osassa perheistä toinen tai molemmat huoltajista oli joutunut lomautetuksi tai irtisanotuksi työstään. Koronaviruksen rajoitustoimet vaikuttivat merkittävästi elinkeinoelämään ja tämän myötä moni kotitalous menetti toimeentulonsa. (Sosiaali- ja terveysministeriön ja työ- ja elinkeinoministeriön asettama ryhmä 2020: 9–12, 29.) Minulle jäi vastauksien perusteella vaikutelma, että perheet olivat päätyneet hakemaan ruoka-apua erityisesti taloudellisista syistä.

Perhe ja kotielämä ovat yksi osa sosiaalista hyvinvointia. Kaikkien haastateltavien kotielämä muuttui poikkeusoloihin siirtyessä. Haastatteluissa tuli esille, että perheet olivat olleet suurimman osan poikkeusolojen ajasta kotona keskenään. Tätä kuvattiin esimerkiksi linnoittautumisena kotiin. Sosiaaliseen hyvinvointiin kuuluu myös sosiaalinen elämä ystävien ja sukulaisten kanssa sekä yhteisöllinen osallistuminen. Sosiaaliseen elämään tulee väistämättä jonkin tasoisia muutoksia, jos joutuu eristäytymään perheen kesken kotiin. Aineistossa ei tullut ilmi juurikaan erityislapsielämään liittyviä erityispiirteitä

tai haasteita. Oletan, että näitä ei tuotu esille, sillä haastattelun teemoissa keskityttiin poikkeusoloihin ja ruoka-apuun eikä erityislapsiperheen arkeen ja sen haasteisiin.

Koulu ja työt kuuluvat tuottavuuden osa-alueeseen. Kaikissa perheissä oli työelämään liittyviä asioita, joita haastateltavat nostivat esille. Poikkeusolojen aikana kaikissa perheissä oli ollut tilanne, jossa perheen huoltajat tai huoltaja oli ollut pois työelämästä. Osalla perheistä tilanne liittyi eläkkeeseen tai hoitovapaaseen, toisilla työttömyys oli seurausta koronarajoitusten vaikutuksista. Koronarajoitusten vaikutukset olivat myös syynä harrastusten keskeytymiseen suurimmalla osalla. Tähän osa-alueeseen kuuluu kotityöt, joihin kaupassa käyminen kuuluu. Osa perheistä ei uskaltanut käydä kaupassa ollenkaan ja osa perheistä kävi kaupassa satunnaisesti myös itse.

Ruoka-apu oli tarkoitettu ensisijaisesti perheille, joiden kaupassakäynti oli estynyt karanteenin tai eristyksen vuoksi, taloudellinen tilanne huomioon ottaen. Yleinen vaikutelma haastattelujen perusteella oli se, että ruoka-apu oli tuonut helpotusta nimenomaa taloudellisesta näkökulmasta kuin siitä, ettei ruoan saaminen kaupasta kotiin olisi onnistunut millään muulla keinolla. Perheillä oli myös tilanteita, joissa kaupassa käyminen oli estynyt, mutta perheillä ei ollut näkemykseni mukaan tilannetta, jossa kauppaostosten tekemistä ei olisi saatu ollenkaan järjestettyä ilman Leijonaemojen apua. Taloudellinen tilanne puolestaan tuli esiin haastateltavien kertomassa selvemmin ruoka-avun hakemiselle. Tästä voisin tehdä johtopäätöksen, että Leijonaemojen ruoka-apu palvelu voisi olla toimiva myös muille lapsiperheille, joilla on taloudellisia haasteita.

Aineistosta löytyi paljon asioita, jotka sopivat yhteen Felcen & Perryn elämänlaadun teorian kanssa. Aineistosta tuli ilmi, että objektiivisiin elämänoloihin oli kohdistunut ulkoisia tekijöitä kuten työttömyys, sairastuminen sekä poikkeusoloihin siirtyminen. Tämä oli johtanut siihen, että vastauksista ilmeni tyytymättömyyttä taloudelliseen tilanteeseen, huolta terveydestä sekä muutoksia perheen arjessa. Felcen ja Perryn teoriassa painotettiin, miten ulkoisten tekijöiden johdosta tapahtuneet muutokset yhdellä osa-alueella voivat vaikuttaa myös toisiin (Felce & Perry 1994: 62–63). Myös ruoka-apu voidaan nähdä ulkopuolisena tekijänä, joka vaikuttaa ensisijaisesti objektiivisiin elinoloihin. Tällä puolestaan oli positiivinen vaikutus haastateltavien kokemuksiin elämänlaadusta.

Tulkintani mukaan ruoka-avun saaminen mukaan ei liittynyt pelkästään karanteeniin, eristykseen tai taloudelliseen tilanteeseen. Taustalla oli perheiden elämäntilanteet, joihin

oli liittynyt kuormitusta jo ennen poikkeusoloihin siirtymistä. Koronaepidemia ja poikkeusolot olivat vain tehneet siitä vielä kuormittavamman. Tästä esimerkkinä erityislapsiperheiden taloudellinen tilanne, joka voi olla kuormittunut suurista lääke- tai sairaalamaksuista (Waldén 2006: 275–281). Kuormittavan elämäntilanteen keskellä on kuitenkin mahdollista kokea parannusta elämänlaadun näkökulmasta jo pelkästään siten, että saa oman perheen tarpeita vastaavaa ruoka-apua, mikä on elämälaadun osatekijöiden vuorovaikutusta. Muutokset yhden osatekijän suhteen vaikuttavat myös toisiin (Felce & Perry 1994: 62–63).

Tässä opinnäytetyössä saatiin käsitys kokemuksista ja tunteista, jotka perheillä nousi päällimmäisenä pintaan ruoka-avun saamiseen liittyen. Erityislapsiperheen arjessa voi olla asioita, joihin syventyminen yhden haastattelukerran aikana on mahdotonta. Arkaluontoisten asioiden tutkiminen ja niistä keskusteleminen haastateltavien kanssa tulisi tapahtua useampien haastattelukertojen aikana. Pohdin paljon miten syvällisesti haastatteluissa voi mennä esimerkiksi talouden tai erityislasten suhteen. Perheet toivat ilmi tilannettaan melko avoimesti ilman lisäkysymyksiä.

## 10 Pohdinta

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää minkälainen merkitys poikkeusolojen aikana saadulla ruoka-avulla oli erityislapsiperheiden elämänlaatuun. Lisäksi tarkoituksena oli selvittää vastasiko saatu apu perheiden tarpeita ja mikä oli saanut perheet hakemaan ruoka-apua Leijonaemot ry:ltä. Aineisto hankittiin teemahaastatteluina. Haastatteluaineiston litteroinnin ja teemoittelun jälkeen esittelin aineiston ja tein siitä johtopäätöksiä peilaten työn teoreettiseen viitekehykseen. Opinnäytetyön aihepiiri on hyvin ajankohtainen ja teoreettista viitekehystä varten löytyi paljon myös tuoreita tutkimuksia. Koronavirusepidemiasta ja sen vaikutuksista tehdään koko ajan uutta tutkimusta, mikä näkyi myös opinnäytetyön prosessin aikana. Muutaman kuukauden aikavälillä julkaistiin useita uusia tutkimuksia, joita pystyi hyödyntämään myös tässä opinnäytetyössä. Tähän liittyen pohdin useasti työtä tehdessä otanko uusimpia tutkimuksia käyttöön, vai käytätkö niitä tutkimuksia joita olin jo aiemmin valinnut.



Aineiston mukaan perheiden kokemukset ruoka-avun merkityksestä perheen elämänlaatuun olivat pelkästään positiivisia. Ruoka-avun merkitys elämänlaadun kannalta oli todennettavissa myös verrattaessa aineistoa Felcen ja Perryn (1994) elämänlaadun teoriaan. Ruoka-avun sisältö oli vastannut kaikkien perheiden tarpeita ja avustuksen määrä oli koettu runsaaksi. Leijonaemojen tarjoama ruoka-apu poikkeaa hyvin paljon perinteisesti leipäjonoista joissa ruoka-avun sisältöön ei itse pysty vaikuttamaan, vaan apu haetaan yleisistä jakotilaisuuksista joihin täytyy itse jonottaa. Koronavirusepidemian vaikutukset näkyivät perheissä työttömyytenä ja muuttuneina arjen järjestelyinä. Lisäksi lasten koulu ja päivähoido siirtyivät perheiden vastuulle. Perheiden arkea saattoi kuormittaa myös vakavat perheen jäsenten sairaudet. Taloudelliset haasteet tulivat merkittävästi esiin kaikissa haastatteluissa. Yllättävää oli, ettei päällimmäinen syy ruoka-avun hakemiselle ollutkaan karanteeni tai eristäytyminen. Tätä voimakkaammin esille nousi taloudelliset haasteet ja se miten suurta helpotusta ruoka-apu oli tuonut perheen taloudelliseen tilanteeseen. Ruoka-avun hakeminen liittyi mielestäni tästä huolimatta koronaepidemiaan, sillä koronaepidemia oli ollut syynä perheiden vanhempien työttömyyteen ja tämän myötä taloudellisen tilanteen heikkenemiseen. Työttömyys ja heikko taloudellinen tilanne, ovat yleisiä ruoka-apuun hakeutumisen syitä (Saari & Ohisalo 2014: 110).

Haastatteluaineisto oli hyvin pieni, joten kovinkaan yleistäviä päätelmiä tämän opinnäytetyön perusteella ei voi tehdä. Koen, että jokaisen haastateltavan kertomat kokemukset toivat merkittävää tietoa siitä miten suuri merkitys ruoka-avulla voi perheiden elämänlaatuun olla. Haastatteluista välittyi valtavaa kiitollisuutta ja suuria tunteita ruoka-avusta puhuessa. Haastatteluun osallistuneissa perheissä oli kaksi huoltajaa yhtä perhettä lukuun ottamatta ja kaikki haastateltavat olivat perheiden äitejä. Tällä on merkitys aineiston luotettavuuteen, sillä se kertoo ainoastaan perheen äidin kokemuksen. Aineisto olisi voinut olla monipuolisempi ja laajempi, jos kahden huoltajan perheistä haastatteluun olisi osallistuneet molemmat huoltajat. Samalla tavalla luotettavuuteen vaikuttaa myös se, että olen tehnyt tutkimuksen yksin enkä yhdessä jonkun toisen opiskelijan kanssa.

Aineistosta tulevia aiheita on perusteltua tarkastella kokonaisuutena. En koe eettisesti sopivaksi tehdä tulkintoja yhden perheen elämänlaadusta yhden lyhyen haastattelun perusteella. Aineiston käsitteleminen kokonaisuutena turvasi osaltaan myös sen, että

perheiden anonymiteetti säilyi aineistoa esitellessä. Haastateltavat luultavasti tunnistavat itsensä sitaateista, joita käytin tulosten esittelyn tukena. Sitatit auttoivat tuomaan esiin perheiden kokemuksia ja lisäävät tutkimuksen luotettavuutta. Haastateltavien yksityisyyden suojaaminen on tärkeä asia tutkimusprosessissa aina. Koen, että arkaluontoisten asioiden kuten terveyteen tai talouteen liittyvien asioiden yhteydessä tämä korostuu entisestään. Pohdin opinnäytetyön prosessin useassa vaiheessa aiheen arkaluontoisuutta ja mitä asioita on sopivaa kysyä haastattelussa. Teemahaastattelun luonne auttoi tässä, sillä pystyin kysymään asioista ensin laajemmin teeman kautta, jonka jälkeen haastateltava sai kertoa teemasta sen verran mitä koki sopivaksi. Tämän perusteella pystyin harkitsemaan minkälaisen jatkokysymysten esittäminen voisi olla sopivaa kenenkin haastateltavan kohdalla.

Tämän opinnäytetyön perusteella voin todeta, että perheiden tarpeita vastaava ruoka-apu voi olla hyvinkin merkittävä asia perheen elämänlaadun kannalta. Epävarmassa ja kuormittavassa elämäntilanteessa sillä voidaan saada aikaan paljon hyvää koko perheen kannalta. Ruoka-apu on hyvä keino tukea perheitä taloudellisissa haasteissa. Leijonaemot ry:n palvelu voisi sopia käytettäväksi myös muulloinkin kuin poikkeusoloissa tai koronaepidemian aikana. Sillä taloudelliset haasteet ja kuormittavat elämäntilanteet ovat osa erityislapsiperheiden arkea ja elämää myös muulloinkin. Palvelua voisi hyödyntää myös muiden lapsiperheiden tukemisessa ja auttamisessa, joissa on taloudellisia haasteita. Poikkeusolojen aikainen ruoka-apu kohdistui vahvasti lapsiperheisiin, joten mielestäni hyvä jatkotutkimuskohde voisi olla muidenkin ruoka-apua saaneiden perheiden kokemusten tutkiminen. Leijonaemot ry pystyy hyödyntämään tuloksia arvioidessaan ruoka-apupalvelu toimivuutta ja miten palvelun tavoitteet toteutuivat. Tulokset antavat myös mahdollisuuden kehittää palvelua. Tulokset antavat tietoa sosiaalialalle erityislapsiperheiden arjesta ja elämäntilanteista poikkeusolojen aikana sekä tietoa ruoka-avun merkityksestä perheiden tukemisen muotona.

## Lähteet

Aalto & Heinonen & Kantoluoto & Lehtomäki & Lähdemäki & Paganus & Lonka & Salonen (toim.). Leijonaemojen tarinat – kasvu erityislapsen vanhemmaksi. Helsinki: Leijonaemot ry.

Allardt, Erik 1976. Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Eronen, Anne & Hiilamo, Heikki & Ilmarinen, Katja & Jokela, Merita & Karjalainen, Pekka & Karvonen, Sakari & Kivipelto, Minna & Koponen, Erja & Leemann, Lars & Londén, Pia & Saikku, Peppi 2020. Sosiaalibarometri 2020. Helsinki: SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry. Saatavana osoitteessa: <<https://www.soste.fi/wp-content/uploads/2020/07/SOSTE-Sosiaalibarometri-2020.pdf>>. Luettu 31.7.2020.

EU:n ruoka-apu 2020. Ruokavirasto. Eu:n ruoka-apu yhteisön vähävaraisimmille. Päivitetty 3.8.2020. Saatavana osoitteessa <<https://www.ruokavirasto.fi/yhteisot/tuet-ja-kehittaminen/ruoka-apu/>>. Luettu 25.9.2020.

Faurie, Maija & Kalliomaa-Puha Laura 2010. Jääkaappi, osoite vai sukuside? — perheen määritelmä sosiaalilainsäädännössä. Teoksessa Hämäläinen, Ulla & Kangas, Olli (toim.): Perhepiirissä. Helsinki: Kelan tutkimusosasto. 28–61. Saatavana osoitteessa: <<https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/17471/Perhepiirissa.pdf?sequence=5&isAllowed=y>>. Luettu 29.9.2020.

Felce, David & Perry, Jonathan 1995. Quality of Life: Its Definition and Measurement. Research in Developmental Disabilities. 16 (1). 51–74. Saatavana osoitteessa: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7701092/>>. Luettu 2.10.2020.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena. 2010. Tutkimushaastattelu – Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Hyvä Joulumieli-keräys n.d. Suomen punainen risti. Keräykset ja kampanjat. Saatavana osoitteessa: <<https://www.punainenristi.fi/hyva-joulumieli>>. Luettu 28.9.2020.

Infektiotaudit ja rokotukset 2020. Karanteeni ja eristys. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Päivitetty 12.8.2020. Saatavana osoitteessa: <<https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/tarttumisen-ja-suojautuminen-koronavirus/karanteeni-eristys-ja-karanteenia-vastaavat-olosuhteet>>. Luettu 24.9.2020.

Kananen, Jorma 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä – Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylän Ammattikorkeakoulu. Jyväskylä: Suomen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print.

Karjalainen, Jouko & Lehtelä, Kirsi-Marja 2017. Luku 4. Sosiaaliturva, yhteisöapu, armeliaisuus – ruoka-apu? Teoksessa Hänninen, Sakari & Saikkonen, Paula (toim.): Hyvinvointi ylittää jälkensä. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 81–96.

Kaski, Markus (toim.) & Manninen, Anja & Pihko, Helena 2013. Kehitysvammaisuus. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Komulainen, Kati & Kivistö, Kati 2013. Perheen elämänlaatu allergian kuormittaessa arkea – 1–3 vuotiainen ruoka-allergisten lasten äitien kuvauksia. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti. Nr. 50. 163–175. Saatavana osoitteessa: <file:///Users/saaramarkkanen/Downloads/9336-Kirjoitus%20(sis%C3%A4lt%C3%A4en%20ydinasiat,tiivistelm%C3%A4t%20&%20asia sanat)-23966-1-10-20131217%20(1).pdf>. Luettu 14.1.2021

Kyrönlampi-Kylmänen, Taina 2010. Lapsen hyvä arki. Helsinki: Kirjapaja.

Laihia, Tuomo & Nick, Reetta 2020. Koronakriisin vaikutukset ruoka-apuun keväällä 2020. Ruoka-apu.fi. Saatavana osoitteessa: <https://ruoka-apu.fi/wp-content/uploads/2020/09/Koronakriisin-vaikutukset-ruoka-apuun\_Laihiala-ja-Nick-2020-1.pdf>. Luettu 12.1.2020.

Lehtelä, Kirsi-Marja & Kestilä, Laura 2014. Kaksi vuosikymmentä ruoka-apua. Teoksessa: Vaarama, Marja & Karvonen, Sakari & Kestilä, Laura & Moisio, Pasi & Muuri, Anu (toim.): Suomalaisten hyvinvointi 2014. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 270–281. Saatavana osoitteessa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125340/THL\_TEE022\_2014verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Luettu 28.9.2020.

Leijonapartio 2020. Leijonaemot ry. Päivitetty 2020. Saatavana osoitteessa: <https://leijonaemot.fi/tukea-perheille/tukea-perheille-2/>. Luettu 13.2.2020.

Leikkipuistoruokailu 2020. Helsingin Kaupunki. Palvelukeskus. Ruokapalvelut. Päivitetty 3.6.2020. Saatavana osoitteessa: <https://www.hel.fi/palvelukeskus/fi/Ateriapalvelut/leikkipuistoruokailu/>. Luettu 28.9.2020.

Lohiniva, Anna-Leena & Dub, Timothee & Hagberg, Lotta & Nohynek, Hanna 2020. COVID-19-stigman ja –karanteenin sekä eristyksen kokemuksia pääkaupunkiseudulla. Työpaperi 30/2020. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Helsinki. Saatavana osoitteessa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140342/URN\_ISBN\_978-952-343-542-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Luettu 14.1.2021.

Maslow Abraham 1970. Motivation and personality. New York: Harper & Row cop.

Määttä, Paula & Rantala, Anja 2016. Tavallisen erityinen lapsi – onnistuneen yhteistyön arvoitusta ratkomassa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Ohisalo, Maria 2014. Leipäjonon Suomi ja Eurooppa. Teoksessa: Ohisalo, Maria & Saari, Juho. Kuka seisoo leipäjonossa?. KAKS – Kunnallissalan kehittämissäitiö. 17–26. Saatavana osoitteessa: <<<https://kaks.fi/wp-content/uploads/2015/10/kuka-seisoo-leipajonossa.pdf>>. Luettu 28.9.2020.

Ohisalo, Maria 2014a. Kuka tahansa meistä? Sosioekonominen asema ruoka-avussa. Teoksessa: Ohisalo, Maria & Saari, Juho. Kuka seisoo leipäjonossa?. KAKS – Kunnallissalan kehittämissäitiö. 27–41. <<https://kaks.fi/wp-content/uploads/2015/10/kuka-seisoo-leipajonossa.pdf>>. Luettu 28.9.2020.

Osallistu toimintaan 2021. Leijonaemot ry. Saatavana osoitteessa: <<https://leijonaemot.fi/tukea-perheille-2/>>. Luettu 4.1.2021.

Perusopetuslaki 628/1998. Annettu 21.8.1998. Saatavana osoitteessa: <<https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628#L7P31>>. Luettu 28.9.2020.

Ravitseva ruoka kuuluu kaikille 2021. Venner. Saatavana osoitteessa: <<https://www.venner.fi/#miksi>>. Luettu 4.1.2021.

Remes, Meri 2020. Etäkoulun ruokakasseja jää noutamatta pahimmillaan sadoittain – ylijäämä lahjoitetaan ruoka-avulle. Yle. Julkaistu 6.5.2020. Saatavana osoitteessa: <<https://yle.fi/uutiset/3-11335769>>. Luettu 12.8.2020.

Rissanen, Pekka & Parhiala, Kimmo & Kestilä, Laura & Härmä, Vuokko & Honkatukia, Juha & Jormanainen, Vesa 2020. COVID-19- epidemian vaikutukset väestön palvelutarpeisiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen – nopea vaikutusarvio. Raportti 8/2020. Terveystieteiden tutkimuskeskus. Saatavana osoitteessa: <[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139694/URN\\_ISBN\\_978-952-343-496-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139694/URN_ISBN_978-952-343-496-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y)>. Luettu 22.9.2020.

Roos, Jeja-Pekka 1987. Suomalainen elämä – tutkimus tavallisten suomalaisten elämänkerroista. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura. Saatavana osoitteessa: <<https://helda.helsinki.fi/handle/10138/16232>>. Luettu 29.9.2020.

Ruokakassallinen tukea 2020. Leijonaemot ry. Päivitetty 2020. Saatavana osoitteessa: <[https://leijonaemot.fi/tietoa-jasenille/ruokakassi/?fbclid=IwAR2WBrbO8nQ8aNQK2\\_vWdUGz5TVTzNRZsmc0Opg6DZJCrXdipoxcDYxGnVU](https://leijonaemot.fi/tietoa-jasenille/ruokakassi/?fbclid=IwAR2WBrbO8nQ8aNQK2_vWdUGz5TVTzNRZsmc0Opg6DZJCrXdipoxcDYxGnVU)>. Luettu 25.4.2020.

Ruusuvuori, Johanna & Nikander, Pirjo 2017. Haastatteluaineiston litterointi. Teoksessa: Hyvärinen, Matti. Nikander, Pirjo & Ruusuvuori, Johanna (toim.): Tutkimushaastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino. 427–442.

Saari, Juho & Ohisalo, Maria 2014. Kuka seisoo leipäjonossa? Kunnallissalan kehittämissäitiö. Tutkimusjulkaisun-sarja julkaisu nro 83. Sastamala.

Saari, Salli 2003. Kuin salama kirkkaalta taivaalta – kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki: Otava.

Salonen, Anna-Sofia. 2016. Food for the soul or the soul for food : Users' perspectives on religiously affiliated food charity in a Finnish city. Väitöskirja. Teologinen tiedekunta. Helsingin yliopisto. Saatavana osoitteessa: <<http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-51-2396-1>>. Luettu 14.1.2021.

Socca - Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus 2012. Kuka käy leipäjonossa? — Pääkaupunkiseudun ruoanjakotutkimuksen tuloksia. Soccan työpapereita 2012:1. Socca - Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus. Saatavana osoitteessa: <[http://www.socca.fi/files/2432/Kuka\\_kay\\_leipajonossa\\_Paakaupunkiseudun\\_ruoanjakotutkimuksen\\_tuloksia\\_web.pdf](http://www.socca.fi/files/2432/Kuka_kay_leipajonossa_Paakaupunkiseudun_ruoanjakotutkimuksen_tuloksia_web.pdf)>. Luettu 28.9.2020.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2010. Joukkoruokailun kehittäminen suomessa -- Joukkoruokailun seuranta- ja kehittämistyöryhmän toimenpidesuositus. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2010: 11. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki. Saatavana osoitteessa: <[https://stm.fi/documents/1271139/1420943/SELV1011\\_Joukkoruokailu.pdf/9c027baa-df7c-4be3-ab5c-f5ce4c32b8c9](https://stm.fi/documents/1271139/1420943/SELV1011_Joukkoruokailu.pdf/9c027baa-df7c-4be3-ab5c-f5ce4c32b8c9)>. Luettu 28.9.2020.

Sosiaali- ja terveysministeriön ja työ- ja elinkeinoministeriön asettama ryhmä 2020. Hyvinvoinnin ja tasa-arvon vahvistaminen koronakriisin aikana ja sen jälkeen. Valtioneuvoston julkaisuja 2020:19. Sosiaali- ja terveysministeriö & Työ- ja elinkeinoministeriö. Saatavana osoitteessa: <[https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162283/VN\\_2020\\_19.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162283/VN_2020_19.pdf?sequence=1&isAllowed=y)>. Luettu 22.9.2020.

Tartuntatautilaki 1227/2016. Annettu Helsingissä 21.12.2016. Saatavana osoitteessa: <<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161227>>. Luettu 24.9.2020.

Tiedotteet 2020. Jokaiselle lapselle lounas-kampanja. Ensi- ja turvakotien liitto. Päivitetty 25.3.2020. Saatavana osoitteessa: <<https://ensijaturvakotienliitto.fi/jokaiselle-lapselle-lounas-kampanja/>>. Luettu 28.9.2020.

Tietoa yhdistyksestä 2020. Leijonaemot ry. Päivitetty 2020. Saatavana osoitteessa: <<https://leijonaemot.fi/yhdistys/>>. Luettu 2.3.2020.

Tilastot 2005. Tilastokeskus. Perhetilasto - laatuseloste. Päivitetty 10.5.2005. Saatavana osoitteessa: <[https://www.stat.fi/til/perh/2004/perh\\_2004\\_2005-05-10\\_laa\\_001.html](https://www.stat.fi/til/perh/2004/perh_2004_2005-05-10_laa_001.html)>. Luettu 29.9.2020.

Tukea lapsiperheille poikkeustilassa 2020. Kespro. Julkaistu 28.4.2020. Saatavana osoitteessa: <<https://www.kespro.com/ideat-ja-inspiraatiot/artikkelit/tukea-lapsiperheille-poikkeustilassa-keskolta-lahjoitus-me-saatiolle-ja-hope-ry-lle-ruoka-apuun>>. Luettu 4.1.2021.

Tukea perheille n.d. Lisätietoa avun jakamisesta. Pelastakaa Lapset. Saatavana osoitteessa: <<https://www.pelastakaaalapset.fi/tukea-lapsille-ja-perheille/evaita-elamalle-ohjelma/lisatietoa-avun-jakamisesta/>>. Luettu 28.9.2020.

Työ- ja elinkeinoministeriö 2020. Työllisyyskatsaus, huhtikuu 2020. Helsinki: Työ- ja elinkeinoministeriö. Saatavana osoitteessa: <[https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162258/TKAT\\_Huhti\\_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162258/TKAT_Huhti_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y)>. Luettu 23.9.2020.

Vaarama, Marja & Mukkila, Susanna & Hannikainen-Ingman, Katri 2014. Suomalaisten elämänlaatu nuoruudesta vanhuuteen. Teoksessa: Vaarama, Marja & Karvonen, Sakari & Kestilä, Laura & Moisio, Pasi & Muuri, Anu (toim.): Suomalaisten hyvinvointi 2014. Tampere: Terveystieteiden tutkimuskeskus. 20–39. Saatavana osoitteessa: <[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125340/THL\\_TEE022\\_2014verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125340/THL_TEE022_2014verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y)>. Luettu 2.10.2020.

Valtioneuvoston viestintäosasto 2020. Valtioneuvosto. Päivitetty 15.6.2020. Valmiuslain mukaisten toimivaltuuksien käytöstä luovutaan – poikkeusolot päättyvät tiistaina 16. kesäkuuta. Saatavana osoitteessa: <<https://valtioneuvosto.fi/-/10616/valmiuslain-mukaisten-toimivaltuuksien-kaytosta-luovutaan-poikkeusolot-paattuvat-tiistaina-16-kesakuuta>>. Luettu 25.9.2020.

Varhaiskasvatuslaki 540/2018. Annettu Helsingissä 13.7.2018. Saatavana osoitteessa: <<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540#Pidp446562032>>. Luettu 28.9.2020.

Veenhoven, Ruut 2000. The four qualities of life – Ordering concepts and measures of the good life. Journal Of Happiness Studies vol. 1. Saatavana osoitteessa: <[https://www.researchgate.net/publication/23545417\\_The\\_Four\\_Qualities\\_of\\_Life](https://www.researchgate.net/publication/23545417_The_Four_Qualities_of_Life)>. Luettu 2.10.2020.

Waldén, Anne 2006. ”Muurinsärkijät” Tutkimus neurologisesti sairaan tai vammaisen lapsen perheen selviytymisen tukemisesta. Väitöskirja. Sosiaalityön ja sosiaalipedagogiikan laitos. Kuopion yliopisto. Saatavana osoitteessa: <[file:///Users/saaramarkkanen/Downloads/urn\\_isbn\\_951-27-0507-9%20\(1\).pdf](file:///Users/saaramarkkanen/Downloads/urn_isbn_951-27-0507-9%20(1).pdf)> Luettu 14.1.2021.

World health organization 1998. WHOQOL User Manual. Programme on mental health, Saatavana osoitteessa: <[file:///Users/saaramarkkanen/Downloads/WHO\\_HIS\\_HSI\\_Rev.2012.03\\_eng%20\(1\).pdf](file:///Users/saaramarkkanen/Downloads/WHO_HIS_HSI_Rev.2012.03_eng%20(1).pdf)>. Luettu 18.1.2021.

## Haastattelukutsu

Hei,

Olen sosionomiopiskelija Saara Markkanen Ammattikorkeakoulu Metropolista ja teen tällä hetkellä opinnäytetyötä, jonka yhteistyötahona toimii Leijonaemot ry. Opinnäytetyöni aihe kohdistuu Leijonapartion ruokakassi-palveluun.

Opinnäytetyössäni tutkin sitä, millainen merkitys saadulla ruoka-avulla oli perheiden elämänlaatuun poikkeusolojen aikana?

Vastauksia ei tulla julkaisemaan opinnäytetyössä kokonaisuudessaan, vaan niiden pohjalta tehdään analyysi ilmenneiden teemojen pohjalta.

Kaikki haastattelut nauhoitetaan aineiston analysointia varten. Nauhoitteet hävitetään asianmukaisesti tutkimuksen valmistuttua. Haastattelujen aineisto anonymisoidaan, eli kaikkien perheiden yksityisyyttä suojellaan läpi koko tutkimusprosessin.

Haastattelu tehdään etäyhteyden välityksellä ja voitte valita itse, haluatteko haastattelun video- vai äänipuheluna. Leijonaemot ry toimii yhteyshenkilönä haastattelun aikoja varatessa.

Haastattelun kesto on noin **20–30 minuuttia** ja siihen saa osallistua yksi tai molemmat perheen huoltajista. Haastattelut järjestetään **15.–25. lokakuuta 2020**. Tarkka päivä ja kellonaika sovitaan, kun olette ilmoittautuneet mukaan.

Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa tietoa Leijonaemot ry:lle ruokakassi-palvelusta, siitä millainen merkitys palvelulla oli sitä saaneiden perheiden elämänlaatuun koronaepidemian aiheuttaman kriisin keskellä keväällä 2020. Leijonaemot ry voi myös käyttää opinnäytetyötä hakiessaan mahdollista jatkorahoitusta ruokakassi-palvelulle sekä kehittäessään ruokakassi-palvelua.

Raportoin opinnäytetyön prosessista ja tuloksista Leijonaemot ry:n blogissa. Valmis opinnäytetyö julkaistaan Theseus-tietokannassa.

Kerron mielelläni lisätietoja opinnäytetyöhön liittyvissä kysymyksissä.

Ystävällisin terveisin

Saara Markkanen  
Sosionomiopiskelija  
Ammattikorkeakoulu Metropolia  
xxxxxxx@metropolia.fi



*Leijonaemot*<sup>®</sup>



## Haastattelurunko

### POIKKEUSOLOT

- Arki
- Lasten koulu ja päivähoito
- Työtilanne
- Taloudellinen tilanne
- Karanteeni tai eristys

### RUOKA-APU

- Sisältö
- Oikea-aikaisuus
- Määrä
- Monta kertaa perhe sai ruoka-apua

### ELÄMÄNLAATU

- Henkinen
- Fyysinen