

Emma Heikkinen & Tommi Karppanen

**LAPSEN SELVIITYMINEN VANHEM-
PIEN ERON JÄLKEEN**
Kirjallisuuskatsaus

Opinnäytetyö

Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto

Sairaanhoidajakoulutus

2025



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tutkintonimike	Sairaanhoitaja (AMK)
Tekijät	Emma Heikkinen & Tommi Karppanen
Työn nimi	Lapsen selviytyminen vanhempien eron jälkeen
Toimeksiantaja	Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu
Vuosi	2025
Sivut	33 sivua, liitteitä 14 sivua
Työn ohjaaja	Sari Engelhardt

TIIVISTELMÄ

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää, miten vanhempien ero voi vaikuttaa lasten selviytymiseen negatiivisesti ja mikä edistää lasten selviytymistä siitä. Opinnäytetyön tavoitteena oli koota tutkimustietoa, jonka pohjalta lapsia voidaan tukea vanhempien erosta selviytymisessä.

Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Opinnäytetyöhön valikoitui 16 englanninkielistä tutkimusta yhdeksästä eri maasta. Valittu tutkimusaineisto analysoitiin aineistolähtöisesti laadullisen sisällönanalyysin avulla. Tutkimusaineiston pohjalta muodostettiin viisi teemaa: “mielenterveys- ja tunneongelmat”, “somaattiset oireet”, “käyttäytyminen”, “sosiaaliset suhteet ja elinolosuhteet”, sekä “kommunikaatio ja coping-keinot”.

Tulosten mukaan vanhempien ero voi aiheuttaa lapsille erilaisia mielenterveys- ja itsetunto-ongelmia, lisätä ylipainoa ja uniongelmia, lisätä lasten ongelmakäyttäytymistä sekä heikentää lasten koulunkäyntiä ja sosiaalisia suhteita. Lasten selviytymistä edisti positiivinen vanhemmuus sekä muu sosiaalinen tuki, riittävä tiedon saanti avioeroon liittyen sekä erilaiset coping-keinot. Myös erilaiset taustatekijät, kuten vanhempien sosioekonominen asema sekä vanhempien välisen konfliktin voimakkuus, nähtiin joko selviytymistä tukevana tai heikentävänä tekijänä. Koska tuloksista ilmeni useita tekijöitä, jotka vaikuttavat lasten selviytymiseen vanhempiensa erosta, tutkimuskysymyksiä tulisi rajata tarkempien ja kattavampien tulosten saamiseksi esitetyille teemoille.

ASIASANAT: lapsi, selviytyminen, eroaminen

Degree title	Nursing
Author	Emma Heikkinen & Tommi Karppanen
Thesis title	Children's coping mechanisms after separation of parents
Commissioned by	South-Eastern Finland University of Applied Sciences
Time	2025
Pages	33 pages, 14 pages of appendices
Supervisor	Sari Engelhardt

ABSTRACT

The purpose of this bachelor's thesis was to study how parental separation can negatively affect children's coping and what factors promote it. The aim was to gather research data that can be used to promote children's coping of parental separation.

This bachelor's thesis was carried out as a descriptive literature review. Sixteen studies from nine different countries were selected for this thesis. The selected research material was analyzed in a data-driven manner using qualitative content analysis. Five themes were formed based on the research data: "mental health and emotional problems", "somatic symptoms", "behavior", "social relationships and living conditions", and "coping skills and communication".

According to the results, parental divorce can cause various mental health and self-esteem problems in children, increase overweight and sleep problems, increase children's problem behavior, and weaken children's school attendance and social relationships. Positive parenting and other social support, sufficient access to information about divorce, and various coping methods contributed to children's coping. Various background factors, such as the parents' socio-economic status and the intensity of conflict between parents, were also seen as either supporting or weakening factors for coping. As the results indicated various factors affecting children's coping in parents' divorce, the research questions should be tailored and narrowed down to obtain more detailed and in-depth results on the outlined themes.

KEYWORDS: child, coping, separation

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	LAPSI	6
3	SELVIYTYMINEN	7
4	VANHEMPIEN ERO	11
5	TARCOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	13
6	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	13
6.1	Kirjallisuuskatsaus menetelmänä.....	13
6.2	Kirjallisuuskatsauksen toteutus.....	14
6.3	Aineiston keruu	16
6.4	Aineiston analyysi	17
7	TULOKSET.....	18
7.1	Mielenterveys- ja tunneongelmat	18
7.2	Somaattiset oireet.....	19
7.3	Käyttäytyminen	20
7.4	Sosiaaliset suhteet & elinolosuhteet	20
7.5	Kommunikaatio ja coping-keinot	22
8	POHDINTA	23
8.1	Tulosten tarkastelu	23
8.2	Eettisyys ja luotettavuus	24
8.3	Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset	26
	LÄHTEET.....	28

LIITTEET

1 JOHDANTO

Vanhempien ero on merkittävä elämänmuutos, joka voi vaikuttaa lapsen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin monilla eri tavoilla (STM 2014). Vanhempien eron vaikutukset lapsen mielenterveyteen voivat olla pitkäkestoisia. Tutkimukset osoittavat, että nuoruudessa koetut psykososiaaliset haasteet, kuten vanhempien avioero, voivat johtaa pitkittyneisiin mielenterveysongelmiin sekä heikentää itsetuntoa. Lapsuudessa koetut epäsuotuisat perhesuhteet ovat yhteydessä myös aikuisuudessa ilmeneviin mielenterveysongelmiin, runsaampaan alkoholinkäyttöön, heikompaan sosioekonomiseen asemaan sekä ihmis- ja parisuhdevaikeuksiin. (THL 2024b.)

Valtaosa vanhemmista saa avioeron sattuessa sovittua lapsiaan koskevat järjestelyt keskenään, mutta toisinaan ero voi olla riitaisa ja johtaa huoltajuuskiistaan. Avioeroon liittyvät konfliktit voivat aiheuttaa lapselle voimakasta stressiä ja pahaa oloa, jolloin pitkittyneissä riitatilanteissa lapsi saattaa vanhempineen tarvita ulkopuolista tukea hyvinvointinsa säilyttämiseksi, mikä korostaa ennaltaehkäisevän mielenterveystyön merkitystä. (STM 2014; THL 2024a.) Avioeron tuomien haitallisten seurausten ehkäisemiseksi on olemassa sosiaalihuoltolain määräykset, jotka edellyttävät kasvatus- ja perheneuvonnan tarjoamista eronneiden perheenjäsenten tukemiseksi sekä eroa harkitseville. Tämä sisältää myös lapsen kehityksen, käyttäytymisen että tunne-elämän tukemisen silloin, kun huolta herää. (STM s.a.)

Avioeroperheiden tukeminen on ajankohtaista ja tärkeää, sillä Suomessa tehdään vuosittain merkittävä määrä avioeroja. Vuosina 2019–2023 Suomessa tapahtui yli 60 000 avioeroa (Tilastokeskus 2024). Lisäksi hallitusohjelmassa 2023 korostetaan mielenterveys- ja päihdeongelmien ehkäisyä sekä matalan kynnyksen perhepalveluiden kehittämistä, jotka huomioivat myös parisuhteiden ja vanhemmuuden tukemisen. Hallitusohjelmassa pyritään myös ehkäisemään pitkittyneitä huoltajuusriitoja sekä edistämään sovittelua lapsen edun mukaisesti. (Valtioneuvosto 2023.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, miten vanhempien ero vaikuttaa lapsen selviytymiseen negatiivisesti, sekä mikä edistää lasten selviyty-

mistä vanhempien erosta. Opinnäytetyön tavoitteena on koota aiheeseen liittyvää tutkimusmateriaalia ja tuottaa niiden pohjalta suomenkielistä tutkimustietoa, jota voidaan hyödyntää lasten tukemisessa vanhempien erosta selviytymisessä. Opinnäytetyössä hyödynnetään ajankohtaista tietoa ja lainsäädäntöä sekä tuodaan esiin keinoja, joilla voidaan edistää eroperheiden lasten selviytymistä haastavissa elämäntilanteissa. Opinnäytetyömme aiheen tutkimisesta on hyötyä työskenneltäessä lastensuojelun sekä psykiatrisen sairaanhoidon parissa. Aiheen valintaan vaikutti oma kiinnostuksemme mielenterveystyöstä, sekä halu tukea lapsia ja perheitä erilaisten elämänmuutosten keskellä. Opinnäytetyö on tehty yhteistyössä Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun kanssa.

Tässä opinnäytetyössä on käytetty tekoälyohjelmaa ChatGPT versio 4:ää. ChatGPT:lle on tarjottu tekijöiden valitsemaa ja tarkastamaa englanninkielistä lähdemateriaalia, jota ChatGPT on kääntänyt suomeksi. Tarkastimme käännöksen oikeellisuuden ja muokkasimme sitä selkeäkielisen kokonaisuuden luomiseksi. Tätä tekoälyn kääntämää tekstiä on käytetty lähteenä luvuissa 3 ja 7. Tekijät ottavat täyden vastuun teoksen sisällöstä.

2 LAPSI

Kielitoimiston sanakirjan (2024) antama määritelmä lapselle on *ihminen syntymästä murrosikään*. Ihmisen kasvu ja kehitys jakautuu eri ikäkausiin, ja murrosikää edeltävien ikävuosien 0–12 aikana voidaan puhua vauva-, taapero-, leikki- ja alakouluiästä. Tästä eteenpäin aletaan puhua nuoruudesta, jonka voidaan katsoa kestävän ikävuodet 12–18 jälkinuoruuden jatkuen vielä pidemmälle. Ikä- ja kehitysvaiheet menevät hieman päällekkäin ja esimerkiksi murrosiän fyysiset sekä psyykkiset muutokset voivat alkaa jo ikävuosina 9–12 esimurrosiässä. (Korhonen 2021.)

Tämä tarkoittaisi lapsena olon ikävaiheen sijoittuvan määritelmällisesti ikävuosiin 0–12, nuoruuden ollessa oma, lapsuudesta erillinen, ikävaiheensa. Lääketieteessä lapset, nuoret ja aikuiset erotellaankin toisistaan biologisen kypsyys- ja ikäryhmiin liittyvien sairauksien ja niihin käytettävien hoitomenetelmien mukaan. Lapset nähdään aikuisista erillisinä niin psykologisen kehitysvaiheen kuin myös yhteiskunnallisen aseman näkökulmasta. (Hohti 2013.)

Toisin kuin edellä mainitut määritelmät, Yhdistyneet kansakunnat (s.a.) määrittelevät lapsiksi kaikki alle 18-vuotta täyttäneet ihmiset. Suomen lastensuojelulaki puolestaan määrittelee lapsen alle 18-vuotiaaksi ja nuoren 18–22-vuotiaaksi (Lastensuojelulaki 28.12.2023/1283, 6. § mom 1). Tämä monimutkaistaa lapsen määrittelemistä ja laajentaa termin kuvaamaan edellä mainittua määritelmää laajempaa väkijoukkoa.

Sanojen merkitys vaihtelee kontekstin mukaan. Esimerkiksi väestötietojen tilastoinneissa *lapsella* voidaan tarkoittaa biologisia-, adoptoituja sekä muuten laillisesti vahvistettuja lapsia, kuten toisen puolison lasten vahvistamista uuden kumppanin lapsiksi laillisen perhesuhteen saamiseksi (Tilastokeskus s.a.). Tässä kontekstissa lasten iällä ei siis olisi mitään merkitystä lapsen määritelmän kannalta. Ottamalla henkisen kypsyyden mukaan lapsen määritelmään, hämärtyy lapsen käsite entisestään.

Nykypäivänä lapsi määritellään yleisesti alle 18-vuotiaaksi ihmiseksi, ellei laissa ole erikseen toisin määritely. Eri maissa ja kulttuureissa lapsen määritelmä voi kuitenkin vaihdella. Kaikki yli 18-vuotiaat eivät myöskään kykene suoriutumaan aikuisena olemisen roolista, koska heiltä puuttuu elämäkokemusta ja tiedostavuutta, joilla tehdä oikeita päätöksiä. Henkisen aikuisuuden puute asettaa kysymyksen siitä, voiko lasta ylipäätään määritellä pelkästään iän perusteella. (Vaghri, ym. 2022; Najeeb 2020.) Historiallisesti täysin vapaa lapsuus päättyi Suomessa noin viiden vuoden iässä, kun lapsia tarvittiin auttamaan erilaisissa maatalan töissä, ja rippikouluikään mennessä lapsuuden voitiin todeta olevan kokonaan ohi (MyHeritage blogi 2022).

Lapsen määritelmälle löytyy siis useita eri näkökulmia murrosikää edeltävästä ikävaiheesta, lailliseen täysikäisyyteen, kuin myös aikuisuuteen riittämättömästä henkisestä kypsyydestä sekä aikuisista konkreettisesti eroavaan yhteiskunnalliseen asemaan asti. Tässä opinnäytetyössä määrittelemme lapsen alle 18-vuotiaaksi henkilöksi.

3 SELVIYTYMINEN

Selviytyminen tarkoittaa kykyä ja prosessia suoriutua vaikeista tai haastavista tilanteista. Selviytyminen voi olla fyysistä, psykologista, sosiaalista tai niiden

yhdistelmiä. Tämä voi tarkoittaa selviytymistä esimerkiksi luonnonkatastrofeista, sosiaalisista tai taloudellisista kriiseistä, kuin myös henkilökohtaisista ongelmista. Erilaiset resurssit ja toimintatavat, kuten sosiaalinen tuki, ongelmanratkaisukyky sekä sopeutuminen, voivat tukea onnistunutta selviytymistä. (Selviytyminen s.a.) Tässä opinnäytetyössä lasten selviytymistä tarkastellaan psyykkisen ja sosiaalisen selviytymisen näkökulmasta.

Yksinkertaisimmillaan selviytyminen, *survival*, voi tarkoittaa elävän olennon tai asian eloonjääntä tai olemassaolon säilyttämistä (Cambridge Dictionary: Survival s.a.). Selviytymistä edistää yksilön toimintakyky, mikä tarkoittaa ihmisen fyysisiä, psyykkisiä, sekä sosiaalisia edellytyksiä selviytyä arjen välttämättömistä toiminnoista omassa elinympäristössään. Fyysisen toimintakyvyn lisäksi onnistunut elämäntapa, psyykinen hyvinvointi sekä vuorovaikutustaidot oman sosiaalisen verkoston ja yhteiskunnan kanssa lisäävät yksilön kykyä selviytyä arjen haasteista ja kriiseistä. (THL 2023.)

Eloonjäännin lisäksi selviytyminen, *coping*, voi tarkoittaa myös elämäntapaa, jaksamista, sekä selviytymis- tai hallintakeinoja. *Coping*-sanalla selviytyminen voidaan määritellä yksilön kykyä vastata haasteisiin, sekä mekanismeina, jota yksilö käyttää sopeutuakseen ympäristön vaatimuksiin muuttamatta omia tavoitteita tai suunnitelmia. (Suomisanakirja: selviytyminen s.a.)

Selviytyminen sisältää yksilön ajatukset ja toiminnot, joiden tavoitteena on vähentää stressin negatiivisia vaikutuksia ja palauttaa hänet aiempaan stressittömään fyysiseen sekä psyykkiseen tilaan. Selviytyminen, *coping*, on keskeisessä asemassa esimerkiksi kivunhallinnassa, koska se määrittää, pystyvätkö ihmiset elämään hyvin kivun kanssa, jatkamaan toimintaansa ja säilyttämään hyvän elämänlaadun pitkäkestoisesta kivusta huolimatta. (Malpus 2019.)

Lazaruksen mukaan stressi, tunteet ja selviytyminen ovat kokonaisuutena vahvassa yhteydessä toisiinsa. Ihminen joutuu arvioimaan kunkin tapahtuman merkityksen itselleen, mitä tilanteelle voi tehdä, sekä miten siihen reagoi. Stressaavissa tilanteissa yksilön on arvioitava mahdollisia selviytymiskeinojaan ja päätettävä, mitkä valitsee ja miten ne toteuttaa. Tilanteen mukaan yksilö voi joutua pohtimaan muun muassa oman toiminnan muuttamisen tarpeellisuutta tai kannattavuutta, oikeaa hetkeä toimia, mitä tilanteelle voi tehdä,

omien kykyjen arviointia, vaihtoehtojen vertailua sekä erilaisten vaihtoehtojen seurauksia. Selviytymiskeinoja on usein muutettava tilanteen edetessä, joidenkin päätösten ollen tietyn pisteen jälkeen peruuttamattomia. (Lazarus 2006, 37, 77–78.) Tapa, jolla henkilö selviytyy missä tahansa tilanteessa, riippuu monista eri tekijöistä, kuten aikaisemmista kokemuksista, uskomuksista, biologisista tarpeista, sosiaalisesta ympäristöstä sekä kulttuurisista normeista (Malpus 2019).

Stressaavista tilanteista voi yrittää selviytyä monella eri tavalla. Erilaiset rentoutumisharjoitukset, harrastukset, terveelliset elämäntavat, luonnossa liikkuminen sekä taukojen pitäminen voivat olla hyviä keinoja ahdistuksen lievittämiseen. Myös avun pyytäminen tai negatiivisten tunteiden hallittu purkaminen esimerkiksi luotettavan kuuntelijan tai ammattilaisen kanssa, voivat auttaa sekä konkreettisen että henkisen helpotuksen saamiseksi. Samoin huumori voi olla toimiva keino tauottamaan huolestuttavien asioiden aiheuttamaa kuormitusta. Korkean kuormituksen tilanteissa myös periksi antaminen, voi toimia stressiä vähentävästi. (Linder-Sternart ym. 2021, 8–9.)

Folkman ym. (1986, 996) nimesivät kahdeksan eri selviytymiskeinoa, joita ihmiset käyttävät selviytyäkseen erilaisista stressaavista tilanteista. Näitä ovat:

Kohtaava selviytyminen, *confrontive coping*, eli yksilön aktiivinen toimiminen stressin vähentämiseksi tai ongelman kohtaamiseksi.

Etäännyttäminen, *distancing*, eli ongelmien vähättely, stressin aiheuttajan sivuuttaminen ja huomion kiinnittäminen muihin asioihin, tai yritys unohtaa koko asia.

Omien tunteiden tukahduttaminen, *self-controlling*, jolloin yksilö pyrkii salaamaan tunteensa tai ongelmansa, sekä estämään niitä vaikuttamasta liikaa muihin asioihin.

Sosiaalisen tuen hakeminen, *seeking social support*, johon voi sisältyä avun pyytäminen toisilta, sekä myötätunnon saaminen.

Vastuun ottaminen, *accepting responsibility*, joka voi näyttäytyä itsensä kriitisointina, oman syyllisyytensä asioiden kulkuun tunnistamisena, sekä anteeksi-pyyntönä tai asian hyvittämisenä.

Pakeneminen ja välttely, *escape-avoidance*, joka näyttäytyy ongelman välttelynä, tilanteen ohi menemisen toivomisena, fantasiointina ja toiveikkuutena asioiden lopputuloksesta, yrityksenä parantaa omaa oloa ruoalla tai päihteillä, ihmisten välttelynä, tapahtuneen kieltämisenä, muiden syyttämisenä, tai nukkumalla enemmän kuin yleensä.

Suunnitelmallinen ongelmanratkaisu, *planful problem-solving*, joka sisältää toimintasuunnitelman kehittämisen ja sen tietoisien toteuttamisen.

Positiivinen uudelleenarviointi, *positive reappraisal*, johon kuuluu kasvaminen ihmisenä, uuden näkökulman löytäminen ja itsensä muuttaminen.

Selviytymiskeinoja on luokiteltu myöhemmin muillakin tavoilla, kuten Malpusin (2019) tekemä selviytymisstrategioiden jako aktiivisiin ja passiivisiin strategioihin; tunne- ja ratkaisukeskeisiin strategioihin; välttelyyn ja huomion kiinnittämiseen liittyviin strategioihin; sekä sopeutuviin ja sopeutumattomiin strategioihin. Näiden lisäksi Malpus luokittelee katastrofoinnin, *catastrophizing*, omaksi, liioitellun negatiiviseksi selviytymistrategiakseen.

Strategiat eivät ole kiinteästi vain positiivisia hyvinvoinnin kannalta, vaan on myös negatiivisia selviytymisstrategioita, sekä strategioita, jotka ovat hyödyllisiä lyhyellä aikavälillä, mutta jotka aiheuttavat pitkällä aikavälillä enemmän haittaa. Esimerkiksi ongelmaan keskittyminen ja aktiivisen vastuun ottaminen esimerkiksi kivun hallinnasta tai hyvästä elämästä edistävät aktiivisesti hyvinvointia, kun taas passiivisuus, liiallinen lepo ja sosiaalinen eristäytyminen voivat johtaa mielialan ja toimintakyvyn heikkenemiseen. Välttelykäyttö ja häiriötekijöiden käyttäminen voivat olla hetkellisesti hyviä keinoja akuutin stressin lievittämiseen, mutta pidemmällä aikavälillä ne liittyvät suurempaan kärsimykseen, mikäli niitä käytetään liikaa aktiivisten strategioiden kustannuksella. Yleisesti aktiiviset, ongelmanratkaisuun keskittyvät strategiat liittyvät parempiin fyysisiin ja psykologisiin tuloksiin. (Malpus 2019.)

Stressireaktioita voi vähentää ongelmiin keskittyvillä selviytymiskeinoilla, muuttamalla yksilön ja ympäristön välistä suhdetta konkreettisesti, tai kognitiivisilla selviytymiskeinoilla, joilla muutetaan omaa suhtautumista stressireaktion aiheuttajaan arvioimalla se uudelleen. Uhkaa uudelleen arvioitaessa muutamme tunteitamme antamalla stressaavalle tilanteelle uuden merkityksen, uuden ja positiivisemmän näkökulman avulla. Tilanteen uudelleenarviointi on tehokas tapa selviytyä stressaavasta tilanteesta ja lievittää siitä syntynyttä ahdistusta. Tosiasioihin perustuva tilanteen uudelleenarviointi eroaa todellisuuden kieltämisestä ja on voimakas keino hallita haitallisia tunteita. (Lazarus 2006, 116.)

Yksilön näkökulma vaikuttaa siis merkittävästi tilanteen arvioituun uhkaan. Tämän lisäksi yksilön kehitysvaihe vaikuttaa myös tämän kykyyn arvioida stressaavia tilanteita, hallita tunteita ja käyttää selviytymistekniikoita, mahdollisesti vielä kehittyvien kognitiivisten- sekä motivaatioprosessien vuoksi. Näin ollen lasten ei voida olettaa selviytyvän erilaisista stressitilanteista samalla tavalla kuin aikuisten, vaan heidän kehitysvaiheensa sekä ymmärryksensä esimerkiksi elämästä ja sosiaalisista suhteista on huomioitava. (Lazarus 2006, 174.)

4 VANHEMPIEN ERO

Vanhempien ero tarkoittaa kahden aikuisen, joilla on yhteisiä lapsia, parisuhteen päättymistä. Ero voi olla avio- tai avoero (Avioeroon s.a.). Parisuhde voi päättyä eroon monesta syystä, niitä voi olla yksi, tai se voi olla monen syyn summa. Riski eroon kasvaa, jos parisuhteen ristiriidoista ei pystytä sopimaan. Suurin osa eroista liittyvät erilaisiin läheisyyden, kommunikaation, luottamuksen tai kunnioituksen ongelmiin. Lisäksi varsinkin nuorina naimisiin menneillä esiintyy paljon eroon kasvamista ihmisinä. Kolmantena suurena syynä voidaan pitää erilaisia tapoja ja toimia, kuten rahankäyttö tai kotitöiden tekeminen. Osa aiheutuneista eroista johtuu myös avioliitossa tai parisuhteessa olleesta väkivallasta, muusta pahoinpitelystä tai eriarvoisuudesta. (Litner 2022; Mielenterveystalo.fi s.a.)

Suomalaisen kulttuurin lähestymistapa avioeroon on hyväksyvä. Avioero koetaan verrattain hyvänä ratkaisuna, kun toinen vaihtoehto on toisen tai kumppanin kumppanin pysyminen suhteessa, joka ei toimi ja voi aiheuttaa konflikt-

teja. Avioeroa koskevat lait ovat Suomessa rakennettu helpottamaan avioeromenettelyjä ja tekemään niistä helposti lähestyttäviä ja yksinkertaisia parisunnille, jotka toivovat eroa. Laissa säädetyn jäsennellyn prosessin tarkoitus on antaa molemmille osapuolille mahdollisuus reiluun lopputulokseen avioeron käsittelyssä. (Avioeroon s.a.; Generis Global Legal Services 2024.)

Parisuhteen päättymistä voi ennakoida asumusero. Asumuserosta puhutaan, kun parisuhteessa olevat henkilöt päättävät muuttaa erilleen. Usein asumusero ennakoi avioeroa, jos vanhemmat ovat avioliitossa. Asumusero toimii avioeron harkinta-aikana, ja se usein päätetään viralliseen avioeroon. Jos puoliset ovat avioliitossa, ovat avioliiton tuomat edut sekä velvollisuudet, kuten elatusvelvollisuus, edelleen voimassa asumuseron aikana. (Aatos 2022).

Avioero määritellään avioliiton tai rekisteröidyn parisuhteen virallisena päättämisenä. Avioeron hakeminen tehdään virallisilla hakemuksilla, joka jätetään mahdollisten liitetiedostojen kanssa paikalliselle tuomioistuimelle. Avioero siis tarkoittaa avioliiton oikeudellista lopettamista. Se on prosessi, jossa aviopari purkaa avioliittonsa ja lopettaa aviomiehen ja vaimon väliset oikeudelliset velvoitteet ja vastuut. (Avioeroon s.a.; Tuomioistuinlaitos 2024.) Avioero ei välttämättä ole lopullinen päätös kahden ihmisen väliselle suhteelle, vaan suhde voi jatkua esimerkiksi ystävinä tai yhteisvanhemmuuden myötä (Avioeroon s.a.).

Pääasiallisia avioeron perusteita Suomessa ovat yhteisymmärryksessä tehdyt tai riitaiset avioerot. Yhteisymmärryksessä tehdyissä avioeroissa puoliset jättävät hakemuksen yhdessä ja prosessi on monesti nopeampaa ja yksinkertaisempaa. Riitaiset avioerot syntyvät toisen puolison aloitteesta, ja sisältävät monimutkaisempia oikeudenkäyntejä. Itse avioeroprosessi voidaan jakaa kahteen vaiheeseen: harkintavaiheeseen, joka kestää keskimääräisesti kuudesta kuukaudesta kahteen vuoteen asti, sekä lopulliseen avioeroon. (Avioeroon s.a.; Generis Global Legal Services 2024.) Joskus prosessi voidaan ohittaa, ja mennä suoraan lopulliseen avioeroon ilman harkinta-aikaa, jos osapuolet ovat olleet edeltävästi asumuserossa vähintään kaksi vuotta ennen hakemuksen tekemistä (InfoFinland s.a.; Tuomioistuinlaitos 2024). Prosessi voi myös venyä, jos lopullisen hakemuksen tekemisessä menee enemmän aikaa harkintaajan jälkeen (Avioeroon s.a.).

Jos avioeron ottaneilla on lapsia, avioeroprosessi mutkistuu aina. Mahdollisen omaisuuden jaon lisäksi, vanhempien tulee samassa prosessissa päättää lapsista koskevista asioista, kuten huoltajuudesta, asumisesta, tapaamisoikeudesta sekä mahdollisista elatusmaksuista. Jos avioero on rauhallinen, näistä asioista voidaan sopia jopa vain suullisesti, mutta usein tarvitaan kirjalliset oikeuden päätökset. Kaikista rankin avioero tilanne on avioero, jossa vanhemmat ovat riidoissa tai muussa konfliktitilanteessa. Lapselle vanhempien ero voi olla yksi isoimmista elämän kriiseistä, jonka käsittely voi viedä kauan. (Avioeroon s.a.; Tuomioistuinlaitos 2024.)

5 TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, miten vanhempien ero voi vaikuttaa lasten selviytymiseen negatiivisesti ja mikä edistää lasten selviytymistä vanhempien erosta. Tutkimuksen tavoitteena on koota yhteen aiheeseen liittyvää tutkimusmateriaalia, sekä tuottaa niistä suomenkielistä tutkimustietoa, jota voidaan hyödyntää lasten tukemisessa vanhempien erosta selviytymisessä.

Tutkimuskysymyksemme ovat:

1. Miten vanhempien ero voi vaikuttaa lasten selviytymiseen negatiivisesti?
2. Mitkä tekijät edistävät lasten selviytymistä vanhempien erosta?

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

6.1 KIRJALLISUUSKATSAUS MENETELMÄNÄ

Tämä opinnäytetyö on toteutettu kirjallisuuskatsauksena. Valitsimme kirjallisuuskatsauksen, koska olimme kiinnostuneita siitä, minkälaista tutkimusta aiheesta oli tehty. Tämän lisäksi valitsemastamme tutkimusaiheesta ei ole tehty paljonkaan tuoreita suomenkielisiä kirjallisuuskatsauksia.

Kirjallisuuskatsauksen varsinainen määritelmä on ”tutkimus tutkimuksesta”. Kirjallisuuskatsauksessa kootaan olemassa olevasta tiedosta ja tutkimuksista kokoelma, joita perustana käyttämällä voidaan tehdä uusia tutkimuksia muun

muassa puutteellisista näkökulmista. Kirjallisuuskatsaus jaetaan kolmeen eri päätyyppiin: kuvaileva kirjallisuuskatsaus, systemaattinen kirjallisuuskatsaus sekä meta-analyysit, mutta muita tapoja sekä erilaisia sekamuotoisia kirjallisuuskatsauksia on yhteensä lähes 40:tä. Katsauksen prosessiin kuuluu aihealueeseen liittyvien julkaisujen kokoaminen, kriittinen arviointi sekä syntetisointi. Kirjallisuuskatsauksen avulla on mahdollista tunnistaa aihealueen tutkimusaukkoja, luoda koottua teoreettista taustaa aiheesta sekä tukea aiheesta tehtyjä tutkimuksia. (Salminen 2023; Scribbr 2017; Scispace s.a.)

Kaikista kirjallisuuskatsauksien tyypeistä kuvaileva kirjallisuuskatsaus on eniten käytetty. Siinä ei ole liian tarkkoja rajoja tai sääntöjä ja aineistoja voi käyttää hyvin laajasti. Myös tutkimuskysymykset ovat monesti väljempää verrattuna systemaattiseen katsaukseen tai meta-analyysiin. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus voidaan jakaa kolmeen eri tyyppiin: narratiiviseen, kartoittavaan sekä integroivaan katsaukseen. Nämä kolme alatyyppeä voidaan sitten jakaa omiin alatyyppeihinsä. (Salminen 2023.) Tämä kirjallisuuskatsaus on toteutettu kuvailevana kirjallisuuskatsauksena.

Toisena kirjallisuuskatsauksen tyyppinä on meta-analyysi. Meta-analyysi voidaan jakaa kvalitatiiviseen eli laadulliseen sekä kvantitatiiviseen eli määrälliseen. Kvalitatiivinen voidaan tarkemmin jakaa metasynteesiin ja metayhteenvetoon. Viimeinen kirjallisuuskatsauksen tyyppi on systemaattinen kirjallisuuskatsaus. Se on tiivistelmä tietystä aiheesta tehdyistä tutkimuksista ja niiden olennaisimmista sisällöistä. (Salminen 2023.)

Kolmas kirjallisuuskatsauksen perustyyppi on systemaattinen kirjallisuuskatsaus. Siinä tutkimus tehdään systemaattisin vaihein, jotka kaikki tulee tarkasti avata työhön. Lähestymistapa systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa on hyvin järjestelmällinen koko kirjoitusprosessin ajan. Se sisältää tiukat kriteerit ja selkeästi määritellyt menetelmät. Sen tarkoituksena on usein vastauksien etsiminen tarkkaan. (Salminen 2023.; Scispace s.a.)

6.2 KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TOTEUTUS

Kirjallisuuskatsauksia on monta erilaista tyyppiä, mutta jokaisesta on eritelty viisi vaihetta. Näistä ensimmäinen on katsauksen tarkoituksen sekä tutkimus-

ongelman määrittäminen. Tutkimusongelma tai -ongelmat tulee määrittää mahdollisimman aiheeseen sopivaksi ja tarpeellisen laajaksi, jotta aineistoa ei tule liian vähän tai liian paljon. (Stolt 2016; Scispace s.a.)

Kirjallisuuskatsauksen ensimmäisessä vaiheessa tehty alustava haku vaikuttaa toisen vaiheen fokukseen. Toinen vaihe on tarkempi haku, jonka aikana tehdään myös hakutuloksista löytyneiden aineistojen valintaa. Tässä haussa tulee muistaa asetetut kriteerit sekä omat tutkimusongelmat, koska tämä vaihe on luotettavuuden kannalta riskialtis. Hakuprosessiin vaikuttaa kirjallisuuskatsauksen tyyppi sekä aihe. Tässä vaiheessa on hyvä myös tehdä lista avainsanoista, joita käyttää hakuprosessissa. (Stolt 2016; Scribbr 2017; Scispace s.a.)

Kun tarvittava aineisto on kerätty, alkaa kirjallisuuskatsauksen kolmas vaihe, joka on kerättyjen tutkimusten arviointi. Tässä vaiheessa kerätty aineisto arvioidaan omien kriteerien sekä luotettavuuden ja aineiston sisältämän tiedon mukaisesti. Arviointia tehdessä tulee huomioida aineiston vastaavuus omaan aiheeseen. Lisäksi valikoitunut kirjallisuus kannattaa luokitella oman aiheen mukaisesti laadun tai olennaisuuden kautta. (Stolt 2016; Scribbr 2017; Scispace s.a.)

Neljäs vaihe kirjallisuuskatsauksessa on aineiston analyysi ja synteesi. Tässä vaiheessa järjestellään tutkimusten tuloksia ja luodaan niistä yhteinen konsepti. Lisäksi tässä vaiheessa on hyvä pistää muistiin löydetty tutkimusaukot. Aineiston analyysi itsessään voidaan jakaa kolmeen omaan vaiheeseen, mitkä helpottavat analyysin suorittamista. (Stolt 2016; Scispace s.a.)

Kirjallisuuskatsauksen viides sekä viimeinen vaihe on tulosten raportointi. Tässä vaiheessa muut vaiheet tulisi olla tehtynä ja rakennettuna tukemaan tulosten antamaa materiaalia. Tulosten raportoinnissa katsaus pyritään kirjoittamaan sen lopulliseen muotoonsa, ja siitä tulee varmistaa, että se sisältää kaikki katsauksessa tarvittavat osat. Tulosten raportointi tulee sisältää kootun tekstin tärkeimmät pointit, sekä mahdollisia ehdotuksia tulevaisuuden tutkinta-aiheisiin, pohjautuen löydettyihin tutkimusaukkoihin. (Stolt 2016; Scispace s.a.)

6.3 AINEISTON KERUU

Aineiston keruu aloitettiin aiheeseen liittyvien tutkimusten etsinnällä. Samalla määrittelimme käyttämämme hakusanat. Hakusanoiksi muodostuivat “child”, “children”, “divorce”, “coping”, “negative effect”, “adolescents”, “education”, “parental separation”, “family structure”, “coparenting”, “family”, “youth”, “online program”, “physical health”, “post-divorce”, “well-being” ja “former spouses”. Käytimme näitä hakusanoja erilaisina yhdistelminä hakiessamme tutkimuksia.

Etsimme tutkimuksia Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun kirjaston Kaakurin kautta päästyihin luotettaviin hakukoneisiin, joita olivat ERIC, Sage Journals, Sciencedirect, BMJ Journals, PubMed sekä hakukoneesta Taylor&Francis. Varmistimme haun laajuuden kokeilemalla mahdollisimman monesta hakukannasta sekä käyttämällä myös vieraskielisiä hakukoneita. Suomenkielisistä hakukoneista, kuten Medicistä, emme löytäneet aiheeseen liittyviä ajankohtaisia ja sisäänottokriteerejä vastaavia tutkimuksia. Tutkimuksia valikoitui yhteensä 16 kappaletta. Kaikki valitsemamme tutkimukset olivat englanninkielisiä, joten pyrimme suomentamaan ne mahdollisimman tarkasti. Käännöstyössä hyödynsimme tekoälyä ChatGPT versio 4:ää, jolle syötimme valitsemamme tutkimusmateriaalia, jonka tekoäly käänsi englannista suomeksi. Tämän jälkeen luimme suomennokset, vertasimme niitä alkuperäisiin tutkimuksiin ja korjasimme suomennoksen sanavalintaa aina kun arvioimme tekoälyn käännöksen harhaanjohtavaksi.

Työn aineistonkeruun alkaessa määrittelimme valinta- ja poissulkukriteerit. Valintakriteereiksi valitsimme: julkaisut, jotka on tehty vuonna 2020 ja sen jälkeen, lapsia käsittelevät tutkimukset, tutkimuksen alkuperäiskielen oleminen joko suomi tai englanti, sekä julkaisun avoin saatavuus. Pois rajattiin tutkimukset, jotka oli tehty ennen vuotta 2020, tutkimukset, eivät käsitelleet lapsia, muun kuin suomen tai englanninkieliset tutkimukset ja julkaisut, jotka eivät olleet avoimesti saatavilla. (Taulukko 1.)

Taulukko 1. Valinta- ja poissulkukriteeritaulukko

Valintakriteerit	Poissulkukriteerit
Tutkimus on julkaistu vuonna 2020 tai sen jälkeen	Tutkimus on julkaistu ennen vuotta 2020
Lapsia käsittelevät tutkimukset	Tutkimukset, jotka eivät käsittele lapsia
Suomen- tai englanninkielinen tutkimus	Muun kuin suomen- tai englanninkielinen tutkimus
Avoimesti saatavilla	Ei avoimesti saatavilla

6.4 AINEISTON ANALYYSI

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa aineistoa analysoidaan laadullisesti. Laadullinen analyysi tarkoittaa aineiston tiivistämistä ja jalostamista. Siihen liittyy vahvasti tulkintamainen ominaisuus ja olennaista on kysyä itseltään, mitä aineisto sisältää sekä mistä se kertoo. (Vuori 2021.) Laadullista sisällönanalyysiä voidaan tehdä deduktiivisesti eli teoriaan pohjautuen tai induktiivisesti eli aineistoon pohjautuen. Induktiivinen sisällönanalyysi on prosessi, jossa kerätystä datasta kehitetään johtopäätöksiä yhdistämällä uutta tietoa teorioiksi. Tutkija analysoi tekstiä avoimin mielin löytääkseen aiheita, jotka vastaavat tutkimuskysymyksiin. (Bengtsson 2016.) Tämä kirjallisuuskatsaus on toteutettu aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.

Laadullisen tutkimuksen analyysin perinteisiä välineitä ovat teemoittelu, koodaaminen ja tyypittely. Analyysin teko jatkuu läpi koko työn teon. Siihen kuuluu useita eri vaiheita, kuten aineistoon tutustuminen, tekninen käsittely, kuten koodaaminen tai litterointi, sekä valmiin aineiston erittely ja tulkinta. (Vuori 2021.) Tässä opinnäytetyössä käytimme teemoittelua tutkimustulosten erittelyyn.

Analyysiprosessi aloitettiin jo oikeanlaisia tutkimuksia etsiessä. Laadimme ensin tutkimuskysymykset, joihin nojaten etsittiin tutkimuksia, jotka vastaisivat niihin. Löydettyämme sopivia lähteitä, luimme tutkimukset läpi ja alleviivasimme tutkimuskysymyksiin vastaavat tutkimustulokset. Alleviivattujen tutki-

mustulosten perusteella jouduimme muokkaamaan ensimmäistä tutkimuskysymystä sopimaan paremmin saatuihin tutkimustuloksiin. Tämän vaiheen aikana karsittiin muutama tutkimus samalla kun uusia tutkimuksia lisättiin. Valittujen lähteiden pohjalta muodostimme tutkimuksessa käytettävän teoriataustan. Tutkimustulokset eroteltiin tutkimuskysymyksittäin ja teemoiteltiin esiinousseiden aihealueiden perusteella. Teemoiksi valikoituivat “mielenterveys- ja tunneongelmat”, “somaattiset oireet”, “käyttäytyminen”, “sosiaaliset suhteet ja elinolosuhteet” sekä “kommunikaatio ja coping-keinot”.

7 TULOKSET

7.1 Mielenterveys- ja tunneongelmat

Zhao ym. (2023, 5–7) totesivat vanhempien avioeron voivan alentaa nuoren itsetuntoa ja altistaa epäsuorasti masennukselle alentuneen itsetunnon kautta, etenkin jos nuori on kohdannut paljon negatiivisia elämäntapahtumia. Eron jälkeinen vanhempien välinen konflikti on yhteydessä lasten ja nuorten kokeman hylkäämisen pelon voimakkuuteen sekä muuhun sisäänpäin kohdistuvaan negatiiviseen käytökseen (O’Hara ym. 2021, 10).

Krasniqin ja Nerxhivanen (2023, 60) tutkimustulokset viittaavat vanhempien eron lisäävän lasten kokemaa ahdistuneisuutta. Eron jälkeen kohonnut vihamielisyys ja konflikti vanhempien välillä liittyivät tutkimuksessa lasten alhaisempaan minäpystyvyyteen sekä suurempaan ahdistuneisuuteen. Vanhempien piilottelematkin ja hienovaraiset konfliktit havaittiin voivan rasittaa lapsia jopa useita vuosia, jos heidän vanhempansa pysyvät konfliktissa eron jälkeen. (Bell ym. 2021, 11–12.) Nuoret, joiden vanhemmat olivat negatiivisessa kanssakäymisessä keskenään raportoivatkin eniten koettua masennusta ja ahdistusta (Rejaän ym. 2021, 1739). Mitä vakavampana lapset kokivat vanhempiensa välisen konfliktin ja kokemuksen vanhempiensa väliin jäämisestä, sitä alempi oli lasten kokema hyvinvointi (Sorek 2020, 5).

Vanhempien ero voi vähentää lasten hyvinvointia kokonaisvaltaisesti, etenkin jos vanhempien eron lisäksi lapsi kokee muitakin negatiivisia elämäntapahtumia. Lapsen ja vanhemman välisen konfliktin suuruus ennen avioeroa on yhteydessä lisääntyneisiin lapsen tunne-elämän ongelmiin avioeron jälkeen.

(Kleinschlömer & Krapf 2023, 4197.) Kleinschlömer ym. (2024, 458–459) havaitsivat lasten stressitason nousevan merkittävästi sen jälkeen, kun he kokivat muutoksen kahden vanhemman perheestä yksinhuoltajaperheeseen. Avioeron kokeneiden yksinhuoltajavanhempien lapsilla olikin tutkimuksessa enemmän mielenterveysongelmia kuin ehjillä perheillä tai eronneilla vanhemmilla, joilla oli yhteishuoltajuus lapseensa (Bergström ym. 2021, 3).

7.2 Somaattiset oireet

Nuoret, joiden vanhemmat olivat eronneet raportoivat enemmän terveysongelmia kuin nuoret, joiden vanhemmat olivat edelleen yhdessä (Karhina ym. 2023, 635). Myös painon nousun on havaittu yleistyvän avioerolapsilla. Lasten painoindeksillä on taipumus nousta erovuonna, ja se usein myös pysyy lähtötasoa korkeampana seuraavina vuosina. Etenkin lapsilla, joiden äiti on matalammin koulutettu, painoindeksin nousu ja suurentunut riski liikalihavuuteen ovat yleisiä vanhempien erovuonna. Vanhempien eron aiheuttamat terveysvaikutukset näyttävätkin esiintyvän voimakkaammin ihmisryhmillä, joilla on ennestään sosioekonomisia haasteita. (Tosi 2024, 6–7, 9.) Kleinschlömer ym. (2024, 456) havaitsivat yksinhuoltajaperheissä asuvilla lapsilla olevan korkeampi painoindeksi kuin uusperheissä asuvilla, mikä tukee taloudellisten haasteiden osuutta lasten painon nousuun.

Vanhempien liiton hajoamisen ja painoindeksin välinen pitkäaikainen yhteys näyttää olevan tyttölasten vetämää. Tyttöillä, joiden äidit ovat vähemmän koulutettuja, liikalihavuuden riski lisääntyy ja pysyy lähtötason yläpuolella vähintään kymmenen vuotta vanhempien erottua, kun taas pojilla, joiden vanhemmat ovat vähemmän koulutettuja, riski ylipainoon kasvaa lyhyellä aikavälillä ja palaa yleensä normaaliksi muutaman vuoden kuluttua. (Tosi 2024, 7.)

Painon nousun lisäksi vanhempien erolla voi olla vaikutusta lasten saamaan unen määrään. Turunen ym. (2021, 719) tutkivat avioerolasten unen saantia ja selvittivät avioerolasten raportoivan muun muassa myöhempiä nukkumaanmenoajoja kuin kahden vanhemman perheissä asuvat lapset, asumisjärjestelyistä riippumatta. Lisäksi kaikissa yhteishuoltajuuteen liittyvissä asumisjärjestelyissä olevat lapset ja nuoret raportoivat korkeammalla todennäköisyydellä

nukahtamisongelmia vähintään kaksi kertaa viikossa verrattuna kahden vanhemman tai yksinhuoltajaäidin kanssa asuviin. Puolestaan epätasapuolisesti vanhempien kanssa asuvat lapset kokivat todennäköisemmin viikonloppuisin muutoksia unirytmisissä ja nukkuivat vähintään kaksi tuntia myöhempään kuin arkipäivisin. Tällöin lapset ja nuoret raportoivat myös vähemmän mahdollisuuksia saada suositusten mukaista määrää unta, kuin molempien vanhempien kanssa asuvat.

7.3 Käyttäytyminen

Avioerolapset voivat olla avioeron takia tunnetasolla rikki, mikä vaikuttaa lasten käytökseen (Krasniqi & Nerxhivane 2023, 61). Etenkin eronneiden vanhempien välisen konfliktin nähtiin korreloivan positiivisesti lasten ulkoisesti ilmenevien ongelmien kanssa (O'Hara ym. 2021, 10). Tutkimuksessa avioeron kokeneilla lapsilla häiriökäyttäytymisen määrä lisääntyi merkittävästi verrattuna avioeroa edeltävään aikaan. Myös lasten kokema taloudellinen puute lisäsi lasten tunne- ja käyttäytymisongelmia. (Kleinschlömer & Krapf 2023, 4207.)

Vanhempien ero saattaa myös vaikuttaa lasten koulunkäyntiin haitallisesti. Vanhempien ero muun muassa heikentää lasten oppimista vähentyneen keskittymisen, kiinnostuksen sekä koulunkäynnistä syntyvien positiivisten tunteiden takia (Krasniqi & Nerxhivane 2023, 61, 65). Nuorilla, joiden vanhemmat ovat eronneet katsottiin olevan lähes kaksinkertainen todennäköisyys keskeyttää koulunkäynti (Karhina ym. 2023, 635, 638).

7.4 Sosiaaliset suhteet & elinolosuhteet

Vanhempien välinen konflikti korreloi negatiivisesti vanhemman ja lapsen välisen suhteen laatuun (O'Hara ym. 2021, 10). Kun vanhempien eroon liittyy vanhempien välisiä konflikteja, joutuvat lapset usein kokemaan jonkinasteista kaltoinkohtelua. Etenkin lasten kokema henkinen laiminlyönti ja henkinen väkivalta liittyi tutkimuksissa suoraan vanhempien eroon, johon sisältyi vanhempien välinen konflikti. Useimmat lasten kaltoinkohtelutapauksista vaikuttavat liittyvän vanhempien asumuseroon. (Berkel ym. 2022, 60.) Heikentyneen lapsen ja vanhemman välisen suhteen lisäksi vanhempien ero voi vaikuttaa myös

lapsen muihin suhteisiin negatiivisesti. Karhinan ym. (2023, 635) tutkimuksessa nuoret, joiden vanhemmat olivat eronneet, raportoivat alhaisempaa perheen sisäistä yhteenkuuluvuutta sekä enemmän ongelmia ikätovereiden kanssa.

Vanhempien eron altistaessa lapset kaltoinkohtelulle, voi suurempi panostus positiiviseen vanhemmuuteen sekä lasten turvallisen kotiympäristön parantamiseen parantaa eron jälkeisiä seurauksia lapsilla (Becher ym. 2022, 11; Berkel ym. 2022, 63). Bell ym. (2021, 11) havaitsivat avioeron kokeneiden lasten raportoivan parempia psykologisia tuloksia eron jälkeen, kun heidän vanhempiensa suhdetta ei leimannut konflikti. Heidän mukaansa yhteistyöhön perustuva yhteisvanhemmuus oli yhteydessä lasten terveeseen sopeutumiseen eron hyväksymisenä sekä lisääntyneenä minäpystyvyytenä. Tätä tukee Beckmeyerin ym. (2022, 1591) tutkimus, jonka mukaan eron jälkeinen kommunikaatio yhteishuoltajuudessa voisi vähentää lasten sisäänpäin kohdistuvaa negatiivista käyttäytymistä. Samoin yhteistyötä tekevien yhteishuoltajien teinikäiset lapset raportoivat vähemmän masennusta, ahdistusta, aggressiivisuutta sekä rikollista toimintaa (Rejaän ym. 2021, 1751).

Laadukkaan yhteishuoltajuuden on tutkittu olevan yhteydessä vähäisempiin ongelmiin myös 3-vuotiailla, niin eronneilla kuin yhdessä pysyneillä vanhemmilla (Bergström ym. 2021, 5). Eronneiden vanhempien on kuitenkin tutkitusti parempi erottaa yhteishuoltajan rooli entisestä puolison roolista, etenkin toimissaan entisen kumppanin kanssa lasten läsnäollessa. Liiallinen tuttavallisuus saattaa saada lapset ajattelemaan vanhempien palaamista takaisin yhteen. Lapset voivat siksi hyötyä epämääräisyyden vähentämisestä eronneiden vanhempien välisestä suhteesta, etenkin jos vanhemmat keskittyvät kommunikoidaan keskenään pääasiassa yhteishuoltajuudesta, siihen liittymättömien puheenaiheiden sijaan. (Beckmeyer ym. 2022, 1593.)

Vanhempien välisen yhteistyön lisäksi lapset hyötyvät muustakin sosiaalisesta tuesta. Esimerkiksi lasten kokema läheisyys isovanhempiinsa sekä heiltä saatu sosiaalinen tuki edistävät tutkitusti avioerolasten hyvinvointia. Lasten kokema läheisyys isovanhempiinsa auttaa suojelemaan heitä vanhempien väliin joutumisen kielteisiltä seurauksilta. (Sorek 2020, 5–7.) Lisäksi yhteistyön

omien vanhempien sekä tarhan opettajien ja muun henkilökunnan kanssa havaittiin edistävän lasten selviytymistä avioeron jälkeisistä negatiivisista tunnetiloista (Krasniqi & Nerxhivane 2023, 61).

Laadukkaan vanhemmuuden lisäksi erilaisten vanhempiin liittyvien taustatekijöiden on havaittu vaikuttavan lasten eron jälkeiseen selviytymiseen. Vanhempien eron negatiiviset terveysvaikutukset ovat tutkitusti vähäisempiä korkeasti koulutettujen sekä sosioekonomisesti menestyvien vanhempien lapsilla. Lapsilla, joiden äidit ovat korkeasti koulutettuja, ei ole merkittäviä muutoksia painoindeksissä ennen eroa tai sen jälkeisenä aikana. Tutkimuksessa poikalapsilla, joilla on korkeasti koulutettu äiti, painoindeksi sekä riski ylipainoon näkyivät laskevat eron jälkeisenä aikana. Puolestaan tyttölapsilla, joilla on korkeasti koulutettu äiti, painoindeksi sekä riski liikalihavuuteen olivat vain hieman lähtötasoa korkeammat vanhempien eron jälkeen. (Tosi 2024, 7.) Terveysten lisäksi vanhempien koulutuksen ja kotitalouden tulojen on havaittu korreloivan käänteisesti koulupudokkaiden kanssa (Karhina ym. 2023, 635).

7.5 Kommunikaatio ja coping-keinot

Riittävä ja oikea-aikainen tiedon antaminen vanhempien avioerosta auttoi lapsia negatiivisten tunnetilojen läpi pääsemisessä (Krasniqi & Nerxhivane 2023, 61). Samoin korkean konfliktin avioeroissa, avoin keskustelu avioerosta lasten ja isovanhempien välillä voi auttaa suojelemaan lasten elämänlaatua vanhempien välisen konfliktin negatiivisilta seurauksilta (Sorek 2020, 7).

Myös aktiivinen selviytymiskeinojen opettaminen havaittiin tutkimuksissa hyödylliseksi. Coping-keinojen opettaminen korkean konfliktin eroperheiden nuorille sai aikaan positiivisen vaikutuksen lasten sopeutumisessa. Verkossa tapahtuva lasten selviytymisohjelma auttoi keskeyttämään laskun lasten keskimääräisesti kokemissa positiivisissa tunteissa. (O'Hara ym. 2022, 7.) Riittävän tiedon ja sisäistettyjen selviytymiskykyjen tärkeyttä tukee välillisesti myös tutkimus lasten korkeamman iän yhteydestä vähäisempiin tunne- ja käyttäytymisongelmiin vanhempien eron jälkeen (Kleinschlömer & Krapf 2023, 4206, 4209).

8 POHDINTA

8.1 TULOSTEN TARKASTELU

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kirjallisuuskatsauksen avulla selvittää, miten vanhempien ero voi vaikuttaa lasten selviytymiseen negatiivisesti sekä mitkä tekijät edistävät lasten selviytymistä vanhempien erosta. Tavoitteena oli koota yhteen uusinta tutkimustietoa, jonka avulla eroavia vanhempia voidaan ohjata huomioimaan eron vaikutukset lapseen paremmin lasten hyvinvoinnin ja erosta selviytymisen tukemiseksi.

Eron aiheuttamista negatiivisista seurauksista tutkimukset osoittivat vanhempien eron voivan aiheuttaa lapsille itsetunto ongelmia sekä alhaisempaa minäpystyvyyden tunnetta, altistaa masennukselle, lisätä hylätyksi tulemisen pelkoa ja ahdistusta sekä nostaa lasten stressitasoa (ks. Zhao ym. 2023, 5–7; O'Hara ym. 2021, 10; Bell ym. 2021, 11–12; Rejaan ym. 2021, 1739; Krasniqi & Nerxhivane 2023, 60; Kleinschlömer ym. 2024, 458–459). Valituissa tutkimuksissa havaittiin myös pitkäaikaista nousua etenkin tyttölasten painoindeksissä vanhempien eron jälkeen. Tutkimukset osoittivat myös puutteellista unen saantia lapsilla, joiden vanhemmat ovat eronneet, mikä saattaa osittain vaikuttaa muutoksiin lasten painoindeksissä. (ks. Tosi 2024, 6–7,9; Kleinschlömer ym. 2024, 456; Turunen ym. 2021, 719.)

Vanhempien ero lisää tutkimusten mukaan lasten tunnetason ongelmia, jotka johtavat lasten ongelmakäyttäytymiseen. Tunneongelmien katsotaan myös heikentävän lasten oppimista sekä koulunkäynnistä syntyviä positiivisia tunteita. Tutkimusten mukaan vanhempien ero nostaa myös merkittävästi nuoren todennäköisyyttä keskeyttää koulunkäyntinsä. (ks. Kleinschlömer & Krapf 2023, 4207; Krasniqi & Nerxhivane 2023, 61; Karhina ym. 2023, 635, 638.)

Vanhempien ero lisää tutkimuksissa riskiä myös vanhemman ja lapsen välisen suhteen heikkenemiselle. Lisäksi lapsi saattaa altistua kaltoinkohtelulle, laiminlyönnille sekä henkiselle väkivallalle vanhempien erotessa. Samoin suhteet ikätovereihin saattavat tutkimusten mukaan heiketä vanhempien erottua. (O'Hara ym. 2021, 10; Berkel ym. 2022, 60; Karhina ym. 2023, 635.)

Lasten selviytymistä vanhempien erosta edistää positiivinen vanhemmuus; laadukas ja vanhempien välisestä konfliktista vapaa yhteishuoltajuus, joka perustuu yhteistyöhön ja kommunikaatioon; sekä muu lapsille tutuilta ja läheisiltä aikuisilta saatu sosiaalinen tuki (Becher ym. 2022, 11; Berkel ym. 2022, 63; Bell ym. 2021, 11; Beckmeyer ym. 2022, 1591; Rejaän ym. 2021, 1751; Bergström ym. 2021, 5; Sorek 2020, 5–7; Krasniqi & Nerxhivane 2023, 61). Avioerosta avoimesti keskusteleminen ja avioeroon liittyvän tiedon saaminen auttavat lapsia erosta sekä vanhempien konfliktista selviytymisessä. Coping-keinojen opettaminen sekä lasten korkeampi ikä toimivat suojaavina tekijöinä vanhempien korkean konfliktin erolle. Myös vanhempien koulutus ja sosioekonominen asema lievittävät parisuhteen hajoamisen kielteisiä vaikutuksia lasten terveyteen. (Sorek 2020, 7; Krasniqi & Nerxhivane 2023, 61; O'Hara ym. 2022, 7; Kleinschlömer & Krapf 2023, 4206, 4209; Karhina ym. 2023, 635.)

Tulokset selviytymisen edistämisestä sosiaalisen tuen ja kommunikaation avulla ovat yhteneväisiä Folkman ym. (1986, 996) ja Linder-Sternart ym. (2021, 8–9) tutkimusten kanssa. Kirjallisuuskatsauksessa käytetyistä tutkimuslähteistä ei kuitenkaan löytynyt enempää tietoa lasten käyttämistä coping-keinoista. Tulokset lasten selviytymistä edistävästä tekijöistä käsittelevätkin pääasiassa asioita, joita aikuiset voivat tehdä, kuin mitä lapset voivat itse tehdä. Myöskään lasten häiriö- tai sisäänpäin kohdistuvaa negatiivista käytöstä ei tutkimuksissa täsmennetty mitenkään.

8.2 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Ammattikorkeakouluille suunnatut opinnäytetöiden sovellettava eettinen normisto nojaa Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeisiin, tieteenala- ja ammattikohtaisiin eettisiin normistoihin sekä avoimen tieteen ja tutkimuksen toimintamalliin. Opinnäytetyöprosessissa tekijöiden tulee hallita tieteellinen käytäntö ja siihen kuuluvat vastuut, ihmisiin kohdistuvan tutkimuksen yleiset periaatteet sekä eettisen ennakoarvioinnin lähtökohdat, tarpeellisuus ja ennakoarviointimenetelmä (Arene 2020).

Tämän kirjallisuuskatsauksen luotettavuutta lisää luotettavien tietokantojen käyttö sekä yksinomaan vertaisarvioitujen tutkimusten valitseminen. Ennalta-

määrätyt sisäänotto- ja poissulkukriteerit rajasivat haetuista lähteistä tuoreimmat ja olennaisimmat tutkimukset, joista sopivimmat valittiin kirjallisuuskatsaukseen. Valitut tutkimukset luettiin, referoitiin ja käännettiin tekoälyä hyödyntäen, jonka jälkeen käännökset luettiin ja korjattiin huolellisesti käytettyjen tutkimusten tuloksia vääristelemättä. Kirjallisuuskatsauksen luotettavuutta lisää se, että työ on tehty parityönä ja työn molemmat tekijät ovat tarkastaneet työssä käytetyt materiaalit. Tutkimukseen sisältyvät hakutaulukko ja tutkimustaulukko lisäävät tutkimuksen avoimuutta ja edistävät siten sen luotettavuutta. Samoin tutkimuksen lähdeviitteet ja -luettelo on tehty ammattikorkeakoulun lähdeviiteohjeita hyödyntäen, mikä tukee tutkimuksen avoimuutta ja eettisyyttä. Kirjallisuuskatsauksen eettisyyttä tukee myös plagiointitunnistustyökalun käyttö opinnäytetyön tarkistamisessa.

Kirjallisuuskatsauksen tulosten luotettavuutta heikentävät valittujen tutkimusten suhteellisen vähäinen määrä sekä saatujen tulosten aihealueiden laajuus. Kirjallisuuskatsauksessa käytettyjen tutkimuskysymysten avoimuus yhdessä vähäiseen tutkimusten määrään johti tutkimustuloksiin useista eri osa-alueista, joille löydettiin vain yksittäisiä tutkimuksia lähteiksi. Esimerkiksi avioeron negatiivisista vaikutuksista lasten riittävään unensaantiin löytyi ainoastaan yksittäinen tutkimus, kun loput tutkimukset raportoivat mielenterveys- ja tunneongelmista, käyttäytymisen muutoksista sekä heikentyneistä sosiaalisista suhteista monesta eri näkökulmasta. Laaja-alaiset tulokset sekä tutkimusten vähäinen määrä heikentävät tulosten yleistettävyyttä ja luotettavuutta. On myös mahdollista, että kirjallisuuskatsauksen tulokset jäivät puutteellisiksi lähdehaun valinta- ja poissulkukriteereissä käytetyn kapean julkaisuajankohdan takia, mikä rajasi saatuja hakuosumia vain viiden vuoden ajalle. Lisäksi kirjallisuuskatsauksessa käytetyt lähteet olivat kaikki tehty muualla kuin Suomessa, jolloin niistä saatujen tulosten yleistettävyydestä suomalaisen kulttuurin kontekstissa ei voida olla varmoja. Tutkimustulosten luotettavuutta ja yleistettävyyttä heikentävät myös käytettyjen tutkimusten omat sisäiset epäluotettavuustekijät, kuten muutamassa tutkimuksessa esiintyneet pienet 50:n, 122:n ja 77:n henkilön tutkimusotannot (ks. Krasniqi & Nerxhivane 2023, 59; Sorek 2020, 3; Bell ym. 2021, 5).

8.3 JOHTOPÄÄTÖKSET JA JATKOTUTKIMUSEHDOTUKSET

Lasten hyvinvointi saattaa heikentyä monella eri osa-alueelta vanhempien eron yhteydessä. Tämä voi tarkoittaa mielenterveydellisiä, somaattisia tai käytökseen liittyviä ongelmia, jotka voivat johtaa koulunkäynnin heikkenemiseen. Myös perhesuhteiden heikkeneminen ja kaltoinkohdelluksi tuleminen ovat yleisiä vanhempien eroon liittyviä negatiivisia seurauksia. Kuitenkin eron itsensä sijaan, negatiiviset seuraukset näyttävät johtuvan vanhempien välisestä konfliktista ja lapsen jäämisestä vanhempiensa väliin, sekä heikosta yhteisvanhemmuudesta, jossa vanhempien välinen kommunikaatio on heikkoa, negatiivista tai vanhempien välisen suhteen kannalta epämääräistä. Lisäksi eron myötä lapsen kokema sosioekonomisen aseman aleneminen näyttää olevan merkittävä tekijä lasten elämänlaadun heikkenemisessä. Myös yhteishuoltajuuteen liittyvä vuoroasuminen molemman vanhemman luona sekä siihen liittyvä matkustaminen ja vaihtelevat asumisjärjestelyt voivat heikentää lasten unensaantia ja sen seurauksena lasten hyvinvointia.

Lasten selviytymistä vanhempien erosta tukee positiivisempaan vanhemmuuteen ja yhteishuoltajuuteen panostaminen sekä riittävän eroon liittyvän tiedon tarjoaminen lapselle. Vanhempien lisäksi muut turvalliset ja läheiset aikuiset voivat olla lapsille merkittävä tuki. Myös erilaisten coping-keinojen osaaminen ja opettaminen edistävät lasten selviytymistä ja vanhempien eroon sopeutumista.

Kirjallisuuskatsauksen rajoituksia olivat relevanttien, tuoreiden, avoimesti saatavilla olevien, sekä valittujen tutkimusten vähäinen määrä. Suomenkielistä tutkimuskirjallisuutta ei valikoitunut kirjallisuuskatsaukseen ollenkaan, joten kaikki mukaan otetut tutkimukset olivat englanninkielisiä. Lisäksi mukaan otetut tutkimukset on tehty yhdeksässä eri maassa, ja niistä saadut tulokset olivat suurelta osin toisistaan irrallisia, mikä yhdessä vähäisen tutkimusaineiston kanssa tarkoittaa, että runsaasti merkityksellistä tietoa on saattanut jäädä kirjallisuuskatsauksen ulkopuolelle. Lisäksi mukaan valittujen tutkimusten tulosten luotettavuus ja yleistettävyyys suomalaisten eroperheiden lapsiin on epävarmaa.

Jatkotutkimusta on syytä tehdä keskittyen suomalaislasten selviytymiseen vanhempien erosta. Tämä lisäisi tuoreen aiheeseen liittyvän suomalaisen tutkimuskirjallisuuden määrää ja auttaisi testaamaan kirjallisuuskatsauksessa kootun tutkimustiedon yleistettävyyttä. Suomalaislapsiin keskittyvä tutkimus ja sen vertaaminen ulkomaisiin tuloksiin auttaa myös selvittämään, löytyykö suomalaisesta kulttuurista vanhempien eron vaikutuksiin ja lasten selviytymiseen liittyviä erityispiirteitä.

Myös tutkimuskysymyksiä voitaisiin rajata kapeamman tutkimuskohteen tarkastelemiseksi. Esimerkiksi ensimmäistä tutkimuskysymystä rajaamalla olisi mahdollista keskittyä tiettyihin avioeron negatiivisiin seurauksiin, kuten pelkkiin mielenterveys-, käyttäytymis- tai somaattisiin ongelmiin, mikä voisi tarjota yhtenäisemmän sekä tutkimustulosten luotettavuutta paremmin tukevan tutkimusaineiston, verrattuna tämän kirjallisuuskatsauksen aihealueiltaan irrallisiin tutkimustuloksiin.

Samoin toista tutkimuskysymystä voitaisiin rajata keskittymällä lasten itse käyttämiin coping-keinoihin. Näin saataisiin tietoa lasten käyttämien coping-keinojen luonteesta, mikä lisäisi ymmärrystä lasten mahdollisesti haitallisista selviytymiskeinoista ja edistäisi niihin puuttumista riittävän ajoissa.

LÄHTEET

Aatos. 2022. Mikä on asumusero? WWW-dokumentti. Päivitetty: 27.5.2022. Saatavissa: <https://aatos.app/avioero/artikkelit/asumusero/> [viitattu 4.9.2024].

Arene. 2020. Opinnäytetöiden eettiset suositukset. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://arene.fi/julkaisut/raportit/opinnaytetoiden-eettiset-suositukset/> [viitattu 14.9.2024].

Avioeroon s.a. Avioero. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://avioeroon.fi/avioero/> [viitattu 3.9.2024].

Becher, E., Lim, S. & McGuire, J. 2022. Divorce and predictors of child outcomes. The impact of divorce education, parenting, coparenting, and adult quality of life. *Family Science Review* 26 (2), 1–19. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://doi.org/10.26536/KCGI5128> [viitattu 1.1.2025].

Beckmeyer, J., Markham, M. & Troilo, J. 2021. Domains of Ongoing Communication Between Former Spouses. Associations With Parenting Stress and Children's Post-Divorce Well-Being. *Journal of Family Issues* 43 (6), 1579–1600. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://doi-org.ezproxy.xamk.fi/10.1177/0192513X211029264> [viitattu 1.1.2025].

Bell, C., Francia, L. & Millea, P. 2021. A Child's Hidden Struggles. Self-Efficacy and Painful Feelings in the Years following Parental Separation. *Journal of Divorce & Remarriage*, 63, 1–16. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.researchgate.net/publication/357283048_A_Child's_Hidden_Struggles_Self-Efficacy_and_Painful_Feelings_in_the_Years_following_Parental_Separation [viitattu 1.1.2025].

Bengtsson, M. 2016. How to plan and perform a qualitative study using content analysis. *NursingPlus Open* 2, 8–14. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352900816000029> [viitattu 6.4.25].

Bergström, M., Salari, R., Hjern, A., Hognäs, R., Bergqvist, K. & Fransson, E. 2021. Importance of living arrangements and coparenting quality for young childrens mental health after parental divorce. A cross-sectional parental survey. *BMJ Paediatrics Open* 5 (1), 1–9. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://bmjpaedsopen.bmj.com/content/5/1/e000657> [viitattu 1.1.2025].

van Berkel, S., Prevoo, M., Linting, M., Pannebakker, F. & Alink, L. 2022. What About the Children? Co-Occurrence of Child Maltreatment and Parental Separation. *Child Maltreatment* 29 (1), 53–65. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/10775595221130074> [viitattu 29.1.2025].

Cambridge Dictionary: Survival. s.a. Cambridge University Press & Assessment. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/survival> [viitattu 11.1.2025].

Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A. & Gruen, R. 1986. Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology* 50, 992–1003. E-kirja. Saatavissa: https://www.researchgate.net/publication/232485259_Dynamics_of_a_Stressful_Encounter_Cognitive_Appraisal_Coping_and_Encounter_Outcomes [viitattu 16.1.2025].

Generis Global Legal Services. 2024. Understanding marriage and divorce regulations in Finland. WWW-dokumentti. Päivitetty: 15.11.2024. Saatavissa: <https://generisonline.com/understanding-marriage-and-divorce-regulations-in-finland/> [viitattu 4.1. 2025].

Hohti, R. 2013. Lapsuuden rajat. *Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim* 23, 2519–2525. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.duodecim-lehti.fi/duo11379/lapsuuden%20rajat> [viitattu 19.9.2024].

InfoFinland. 2025. Divorce. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.infofinland.fi/en/family/divorce> [viitattu 1.4.25].

Karhina, K., Bøe, T., Hysing, M., Askeland, K. & Nilsen, S. 2023. Parental separation and school dropout in adolescence. *Scandinavian Journal of Public Health* 52 (5), 632–639. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/14034948231164692> [viitattu 1.1.2025].

Kielitoimiston sanakirja: lapsi. 2024. Kotimaisten kielten keskus & Kielikone Oy. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.kielitoimistonsanakirja.fi/#/lapsi> [viitattu 18.9.2024].

Kleinschlömer, P. & Krapf, S. 2023. Parental separation and children's well-being. Does the quality of parent-child relationships moderate the effect? *Journal of Social and Personal Relationships* 40 (12), 4197-4218. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/02654075231201564> [viitattu 1.1.2025].

Kleinschlömer, P., Kühn, M., Bister, L., Vogt, T. & Krapf, S. 2024. Analyzing the Impact of Family Structure Changes on Children's Stress Levels Using a Stress Biomarker. *Journal of Health and Social Behavior* 65 (3), 449-465. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/00221465231223953> [viitattu 1.1.2025].

Korhonen, L. 2021. Kasvu ja kehitys eri-ikäkausina. *Duodecim Terveyskirjasto*. WWW-dokumentti. Päivitetty 26.11.2021. Saatavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/pla00018> [viitattu 19.9.2024].

Krasniqi, N. 2023. The psychological effects of parental divorce on the behavior of preschool children. *Journal of Social Studies Education Research* 14 (2), 51–74. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://eric.ed.gov/?id=EJ1396267> [viitattu 6.1.2025].

Lastensuojelulaki 28.12.2023/1283.

Lazarus, R. 2006. *Stress and Emotion: A New Synthesis*. New York: Springer Publishing Company. E-kirja. Saatavissa: https://kaakkuri.finna.fi/Record/nelli29_mamk.100000000747922?sid=4890727071 [viitattu 2.1.2025].

Linder-Sternart, S., Widyaningsih, Y., Kaur, V. & Patel A.K. 2021. A Global pandemic: How different nations coped with COVID-19 phobia. *Journal of psychiatry & mental disorder* 6, 1 - 10. Tutkimus. Saatavissa: <https://austin-publishinggroup.com/psychiatry-mental-disorders/fulltext/jpmd-v6-id1041.php> [viitattu 16.1.2025].

Litner, J. 2022. The top 12 reasons for divorce. PsychCentral. WWW-dokumentti. Päivitetty 25.10.2022. Saatavissa: <https://psychcentral.com/relationships/top-reasons-for-divorce> [viitattu 3.1.2025].

Malpus, Z. 2019. Coping Styles. Teoksessa: Abd-Elsayed, A. (toim.) Pain. Cham: Springer, 353–355. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://doi.org/10.1007/978-3-319-99124-5_77 [viitattu 16.1.2025].

Marco, T. 2024. Carry that weight. Parental separation and children’s Body Mass Index from childhood to young adulthood. *Advances in Life Course Research* 60, 1–11. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.1016/j.alcr.2024.100615> [viitattu 16.1.2025].

Mielenterveystalo s.a. Mistä syistä ihmiset eroavat? WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/omahoito/erokriisin-omahoito-ohjelma/mista-syista-ihmiset-eroavat> [viitattu 30.3.25].

Mitä toimintakyky on? 2023. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Päivitetty 20.12.2023. Saatavissa: <https://thl.fi/aiheet/toimintakyky/mita-toimintakyky-on> [viitattu 21.12.2024].

MLL. 2023. Vanhempien ero ja lapsen tunteet. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. WWW-dokumentti. Päivitetty 15.9.2023. Saatavissa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/vanhempien-ero/vanhempien-ero-ja-lapsen-tunteet/> [viitattu 7.9.2024].

MLL. 2024. Vanhemman ja lapsen kiintymyssuhde. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. WWW-dokumentti. Päivitetty 26.6.2024. Saatavissa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-ja-vanhemman-varhainen-vuorovaikutus/lapsen-ja-vanhemman-kiintymyssuhde/> [viitattu 7.9.2024].

MOT Sanakirjat: Coping. s.a. Kielikone Oy. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.sanakirja.fi/english-finnish/coping> [viitattu 7.1.2025].

MyHeritage.com. 2022. Suomen lasten historia – Lapsista kirjallisissa 1600-luvun lähteissä. MyHeritage. Blogi. Saatavissa: <https://blog.myheritage.fi/archive/2022/suomen-lasten-historia-lapsista-kirjallisissa-1600-luvun-lah-teissa/> [viitattu 14.9.2024].

Najeeb, R. 2020. A universal definition of what it means to be a “child”. Blogi. Päivitetty 30.7.2020. Saatavissa: <https://www.unicef.org/sudan/stories/universal-definition-what-it-means-be-child> [viitattu 20.9.2024].

O'Hara, K., Boring, J., Sandler, I & Beck, C. 2022. Enhancing Daily Affect in Youth Experiencing High-Conflict Parental Divorce. A Multiple Baseline Trial of an Online Prevention Program. *Fam Court Rev* 60 (3), 458–473. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36247974/> [viitattu 1.1.2025].

O'Hara, K., Rhodes, C., Wolchik, S., Sandler, I. & Yun-Tein, J. 2021. Longitudinal Effects of PostDivorce Interparental Conflict on Children's Mental Health Problems Through Fear of Abandonment. Does Parenting Quality Play a Buffering Role? *Child Dev* 92 (4), 1476–1493. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33432998/> [viitattu 1.1.2025].

Rejaän, Z., van der Valk, I. & Branje, S. 2021. Postdivorce Coparenting Patterns and Relations with Adolescent Adjustment. *Journal of Family Issues* 43 (7), 1739–1759. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://doi-org.ezproxy.xamk.fi/10.1177/0192513X211030027> [viitattu 1.1.2025].

Salminen, A. 2023. Mikä kirjallisuuskatsaus? Opetusjulkaisu. PDF-dokumentti. Vaasan yliopisto. Saatavissa: [https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/15470/978-952-395-081-8%20\(PDF\).pdf?sequence=2](https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/15470/978-952-395-081-8%20(PDF).pdf?sequence=2) [viitattu 14.9.2024].

Scribbr. 2016. Katso täältä: miten kirjallisuuskatsaus tehdään? WWW-dokumentti. Päivitetty 23.2.2017. Saatavissa: <https://www.scribbr.fi/opinnaytetyon-rakenne/kirjallisuuskatsaus-opinnaytetyo/?searchQuery=https://www.scribbr.fi/opinnaytetyon-rakenne/kirjallisuuskatsaus-opinnaytetyo/> [viitattu 5.4.25].

Scispace s.a. Types of literature review - A guide for your research. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://scispace.com/resources/types-of-literature-review/> [viitattu 5.4.25].

Selviytyminen s.a. Suomisanakirja. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.suomisanakirja.fi/selviytyminen> [viitattu 21.12.2024].

Sorek, Y. 2020. Grandparental and overall social support as resilience factors in coping with parental conflict among children of divorce. *Children and Youth Services Review*. 118. Artikkel. Saatavissa: <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.105443> [viitattu 1.1.2025].

STM. 2014. Asiantuntija-avusteinen huoltoriitojen sovittelu valtakunnalliseksi. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://stm.fi/-/medling-i-varnadtstvistert-med-hjalp-av-ett-sakkunnigbitrade-togs-i-bruk-i-hela-landet#:~:text=Uusi%20sovittelumalli%20on%20ainutlaatuisen%20sill%C3%A4%20sovittelu%20toteutetaan%20kahden,eli%20useimmiten%20lasten%20asioihin%20perehtynyt%20psykologi%20tai%20sosiaality%C3%B6ntekij%C3%A4> [viitattu 6.6.2024].

STM. s.a. Kasvatus- ja perheneuvonta, perheasioiden sovittelu. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://stm.fi/kasvatus-perheneuvonta#:~:text=Kasvatus-%20ja%20perheneuvontaa%20voidaan%20to>

teuttaa%20kasvatus-%20ja%20perheneuvolassa,palvelut%20ulkopuoliselta%20palveluntuottajalta.%20Perheasioiden%20sovittelu%20auttaa%20parisuhteen%20ristiriitatilanteissa. [viitattu 6.6.2024].

Stolt, M., Axelin, A. & Suhonen, R. 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Kirja. 2. korjattu painos. Turku. Turun yliopisto. [viitattu 1.1.25].

Suomen Mielenterveys Ry. s.a. Mitä mielenterveys on? WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/mita-mielenterveys-on/#:~:text=Mielenterveys%20on%20hyvinvoinnin%20tila%2C%20jossa%20ihminen%20pysyy%20n%C3%A4kem%C3%A4nC3%A4n,%28WHO%202013%29%20Mielenterveys%20on%20osa%20hyvinvointia%20ja%20terveytt%C3%A4> [viitattu 9.9.2024].

THL. 2023. Mitä toimintakyky on? Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Päivitetty 20.12.2023. Saatavissa: <https://thl.fi/aiheet/toimintakyky/mita-toimintakyky-on> [viitattu 7.7.2024].

THL. 2024a. Lasten mielenterveys ja mielenterveyden häiriöt. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Päivitetty 10.4.2024. Saatavissa: <https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyshairiot/lasten-mielenterveys-ja-mielenterveyden-hairiot> [viitattu 9.9.2024].

THL. 2024b. Stressi, kehitys ja mielenterveys (TAM). Tutkimuksen tuloksia. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tutkimus. Päivitetty 30.1.2024. Saatavissa: <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/stressi-kehitys-ja-mielenterveys-tam/tutkimuksen-tuloksia> [viitattu 6.6.2024].

Tilastokeskus. 2019. Siviilisäädyn muutokset 1990–2023. WWW-dokumentti. Päivitetty 28.5.2024. Saatavissa: https://pxdata.stat.fi/PxWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin__ssaaty/statfin_ssaaty_pxt_121e.px/ [viitattu 6.6.2024].
Tilastokeskus. s.a. Käsitteet: lapsi. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://stat.fi/meta/kas/lapsi.html> [viitattu 19.9.2024].

Tuomioistuinlaitos. 2024. Avioero. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://tuomioistuimet.fi/fi/index/asiat/perheasiat/avioero.html#:~:text=Tietoa%20avioeroon%20liittyvist%C3%A4%20oikeudellisista%20kysymyksist%C3%A4%20antavat%20valtion%20oikeusaputoimistot%2C,puolison%20maksamaan%20toiselle%20elatusapua%2C%20jos%20t%C3%A4m%C3%A4%20harkitaan%20kohtuulliseksi.> [viitattu 30.3.25].

Turunen, J., Norell-Clarke, A. & Hagquist, C. 2021. How do children and adolescents of separated parents sleep? An investigation of custody arrangements, sleep habits, sleep problems, and sleep duration in Sweden. *Sleep Health: Journal of the National Sleep Foundation* 7 (6), 716–722. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.1016/j.sleh.2021.06.002> [viitattu 27.1.2025].

Vaghri, Z., Zermatten, J., Lansdown, G., Ruggiero, R (toim.). 2022. Monitoring State Compliance with the UN Convention on the Rights of the Child. Children's Well-being: Indicators and Research, vol. 25, Springer, Cham. E-kirja.

Saatavissa: https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-84647-3_40 [viitattu 14.9.2024].

Valtioneuvosto. 2023. Vahva ja välittävä Suomi. Sosiaali- ja terveystalouden uudistaminen. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-763-8>. [viitattu 6.6.2024].

Vuori, J. 2021. Analyysitavan valinta ja yleiset analyysitavat. Tietoarkisto. E-kirja. Saatavissa: <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/> [viitattu 16.9.2024].

Zhao S.-Y., Ren, R.-R. & Chen W. 2023. A mediated moderation model of negative life events, self-esteem, rumination and parental divorce on depression among Chinese juvenile delinquents. *Scientific Reports* 13, 1–9. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.1038/s41598-023-28626-9> [viitattu 1.1.2025].

Tutkimustaulukko

Bibliografiset tiedot	Tarkoitus ja tavoite	Tutkimusmenetelmä ja kohderyhmä	Tulokset
<p>Krasniqi, N. 2023. The psychological effects of parental divorce on the behavior of preschool children. Artikkel. Journal of Social Studies Education Research, Gjilan University, Kosovo.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää vanhempien avioeron psykologisia vaikutuksia esikoululikäisten lasten käyttäytymiseen</p> <p>Tutkimuksen tavoite on auttaa eronneita vanhempia ja esikoulun opettajia lisäämään kohderyhmän lasten opetuksen laatua</p>	<p>Kvantitatiivinen tutkimus Kysely</p> <p>Gjilanin kunnan esikoulun opettajat ja esikoulun lasten eronneet vanhemmat</p>	<p>Avioerojen lisääntyminen kohdistuu pääasiassa ongelmallisiin perheisiin.</p> <p>Monet eronneet vanhemmat eivät onnistu ymmärtämään konfliktien, pahoinpitelyn, loukkaamisen ja perheväkivallan emotionaalista vaikutusta lasten terveyteen ja tulevaisuuteen</p> <p>Monet lapset kamppailevat avioerosta selviytymisen kanssa, kokien epävarmuuden, stressin, masennuksen ahdistuksen tai psykologisen trauman tunteita, jotka voivat häiritä heidän kasvuaan ja kehitystä</p> <p>Gjilanin kunnan esikouluissa suurin osa vanhemmista tiedottivat esikoulun opettajia vanhempien erosta</p> <p>Avioeron vaikutus tulee näkyville paljon voimakkaammin, kun lapsi kokee ahdistusta tai psykologista trauma</p>
<p>Beckmeyer, J., Markham, M. & Troilo, J. 2021. Domains of ongoing</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli selvittää eron-</p>	<p>Kyselytutkimus + data-analyysi</p>	<p>Kommunikaatio yhteisvanhemmuudessa saattaa olla hyödyksi joissain</p>

<p>communication between former spouses: Associations with parenting stress and children's post-divorce well-being. Tutkimusartikkeli. Department of Learning Sciences and Human Development, College of Education and Human Services, West Virginia University, USA</p>	<p>neiden vanhempien jatkuvan kommunikaation vaikutuksia vanhempien stressitasoon ja lasten hyvinvointiin eron jälkeen</p> <p>Tutkimuksen tavoite oli testata pitäisikö eronneiden vanhempien rajoittaa kommunikaatiotaan koskemaan yhteishuoltajuutta ja välttää muita puheenaiheita</p>	<p>708 eronnutta vanhempaa, joilla oli 4–18-vuotiaita lapsia, osallistui MTurkin kyselytutkimukseen.</p>	<p>näkökulmissa lasten avioeron jälkeisestä hyvinvoinnista. Erityisesti vanhemmat raportoivat lapsensa vähemmän sisäistävästä käyttäytymisestä.</p> <p>Tutkimuksessa tunnistettiin kaksi eri ei-yhteisvanhemmuuden kommunikaatiotyyppiä: kommunikaatio itsestä ja perheestä ja kommunikaatio romanssista/seksistä. Kommunikaatio romantiikasta/seksistä liittyi suurempaan lapsen ulkoistavaan ja sisäistävään käyttäytymiseen, kun taas viestintä itsestä ja perheestä liittyi suurempaan lapsen sisäistävään käyttäytymiseen.</p> <p>Mikään tutkimukseen sisältyvistä entisten puolisoitten jatkuvan viestinnän näkökohdista ei liittynyt vanhemmuuden stressiin. Lisäksi se, kuinka usein entiset puolisot puhuvat, tai lapsiin liittyvän viestinnän osuus ei ollut yhteydessä lasten hyvinvointiin.</p>
<p>Sorek, Y. 2020. Grandparental and overall social support as resilience factors in coping</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli selvittää isovanhempien ja muun sosiaalisen</p>	<p>Poikittaistutkimus vuosien 2015–2016 tehdyistä itse-raportointikyselyistä</p>	<p>Mitä intensiivisempi vanhempien konflikti erossa oli, sitä alemmaksi eronneiden vanhempien</p>

<p>with parental conflict among children of divorce. Tutkimusartikkeli. The Myers-JDC-Brookdale institute, Senior Research Scholar & Children and Youth at Risk Team Leader Jerusalem, Israel</p>	<p>sen tuen vaikutusta lapsen selviytymisessä vanhempien avioerossa</p> <p>Tutkimuksen tavoite oli auttaa parantamaan lasten elämänlaatua vanhempien erotilanteessa ja sen jälkeen</p>	<p>86 perhettä, joista osallistui lapset ja jompikumpi vanhempi, yhteensä 122 osallistujaa</p> <p>Suurin osa lapsista valitsi äitinsä, joten isien dataa ei käytetty, mutta heidän lastensa dataa käytettiin</p>	<p>lapset arvioivat elämänlaatunsa</p> <p>Tutkimuksessa havaittiin positiivinen yhteys lasten läheisistä suhteista isovanhempiin ja heidän arvioimansa elämänlaadun välillä.</p> <p>Tässä tutkimuksessa ei havaittu merkittävää yhteyttä avioeroa koskevan avoimen keskustelun ja elämäntyytyväisyyden sekä elämänlaadun arvioinnin välillä.</p> <p>Isovanhempien läheisyys vähensi lapsien vanhempien väliin jäämisen tunteen negatiivisia vaikutuksia lasten elämänlaatuun.</p> <p>Avoin keskustelu isovanhempien kanssa erosta vähensi lasten kokeneita negatiivisia vaikutuksia, joita vanhempien välisten konfliktien lisääntyneet intensiteetti tuo heidän elämäänsä.</p>
<p>Rejaän, Z., Valk, I. & Branje, S. 2021. Postdivorce Coparenting Patterns and Relations with Adolescent Adjustment. Tutkimusartikkeli.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli selvittää avioeron jälkeisiä yhteisvanhemmuusmallien vaikutuksia nuorten sopeutumiseen.</p>	<p>Kyselytutkimus, mikä on toistettu kahden vuoden välein vuodesta 2006 lähtien</p> <p>1227 nuorta vastasi kyse-</p>	<p>Vuorovaikutus vanhempien välillä liittyvät nuorten sopeutumiseen ja siksi niitä voidaan pitää sekä riski- että suojaavana tekijänä.</p> <p>Neljä selkeää mallia yhteisvanhemmuudessa eron jälkeen</p>

<p>Department of Child and Adolescent Studies, Utrecht University, Alankomaat</p>	<p>Tutkimuksen tavoite oli tuoda nuorten näkökulma mukaan yhteisvanhemmuusmallien tutkimukseen.</p>	<p>lyyn, otos rajattiin eroperheiden nuoriin, jolloin tutkimuksessa käsitelty otos oli 251</p>	<p>oli tunnistettavissa: yhteistyökykyinen, negatiivisesti sitoutunut, negatiivisesti sitoutumaton ja keskimääräinen</p> <p>Avioeron aikana nuoremmat lapset olivat isommassa riskissä kuulua negatiivisesti sitoutumattomaan malliin muihin malleihin verrattuna.</p> <p>Avioeron jälkeisen yhteishuoltajuuden sekä nuorten sisäisten ja ulkoisten ongelmien, taustatekijöiden että lämpimän lapsi-vanhempi-suhteen välillä oli merkittäviä yhteyksiä.</p>
<p>Bergstörn, M., Salari, R., Hjern, A., Hognäs, R., Bergqvist, K. & Fransson, E. 2021. Importance of living arrangements and coparenting quality for young children's mental health after parental divorce: a cross-sectional parental survey. Tutkimusartikkeli. Tukholma, Ruotsi.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli selvittää asuinratkaisujen ja yhteisvanhemmuuden laadun vaikutusta esikoulukäisten lasten mielenterveyteen vanhempien eron jälkeen</p> <p>Tutkimuksen tavoite oli ymmärtää vanhempien yhteistyön laadun vaikutusta lasten hyvinvointiin</p>	<p>Kvantitatiivinen tutkimus. Kysely.</p> <p>Tukholman kunnan 3-vuotiaat lapset, yhteensä tutkimukseen rajauksen jälkeen otettiin mukaan 12 485 lasta</p>	<p>3-vuotiailla, jotka elivät pääasiassa yhden vanhemman kanssa, oli enemmän mielenterveysongelmia, kuin ne lapset, jotka elivät molempien vanhempien kanssa.</p> <p>Yhteisvanhemmuuden ollessa laadukasta, oli lasten mielenterveys erilaisissa asumisjärjestelyissä hyvin samanlaista keskenään.</p> <p>Tutkimuksissa pojilla oli tyttöjä enemmän ongelmia. Korkeasti koulutettujen äitien lapsilla oli vähemmän ongelmia</p>

			kuin matalasti koulutetuilla.
<p>Kleinschlömer, P. & Krapf, S. 2023. Parental separation and children's well-being: Does the quality of parent-child relationships moderate the effect? Artikkel. University of Mannheim, Germany.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli selvittää, hillitseekö vanhemman ja lapsen välinen suhde avioeron negatiivista vaikutusta lapsen hyvinvointiin.</p> <p>Tutkimuksen tavoite oli tuottaa uutta tietoa alan kirjallisuudelle, kuin myös päätöksentekijöille ja toimielimille, jotka pyrkivät vähentämään sosiaalista eriarvoisuutta ja tarjoamaan parasta tukea avioeron kokeille lapsille.</p>	<p>Kvantitatiivinen dokumentti-analyysi</p> <p>Vuosina 2009–2021 pitkittäistutkimukseen osallistuneet 2057 ikäryhmittään 7–15-vuotiaasta lasta.</p>	<p>Tutkimuksen mukaan vanhempien eron kokeminen korreloi negatiivisesti lasten hyvinvoinnin kanssa. Kuitenkin hyvä suhde asuinvanhemman kanssa voi vähentää vanhempien eron aiheuttamia negatiivisia seurauksia lapsessa.</p> <p>Tutkimuksessa lapset, joilla oli korkean asteen konflikti lähivanhempiensa kanssa, kokivat nousun tunneongelmissa vanhempien erottua. Myös niillä lapsilla, joilla oli etäinen suhde lähivanhempiensa, ilmeni enemmän käyttöhäiriöitä, kuin ennen eroa.</p> <p>Lapset, jotka olivat läheisiä vanhempiensa kanssa eivät ilmaisseet merkittäviä tunneongelmia eron jälkeen.</p>
<p>Becher, E., Lim, S., McGuire, J., Powell, S., McCann, E., Cronin, S. & Deenanath, V. 2022. Divorce and Predictors of Child Outcomes: The Impact of Divorce Education, Parenting,</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli tutkia avioeron vaikutuksia lasten hyvinvointiin ja tunnistaa tekijöitä, jotka voivat ennustaa lasten vointia avioeron jälkeen</p>	<p>Näennäisko-keellinen suunniteltu tutkimus</p> <p>Verrattiin otosta avioerovalistusohjelmaan osallistuneista eronneista vanhem-</p>	<p>Tulokset osoittivat, että avioerovalistuksella oli positiivinen vaikutus lasten prososiaaliseen käyttäytymiseen, mutta vanhemmuuden laatu oli merkittävin tekijä lasten hyvinvoinnin parantamisessa.</p>

<p>Coparenting, and Adult Quality of Life Artikkeli University of Minnesota Extension USA</p>	<p>Tutkimuksen tavoite oli tarkastella avioerokoulutuksen, vanhemmuuden, yhteisvanhemmuuden ja aikuisten elämänlaadun roolia lasten emotionaalisten oireiden, käytösongelmien, sosiaalisten suhteiden ja prososiaalisen käytäytymisen näkökulmasta</p>	<p>mista, otokseen niistä, jotka eivät osallistuneet avioerokoulutusohjelmaan.</p>	<p>Tutkimus korostaa, että avioerokoulutusohjelmien tulisi keskittyä erityisesti vanhemmuuden tukemiseen ja perheiden kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin</p>
<p>O'hara, Rhodes, Wolchik, Sandler & Yun-Tein. 2021. Longitudinal effects of postdivorce interparental conflict on children's mental health problems through fear of abandonment: Does parenting quality play a buffering role? REACH Institute, Department of Psychology, Arizona State University USA</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli tutkia, miten avioeron jälkeinen vanhempien välinen konflikti vaikuttaa lasten mielenterveysongelmiin hylätyksi tulemisen -pelon kautta</p> <p>Tutkimuksen tavoite oli tarkastella vanhempien välisen konfliktin vaikutusta lasten hylätyksi tulemisen -peloon ja muihin mielenterveysongelmiin</p>	<p>Satunnaistettu kontrolloitu tutkimus</p> <p>Otanta sisälsi 559 lasta, ikähaarukka 9–18</p>	<p>Vanhempien välinen konflikti ennusti lasten hylätyksi tulemisen pelkoa, mikä puolestaan liittyi mielenterveysongelmiin.</p> <p>Korkealaatuisen vanhempi-lapsisuhteen suojaavaa vaikutusta ei kuitenkaan havaittu odotetulla tavalla. Tulokset korostavat tarvetta kehittää ohjelmia, jotka auttavat lapsia selviytymään avioeron jälkeisistä konflikteista ja tukevat vanhemmuutta.</p>
<p>O'Hara, Boring, Sandler & Beck. 2022.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli tutkia interaktiivisen, verkossa</p>	<p>Moniperuslinjainen kokeellinen suunnitelma.</p>	<p>Tulokset osoittivat, että ohjelma auttoi pysäyttämään positiivisten tunteiden vähenemisen, mikä</p>

<p>Enhancing Daily Affect in Youth Experiencing High-Conflict Parental Divorce: A Multiple Baseline Trial of an Online Prevention Program Artikkeli REACH Institute, Arizona State University USA</p>	<p>toimivan nuorten selviytymisohjelman vaikutuksia nuorten päivittäiseen tunte-elämään, erityisesti niillä, jotka kokevat korkeaa vanhempien välistä konfliktia avioeron jälkeen.</p> <p>Tutkimuksen tavoite oli tarkastella ohjelman vaikutuksia nuorten positiivisiin ja negatiivisiin tunteisiin ennen interventiota, sen aikana ja sen jälkeen.</p>	<p>Nuoria, jotka olivat kokeneet riitaisen vanhempien eron, ikähaarukka 11–16. Otanta sisälsi 9 lasta.</p>	<p>voi viitata suojaavaan vaikutukseen masennusta vastaan.</p> <p>Negatiivisiin tunteisiin ei kuitenkaan havaittu merkittävää vaikutusta.</p>
<p>Zhao, Ren & Chen. 2023. A mediated moderation model of negative life events, self-esteem, rumination and parental divorce on depression among Chinese juvenile delinquents Artikkeli School of Psychology, Guizhou Normal University, Guiyang, Guizhou China</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli testata negatiivisten elämäntapahtumien, itsetunnon, märehtimisen ja vanhempien avioeron vaikutuksia kiinalaisiin nuorisoriikollisiin</p> <p>Tutkimuksen tavoite oli paljastaa negatiivisten elämäntapahtumien ja masennuksen välisen yhteyden taustalla oleva mekanismi</p>	<p>Kyselytutkimus</p> <p>Otanta oli 236 nuorisoriikollista, ikähaarukka 12–17</p>	<p>Negatiivisten elämäntapahtumien ja masennuksen välillä oli positiivinen korrelaatio.</p> <p>Itsetunnolla ja märehtimisellä oli erillinen ja peräkkäinen välittäjärooli negatiivisten elämäntapahtumien ja masennuksen välillä.</p> <p>Vanhempien avioerolla oli mallissa negatiivisten elämäntapahtumien ja itsetunnon välillä hillitsevä vaikutus.</p> <p>Masennuksen esiintyvyyttä voidaan vähentää muuttamalla märehtivää ajattelu-</p>

			tapaa, mikä parantaa itsetuntoa, kohdattaessa useita negatiivisia elämäntapahtumia. Lisäksi olisi kiinnitettävä enemmän huomiota vanhempien avioeron kokeneisiin nuorisoriikollisiin.
<p>Tosi. 2024 Carry that weight: Parental separation and children's Body Mass Index from childhood to young adulthood Artikkeli Department of Statistical Sciences, University of Padua, Italy</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli tutkia, miten vanhempien ero vaikuttaa lasten painoindeksiin ja ylipainon/lihavuuden riskiin lapsuudesta nuoreen aikuisuuteen</p> <p>Tutkimuksen tavoite oli analysoida miten nämä vaikutukset kehittyvät ajan myötä ja miten ne vaihtelevat vanhempien sosioekonomisen aseman mukaan</p>	<p>Regressiomallit 2675 0–12-vuotiasta lasta</p>	<p>Tulokset osoittivat, että vanhempien ero liittyy BMI:n nousuun ja ylipainon/lihavuuden riskiin erityisesti tyttöjen kohdalla.</p> <p>Vaikutukset olivat merkittäviä jo erovuodesta lähtien ja jatkuivat vähintään kymmenen vuotta tapahtuman jälkeen.</p> <p>Lisäksi havaittiin, että vaikutukset olivat voimakkaampia lapsilla, joiden vanhemmilla oli matalampi koulutustaso tai jotka kuuluivat etnisiin vähemmistöihin.</p>
<p>Karhina, Bøe, Hysing, Askeland & Nilsen. 2023. Parental separation and school dropout in adolescence Tutkimusartikkeli Department of Psychosocial Science, Faculty of Psychology, University of Bergen Norway</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli tutkia vanhempien eron ja nuorten koulunkäynnin keskeyttämisen välistä yhteyttä</p> <p>Tutkimuksen tavoite oli dokumentoida ja analysoida selittäviä tekijöitä</p>	<p>Logistinen regressioanalyysi ja sen hajoaminen Tukena tietokanta</p> <p>Nuoret, jotka olivat kokeneet vanhempiensa eron, sekä heidän koulunkäyntiinsä liittyvät tilanteensa</p>	<p>Tulokset osoittivat, että vanhempien ero oli yhteydessä korkeampaan koulunkäynnin keskeyttämisen riskiin.</p> <p>Suurin osa seliteydistä eroista johtui vanhempien koulutustasosta ja kotitalouden tuloista, mutta merkittävä osa yhteydestä jäi selittämättä, mikä viittaa siihen, että</p>

			vanhempien eron vaikutus koulunkäynnin keskeyttämiseen on monimutkainen ja monien tekijöiden muovaama.
<p>Kleinschlömer, Kühn, Bister, Vogt & Krapf. 2024. Analyzing the Impact of Family Structure Changes on Children's Stress Levels Using a Stress Biomarker Tutkimusartikkeli University of Mannheim, Mannheim Center for European Social Research Germany</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli analysoida, miten perherakenteen muutokset, kuten vanhempien ero tai uusperheen muodostuminen, vaikuttavat lasten stressitasoihin biologisesta näkökulmasta</p> <p>Tutkimuksen tavoite oli antaa tietoa vanhempien eron pitkäaikaisista vaikutuksista lasten terveyteen</p>	<p>Kyselytutkimus + laboratorio-tutkimus</p> <p>Lapset, jotka kokivat perherakenteen muutoksia, kuten vanhempien eron tai siirtymisen uusperheeseen.</p>	<p>Yksinhuoltajaperheessä asuvilla lapsilla oli korkeampi CRP-taso kuin kahden vanhemman perheessä tai uusperheessä asuvilla lapsilla. Lisäksi yksinhuoltajaperheessä asuvilla lapsilla oli alhaisimmat taloudelliset varat.</p> <p>Yksinhuoltajaperheessä asuvilla lapsilla oli korkeampi BMI kuin uusperheessä asuvilla lapsilla.</p> <p>Lapsuuden stressillä voi olla pitkäaikaisia vaikutuksia hyvinvointiin myöhemmässä elämässä.</p>
<p>van Berkel, Prevoo, Linting, Pannebakker & Alink. 2022. What About the Children? Co-Occurrence of Child Maltreatment and Parental Separation Tutkimusartikkeli Institute of Education and Child Studies, Leiden University Alankomaat</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli tutkia missä määrin lasten kaltoinkohtelu esiintyy samanaikaisesti vanhempien eron kanssa ja yhteyksiä erityyppisten lasten kaltoinkohtelun ja erityyppisten eroon liittyvien van-</p>	<p>Kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä</p> <p>530 lasta, jotka oli tunnistettu kaltoinkohdelluiksi ammattilaisten toimesta</p>	<p>Tutkimus osoitti, että 69 % lapsista, jotka olivat kokeneet kaltoinkohtelua, oli myös kokenut vanhempiensa eron.</p> <p>Vanhempien välinen konflikti, erityisesti korkea konfliktitaso, oli merkittävä tekijä, joka liittyi lasten kaltoinkohteluun.</p>

	<p>hempien välisen konfliktien välillä.</p> <p>Tutkimuksen tavoite oli tarjota tietoa siitä, miten vanhempien ero voi lisätä lasten kaltoinkohtelun riskiä ja mitkä tekijät voivat vaikuttaa tähän yhteyteen. Tämä tieto voi auttaa kehittämään kohdennettuja tukiohjelmia perheille, jotka käyvät läpi eroa.</p>		<p>Tulokset korostavat, että vanhempien välisten ongelmien ratkaiseminen voi olla keskeistä lasten kaltoinkohtelun vähentämisessä.</p>
<p>Bell, Francia & Millar. 2021. A child's hidden struggles: Self-efficacy and painful feelings in the years following parental separation Artikkeli. School of health and behavioral science, University of the Sunshine Coast, Australia</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli tutkia, miten vanhempien eron jälkeinen konflikti ja sen laatu vaikuttaa lasten itsetuntoon ja emotionaaliseen hyvinvointiin sekä sopeutumiseen</p> <p>Tutkimuksen tavoite oli selvittää, miten vanhempien välinen yhteistyö tai kilpailu vaikuttaa lasten itsetuntoon ja heidän kykynsä käsitellä vanhempien eroon liittyviä tunteita</p>	<p>Poikittaiskorrelaatiotutkimus</p> <p>Otantaan kuului 77 ihmistä, jotka ovat kokeneet vanhempien eron.</p>	<p>Tulokset osoittivat, että yhteistyöhön perustuva yhteisvanhemmuus oli yhteydessä parempaan vanhemmuuteen ja lasten emotionaaliseen hyvinvointiin, kun taas kilpailuhenkinen konflikti lisäsi lasten stressiä ja heikensi heidän itsetuntoaan.</p> <p>Löydökset korostavat, kuinka tärkeää on tukea vanhempia rakentamaan yhteistyöhön perustuvaa suhdetta eron jälkeen.</p>

<p>Turunen, Norell-Clarke & Hagquist. 2021. How do children and adolescents of separated parents sleep? An investigation of custody arrangements, sleep habits, sleep problems, and sleep duration in Sweden Artikkeli. Department of Social Sciences, Södertörn University, Huddinge, Sweden</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli tutkia, miten vanhempien eron jälkeiset huoltajajärjestelyt vaikuttavat lasten ja nuorten uneen</p> <p>Tutkimuksen tavoite oli saada materiaalia lasten nukkumistottumuksista</p>	<p>Poikittaistutkimus</p> <p>Nuoria WHO:n Terveyskäyttäytyminen kouluikäisillä lapsilla tutkimuksesta.</p> <p>n = 11, 802 Vuosina 2013/2014 ja 2017/2028</p> <p>5., 7. ja 9. luokien oppilaat Ruotsissa</p>	<p>Tutkimuksessa havaittiin, että yksinhuoltajuudessa elävät lapset nukkuivat vähemmän ja kokiivat enemmän uni-vaikeuksia verrattuna kahden vanhemman perheisiin ja raportoivat sosiaalisesta aikaerosta kouluaamujen ja viikonloppujen välillä verrattuna kahden vanhemman perheisiin.</p> <p>Jaettu fyysinen huoltajuus liittyi suurempaan todennäköisyyteen myöhäiseen nukkumaanmenoon ja nukahtamisvaikeuksiin verrattuna kahden vanhemman perheisiin, mutta unen määrän vähyyttä suositeltua vähemmän tai sosiaalista aikaerorasiitusta ei.</p> <p>Epätasa-arvoinen jakaminen oli yleensä yhteydessä huonompaan uneen kuin kahden vanhemman perheissä.</p>
---	--	---	---

Hakutaulukko

Tietokanta	Hakusanat	Vuosiluvut	Muut hakukriteerit	Osumat	Valitut osumat
Sciencedirect	Child AND divorce AND coping	2020–2025	Research articles. Children and Youth services review. Psychology, social sciences, Nursing and health professions. English.	157	1
ERIC	child* AND divorce	2021–2025	Peer reviewed.	28	2
Pubmed	Child AND divorce AND coping	2020–2025	Free full text.	25	1
Pubmed	child AND negative effect AND divorce	2021–2025	Free full text, child: birth-18 years	25	1
Sciencedirect	Adolescents, Education, Family structure, Parental separation	2024	open access, english, subject area= psychology, research articles, Advances in life course research	5	1
SageJournals	Adolescent, Coparenting	2021–2025	Open access	4	1
SageJournals	Children, Parental separation	2021–2025	Open access	6	3
BMJ Journals	Children, Coparenting, Divorce	2021–2024	Open access	2	1
SageJournals	Children, Family	2024	Open access, Research article	52	1
Taylor & Francis	Child (TITLE), Parental separation (TITLE)	2021	Article	7	1

Pubmed	Youth, Divorce, Online program	2021–2025	Free full text	7	1
Pubmed	children AND divorce AND physical health	2021	Free full text, Child: Birth-18 years	11	1
SageJournals	Children, post-divorce, well-being (TITLE), former spouses	2021–2022	Research article, only content I have full access to	20	1

Valinta- ja poissulkukriteeri taulukko

Valintakriteerit	Poissulkukriteerit
Tutkimus on julkaistu vuonna 2020 tai sen jälkeen	Tutkimus on julkaistu ennen vuotta 2020
Lapsia käsittelevät tutkimukset	Tutkimukset, jotka eivät käsittele lapsia
Suomen- tai englanninkielinen tutkimus	Muun kuin suomen- tai englanninkielinen tutkimus
Avoimesti saatavilla	Ei avoimesti saatavilla