

”Tää on, elämä on”

**Epätyypillisinä aikoina työskentelevien
yksinhuoltajaäitien vanhemmuuden
voimavarat ja kuormittavat tekijät**

Miia Brunou

Opinnäytetyö

Joulukuu 2015

Sosiaalialan koulutusohjelma, ylempi AMK

Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala

Tekijä(t) Brunou, Miia	Julkaisun laji Opinnäytetyö, ylempi AMK	Päivämäärä 7.12.2015
	Sivumäärä 72	Julkaisun kieli Suomi
		Verkkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi "Tää on, elämä on" Epätyypillisinä aikoina työskentelevien yksinhuoltajaäitien vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät		
Tutkinto-ohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma, YAMK		
Työn ohjaaja(t) Timo Hintikka, Asta Suomi		
Toimeksiantaja(t) Perheet 24/7 –hanke		
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia epätyypillisinä aikoina työskentelevien yksinhuoltajaäitien kokemuksia vanhemmuuden voimavaroista ja kuormittavista tekijöistä. Tavoitteena oli selvittää ja kuvata äitien kokemuksia vanhemmuudesta ja erityisesti mitä epätyypillisinä aikoina tehtävä työ merkitsee arjen ja vuorovaikutuksen sujumisessa.</p> <p>Laadullinen opinnäytetyö on ollut osa Jyväskylän ammattikorkeakoulun, Jyväskylän yliopiston ja Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitokset Perheet 24/7 – hanketta. Tutkimusaineistona oli 12 yksinhuoltajaäitien teemahaastattelua. Tietoperustana käytettiin Belskyn vanhemmuuden prosessimallia, jossa vanhemmuuteen vaikuttavia tekijöitä ovat vanhemman persoonana, lapsen yksilölliset ominaisuudet sekä sosiaalinen konteksti eli parisuhde, sosiaalinen verkosto ja kokemukset työstä.</p> <p>Opinnäytetyön tuloksena näyttäytyi että vanhemmuuden voimavaroja ja kuormittavia tekijöitä liittyi eniten vanhemman työssäkäyntiin ja vanhemman persoonaan. Tulosten tarkastelua jatkettiin kehysanalyysin avulla. Äitien kokemuksia vanhemmuuden voimavaroista ja kuormittavista tekijöistä tarkasteltiin tilanne-, toiminta-, tunne- ja toiveet (tulevaisuuden odotukset) – kehysten kautta. Lähes puolet vanhemmuuteen liittyvistä kokemuksista sijoittui toimintakehykseen.</p> <p>Johtopäätöksenä todettiin, että selkeimmin vanhemman työn osalta toimintaan, eli arjen sujumiseen ja työn käytäntöihin liittyvät tekijät, olivat sekä merkittävä kuormittava tekijä että voimavara. Lisäksi tulosten perusteella vanhemman persoonaan liittyvillä tunteilla on usein vanhemmuutta kuormittava vaikutus. Sosiaalisen verkoston merkitys jäi melko vähäiseksi sekä vanhemmuutta tukevana että kuormittavana tekijänä. Parisuhde ei ollut merkittävä tekijä ja lapsen yksilölliset ominaisuudet näyttäytyivät melko keskimääräisinä.</p>		
Avainsanat (asiasanat) Yksinhuoltajuus, vanhemmuus, voimavarat, epätyypillinen työaika, kuormittavat tekijät, äitiys		
Muut tiedot		

Author(s) Brunou, Miia	Type of publication Master's thesis	Date 7.12.2015
	Number of pages 72	Language of publication: Finnish
		Permission for web publication: X
Title of publication "This is life" The parenting resources and strains of single mothers working in nonstandard hours		
Degree programme Master's degree Programme in Social Studies JAMK University of Applied Sciences		
Supervisor(s) Timo Hintikka, Asta Suomi		
Assigned by Families 24/7 –research project		
<p>Abstract</p> <p>The purpose of the study was to examine the experiences of single mothers working in nonstandard hours related to their parenting resources and to the stress factors in their lives. The aim was to identify and describe the parenting experiences of single mothers especially considering the effects of working in nonstandard hours on daily life and interaction in the family.</p> <p>This qualitative thesis was part of the Families 24/7 project run by JAMK University of Applied Sciences, The University of Jyväskylä and the National Institute for Health and Welfare (THL). The data consisted of 12 theme interviews of single mothers. Belsky's Process Model of Parenting was used as a theoretical background. The model highlights the following factors affecting parenting: the personality of the parent, children's characteristics and the social context, in other words, marital relations, social networks and work-related experiences.</p> <p>According to the study, most of the resources and strains of parenting were associated to work and the personality of the parent. A framework analysis was used for further analysis. The mothers' experiences of their parenting resources and strains were studied in the situational, functional and emotional frames as well as in that of future expectations. Almost half of the experiences related to parenting could be found in the functional frame.</p> <p>The conclusion was that work-related factors, in other words, uncomplicated daily life and factors related to work practices, were significant contributors to both the parenting strain and resources. In addition, the emotional factors of the parent's personality often had a straining effect on parenthood. The importance of social networks remained relatively low both in terms of strain and resource. Moreover, marital relations were an insignificant factor, and the impact of the child characteristics seemed to be on quite an average level.</p>		
Keywords/tags (subjects) Single parenthood, parenting, resources, strains, single mother, maternal, nonstandard working hours		
Miscellaneous		

Sisältö

1	Johdanto.....	3
2	Vanhemmuuden prosessimalli.....	7
3	Vanhemman ominaisuudet.....	9
4	Lapsen persoonallisuuden vaikutuksia vanhemmuuteen.....	12
5	Sosiaalisen kontekstin vaikutuksia vanhemmuuteen	13
5.1	Parisuhteen vaikutuksia vanhemmuuteen.....	14
5.2	Yksinhuoltajuuden vaikutuksia vanhemmuuteen	15
5.3	Sosiaalisen verkoston vaikutuksia vanhemmuuteen	17
5.4	Vanhemman työtilanteen vaikutuksia vanhemmuuteen.....	18
6	Opinnäytetyön toteutus.....	23
6.1	Opinnäytetyön tavoitteet ja tutkimustehtävät	23
6.2	Aineiston keruu.....	25
6.3	Aineiston analyysi	26
6.4	Aineiston käsittelyn vaiheet	31
7	Tulokset	32
7.1	Haastateltujen kuvailu.....	32
7.2	Vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät vanhemmuuden prosessimallin mukaan	33
7.2.1	Persoonaan liittyvät tekijät	35
7.2.2	Työhön liittyvät tekijät	35
7.2.3	Verkostoon liittyvät tekijät.....	36
7.2.4	Parisuhteeseen liittyvät tekijät	37
7.2.5	Lapsen persoonallisuuteen liittyvät tekijät.....	37
7.3	Vanhemmuuden voimavarojen ja kuormittavien tekijöiden vaihtelevat kehykset	38
7.3.1	Tilannesidonnainen kehys.....	39

	2
7.3.2	Toimintaan liittyvä kehys42
7.3.3	Tunnepohjainen kehys45
7.3.4	Toiveisiin tai tulevaisuuden odotuksiin liittyvä kehys.....48
8	Johtopäätökset.....50
8.1	Tulosten tarkastelu50
8.2	Luotettavuus ja eettisyys.....56
9	Pohdinta58
	Lähteet.....61
	Liitteet69
	Liite 1. Persoona, voimavarat; esimerkki luokitellusta ja tiivistetystä aineistosta ...69
	Liite 2. Persoona, voimavarat; esimerkki kehyksiin sijoitetusta aineistosta70
	Liite 3. Vanhemmuuden voimavarat luokiteltuna ja eri kehyksissä, pelkistetty taulukko71
	Liite 4. Vanhemmuuden kuormittavat tekijät luokiteltuna ja eri kehyksissä, pelkistetty taulukko72

Taulukot

Taulukko 1. Vanhemmuuden voimavaroihin ja kuormittaviin tekijöihin liittyvien mainintojen määrä	34
Taulukko 2. Vanhemmuuden voimavarojen ilmeneminen eri kehyksissä ja suhteessa vanhemmuuteen vaikuttaviin tekijöihin	39
Taulukko 3. Vanhemmuuden kuormittavien tekijöiden ilmeneminen eri kehyksissä ja suhteessa vanhemmuuteen vaikuttaviin tekijöihin	39
Taulukko 4. Tilanteeseen liittyvät vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät	40
Taulukko 5. Toimintaan liittyvät vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät	43
Taulukko 6. Tunteisiin liittyvät vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät ..	46
Taulukko 7. Toiveisiin tai tulevaisuuteen liittyvät vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät	48

Kuviot

Kuvio 1. Vanhemmuuden prosessimalli	8
---	---

1 Johdanto

Opinnäytetyön aiheena on epätyypillisinä aikoina työskentelevien yksinhuoltajaäitien vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät. Opinnäytetyössä tutkitaan millaisia voimavaroja ja kokemuksia vanhemmuudesta yksinhuoltajaäidit kuvaavat ja millaisilla tekijöillä on heidän mielestään vaikutusta vanhemmuuteen. Opinnäytetyön aineisto on osa Perheet 24/7 –hankkeen haastatteluaineistoa. Perheet 24/7 –hanketta hallinnoi Jyväskylän Ammattikorkeakoulu, siinä ovat olleet mukana myös Jyväskylän yliopiston Kasvatustieteiden laitos ja Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Hankkeessa on tutkittu ympärivuorokautista taloutta lasten, vanhempien ja päivähoiton näkökulmasta.

Perheiden elämä on muuttunut huomattavasti viimeisinä vuosikymmeninä. Yhden elättäjän kotitalouksista on siirrytty perheisiin, joissa molemmat vanhemmat ovat työssä. Ympärivuorokautinen talous on toisaalta muuttanut hyvin paljon tapaa, jolla työaika organisoidaan. (Strazdins, Korda, Lim, Broom & D’Souza 2004, 1517.) Vuorokauden ympäri toimiva talous on yleistynyt sekä Suomessa että muualla maailmassa. Tämä muuttaa työn tekemisen mahdollisuuksia ja vaikuttaa sitä kautta perheiden elämään. Toisen, ainoan tai molempien vanhempien työskentely epätyypillisinä aikoina voi tuottaa sekä kielteisiä että myönteisiä seurauksia kaikkien perheenjäsenten elämään.

Yleistynyt työskentely epätyypillisinä aikoina on merkittävä sosiaalinen ilmiö, jolla on olennaisia seurauksia yksilöiden ja heidän perheidensä terveyteen ja hyvinvointiin sekä sosiaalipolitiikan toteuttamiseen (Presser & Ward 2011, 3). Työskentely epätyypillisinä aikoina voi aiheuttaa masennusoireita ja parisuhderistiriitoja kahden työssäkäyvän aikuisen perheissä (Perry-Jenkins, Goldberg, Pierce & Sayer 2007, 136). On todettu, että vanhempien iltaisin tekemä työ vähentää vapaa-ajan ja sosiaalisia toimia, joissa lasten ja vanhempien välinen vuorovaikutus on keskeistä. Tämä voi olla huolestuttavaa epätyypillisten työsuhteiden lisääntyessä. (Rapoport & Le Bourdais 2008, 927.) Kehitys kohti 24/7-taloutta tulee jatkumaan ja nykyisen näytön perusteella voidaan olettaa, että joiltakin osin lasten kehitystä muovaa heidän vanhem-

piensa työn ajankohta (Li, Johnson, Han, Andrews, Kendall, Strazdins & Dockery 2014, 37). Suomessa erityisesti pienten lasten äitien työskentely epätyypillisinä aikoina on melko yleistä (Miettinen & Rotkirch 2012, 46).

Suomessa lapsiperheistä viidennes on yksinhuoltajaperheitä, joissa suurimmassa osassa äiti on yksinhuoltaja. Kokemukseen yksinhuoltajaperheen toimivuudesta ja yksinhuoltajan vanhemmuudesta vaikuttavat monesti samat tekijät kuin muihinkin perheisiin. Yhteiskunnan arvojen muutokset vaikuttavat sekä vanhemmuutta vahvistaen että heikentäen. Ihmissuhteiden ohentuminen, kulttuuristen arvojen moninaistuminen ja perheen arjen sujumisen haasteet ovat yhteisiä muutoksia kaikkien vanhemmuudessa (Broberg & Tähtinen 2012, 154). Yksinhuoltajuuden stressaavat seuraukset eivät ole tilapäisiä vaan liittyvät yhteiskunnalliseen rakenteeseen. Yksinhuoltajaäidit kokevat enemmän taloudellista kuormitusta, työstressiä ja huolenpitouppumusta sekä kuormittavia elämäntapahtumia kuin parisuhteessa olevat äidit. (Avison, Ali & Walters 2007, 312.) Yksinhuoltajien taloudellisten paineiden ja aikapulan ohessa yksinhuoltajien keskittyminen lapseen toisaalta tukee heidän vanhemmuuttaan (Haataja 2012, 113; Broberg & Tähtinen 2009, 157).

Kokemuksia vanhemmuudesta

Vanhemmuus on monitahoinen prosessi, jonka tekee erityisen hankalaksi lapsen ominaisuuksien epäyhtenäisyys, kehitysprosessien monimutkaisuus ja jatkuvan huolenpidon vaatimukset (Crnic & Low 2002, 244). Useimmat vanhemmat kokevat tietyn määrän hankalia tilanteita kuuluvan rooliin huolenpitäjänä. Alttiudessa kokea ja selviytyä vanhemmuuden kuormittavista tekijöistä on kuitenkin merkittäviä eroja. Vanhempien erilaiset ominaisuudet vaikuttavat vanhemmuuden stressin kokemukseen, mm. vanhemmilla, joilla on psyykkisiä ongelmia, on todennäköisemmin vanhemmuuden stressiä. (Deater-Deckard 2004, 53.) Vanhemmuus tuo aikuisen elämään sekä kuormittavia tekijöitä että voimavaroja. Vanhemman kokemuksena ovat yhtäaikaaisesti vanhemmuuden ahdistus, vanhemman roolin vangitsevuus, ilo lapsen ja vanhemman välisestä suhteesta ja vanhemmuuden tuoma uusi elämän tarkoitus (Nomaguchi & Brown 2011, 622 - 632).

Vanhemmuuden jokapäiväiset haasteet ovat ilmeisimmin suhteellisen yleinen ilmiö, jolla kuvataan mielekästä yhteyttä ymmärtää aikuisen reaktioita vanhemmuuden vaatimuksiin ja jolla on sopeuttava merkitys perhesysteemissä. (Crnic & Low 2002, 256.) Päivittäiset arjen hässäkät ovat tyypillisiä vanhemmuutta kuormittavia tekijöitä olosuhteista tai tilanteista riippumatta. Arjen vaihtelevuus on lapsiperheille ominaista riippumatta erilaisista väestöllisistä tekijöistä. Käsitteellisesti voidaan erottaa vähäiset vanhemmuuden kuormittavat tekijät yleisemmistä vanhemmuuden stressin käsitteistä ja lasten käytösongelmaluokituksesta. Lapsen tavanomainen haastavana tai vaikeana koettu käytös voidaan kokea ajoittain kuormittavana tekijänä, mutta sitä ei määritellä ongelmalliseksi, jollei käytöksen intensiteettiä, yleisyyttä tai johdonmukaisuutta arvioida normaalia suuremmaksi. Vanhemmuuden stressi ei ole ainoastaan lapsen käytökseen liittyvää vaan vanhemmat voivat kokea stressiä erityisesti vanhemmuuteen liittyvistä arjen toimista. Perhesysteemin ulkopuolella olevat tilannesidonnaiset tekijät vaikuttavat myös vanhemman kokeman stressin määrään ja ne vaikuttavat epäsuorasti vanhemman käsityksiin vanhemmuuden prosesseista. Merkittävin näistä tekijöistä on työpaikka. (Crnic & Low 2002, 245.)

Jokapäiväisen vanhemmuuden stressin seuraukset eivät välttämättä ole kaikkialla läsnä, mutta niiden voidaan nähdä vaikuttavan perheen jäseniin ja perheisiin kokonaisuutena. Näillä päivittäisillä stresseillä vaikuttaa olevan suora vaikutus vanhemman psyykkiseen vointiin, heidän käsityksiinsä ja uskomuksiinsa sekä käytökseen lapsia kohtaan. Arjen kuormittavat tekijät vaikuttavat vanhemmuuden laatuun ja perhesysteemin toimivuuteen ja sitä kautta lasten hyvinvointiin sosiaalisen, tunteiden ja tiedollisten osa-alueiden kautta. Yhteyks vanhemmuuden stressin ja ongelmallisen toiminnan välillä on selvä. Perheissä, joissa on ongelmia, syntyy stressaavia kokemuksia sen sijaan että perheen toiminta muuttuisi ongelmalliseksi stressin myötä. (Crnic & Low 2002, 260.)

Vanhemman roolin ja lapsen käytöksen välinen kuormittavuus riippuu monista eri tekijöistä. Monet vuorovaikutukseen liittyvät tekijät, kuten vanhemman ja lapsen ominaisuudet, vanhemman parisuhde ja toimimattomat vanhemmuuden prosessit, vaikuttavat äidin tai isän käsityksiin vanhemmuuden stressistä. Vähäisemminkin vanhemmuutta kuormittavilla tekijöillä on merkitystä lasten kokeman vanhemmuu-

den laatuun ja vanhemman kokemaan tyytyväisyyteen lasten hoidosta, mutta ne voivat myös mahdollistaa vanhemman ja lapsen välisen suhteen kasvua ja edistää vanhemman henkilökohtaista omaa kasvua. (Crnic & Low 2002, 262.)

Yksittäisellä päivittäisellä vanhemmuutta kuormittavalla tekijällä voi olla vain vähäinen merkitys, mutta suhteellisesti pienten tapahtumien kumulatiivinen vaikutus voi ajan kuluessa olla merkittävä riippumatta stressin aiheuttajasta. Yksilölliset tekijät, kuten luonteen piirteet, parisuhteen laatu, mahdollinen sosiaalinen tuki ja vanhemmuuden käsitykset, ovat kriittisiä vanhemmuuden stressin laadun ymmärtämisessä ja aiheuttavat sen ettei tapahtumia ei koeta yhtäläisen kuormittavina. (Crnic & Low 2002, 245 – 246.)

Vanhemmuuden stressi viittaa vanhemman kokemiin olosuhteisiin tai tunteisiin jolloin vanhemmuuteen liitetyt vaatimukset ylittävät niiden kohtaamiseen käytettävissä olevat henkilökohtaiset ja sosiaaliset voimavarat (Cooper, McLanahan, Meadows & Brooks-Gunn 2009, 559). Crnic ja Low'n (2002, 248) mukaan vanhemmuuden stressi määritellään epämiellyttäväksi psyykkiseksi reaktioksi suhteessa vanhempana olemisen vaatimukseen ja se koetaan kielteisinä tunteina itseä ja lasta tai lapsia kohtaan sekä lähtökohtaisesti nämä negatiiviset tunteet johtuvat suoraan vanhemmuuden vaatimuksista.

Vanhemmuuden stressin kokemukseen heijastuu vanhemmuuteen liittymättömien stressitekijöiden aiheuttama huoli. Useiden ulkoisten tekijöiden aiheuttama stressi muuttuu kokemukseksi mm. vanhemmuuden kyvyttömyydestä ja roolirajoitteista. (Östberg & Hagekull 2013, 218–219.) Vanhemmuuden stressi muodostuu monikerroksisesti ja on yleensä seurausta useammista tapahtumista tai ominaisuuksista. Yhteisvaikutteisuutta ja prosessisuuntautuneisuutta korostavissa kehitysmalleissa erilaisten vanhempain, lapsien ja perhetekijöihin liittyvien vaatimusten ja resurssien yhtäaikaisuus luo ajan kuluessa edellytykset siihen koetaanko vanhemmuus enemmän tai vähemmän kuormittavana. Vanhemmuuden stressi ei ole universaalialia, kaikilla vanhemmilla ei ole samaa käsitystä siitä mitkä lapsen käyttäytymisen tai vanhemmuuden roolin ulottuvuudet ovat stressaavia. Vähäisempi vanhemmuuden stressi liittyy myönteisempiin käsityksiin vanhemmuudesta ja vanhemmuuden stressin li-

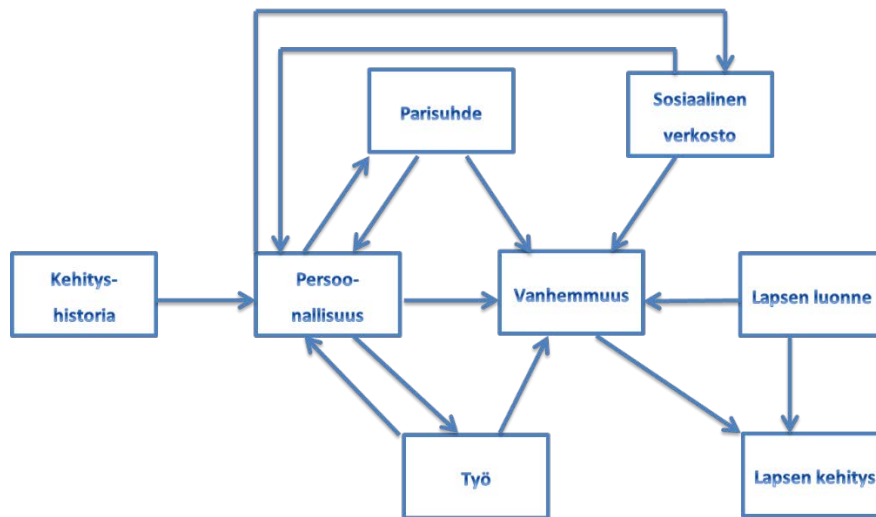
sääntyminen on yhteydessä vähemmän myönteisiin käsityksiin vanhemmuudesta (Respler-Herman, Mowder, Yasik & Shamah 2012, 190).

Kivijärven (2007, 27) mukaan vanhemmilla on vain vähän kokemuksia vanhemmuuden stressistä. Toisaalta näyttää, että samalla vanhemmalla ja samassa perheessä voi olla useammanlaisia stressikokemuksia, erityyppiset stressikokemukset kasautuvat (Kivijärvi 2007, 27 - 28). Yksinhuoltajuus on yhteydessä perheen stressitekijöihin (mm. perheenjäsenten terveysongelmat) ja vanhemmuuden stressiin (Östberg & Hagekull 2013, 218). Vanhemmuuden stressiä on enemmän iäkkäämmillä äideillä, joilla oli useita lapsia huolehdittavana, enemmän kotitöitä ja vähemmän sosiaalista tukea, joiden lapsi on erityinen ja jonka äiti kokee haastavana, joilla on arjen hässäköitä ja kielteisiä elämäkokemuksia (Östberg & Hagekull 2000, 622). Pyrittäessä vähentämään vanhemmuuden stressiä ei siten riitä yhden stressitekijän poistaminen vaan on otettava huomioon muutkin stressitekijät (Ford, Heinen & Langkamer 2007, 74).

Opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää tutkittaessa edelleen epätyypillisinä aikoina työskentelevien yksinhuoltajaäitien kokemuksia vanhemmuudesta. Lisäksi voidaan osaltaan arvioida millaisia voimavaroja lisääviä tekijöitä olisi hyvä kehittää yksinhuoltajaperheiden ja vanhemmuuden tukemiseksi ja toisaalta millaisten kuormittavien tekijöiden vähentäminen voi vaikuttaa yksinhuoltajaäitien kokemuksiin vanhemmuuden haastavuudesta.

2 Vanhemmuuden prosessimalli

Opinnäytetyön taustateorianä on käytetty Belskyn vanhemmuuden prosessimallia (kuvio 1). Taustaosio on jaoteltu alkuperäisen prosessimallin vanhemmuutta määrittävien tekijöiden mukaan kolmeen lukuun. Luvuissa on koottu yhteen Belskyn käsityksiä kunkin tekijän merkityksestä vanhemmuuteen sekä aiheeseen liittyvien tutkimusartikkeleiden pohjalta näitä käsityksiä tukevaa tai uusia näkökulmia tuovaa tutkittua tietoa.



Kuvio 1. Vanhemmuuden prosessimalli (alkup. kuvio ks. Belsky 1984, 84)

Vanhemmuuden toimivuuteen vaikuttaa monenlaiset tekijät, joista erityisen merkittäviä ovat kolme vanhemmuutta määrittävää tekijää. Belskyn (1984, 84) (sosiaali-kontekstuaalisen, social-contextual model) vanhemmuuden prosessimallissa vanhemmuuteen vaikuttavia tekijöitä ovat vanhemman persoonallisuus ja lapsen yksilölliset ominaisuudet sekä laajempi sosiaalinen konteksti johon vanhempi-lapsi – suhde sijoittuu. Ekologinen näkökulma vanhemmuuteen edellyttää vanhemman ja lapsen ominaisuuksien lisäksi myös vanhempi-lapsi – suhteen tilannesidonnaista huomioimista (Belsky 1984, 86). Sosiaalinen konteksti käsittää vanhemman parisuhteen, sosiaalisen verkoston ja kokemukset työstään. Vanhemmuuden prosessimallin mukaan vanhemmuuteen vaikuttavat monet tekijät ja vanhemmuus määrittyy monikerroksisesti. Vanhemmuutta määrittävät tekijät voivat sekä tukea että heikentää vanhemmuutta, lisäksi vanhemman kehityshistoria ja persoonallisuus muokkaavat vanhemmuutta epäsuorasti vaikuttamalla lapsi-vanhempisuhteen laajempaan kontekstiin.

Tarkasteltaessa kunkin alasyntemien tuottamaa vanhemmuuden stressiä tai tukea, olisi huomioitava ennen kaikkea niiden määrä eikä pelkistetysti stressin tai tuen olemassaoloa tai puuttumista. Tyypillisten prosessien erottaminen elämän rutiinien vaihtelussa on usein vaikeaa, jokainen sekasortoa aiheuttava kriisitilanne voi tuoda ilmi piirteitä jotka muuten jäisivät huomaamatta. (Belsky 1984, 92-93.)

3 Vanhemman ominaisuudet

Belskyn (1984, 91) mukaan merkityksellisin vanhemmuutta määrittävä tekijä ovat kunkin vanhemman psyykkiset resurssit. Niillä on suora vaikutus vanhemmuuteen, lisäksi psyykkiset resurssit vaikuttavat siihen kuinka vanhempi ottaa vastaan tilannesidonnaista tukea. Lapsen persoonallisuudella sekä verkostoon liittyvillä stressiä ja tukea lisäävillä tekijöillä on merkitystä vanhempana toimimiseen, silti henkilökohtaiset ominaisuudet ja voimavarat vaikuttavat siihen miten verkoston tarjoamat mahdollisuudet saadaan käyttöön ja ne säätelevät tehokkaimmin vanhempana toimimista (Copeland & Harbaugh 2010, 133).

Vanhemmuuteen vaikuttavat vanhemman yksilölliset ominaisuudet, jotka ovat ainakin osittain tulosta kunkin vanhemman kehityshistoriasta. Vanhemman kypsyyden, psyykinen hyvinvointi ja kasvun mahdollistava vanhemmuus ovat yhteydessä toisiinsa. Vanhemman hyvinvointi ja toimiminen vanhempana voidaan ainakin osittain liittää hänen kokemuksiinsa omassa kehityksessään. (Belsky 1984, 85.) Belskyn (mts. 86) mukaan vanhemman kehityksellinen historia muokkaa persoonallisuutta ja psyykkistä hyvinvointia, mikä osaltaan vaikuttaa vanhempana toimimiseen. Vanhemman hyvä terveys on vanhemmuutta suojaava tekijä (Halme & Perälä 2014, 223–225). Vanhemman identiteettiä määrittävät laajasti kokemukset vanhemman roolissa. Vanhemmuuden roolilla on suuri merkitys kunkin identiteetille, ajan kuluessa ja kokemuksen myötä vanhemmuuden roolin merkitys identiteetille kasvaa. (Murdock 2013, 9.)

Erityisesti äidit kokevat suurta huolta vanhemmuudesta. Riittämättömyyden tunne, maltin menettäminen ristiriitatilanteessa lapsen kanssa, huoli vanhemmuuden taitojen riittävydestä ja yksinäisyys ovat suurimpia huolenaiheita. Lähes kaikilla äideillä on huolia jossain vaiheessa elämää, huolien kasautuminen voi olla uhka perheen hyvinvoinnille. (Halme & Perälä 2014, 220–221.) Äidit, jotka kokevat olevansa tyytyväisempiä ja tehokkaampia roolissaan, toimivat vanhempana myönteisemmällä tavalla ja edistävät lapsen myönteistä käytöstä (Gilmore & Cuskelly 2012, 32). Muutokset vanhemman terveydessä tai sosioekonomisissa olosuhteissa ennustavat muutoksia

vanhemmuudessa. Vanhemmuutta voidaan kehittää parantamalla vanhempien terveyttä ja erityisesti hoitamalla vanhemman masennusta (Waylen & Stewart-Brown 2010, 204.)

Yksinhuoltajaäitien ominaisia piirteitä

Yksinhuoltajaäideillä on enemmän elämäntapahtumia ja varhaislapsuuden vastoin käymisiä sekä korkeampi pitkäaikaisen stressin taso kuin parisuhteessa olevilla äideillä (Cairney, Boyle, Offord & Racine 2003, 447). Kielteiset elämäkokemukset ovat yksi merkittävä vanhemmuuden stressiä lisäävä tekijä (Östberg & Hagekull 2000, 622). Elämäkokemusten lisäksi sosioekonomiset ja muut ympäristön tuottamat haasteet liittyvät yksinhuoltajaäitien heikompaan vanhemmuuteen ja psyykkisen stressin määrään (Nicholson, D'Esposito, Lucas & Westrupp 2013, 180). Parisuhteessa olevilla äideillä on korkeampi itsetunto ja hallinnan tunne kuin yksinhuoltajaäideillä, sen sijaan äitien kokemuksessa saadusta sosiaalisesta tuesta tai stressistä ei ole eroa (Copeland & Harbaugh 2010, 140).

Yksinhuoltajuudelle näyttää olevan ominaista stressin suuri määrä, sen sijaan kyvyt selvitä stressistä ovat samankaltaisia kuin parisuhteessa olevilla äideillä (Avison ym. 2007, 313). Elämäntapahtumilla on suurempi vaikutus parisuhteessa oleviin äiteihin mahdollisesti koska yksinhuoltajaäidit kokevat jo merkittävää pitkäaikaista stressiä ja uupumusta. He eivät reagoi niin voimakkaasti kielteisiin tapahtumiin ja ovat tottuneempia käsittelemään jatkuvaa stressiä ja ympäristön kuormitusta (Cairney ym. 2003, 447; Copeland & Harbaugh 2010, 140).

Koulutus

Koulutuksen merkitys äidin vanhemmuuteen voi olla kaksijakoinen. Yleisesti voidaan todeta että korkeammin koulutetuilla äideillä on enemmän rooliristiriitoja ja he kokevat vähemmän uutta elämän tarkoitusta lasten kanssa olosta. Näiden taustalla voi olla työstä johtuvat urakehitysodotukset ja toisaalta vaihtoehtoiset mahdollisuudet toteuttaa itseään (Nomaguchi & Brown 2011, 633–634). Yksinhuoltajaäitien korkeampi koulutustaso ennustaa parempaa lastenhoidon ja vanhemmuuden laatua (Lle-

ras 2008, 1294). Vähemmän koulutetuilla äideillä on enemmän vanhemmuuden ahdistusta ja vähemmän iloa suhteesta lapseen. On mahdollista, että korkeampi koulutus tarjoaa suuremmat mahdollisuudet vähentää huolta vanhempana olemisesta (Nomaguchi & Brown 2011, 633). Koulutustasosta riippumatta äidit kokevat samankaltaisia vanhemmuuden kuormituksen ja palkitsevuuden aiheita (mts. 634).

Taloudellinen tilanne

Vanhemman kokema huoli taloudellisesta tilanteesta lisää myös muuta huolta. Lapsiperheiden heikko sosioekonominen asema on uhka vanhemman jaksamiselle ja vanhemmuuden voimavaroille. (Halme & Perälä 2014, 221–222.) Toisaalta Dunning ja Giallo (2012, 155) toteavat, ettei vanhemman taloudellisella tilanteella ole erityisen suurta merkitystä vanhemman kokemaan masennukseen tai uupumukseen. Sen sijaan sosiaalisilla stressitekijöillä on aiempaa enemmän vaikutusta koettuun vanhemmuuteen (Cairney ym. 2003, 447). Siten perheiden köyhyyden väheneminen ei yksinään paranna vanhemmuutta (Waylen & Stewart-Brown 2010, 204).

Vastuu arjesta, ajan riittävyys

Uupumus on äideille vakava terveydellinen uhka, joka saattaa vaikuttaa haitallisesti vanhemmuuden stressin, vanhemmuuden käsitysten ja käyttäytymisen tasoon (Dunning & Giallo 2012, 145). Äideillä, joilla on suurempi vastuu lasten huolenpidosta, on enemmän aikapulaa. Koettu aikapula vaikuttaa äitien käsityksiin vanhemmuuden laadusta (Fitzpatrick, Janzen, Abonyi & Kelly 2012, 170). Toisen aikuisen puuttuminen perheestä voi aiheuttaa ajan puutetta ja siten vähentää lasten kanssa vietettävän ajan määrää, minkä vuoksi käytettävissä oleva aika vaikuttaa etenkin yksinhuoltajavanhempiin (Monna & Gauthier 2008, 646). Päivittäinen vastuu lapsen kasvatuksesta vaikuttaa yksinhuoltajaäidin hyvinvointiin riippumatta muusta persoonallisuudesta, perheeseen liittyvistä tai ulkoisista tekijöistä (Nicholson ym. 2013, 180).

4 Lapsen persoonallisuuden vaikutuksia vanhemmuuteen

Lapsen ominaisuuksista erityisesti lapsen haasteelliseksi koettu temperamentti vaikuttaa vanhemmuuteen (Belsky 1984, 86). Lapsen oletetut luonteenpiirteet muovavat vanhemman huolenpitoa lapsesta. Vanhempi-lapsi – suhteen kehityksen määrääytymisessä olennainen merkitys on vanhemman ja lapsen temperamenttien välinen yhteensopivuus. Lapsen haastava luonne ja persoonallisuus ovat yhteydessä vanhemmuuden stressin määrään (Östberg & Hagekull 2000, 623). Vanhemmat kokevat huolta lapsen kasvusta ja kehityksestä, kaikkiaan äideillä oli huolta isiä enemmän. Eniten huolta on lapsen fyysisestä terveydestä, elämäntavoista, tunne-elämästä, sosiaalisista suhteista sekä lapsen pelaamisesta tietokone- tai konsolipeleillä. (Halme & Perälä 2014, 218–219.)

Vanhemmat, joiden lapsilla on terveydellisiä tai kehityksellisiä ongelmia joko syntyesään tai myöhemmin, ovat muita ahdistuneempia. Lisäksi vanhemmuuden stressiä on enemmän perheissä, joissa lapset ovat herkemmin reagoivia, yhteistyökyvyttömiä ja aggressiivisempia, keskittymiskyvyttömiä ja yliaktiivisia, joilla on huonompi itsehillintä ja jotka ovat ahdistuneita tai masentuneita. Lapsen tiedolliset, tunteen ja käytöksen osa-alueet ovat toisistaan riippuvaisia, monella lapsella on ongelmia useilla kehityksen alueilla ja heidän vanhempansa ovat muita stressaantuneempia. (Deater-Deckard 2004, 73.)

Lasten tunne- ja käyttäytymisvaikeudet ovat yhteydessä vanhemman epätyypilliseen työaikaan osittain perheen heikon toimivuuden, vanhemman masennusoireiden sekä vihamielisen ja tehottoman vanhemmuuden kautta. Epätyypillisinä aikoina työskentelevien vanhempien lapsilla on todennäköisemmin tunne- ja käytösongelmia. (Strazdins ym. 2004, 1524; Joshi & Bogen 2007, 151). Vanhemman työskentelyllä epätyypillisinä aikoina on suurempi kielteinen vaikutus lapsiin, joiden perheillä on matala sosioekonominen asema, kuin lapsiin, joiden perheissä on enemmän taloudellisia resursseja (Li ym. 2014, 32). Lasten kotiympäristö on parempi yksinhuoltaja-äideillä, joilla on parempi palkka, riittävästi työtunteja ja joilla on vuorotyö (Lleras 2008, 1294). Toisaalta perhe-elämän tilanne on erilainen perheissä joissa äiti työ-

kentelee joko päivä- tai iltavuorossa, arjen vaihtelevat tilanteet vaikuttavat lasten hyvinvointiin (Barnett & Gareis 2007, 743).

Östberg ja Hagekull'n (2013, 213) mukaan ulkoisilla stressitekijöillä ja nimenomaan vanhemmuuteen liittyvällä stressillä on vaikutuksia äitien arvioihin lasten selviytymisestä. Vanhemmuuden stressiä on enemmän iäkkäämmillä äideillä, joilla oli useita lapsia huolehdittavana, enemmän kotitöitä ja vähemmän sosiaalista tukea, joiden lapsella on erityisiä tarpeita ja jonka äiti kokee haastavana, joilla on arjen hässäköitä ja kielteisiä elämäkokemuksia (Östberg & Hagekull 2000, 622).

Lapsen käyttäytymisongelmat ovat yhteydessä etenkin äitien kokemukseen kyvyistään vanhempana, vanhemmuuden tyytyväisyyteen ja koettuun aikapulaan. Äidin vanhemmuuden minäpystyvyyttä vähentää ja tätä ennustaa lapsen käyttäytymisongelmat (Murdock 2013, 10). Lapsen käyttäytymisongelmat ovat yhteydessä äitien vanhemmuuden tyytyväisyyteen (Johnston & Mash 1989, 173) siten että lapsen kielteisellä käytöksellä on enemmän merkitystä äidin tyytyväisyyteen vanhemman roolissa kuin myönteisellä käytöksellä (Gilmore & Cuskelly 2012, 32). Lisäksi äidit, joiden lapsella oli terveys- tai käyttäytymisongelmia, kokivat enemmän aikapulaa. Ajanpuutteen kokemiseen ei sen sijaan vaikuta lasten määrä tai ikä. (Fitzpatrick ym. 2012, 171.)

5 Sosiaalisen kontekstin vaikutuksia vanhemmuuteen

Sosiaalisen verkoston tarjoaman tuen laatu on tilannesidonnaista, kulloinkin tarvittava tuki vaihtelee sekä tilanteen että tuen antajan mahdollisuuksien mukaan. Tilannesidonnainen tuki voi olla henkisen tuen tarjoamista, välineellistä apua tai sosiaalisten odotusten siirtämistä. Henkinen tuki koetaan vanhemmasta välittämisenä tai se syntyy tuloksena hienotunteisista ja huolehtivista toimista. Välineellinen tuki vanhemmuuteen voi olla tiedon ja neuvojen tarjoamista sekä apua rutiinitehtävissä kuten lastenhoidossa. Tilannesidonnaisen tuen tarkoituksena voi olla myös välittää sosiaalisia odotuksia. Nämä odotukset eivät välttämättä tosiasiallisesti tue tai helpota

vanhemmuutta mikäli odotukset ovat ristiriitaisia tai vastoin yksilön omia käsityksiä. (Belsky 1984, 87). Tilannesidonnainen tuki voi vaikuttaa suoraan vanhemmuuteen kohdentuen vanhemman käytökseen tai epäsuorasti puolisoiden toisilleen osoittaman arvonnannon ja välittämisen kautta.

Sosiaalisen verkoston kautta vanhemmuuteen kohdistuvat riskit liittyvät verkoston laatuun ja määrään. Vanhemmuudelle voidaan pitää riskinä sekä vähäistä että liiallista sosiaalista verkostoa, lisäksi vanhemman odottaman ja hänen saamansa tuen tulee olla sopia yhteen. (Belsky 1984, 88). Sosiaalinen tuki voi vaikuttaa vanhemmuuden stressin määrään mutta ei suojaa täysin vanhemmuuden stressiltä (Östberg & Hagekull 2000, 615). Vanhemman kokema vanhemmuuden stressi ja käsitykset vanhemmuudesta liittyvät toisiinsa, koettu sosiaalinen tuki ei vaikuta näiden väliseen suhteeseen. Täten sosiaalisen tuen lisääminen ei vaikuta kohonneen vanhemmuuden stressin ja vähemmän myönteisten vanhemmuuskäsitysten yhteyteen (Respler-Herman ym. 2012, 197).

5.1 Parisuhteen vaikutuksia vanhemmuuteen

Parisuhde vaikuttaa vanhemmuuteen lähinnä epäsuorasti joko tukemalla tai heikentämällä vanhemman yleistä psyykkistä hyvinvointia. Parisuhteen laatuun taas vaikuttaa parisuhteessa olevien kehitys ja persoonallisuudet. (Belsky 1984, 87–88). Hyvä parisuhde suojaa yleisesti vanhemmuutta ja vähentää vanhempien huolia. (Halme & Perälä 2014, 223–225.) Toimiva parisuhde tukee vanhemman käsitystä kyvyistään vanhempana (Sevigny & Loutzenhiser 2010, 188) ja vanhemman tyytyväisyyttä vanhemmuuteensa (Rogers & White 1998, 305). Parisuhdetyytyväisyyden sijaan voidaan tarkastella myös vanhemmuus-allianssin käsitettä, on todettu että parisuhdetyytyväisyys ei ennusta vanhempana toimimista (Abidin 1992, 411).

Parisuhteessa olevilla äideillä on korkeampi itsetunto ja hallinnan tunne kuin yksinhuoltajaäideillä, sen sijaan äitien kokemuksessa saadusta sosiaalisesta tuesta tai stressistä ei ole eroa. Yksinhuoltajaäidit voivat olla tottuneempia käsittelemään jatkuvaa stressiä ja ympäristön kuormitusta ja reagoivat siten vähemmän kielteisiin elämäntapahtumiin. (Copeland & Harbaugh 2010, 140.)

Usein äideillä on päävastuu lastenhoidosta ja sen vuoksi he käyttävät enemmän aikaa lasten kanssa (Monna & Gauthier 2008, 645). Naisten ja miesten vapaa-ajan käytössä on eroja, naisten vapaa-aika on vähemmän laadukasta ja sitä on määrällisesti vähemmän kuin miehillä. Naiset voivat kokea toimensa vapaa-aikana enemmän pakolliseksi eivätkä rentoudu vapaa-ajalla koska tuntevat painetta velvollisuuksien täyttämiseen. Naisilla on vähemmän aikaa rentoutumiseen ja virkistykseen ja näihin käytettyyn aikaan liittyy usein muita pakottavia toimia. Äitien vapaa-aikaan käytettävissä olevassa ajassa voi tapahtua muutoksia, mikäli äiti on yksin vastuussa lapsista. (Mattingly & Bianchi 2003.)

5.2 Yksinhuoltajuuden vaikutuksia vanhemmuuteen

Haatajan (2009, 46) mukaan yksinhuoltajuuden määritelmä perustuu sekä yleiskielessä että tilastokeskuksen lapsi- ja perhetilastoissa asumiseen. Vanhempi on yksinhuoltaja, mikäli perheessä asuu ainoastaan yksi aikuinen ja vähintään yksi alaikäinen lapsi. Huoltajuussuhteesta ja lasten luonapidon määrästä riippumatta perheet määritetään ”yhden vanhemman perheiksi” mikäli perheessä on yksi aikuinen. Yksinhuoltajuuden eli lähivanhemmuuden määrittää lapsen asuinosoite sekä oikeus perheetuuksiin. Yksinhuoltajuutta voidaan tarkastella asumiseen perustuvan määrittelyn lisäksi myös juridiselta kannalta. Lapsen vanhemmat ovat avioliitossa syntyneen lapsen huoltajia, samoin huoltajuus tulee molemmille vanhemmille mikäli vanhemmat solmivat myöhemmin avioliiton tai sopivat yhteishuoltajuudesta (Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta).

Suomessa on ollut 118 315 tilastollisesti laskettua yksinhuoltajaperhettä vuonna 2013. Tämä on 20,5 prosenttia kaikista lapsiperheistä. Äiti on ollut yksinhuoltajana 102 152 perheessä, mikä on 17,7 prosenttia suomalaisista lapsiperheistä. Prosenttiosuus on säilynyt melko tasaisena vuosituhaten alusta lähtien. Vuonna 1990 yksinhuoltajaäitien määrä oli 12,3 prosenttia ja se nousi vuosikymmenen aikana viidesosaan lapsiperheistä. (Lapsiperheet tyypeittäin 1950–2013. 2014.)

Yksinhuoltajuus voi muodostua monista syistä. Haataja (2009, 48–49) toteaa, että puolison kuolema on perinteinen mutta nykyään harvinainen syy yksinhuoltajuuteen. Aiemmin toinen merkittävä syy yksinhuoltajuuden syntymiselle on ollut avioliiton ulkopuolinen raskaus. Nykyään avioliittojen yleistyttyä avioliiton ulkopuolella syntyneet lapset kuuluvat kuitenkin useimmiten kahden vanhemman perheeseen. Vuosittain yhden vanhemman perheeseen syntyy noin 7-8 prosenttia lapsista (mts. 49).

Nykyään yksinhuoltajuuden merkittävien aiheuttajien ovat avo- ja avioerot. Haatajan (2009, 50) mukaan lapsiperheiden vanhemmista erosi 3,6 prosenttia vuonna 2005, avioliittojen hajoamisriski on kolminkertainen avioliittoihin verrattuna. Juridinen yksinhuoltajuus päättyy kun lapsi täyttää 18 vuotta. Tilastollisesti yksinhuoltajuus päättyy myös mikäli yksinhuoltaja solmii avio- tai avioliiton. Yksinhuoltajaäidin tyytyväisyys lapsen ja etäisän suhteeseen ehkäisee ennalta lapsen ongelmakäyttäytymistä.

Yksinhuoltajuus tarkoittaa tässä opinnäytetyössä asumiseen perustuvaa lapsen tai lasten lähivanhemmuutta eikä juridista huoltajuutta. Haastateltujen äitien perheissä ei ole vakituisesti toista aikuista, vaan äiti huolehtii pääasiallisesti lasten arjesta.

Haasteita yksinhuoltajuudessa

Vanhempien erolla voi olla vaikutuksia lasten hyvinvointiin perheen muuttuvien voimavarojen vuoksi. Yksinhuoltajien perheissä taloudellinen tilanne on usein heikompi kuin perheissä joissa on kaksi huoltajaa, heikompi taloudellinen tilanne näkyy erityisesti yksinhuoltajaäitien kohdalla (Salmi, Lammi-Taskula & Sauli 2014, 95). Vanhemman tehtävien hoitamiseen on yksinhuoltajalla vähemmän aikaa käytössä, tämä näkyy lasten hoidossa, kasvatuksessa ja harrastustoiminnan tukemisessa. Vanhemmuus koetaan yksinhuoltajaperheissä rankempana, tätä selittää keskeisesti yksinhuoltajan sukupuoli, syy yksinhuoltajuuteen, lapsen ja etävanhemman suhde, kokemus yksinhuoltajuudesta ja taloudellinen tilanne. Yksinhuoltajan suhde toiseen vanhempaan voi aiheuttaa kuormitusta. Myös yksinäisyyden kokemus tai uudet seurustelusuhteet voivat lisätä yksinhuoltajaperheissä koettua epävakautta. (Broberg & Tähtinen 2009, 156–157, 168.)

Käsitys yksinhuoltajuudesta huolta aiheuttavana perhemuotona on ajan kuluessa lieventynyt. Yksinhuoltajuudessa nähdään olevan positiivisia merkityksiä, perheen koetaan toimivan ongelmanratkaisun ja vuorovaikutuksen suhteen. Erityisesti äidit saattavat nähdä yksinhuoltajuuden mahdollisuutena keskittyä lapsiin. Yksinhuoltajien tilanteet kuitenkin vaihtelevat suuresti riippuen taloudellisista, sosiaalisista ja kulttuurisista tekijöistä. (Broberg & Tähtinen 2009, 156–157, 169.) Lapsen kehitykseen vaikuttavat keskeiset tekijät, äidin kyky toimia vanhempana ja äidin psyykinen stressi, ovat heikommalla yksinhuoltajaäideillä kuin parisuhteessa olevilla äideillä. Nämä tekijät liittyvät kuitenkin yksinhuoltajaäitien suhteessa runsaammin kokemuksiin sosioekonomisiin ja ympäristöön tuottamiin haasteisiin. (Nicholson ym. 2013, 180). Etäisä voi vaikuttaa lapsen hyvinvointiin pitämällä tähän yhteyttä, huolehtimalla osaltaan elatuksesta ja tukemalla äitiä henkisesti. (Jackson, Preston & Franke 2010, 56.)

Rogers ja White (1998, 305–306) toteavat, että yksinhuoltajien vanhemmuuden tyytyväisyys on huomattavasti alempi kuin parisuhteessa olevien. Toisaalta Dunning ja Giallon (2012, 155) mukaan yksinhuoltajuudella ei ole merkitystä siihen kuinka vanhemman kokema uupumus vaikuttaa vanhemmuuteen. (Dunning & Giallo 2012, 155.) Epätavallisina aikoina työskentelevien yksinhuoltajien lapset ovat muita enemmän hoidossa iltaisin ja öisin. Heidän hoitopäivänsä ovat myös usein pidempiä kuin muiden lasten. (Kekkonen, Rönkä, Laakso, Tammelin & Malinen 2014, 66.) Yksinhuoltajaäidit tuntevat muita äitejä selkeästi enemmän alakuloa ja surua sekä uupumusta ja väsymystä (THL. Yksinhuoltajien terveys. 2015) ja heillä on muita vanhempia enemmän huolta omasta jaksamisestaan. Yksinhuoltajaäideistä lähes puolet oli huolissaan jaksamisesta. (THL. Vanhempien huoli jaksamisesta. 2015)

5.3 Sosiaalisen verkoston vaikutuksia vanhemmuuteen

Vanhemman sosiaalinen verkosto käsittää mahdollisen puolison lisäksi sukulaiset, ystävät, naapurit ja tuttavat. Läheisten käytettävissä olo ja heiltä saatu tuki hyödyttää lapsi-vanhempi – suhdetta vaikuttamalla osaltaan vanhemman kokemukseen taidoistaan huolenpitäjän roolissa, hänen kyvykkyhteensä tunnistaa lapsen ominaisuudet, yksilöllisten erojen hyväksymiseen ja ymmärrykseen siitä kuinka kasvatuskäytäntöjä tulee sovittaa lapsen kehityksellisiin mahdollisuuksiin. (Belsky 1984, 88.)

Sosiaalinen tuki hyödyttää vanhemman psyykkistä ja fyysistä terveyttä, minkä vuoksi kokonaisvaltainen sosiaalinen tuki edesauttaa vanhemmuuden toimivuutta. Sosiaalisten verkostojen hyöty vanhemmuuden toimivuuteen välittyy vanhemman oman psyykkisen hyvinvoinnin kautta (Belsky 1984, 89). Sosiaalisen tuen tarve liittyy vanhemman voimavaroihin suhteessa lapsiin. Vanhemmilla, joilla on heikko parisuhde tai enemmän sosiaalisen tuen tarvetta, on käytössä vähemmän henkilökohtaisia resursseja toimia lasten kanssa (Giallo, Treyvaud, Cooklin & Wade 2013, 354). Sosiaalisten verkostojen tuki parantaa vanhemman itsetuntoa, mikä lisää kärsivällisyyttä ja vanhemmuudessa hyödynnettävää herkkyyttä.

Sosiaalinen tuki toimii ”puskurina” etenkin niille äideille jotka tarvitsevat tukea kuormittavien olosuhteiden kuten yksinhuoltajuuden, matalan koulutustason, vanhemmuuden stressin tai rajallisten sosiaalisten tai taloudellisten mahdollisuuksien vuoksi (Jackson ym. 2010, 54). Sosiaalinen tuki on tärkeä voimavara pienituloisille työntekijöille (Griggs, Casper & Eby 2013, 65). Sen sijaan sosiaalisella tuella on melko vähän vaikutusta selvitettäessä perherakenteen ja henkisen hyvinvoinnin yhteyttä (Cairney ym. 2003, 447).

5.4 Vanhemman työtilanteen vaikutuksia vanhemmuuteen

Työ on yhteydessä vanhemmuuden toimivuuteen työttömyyden, äidin työn tai työhön tyytyväisyyden kautta (Belsky 1984, 89). Kuten aiemmin parisuhteen ja sosiaalisen verkoston osalta, myös työn merkitys vanhemmuuteen on yhteydessä siihen miten työ tai työttömyys vaikuttaa vanhemman persoonallisuuteen ja yleiseen psyykkiseen hyvinvointiin.

Epätypillinen työaika lapsiperheissä

Epätypilliseksi työajaksi voidaan määritellä kaikki muu kuin arkisin päivällä tehty työ. Siten epätypillinen työaika sijoittuu iltoihin, öihin tai viikonloppuihin. (Tammelin & Rönkä 2013, 307.) Epätypillisinä aikoina tehtävä työ voi olla vuorotyötä, jolloin ennalta sovitut työvuorot vaihtelevat säännöllisesti tai epäsäännöllisesti eri vuorokau-

denaikoina. Epättyypillisiä työaikoja ovat myös säännöllinen yö- ja iltatyö vaikka niitä ei määritetä varsinaisesti vuorotyöksi.

Suomessa lapsiperheiden vanhemmista suurin osa on työssä, äideistä 81 prosenttia ja isistä 94 prosenttia. Naisten työ on miehiä useammin vuorotyötä ja määräaikaista. (Lammi-Taskula & Salmi 2009, 40.) Miettinen ja Rotkirch (2012, 47–49) toteavat, että vuonna 2010 suomalaisista pienten lasten (nuorin lapsi 0-6 vuotta) äideistä noin 36 prosenttia työskenteli epättyypillisinä aikoina. Heistä valtaosa teki kaksi- tai kolmivuorotyötä, säännöllistä ilta- ja yötyötä teki ainoastaan muutama prosentti äideistä. Epättyypillisinä työaikoina työskentelevät äidit olivat pääasiassa alempia toimihenkilöitä tai työntekijäammateissa.

Yksinhuoltajien työllistymistä ei ole tilastoitu, mutta voidaan olettaa että epättyypillisinä aikoina työskenteleviä yksinhuoltajia on samankaltainen osuus kuin kaikista lapsiperheiden vanhemmista. Vastuu perheen taloudellisesta tilanteesta aiheuttaa, että yksinhuoltajaäitien päätös siirtyä työelämään pohjautuu usein erilaisiin syihin kuin parisuhteessa olevien äitien (Lleras 2008, 1294). Hook ja Wolfe toteavat (2013, 423), että arvioitaessa epättyypillisen työajan merkitystä tulee ottaa huomioon perheen päätöksiin vaikuttava konteksti, kulttuuriset raamit ja politiikka. Vanhemman epättyypillinen työaika voi olla tietoinen valinta työn ja perheen yhdistämiseksi. Tällöin voi olla mahdollista järjestää lasten hoito joustavammin, viettää enemmän aikaa lasten kanssa ja olla vanhempana kun siihen on tarve (Täht & Mills 2012, 1078).

Työn ajoittumisen merkitys (päivä-yö, arki-viikonloppu)

Työn sijoittumisessa iltoihin, öihin tai viikonloppuihin on useissa tutkimuksissa havaittu olevan merkitystä työntekijöille. Rapoport ja Bourdais (2008, 928) tosin toteavat yksinhuoltajaäitien olevan stressaantuneita riippumatta siitä työskentelevätkö he päivällä, yöllä tai illalla. Viikonloppuisin työtä tekevillä on enemmän stressiä kuin arkisin työskentelevillä (Davis, Goodman, Pirretti & Almeida 2008, 1). Myös työskentely iltaisain näyttää liittyvän äitien osalta korkeampaan riskiin ylikuormittua (Hook & Wolfe 2013, 423).

Enemmän kielteisiä vaikutuksia perheen hyvinvointiin on kuitenkin äidin työskentelyllä öisin kuin viikonlopputyöllä. Työskentely öisin koetaan uuvuttavampana ja yövuorossa olleet äidit nukkuvat lyhyemmän aikaa sekä kokevat enemmän ärtyisyyttä tehtyään yötyötä. (Gassman-Pines 2011, 25.) Yötyö rasittaa siten mahdollista parisuhdetta, lisää kielteisiä tunteita sekä työn ja kodin välistä rasisitusta ja haittaa myönteisten kokemusten siirtymistä työstä kotiin (Davis ym. 2008, 11).

Joustavuuden merkitys

Viikonlopputyön, ja luultavasti myös muun epätyypillisenä aikana tehtävän työn, stressaavuus suhteessa arkityöhön riippuu työn luonteesta. Osalla työntekijöistä on mahdollisuus valita joustavasti työskentelyn aika ja paikka, osalla on sen sijaan määrätty työaika ja –paikka (Davis ym. 2008, 11). Aidosti hyväksytty joustavan työajan käyttö helpottaa työn ja perheen yhteensovittamista (Lammi-Taskula & Salmi 2009, 47). Mahdollisuus vaikuttaa työaikoihin vähentää koettua työstä-kotiin – ristiriitaa (Tuttle & Garr 2012, 268; Baxter & Alexander 2008, 212). Joustava työaika ei lisää lasten kanssa vietettävää aikaa mutta helpottaa sovittamaan toivotun tai edellytety lasten kanssa vietettävän ajan työvelvoitteiden lomaan (Baxter 2010, 242).

Työn joustavat järjestelyt, kuten liukumat tai etätyö, eivät myöskään vähennä vanhemman huolta vanhemmuudesta. On myös mahdollista, että joustava työ lisää työhön käytettyä aikaa (Salmi & Lammi-Taskula 2011, 144) tai haittaa perhe-elämää heikentämällä perheen ja työn välistä rajaa (Roeters, Van Der Lippe & Kluwer 2010, 1326). Tästä voi seurata että työn lisääntyvä joustavuus on enemmän rajoite kuin vanhempien valitsema väline helpottaa perheen ja työn välistä tasapainoa (Rapoport & Le Bourdais 2008, 929).

Kokoaikainen työssäkäynti voi rajoittaa aikaa, jonka vanhemmat viettävät lastensa kanssa. Optimaalisten työolosuhteiden avulla voidaan parantaa työstä kotiin – ristiriitojen vaikutuksia vanhemmuuteen, perheisiin ja lapsiin. Työolosuhteita on mahdollista parantaa joustavilla työajoilla, vähentämällä erittäin pitkiä työpäiviä ja hyödyntämällä erilaisia perhevapaaetuuksia. (Giallo ym. 2013, 355.)

Työelämän kysymyksillä, kuten resursseihin liittyvillä työjärjestelyillä ja lainsäädännöllisellä sääntelyllä tai niiden puutteilla, on vaikutusta työterveyden ja -hyvinvoinnin lisäksi myös perheiden hyvinvointiin (Salmi & Lammi-Taskula 2011, 145). Työntekijälle annettu välineellinen tuki jollakin osa-alueella voi vapauttaa voimavaroja sitoutua täysin muihin rooleihin, mikä osaltaan edesauttaa kunkin tavoitteiden saavuttamista ja tyytyväisyyttä eri rooleissa (Ford ym. 2007, 72). Työntekijöiden tyytyväisyys paraneekin ainoastaan ottamalla huomioon myös työn ulkopuolisten tekijöiden vaikutukset (Ford ym. 2007, 74).

Epätyypillisen työajan vaikutus perheissä

Lasten vanhemmille työskentely epätyypillisinä aikoina voi olla sekä mielekäästä että hankalaa. Epätyypillisinä aikoina tehtävän työn voidaan kokea muun muassa lisäävän mahdollisuuksia olla perheen kanssa tai olevan vanhemmasta vaihtelevaa ja muuten mielekäästä (Kekkonen ym. 2014, 65). Työn koetaan olevan hyvä vastapaino perheelle, se saattaa tukea parisuhdetta, perhe ei häiritse työntekoa mutta työssäolo voi aiheuttaa kotiasioiden laiminlyöntiä (Lammi-Taskula & Salmi, 2009, 42). Toisaalta kahden työssäkäyvän aikuisen perheissä työskentely epätyypillisinä aikoina voi aiheuttaa masennusoireita ja parisuhderistiriitoja (Perry-Jenkins ym. 2007, 136).

Täht ja Mills (2012, 1079) toteavat, että työskentely epätyypillisinä aikoina saattaa vähentää päivittäisiä perheen yhteisiä toimia, mutta vanhemmat kehittävät erilaisia strategioita korvatakseen niitä. Vuorotyö ajoittuu usein perheen kannalta hankaliin aikoihin, mutta se voi toisaalta helpottaa perheen arjen järjestelyä (Lammi-Taskula & Salmi 2009, 40). Työskentely epätyypillisinä aikoina lisää työn ja perheen velvoitusten välisen tasapainoilun aiheuttamaa stressiä pienituloisille äideille (Joshi & Bogen 2007, 153). Vanhempien iltaisin tekemä työ vähentää vapaa-ajan ja sosiaalisia toimia, joissa lasten ja vanhempien välinen vuorovaikutus on keskeistä. Tämä voi olla huolestuttavaa epätyypillisten työsuhteiden lisääntyessä. (Rapoport & Le Bourdais 2008, 927.)

Vanhemman työskentelyllä epätyypillisinä aikoina on haitallisia vaikutuksia lapsen käyttäytymiseen (Joshi & Bogen, 2007 151). Lasten kotiympäristö on parempi yksin-

huoltajaäideillä, joilla on parempi palkka, riittävästi työtunteja ja joilla on vuorotyö (Lleras 2008, 1294). Myös Li ym. (2014, 32) toteavat, että vanhemman työskentelyllä epätyypillisinä aikoina on suurempi kielteinen vaikutus lapsiin, joiden perheillä on matala sosioekonominen asema, kuin lapsiin, joiden perheissä on enemmän resursseja. Äidin työskentely epätyypillisinä aikoina voi aiheuttaa eroja vanhemmuuden käyttäytymisessä ja vaikuttaa aikuisen kykyyn ylläpitää lapsen kehitystä edistäviä vanhemmuuden käytäntöjä (Grzywacz, Daniel, Tucker, Walls & Leerkes 2011, 55). Käytännössä vanhemman työskentely epätyypillisinä aikoina vaikuttaa lapsen elämään. Vanhemmat kokevat että lapsi joutuu sopeutumaan aikaisiin herätyksiin ja yöhoitoon ja myös perheen yhteisen arjen suunnittelu voi hankaloitua. (Kekkonen, Rönkä, Laakso, Tammelin & Malinen 2014, 65.)

Kuormitus työstä kotiin

Merkittävä määrä työssä ja kotona koetusta tyytyväisyydestä liittyy niiden ulkopuolisiin stressitekijöihin ja tukeen (Ford ym. 2007, 74). Työskentelyyn epätyypillisinä aikoina liittyy lisääntynyt perhe-työ – ristiriita, erityisesti naiset kokevat enemmän ristiriitoja ja vähemmän vahvuuksia (Tuttle & Garr 2012, 268). Työn laadun eri näkökulmilla on monimuotoinen yhteys vanhempien kokemaan työstä kotiin jännitteeseen. Työn laadullisilla tekijöillä on enemmän merkitystä kuin ilmeisimmillä työhön liittyvillä tekijöillä kuten sosioekonomisella asemalla tai tulotasolla.

Äideille vuoro- tai osa-aikatyön tekeminen liittyy enemmän käytäntö- ja tunnejännitteisiin työn ja perhe-elämän välillä verrattuna tyyppilliseen kokopäiväiseen päivätyöhön. (Salmi & Lammi-Taskula 2011, 144.) Baxter ja Alexanderin (2008, 213) mukaan äitien kuormitusta työstä kotiin määrittää enemmän työn luonne, väestölliset tekijät ja tietyt tukimuuttajat kuin yksinhuoltajuus. Kokemukset kuormituksesta työstä kotiin ja aikapulasta ovat yksinhuoltajaäitien ja parisuhteessa olevien äitien välillä samankaltaisia. Tämä voi osaltaan johtua siitä, etteivät erityisesti pienten lasten yksinhuoltajaäidit ole työssä (Baxter & Alexander 2008, 212; Fitzpatrick ym. 2012, 171). Toteutumaton toive avusta tai tuesta vahvistaa kuormitusta työstä kotiin (Baxter & Alexander 2008, 212).

Vanhemman työ vaikuttaa vanhemman ja lapsen väliseen suhteeseen käytössä olevan yhteisen ajan määrän ja erityisesti sen laadun kautta (Roeters ym. 2010, 1327). Työskentely epätyypillisinä aikoina ei yleisesti lisää tai vähennä lasten kanssa vietettyä aikaa (Täht & Mills 2012, 1079), erityisesti äitien osalta työajat eivät vaikuta heidän lasten kanssa viettämänsä ajan määrään (Barnett & Gareis 2007, 743). Roeters ym. (2010, 1326) mukaan tosin epätyypillisinä aikoina työskentelevät äidit käyttävät enemmän aikaa lasten kanssa olemiseen, mutta työ häiritsee heidän toimiaan lasten kanssa.

Vanhemmuuden stressin ja työn yhteys

Työn ja vanhemmuuden stressin välillä on nähtävissä erilaisia yhteyksiä. Työssäkäynnillä ei ole automaattisesti myönteisiä tai kielteisiä vaikutuksia vanhemmuuteen. Saisto, Salmela-Aro, Nurmi & Halmesmäki (2004, 231). toteavat, että työssäkäynti vähentää äidin vanhemmuuden stressiä Työssäkäyvät mieltävät tavoiteltavat rooli-vaatimukset, kuten työajan pituuden, eri tavoin ja suhtautuvat niihin omista lähtökohdistaan riippuen. Esimerkiksi lyhyt työaika ei välttämättä merkitse vähäisempää määrää kuormitusta koska lyhyempää työaikaa tekevillä on enemmän työn ulkopuolisia velvoitteita (Ford ym. 2007, 74). Työajan ja muiden työolojen lisäksi työn ja vanhemmuuden stressin keskinäisiä suhteita voidaan tarkastella myös suhteessa vanhemman ominaisuuksiin tai olosuhteisiin.

6 Opinnäytetyön toteutus

6.1 Opinnäytetyön tavoitteet ja tutkimustehtävät

Opinnäytetyön tarkoituksena on tutkia epätyypillisinä aikoina työskentelevien yksinhuoltajaäitien kokemuksia vanhemmuuden voimavaroista ja kuormittavista tekijöistä. Tavoitteena on selvittää ja kuvata äitien kokemuksia vanhemmuudesta ja erityisesti mitä epätyypillisinä aikoina tehtävä työ merkitsee arjen ja vuorovaikutuksen sujumisessa.

Opinnäytetyön tutkimustehtävät

1. Millaisia vanhemmuuden kuormittavia tekijöitä epätyypillisinä aikoina työtä tekevät yksinhuoltajaäidit kokevat?

2. Millaisia vanhemmuuden voimavaroja epätyypillisinä aikoina työtä tekevät yksinhuoltajaäidit kokevat?

Lasten sosio-emotionaalinen hyvinvointi ja perheen arki 24/7-taloudessa – tutkimushanke

Tämän opinnäytetyön aineisto on osa Perheet 24/7 –hankkeen haastatteluaineistoa. Suomen Akatemia on rahoittanut vuosina 2011–2014 toteutetun Jyväskylän Ammatikorkeakoulun hallinnoiman Perheet 24/7 –hankkeen. Hankkeessa on ollut mukana myös Jyväskylän yliopiston Kasvatustieteen laitos ja Terveiden- ja hyvinvoinnin laitos sekä yhteistyökumppanit Hollannista ja Iso-Britanniasta.

Hankkeessa on ollut tarkoituksena tarkastella ympärivuorokautista taloutta lasten, perheiden ja päivähoidon näkökulmasta. Hankkeessa on tutkittu miten perheiden arki ja lastenhoito järjestyy vanhempien tehdessä työtä epätyypillisinä aikoina ja kuinka vanhemmat ja lapset kokevat vanhempien työajat ja lastenhoitojärjestelyt. On tutkittu myös onko vanhempien työajoilla yhteyttä lasten sosioemotionaaliseen hyvinvointiin ja mitkä tekijät edistävät perhe-elämää ja lasten sosioemotionaalista hyvinvointia. Lisäksi vuorohoidon osalta on tutkittu mitkä tekijät edistävät lasten hyvinvointia ja osallistamista päivähoidon ja perheiden välisessä yhteistyössä.

(Perheet 24/7. N.d.)

Hankkeessa on kerätty web-kyselyaineistoa epätyypillisinä työaikoina työskenteleviltä vanhemmilta ja päiväkodin työntekijöiltä sekä vanhempien haastatteluaineistoa sekä kehitetty lasten kokemusten keräämiseksi erilaisia soveltuvia menetelmiä. Kyselyyn ja haastatteluihin osallistuneet epätyypillisinä aikoina työskentelevät vanhemmat on tavoitettu työpaikan, vuorohoitopaikan tai ammattijärjestön kautta. Tutkimusaineistot on kerätty vuosien 2012 ja 2013 aikana.

6.2 Aineiston keruu

Opinnäytetyön aineisto on kerätty teemahaastatteluilla. Haastatteluissa käytetyn haastattelurungon olivat suunnitelleet Perheet 24/7 –hankkeen asiantuntijat. Haastatteluissa teemoina olivat (1) taustatiedot, (2) työ ja työajat, (3) lastenhoitojärjestelyt, (4) arki ja yhdessäolo lasten kanssa, (5) vanhemmuus ja vanhemman hyvinvointi, (6) parisuhde, (7) lapsen hyvinvointi ja (8) yhteistyö vuoropäivähoidon kanssa. Kunkin teemaan oli liitetty tarkentavia kysymyksiä kaikille haastatelluille tai liittyen haastateltavien erilaisiin elämäntilanteisiin.

Hirsjärven ja Hurmeen (2008, 47–48) mukaan teemahaastattelua voidaan kutsua myös puolistrukturoiduksi haastatteluksi. Teemahaastattelussa kysymykset ovat kaikille haastateltaville samoja mutta haastattelija voi vaihdella niiden sanamuotoa. Olennaista on keskeisten teemojen käyminen läpi haastattelun aikana. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 47) Alasuutari (2011, 149) toteaa että haastateltava pyrkii vastaamaan siten että vastaus kulloiseenkin kysymykseen on hänen käsityksensä mukaan tutkimuksen kannalta olennainen. (Alasuutari 2011, 149) Vastaukseen vaikuttaa siten haastateltavan käsitys haastattelutilanteesta ja sen orientaatiosta.

Perheet 24/7 –hankkeen haastatteluissa on ollut merkityksellistä että haastattelijat ovat kysyneet haastattelurungon mukaiset kysymykset. Teemahaastatteluissa yhdenmukaisuuden aste voi vaihdella kysymysten järjestyksen, sanamuotojen ja kaikkien kysymysten esittämisen suhteen (Tuomi & Sarajärvi 2013, 75). Näissä haastatteluissa on pyritty saamaan haastateltavien vastaus haastattelurungon kysymyksiin huomioiden kuitenkin jo aiemmin kerrotut seikat ja mahdollistaen tarkentavien kysymysten ja haastateltavien huomioiden esittämisen.

Yksi haastattelu on tehty puhelinhaastatteluna. Puhelinhaastattelulle on ominaista mm. sen edullisuus ja nopeus verrattuna kasvokkaiseen kohtaamiseen haastateltavan kanssa (Bryman 2004, 114). Puhelinhaastattelu on myös helppo äänittää, haastattelun aikana on varmistettava luottamuksellisuus. Puhelinhaastattelun etuna voi olla haastattelijan ja haastateltavan välisen vuorovaikutuksen vähäisyys, jolloin haastattelijan ominaisuudet tai olemus ei vaikuta haastateltavan vastauksiin. Puhelin-

haastattelun rajoitteena voi olla puhelinhaastattelujen pituus on oletettavasti lyhyempi kuin henkilökohtainen haastattelu, vastausmäärät voivat olla alempia, on mahdollista että puhelinhaastattelu soveltuu huonommin herkistä asioista kysymiseen, haastateltavia voi olla vaikea tavoittaa, sitä ei voi yhdistää havainnointiin, varmistuminen oikeantyyppisestä haastateltavasta voi olla hankalaa, visuaalisten välineiden kuten korttien näyttäminen on hankalaa sekä kerätty aineisto saattaa olla heikompaa kuin kasvokkaisessa haastattelussa. (Bryman 2004, 115–116.)

6.3 Aineiston analyysi

Laadullisen aineiston analysointi on mahdollista tehdä hyvin monesta näkökulmasta ja erilaisia metodeja käyttäen. Tutkimusmetodin käytäntöjen ja operaatioiden avulla tutkimuksesta tuotetaan havainnot. Saatuja havaintoja muokataan ja tulkitaan tutkimusmetodin sääntöjen mukaan. Tutkimusmetodin tulee vastata tutkimuksen teoreettista viitekehystä. (Alasuutari 2011, 82.) Aineiston analyysin ja tulkinnan tavat määrittää valittu näkökulma ja tutkimusongelman asettelu (Ruusuvoori, Nikander & Hyvärinen 2010, 79). Alasuutarin (2011, 79) mukaan tutkimuksen teoreettinen viitekehys ratkaisee kuinka tutkimuksesta nousevia havaintoja tarkastellaan. Havaintojen katsotaan joko tukevan tutkimuksen hypoteeseja tai johdattavan tuloksena esitettäviiin johtopäätöksiin (Alasuutari 2011, 81).

Aineiston analysoinnin lopullisena tarkoituksena on abstrahoida tutkimusaineisto siten että tutkimuksen johtopäätöksissä yksittäiset lausumat ovat teoreettisella tasolla (Metsämuuronen 2011, 255) ja löytää kokonaisvaltainen tulkinta tutkimusongelmaan (Kananen 2014, 114). Tutkimuskirjallisuus kuvaa laadullisen aineiston analyysiä varsin vaihtelevasti ja monenlaisin käsittein. Tuomen ja Sarajärven (2013, 91) mukaan laadullisen tutkimuksen väljänä perusanalyysimenetelmänä voidaan pitää sisällönanalyysiä.

Alasuutari (2011, 39) toteaa, että laadullinen analyysi voidaan analyttisesti jakaa kahteen vaiheeseen, havaintojen pelkistämiseen ja arvoituksen ratkaisemiseen. Havaintojen pelkistäminen voidaan määrittää aineiston käsittelyn vaiheiksi joita Kananen (2014, 101) mukaan ovat yhteismitallistaminen, koodaus, luokittelu ja yhdistämi-

nen. Ruusuvuoren ja muiden (2010, 10) mukaan haastatteluaineiston kohtaamisen kokonaisuus on aineistoon tutustuminen, sen järjestäminen ja luokittelu eli koodaus, aineiston analysointiprosessi, tulkinta ja aineiston kanssa keskustelu. Aineiston luokittelu tai teemojen löytäminen ei ole vielä analysointia, vaan löydettyjen teemojen tai ilmiöiden vertailu ja tulkinta ovat aineiston analyysin kannalta olennaisimpia vaiheita. Käytännössä aineiston luokittelu ja analyysin vaiheet limittyvät toistensa lomaan. (Ruusuvuori ym. 2010, 11–12.)

Erilaisten analyysimenetelmien käyttöä varten aineisto muutetaan kirjalliseen muotoon litteroimalla. Kanasen (2014, 102) mukaan litteroinnin tasot ovat sanatarkka litterointi, yleiskielinen litterointi ja propositiotason litterointi. Alasuutari (2011, 85–86) toteaa, että haastatteluaineiston moniulotteisuuden säilyminen riippuu käytettyä litterointitekniikasta, tosin litterointia tehtäessä voi miettiä mikä on tutkimuksen tekemisen kannalta välttämätön litterointitarkkuus. Opinnäytetyössä haastatteluaineistona on ollut kahdentoista epätyypillisinä työaikoina työskentelevän yksinhuoltajaäidin haastattelut. Haastattelut ovat osa Perheet 24/7 –hankkeen aineistoa, opinnäytetyön tekijä on haastatellut kolmea äitiä. Muut yhdeksän haastattelua on muiden tekemiä.

Tämän opinnäytetyön aineisto on pääsääntöisesti litteroitu sanatarkasti, joissakin haastatteluissa on kirjattu osa haastattelun sisältöä muistiinpanojen pohjalta äänitysongelmien vuoksi. Haastatteluaineiston kokonaismäärä litteroinnin jälkeen yhteen tiedostoon koottuna oli 362 sivua (fontti Calibri, 12”, riviväli 1,5 cm), kukin haastattelu alkaen uudelta sivulta. Eskola (2014, 179) toteaa, että aineistoon tutustuu paremmin litteroidessa kuin haastatellessa. Toisaalta Metsämuurosen (2011, 255) mukaan analysointia tapahtuu jo aineiston keräämisen aikana. Haastattelut on luettu kahteen kertaan ennen varsinaisen aineiston luokittelun aloittamista. Tämä perehtyminen aineistoon on ollut erityisen merkityksellistä koska valtaosa haastatteluista on ollut toisten tekemiä ja litteroimia.

Aineiston luokittelussa on merkittävää valittu aineisto- tai teorialähtöisyyden aste. Ruusuvuori ja muut (2010, 19) toteavat, että puhdas aineistolähtöisyys on käytännössä mahdotonta, erilaiset teoreettiset käsitteet ja teorialähtöisyydet vaikuttavat aineiston

jäsentelyyn väistämättä. Teoriapohjaisessa lähestymistavassa aineistoa tarkastellaan teoreettisen viitekehyksen käsitteiden kautta (Kananen 2014, 108–109). Eskolan (2010, 182) mukaan teoriasidonnaisessa analyysissä on teoreettisia kytkentöjä vaikka analyysi ei täysin pohjautu teoriaan. Teorian testaamisen sijaan teoriaohjaavassa analyysissä tavoitteena on käyttää teoriaa apuna analyysissä ja aiemman tiedon ohjaamana luoda uusia ajatustapoja (Tuomi & Sarajärvi 2013, 96–97; Eskola 2010, 182).

Tässä opinnäytetyössä käytetään aineiston analysoinnissa kahta analysointimetodia. Luokittelumetodina on laadullisen aineiston teoriaohjaava analyysi jossa haastatteluaineiston sisältämien ilmaisujen sisällönanalyysin luokittelussa ja pelkistämässä hyödynnetään Belskyn vanhemmuuden prosessimallia. Belskyn vanhemmuuden prosessimalli on esitetty opinnäytetyön taustaosiossa. Tulkintametodina on käytetty soveltaen Goffmanin kehysanalyysiä. Luokitelluista, pelkistetyistä ja teemoitetuista haastatteluaineiston ilmauksista on tavoitteena kiteyttää haastateltavien kokemuksia, joilla he kehystävät tai joiden kautta vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät kehystyvät.

Ennen varsinaista analyysiä haastatteluaineisto pelkistetään koodaamalla. Koodaus on syytä aloittaa niin aikaisin kuin mahdollista, aineisto on luettava läpi useita kertoja, kirjattava vastaajien havaintoja ja nimettävä aineistosta nousevia teemoja (Bryman 2012, 575-578). Myös Ruusuvuori ja muut (2010, 11) toteavat, että aineistoon tutustuminen ja alustava analyysi on hyvä aloittaa mahdollisimman varhain. Koodaamisen tarkoituksena on selkeyttää ja tiivistää aineiston olennaisia käsitteellisiä ulottuvuuksia. Aineistosta pyritään koodaamalla yhdistämään asiat, jotka tarkoittavat samaa tai joilla on yhteinen tekijä. Varsinaista analyysiä edeltävä koodaus säilyttää aineiston laadullisen sisällön ja koodauksen taso vaikuttaa analyysin tarkkuuteen. (Kananen 2014, 103–104.)

Koodauksen jälkeen aineisto luokitellaan yhdistämällä samaa tarkoittavat asiat tai käsitteet yhden käsitteen alle. Toisaalta myös eri asiaa tarkoittavia käsitteitä voidaan yhdistää loogisiksi käsitteiksi. (Kananen 2014, 113.) Tämän jälkeen koodeja tarkastellaan edelleen, ilmiöt nimetään lyhyesti, käytetään kirjallisuudessa esiintyviä käsitteitä

ja luokitteluja, etsitään koodien yhteneväisyyksiä ja luonnehditaan koodien välisiä yhteyksiä (Bryman 2012, 575–578).

Aineiston sisältämien havaintojen pelkistämiseksi niitä tarkastellaan valitun teoreettis-metodologisen näkökulman kautta ja aineiston ilmaisut karsiutuvat hallittavamiksi olennaisiksi havainnoiksi. Pelkistämisen toisessa osassa haetaan ilmaisujen yhteisiä tai eroavia piirteitä yhdeksi tai vähäisemmäksi määräksi havaintoja. (Alasuutari 2011, 40.) Haastatteluaineisto on käyty läpi ja siitä on poimittu haastateltavien käyttämät ilmaisut vanhemmuuteen ja vanhempana toimimiseen liittyen. Nämä ilmaisut on luokiteltu Belskyn mallin mukaan liittyen vanhemman omaan persoonallisuuteen ja kehityshistoriaan, lapsen yksilöllisiin ominaisuuksiin tai vanhemman parisuhteeseen, sosiaaliseen verkostoon ja kokemuksiin työstä. Myös näihin mahdollisesti liittymättömät ilmaisut on huomioitu ja niitä on tarkasteltu osana tulkittavaa ilmiötä. Alasuutarin (2011, 193) mukaan kvalitatiivisessa tutkimuksessa eri tyyppisiin luokiteltua aineistoa voidaan esitellä taulukoimalla, samalla voidaan osoittaa aineiston systemaattista käyttöä.

Eskola (2010, 202) toteaa että yleisestä kuvauksesta poikkeavat tapaukset voi analysoida erikseen, myös Alasuutarin (2011, 42–43) mukaan laadullisessa tutkimuksessa poikkeavat havainnot tulee ottaa huomioon ja arvioida suhteessa muihin havaintoihin. Olennaista on pyrkiä pelkistämään havainnot mahdollisimman harvoihin joukkoihin. Brymanin (2012, 578) mukaan aineiston koodauksen mahdollinen ongelma voi olla haastatteluiden sisältämien ilmausten sosiaalisen yhteyden katoaminen ja haastateltavien kerronnan pirstoutuminen. Myös Ruusuvuori ja muut (2010, 23) kehottavat arvioimaan sitä miltä koodattu aineisto näyttää verrattaessa keskenään, vastaako se tutkimuskysymyksiin ja säilyykö tutkimuksen vakuuttavuus. Luokiteltuja ilmaisuja pelkistettäessä säilytetään ilmausten konteksti, olennaista on se kuinka haastateltava kuvaa vanhemmuuden voimavaroja ja kuormittavia tekijöitä sekä mihin nuo tekijät ovat kytköksissä. (Bryman 2012, 578.)

Arvoituksen ratkaiseminen eli tulosten tulkinta tarkoittaa merkitystulkinnan tekemistä tutkittavasta ilmiöstä. Aineistosta tehtyjä havaintoja tarkastellaan suhteessa

aiempaan tutkimukseen, kirjallisuuteen sekä mahdollisesti tilastoihin huomioiden edelleen koko alkuperäinen aineisto ja siitä tehdyt tulkinnat. (Alasuutari 2011, 46.) Alasuutari (2011, 180–181) kuvaa Erving Goffmanin kehysanalyysiä mahdollisuutena tutkia interaktion eli vuorovaikutuksen rakenteita ja sosiaalisen konstruktionisminkin mukaisena teoreettisena viitekehyksenä käsitteellistämään sitä miten ilmiö tuotetaan arkikäytännöissä (Alasuutari 2011, 184). Minuus (minä) on konstruktio, joka rakentuu vuorovaikutuksessa, identiteetit vaihtelevat tilanteesta riippuen. Ihmisten toiminta ja tulkinta sosiaalisissa tilanteissa riippuu siitä millaisten kehysten kautta ihmiset tarkastelevat kulloistakin tilannetta (Puroila 2002, 122). Kehyksen käsite on toimintoja konstituiva sääntöjoukko, joka määrittää ne tietyn lajin toiminnoiksi.

Alasuutari (2011, 184) toteaa, että Goffmanin kehys-käsite voidaan ymmärtää tulkintakehyksenä jolloin tutkittavaan ilmiöön voidaan soveltaa eri kehyksiä. Kehykset voivat muuttaa sitä miten ilmiö näkyy tai tuoda siitä esiin uusia piirteitä. Toimijoiden tulkintaan ilmiöstä vaikuttavat kulloisetkin kulttuuriset kehykset. Kehyksen käsite kuvaa sekä todellisuuden moniulotteisuutta että järjestyneisyyttä. Sen avulla voidaan jäsentää todellisuuden erilaisia ulottuvuuksia ja kuvata todellisuuden järjestymistä (Puroila 2002, 123). Tässä opinnäytetyössä kehyksen käsitettä ja ideaa on pyritty käyttämään kuvaamaan ja muodostamaan synteesi haastateltavien käsityksistä vanhemmuuteen vaikuttavista voimavaroista ja kuormittavista tekijöistä. Kehysanalyytistä lähestymistapaa on siten käytetty metodologisena välineenä eikä opinnäytetyössä ole kehysanalyysin teoreettista tarkastelua tarkemmin.

Puheen analyysin kohteena voi olla puheen konteksti, vuorovaikutus tai puheen sisältö (Puroila 2002, 156). Kontekstia tarkastellessa oletetaan, että puhuja eli haastateltava ja kuulija liittyvät vuorovaikutuksen sen hetkiseen tilanteeseen. Vuorovaikutuksen tarkastelussa huomioidaan, että vuorovaikutus tapahtuu kohtaamisessa, puhe voi organisoitua monin tavoin ja vuorovaikutukseen vaikuttavat myös nonverbaaliset ja nonlingvistiset viestit. Puheen sisällön merkityksen analyysissä oletetaan, että sanojen varsinaisen merkityksen lisäksi niiden sisältämän ilmaisun merkitys määrittyy myös tilanteen kehysten mukaan. Kulloinenkin kehys antaa perspektiivin sille miten puhuja käsittelee asiaa. Kuhunkin kehykseen liittyy omanlaisia kielellisiä ilmaisuja,

puheessa on myös mahdollista vaihdella ajallisesti sekä paikasta toiseen. Puheen merkityksen analyysissä on keskeistä puhujan ja puhuttujen väitteiden suhde. (Puroila 2002, 122.)

6.4 Aineiston käsittelyn vaiheet

Aineiston käsittelyssä on käytetty välineenä Nvivo-ohjelmaa. Litteroidut haastattelut siirrettiin ohjelmaan ja sen avulla haastatteluista poimittiin maininnat vanhemmuuteen vaikuttavista tekijöistä. Ohjelman avulla äitien kokemukset luokiteltiin Belskyn vanhemmuuden prosessimallin mukaisesti teemoihin ja tämän jälkeen edelleen voimavaroihin ja kuormittaviin tekijöihin. Nvivo-ohjelman käyttöoikeuden päättymisen jälkeen aineiston jatkokäsittelyssä on käytetty tekstinkäsittelyohjelmaa. Kootut maininnat yhdisteltiin ja tiivistettiin (liite 1) sekä järjesteltiin edelleen tarvittaessa opinäytetyön taustaosion tuoman näkökulman mukaan toisiin teemoihin. Kaikki aineistosta poimitut äitien kokemukset liittyivät prosessimallin mukaisesti teemoihin, joten ei ollut tarpeen pohtia poikkeavien havaintojen luokittelua.

Kokemusten luokittelu eri teemoihin ei välttämättä ollut aina selkeää ja yksioikoista, monet äitien kokemukset liittyivät myös toisiin teemoihin. Luokittelussa on pyritty säilyttämään kunkin maininnan olennaisin sisältö ja luokittelut on tehty sen mukaan.

Näiden kahden eri luokittelun, voimavarat/kuormittavat tekijät ja vanhemmuuden prosessimalli, sekä ilmaisujen pelkistämisen aikana äitien puheesta nousi tunnistettaviksi kehyksiksi tilanteeseen, toimintaan, tunteisiin ja toiveisiin liittyvät äitien kokemukset. Tilannesidonnaiset kokemukset liittyivät perheen kokonaistilanteeseen johon sisältyivät mm. työ epätyypillisinä aikoina, yksinhuoltajuus, asuminen, lasten hoito. Toimintaan liittyvät kokemukset kuvaavat millaiset arkiset ja käytännölliset seikat vaikuttavat äitien vanhemmuuteen. Tunteisiin liittyvät vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät kuuluivat äitien puheessa samoin toiveet tai tulevaisuuteen liittyvät odotukset. Aineiston jatkoluokittelu on tehty näihin neljään kehyksen avulla (liitteet 2-4). Edelleen on huomattava, että vaikka nämä neljä kehystä oli tunnistettavissa, liittyivät ne useasti toisiinsa ja luokittelu voi olla osittain näennäistä.

7 Tulokset

7.1 Haastateltujen kuvailu

Tätä opinnäytetyötä varten valittiin Perheet 24/7 –hankkeen haastatteluaineistoista kaksitoista haastattelua. Haastateltavat olivat ilmoittautuneet vapaaehtoisiksi haastateltaviksi ja heidät oli haastatellut joko hankkeen työntekijät tai opiskelijat strukturoitujen teemakysymysten avulla. Haastattelut olivat olleet pääasiassa kasvokkaisia, yksi haastatteluista on tehty puhelimitse. Haastateltavat olivat ilmoittaneet työskentelevänsä epätyypillisinä aikoina, yksi haastateltava oli haastatteluhetkellä hoitovapaalla mutta oli jälleen palaamassa vuorotyöhön. Opinnäytetyötä varten valitut haastatellut olivat yksinhuoltajia ja äitejä. Yksinhuoltajien ja parisuhteessa olevien elämäntilanne saattaa poiketa toisistaan niin paljon, että oli mielekästä valita opinnäytetyötä varten samantyyppisessä elämäntilanteessa olevien haastatteluja. Yksinhuoltajien haastattelut olivat valintatilanteessa ainoastaan äitien haastatteluja, joten ei ollut mahdollista saada mukaan epätyypillisenä aikana työskentelevien yksinhuoltajaisien haastatteluja.

Haastatellut jakautuivat tasaisesti eri ikäryhmiin. Haastattelussa ei välttämättä suoraan kysytty haastateltavan ikää. Suurin osa mainitsi ikänsä tai se oli mahdollista arvioida suuntaa-antavasti muiden vastausten perusteella. Haastateltavat oli 25 ja 52 välillä iältään. Alle 30-vuotiaita oli kolme, 30–39-vuotiaita ja 40–49-vuotiaita oli neljä.

Haastatelluista viisi eli lähes puolet työskenteli terveys- ja sosiaalialalla. Kaupanalalla työskenteli kolme haastateltua. Loput haastatellut työskentelivät teollisuudessa, liikennealalla, palvelualalla ja viestinnän alalla. Yksi vastaaja oli hoitovapaalla työstään. Sosiaali- ja terveysalalla työskentelevät olivat pääasiassa julkisella sektorilla, lähes kaikki muut yksityisellä sektorilla. Yhdeksän haastateltua työskenteli kaksi- tai kolmi-vuorotyössä eli etukäteen suunnitellun työvuorolistan mukaan. Kolmen haastatellun työajat rakentuivat joko työn luonteen tai olosuhteiden vuoksi muulla tavoin. (Toimialaluokitus 2008. 2011.)

Kaikilla haastatelluilla oli vähintään ammatillinen perustutkinto. Suurin osa haastatelluista työskenteli koulutustaan vastaavalla alalla, neljän ammattitutkinto ei vastannut nykyisiä työtehtäviä. Kolme haastateltua kertoi opiskelevansa työn ohessa.

Kaikki haastatellut olivat virallisesti yksinhuoltajia ja asui pääsääntöisesti alaikäisten lasten kanssa keskenään. Haastatelluista kolmella oli miesystävä, neljä haastateltua mainitsi selkeästi, ettei heillä ollut minkäänlaista parisuhdetta. Viiden haastatellun parisuhteesta ei ollut mainintaa.

Viiden haastatellun perheessä perheen kokoonpano oli ollut nykyisenlainen nuorimman lapsen syntymästä lähtien. Samoin viiden äidin parisuhteen päättymisestä lapsen tai lasten isän kanssa oli yli kaksi vuotta. Kahden perheen kokoonpano oli muodostunut alle kaksi vuotta sitten.

Neljällä haastatelluista äideistä oli yksi lapsi, viidellä kaksi lasta ja kolmella neljä lasta. Lähes kaikkien haastateltujen lapset asuivat äitien kanssa, ainoastaan yhden nelilapsisen äidin kolme vanhempaa lasta asuivat muualla. Lasten iät vaihtelivat kahdesta kahteenkymmeneen yhteen vuoteen. Haastateltujen kanssa asuvat lapset olivat kaikki alle 17 -vuotiaita. Kymmenessä perheessä oli alle kouluikäisiä lapsia, lisäksi näistä kahdessa perheessä oli kouluikäisiä lapsia. Kahdella äidillä oli ainoastaan kouluikäisiä lapsia.

Kolmessa perheessä lapsilla oli kaksi eri isää. Lasten ja heidän isiensä yhteydenpidossa oli suurta vaihtelua. Kahden perheen lasten isän oli kuollut. Neljässä perheessä oli lapsia, joihin isä ei ollut pitänyt lainkaan yhteyttä tai tavannut lasta. Kahden perheen lapsia isä tapasi hyvin harvoin, samoin kahden perheen lapsia isä tapasi säännöllisesti. Kolmessa perheessä oli lapsia, jotka olivat isän luona tiiviisti.

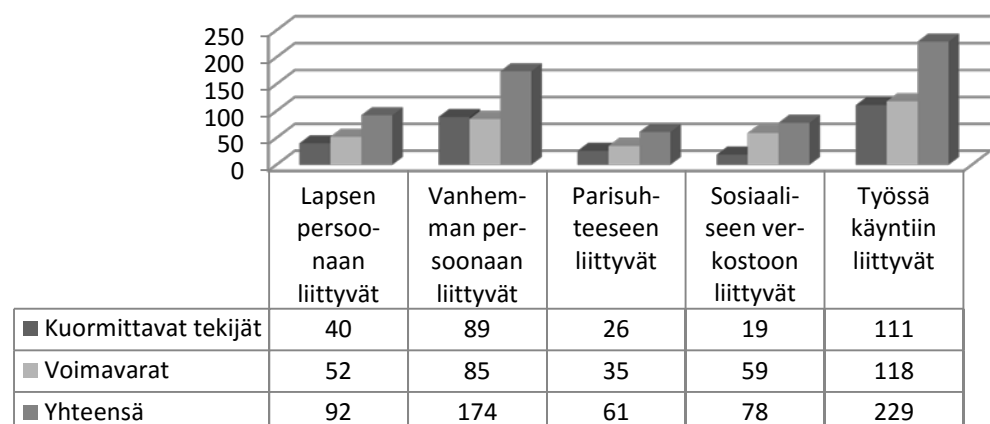
7.2 Vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät vanhemmuuden prosessimallin mukaan

Teemahaastattelussa käytiin läpi vanhempien työtä, perheiden arkea, lastenhoitojärjestelyjä, vanhemmuutta, lapsen hyvinvointia sekä yhteistyötä mahdollisen vuoro-

päivähoidon kanssa. Vanhemmuuteen liittyviä ilmisältöjä oli selkeimmin poimittavissa teeman vanhemmuus ja vanhemman hyvinvointi yhteydessä. Haastattelut on käyty kokonaisuudessaan läpi ja niistä on poimittu haastateltavan nostamat seikat, joilla on merkitystä joko vanhempana olemiseen tai vanhempana toimimiseen. Ilmisältöjen lisäksi mukaan on poimittu myös haastateltavien kokemuksia, joilla on piilomerkityksiä vanhemmuuteen liittyen. Aineiston käsittelyssä on käytetty Nvivo-ohjelmaa.

Yksinhuoltajaäitien kokemukset vanhemmuuden voimavaroista ja kuormittavista tekijöistä on järjestetty teemoittain käyttäen Belskyn vanhemmuuden prosessimallin vanhemmuuteen vaikuttavia tekijöitä. Teemoina ovat vanhemman persoona, lapsen ominaisuudet sekä kontekstuaaliset tekijät eli vanhemman työhön, sosiaaliseen verkostoon ja parisuhteeseen liittyvät tekijät. Nämä teemat on edelleen teemoiteltu vanhemman voimavaroja lisääviin ja kuormitusta aiheuttaviin tekijöihin. Kuhunkin teemaan tuli äitien kokemuksia, kokemusten määrän vaihteluväli oli laaja. Mainintoja vanhemmuutta tukevista voimavaroista (349 mainintaa) oli jonkin verran enemmän kuin vanhemmuutta kuormittavista tekijöistä (285 mainintaa). Erityisesti kokemuksia työhön liittyvistä vanhemmuuteen vaikuttavista tekijöistä oli runsaasti, 36 prosenttia kaikista maininnoista. Parisuhteeseen liittyviä kokemuksia oli ainoastaan neljäsosa tästä määrästä (taulukko 1). Seuraavissa kappaleissa kuvataan lyhyesti vanhemmuuden prosessimallin mukaisesti luokiteltuja teemoja vanhemmuuteen vaikuttavista tekijöistä.

Taulukko 1. Vanhemmuuden voimavaroihin ja kuormittaviin tekijöihin liittyvien mainintojen määrä



7.2.1 Persoonaan liittyvät tekijät

Vanhemman persoonaan liittyi monenlaisia tekijöitä ja niitä oli yli neljäsosa äitien maininnoista. Äidit kokivat kuormittavana oman taustansa, itsellä oli ollut vaikeita aikoja aiemmin ja toivottiin, ettei lapsella olisi samanlaisia vaiheita. Ongelmallisena vanhemmuudelle koettiin, ettei ollut aikaa tai mahdollisuutta huolehtia itsestä riittävästi, fyysinen kunto, terveydestä huolehtiminen ja henkinen uupumus sekä oman ajan puute kuormittivat äitejä. Toisaalta huolta aiheutti myös erossa olo lapsesta, ”oman ajan” priorisointi aiheutti tunnetta itsekkyydestä lapsen edun kustannuksella. Elämäntilanne yksinhuoltajana ja työ epätyypillisinä aikoina aiheutti haastateltaville kuormitusta. Yksinhuoltajuuden koettiin vähentävän mahdollisuuksia jakaa asioita ja saada itselle tukea toiselta vanhemmalta. Työn koettiin vaikuttavan arjen struktuuria heikentävästi ja työstä johtuvan poissaolon hankaloittavan läsnäoloa lapsen arjessa. Työn ajoittuminen oli osalle vanhemmista stressaava ja aiheutti osaltaan hermostumista. Kuormittavina koettiin myös kyky huolehtia lapsen kehittymisestä ja tunne riittämättömyydestä ja taidottomuudesta.

Vanhemman ominaisuuksina voimavaroja antoivat vanhemman kyky nauttia elämästä sellaisenaan ja pienistä asioista sekä tilanteen hyväksyminen. Monella oli vakaa ymmärrys siitä mikä on itselle hyväksi ja tieto siitä mihin on lapsen saadessaan ryhtynyt. Vahvuutta vanhemmuuteen toi hyvä suhde lapseen, ymmärrys lapsen kasvatuksesta, lasten ensisijaisuus. Haastateltavat saivat vahvistusta itselleen mielekkästä työstä, omista onnistumisista, myönteisestä palautteesta työstä, ystävien tuesta ja itsestä huolehtimisesta fyysisen kunnon, terveyden ja harrastusten myötä. Merkityksellisiä olivat myös toimiva suhde lapsen isään ja hoitopaikkaan, kyky suunnitella asioita, taloudellisen niukkuuden hyväksyminen ja mahdollisuudet yrittää vaikuttaa lapsiin liittyviin asioihin laajemminkin.

7.2.2 Työhön liittyvät tekijät

Haastateltavat mainitsivat työhön liittyviä vanhemmuuteen vaikuttavia tekijöitä eniten, näitä mainintoja oli selvästi yli kolmasosa kaikista maininnoista. Vanhemmuutta kuormittaviksi tai tukeviksi tekijöiksi tunnistettiin hyvin monet haastateltavien esille

tuomat seikat osittain välillisen vaikutuksensa vuoksi. Työssä koetut vahvuudet ja stressitekijät vaikuttavat joko suoraan tai välillisesti työntekijän vanhemmuuteen tai toimimiseen vanhempana. Siten on ollut perusteltua huomioida työhön liittyviä merkityksiä laajasti.

Kuormittavia tekijöitä liittyy työn vaikutuksiin lapsiin ja lasten arkeen, työjärjestelyihin sekä siten pystyykö työhön ja työaikoihin vaikuttamaan (vuorolistat ja niihin esitetyt toiveet) että työvuorojen aiheuttamiin järjestelyihin (epäsäännöllisyys, pitkät vuorot, uupumus), työn tekemisiin liittyviin piirteisiin (resurssien riittäminen, vastuut, vaativuus) ja myös taloudelliseen tilanteeseen (pakko olla työssä).

Työstä saadut voimavarat olivat hyvin moninaisia. Merkityksellisintä tuntui olevan, että omiin työvuoroihin oli mahdollista vaikuttaa ja että työpaikalla työjärjestelyissä huomioidaan perheen tilanne. Vuorotyön tekeminen oli monelle mielekästä ja sen nähtiin tukevan perheen arkea ja jopa lisäävän lapsen kanssa vietettävää aikaa. Työ itsessään koettiin tärkeänä ja se toi usealle merkityksellistä sisältöä elämään. Vuorotyö myös saattoi tuoda paremmat tulot vanhemmalle vuorolisien myötä.

7.2.3 Verkostoon liittyvät tekijät

Muuhun sosiaaliseen verkostoon kuin parisuhteeseen tai lapsiin liittyviä vanhemmuutta tukevia tai kuormittavia tekijöitä mainittiin melko vähän, näitä oli kahdeksasosa kaikista maininnoista. Vanhemmuutta kuormittavia tekijöitä olivat yhteydenpidon hankaluudet, käytännön avun vähyyt tai olemattomuus haastateltavat toiveesta riippumatta, omien vanhempien päihdeongelma, koettu ympäristön paheksunta omasta elämäntilanteesta tai koettu velvoite osaltaan auttaa jos ottaa tukea vastaan. Vanhemmuutta tukevia tekijöinä mainittiin vastakkaisesti yhteydenpito verkostoon ja käytännön avun saaminen sukulaisilta ja ystäviltä. Lisäksi voimavaroina mainittiin tuen saaminen kasvatuksellisissa ja elämään liittyvissä kysymyksissä omalta lähiverkostolta, työkavereilta, viranomaisilta tai lapsen hoitopaikasta ja toimiminen itse tukena muille.

7.2.4 Parisuhteeseen liittyvät tekijät

Vähiten mainintoja eli alle kymmenesosa oli havaittavissa liittyen parisuhteeseen, mikä on haastateltavien elämäntilanteen huomioiden luonnollista. Parisuhteeseen sisällytettiin kaikki maininnat vanhemmuutta kuormittavista tai tukevista tekijöistä liittyen sekä lasten isään, että mahdolliseen nykyiseen parisuhteeseen ja yksinhuoltajuuteen. Mainintojen vähyyttä selittää osaltaan se, että monien haastateltavien äitien lasten isä oli kuollut tai ei muuten tavannut lasta ja että vain kolme haastateltavaa mainitsi miesystävän haastattelussa.

Lasten isän osalta kuormittavia tekijöitä olivat erimielisyydet kasvatuksellisissa kysymyksissä ja tuen puute vanhemmuuden jakamisessa ja lasten isän elämäntilanne sekä sen myötä tuleva epävarmuus. Lisäksi kuormittavia tekijöitä olivat suru erosta, aiempi painostus aborttiin ja lasten isän uusi puoliso. Voimavaroja vanhemmuuteen toi jos äidin suhde lasten isään oli asiallinen, isä tapaa ja hoitaa lasta säännöllisesti, äiti koki isän ajattelevan lapsen parasta ja olevan hyvä isä.

Nykyisen parisuhteen osalta ei koettu kuormittavia tekijöitä, uuden parisuhteen esteenä nähtiin aiemmat pettymykset miehistä ja lapsen sitovuus. Parisuhteen katsottiin tukevan äitiä silloin kun miesystävä keskustelee ja auttaa jaksamaan, on tarvittaessa apuna, tulee toimeen lasten kanssa ja saa yhteistä aikuisten aikaa.

Yksinhuoltajuus oli alkuun ollut vanhemmuutta kuormittava tekijä ja edelleen se saatettiin kokea pakkotilanteena. Parisuhteessa ollessa oli ollut toinen olemassa vaikka äiti koki tehneensä kaiken itse. Yksinhuoltajuuteen liittyi haastateltavien maininnoissa vanhemmuutta tukevia tekijöitä. Yksinhuoltajuus koettiin helppona koska siihen oli totuttu, oli mahdollisuus päättää itse asioista ja osata ja pärjätä eri toimissa yksin. Usea ei kokenut parisuhdetta kiinnostavana tai itselle sopivana.

7.2.5 Lapsen persoonallisuuteen liittyvät tekijät

Lapseen liittyviä vanhemmuuteen vaikuttavat tekijöitä oli alle kuudesosa haastateltujen kokemuksista. Lapsen erilaisia ominaisuuksia koettiin kuormittavina. Lapsen luon-

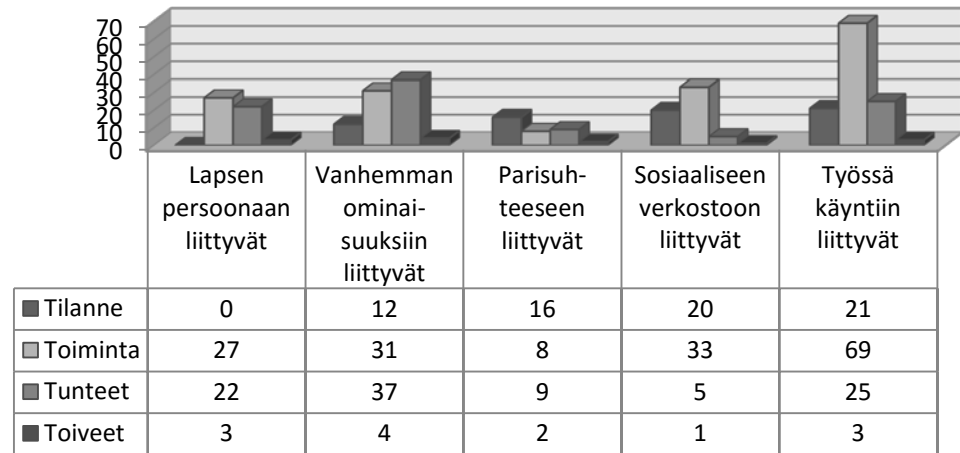
teenpiirteet, kuten liika ulospäin suuntautuneisuus, huolehtiminen tai ripustautuminen, saatettiin kokea huolta aiheuttavana. Kuormittavana koettiin myös lapsen hankala käytös ja toiminta osittain liittyen myös arjen ja vanhemman työn epäsäännöllisyyteen. Monelle huolta aiheutti lapsen ymmärryksen kehittyminen, ihmissuhteiden rakentuminen tai lapsen terveydentila.

Vanhemman voimavaroja koettiin lisäävän lapsen läheisyys ja rakkauden ilmaiset ja yhteinen tekeminen. Lisäksi lapsen luonteenpiirteiden ja ajattelun koettiin olevan mielekkäitä ja vanhemmat tunsivat iloa lapsen onnistumisista ja ympäristöstä saamasta huomiosta.

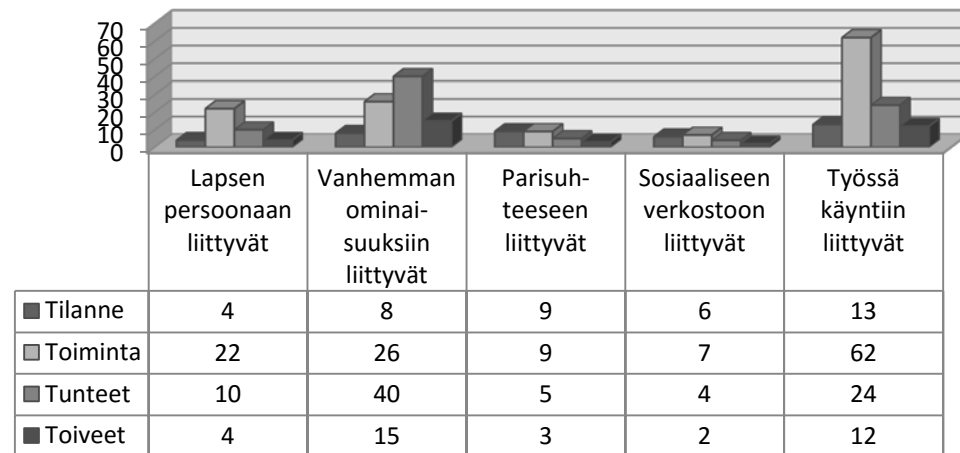
7.3 Vanhemmuuden voimavarojen ja kuormittavien tekijöiden vaihtelevat kehykset

Opinnäytetyön aineistoa on tarkasteltu Belskyn vanhemmuuden prosessimallin mukaisten tekijöiden lisäksi mahdollisten erilaisten kehysten kautta. Äitien puheesta oli erotettavissa tilanteeseen tai toimintaan liittyvät, tunnepohjaiset sekä tulevaisuuteen liittyvät kokemukset. Erilaisten kokemusten on todettu muodostavan kehyksiä joissa haastatellut äidit kuvaavat vanhemmuuden voimavaroja ja kuormittavia tekijöitä. Nämä kehykset ovat osittain päällekkäisiä ja niissä on mahdollista havaita myös toisistaan riippuvaisia tai seuraavia tekijöitä. Eniten äitien kokemuksia liittyi toiminnan kehukseen sekä voimavarojen että kuormittavien tekijöiden osalta (taulukko 2 ja 3). Seuraavissa kappaleissa on kuvattuna millaisia vanhemmuuteen vaikuttavia tekijöitä näihin kehyksiin on liitetty.

Taulukko 2. Vanhemmuuden voimavarojen ilmeneminen eri kehyksissä ja suhteessa vanhemmuuteen vaikuttaviin tekijöihin (maininnat aineistossa)



Taulukko 3. Vanhemmuuden kuormittavien tekijöiden ilmeneminen eri kehyksissä ja suhteessa vanhemmuuteen vaikuttaviin tekijöihin (maininnat aineistossa)



7.3.1 Tilannesidonnainen kehys

Kokemukseen vanhemmuuden voimavaroista ja kuormittavista tekijöistä vaikuttavat erilaiset vanhemman ja perheen elämäntilanteet. Yksinhuoltajuus ja työ epätyypillisinä aikoina ovat keskeisiä itsestään selvästi opinnäytetyön aiheen ja aineiston rajuksen seurauksena. Taulukossa 4 on koottuna äitien kokemukset sekä tilanteeseen liittyvistä voimavaroista että kuormittavista tekijöistä suhteessa työhön, omaan persoonaan ja sosiaaliseen kontekstiin.

Taulukko 4. Tilanteeseen liittyvät vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät

Tilanteeseen liittyvät	Voimavarat	Kuormittavat tekijät
Työ	Vaikutusmahdollisuus vuoroihin ja muihin järjestelyihin, enemmän aikaa lapselle, taloudellinen tilanne	Työssäkäynti kuormittavaa, taloudellinen toimeentulo, työn ja yksinhuoltajuuden yhdistäminen, ei vaihtoehtoja
Persoona	vahva tahto, tilanteen ymmärtäminen ja sopiminen itselle, lapsi etusijalla	vaihtoehdottomuus, yksin vanhempana tai ero lapsesta ja vähäinen läsnäolo
Lapsi	vuorohoidossa olo on lapselle hyvä	lapsen sairaus tai työn aiheuttamat hankaluudet lapselle
Verkosto	taloudellinen tuki tarvittaessa, tuki kasvatukseen tai aikuinen seura	Verkosto on kaukana, yhteys katkennut tai ei ehdi pitää yhteyttä
Parisuhde: yksinhuoltajuus	tottumus, pärjääminen, hyväksyminen	
Parisuhde: isä	toimiva suhde	pakko, vastuuttomuus, elämäntilanne, ristiriidat
Parisuhde: parisuhde	lapsen kanssa toimeen, keskustelu	

Työhön liittyvistä vanhemmuutta tukevista tekijöistä merkityksellisin on mahdollisuus vaikuttaa työvuoroihin ja muihin työjärjestelyihin. Vaikutusmahdollisuus lisää tilanteen hallintaa ja siirtyä osaltaan myös muuhun elämään. Monen kohdalla erityisen tärkeää oli, ettei iltavuoroa seurannut aamuvuoro.

”työvuorot olen saanut hoidettua listan tekijän kanssa niin että mulle ei tuu ilta-aamuvuoroja” (äiti 1)

Epätavallisen työajan nähtiin myös tuovat enemmän aikaa lapsen kanssa ja toisaalta turvaavan taloudellista tilannetta. Kuormittavina työtilanteeseen liittyvinä tekijöinä

oli työssäkäynnin raskaus ja työnteen yhdistäminen yksinhuoltajana olemiseen. Taloudellinen tilanne ei työstä huolimatta ole välttämättä hyvä ja toisaalta työssäkäynnille ei ole massa vaihtoehtoja ylipäänsä, työmahdollisuuksien tai työaikojen suhteen.

”Siinä on siis kyseessä se, et jos mä oon viikon pois töistä, ni me ollaan viikko ilman tuloja. Ne on haasteellisia.” (äiti 9)

Haastateltavat kokivat omaan persoonaansa liittyen vanhemmuutta tukevinä tekijöinä olevan vahvan tahdon selvitä elämäntilanteissa, oman elämän ymmärtämisen ja hyväksymisen sekä lapsen asettamisen etusijalle. Persoonaan liittyviä tilanteessa kuormittavia tekijöitä oli elämäntilanteen väistämättömyys sekä usein yksin vanhempana toimimisen kuormittavuus. Lisäksi haastateltavat kokivat tilanteissa hankalana toimia vanhempana kun on paljon erossa lapsesta ja vähemmän läsnä. Tilanteen omakohtaista hyväksymistä kuvaa lainaus:

”Et en koe sitä mitenkään niinku semmosena, et voivoivoi, oon tässä nyt yllirasittunut tai jotain. Tää on. Elämä on.” (äiti 1)

Tilanteeseen liittyvänä erityisesti lapsen kohdentuvana vanhemmuutta tukevana tekijänä oli käsitys vuorohoidon myönteisestä merkityksestä lapselle. Sen sijaan vanhemmuutta kuormitti tilanteena lapsen sairaus tai erilaiset työtilanteesta johtuvat hankaluudet lapselle.

Verkoston koettiin tukevan vanhemmuutta tilanteen osalta, mikäli oli tarvetta taloudelliseen tukeen tai kasvatusvastuun tai lapsenhoidon jakamiseen. Vanhemmuuteen toi voimavaroja myös aikuinen seura eri elämäntilanteissa. Selkeästi tilannesidonnaisesti vanhemmuutta kuormitti verkoston fyysinen etäisyys, katkenneet yhteydet omaan tai lapsen verkostoon ja kulloisenkin tilanteen aiheuttama yhteydenpidon hankaloituminen. Vaihtelevia kokemuksia sosiaalisen verkoston toimimisesta haastateltavien elämäntilanteissa kuvattiin mm. näin:

”on niinku tosi läheisiä ihania ihmisiä ollu, jo sillo, ja vieläki niinku ympärillä, niinku. Puhuminen auttaa, monee asiaan.” (äiti 4)

”olen kuullut tämän jo mun äidiltäni silloin kun mä lapsia aloin tekemään että hän ei hoida niitä ... että itte te ne olette maailmaan tehnyt ja itse ne hoidatte” (äiti 1)

Parisuhdeteemaa tarkasteltiin lapset isän, yksinhuoltajuuden ja mahdollisen uuden parisuhteen näkökulmasta. Nykyisenä elämäntilanteena yksinhuoltajuus vaikutti vanhemmuuteen voimavaroja lisäävästi kun tilanne hyväksyttiin, siihen oli totuttu ja siinä koettiin pärjäämistä. Sen sijaan yksinhuoltajuus elämäntilanteena kuormitti vanhemmuutta, mikäli se koettiin pakkotilanteena. Lapsen isä vaikutti äidin kokemukseen vanhemmuudesta myönteisesti kun vanhemmilla oli toimiva suhde lapsen asioissa, toisaalta äidin kokema isän vastuuttomuus ja mahdolliset ongelmat ja vanhempien väliset ristiriidat kuormittivat äidin vanhemmuutta. Uusi parisuhde lisäsi vanhemmuuden voimavaroja kun puoliso tai miesystävä tuli toimeen lasten kanssa tai tuki keskustelemalla. Eron jälkeen suhde lapsen isään saattoi olla toimiva ja elämäntilanteessa vanhemmuutta tukeva:

”... tosi paljon et me ollaan ystävinä erottu ja oltiin kavereita pitkän aikaa ihan siis melkein toistemme parhaat kaverit” (äiti 10)

7.3.2 Toimintaan liittyvä kehys

Toimintaan ja arjen sujumiseen liittyviä työsidonnaisia voimavaroja lisääviä tekijöitä oli paljon, mutta kuormittavia tekijöitä huomattavasti runsaammin (taulukko 5). Käytännön toiminnassa arkivapaat ja toisaalta vaihtelevat vuorot olivat mielekkäitä, työ ja sen sisällöt koettiin itselle sopiviksi ja usein perhe otettiin huomioon työn käytännön järjestelyissä. Toisaalta moni koki työn vaikuttavan arjen sujumiseen kielteisesti, erityisesti hankalat työvuorot ja lasten vapaa-ajan kanssa ristiin menevät työajat olivat ikäviä. Työn käytännöistä saattoi johtua epä tietoisuus kotiasioista, työssä ollessa ei ollut mahdollisuutta vaikuttaa kotona olevien lasten olemiseen mikä osittain näkyi heikkoina mahdollisuuksina reagoida mm. lapsen sairastumiseen. Vaikkapa lomien ajoittumisella on suuri merkitys perheen toimivalle arjelle:

”se oli mätkässy mun kesäloman melkein kokonaan toukokuulle ... Tuli niin, tuli niinku pikkasen puskista” (äiti 4)

Taulukko 5. Toimintaan liittyvät vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät

	Voimavarat	Kuormittavat tekijät
Työ	Arkivapaat ja erilaiset vuorot mielekkäitä, työ on sopiva, vaihteleva ja mielekäs itselle, huomioidaan perhe järjestyksessä	Arjen huono sujuminen, lomajat ristiin, raskaat työvuorot, epätietoisuus kotiasioista, sairajärjestelyt
Persoona	suunnittelu, itsestä huolehtiminen, lapsen hyvä olo tai hyvä palaute	Työtilanteet ja arki rasittavia ja hermostuttavat tai rajojen asettaminen työlästä
Lapsi	lapsen arjen sujuminen, leikkiminen, läheisyys tai yhteinen tekeminen	lapsen hankala käyttäytyminen, arjen sujumisen pulmat tai kasvatuskysymykset
Verkosto	mahdollisuus monenlaiseen apuun arjessa, oma toiminta verkoston tukena	verkosto ei auta, on välillä muualla tai on kyvytön auttamaan
Parisuhde: yksinhuoltajuus	itsenäisyys	
Parisuhde: isä	arjen tuki	kasvatuserimielisyydet, tapausjärjestelyt
Parisuhde: parisuhde	arjen tuki	olisi konkreettinen apu

Toiminnan tasolla omakohtaisina voimavaroina koettiin mahdollisuus ja kyky suunnitella arjen sujumista. Tärkeää oli myös itsestä huolehtiminen liikunnan, terveyden, harrastusten tai oman ajan osalta. Arjessa oli tärkeää tietää järjestäneensä lapsen hoidon hyvin ja työstä saatu hyvä palaute. Kuormitusta arjen toiminnasta syntyi kun työssä oli hankalia tilanteita, arjen rakenteiden ylläpito oli vaikeaa ja toiminnan rajojen asettaminen lapsille työlästä.

”On se sillee, että mä oon ruennu pitää kuitenkin itestä parem, must on tullu vähän itsekkäämpi, mä oon ruennu pitää ihan, niinku, itestäki vähä huolta” (äiti 4)

”koska sitten taas se pysyy tyytyväisenä telkkaria katselen ja sit mää venytän ja vetkutan yleensä sitä aamua nii et sit siinä vaiheessa ku me lähetää ni se ei millään kerkiä siinä aikataulussa lähteä et ku mitä mää vaatisin.” (äiti 5)

Lapsen osalta vanhemmuutta tuki toimintaan liittyen kokemus lapsen arjen sujumisesta, yhteinen tekeminen ja oleminen, lapsen kyky leikkiä sekä lähellä olo. Lapseen liittyen kuormitusta arkeen toivat erilaiset hankalat tilanteet jotka aiheutuivat lapsen vaikeasta käytöksestä, rajattomuudesta tai käytännön pulmista lapsen arjessa. Nämä pulmat saattoivat johtua mm. lapsen harrastusmahdollisuuksien mahdottomuudesta tai lapsen yksinolosta vanhemman ollessa töissä. Lapsen hankala käytös saattoi näkyä päivähoitossa:

”yleensä mä toivonkin et ne on laittanut hänet valmiiksi koska hän on niin ylienergisellä päällä kun mä haen hänet et juoksentelee siellä ympäri (.) ympäri sitä tarhaa et ei saada edes pukee päälivaatteita” (äiti 1)

Sosiaaliseen verkoston arjen toimintaan liittyvät voimavaroja lisäävät ja kuormittavat tekijät olivat vastakkaisia. Vanhemmuutta tuki saatu erilainen apu käytännön asioissa ja toisaalta auttamisesta kieltäytyminen kuormittaa vanhempaa. Erityisen merkityksellisenä mainittiin isovanhempien apu arjen toiminnassa, mutta myös ystävien ja läheisten lastenhoito-, siivous, remontti- ja muuttoapu oli tärkeää. Arjen toiminnassa koetaan kuormittavana verkoston kyvyttömyys tukea tai väliaikainen poissaolo. Vanhemmuuden voimavaroja lisäävänä käytäntönä koettiin myös oma toiminta verkoston tukena.

”mun isä ei oo paljookaa, niinku, kyl se asuu tossa suht lähellä, mut hänellä on kans se alkoholiongelma” (äiti 5)

”(lapsen isovanhemmat) ihan ylipäätänsä tässä niin sanotusti arjessa ovat mukana. Että ottavat lapsia aina hoitoon tai niinku sinne kyllään et. Ja tota käyvät täällä kylässä ja touhuilevat niitten kanssa” (äiti 11)

Parisuhteen osalta tarkasteltiin edelleen yksinhuoltajuuden, lapsen isän ja mahdollisen nykyisen parisuhteen merkitystä vanhemmuuteen suhteessa arjen toimintaan. Yksinhuoltajuus koettiin vahvuutena toiminnassa kun oli mahdollisuus päättää itse arjen käytännöistä ja osasi toimia itsenäisesti. Lapsen isä tuki vanhemmuuden voimavaroja hoitamalla lasta sovitusti ja tarvittaessa, toisaalta käytännön toiminnassa äidin vanhemmuutta kuormitti kasvatuserimielisyydet ja lapsen isän epäluotettavuus asioiden ja lapsen hoidossa. Nykyinen miesystävä tuki vanhemmuutta käytännössä osallistumalla arjen käytäntöihin pyydettyä, tosin kuormittavana koettiin myös että parisuhteessa olisi ainoastaan arjen sujumisen vuoksi.

”jotenki määhän turhauduin siitä, kun oli noita kaikenmaailman murrosikäjuttuja, ni sitte ku sieltä ei ikinä vastattu eikä milläänlailla kommentoitu mihinkään, ni mä että olo-koot.” (äiti 8)

7.3.3 Tunneperustainen kehys

Työssä oloon liittyi paljon sekä vanhemmuutta tukevia että kuormittavia tunteita (taulukko 6). Monen kohdalla keskeistä oli työstä koettu ilo, viihtyminen työssä ja työn tasapainottava merkitys. Työn kautta oli mahdollista saada kokemuksia onnistumisesta ja toisaalta ymmärtää kuinka hyvin omat asiat ovat, mikä tuki vanhempana olemista. Hyväksymisen ja ymmärretyksi tulemisen tunteet työssä olivat merkityksellisiä myös suhteessa omaan vanhemmuuteen. Työhön liittyi myös hyvin runsaasti kielteisiä, vanhemmuutta kuormittavia tunteita. Vanhempana olemiseen vaikuttivat työhön liittyvät ja siitä aiheutuvat stressin, väsymyksen ja kireyden tunteet. Edelleen tunteena vaihtoehtottomuus suhteessa työn tekemiseen, työn koettu vaativuus ja vaatimukset sekä yksinäisyys töissä lisäsivät myös vanhemmuuden kuormitusta.

”mähän saan toteuttaa niinku joka päivä työssä itteäni ja tehdä niinku niitä asioita” (äiti 5)

Taulukko 6. Tunteisiin liittyvät vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät

	Voimavarat	Kuormittavat tekijät
Työ	ilo työstä, viihtyminen, työ taspainottaa ja on henkireikä, kiitollisuus, tila luovuudelle, koettu ymmärtämys	Väsymys, stressi, kireys, vaihtoehdottomuus, vaativuus, yksinäisyys työssä, odotukset liikaa
Persoona	hyvän huomaaminen, suhde lapseen, hyväksyminen, onnistuminen tai ilo	riittämättömyys, taidottomuus, syyllisyys, liika suorittaminen tai itsen unohtaminen
Lapsi	Lapsen luonne, ajattelu, antama rakkaus tai ylpeys lapsesta	lapsen kiintyminen toiseen tai lapsen liika huolehtiminen
Verkosto	keskustelun ja yhteydenpidon merkitys	toivottomuus avun saannista, yhteydenpidon työläys, koettu paheksunta tai avun velvoittavuus
Parisuhde: yksinhuoltajuus	tuntuu oikealle tilanteelle	väistämättömyys
Parisuhde: isä	luottamus isään	
Parisuhde: parisuhde	voimia ja omaa tilaa	pettymys

Vanhemman persoonaan liittyviä vanhemmuutta tukevia tunteita olivat onnistuminen ja ilo suhteessa lapseen ja ystäviin, epätäydellisyyden hyväksyminen, vahva suhde lapseen ja nauttiminen pienistä hetkistä ja asioista. Voimavaroja lisäävien tunteiden vastapainona oli runsaasti vanhempaan henkilönä liittyviä kuormittavia tunteita. Haastateltavilla oli kokemuksia riittämättömyyden, taidottomuuden ja syyllisyyden tunteista. He kokivat suorittavansa liikaa sekä työssä että kotona ja itsestä huolehtiminen unohtui.

”lapsi palelee siinä sylissä ja ... hän joutuu niin kun sun takia ... sen takia et sä menit aamulla aikaisin töihin, sä olet yksinhuoltaja ja sä halusit että sulla on vielä koira ... kun tavallaan kärsii siitä niin jotenkin se tuntuu tosi pahalle” (äiti 2)

Lapsen liittyvät vanhemmuutta tukevat tunteet liittyivät tyytyväisyyteen, ylpeyteen ja iloon lapsen luonteesta, ajattelusta, toiminnasta ja lapsen rakkaudesta vanhempaan. Vanhemmuuteen toi epävarmuutta ja huolta lapsen kiintyminen hoitajaan ”äitinä” ja lapsen liika huolehtiminen asioista.

”hän saa kauheesti positiivista huomiota missä me nyt vaan ollaan että voi kun sä olet suloinen tyttö” (äiti 6)

”Vanhempi pojista jää välillä liikaa miettimään asioita ja huolestuu. Mielestäni lapsen ei tarvitse kantaa huolta, vaan se on vanhemman tehtävä” (äiti 7)

Tunteisiin liittyen verkoston yhteydenpidolla oli vanhemmuutta tukeva merkitys, mahdollisuus keskustella asioista läheisten kanssa lisäsi vanhemman tunteita pärjäämisestään. Verkoston vanhemmuutta kuormittava vaikutus ilmeni toivottomuuden, työläyden ja koetun paheksunnan tunteina. Avun saanti saattoi tuntua mahdottomalta, yhteydenpito oli työlästä ja ympärillä olevien koettiin paheksuvan tilannetta yksinhuoltajana tai työskentelyä epätyypillisinä aikoina. Verkoston tarjoaman tuen hankalaksi kokemiseen saattoi liittyä myös tunne saadun tuen velvoittavuudesta.

”ympäristöstä mä koen sitä että mä oon yksinhuoltaja mulla on kaks lasta ja sit mä teen vielä niinku yötyötä niin se on niinku et ”herranjumala kun on huono äiti” ” (äiti 10)

Parisuhdeteemaan liittyi vanhemmuutta tukevia tai kuormittavia tunteita suhteessa yksinhuoltajuuteen, lapsen isään ja mahdolliseen nykyiseen parisuhteeseen. Yksinhuoltajuus tuntui monelle oikeasta ja itselle sopivalta, kuormittavina tunteita oli tunne pakkotilanteesta ja erityisesti alkuvaikeuksista. Lapsen isään liittyi vanhemmuutta tukevana varmuus isän kyvystä ajatella lapsen parasta, toisaalta osa oli pettynyt siihen, ettei vanhemmuuden jakaminen ollut mahdollista. Parisuhteessa vanhemmuutta tuki tunne olivat voimien lisääntymisestä mutta kuitenkin myös oman tilan huomiomisesta. Parisuhdetta ei pidetty tärkeänä kun kokemuksena oli pettymys miehiin.

”No se ei varmaan sovi kaikille, mutta minulle se sopii. Minusta olis paljon paljon vaikeampi olla perheessä, jossa olis kaks vanhempaa ja jos ne jutut ei sovi yhteen ja siinä joutuis sen parisuhteenki kanssa painimaan ni. Tämä siis tämä on vaan minun henkilökohtainen mielipiteeni. Et minulle tämä käy siis ihan älyttömän hyvin.” (äiti 9)

7.3.4 Toiveisiin tai tulevaisuuden odotuksiin liittyvä kehys

Haastatteluissa ilmeni toiveita ja odotuksia tulevaisuudesta liittyen vanhempana olemiseen ja toimimiseen (taulukko 7). Työn osalta nähtiin vanhemmuutta tukevana tekijöinä vuorotyön jatkuminen, joustava työ, mahdollisuus vaikuttaa työjärjestelyihin ja sisältöihin sekä työn itselle antamat mahdollisuudet asumisen ja itsensä toteuttamisen suhteen. Vastakkaisesti kuormittavina tekijöitä nähtiin, ettei tulevaisuudessa ole mahdollisuutta vaikuttaa työn ajalliseen sijoittumiseen. Halu tehdä päivätyötä koettiin vanhemmuuttakin kuormittavana silloin kun sitä ei nähty itselle mahdollisena muutoksena. Lisäksi kuormittavana työhön liittyvänä tulevaisuuden odotuksena oli lapsen hoidon järjestyminen tämän aloittaessa koulun ja päivähoiton loppuessa.

Itseen liittyvinä vanhemmuutta tukevana tulevaisuuden odotuksina oli ymmärrys siitä mitä itse haluaa ja toimiminen sen mukaan. Myös pyrkimys vaikuttaa laajemmin asioihin tuki omaa vanhemmuutta. Vanhemmuutta kuormitti toteutumaton toive ”oman ajan” järjestymisestä sekä ajatus siitä että lapsella olisi helpompi lapsuus kuin itsellä oli ollut. Huoli muiden ihmisten vaikutuksesta lapseen ja samalla toive voida vaikuttaa ympäristön hyvinvointiin koettiin osaltaan kuormittavana. Vanhemmuutta kuormitti myös ymmärrys omasta sitovuudesta ja toive antaa lapselle tilaa kasvaa.

”sitten niinku mulla on mahollisuus vaikuttaa siihen asiaan ni mä aion vaikuttaa. Elikkä siis se että vahventaa sitä yhteisöllisyyttä” (äiti 5)

Lapsen liittyen vanhemmuutta vahvistavana toiveena näyttäytyi lapsen tyytyväisyys elämäänsä. Vanhemmuutta kuormittavina tekijöinä oli toive lapsen itsesuojeluvaiston, ymmärryksen ja reippauden kehittymisestä, odotetut pulmat murrosiässä ja lapsen kaverisuhteiden kehittyminen.

*”Mut et miten minä osaan kasvattaa omat lapset silleen ettei tuu mitään pahiksia.”
(äiti 3)*

”haasteellisinta, niinku että sais kasvamaan niinku semmoseks ihmiseks, että antaa toisille, niinku, että se on mun mielestä äitiyden ehkä suurin haaste, että. Ei se, että menestykö ne jossain kilpailussa, tai kaikki on ihan viimosen päälle, vaatteet ja vehkeet ja saako annettua niinku kaikkee semmosta. Vaan että sais sitä sellasta muuta juttua tonne sisälle ujutettua.” (äiti 4)

Taulukko 7. Toiveisiin tai tulevaisuuteen liittyvät vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät

	Voimavarat	Kuormittavat tekijät
Työ	Vuorotyötä edelleen, työn joustaminen, työjärjestelyihin vaikuttaminen ja työn määrittäminen, työn tuomat mahdollisuudet	Päivätyötoive, halu vaikuttaa vuoroihin, illat lapsen ollessa koulussa
Persoona	ymmärtää mitä haluaa tai mahdollisuus vaikuttaa laajemmin	oma aika, huoli muiden vaikutuksesta lapseen tai huoli ja lupa lapselle kasvaa
Lapsi	lapsi olisi tyytyväinen elämään	lapsi kehittyisi, pelot murrosiästä ja kaverisuhteista
Verkosto		
Parisuhde: yk-sinhuoltajuus		
Parisuhde: isä		eron välttäminen
Parisuhde: parisuhde	yhteinen aika	toive parisuhteesta

Verkostoon liittyviä selkeitä toiveita tai tulevaisuuden odotuksia ei ollut poimittavissa aineistosta.

Parisuhteeseen liittyviä vanhemmuutta tukevana toiveena ja odotuksena oli yhteinen aika nykyisen miesystävän kanssa. Vanhemmuutta kuormittavana toteutumattomana odotuksena oli lapsen isästä eroamisen estäminen tai uuden parisuhteen mahdollisuus.

8 Johtopäätökset

8.1 Tulosten tarkastelu

Belskyn vanhemmuuden prosessimallin teoriaa hyödyntäen tässä opinnäytetyössä vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät on käsitelty melko laajasti. Aineiston analyysissä vanhempana toimimiseen tai olemiseen liittyviä tekijöitä on tullut väljästi, osittain siten ettei voida suoraan liittää vanhemmuuteen. Belskyn mukaan (1984, 86) vanhemmuutta voidaan tarkastella vanhemman ja lapsen ominaisuuksia laajemmasta näkökulmasta. Belskyn ajatuksena on myös ollut vanhemmuuteen vaikuttavien eri tekijöiden liittyminen yhteen ja limittyminen. Yhteen kietoutuminen ja keskinäiset vaikutukset näkyvät myös tämän opinnäytetyön tuloksissa.

Kuten mm. Halme ja Perälä (2014, 220-221) ovat todenneet äidit kokevat vanhemmuudessaan monenlaisia kuormittavia tunteita. Opinnäytetyön tuloksissa äitien tunteita kohdistui eniten suhteessa omaan persoonaan sekä voimavaroina että kuormittavana. Kuten aiemmissakin tutkimuksissa, äidit sanoivat kokevansa epävarmuutta, riittämättömyyttä ja syyllisyyttä. Kuormittavien tunteiden vastapainona he kokivat myös onnistumisen ja ilon tunteita suhteessa itseensä.

Osassa äitien haastatteluissa nousi esiin sekä psyykinen että fyysinen hyvinvointi. On todettu (mm. Belsky 1984, 85; Waylen & Steward-Brown 2010, 204; Halme & Perälä 2014, 223–225), että vanhemman hyvinvoinnilla on suuri merkitys hänen vanhemmuudessaan. Osa haastatelluista äideistä koki oman fyysisestä kunnosta huolehtimisen hankalaksi kuormittavan arjen keskellä. Silti moni myös pystyi hyödyntämään verkostoaan tai tarkkaa suunnittelua saadakseen itselleen aikaa kunnosta huolehti-

miseen. Erityisen hankalana pidettiin säännöllisen harrastuksen aloittamista työaikojen ollessa epäsäännölliset.

Joidenkin haastateltujen äitien elämässä oli ollut raskaita kokemuksia aiemmin, mikä on Cairneyn ym. (2003, 447) mukaan on yksinhuoltajaäideille tyyppillistä. Moni haastateltu kuului kuitenkin pitävän kuormittavia elämäntapahtumia vahvuutena ja merkinä selviytymisestä. Vastoinkäymiset eivät korostuneet haastatteluissa eivätkä ne haastatteluhetkellä aiheuttaneet stressiä äideissä. Kuormitusta ei erityisesti vaikuttanut aiheutuvan kotiarjen hankaluuksista selviytyminen, tässä saattaa näkyä yksinhuoltajaäitien tottuneisuus käsitellä kuormittavia tilanteita (mm. Copeland & Harbaugh 2010, 140–141).

Useilla haastatelluista äideistä koulutuksen merkitys liittyi mahdollisuuteen tehdä tulevaisuudessa ”päivätyötä”. Opiskelu tarjoaa ainakin periaatteessa tilaisuuden vaihtaa työaikoja, äidit perustelivat päivätyön tarpeen erityisesti lasten tarpeilla. Kaikilla haastatelluilla äideillä oli muodollinen koulutus vaikka he eivät välttämättä työskennelleet koulutusta vastaavalla alalla. Suhtautuminen työntekoon ja epätyypilliseen työaikaan oli pääsääntöisesti myönteistä ja etenkin suhteessa arjen toimivuuteen, toiminnan kehityksessä, se nähtiin mielekkäänä. Lasten vuoropäivähoito mahdollistaa yksinhuoltajaäidille työskentelyn epätyypillisinä aikoina. Sen sijaan hyvin monet äidit miettivät lapsen esikoulun tai koulun aloitusta ja olivat tehneet suunnitelmia pystyäkseen vastaamaan lapsen tarpeisiin. Joillekin äideille työntöön tarkastelu lapsen ominaisuuksien kautta oli kuormittavaa ja siihen liittyi epämieluisia tulevaisuuden odotuksia kuten taloudellista niukkuutta. Ensisijaisena pidettiin kuitenkin lapsen hyvinvointia ja suunnitelmat oli tehty sitä silmällä pitäen. Kuten Nomaguchin ym. (2011, 634) mukaan vanhemman koulutustaso ei vaikuta vanhemmuuden kokemuksiin, haastateltujen äitien osalta koulutuksella ei vaikuttanut olevan vaikutusta äitien kykyyn kokea iloa tai ahdistusta liittyen lapsen ominaisuuksiin.

Äidit eivät haastatteluissa tuoneet korostetusti esiin taloudellista tilannettaan. Talouteen liittyvät maininnat on luokiteltu pääasiassa työhön liittyviksi tilannekehityksen kautta tarkasteltuna. Luokittelu kertoo, etteivät haastatellut äidit kokeneet taloudellista tilannetta haastavana tai epävarmana. Moni äiti piti palkkaa hyvänä, erityisesti

vuorotyön lisien ansiosta. Toisaalta joissakin tilanteissa tulojen riippuminen omasta mahdollisuudesta olla töissä pakotti suunnittelemaan taloutta tarkemmin. Taloustilanne oli kuitenkin useampien äitien mielestä melko vähäisessä merkityksessä. Suurempi merkitys oli perheen läheisyydellä, arjen sujumisella ja mielekkäällä työllä, sekä niissä olevissa puutteissa kuten mm. Cairney ym. (2003, 447) ovat todenneet.

Haastatellut äidit puhuivat väsymyksestä ja uupumuksesta sekä liittyen työntekoon että muuhun elämään. Uupumuksessa oli havaittavissa puhetta sekä väsymyksestä tunteena että väsymyksen aiheuttamasta pulmasta arjen toiminnassa. Monella äidillä vaikkapa useat yövuorot tai muuten raskaat työvuorot aiheuttivat väsymystä, joka näkyi jaksamisena kotona, mikä on todettu myös aiemmin (Dunning & Giallo 2012, 145). Lasten kanssa vietetty aika oli usealle äidille hyvin merkityksellistä ja epätyypilliset työajat koettiin mahdollisuutena sovittaa yhteen lasten kanssa vietetty aika ja työnteko. Toisaalta lähes puolet totesi, ettei säännöllinen harrastaminen ole mahdollista tai on hankalaa juuri työaikojen vuoksi. Mahdollisuuksia harrastamiseen ja itsestä huolehtimiseen tarjosi kuitenkin sosiaalinen verkosto ja äitien kokema kyky suunnitella arkea ja yhdistää omat ja lapsen tarpeet. Kaikkiaan haastatellut äidit vaikuttivat sopeutuneen tilanteeseen yksinhuoltajana eikä heidän puheissaan ilmennyt siitä johtuen erityistä vanhemmuudesta tai huolta omasta jaksamisesta toisin kuin aiemmin on todettu (Monna & Gauthier 2008, 646; Nicholson ym. 2013, 180).

Lapset vaikuttivat olevan hyvin merkityksellisessä asemassa haastateltujen äitien elämässä. Tulevaisuuden odotukset keskittyivät osaltaan juuri lasten pärjäämiseen tai omiin kykyihin ja mahdollisuuksiin varmistaa lasten turvallinen kasvu. Osa äideistä koki lapsen luonteen haastavana, mistä aiheutui myös pohdintaa omista kyvyistä vastata lapsen tarpeisiin joko tilanteen tai toiminnan vaatimalla tavalla. Oli siten mahdollista havaita lapsen ominaisuuksien aiheuttavan kuormitusta vanhemmuuteen kuten aiemmin on todettu (mm. Östberg & Hagekull 2000, 623; Halme & Perälä 2014, 218–219). Toisaalta lapsen ominaisuuksien koettu hankaluus tai niistä aiheutunut paine ei korostunut äitien puheissa. Yksinhuoltajuus tai työ epätyypillisinä aikoina ei haastatteluissa noussut merkittävästi erityisesti lapseen liittyen lukuun ottamatta usean äidin pohdintaa koulun aloitusvaiheen järjestymisestä. Pääasiassa päivähoitoikäisillä lapsilla ei ollut äitien puheissa havaittavissa erityisiä tunne- tai käyttäyty-

misvaikeuksia (Strazdins ym. 2004, 1524). Sen sijaan epätyypillisten, vaihtelevien työaikojen todettiin haastatteluissa vaikuttavan lasten päivähoitoaikoihin, niiden epäsäännöllisyyteen ja siitä aiheutuvan toisinaan lapsen väsymystä ja hankalaksi koettua käytöstä (Barnett & Gareis 2007, 743).

Belskyn vanhemmuuden prosessimallissa tuodaan esiin parisuhteen merkitys vanhemmuuteen vaikuttavana tekijänä. Tässä opinnäytetyössä parisuhteen merkitystä on tarkasteltu suhteessa lapseen isään, josta on joko erottu tai joka ei ole ollut lapsen kanssa lainkaan tekemisissä, yksinhuoltajuuteen sekä mahdolliseen nykyiseen parisuhteeseen. Nykyinen parisuhde koettiin pääasiassa vanhemmuutta tukevana sekä tilanteen, toiminnan että tunteiden kehyksessä. Haastavaa oli lähinnä toisinaan löytää yhteistä aikaa liittyen yksinhuoltajuuteen tai epätyypilliseen työaikaan tilanteensa. Nykyinen parisuhde lisäsi vanhemman mahdollisuutta kokea itsensä merkitykselliseksi muutenkin kuin työntekijänä ja äitinä sekä mahdollisti osittain joustavampaa työntekoa ja harrastusmahdollisuuksia tai keskustelutilanteita.

Haastateltujen äitien perheissä oli hyvin vaihtelevat tilanteet suhteessa lapsen tai lasten isien osallistumisessa lasten elämään. Äitien asumiseen perustuvat yksinhuoltajuuden syynä oli lähes kaikki mahdolliset, vaihdellen siitä että joidenkin lasten isän nimi ei ollut äidin tiedossa, isän kuolemasta eron jälkeen isän ja lasten säännöllisiin tapaamisiin useita kertoja viikossa.

Erityisesti äidit, jotka olivat olleet lapsen kanssa kahden lapsen syntymästä asti, pitivät yksinhuoltajuutta helppona ja itselle sopivana. Muilla haastatelluilla yksinhuoltajuuteen liittyi enemmän ristiriitaisia tai kielteisiäkin kokemuksia. Muutama äiti koki ympäristön arvostelevan yksinhuoltajuutta tai äidin tekemiä valintoja mm. työaikojen suhteen. Lähipiirin aiheuttama kuormitus vanhemmuuteen on siten mahdollista, paitsi puutteellisesti toimivan sosiaalisen verkoston osalta, myös koettuna asenteena äitien valintoja kohtaan. (Nicholson ym. 2013, 180.) Kekkonen ym. (2014, 66) ovat todenneet, että epätyypillisinä aikoina työskentelevien yksinhuoltajien lapset ovat enemmän hoidossa. Myös haastatellut äidit pitivät työnteon edellytyksenä toimivaa vuoropäivähoitoa. Tämän järjestymisestä huolimatta äidit joutuivat järjestämään

lapsen hoitoa isovanhempien avulla tai pyrkivät järjestämään työaikaa lapsen tarpeisiin sopivaksi.

Sosiaalinen verkosto ja etenkin isovanhemmat olivat siis monille haastatetuille äideille ja heidän lapsilleen merkittävä tuki. Käytännön toiminnassa verkoston apu näkyi lastenhoidossa äidin ollessa työssä, lapsen mahdollisesti sairastaessa ja äidin saadessa ”omaa aikaa” lasten ollessa isovanhempien tai muiden läheisten hoidossa. Päivähoidon henkilöstön tuki oli äitien mukaan kasvatusvastuun jakamista, lapsen kulloistenkin tarpeiden huomioimista ja yhteisiä toimintalinjauksia. Sosiaalisen verkoston tuki oli erityisen merkityksellinen mahdollisena vanhemmuuden voimavaroja lisäävä nä toimintana. Juuri lastenhoitoapu, toisaalta myös apu erilaisissa muissa tehtävissä sekä keskustelu nousivat haastateltujen äitien puheissa. Sosiaaliseen verkostoon liittyi sen sijaan vähän kuormittavia tekijöitä missään kehyksessä tarkasteltuna. Kuten Griggs ym. (2013, 65) ovat todenneet, sosiaalinen tuki on tärkeä voimavara niille äideille joilla on siihen mahdollisuus. Haastatelluista äideistä ne, joilla ei ollut merkittävästi sosiaalista verkostoa, eivät toisaalta myöskään erityisesti tuoneet esiin toivetta tuen saamisesta. Voisi siis ajatella Cairneyn ym (2003, 447) tavoin, ettei sosiaalisen tuen saaminen ole erityisen välttämätöntä yksinhuoltajien hyvinvoinnin kannalta.

Haastatellut äidit olivat pääsääntöisesti tyytyväisiä työhönsä vaikka osalla olikin toiveena siirtyä lasten kannalta säännöllisempään työaikaan. Moni totesi alan olevan itselle sopiva ja epätyypillisen työajan olleen tiedossa alalle hakeutuessa. Tosin joidenkin äitien mukaan jääminen yksinhuoltajaksi on vaikuttanut käsityksiin epätyypillisen työajan tuomista mahdollisuuksista ja rajoitteista toiminnassa. Osa äideistä myös totesi olevan tilanteena tärkeää, että on työtä tai että on saanut vakituisen työpaikan. Haastatteluissa ilmeni siten myös Belskyn (1984) vanhemmuuden prosessimallin mukaisesti äidin työllistymisen, työn ja työtyytyväisyyden vaikutus vanhemmuuteen. Lleraksen (2008, 1294) tavoin osa äideistä totesi työn teon olevan merkityksellistä perheen talouden kannalta. Monille äideistä työ oli selkeästi vastapaino kotiarjelle, useat haastatellut totesivat mm. että työ on ”henkireikä”. Epätyypillinen työaika lapsen ollessa vielä päivähoidossa koettiin myös mahdollisuutena viettää enemmän rauhallista aikaa lapsen kanssa (myös Täht & Mills 2012, 1078).

Moni haastateltu äiti totesi, että säännölliset viikonloppuvapaat olisivat heille mielekkäitä. Yövuoroihin oli haastatelluilla äideillä hyvin toisistaan eriävät käsitykset. Osa oli sopinut, ettei heillä ollut lainkaan tai vain harvoin öitä, toisille yövuoroilla ei ollut merkitystä ja joku teki omasta toiveestaan lähes ainoastaan yövuoroja. Sekä viikonlopputyö että yötyö on ainakin osalle äideistä kuormittavampaa, kuten aiemminkin on todettu (Davis ym. 2008, 11; Gassman-Pines 2011, 25–26). Mahdollisuus toivoa vuoroja tai muuten vaikuttaa työvuoroihin, koettiin merkityksellisenä. Samoin moni haastateltu äiti piti kuormittavana toimintaan vaikuttavana tekijänä sitä, ettei pysty vaikuttamaan työaikoihin, kuten myös mm. Tuttle ja Garr (2012, 268) sekä Baxter ja Alexander (2008, 212) ovat todenneet.

Osa työhön liittyvistä tekijöistä vaikutti myös lapseen ja haastatellut äidit puhuivat näistä tekijöistä lähinnä kuormittavina. Työaikojen epäsäännöllisyys pakottaa myös lapset sopeutumaan epäsäännölliseen rytmiin (Kekkonen ym. 2014, 65) ja sitä kautta vanhemman mahdollisesti kokemiin tunteisiin tai arjen toimintaan. Osa äideistä näki epäsäännöllisessä työajassa lapselle myös mahdollisuuden sopeutua ja oppia selviytymään vaihtelevista tilanteista.

Opinnäytetyön tuloksissa painottuu työkontekstin merkitys vanhemmuuden voimavaroihin ja kuormittaviin tekijöihin. Kuten Baxter ja Alexander (2008, 213) ovat todenneet, yksinhuoltajuus ei ole vanhemmuuden ja työn yhdistämisen kuormitusta tarkasteltaessa yhtä merkittävässä asemassa kuin muut tekijät. Työn ja perheen yhdistämisen pulmiin ei ole yhtä ratkaisua koska ongelmat vaihtelevat, ratkaisujen tulee kohdistua perheiden ja työpaikkojen lisäksi myös työssäkäyviä ja perheitä tukeviin instituutioihin (Bianchi 2011, 29). Tässä opinnäytetyössä haastateltujen äitien osalta työssäkäyntiin liittyi monenlaisia, ristiriitaisiakin tekijöitä. Osa kuormittavista, toimintaan liittyvistä tekijöistä on liitettävissä perherakenteeseen ja perheen arjen sujumiseen yhden vanhemman varassa. Silti on huomattava, että suoranaisesti yksinhuoltajuuteen osana parisuhdetarkastelua liittyi hyvin paljon vähemmän mainintoja kuormittavista tekijöistä sekä voimavaroista.

8.2 Luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa on otettava huomioon tutkimuksen kohde ja tarkoitus, tutkijan omat sitoumukset, aineiston keruun menetelmät ja tekniikka, tiedonantajat ja tutkijan suhde heihin, tutkimuksen kesto, aineiston analyysi, tutkimuksen luotettavuus ja raportointi (Tuomi & Sarajärvi 2013, 140–141). Näiden kohtien on löydettävä kaikista tutkimuksista, jotta voidaan todeta riittävästi arvioida tutkimuksen tuloksia. Tutkimuksen sisäinen johdonmukaisuus myös edellyttää, että kohdat ovat suhteessa toisiinsa, ei riitä että kukin kohta itsessään on hyvin esitetty.

Tämän opinnäytetyön tutkimuksen kohteena ovat vanhemmuuden voimavarat ja kuormittavat tekijät, tarkoituksena on selvittää epätyypillisinä aikoina työskentelevien yksinhuoltajaäitien kokemuksia vanhemmuuteen vaikuttavista tekijöistä. Tarkemmin tutkimuksen kohdetta on tarkasteltu opinnäytetyön johdanto-osiossa sekä edelleen sitä seuraavissa luvuissa ja luvussa Opinnäytetyön toteutus.

Opinnäytetyön tekeminen on osa ylempää ammattikorkeakoulututkintoa. Opintojen alussa annettu mahdollisuus saada opinnäytetyön aineisto osana laajaa hanketta oli kiinnostava. Aiheena vanhemmuus oli kiinnostava, prosessin pitkittyessä se edelleen on ollut mielenkiinnon kohteena.

Aineiston keruun menetelmiä on kuvattu luvussa Aineiston keruu. Opinnäytetyön aineistona on ollut 12 Perheet 24/7 –hankkeessa tehtyä haastattelua. Haastattelut on tehty yksilöhaastatteluina eri puolilla Suomea opiskelijoiden ja hankkeessa työskennelleiden toimesta. Yhdeksän haastatteluista on muiden kuin tämän opinnäytetyön tekijän tekemiä. Kukin haastattelijalla on litteroinut tekemänsä haastattelut. Haastattelut on saatu käyttöön hankkeen kautta. Yksi haastatteluista on ollut puhelinhaastattelu. Joissakin haastatteluissa oli ongelmia haastattelun tallentamisessa, väliin jääneet kohdat on kirjoitettu muistiinpanojen pohjalta.

Haastateltavien kuvaus on omassa luvussaan. Haastateltavat ovat ilmoittaneet halukkuutensa osallistua haastatteluun täytettyään Perheet 24/7 –hankkeen verkkokyselyn. Verkkokyselyn linkki on lähetetty työpaikkojen tai ammattijärjestöjen kautta

erityisesti epätyypillisinä aikoina työskenteleville. Lisäksi kyselystä tiedotettiin vuoro-
hoitoa tarjoavissa päivähoitoyksiköissä ja siihen pystyi osallistumaan halutessaan
internetissä. Haastattelut kohdennettiin epätyypillisinä aikoina työskenteleville, val-
miista haastatteluaineistoista tähän opinnäytetyöhön valittiin yksinhuoltajia ja äitejä.
Opinnäytetyön tekijällä ei ole ollut tiedossa kuin haastattelemansa kolmen haastatel-
lun yhteystiedot. Näihin kolmeen haastateltuun ei ole ollut yhteyttä aiemmin tai
haastattelujen jälkeen. Haastatteluissa mahdollisesti ilmeneviä asuinpaikkoja ei ra-
portoida opinnäytetyössä.

Opinnäytetyö on ajoittunut usealle vuodelle. Haastattelut on tehty vuonna 2013,
samoin suurin osa tietoperustaa varten tehdyistä artikkelihauista. Aineiston analyysiä
on kuvattu luvussa Aineiston analyysi. Opinnäytetyön tuloksia ja johtopäätöksiä on
kuvattu omissa luvuissaan.

Tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttavat valitut tutkimusmenetelmät, tutkimusjou-
kon edustavuus ja onko tutkimuskysymyksiin löytynyt vastauksia. Opinnäytetyön
tutkimuskysymysten kanssa tutkimusmenetelmiä voidaan pitää perusteltuina. Kvali-
tatiivisessa tutkimuksessa 12 haastattelua voidaan pitää riittävänä määränä. Haasta-
teltavien edustavuutta perusjoukossa ei voida määritellä. Koska pyrkimyksenä ei ole
tehdä tilastollisia yleistyksiä vaan kuvata vanhemmuuden kokemuksia, voidaan haas-
tateltavien määrää pitää harkittuna ja sopivana (Tuomi & Sarajärvi 2013, 85).

Opinnäytetyössä on noudatettu tutkimuseettisiä periaatteita (Tutkimuseettinen neu-
vottelukunta, 2015). Opinnäytetyön tekemisessä on ”noudatettu rehellisyyttä, yleistä
huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä
sekä tutkimusten ja niiden tulosten arvioinnissa”. Opinnäytetyön aikana on käytetty
tieteellisiä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä huomioiden asianmu-
kaiset viittaukset tutkijoiden julkaisuihin ja asianmukainen tieteellinen raportointi-
käytäntö. Opinnäytetyön aineisto on osa laajaa tutkimushanketta ja aineiston käytös-
sä ja säilytyksessä on noudatettu annettuja ohjeita sekä yleisiä eettisiä ohjeita.

9 Pohdinta

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää yksinhuoltajaäitien kokemia vanhemmuuden voimavaroja ja kuormittavia tekijöitä. Vanhemmuuden voimavaroja ja kuormittavia tekijöitä on aiemmin tutkittu monesta eri näkökulmasta ja tutkimuksissa on käytetty monenlaisia metodeja. Katsantokannasta ja tutkimuskysymyksistä riippuen tutkimuksissa on päädytty toisaalta ehkä toisista poikkeaviin että aiempia käsityksiä tukeviin päätelmiin. Myös yksinhuoltajuutta ja sen vaikutuksia käsitteleviä tutkimuksia on löydettävissä runsaasti. Työn tekemistä sekä tyyppillisinä että epätyypillisinä aikoina on tutkittu sekä itsenäisinä, vertailtuina että osana yleistä yhteiskunnan muutosta. Tässä opinnäytetyössä on pyritty hyödyntämään erilaisia, monesta eri näkökulmasta katsovia artikkeleita, jotka tuovat omia painotuksiaan ja havaintojaan osaksi opinnäytetyön teoriataustaa. Artikkeleita on tarkasteltu Belskyn vanhemmuuden prosessimallin kautta liittäen tutkimuksissa ilmenneitä päätelmiä Belskyn kuvaamiin vanhemmuuteen vaikuttaviin tekijöihin.

Opinnäytetyön tulosten perusteella vanhemmuuden voimavaroja lisääviä ja kuormittavia tekijöitä on paljon, voimavaroista kerrottiin jonkin verran enemmän kuin kuormittavista tekijöistä. Erityisen runsaasti sekä kuormittavia tekijöitä että voimavaroja liittyi työssä käyntiin, syynä tähän voi olla laajemman Perheet 24/7 –hankkeen tutkimustavoitteet ja tutkimuksen teemahaastattelun rakenne. Haastattelukysymyksistä moni liittyi juuri työssäkäyntiin. Voidaan myös olettaa, että epätyypillisinä aikoina työskenteleville, kuten muillekin, työssäolo, työajat ja muut työhön liittyvät tekijät ovat joka tapauksessa merkittävä elämän osa-alue, jolloin työssäkäynnin merkitys myös vanhempana olemiseen ja toimimiseen korostuu.

Työssäkäyntiin liittyen korostuvat sekä kuormittavina tekijöinä että voimavaroina toimintaan liittyvät kokemukset. Työn ei siten koettu olevan ainoastaan perheen ja vanhemman arkea kuormittava tekijä vaan siihen liittyy jopa enemmän toimintaa tukevia osa-alueita. Voimavaroja myös vanhemmuuteen lisää kun työn sisällöt ovat mielekkäitä, työssäkäynti itsessään merkityksellistä ja työ on joustavaa sekä työvuorojen että yllättävien tilanteiden osalta. Vastaavasti työn kuormitusta vanhemman

toimintaan tuo työssä käynnin vaikutus arjen sujumiseen, työvuorojen rakenne ja ajoittuminen sekä erityisesti työvuorojen järjestyminen ja rajalliset mahdollisuudet ongelmatilanteissa.

Tulosten perusteella parisuhteeseen, eli opinnäytetyössä määritettynä suhteessa lapsen isään, nykyiseen puolisoon ja yksinhuoltajuuteen, liittyy huomattavasti vähemmän vanhemmuuteen liittyviä tekijöitä. Tämä on pääasiassa selitettävissä haastateltavien elämäntilanteen vuoksi, parisuhde on vanhemmuuden osatekijänä melko merkityksetön kun sellaista ei ole. Kokemuksissa olisi toisaalta voinut olla hyvin runsastikin kokemuksia suhteessa yksinhuoltajuuteen tai vanhemmuuden jakamiseen lapsen isän kanssa. Nyt kuitenkin näyttäytyy, ettei yksinhuoltajuus tai yhteistyö lapsen isän kanssa ole erityinen tekijä suhteessa haastateltujen äitien vanhemmuuteen. Muista vanhemmuuteen vaikuttavista tekijöistä ja niitä tarkentavista kehyksistä poiketen tärkeimmäksi nousivat äitien kokemukset tilanteesta, kulloinenkin tilanne tuki äidin voimavaroja.

Eräs tulosten perusteella ilmenevä huomio on sosiaalisen verkoston melko vähäinen osuus äitien kokemuksissa vanhemmuuteen vaikuttavana tekijänä. Tätä merkityksellisempää on huomioida voimavarojen ja kuormittavien tekijöiden osuudet, sosiaaliseen verkostoon liittyen vanhemmat kokivat huomattavasti enemmän tukevia tekijöitä. Voimavaroja tuovista tekijöistä suurin osa painottuu toiminnan alueelle, lähi-verkoston käytännön toimet ovat tärkeää vanhemmuuden tukea.

Vanhemman ominaisuuksiin liittyy tuloksista ilmenevä olennainen tekijä. Vanhemman omia ominaisuuksia on kuvattu aineistossa toiseksi eniten suhteessa vanhemmuuden voimavaroihin ja kuormittaviin tekijöihin, näitä on mainittu lähes yhtä usein. Voimavarojen osalta toimintaan ja tunteisiin liittyviä kokemuksia on myös tasaisesti. Sen sijaan aineiston perusteella näyttää siltä että vanhemman ominaisuuksiin liittyen tunteilla on suurempi merkitys vanhemmuuden kuormittavana tekijänä. Vanhemman kokemat tunteet ovat ilmeisimmin riippuvaisia vanhemmuuteen vaikuttavista tekijöistä eri kehyksissään tulkittuna, mutta tunteet ovat selkeästi myös itsessään vanhemmuutta kuormittava tekijä.

Lapsen persoonaan liittyvät voimavarat tai kuormittavat tekijät eivät nousseet merkityksellisiksi suhteessa muihin, kokemukset näistä olivat lähimpänä suhteellista lastenkennallista osuutta. Lapsen persoonan osalta vanhemmuutta hiukan kuormittavampana tekijänä koetaan toiminta. Tämä on ymmärrettävä kuuluvan olennaisesti sekä lasten normaalina käytöksenä että liittyen väliin lapsille hankaliin arjen käytänteisiin.

Opinnäytetyön perusteella voi todeta, että Belskyn alkuperäisen vanhemmuuden prosessimallin mukaisia tekijöitä on havaittavissa vanhempien kokemuksissa. Kokemusten luokittelu neljään kehikseen tarkentaa vanhemmuuteen vaikuttavien tekijöiden kohdentumista edelleen. Keskeiseksi kehikseksi nousee toiminta. Arjen sujuminen, avun saaminen tarvittaessa ja mahdollisuudet vaikuttaa työkäytäntöihin, ovat merkityksellisiä arvioitaessa erilaisia kehityskohteita ja toimia vanhemmuuden tukemiseksi. Näiden kautta on mahdollista vaikuttaa myös äitien kokemukseen vanhemmuuden tunnekuormituksesta, lisäksi riittävä henkinen tuki on hyvä huomioida itsenäisenä osa-alueena. Jatkossa voisi olla mielenkiintoista selvittää tarkemmin onko sosiaalisen verkoston rooli todella näin vähäinen kuin tässä opinnäytetyössä näyttäytyy ja olisiko mahdollista suuremmalla lähiverkoston tuella lisätä vanhemmuuden voimavaroja edellä olevien formaalien kehitysehdotusten lisäksi. Olennaista on myös huomata, vanhemmuuteen vaikuttavat tekijät ovat yhteydessä toisiinsa ja perheiden elämään ja arkeen yhteydessä olevat tahot ja instituutiot voivat osaltaan vaikuttaa äitien kokemuksiin vanhemmuudesta.

Lähteet

Abidin, R. 1992. The determinants of parenting behavior. *Journal of Clinical Child Psychology* 21(4), 407–412. Viitattu 9.12.2013.

http://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104_12

Alasuutari, P. 2011. *Laadullinen tutkimus 2.0*. 4. uud. p. Tampere: Vastapaino.

Avison, W., Ali, J. & Walters, D. 2007. Family structure, stress, and psychological distress: a demonstration of the impact of differential exposure. *Journal of Health and Social Behavior* 48(3), 301–317. Viitattu 17.3.2013.

<http://doi.org/10.1177/002214650704800307>

Barnett, R. & Gareis, K. 2007. Shift work, parenting behaviors, and children's socio-emotional well-being a within-family study. *Journal of Family Issues* 28(6), 727–748.

Viitattu 11.4.2013. <http://doi.org/10.1177/0192513X06298737>

Baxter, J. 2010. Flexible work hours and other job factors in parental time with children. *Social Indicators Research* 101(2), 239–242. Viitattu 12.5.2013.

<http://doi.org/10.1007/s11205-010-9641-4>

Baxter, J. & Alexander, M. 2008. Mothers' work-to-family strain in single and couple parent families: the role of job characteristics and supports. Viitattu 8.4.2015.

<http://search.informit.com.au/documentSummary;dn=188708453926080;res=IELHSS>

Belsky, J. 1984. The determinants of parenting: a process model. *Child Development*, 55(1), 83. Viitattu 17.3.2013. <http://doi.org/10.2307/1129836>

Bianchi, S. 2011. Changing families, changing workplaces. *The Future of Children*, 21(2), 15–36. Viitattu 31.1.2013. <http://doi.org/10.1353/foc.2011.0013>

Broberg, M. & Tähtinen, J. 2009. Perheen toimivuus ja vanhemmuus yksinhuoltajaperheissä. Teoksessa *Yksinhuoltajuus Suomessa*. Toim. K. Forssén, A. Haataja & M. Hakovirta. Helsinki: Väestöliitto, Väestötutkimuslaitos D, 50, 154–169.

Bryman, A. 2012. *Social research methods*. 4. uud. p. Oxford: Oxford University Press.

- Cairney, J., Boyle, M., Offord, D. & Racine, Y. 2003. Stress, social support and depression in single and married mothers. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 38(8), 442–449. Viitattu 16.4.2013. <http://doi.org/10.1007/s00127-003-0661-0>
- Copeland, D. & Harbaugh, B. 2010. Psychosocial differences related to parenting infants among single and married mothers. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing* 33(3), 129–148. Viitattu 3.12.2013. <http://doi.org/10.3109/01460862.2010.498330>
- Crnic, K. & Low, C. 2002. Everyday stresses and parenting. Teoksessa *Handbook of Parenting Volume 5 Practical Issues in Parenting*. Toim. K. Crnic, C. Low & M. Bornstein. Lontoo: Lawrence Erlbaum Associates, 243-267.
- Davis, K., Benjamin Goodman, W., Pirretti, A. & Almeida, D. 2008. Nonstandard work schedules, perceived family well-being and daily stressors. *Journal of Marriage and Family* 70(4), 991–1003. Viitattu 3.12.2013. <http://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2008.00541.x>
- Deater-Deckard, K. 2004. *Parenting stress*. New Haven, CT, USA: Yale University Press. <http://site.ebrary.com/lib/alltitles/docDetail.action?docID=10167893>
- Dunning, M. J. & Giallo, R. 2012. Fatigue, parenting stress, self-efficacy and satisfaction in mothers of infants and young children. *Journal of Reproductive and Infant Psychology* 30(2), 145–159. Viitattu 10.12.2013. <http://doi.org/10.1080/02646838.2012.693910>
- Eskola, J. 2010. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Toim. J. Aaltola & R. Valli. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Fitzpatrick, T., Janzen, B., Abonyi, S. & Kelly, I. 2012. Factors associated with perceived time pressure among employed mothers and fathers. *Psychology* 03(02), 165–174. Viitattu 11.5.2014. <http://doi.org/10.4236/psych.2012.32025>

- Ford, M. T., Heinen, B. A. & Langkamer, K. L. 2007. Work and family satisfaction and conflict: A meta-analysis of cross-domain relations. *Journal of Applied Psychology* 92(1), 57–80. Viitattu 11.5.2014. <http://doi.org/10.1037/0021-9010.92.1.57>
- Gassman-Pines, A. 2011. Low-income mothers' nighttime and weekend work: daily associations with child behavior, mother-child interactions, and mood. *Family Relations* 60(1), 15–29. Viitattu 6.5.2014. <http://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2010.00630.x>
- Giallo, R., Treyvaud, K., Cooklin, A. & Wade, C. 2013. Mothers' and fathers' involvement in home activities with their children: psychosocial factors and the role of parental self-efficacy. *Early Child Development and Care* 183(3-4), 343–359. Viitattu 19.8.2013. <http://doi.org/10.1080/03004430.2012.711587>
- Gilmore, L. & Cuskelly, M. 2012. Parenting satisfaction and self-efficacy: A longitudinal study of mothers of children with Down syndrome. *Journal of Family Studies* 18(1), 28–35. Viitattu 10.12.2013.
- Griggs, T., Casper, W. & Eby, L. 2013. Work, family and community support as predictors of work–family conflict: A study of low-income workers. *Journal of Vocational Behavior* 82(1), 59–68. Viitattu 3.5.2014. <http://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.11.006>
- Grzywacz, J., Daniel, S., Tucker, J., Walls, J. & Leerkes, E. 2011. Nonstandard work schedules and developmentally generative parenting practices: an application of propensity score techniques. *Family Relations* 60(1), 45–59. Viitattu 4.5.2014. <http://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2010.00632.x>
- Halme, N. & Perälä, M. L. 2014. Lapsiperheiden huolet ja avunsaanti. Teoksessa: Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Toim. J. Lammi-Taskula & S. Karvonen. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-270-6>
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Hook, J. L. & Wolfe, C. 2013. Parental involvement and work schedules: time with children in the United States, Germany, Norway and the United Kingdom. *European*

Sociological Review 29(3), 411–425. Viitattu 3.5.2014.

<http://doi.org/10.1093/esr/jcr081>

Jackson, A., Preston, K. & Franke, T. 2010. Single parenting and child behavior problems in kindergarten. *Race and Social Problems* 2(1), 50–58. Viitattu 9.12.2013.

<http://doi.org/10.1007/s12552-010-9026-y>

Johnston, C. & Mash, E. J. 1989. A measure of parenting satisfaction and efficacy.

Journal of Clinical Child Psychology 18(2), 167–175. Viitattu 7.3.2013.

http://doi.org/10.1207/s15374424jccp1802_8

Joshi, P. & Bogen, K. 2007. Nonstandard schedules and young children's behavioral outcomes among working low-income families. *Journal of Marriage and Family* 69(1), 139–156. Viitattu 11.4.2013. <http://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2006.00350.x>

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä: miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kekkonen, M., Rönkä, A., Laakso, M.-L., Tammelin, M. & Malinen, K. 2014. Lapsiperheet 24/7-taloudessa. Teoksessa: Lammi-Taskula, J. & Karvonen, S. (toim.) *Lapsiperheiden hyvinvointi 2014*. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-270-6>

Lammi-Taskula, J. & Salmi, M. 2009. Työ, perhe ja hyvinvointi. Teoksessa *Lapsiperheiden hyvinvointi*. Toim. J. Lammi-Taskula, S. Karvonen & S. Ahlström, 38–48.

Lapsiperheet tyypeittäin 1950–2013. 2014. Suomen virallinen tilasto (SVT): Perheet ISSN=1798-3215. Helsinki: Tilastokeskus. Viitattu 9.4.2015.

http://tilastokeskus.fi/til/perh/2013/perh_2013_2014-05-23_tau_003_fi.html.

(2013).

Li, J., Johnson, S. E., Han, W.-J., Andrews, S., Kendall, G., Strazdins, L. & Dockery, A. 2014. Parents' nonstandard work schedules and child well-being: a critical review of the literature. *The Journal of Primary Prevention* 35(1), 53–73. Viitattu 3.12.2013.

<http://doi.org/10.1007/s10935-013-0318-z>

- Lleras, C. 2008. Employment, work conditions, and the home environment in single-mother families. *Journal of Family Issues*, 29(10) 1268–1297. Viitattu 3.5.2014. <http://doi.org/10.1177/0192513X08318842>
- Mattingly, M. & Bianchi, S. 2003. Gender differences in the quantity and quality of free time: The US experience. *Social Forces* 81(3), 999–1030. Viitattu 10.12.2013. doi:10.1353/sof.2003.0036
- Metsämuuronen, J. 2011. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä: e-kirja opiskelijalaitos. Helsinki: International Methelp.
- Miettinen, A. & Rotkirch, A. 2012. Yhteistä aikaa etsimässä: lapsiperheiden ajankäyttö 2000-luvulla. Helsinki: Väestöliitto.
- Monna, B. & Gauthier, A. H. 2008. A review of the literature on the social and economic determinants of parental time. *Journal of Family and Economic Issues* 29(4), 634–653. Viitattu 10.12.2013. <http://doi.org/10.1007/s10834-008-9121-z>
- Murdock, K. W. 2013. An examination of parental self-efficacy among mothers and fathers. *Psychology of Men & Masculinity* 14(3), 314–323. Viitattu 19.8.2013. <http://doi.org/10.1037/a0027009>
- Nicholson, J. M., D’Esposito, F., Lucas, N. & Westrupp, E. M. 2013. Raising children in single-parent families. *Contemporary Issues in Family Studies: Global Perspectives on Partnerships, Parenting and Support in a Changing World*, 166–188. Viitattu 3.5.2014. DOI: 10.1002/9781118320990.ch12
- Nomaguchi, K. M. & Brown, S. L. 2011. Parental strains and rewards among mothers: The role of education. *Journal of Marriage and Family* 73(3), 621–636. Viitattu 3.5.2014. DOI: 10.1111/j.1741-3737.2011.00835.x
- Perheet 24/7. N.d. Perheet 24/7 -hankkeen etusivu. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Viitattu 31.8.2015. <http://www.jamk.fi/fi/tutkimus-ja-kehitys/projektit/perheet-24/etusivu/>

Perry-Jenkins, M., Goldberg, A. E., Pierce, C. P. & Sayer, A. 2007. Shift work, role overload, and the transition to parenthood. *Journal of Marriage and Family* 69(1), 123–138. Viitattu 3.5.2014. <http://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2006.00349.x>

Presser, H. & Ward, B. 2011. Nonstandard work schedules over the life course: a first look. *Monthly Labor Review* 134(7), 3–16. Viitattu 3.12.2013. <http://www.bls.gov/opub/mlr/2011/07/art1full.pdf>

Puroila, A.-M. 2002. Erving Goffmanin kehysanalyysi sosiaalisen todellisuuden jäsentäjänä. Rovaniemi: Lapin yliopisto.

Rapoport, B. & Le Bourdais, C. 2008. Parental time and working schedules. *Journal of Population Economics* 21(4), 903–932. Viitattu 6.5.2014. <http://doi.org/10.1007/s00148-007-0147-6>

Respler-Herman, M., Mowder, B. A., Yasik, A. E. & Shamah, R. 2012. Parenting beliefs, parental stress, and social support relationships. *Journal of Child and Family Studies* 21(2), 190–198. Viitattu 27.1.2013. DOI10.1007/s10826-011-9462-3

Roeters, A., Van Der Lippe, T. & Kluwer, E. S. 2010. Work characteristics and parent-child relationship quality: the mediating role of temporal involvement. *Journal of Marriage and Family* 72(5), 1317–1328. Viitattu 12.5.2013. <http://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00767.x>

Rogers, S. & White, L. 1998. Satisfaction with parenting: The role of marital happiness, family structure, and parents' gender. *Journal of Marriage and the Family*, 293–308. Viitattu 11.4.2014. DOI: 10.2307/353849

Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (Toim.). 2010. Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino.

Saisto, T., Salmela-Aro, K., Nurmi, J.-E. & Halmesmäki, E. 2004. Vanhemmuuteen liittyvän stressin taustatekijöitä 2-3-vuotiaan lapsen vanhemmillä. Viitattu 11.4.2013. <http://www.doria.fi/handle/10024/23915>

Salmi, M. & Lammi-Taskula, J. 2011. Job quality, work-family tensions and well-being: the Finnish case. Teoksessa *Work-life balance in Europe. The role of job quality, work*

and welfare in Europe. Toim S. Drobnic & A. Guillén. Palgrave Macmillan. Viitattu 12.4.2013.

Salmi, M., Lammi-Taskula, J. & Sauli, H. 2014. Lapsiperheiden toimeentulo. Teoksessa Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Toim. J. Lammi-Taskula & S. Karvonen

Sevigny, P. R. & Loutzenhiser, L. 2010. Predictors of parenting self-efficacy in mothers and fathers of toddlers. *Child: Care, Health and Development* 36(2), 179–189. Viitattu 3.12.2013. <http://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2009.00980.x>

Strazdins, L., Korda, R. J., Lim, L. L.-Y., Broom, D. H. & D'Souza, R. M. 2004. Around-the-clock: parent work schedules and children's well-being in a 24-h economy. *Social Science & Medicine* 59(7), 1517–1527. Viitattu 6.5.2014. <http://doi.org/10.1016/j.socscimed.2004.01.022>

Tammelin, M. & Rönkä A. 2013. Lapsiperheen arki ja 24/talous. Työelämän tutkimuspäivät 2012. Suomella töissä? Kestämistä ja kestävyyttä. Tampereen yliopisto, 306–318. <http://tampub.uta.fi/handle/10024/68147>

THL. Vanhempien huoli jaksamisesta. 2015. Viitattu 25.6.2015.

[http://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-](http://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/lapsiperhekysely/tuloksia/vanhempien-huolijaksamisesta)

[asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/lapsiperhekysely/tuloksia/vanhempien-huolijaksamisesta](http://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/lapsiperhekysely/tuloksia/vanhempien-huolijaksamisesta)

THL. Yksinhuoltajien terveys. 2015. Viitattu 25.6.2015. <http://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/lapsiperhekysely/tuloksia/yksinhuoltajien-terveys>

Toimialaluokitus 2008. 2011. Tilastokeskus - Luokitukset. Viitattu 26.7.2015.

<http://www.stat.fi/meta/luokitukset/toimiala/001-2008/index.html>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 10. uud. p. Helsinki: Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2015. Hyvä tieteellinen käytäntö. Viitattu 30.8.2015. <http://www.tenk.fi/fi/htk-ohje/hyva-tieteellinen-kaytanta>

Tuttle, R. & Garr, M. 2012. Shift work and work to family fit: does schedule control matter? *Journal of Family and Economic Issues* 33(3), 261–271. Viitattu 3.5.2014. <http://doi.org/10.1007/s10834-012-9283-6>

Täht, K. & Mills, M. 2012. Nonstandard work schedules, couple desynchronization, and parent–child interaction a mixed-methods analysis. *Journal of Family Issues* 33(8), 1054–1087. Viitattu 11.4.2013. <http://doi.org/10.1177/0192513X11424260>

Waylen, A. & Stewart-Brown, S. 2010. Factors influencing parenting in early childhood: a prospective longitudinal study focusing on change. *Child: Care, Health and Development* 36(2), 198–207. Viitattu 3.12.2013. <http://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2009.01037.x>

Östberg, M. & Hagekull, B. 2000. A structural modeling approach to the understanding of parenting stress. *Journal of clinical child psychology* 29(4), 615–625. Viitattu 10.12.2013. http://doi.org/10.1207/S15374424JCCP2904_13

Östberg, M. & Hagekull, B. 2013. Parenting stress and external stressors as predictors of maternal ratings of child adjustment. *Scandinavian Journal of Psychology* 54(3), 213–221. Viitattu 10.12.2013. <http://doi.org/10.1111/sjop.12045>

Liitteet

Liite 1. Persoona, voimavarat; esimerkki luokitellusta ja tiivistetystä aineistosta

12 haastateltua

83 poimintaa

Ymmärrys iän mukana mitä itse haluaa

Ei väliä taloudellisesta tiukkuudesta

Nauttiminen pienistä asioista

- Positiivinen luonne

Huolehtii itsestä

- Fyysisesti
- Oma aika
- Terveys
- Harrastus

On tiennyt mihin ryhtyy lapsen saadesaan/vahva tahto

Turvallinen olo lapsen hoidosta

Ymmärrys lapsen kasvatuksesta

Vahva suhde lapseen

Yhdessäolo lapsen kanssa

Arkirytmien/työn sopivuus itselle

Ilo ystävien kanssa olemisesta

Palautte töissä vahvistaa

Priorisoi lasten kanssa olemisen

Hyväksyy sen millaista elämä on

Hyvä suunnittelu

Tilaisuuksista hyväksi

Saatu ulkopuolinen tuki

Ymmärtää kuinka toimia lapsen isän kanssa asiallisesti

Lapset etusijalla

Pyrkimys vaikuttaa laajemmin

Hyväksyy epätäydellisen

Omat onnistumiset

Liite 2. Persoona, voimavarat; esimerkki kehyksiin sijoitetusta aineistosta

12 haastateltua

83 poimintaa

tunteeseen liittyvät	toimintaan liittyvät	tilanteeseen liittyvät	tulevaisuuteen/toiveisiin liitt.	
<ul style="list-style-type: none"> • Nauttiminen pienistä asioista <ul style="list-style-type: none"> ○Positiivinen luonne • Vahva suhde lapseen • Ilo ystävien kanssa olemisesta • Hyväksyy epätäydellisen • Omat onnistumiset 	<ul style="list-style-type: none"> • Huolehtii itsestä <ul style="list-style-type: none"> ○Fyysisesti ○Oma aika ○Terveys ○Harrastus • Turvallinen olo lapsen hoidosta • Yhdessäolo lapsen kanssa • Palaute töissä vahvistaa • Hyvä suunnittelu • Tilaisuuksista hyväksi • Saatu ulkopuolinen tuki 	<ul style="list-style-type: none"> • Ei väliä taloudellisesta tiukkuudesta • On tiennyt mihin ryhtyy lapsen saadessaan/vahva tahto • Ymmärrys lapsen kasvatuksesta • Arkirytmien/työn sopivuus itselle • Priorisoi lasten kanssa olemisen • Hyväksyy sen millaista elämä on • Ymmärtää kuinka toimia lapsen isän kanssa asiallisesti • Lapset etusijalla 	<ul style="list-style-type: none"> • Ymmärrys iän mukana mitä itse haluaa • Pyrkimys vaikuttaa laajemmin 	

Liite 3. Vanhemmuuden voimavarat luokiteltuna ja eri kehyksissä, pelkistetty taulukko

	tunteeseen liittyvät	toimintaan liittyvät	tilanteeseen liittyvät	tulevaisuuteen/toiveisiin liitt.
Työ	ilo työstä, viihtyminen, työ tasapainottaa ja on henkireikä, kiitollisuus, tila luovuudelle, koettu ymmärtämys	Arkivapaat ja erilaiset vuorot mielekkäitä, työ on sopiva, vaihteleva ja mielekäs itselle, huomioidaan perhe järjestyksessä	Vaikutusmahdollisuus vuoroihin ja muihin järjestelyihin, enemmän aikaa lapselle, taloudellinen tilanne	Vuorotyötä edelleen, työn joustaminen, työjärjestelyihin vaikuttaminen ja työn määrittäminen, työn tuomat mahdollisuudet
Persoona	hyvän huomaaminen, suhde lapseen, hyväksyminen, onnistuminen tai ilo	suunnittelu, itsestä huolehtiminen, lapsen hyvä olo tai hyvä palaute	vahva tahto, tilanteen ymmärtäminen ja sopiminen itselle, lapsi etusijalla	ymmärtää mitä haluaa tai mahdollisuus vaikuttaa laajemmin
Lapsi	Lapsen luonne, ajattelu, antama rakkaus tai ylpeys lapsesta	lapsen arjen sujuminen, leikkiminen, läheisyys tai yhteinen tekeminen	vuorohoidossa olo on lapselle hyvä	lapsi olisi tyytyväinen elämään
Verkosto	keskustelun ja yhteydenpidon merkitys	mahdollisuus monenlaiseen apuun arjessa, oma toiminta verkoston tukena	taloudellinen tuki tarvittaessa, tuki kasvatukseen tai aikuinen seura	
Parisuhde: yksinhuoltajuus Parisuhde: isä Parisuhde: parisuhde	tuntuu oikealle tilanteelle luottamus isään voimia ja omaa tilaa	itsenäisyys arjen tuki arjen tuki	tottumus, pärjääminen, hyväksyminen toimiva suhde lapsen kanssa toimeen, keskustelu	yhteinen aika

Liite 4. Vanhemmuuden kuormittavat tekijät luokiteltuna ja eri kehyksissä, pelkistetty taulukko

	tunteeseen liittyvät	toimintaan liittyvät	tilanteeseen liittyvät	tulevaisuuteen/toiveisiin liitt.
Työ	Väsymys, stressi, kireys, vaihtoehdottomuus, vaativuus, yksinäisyys työssä, odotukset liikaa	Arjen huono sujuminen, loma-ajat ristiin, raskaat työvuorot, epätietoisuus kotiasioista, sairastajajärjestelyt	Työssäkäynti kuormittavaa, taloudellinen toimeentulo, työn ja yksinhuoltajuuden yhdistäminen, ei vaihtoehtoja	Päivätyötoive, halu vaikuttaa vuoroihin, illat lapsen ollessa koulussa
Persoonaa	riittämättömyys, taidottomuus, syyllisyys, liika suorittaminen tai itsen unohtaminen	Työtilanteet ja arki rasittavia ja hermostuttavia tai rajojen asettaminen työlästä	vaihtoehdottomuus, yksin vanhempana tai ero lapsesta ja vähäinen läsnäolo	oma aika, huoli muiden vaikutuksesta lapseen tai huoli ja lupa lapselle kasvaa
Lapsi	lapsen kiintyminen toiseen tai lapsen liika huolehtiminen	lapsen hankala käyttäytyminen, arjen sujumisen pulmat tai kasvatuskysymykset	lapsen sairaus tai työn aiheuttamat hankaluudet lapselle	lapsi kehittyisi, pelot murrosta ja kaverisuhteista
Verkosto	toivottomuus avun saannista, yhteydenpidon työläys, koettu paheksunta tai avun velvoittavuus	verkosto ei auta, on välillä muualla tai on kyvytön auttamaan	Verkosto on kaukana, yhteys katkennut tai ei ehdi pitää yhteyttä	
Parisuhde; isä Parisuhde: parisuhde Parisuhde: yksinhuoltajuus	 pettymys väistämättömyys	kasvatuserimielisyydet, tapaamisjärjestelyt olisi konkreettinen apu	pakko, vastuuttomuus, elämäntilanne, ristiriidat	eron välttäminen toive parisuhteesta