

Tiina Pöllänen ja Jasmine Lappalainen

**”...tärkein osa siitä on lasten hyvinvointi”**

- lapsiperheiden hyvinvoinnin tekijät Kajaanin Lehtikankaalla

Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala

Hoitotyön koulutusohjelma

Terveystieteiden yksikkö

Kevät 2018



KAJAANIN  
AMMATTIKORKEAKOULU  
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## Tiivistelmä

**Tekijä(t):** Pöllänen Tiina & Lappalainen Jasmine

**Työn nimi:** "...tärkein osa siitä on lasten hyvinvointi." – Lapsiperheiden hyvinvoinnin tekijät Kajaanin Lehtikankaalla.

**Tutkintonimike:** Sosiaali- ja terveysala, Terveystieteiden (AMK)

**Asiasanat:** hyvinvointi, lapsiperhe, vanhemmuus, alle kouluikäinen lapsi, teemahaastattelu

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata Kajaanin Lehtikankaan alle kouluikäisten lasten vanhempien kokemukset yleisistä lapsiperheiden hyvinvoinnin tekijöistä sekä heidän perheen sisäisistä hyvinvoinnin tekijöistään. Työn tavoitteena oli, että Mannerheimin Lastensuojeluliitto pystyy tukemaan lapsiperheiden hyvinvointia lisääviä tekijöitä entistä paremmin. Tutkimustehtävinä olivat "Mitkä ovat yleisesti lapsiperheiden hyvinvoinnin tekijät?" sekä "Mitkä ovat perheiden sisäiset hyvinvoinnin tekijät?". Toimeksiantajana oli PerheKainuu –hanke, joka on Mannerheimin Lastensuojeluliiton Kainuun piirin kehittämishanke.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Aineisto hankittiin teemahaastattelumenetelmällä haastatteleamalla neljää alle kouluikäisen lapsen vanhempaa. Analyysi toteutettiin deduktiivisella sisällönanalyysillä. Teemahaastattelurunko ja analyysirunko pohjautuivat Erik Allardtin kolmiulotteiseen hyvinvoinnin määritelmään, having (elintaso) - loving (ihmissuhteet) - being (vapaa-aika).

Tuloksissa hyvinvointia lisääviä tekijöitä sosiaalisissa suhteissa ovat tukiverkko sekä läheiset, joilta pyytää apua. Elintasossa hyvinvointia lisäävät työssä käyminen, hyvä taloudellinen tilanne sekä hyvä fyysinen terveys. Vapaa-aikana hyvinvointia lisääviä tekijöitä ovat perheen yhteinen aika sekä erilaiset harrastukset. Johtopäätöksinä voidaan sanoa, että perheet tarvitsevat sosiaalisia suhteita esimerkiksi lastenhoitoon sekä oman jaksamisen kannalta. Hyvä taloudellinen tilanne vähentää vanhempien huolia. Kajaanin Lehtikangas on lapsiperheille hyvä asuinsija. Yhtenä jatkotutkimusehdotuksena olisi tutkia lapsiperheiden hyvinvointia vähentäviä tekijöitä ja sitä, millaista tukea he kaipaisivat niihin.

## **Abstract**

**Author(s):** Pöllänen Tiina & Lappalainen Jasmine

**Title of the Publication:** "...the Most Important Thing About That Is Children Well-being." – factors contributing to the well-being of families with children in Lehtikangas, Kajaani

**Degree Title:** Bachelor of Health Care, Public Health Nursing

**Keywords:** well-being, families with children, parenting, under-school-age children, thematic interview

The purpose of this thesis was to describe the experiences that parents of under-school-age children living in Lehtikangas, a suburb in Kajaani, had of factors contributing to well-being in general and the well-being of their own family in particular. The aim was that the Mannerheim League for Child Welfare could support the well-being of families even better in future. The research questions were the following: what were general factors that contributed to the well-being of families with children and what were the internal factors that contributed the well-being of families?

This thesis is qualitative. Four parents were interviewed using thematic interviews, and the material was analyzed using deductive content analysis. The questions for thematic interviews and the framework for the analysis were based on Erik Allardt's definition of well-being which introduces the concepts of having - loving - being.

The results showed that social contacts, good financial situation, good physical health and family time promote the well-being of families with children. In conclusion it can be said that families need social contacts, for example, to take care of children and to maintain their own well-being. Good financial situation reduces parents' worries. Lehtikangas in Kajaani is a good place for families with children to live in.

## Sisällys

1	Johdanto .....	1
2	Lapsiperheiden hyvinvointi .....	3
2.1	Hyvinvointi käsitteenä.....	3
2.2	Erik Allardtin kolmiulotteinen hyvinvointi .....	3
2.3	Lapsiperhe .....	4
2.4	Vanhemmuus.....	6
2.5	Alle kouluikäinen lapsi .....	7
2.6	Lapsiperheiden hyvinvointipalvelut Kajaanissa.....	8
3	Mannerheimin Lastensuojeluliitto hyvinvoinnin edistäjänä.....	11
3.1	Mannerheimin Lastensuojeluliitto Kainuun piiri .....	12
3.2	PerheKainuu -hanke .....	12
4	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimustehtävät.....	14
5	Tutkimuksen toteutus .....	15
5.1	Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus.....	15
5.2	Aineistonkeruu teemahaastattelulla.....	15
5.3	Aineiston analysointi .....	17
6	Tulokset .....	20
6.1	Taustatiedot .....	20
6.2	Vanhempien kuvaukset lapsiperheiden yleisistä hyvinvoinnin tekijöistä ..	20
6.3	Vanhempien kokemukset perheen sisäisistä hyvinvoinnin tekijöistä.....	21
6.3.1	Elintaso (Having) .....	21
6.3.2	Ihmissuhteet (Loving).....	22
6.3.3	Vapaa-aika (Being) .....	23
7	Pohdinta.....	25
7.1	Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset .....	25
7.2	Tutkimuksen luotettavuus.....	27
7.3	Tutkimuksen eettisyys .....	29
7.4	Ammatillisen osaamisen kehittyminen ja jatkotutkimusaiheet.....	31
	Lähteet.....	33

Liitteet

## 1 Johdanto

Suomalaisten terveyden ja hyvinvoinnin tila on kehittynyt positiiviseen suuntaan viime vuosien aikana monilla mittareilla mitattuna. Kuitenkin osalla lapsista ja lapsiperheistä pahoinvointi on lisääntynyt ja ongelmat kasautuneet. Heikoin taloudellinen tilanne on monilapsisilla perheillä sekä yksinhuoltajavanhemmillä. (Sosiaali- ja terveystietokeskus 2010, 61.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata Kajaanin Lehtikankaan alueen alle kouluikäisten lasten vanhemmilta yleisiä lapsiperheiden hyvinvoinnin tekijöitä sekä heidän perheen sisäisiä hyvinvoinnin tekijöitä. Tavoitteena oli saada ajantasaista tietoa lapsiperheiden hyvinvoinnista, mitkä asiat koettiin olevan hyvin. Tämän avulla toimeksiantajamme saisi arvokasta tietoa, jotta he voisivat tukea näitä hyvinvoinnin tekijöitä vielä enemmän. Kiinnostuimme opinnäytetyön aiheesta, koska halusimme päästä tutkimaan lisää lapsiperheiden hyvinvointia ja sen osa-alueita sekä syventymään siihen aiheeseen enemmän. Halusimme myös tehdä opinnäytetyöhön jotain konkreettista ja tässä pääsimme haastattelemaan vanhempia.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL) on valtakunnallinen ja avoin kansalaisjärjestö. MLL:n päätehtävänä on tukea ja edistää lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia (MLL edistää lapsiperheiden hyvinvointia n.d). Opinnäytetyömme toimeksiantajana on PerheKainuu -hanke. PerheKainuu -hanke on Mannerheimin Lastensuojeluliiton Kainuun piiriin kehittämishanke, jossa kehitetään järjestölähtöistä ennaltaehkäisevien palvelujen toimintamallia yhdessä Kainuun soten perhekeskusten ja Kainuun kuntien kanssa. (Marjo Hotta, henkilökohtainen tiedonanto 24.4.2018.) Hankkeen resurssit ovat suunnattu lapsiperheisiin. Sen tavoitteena on tukea laajasti vanhemmuutta sekä lapsiperheiden hyvinvointia. Hanke sijoittuu vuosille 2016-2018. (PerheKainuu-hanke 2016–2018 n.d.) Kajaanin Lehtikangas, Sotkamo ja Paltamo toimivat hankkeen pilottialueina (Marjo Hotta, henkilökohtainen tiedonanto 5.9.2017).

Monet tutkimukset, kuten Törrösen ”Onni on joka päivä” (2012) ja Lapsiperheiden hyvinvointi 2014 (2014), osoittavat, että lapsiperheiden hyvinvointi koostuu monesta eri tekijästä ja monet tekijät kuormittavat sitä. Terveys, sosiaaliset suhteet, taloudellinen tilanne, terveyspalvelut sekä perheen keskeinen työnjako vaikuttavat suuresti hyvinvointiin. Jos jokainen näistä koetaan hyvänä, myös hyvinvointi on parempaa. Kuitenkin vanhemmat itse kokevat samanlaiset tilanteet eri lailla. Joten vanhemmat kokevat hyvinvoinnin yksilönä, joka on oma kokemus elämänlaadustaan.

Etsiessämme tietoa ja tutkimuksia aiheesta huomasimme, että siitä löytyi jo paljon aikaisemmin tutkittua materiaalia. Tutkimuksia oli myös tehty samalla teemahaastattelumenetelmällä kuin me teimme. Opinnäytetyömme tuloksissa sekä aikaisemmissa tutkimuksissa tulokset olivat samanlaisia ja yhteneviä. Suurimmat hyvinvointiin vaikuttavat tekijät koettiin olevan talous, sosiaaliset suhteet sekä terveys.

Opinnäytetyö on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Aineisto on kerätty teemahaastattelumenetelmällä. Haastattelimme yhteensä neljää alle kouluikäisen lapsen vanhempaa. Aineistot olemme analysoineet deduktiivisella sisällönanalyysillä. Teemahaastattelussa sekä sisällönanalyysissä olemme käyttäneet apunamme Erik Allardtin hyvinvoinnin määritelmää having - loving - being.

## 2 Lapsiperheiden hyvinvointi

### 2.1 Hyvinvointi käsitteenä

Hyvinvointi on osa suurempaa kokonaisuutta, jota kutsutaan elämänlaaduksi. Elämänlaadun ulottuvuuksia ovat koettu yleinen elämänlaatu ja terveys sekä fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen hyvinvointi ja elinolot. Maailman terveysjärjestön WHO:n määritelmän mukaan elämänlaadulla tarkoitetaan "yksilön arviota elämästään siinä kulttuuri- ja arvokontekstissa missä hän elää, ja suhteessa hänen omiin päämääriinsä, odotuksiinsa, arvoihinsa ja muille hänelle merkityksellisiin asioihin". Määritelmä kertoo siitä, että ihmiset peilaavat omaa elämänlaatuaan eli hyvinvoinnin eri ulottuvuuksia muiden samaan viite-ryhmään kuuluvien elämänlaatuun. Tutkimusten mukaan hyvinvoinnin ulottuvuuksien merkitykset eri elämänvaiheissa ja elämäntilanteissa on todettu vaihtelevan jonkin verran. Etenkin iäkkäillä terveyteen liittyvät tekijät korostuvat muita ikäryhmiä enemmän. (Vaarama, Karvonen, Kestilä, Moisio & Muuri 2014, 20 - 23, 35 - 36.)

Suomessa väestö voi keskimäärin yhä paremmin, mutta elämänlaadussa, hyvinvoinnissa ja terveydessä yhteiskunta on jakautunut hyvä- ja huono-osaisten ryhmään, eikä tilanne ole muuttunut vuodesta 2009. Suurimpana vaikuttajana ei välttämättä enää ole köyhyys ja tietämättömyys vaan osallisuus. Jos eriarvoisuutta halutaan vähentää, tarvittaisiin koko väestön terveyttä, koulutusta ja hyvinvointia edistävää politiikkaa, mutta myös työ- ja asuntopoliittisia sekä sosiaaliturvaan liittyviä parannuksia, joilla parantaa osattomien asemaa. (Vaarama ym., 2014, 20 - 23, 35 - 36.) Lapsiperheissä hyvinvoinnin tekijänä korostuu verkoston tärkeys. Perheille on tärkeää saada vertaistukea muilta perheiltä ja vertaistukitoiminnoilta. Vakaa taloudellinen tilanne auttaa positiivisesti arjessa selviytymiseen, tällöin asuinolot ovat kohdillaan ja on mahdollisuuksia harrastuksiin. Hyvinvointiin vaikuttavat myös perheiden keskinäisten suhteiden toimivuus. (Ruokolainen 2013, 25.)

### 2.2 Erik Allardtin kolmiulotteinen hyvinvointi

Hyvinvoinnin määritelmänä meillä on Erik Allardtin kolmiulotteinen määritelmä, jossa ihmisen perustarpeet on jaoteltu kolmeen perusluokkaan, having - loving - being (Allardt 1976, 38). Tämän määritelmän lähtökohtana ovat inhimilliset perustarpeet (Lammi-Tasakula, Karvonen, Ahlström 2009, 229 - 230). Näkökulma on yksilökeskeinen ja tarkoituksena on yksilön tarpeidentyydytys. Yksilön resursseja lisää omien tarpeiden ja arvojen



toteuttaminen. Ihmiselle hyvät sosiaaliset suhteet tuottavat myös resursseja, kun ihminen kokee niissä kiitollisuutta ja arvoa. (Allardt 1976, 38.)

Having eli elintaso tarkoittaa fysiologisia tarpeita. Se koostuu monesta eri tekijästä. Näitä tekijöitä ovat muun muassa terveys, työolosuhteet, työllistyminen, koulutus, asuinolot ja toimeentulo. Ihmiselle alhainen elintaso vaikuttaa kaikkeen käyttäytymiseen. Elintasossa on tarve- ja preferenssialue. Tarvealueella tarkoitetaan minimiä mitä katsotaan ihmisen tarvitsevan, esimerkiksi ravinnonsaannissa. Preferenssialue sisältää taasen keinotekoiset tarpeet. Keinotekoisia tarpeita muodostavat mainokset tai muoti. (Allardt 1976, 39 - 42.)

Loving eli yhteisyyssuhteet, tarkoittaa yksinkertaistetusti sosiaalisuhteita. Siihen kuuluvat perhe, ystävät, suku ja muu yhteisö. Ihmisellä on solidaarisuuden ja toveruuden tarve. Ihmisellä on tarve saada osoittaa rakkautta ja huolenpitoa, kuin myös saada sitä osakseen. Tällöin kun suhteet ovat symmetrisiä, saadaan ja annetaan, silloin voidaan puhua yhteisyydestä. Yhteisyys auttaa toteuttamaan muita arvoja. Tutkimukset ovat osoittaneet, että yhteisyyden puute aiheuttaa neuroosia ja psykooseja. (Allardt 1976, 42 - 46.)

Being eli itsensä toteuttamisen muodot tarkoittavat sitä, että ihminen on persoona, jolla on mahdollisuus osallistua poliittisesti ja on mahdollisuus harrastuksiin ja vapaa-ajan tekemiseen. Tekeminen on ihmiselle itsensä toteuttamista ja yksi tärkeistä hyvinvoinnin arvoista. Työttömyys ja vapaa-ajan toiminnan puuttuminen lisäävät ihmisen eristäytymistä sosiaalisesti. Poliittiset resurssit ovat ihmiselle sitä, että he pääsevät itse vaikuttamaan omaan elämäänsä sekä vaikuttamaan poliittisiin päätöksiin. (Allardt 1976, 46 - 49.)

### 2.3 Lapsiperhe

Ennen vanhaan ajateltiin, että isä on perheen elättäjä ja äiti hoitaa lapsia sillä aikaa kotona (Definition of the family, n.d.). Nykyisin ihmisillä on omat määritelmänsä perheeseen, ketä siihen kuuluu. Nykyisin myös muun muassa yksinhuoltajat, isovanhemmat ja seksuaalivähemmistöt kasvattavat lapsia. On myös perheitä, jotka eivät halua tai eivät voi saada lapsia. Ihmiset voivat pitää ystäviään osana perhettä. Voi myös olla tilanteita jossa on menettänyt perheensä, jolloin ystävästä tulee uusi perhe. Lemmikit voivat korvata joissain perheissä lapsen aseman, jos perhe ei halua tai voi saada lapsia. (Meaning of family, n.d.)

Virallisten tilastojen mukaisesti perheen muodostavat avio- tai avoliitossa olevat vanhemmat ja heidän naimattomat lapset tai yksi vanhempi naimattomine lapsineen sekä avio- ja

avopuolisot, joiden luona lapsia ei asu. Lapsiperheellä tarkoitetaan perhettä, jossa on vähintään yksi alle 18-vuotias lapsi, joka asuu kotona. (Karling, Ojanen, Sivén, Vihunen & Vilén 2009, 23.) Yleisin perhetyyppi Suomessa on aviopari, jolla on lapsia. Toiseksi yleisin perhetyyppi on aviopari, jolla ei ole lapsia. Lapsiperhetyyppejä ovat aviopari ja lapsia, toinen vanhempi eli äiti tai isä ja lapsia sekä avopari ja lapsia. Yksinhuoltajaperheillä tarkoitetaan perhettä, jossa on vain toinen vanhempi ja lapsia. Yleisempiä ovat yksinhuoltajaäidit kuin -isät. (Karling ym. 2009, 23 - 24.)

Uusperheellä tarkoitetaan perhettä, jossa lapset ovat toisen puolison alle 18-vuotiaita lapsia. Perheessä voi olla kummankin puolison lapsia. Arkikielessä uusperheiksi lasketaan myös niin sanotut viikonloppuperheet, joissa avioeron johdosta lapsi käy toisen vanhemman luona viikonloppuisin. Tilastoissa kuitenkin näitä ei lasketa uusperheiksi, vain lapsen vakinainen asuinpaikka lasketaan. (Karling ym. 2009, 24.)

Sateenkaariperheet ovat lapsiperheitä, joissa yksi tai molemmat vanhemmat kuuluvat seksuaali- tai sukupuolivähemmistöön. Sateenkaariperheiden kirjo on hyvin laaja. Erilaisia sateenkaariperheitä ovat mies- ja naisparin ydinperheet, apilaperhe, jossa lapsi on syntynyt kahden eri perheen yhteiseksi lapseksi sekä trans- ja muunsukupuolisen vanhemman tai vanhempien perheet. (Sateenkaariperheet ry n.d.)

Adoptioperheeksi sanotaan perheitä, joissa vanhemmuussuhde on juridisesti oikeuden päätöksellä vahvistettu. Adoptiot voivat olla perheen sisäisiä tai ulkoisia. Perheen sisäiseksi adoptioiksi sanotaan, sitä kun perheessä uusi puoliso vahvistetaan puolison lapsen juridiseksi vanhemmaksi. Ulkoisella adoptiolla tarkoitetaan sitä, kun lapsi tulee perheeseen joko sijaisvanhemmuuden tai adoptioprosessin kautta. (Sateenkaariperheet ry n.d.)

Maahanmuuttajaperheellä tarkoitetaan perhettä, jossa toinen tai kumpikin vanhemmista on vieraskielinen. Vuonna 2012 maahanmuuttajaperheitä oli yli 90 000, joista ainakin toinen oli vieraskielinen. Reilussa 30 000 perheessä molemmat tai ainoa huoltaja oli vieraskielinen. (Maahanmuuttajaperheet n.d.)

THL:n tekemän väestötutkimuksen ”Vanhempien huoli jaksamisesta” mukaan huolta jaksamisesta koetaan harvemmin, jos perheessä on kaksi vanhempaa. Yksinhuoltajista sen sijaan lähes puolet Lapsiperhekyselyyn vastanneista kokivat huolta omasta jaksamisestaan. Myös työssäkävijöiden ja työelämän ulkopuolella olevien välillä oli eroja. Työssäkäyvät kokivat kiireestä ja aikapulasta huolimatta vähemmän huolta jaksamisestaan, kun taas työelämän ulkopuolella olevat kokivat enemmän huolta asiasta. (Vanhempien

huoli jaksamisesta n.d.) Siihen voi syynä olla toimeentulo ja raha, jos pitää elää niukasti, se tuo enemmän huolta perheelle ja vanhemmille.

Tässä opinnäytetyössä tarkoitamme lapsiperheellä perhettä, jossa on yksi tai useampi vanhempi ja samassa taloudessa asuu yksi tai useampi alle 18-vuotias lapsi.

## 2.4 Vanhemmuus

Vanhemmuutta voidaan nähdä olevan neljää erilaista; biologista, juridista, sosiaalista ja psykologista. Biologisella vanhemmuudella tarkoitetaan, että vanhempi on lapsen kantaja ja synnyttäjä tai siittäjä. Juridisessa vanhemmuudessa vanhemmuus määräytyy avioliiton isyysolettamalla, isyyden tunnustamisella tai vahvistamisella sekä adoption avulla. Sosiaalisessa ja psykologisessa vanhemmuudessa kyse on lapsen ja vanhemman välisestä vuorovaikutuksesta ja keskinäisestä suhteesta. Biologisessa ja juridisessa vanhemmuudessa määritellään vanhemmuus aikuisen näkökulmasta, kun taas psykologinen vanhemmuus määräytyy lapsen mukaan, kenet hän näkee vanhempana. (Ketola & Kurjenrauma n.d.)

Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymän henkilöstö on kehittänyt vanhemmuuden roolikartan, jossa näkyy vanhempien eri roolit. Päärooleja on viisi ja niissä on 6-9 alaroolia. Päärooleja vanhemmalla ovat huoltaja, rakkauden antaja, elämän opettaja, ihmissuhdeosaaja ja rajojen asettaja. Nämä roolit alaroolineen vastaavat lapsen tarpeisiin eri kehitysvaiheissa. (Vanhemmuuden roolikartta n.d.)

Huoltajana vanhempi on lapselle ruoan antaja, huolehtii puhtaudesta ja vaatetuksesta, turvaa levon ja on lapselle sairaudenhoitaja. Huoltajuus toimii kaiken perustana. Rakkaudenantajana vanhempi toimii lapsen lohduttajana ja hellyyden antajana. Hän suojelee lastaan ja hyväksyy hänet omana itsenään. Elämänopettajana vanhempi opettaa lapselle arkielämäntaitoja, opettaa mikä on oikein ja mikä väärin. Vanhempi antaa mallia ja opettaa tapoja lapselle. Ihmissuhdeosaajana vanhempi kuuntelee ja keskustelee lapsen kanssa. Hän hyväksyy lapsen tunteet ja antaa anteeksi ja pyytää itsekkin anteeksi. Rajojen asettajana hän luo turvallisuutta ja asettaa rajat lapselle. (Vanhemmuuden roolikartta n.d.)

Yksi tärkeimmistä hyvinvoinnin tekijöistä perheissä on vanhempien toimiva parisuhde, se vaikuttaa kaikkien perheeseen kuuluvien hyvinvointiin positiivisesti. Vanhemmille parisuhteessa tärkein tekijä on se, että saa jakaa toisen ihmisen kanssa arjen ilot ja surut. Tyyty-

väisyyttä parisuhteessa lisää kumppaneiden välinen oikeudenmukaisuus, hyvä kommunikaatio sekä seksuaalielämään tyytyväisyys. Kotitöiden tasainen jakaminen vähentää kiistelyä niiden tekemisestä, jonka avulla ilmapiiri perheessä pysyy parempana. Riittävä toimeentulo ja sosiaaliset suhteet ovat myös hyvinvoinnin kulmakiviä. Mielekäs työ tukee hyvinvointia myös silläkin tavalla, että pääsee hetkeksi pois kodin hälinästä. Työn ja perheen yhteensovittaminen voi olla hankalaa, kuinka antaa riittävästi aikaa myös perheelle, kun on töissä. Perheen yhteinen aika lisää hyvinvointia jokaisella perheenjäsenellä, vanhempien tulee myös antaa aikaa toisilleen, joka tukee hyvää parisuhdetta. (Lammi-Tasakula & Karvonen 2014, 49, 72, 79.)

## 2.5 Alle kouluikäinen lapsi

Alle kouluikäisellä lapsella tarkoitetaan 3 - 6-vuotiasta lasta. 3 - 4-vuotiaana lapsi puhuu jo useimmiten lyhyitä lauseita ja lapsen sanavarasto on laaja. Puhe on yleensä ymmärrettävää ja selkeää, mutta joitakin ääntämisvirheitä voi olla tai joissakin tapauksissa puhe on takeltelevaa. Tässä iässä lapsi haluaa kokeilla tehdä eri asioita itsenäisesti, mutta tarvitsee silti paljon vanhemman apua ja huolenpitoa. Lapsi tarvitsee kiitosta ja kehuja, ne kasvattavat lapsen itsetuntoa ja sen kehitystä. Lapselta ei saa vaatia liikaa pärjäämiseen ja osaamiseen liittyvissä asioissa, koska lapsi on avoimuudestaan huolimatta varsin herkkä ja helposti mielensä pahoittava. 3-vuotiaan elämään voi kuulua myös uhmaikä, jossa lapsi harjoittelee omaa tahdon ilmaisuaan. Tämä vaihe on tärkeä osa lapsen itsenäistymiskehitystä, joka kasvattaa lapselle oman itsenäisen persoonan. (3 - 4v 2017.) Vanhemmilla on suuri merkitys lapsen oppiessa pikkuhiljaa säätelämään omia tunteitaan sekä hallitsemaan käyttäytymistään, koska lapsi ottaa paljon käyttäytymisen mallia omista vanhemmistaan. (Elämää alle kouluikäisen kanssa 2018.)

Lapsen ollessa 5 - 6 vuotias, hän on jo suhteellisen omatoiminen ja ”ison oloinen”, mutta tarvitsee silti paljon hoivaa ja huolenpitoa vanhemmiltaan. Leikkiminen on tärkeää tässä iässä lapselle. Lapsi käsittelee aikuisiän ilmiöitä leikkiessään. Muutenkin lapsen muisti, ilmaisukyky, suunnitelmallisuus ja sanavarasto kehittyvät leikkiessä. Siksi on tärkeää, että lapsella on aikaa leikkimiseen. Kaverit ovat jo erityisen tärkeitä ja jotkut voivat olla jo todella hyviä ystäviä lapselle. Ensimmäisiä ihastumisen tunteita voi myös tulla. Lapsi oppii paljon tässä iässä, kirjoittaminen sekä numerot alkavat kiehtoa. Lapsi rakastaa satuja ja kertomuksia, ja pystyy keskittymään jo vaikeampaankin kertomuksen kulkuun. (5 - 6v 2017.)

Alle kouluikäinen lapsi aloittaa yleensä päivähoiton jossakin vaiheessa ennen koulun alkua. Päivähoiton aloitus on iso asia koko perheelle, oli kyse esikoisesta tai kuopuksesta. Alku voi olla monelle perheelle hankalaa; täytyy tasapainottaa arjen rytmi uudestaan, sopeutuminen työhön sekä lapsen mahdollisesti haastavaan käytökseen. Lapsi voi myös sairastella enemmän, mitä kotihoidossa. Lapsen päivähoitoon sopeutumiseen vaikuttaa lapsen ikä, temperamentti sekä aiemmat kokemukset. Lapselle päivähoito on kuitenkin tärkeää, koska siellä hän oppii uusia asioita, saa kavereita ja oppii toimimaan ryhmässä. (Lapsi aloittaa päivähoiton 2017.)

Leikki-ikäisen lapsen unentarve on yleisimmin noin 10-13 tuntia vuorokaudessa, mutta se on kuitenkin hyvin yksilöllistä. Päiväunet jäävät vähitellen pois lapsen esikouluikäisen läheisyydessä, mutta siitä huolimatta pienet levähdykset ovat tärkeä osa päivärytmiä. Säännöllinen rytmi elämässä ovat tärkeitä lapselle, ne tuovat turvallisuutta ja helpottavat lasta nukahtamaan päivän jälkeen. (3 - 4-vuotiaan nukkuminen 2017.)

Esikouluikäiset lapset pitävät vanhempien onnellisuutta ja heidän välistä sopua yhtenä positiivisena tekijänä hyvinvointiin. He itse huomaavat milloin vanhemmat ovat sovussa keskenään ja se vaikuttaa myös heidän onnellisuuteensa. Monesti lapset ajattelevat vanhempien riitojen johtuvat heistä, joka aiheuttaa heille mielipahaa. Perheen yhteinen aika, kuten ulkoilu tai yhdessä syöminen ulkona, on mukavaa aikaa. He myös kokevat, että yhteistä aikaa on riittävästi. Kiireettömyys lisää hyvinvointia esikoululaisten mukaan, koska silloin vanhemmat eivät suutu helposti. Voimavaroja lisäävänä tekijänä on myös sukulaisten ja muiden tuttavien näkeminen. (Oinonen 2013, 20 - 21.)

## 2.6 Lapsiperheiden hyvinvointipalvelut Kajaanissa

Lapsiperheiden hyvinvointipalvelut Kainuussa muodostavat neljä osa-aluetta, jotka ovat lapsiperheiden terveyspalvelut, lapsiperheiden sosiaalipalvelut, vammais- ja aikuissosiaalipalvelut. Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä eli Kainuun sote järjestää kyseiset palvelut. Lapsiperheiden sosiaalipalveluihin luetaan lastenvalvojan, perhetyön, lastensuojelun ja sijaishuollon palvelut sekä lapsiperheiden kotipalvelu. Lapsiperheiden terveyspalvelut perusterveydenhuollon osalta sisältävät perheneuvolan, lasten-, äitiys- ja perhesuunnitteluneuvolan sekä koulu- ja opiskeluterveydenhuollon palvelut. Erikoissairaanhoidon vastuualueella ovat lastentautien, naistentautien, äitiyshuollon ja synnytyspalvelujen lisäksi lasten ja nuorten psykiatrinen sairaanhoito. (Kainuun lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2014-2015, 22.)

Kaikilla alle kouluikäisillä lapsilla on oikeus saada varhaiskasvatusta. Vanhemmat kuitenkin päättävät lapsensa osallistumisesta siihen. (Varhaiskasvatus, Opetushallitus n.d.) Varhaiskasvatus tarkoittaa kasvatuksellista vuorovaikutusta, jota tapahtuu pienten lasten eri elämäntilanteissa ja -vaiheissa. Sen tavoitteena on edistää oppimista, kehittymistä ja tukea tasapainoista kasvua. Kajaanissa on 18 kunnallista ja 13 yksityistä päiväkotia, jotka järjestävät sekä kokopäivähoitoa että esiopetusta. Joissakin päiväkodeissa järjestetään myös vuorohoitoa. Perhepäivähoitoa järjestää kunnallisella puolella kahdeksan perhepäivähoitajaa ja yksityisellä puolella 32 perhepäivähoitajaa. Leikkikerhotoiminta on tarkoitettu 3 - 5-vuotiaille lapsille, joilla ei ole säännöllistä päivähoiton tarvetta. Toimintaa järjestetään kaksi kertaa viikossa. Varhaiskasvatukseen sisältyy myös perusopetuksen aamu- ja iltapäivätoiminta, joka on tarkoitettu 1. ja 2. sekä erityisopetuksen oppilaille, joiden molemmat vanhemmat käyvät töissä tai opiskelevat. (Varhaiskasvatus n.d.)

Vuoropäivähoito on lapsille suunnattua päivähoitoa, jota järjestetään vuorokauden eri aikoina (Lehmuskoski & Kuusisto-Niemi, n.d, 33). Kajaanissa vuoropäivähoitoa järjestetään Teppanan, Ratamon, Karusellin ja Lohtajan päiväkodeissa. Näistä Teppanan päiväkotitarjoaa ympärivuorokautista päivähoitoa. (Vuoropäivähoito n.d.)

Esiopetus on tarkoitettu kaikille alle kouluikäisille lapsille vuotta ennen oppivelvollisuuden alkamista. Sen tavoitteena on edistää lapsen oppimisvalmiuksia, kasvua ja kehitystä sekä parantaa lapsen minäkuvaa. Keskeisintä siinä on aikuisten ja lasten toiminnallinen vuorovaikutus keskenään. (Esiopetus n.d.)

Perusopetus on kaikille maksutonta ja kaikilla on tämän jälkeen sama jatko-opintokelpoisuus. Perusopetuksen tarkoituksena on tukea oppilaiden kasvua ihmisenä ja yhteiskunnan jäsenenä sekä opettaa heille tarpeellisia tietoja ja taitoja. Peruskoulu käsittää luokat 1.-9. luokkaan asti. (Perusopetus n.d.)

Perheneuvola on tarkoitettu koko perheelle. Kajaanissa toimii yksi perheneuvolan toimipiste, koko Kainuussa niitä on yhteensä neljä. Perheneuvolassa neuvotaan ja ohjataan lapsen kasvuun ja kehitykseen liittyvissä asioissa sekä tutkitaan ja hoidetaan lapsiperheen kokonaistilannetta. Siellä toteutetaan myös yksilö-, pari-, perhe- ja vuorovaikutusterapiaa. Avo- tai avioerotilanteessa tai sitä harkitessa voi saada myös apua perheasiainsovittelemisen muodossa. Perheneuvolassa voidaan tehdä myös vanhemmuuden arvioita, lapsen kuulemisia sekä täytäntöönpanosovitteluja, mikäli käräjäoikeus niin pyytää. (Kainuun perheneuvola n.d.)

Lapsiperheiden kotipalvelua on mahdollista saada tilapäisen lasten-/kotihoitotarpeeseen. Apu voi olla esimerkiksi ruoanlaittoa, siivousta ja lastenhoitoa. Avun tarve arvioidaan aina tapauskohtaisesti ja sen kestäessä pidempään tulee tehdä palvelutarpeen arviointi sekä asiakassuunnitelma. (Lapsiperheiden kotipalvelu n.d.)

Kajaanin evankelisluterilainen seurakunta järjestää lapsiperheille monenlaista eri toimintaa. Pyhäkoulu tarkoittaa lasten omaa kirkkohetkeä. Se on tarkoitettu kaiken ikäisille ja sinne voi tulla joko yksin tai kavereiden/sisarusten kanssa. Pienet lapset voivat mennä pyhäkouluun esimerkiksi oman vanhemman, isovanhemman tai kummin kanssa. Perhekerhot ovat tarkoitettu sekä lapsille että heitä hoitaville aikuisille, kuten vanhemmille, isovanhemmille, kummeille tai perhepäivähoitajille. Kerhoon voi osallistua jo ihan pienen vauvan kanssa tai vähän vanhemman alle kouluikäisen lapsen kanssa. Päiväkerhot ovat suunnattu 3 - 6-vuotiaille lapsille ja se on kirkon kasteopetukseen perustuvaa kristillistä kasvatusta. Kerho sisältää hartaushetken, laulua ja leikkejä sekä askartelua. (Lapselle ja perheelle n.d.)

Kajaanin evankelisluterilaisella seurakunnalla on myös perheasian neuvottelukeskus, joka voi tulla tarpeeseen, jos parisuhde on kariutumassa ja eroa suunnitellaan. Se sopii myös niille henkilöille, jotka ovat jo eronneet ja ovat sopeutumassa uuteen elämäntilanteeseensa tai lasten tapaamiset eivät suju odotusten ja sopimusten mukaan. Perheasiain sovittelun tavoitteena on vanhemmuuden yhteistyössä jatkuminen parisuhteen päättymisestä huolimatta sekä rakentava eron suunnittelu keskittyen käytännön asioihin sekä tulevaisuuteen. Sovittelijat auttavat selkiyttämään vanhempien ajatuksia ja ajattelemaan niitä myös lasten kannalta. (Mitä perheasioiden sovittelu on? n.d.)

Kajaanissa on myös kolmannen sektorin tarjoamia palveluita lapsiperheille. Kolmas sektori tarkoittaa pääasiassa järjestöjä, säätiöitä ja uusosuuskuntia. Kolmannen sektorin toimintaan sisältyy sekä vapaaehtoistyötä että palkkatyötä. Kainuussa kolmannen sektorin perustoiminta muodostuu kansalaisjärjestöistä. Eri järjestöt ovat tärkeitä julkisen ja yksityisen sektorin yhteistyökumppaneita. Näistä Mannerheimin Lastensuojeluliiton Kainuun Piiri on hyvä esimerkki. (Kolmas sektori n.d.)

### 3 Mannerheimin Lastensuojeluliitto hyvinvoinnin edistäjänä

Mannerheimin Lastensuojeluliitto on perustettu vuonna 1920 (Historia n.d). MLL on avoin ja valtakunnallinen kansalaisjärjestö. Tällä hetkellä MLL:llä on ympäri Suomea 556 paikallisyhdistystä ja 10 piirijärjestöä, jotka tukevat paikallisyhdistyksiä. Päätehtävänä MLL:llä on edistää lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia. MLL on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton järjestö. (MLL edistää lapsiperheiden hyvinvointia n.d.)

MLL tuottaa useita eri palveluita, joiden tarkoituksena on lisätä hyvinvointia. MLL pitää yllä auttavaa puhelin- ja nettipalvelua. Niiden tarkoituksena on, että lapset, nuoret ja vanhemmat tulevat kuulluksi. Nuorisotyön ja kouluyhteistyön avulla tarkoituksena on ehkäistä koulukiusaamista ja antaa mediakasvatusta. Yksi vakiintunut toimintamuoto on yläkouluissa toimiva tukioppilastoiminta. MLL:n perhekeskustoiminta on paikallisyhdistyksien vapaaehtoistoimintaa. Paikallisyhdistykset järjestävät perhekahviloita, vertaisryhmiä, lasten harrastusryhmiä ja erilaisia tempauksia. Paikallisyhdistykset kouluttavat näihin vapaaehtoistyöntekijöitä. Tukea näihin paikallisyhdistykset saavat keskusjärjestöltä. MLL kouluttaa myös vapaaehtoisia perhekummeja ja lastenhoitajia. MLL järjestää myös monia kampanjoita ja keräyksiä lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyväksi. (Toiminta ja projektit n.d.)

MLL on useiden suomalaisten koulujen kanssa yhteistyössä, tuottamalla heille erilaisia esitteitä ja muita aineistoja, muun muassa päihdekasvatukseen ja kiusaamisen ehkäisyyn. Liitto tarjoaa myös koulutuspalveluita. Tärkeimpiä kehitystöitä MLL:llä kouluyhteisöissä ovat kummi-, tukioppilas- ja tutortoiminta, sekä tukioppilaiden koulutus. Liitolta on myös mahdollista tilata kouluaineistoja sekä tilata kouluttaja puhumaan koululle esimerkiksi päihhteistä ja niiden vaaroista. Toiminta koulujen parissa on monipuolista. (Kouluille ja kasvattajille n.d.)

MLL tekee yhteistyötä koti- ja ulkomaisten järjestöjen, yhteisöjen ja verkostojen kanssa. Liiton keskustoimisto pitää yhteyksiä ministeriöihin, viranomaisiin ja järjestöihin, piirit ja paikallisyhdistykset paikallisiin tahoihin. Lisäksi MLL vaikuttaa lapsi- ja perhepoliittiseen päätöksentekoon sekä pitää aktiivisesti yhteyttä eduskuntaan, ministeriöihin, lapsiasiainvaltuutettuun, tutkijoihin, muihin järjestöihin ja mediaan. MLL myös muistuttaa, että päätöksenteossa on otettava huomioon lapsen oikeudet ja arvioida päätösten lapsivaikutukset. (MLL edistää lapsiperheiden hyvinvointia n.d.)



### 3.1 Mannerheimin Lastensuojeluliitto Kainuun piiri

MLL Kainuun piiri on perustettu vuonna 1950. Se on yleishyödyllinen kansalaisjärjestö ja sen tarkoituksena on edistää lasten, nuorten ja lapsiperheiden perusturvallisuutta, hyvinvointia ja tervettä kehitystä. Kainuun piiri edistää toiminnallaan vapaaehtoistoimintaa ja ennaltaehkäisevää lastensuojelutyötä Kainuun alueella. Kainuun piirissä on 13 paikallisyhdistystä. (Kainuun Piiri n.d.)

Kainuun piiri, yhdessä yhteistyökumppaneiden ja paikallisyhdistysten kanssa on lapsiperheille arjen apuna. Nämä järjestävät ympäri Kainuuta muun muassa perhekahvilatoimintaa, perhekummitoimintaa ja lastenhoitotoimintaa. (Perheille n.d.) Perhekahvilat ovat kaikille avoimia, joissa sekä lapset että aikuiset kohtaavat toisiaan. Kahviloissa kohtaavat eri sukupolvet ja kulttuurit. (Perhekahvilatoiminta n.d.) Perhekummitoiminnan tarkoituksena on tukea lapsiperheiden hyvinvointia ja vanhemmuutta. Kummeina toimivat MLL:n koulutetut vapaaehtoistoimijat. Perhekummin kanssa voi keskustella, tehdä arjen asioita tai käydä leikkipuistossa. (Perhekummitoiminta n.d.) Lastenhoitotoiminta on lapsiperheille tarkoitettua tilapäistä lastenhoitoapua. Perheet voivat tilata koulutetun lastenhoitajan kotiin. (Lastenhoitotoiminta n.d.) Kainuun piirillä on myös menossa erilaisia hankkeita, joiden tarkoituksena on tukea lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia. Yksi tällaisista hankkeista on PerheKainuu -hanke. (Hankkeet n.d.)

### 3.2 PerheKainuu -hanke

PerheKainuu -hanke on Kainuussa alkunsa saanut kehittämishanke, jonka resurssit on suunnattu lapsiperheisiin. Tämä Mannerheimin Lastensuojeluliiton hanke on ennaltaehkäisevää työtä, jonka tavoitteena on tukea laajasti perheiden hyvinvointia sekä vanhemmuutta. Yhteistyössä hankkeen parissa toimivat muun muassa Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä sekä Kainuun kunnat, mutta päävastuullinen toteuttaja on Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Hankkeen toteutus tapahtuu aikavälillä 2016–2018. (PerheKainuu-hanke 2016–2018 n.d.) Toiminta sijoittuu pilottialueille, joita ovat Kajaanin Lehtikangas, Sotkamo sekä Paltamo (Marjo Hotta, henkilökohtainen tiedonanto 5.9.2017).

Painopisteenä ennaltaehkäisevässä työn kehittämisessä on monitoimijuus sekä sen tapahtuminen lähellä ihmisen kehitysympäristöä. Monitoimijuusverkossa toimii peruspalvelut, ihminen itse sekä kolmas sektori. (PerheKainuu-hanke 2016–2018, n.d.) PerheKainuu

-hankkeen päämääränä on tukea ja edistää kainuulaisten lasten ja perheiden hyvinvointia sekä vahvistaa vanhemmuutta. Päättävöitteena hankkeessa on luoda kainuulainen malli ennaltaehkäisevään työhön, jossa yhteistyössä toimii järjestöt, kunnat ja kuntayhtymä. (PerheKainuu -hanke 2016–2018 n.d.)

#### 4 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimustehtävät

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata Kajaanin Lehtikankaan alle kouluikäisten lasten vanhempien kokemuksia yleisistä lapsiperheiden hyvinvoinnin tekijöistä sekä heidän perheen sisäisistä hyvinvoinnin tekijöistään. Tavoitteena on, että MLL pystyy tukemaan lapsiperheiden hyvinvointia lisääviä tekijöitä entistä paremmin.

Tutkimustehtävänäimme ovat

1. Mitkä ovat yleisesti lapsiperheiden hyvinvoinnin tekijät?
2. Mitkä ovat perheiden sisäiset hyvinvoinnin tekijät?

## 5 Tutkimuksen toteutus

Toteutimme tutkimuksen laadullisena tutkimuksena. Käytimme tutkimusaineiston keräämisessä teemahaastattelumenetelmää, jossa haastattelimme alle kouluikäisten lasten vanhempia. Tämän jälkeen analysoimme kerätyn aineiston deduktiivista sisällönanalyysiä apuna käyttäen.

### 5.1 Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus

Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen. Tutkittavaa kohdetta pyritään tutkimaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Laadullinen tutkimus sisältää monia erilaisia tapoja sekä aineistonkeruu- ja analyysimenetelmiä, joten sillä ei ole yhtä tiettyä mallia, jota se noudattaisi. Kaikille yhteistä on kuitenkin ihmisen elämismaailman tutkiminen kokonaisvaltaisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004, 151 - 157.) Eri lähestymistapojen yhteinen päämäärä on löytää toimintatapoja, samanlaisuuksia tai eroja saadusta tutkimusaineistosta. Laadullisen tutkimuksen käyttöalueita ovat uudet tutkimukset, joista ei ole ennestään juuri tietoa. Sitä voidaan käyttää myös olemassa oleviin tutkimusalueisiin, jos näihin halutaan uutta näkökulmaa tai epäillä teorian ja käsitteen merkitystä tai vakiintunutta tai käytettyä tutkimusmenetelmää. Myös silloin se sopii, jos epäillä aiemmin saatuja tutkimustuloksia. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 50.) Laadullisen tutkimuksen yleisin tiedonkeruumenetelmä on haastattelu. Se on hyvin joustava menetelmä, jonka vuoksi se sopii monenlaisiin eri tutkimustarkoituksiin. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 34.)

Laadullisessa tutkimuksessa yksilön ääni tulee kuulluksi. Raportointi on kuvailevaa ja numeerisia ilmaisuja käytetään hyvin vähän. Laadullinen tutkimus lähtee hyvin yleisistä käsitteistä, mutta se muuttuu tutkimuksen kuluessa. Se tuo esille tutkittavien omat havainnot tutkimusaiheesta tai -kysymyksestä ja antaa mahdollisuuden tuoda esille haastateltavien omia kokemuksia. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 24 - 25, 27 - 28.)

### 5.2 Aineistonkeruu teemahaastattelulla

Opinnäytetyössämme käytimme tiedonkeruumenetelmänä teemahaastattelua. Teemahaastattelua voidaan kutsua myös puolistrukturoiduksi haastattelumenetelmäksi, koska

se on lomakehaastattelun ja strukturoidun haastattelun välimuoto. Teemahaastattelu-terminiä ei esiinny muissa kielissä, mutta kuitenkin samanlaisia haastatteluja tehdään muissakin maissa. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 47 - 48.) Teemahaastattelua käytetään paljon kvalitatiivisissa tutkimuksissa, mutta se soveltuu myös hyvin kvantitatiivisesti painottuvaan tutkimukseen. (Hirsjärvi yms. 2007, 203.)

Teemahaastattelussa haastattelu kohdennetaan tiettyihin teemoihin, joista keskustellaan. Kysymyksillä ei ole tarkkaa järjestystä tai muotoa vaan ennalta on päätetty vain teemat, tämä tekee teemahaastattelusta vapaamuotoisemman. Tämä myös vapauttaa haastattelun tutkijan näkökulmasta, joten tutkittavan ääni tulee paremmin kuuluviin. Haastateltavaksi valitaan ihmisiä, joiden oletetaan kokeneen tutkittava asia. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 47 - 48.) Haastattelussa käytetään avoimia kysymyksiä, joten niihin ei ole valmiita vastausvaihtoehtoja. Tämän ansiosta haastateltava itse määrää keskustelun suunnan. Etuna teemahaastattelussa on se, että haastattelija voi samalla havainnoida sen luotettavuutta haastateltavan ilmeistä ja eleistä. (Routio 2006, 64.) Ihmisten tulkinnat tutkittavasta asiasta ja heidän antamansa merkitys niihin ovat keskeisiä teemahaastattelussa (Hirsjärvi & Hurme 2001, 48).

Teemahaastattelu on hyvä tiedonkeruumuoto, kun tutkittavasta asiasta ei tiedetä ennalta paljoa. Haastateltavan on perehdyttävä tutkittavaan asiaan ja tunnettava haastateltavien tilanne, jotta hän osaa painottaa haastattelun tiettyihin teemoihin. Haastateltavaksi ei myöskään tule ottaa ketä tahansa, vaan on tärkeää, että haastateltavilla on tutkittavaan asiaan jokin yhteys. Tällöin saadaan parhaiten aineistoa kerättyä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006).

Haastattelun voi tehdä ryhmähaastatteluna tai yksilöhaastatteluna. Toteutimme teemahaastattelut yksilöhaastatteluina. Valitsimme yksilöhaastattelun, koska haastateltava aiheemme voi joillekin olla arka ja luulemme, että on helpompi keskustella asiasta pienessä porukassa.

Ennen varsinaisia haastatteluja tutkijan pitäisi tehdä esihaastatteluja. Näiden avulla hän testaa haastattelurungon toimivuutta, teemojen järjestystä ja hypoteettisten kysymysten muotoilua. Näitä voidaan siten muuttaa esihaastattelujen jälkeen. Esihaastattelussa käy myös ilmi haastattelun kesto. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 72).

Opinnäytetyössä haastattelimme neljää eri perheen vanhempaa. Alun perin tarkoituksena oli haastatella esikouluikäisten lasten vanhempia, joita yritimme saada Lehtikankaan päiväkotien välityksellä, joissa toteutetaan esiopetusta. Kuitenkaan emme tätä kautta saa-

neet haastateltavia. Tämän jälkeen pyysimme toimeksiantajalta lupaa, että saisimme laajentaa ikähaarukkaa 5 - 6 vuotiaiden lasten vanhempiin, mikä sopi toimeksiantajalle. Tämän jälkeen pyysimme luvan Kajaanin Ammattikorkeakoulun rehtorilta, että saisimme lähettää koko koulun henkilökunnalle sekä opiskelijoille sähköpostilla tiedotteen opinnäytetyöstä. Saimme tähän luvan ja tätä kautta saimme kolme haastateltavaa. Toimeksiantaja toivoi, että saisimme neljä haastateltavaa ja antoi luvan vielä laajentaa ikähaarukkaa 3 - 6 vuotiaisiin. Neljännen haastateltavan saimme tuttaviemme kautta.

Ennen ensimmäistä haastattelua teimme luonnoksen haastattelurungosta, jonka näytimme toimeksiantajallemme. Pohdimme yhdessä toimeksiantajan kanssa haastattelurungon sisältöä ja muokkasimme haastattelurungon hänen toiveidensa mukaan. Ensimmäinen haastattelu oli esihaastattelu, jonka laskimme myös tutkimusaineistoksi. Esihaastattelun jälkeen olisimme voineet muokata haastattelurunkoa, mutta emme nähneet sitä tarpeelliseksi, koska runko oli mielestämme toimiva. Tämän jälkeen teimme loput kolme haastattelua. Kolme haastattelua teimme Kajaanin Ammattikorkeakoulun luokkatilassa. Tila oli jokaisella haastattelukerralla rauhallinen, jonka varmistimme oveen laitettulla ”varattu” -lapulla. Yhden haastatteluista toteutimme haastateltavan kotona. Tilanne oli rauhallinen, koska teimme haastattelun eri huoneessa kuin missä muu perhe oli. Jokaisen haastattelun äänitimme puhelimella sekä osan tietokoneella. Haastattelut toteutimme helmi-maaliskuun aikana. Teemahaastattelurunko löytyy liitteestä 3.

### 5.3 Aineiston analysointi

Haastatteluaineiston analysoinnin ensimmäinen vaihe on tekstiksi muuttaminen eli litterointi. Litteroitu teksti on tutkimusaineisto. Vaikka litterointi on aikaa vievää, se säästää aikaa analyysivaiheessa, kun aineistoa ei tarvitse hahmottaa pelkällä äänitallenteella. Kuitenkin analyysivaiheessa on hyvä kuunnella alkuperäisiä äänitallenteita, jotta välttyttäisiin olettamuksilta, joita on voinut tulla litterointia tehdessä. Litteroinnin tarkkuus määräytyy tutkimuskysymyksien ja analyysitavan mukaan. (Ruusuvuori & Nikander, 427, 437 - 438.)

Opinnäytetyössämme litteroimme haastattelumme tekstiksi tekstinkäsittelyohjelmaan. Huomasimme, että litterointi oli helpompi tehdä mahdollisimman heti haastattelun jälkeen, koska silloin muistimme osan haastattelun sisällöstä. Teimme litteroinnin kahdestaan, jolloin toinen toimi kirjoittajana ja toinen tauotti äänitettyä haastattelua. Kun meitä oli litteroinnissa mukana kaksi, pystyi kirjoittaja varmistamaan toiselta, kuuliko hän oikein. Kuuntelimme haastatteluja uudelleen litteroinnin aikana varmistaaksemme, ettemme tee omia

johtopäätöksiä. Litteroimme tekstin siten, että kirjoitimme kaiken mitä haastateltava ja me haastattelijat puhuimme. Kuitenkaan emme kirjoittaneet äännähdyksiä tai naurahduksia, koska se ei työssämme ole tarkoituksenmukaista, koska analysoimme vain kerrottua aineistoa. Litteroitua aineistoa kertyi 16 sivua, fonttikoolla 12 ja rivivälin ollessa 1,5.

Sisällönanalyysi on laadullisen aineiston analyysimenetelmä. Sisällönanalyysi tarkoittaa kerätyn aineiston tiivistämistä, siinä tutkittavaa asiaa kuvaillaan lyhyesti ja yleistävästi tai tutkittavien asioiden suhteet saadaan yksinkertaisesti esille. Olennaista on, että samantilaisuudet ja erilaisuudet erotellaan aineistosta. Aineistosta tehtävät luokat tulevat olla toisensa poissulkevia ja yksiselitteisiä. (Janhonen 2003, 23 - 24.) Tutkittavat tekstit voivat olla muun muassa haastatteluja, kirjoja, päiväkirjoja, raportteja tai mitä tahansa aineistoa, mikä on muutettu tekstimuotoon. Sisällönanalyysiä voidaan tehdä aineistolähtöisesti eli induktiivisesti, teorialähtöisesti eli deduktiivisesti tai teoriaohjaavasti. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 105.) Käytimme opinnäytetyössämme deduktiivista sisällönanalyysiä.

Deduktiivisen analysoinnin lähtökohtana ovat teoria tai teoreettiset käsitteet, joiden esiintymistä tarkastellaan käytännössä (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 135), tällöin teemat, malli tai käsittekartta ohjaa analyysiä. Myös tutkijan oma ennakkokäsitys tutkittavasta asiasta voi olla lähtökohtana (Janhonen 2003, 30). Ensimmäinen vaihe deduktiivisessä analysoinnissa on tehdä analyysirunko. Sen sisälle muodostetaan erilaisia alakategorioita, jotka noudattavat induktiivista sisällönanalyysiä ja sen periaatteita. Analyysirungon yksi muoto on strukturoitu analyysirunko, jossa aineistosta kerätään vain ne asiat, mitkä kuuluvat analyysirunkoon. Tällöin strukturoitu analyysimenetelmä ohjaa tarkasti analyysiä. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 116.) Opinnäytetyöhömme valitsimme strukturoidun analyysirungon. Analyysirungossa käytimme Erik Allardtin hyvinvoinnin kolmiulotteista määritelmää, having - being - loving.

Sisällönanalyysi-prosessista voidaan erotella karkeasti vaiheet, joita ovat: analyysiyksikön valinta, aineistoon tutustuminen, aineiston pelkistäminen, aineiston luokittelu, tulkinta ja analyysin luotettavuuden arvioiminen. (Janhonen 2003, 23 - 24.) Litteroinnin jälkeen analysointi alkaa analyysiyksikön valinnalla. Analyysiyksikkö voi olla yksittäinen sana tai teema, se voi olla kuitenkin laaja ja sisältää monta lausetta monine merkityksineen. Tässä vaiheessa tulee olla tehtynä päätös, tarkastellaanko tutkimusaineistosta ilmisältöä vai piilosisältöä. (Kankkunen yms. 2009, 136.) Tämän jälkeen tutkimusaineistosta etsitään analyysirungon mukaisia ilmauksia. Ilmaukset pelkistetään ja luokitellaan analyysirungon mukaisesti. (Janhonen 2003, 32.) Tämän jälkeen muodostetaan alakategorioita ja niistä yhdistellään yläkategorioita, lopputuloksena ovat pääkategoriat (Kankkunen yms. 2009, 137).

Analyysiyksikkönä käytimme lauseita, lauseen osaa tai sanoja. Kuten aikaisemmin kerroimme, haastattelussa emme tulkinneet haastateltavan ilmeitä tai naurahduksia, vain hänen kertomaansa. Analysoinnin aloitimme siten, että kumpikin luki aineiston läpi muutama kertaan, jonka jälkeen molemmat alleviivasivat aiheeseemme liittyvät ilmaisut. Tämän jälkeen kokoonnuimme ja yhdessä katsoimme läpi mitä ilmaisuja kumpikin oli alleviivannut ja pelkistimme ilmaisut kysymysryhmittäin. Seuraavaksi muodostimme yhtäläisille ilmaisuille alaluokat ja sen jälkeen yhtäläiset alaluokat yhdistettiin yläluokkiin. Yläluokat sijoitettiin pääluokkiin, joihin toimivat Erik Allardtin käsitteet having - loving - being. Esimerkki aineiston analysoinnista löytyy liitteestä 4.



## 6 Tulokset

Tutkimustulokset esitetään tutkimustehtävittäin. Kohdassa 6.2 esitetään haastateltavien ajatuksia lapsiperheiden hyvinvoinnista ja kohdassa 6.3 alla esitämme haastateltavien oman perheen sisäisiä hyvinvoinnin tekijöitä. Käytimme suoria lainauksia selkeyttämään tuloksia ja lisäämään tuloksien luotettavuutta.

### 6.1 Taustatiedot

Haastatteluihin osallistui neljä eri perheen vanhempaa. Haastateltavina olivat äiti, isä, isäpuoli sekä yksinhuoltajaäiti. Lasten ikä perheissä vaihteli 3-8 vuotiaisiin, kuitenkin kaikissa perheissä oli vähintään yksi alle kouluikäinen lapsi. Perheiden koko vaihteli 3-5 henkilöön. Vanhemmat kokivat omiksi rooleikseen olevansa äiti, isä, isäpuoli, yksinhuoltaja sekä pomo, johdosta vastaava, sekatyöläinen sekä helpommin periksi antava vanhempi.

### 6.2 Vanhempien kuvaukset lapsiperheiden yleisistä hyvinvoinnin tekijöistä

Vanhemmat kokivat yhtenä suurena lapsiperheiden hyvinvoinnin tekijänä perheen sosiaaliset suhteet. Tärkeää oli se, että perheellä löytyy oma turvaverkko, lapsilla on kavereita ja vanhemmilla löytyy omia ystäviä. Isovanhempien lähellä asuminen koetaan tärkeänä. Lasten hyvinvointi nousi myös tärkeäksi elementiksi, mutta kuitenkin korostettiin sitä, että itse vanhempienkin pitää voida hyvin, jotta perheestä ja kodista pystytään pitämään huolta. Koti on tärkeä elementti perheelle, se on turvapaikka, jossa saa olla vapaasti oma itsensä. Jokainen haastateltava joko opiskeli tai kävi töissä, mikä myös sisältyi kuuluvaksi osaksi hyvinvoinnin kokonaisuutta. Taloudellinen tilanne nähtiin myös hyvinvointia lisäävänä tekijänä. Lasten päivähoido mainittiin myös tärkeänä osana, mikä mahdollistaa vanhempien kouluttautumisen sekä työnteon. Päiväkotien hyvä yhteistyö vanhempien kanssa koetaan tärkeänä.

”...no tärkein osa siitä on lasten hyvinvointi, mutta tuo sehän on tosi, että vanhempien pittää voida hyvin, että pystyy pitämään jostakin huolta...”

### 6.3 Vanhempien kokemukset perheen sisäisistä hyvinvoinnin tekijöistä

Vanhemmat saivat kertoa mitä he itse halusivat oman perheensä hyvinvoinnin tekijöistä kysymyksiemme avulla. Jokainen vanhempi koki heidän perheensä hyvinvoinnin hyväksi. Monet kokivat arjen säännölliseksi mutta kiireiseksi, kuitenkin kiirettä ei koettu liian kuormittavana tekijänä. Olimme jäsentäneet kysymykset koostumaan eri kategorioihin hyvinvoinnin määritelmämme mukaan, joka oli Erik Allardtin having - loving - being.

#### 6.3.1 Elintaso (Having)

Kaikki vanhemmat joko opiskelivat tai kävivät töissä. Osa opiskelevista vanhemmista tekivät myös töitä koulun ohella. Vanhempien mahdollisista puolisoista jokainen oli työssäkäyvä. Työnteolla koettiin olevan positiivisia vaikutuksia hyvinvointiin, talous pyöri ja se pysyi hallinnassa. Työssäkäynnin ansiosta pystyi pitämään pientä hätävaraa kiperiä tilanteita varten. Elämässä oli myös säännöllinen rytmi sen myötä. Työssäkäynnillä oli myös muita hyvinvointia lisääviä tekijöitä. Jos työ oli mielekästä, siellä viihtyi ja sen katsottiin parantavan hyvinvointia. Työpaikalla tuli myös erilaisia sosiaalisia suhteita. Opiskelevia vanhempia motivoi opiskelu, koska he kokivat työllistyvänsä hyvin valmistumisensa jälkeen. Erilaiset tuet, kuten opintotuki, koettiin hyväksi. Nämä omalta osaltaan vähensivät taloudellista huolta, varsinkin jos kyseessä oli koulua käyvä vanhempi. Liitonpäiväraha oli osalle perheelle hyvä taloudellinen tuki, sen ansiosta pystyi viettämään enemmän aikaa perheen kanssa, koska sen avulla ei ollut välttämätöntä mennä kesällä töihin.

”Se vaikuttaa positiivisesti, meillä jokaisella on aamulla aina paikka, minne lähtä. Meillä on se säännöllinen rytmi ja ei oo vaa sitä kotona olemista, että se niinku vaikuttaa myöskin niitten sosiaalisten suhteitten kautta se.”

Kaikkia haastateltavat kokivat asuinsijaintinsa hyväksi, koska siellä oli kaikki tarvittavat palvelut lähellä, kuten kauppa, apteekki, koulu ja päiväkodit. Osalla perheellä kaverit asuivat lähellä. Osa koki asumismuotonsa tilapäiseksi ja haaveili isommasta asunnosta. Kuitenkaan tätä ei koettu hyvinvointia laskevana tekijänä.

”...siinä on kaikki kaverit ja palvelut ja koulut ja päiväkodit kaikki ihan niinku sadan metrin säteellä käytännössä nii, on hyvä, hyvä paikka.”

Haastateltavat kokivat perheenjäsentensä fyysisen terveyden pääosin hyvänä. Flunssa-aikoja perheet eivät kokeneet hyvinvointia laskevana tekijänä, koska ne kuuluvat normaaliin lapsiperhe-elämään. Vanhemmat kokivat lastensa vastustuskyvyn hyväksi, jonka ajattelivat auttavan siihen, etteivät lapset sairastele paljoa.

”...omasta mielestä ainakin hyväksi, että ei oo sen suuremmin mitä perus flunssat ja tuommosta, että ei sen isompia.”

Terveydenhuollon toimivuudesta erityisesti esiin nousivat neuvolapalvelut. Osa haastateltavista sanoivat todella hyväksi asiaksi sen, että heillä on pysynyt sama terveydenhoitaja läpi koko raskaus- ja lastenneuvola-ajan. Neuvolaterveydenhoitaja on ollut sellainen johon voi luottaa. Häneltä on voinut kysyä apua ja hän on puuttunut tilanteisiin hyvin. Myös työterveyshuolto, opiskelijaterveydenhuolto ja laadukas päivähoito nousivat esiin haastatteluissa. Päivähoidon hyvänä puolena nähtiin se, että se on laadukasta ja yhteistyö toimivaa. Siellä lapsi tutustui uusiin ihmisiin ja sai sitä kautta uusia kavereita.

”Neuvolahan täällä toimii tosi hyvin, ...kaikista parasta et on se sama terveydenhoitaja raskausajan ja lapsuusajanneuvolan...”

”...aina ollaan saatu apua, ku ollaan pyydetty. Et nii päivystyksessä ku sitten ihan niinku tuolla tk:n puolellaki.”

### 6.3.2 Ihmissuhteet (Loving)

Perheiden sosiaalsiin suhteisiin kuului isovanhemmat sekä vanhempien isovanhemmat, vanhempien sisarukset, vanhempien omat ja yhteiset ystävät ja kaverit, lasten kaverit, sukulaiset, lasten serkut sekä työkaverit. Erilaisista kerhoista ja harrastuksista syntyi myös uusia ihmissuhteita. Vanhemmat kokivat, että heillä on paljon sosiaalisia suhteita ympärillään.

”On sukua ja on ystäviä ja on perhettä ja ollaan mukana monessa ei toiminnassa. On kerhoja ja harrastuksia ja ihan joka suunnalta kaikkee.”

Kaikki haastateltavat kokivat sosiaaliset suhteet tärkeiksi. Niiden ansiosta perheet saivat arkeen erilaista tekemistä ja tukea. Haastateltavat kokivat tärkeäksi hyvinvoinnin tekijäksi tuki- ja turvaverkon. Tuki- ja turvaverkkoon kuului mahdollinen puoliso, isovanhemmat, vanhempien omat kaverit ja lasten kaverit sekä vanhempien sisarukset ja serkut. Sosiaalisissa suhteissa tärkeää oli niiden toimivuus ja luotettavuus, ajateltiin, että kaikki perustuu

niiden toimivuuteen. Toimiva parisuhde oli tärkeää, jolloin vanhemmat pystyivät keskenään puhumaan ongelmatilanteista ja antamaan tukea ja turvaa toisilleen. Työpaikalla olevat työkaverit koettiin tärkeäksi.

”Erittäin suuri, koska on semmonen tukiverkko. Että jos vähän horjuttaa nii siitä tulee se tuki nii, että pysytään pystyssä, ettei pääse kaatumaan ihan tosissaan.”

Tuki- ja turvaverkolta he saavat henkistä tukea ja turvaa. Isovanhempien antamaa hoitoapua arvostettiin paljon, se mahdollistaa vanhempien yhteisen ajan ja lapsen sairastuessa vanhempien työssä ja koulussa käynnin lyhyelläkin varoitusaajalla. Toisilta lapsiperheiltä ja isovanhemmilta saatu vertaistuki koettiin tärkeänä, heiltä pystyi kysymään neuvoa hankalissa tilanteissa. Omilta ystäviltä ja kavereilta vanhemmat sanoivat saavansa juttuseuraa ja heidän kanssaan pystyi puhumaan muistakin asioista kuin perheestä. Ystävien ja kavereiden kanssa oleminen koettiin erilaiseksi tekemiseksi arjen keskellä. He tsemppaavat vanhempia arjessa jaksamisessa. Myös vanhempien kaverit käyvät välillä jututtamassa ja kyläilemässä heidän luonaan. Yhtenä nykypäivän esillä olevana asiana nousi myös sosiaalisen median hyvät vaikutukset. Nykyisin erilaisissa sosiaalisen median kanavissa on perustettu hätäkahvit -ryhmiä, joista voi saada seuraa ja apua kiperiin tilanteisiin nopeasti.

”...mut jos ei ois vaikka omia vanhempia, keltä sitä kysys neuvoo.”

”... mulle ja miehelle on se, että saa oikeesti niitä aikuisten juttuja, niitä omia asioita purkaa.”

### 6.3.3 Vapaa-aika (Being)

Perheen yhteistä aikaa ei ollut helppo järjestää, koska moni vanhempi käy kolmivuorotöissä. Jos toinen vanhemmista oli töissä, lapset viettivät yhteistä aikaa toisen vanhemman kanssa. Koko perheen yhteistä aikaa kuitenkin järjestettiin aina kun se oli mahdollista. Iltaisin, kun koko perhe oli kotona, vietettiin yhteistä aikaa kotiaskareiden parissa ja ihan oleskelemalla yhdessä. Yhteistä aikaa he viettivät pääsääntöisesti ulkoillen, pulkkaamässä, pilkillä, makkaranpaistossa, metsästämisessä sekä lastenpuistossa käyden ja pihalla leikkien. Uimahallissa ja elokuvissa käynti olivat myös mukavaa ajanviettoa perheen kesken, mistä varsinkin lapset pitivät. Kotona perheet askartelivat esimerkiksi hamahelmillä, piirsivät, neuuloivat ja virkkasivat sekä leipoivat yhdessä. Perheet kävivät myös muiden perheiden, ystävien tai sukulaisten luona kylässä. Osa perheistä yritti tehdä yhteisiä

reissuja muutaman kerran vuodessa sekä viikonloppuisin pienempiä reissuja. Kesäisin tykättiin käydä hyvillä ilmoilla uimassa rannalla sekä mennä koko perheen kanssa mökkeilemään. Perheen yhteisen ajan he kokivat tärkeänä ja mukavana ajanviettona.

”...aina ku sää sallii nii yritetään lähtä uimaan ja ollaan pihalla porukassa ja mennä mökille.”

”...aina muutaman kerran vuodessa pyritään päästä jonnekki reissuun ihan autolla tai lentokoneella.”

Harrastemahdollisuudet Kajaanissa koettiin hyvänä, koska tarjolla on monipuolista tekemistä ja löytyy myös maksuttomia harrastemahdollisuuksia. Vanhemmille oli tärkeää, että lapset saavat itse päättää omat harrastuksensa. Lasten harrastuksiin kuuluivat käsityökerhot, erilaiset urheilulajit sekä muissa erilaisissa kerhoissa käyminen. Vanhempien harrastuksiin kuuluivat eri urheilulajit sekä metsästäminen ja kalastaminen. Harrastuksina olivat myös lukeminen ja neulominen.

”...vanhempi poika käy kokkikerhossa ja puutyökerhossa. Ja nyt hän aiko mennä kalastuskerhoon.”

Neljästä vanhemmasta kaksi oli kuullut perhekahviloista ja käyttänyt niitä lasten ollessa vielä pienempiä. Muita kolmannen sektorin palveluita, mitä oli käytetty, olivat erilaiset koko perheen tapahtumat. Seurakunnan kerhossa kävi yhden vanhemman lapsi. Myös kirjaston lukupiiriä oli käytetty. Nämä palvelut koettiin hyvinä ja tarpeellisina.

”No perhekahviloissa käytiin jossaki vaiheessa, silloin ku lapset oli pieniä, ku olin niitten kans kotona.”

## 7 Pohdinta

Tässä luvussa käsittelemme tutkimuksen tuloksien yhtenäisyyttä aiempiin samankaltaisiin tutkimuksiin nähden. Pohdimme myös tutkimuksen luotettavuutta sekä eettistä näkökulmaa. Lopuksi pohdimme omaa ammatillista kehittymistämme koko opinnäytetyöprosessin ajalta sekä mietimme mahdollisia jatkotutkimusaiheita.

### 7.1 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset

Hyvinvointi viittaa sekä yksilölliseen hyvinvointiin, että yhteistason hyvinvointiin. Suomalaisen hyvinvointi on keskimäärin mennyt myönteisempään suuntaan, kuitenkin väestöryhmien erot ovat kasvaneet. Koettua hyvinvointia mitataan yleensä elämänlaadulla. Siihen kuuluvat terveys, materiaallinen hyvinvointi sekä yksilön omat odotukset hyvästä elämästä, ihmissuhteet, omanarvontunto ja mieleinen tekeminen. Väestöryhmien erot ovat jokaisella osa-alueella suuret. (Hyvinvointi 2015.)

Vaikkakin väestön hyvinvoinnin kehittyminen on positiivista, väestön hyvinvoinnin pitämisessä hyvänä on edelleen olemassa suuria tulevaisuuden haasteita. Kuinka pidetään yllä sosiaali- ja terveystalouden eheys, yhteiskunnalliset vaikutukset väestön elintavoissa sekä köyhyys ja tuloerot väestössä. Lapsiperheiden taloudellisen tilanteen kiristyminen ja yksinhuoltajaperheiden heikentynyt asema sekä lastensuojelutarpeen yleistyminen ovat huolestuttavia. Suuria haasteita luovat myös väestön lihavuuden ja siihen liittyvien sairauksien yleistyminen sekä alkoholin kulutuksen kasvu, kuitenkin unohtamatta edelleen jatkuvaa työttömyyttä ja työelämästä syrjäytymistä. (Sosiaali- ja terveystalouden 2010, 7.)

Törrösen (2012, 155, 159 - 162) mukaan hyvät sosiaaliset suhteet helpottavat ja tukevat arjen kulkua ja tuovat sen mukana vaihtelua päivärytmiin. Läheiset välit isovanhempiin lisäävät hyvinvointia. Tällöin on helppo pyytää heiltä apua ja saada apua pyytämättä. Isovanhempien hoitaessa lapsia, vanhemmilla on aikaa kahdenkeskisiin hetkiin. Myönteinen tuki vahvistaa osaltaan vanhemmuutta. Suku antaa perheelle sosiaalista, henkistä sekä taloudellista tukea. Toimivat ihmissuhteet antavat voimia ja iloa arkeen. Haastatteluissa saamamme tulokset vahvistavat näitä asioita. Monet kokivat isovanhempien tuen tärkeäksi, heiltä saa hoitoapua kiperissäkin tilanteissa. Heiltä myös saa neuvoja arkeen sekä henkistä tukea.

Parisuhteessa tyytyväisyys on tärkeää lapsiperheissä, on tärkeää saada puolisoilta tukea ja turvaa. Myös koko perheen yhteinen aika ja vanhempien riittävä yhteinen aika ovat edellytys hyvään hyvinvointiin. Vanhemmat kokevat tasaisesti jaettujen kotitöiden lisäävän tyytyväisyyttä, se vähentää riitoja parisuhteessa. (Lammi-Taskula yms. 2009, 55 - 56.) Samankaltaisia asioita nousee esiin myös meidän opinnäytetyössä. Toimiva parisuhde on tärkeää, koska silloin pystyy keskustelemaan haastavistakin asioista kumppanin kanssa. Perheen yhteinen aika koetaan tärkeänä ja se on mukavaa tekemistä. Vanhemmat yrittävät viettää aikaa lastensa kanssa mahdollisimman paljon ja tehdä asioita joista lapset pitävät.

Lapsiperheillä työssä käyminen on välttämätöntä toimeentulon takia, tämä lisää perheiden hyvinvointia, kun rahahuolet vähenevät. Työssäkäynnillä on muitakin positiivisia tekijöitä, se voi olla ihmiselle mielekästä tekemistä, jossa hän voi toteuttaa itseään. Työpaikalla solmitaan myös uusia ja erilaisia sosiaalisia suhteita. Työssäkäyvien vanhempien arjen sujuvuutta lisäsi työajan joustavuus, kesken työpäivän pystyi menemään hoitamaan omia asioita. (Lammi-Taskula, Karvonen & Ahlström 2009, 44 - 46.) Opinnäytetyössämme käy ilmi myös, että työssäkäynti on hyvinvointia lisäävä tekijä. Se vähentää rahahuolia ja tämän ansiosta talous pysyy kasassa. Työpaikoilla näkee muita ihmisiä. Hyvinvointia lisää myös se, jos työ koetaan mielekkäänä tekemisenä.

Opinnäytetyössämme käy ilmi, että jokainen haastateltava on tyytyväinen oman kotinsa sijaintiin. Hyvänä pidettiin sitä, että kaikki palvelut ovat lähellä. Myös Törrösen (2012, 85) mukaan, lapsiperheiden kodin tyytyväisyyteen vaikuttavat esteettisyys, luonnon läheisyys, rauhallisuus ja turvallisuus, ulkoilumahdollisuudet, naapurusto sekä palvelujen läheisyys.

Sairastelu perheessä vähentää hyvinvointia. Lapsiperheillä ovat yleisiä taudit, jotka tarttuvat helposti toisiin ihmisiin, korvatulehdukset, allergiat, atooppinen ihottuma sekä astma. Ne rasittavat osaltaan arkea ja vanhempien huoli sekä väsymys kasvavat. Lasten sairastellessa vanhempien huomio kiinnittyy suuresti lapseen, tämä osaltaan aiheuttaa kotitöiden kasautumista ja sosiaalisten kanssakäymisten vähentymistä. (Törrönen 2012, 88 – 89.) Vanhemmat kokevat perheenjäsentensä olevan terveitä, kenelläkään haastateltavan perheessä ei ollut pitkäaikaissairauksia, tai ne eivät ainakaan käyneet ilmi. Normaalilla flunssaa ei koeta perhettä suuresti rasittavana tekijänä. Lapsiperheiden hyvinvointi 2014 (2014, 160) tutkimuksessa käy myös ilmi, että vanhemmat kokevat lastensa terveyden hyväksi, vaikkakin heillä voi olla välillä tulehdussairauksia.

Lastenneuvolapalveluita käyttävät pitävät neuvolan saatavuutta hyvänä. Tyytymättömiä ollaan terveystalouteen, kuten terveyskeskuksen vastaanottoon. Suurin osa äideistä pitävät äitiys- ja lastenneuvolasta, päivähoidosta tai esiopetuksesta, kouluterveyden huollosta sekä terveyskeskus tai sairaalan lääkäriltä saamaansa tukea riittävänä. Äidit kokevat niiden palvelut kaikille avoimina sekä niiden saatavuus on hyvä. (Lapsiperheiden hyvinvointi 2014, 232 - 233.) Lastenneuvolapalvelut koetaan hyvänä opinnäytetyössämme. Parhaana puolena on ollut se, että koko äitiys- ja lastenneuvola-ajan on sama terveydenhoitaja. Päivähoitoakin pidetään laadukkaana ja hyvänä. Perheet kokevat saavansa apua aina, kun he sitä tarvitsevat.

Jokainen haastateltava kuvasi samanlaisia hyvinvoinnin tekijöitä; terveyttä, taloudellista tilannetta sekä sosiaalisia suhteita korostettiin. Kukaan ei kuvannut toisen kuvaamaa hyvinvoinnin tekijää kuormittavana tai huonona. Yksinhuoltaja äitikin koki perheensä hyvinvoinnin hyvänä, vaikka joutuu pyörittämään arkea yksin. Tämän pohjalta voimme sanoa, että perheet kokivat hyvinvoinnin yhtä hyvänä. Tuloksien pohjalta voimme myös sanoa sen olevan tärkeää, että luotettavia sosiaalisia suhteita löytyy läheltä. Silloin heiltä saa helposti hoitoapua sekä arkeen sisältyy erilaista tekemistä, kun tapaa muita ihmisiä. Hyvällä taloudellisella tilanteella on suuri merkitys. Huolia on vähemmän, kun ei joudu miettimään rahan riittävyyttä. Tuloksia tarkastellessamme voimme todeta, että Lehtikangas on asuinalueena hyvä lapsiperheille, koska sieltä löytyy kaikki tarvittavat palvelut läheltä. Kajaanin Lehtikankaan päiväkodit ja neuvola lisäävät omalta osaltaan hyvinvointia, ne ovat laadukkaita ja niihin voi luottaa. Neuvolan terveydenhoitaja on sellainen, jolta voi kysyä aina neuvoa, jos on tarvista.

## 7.2 Tutkimuksen luotettavuus

Kun tehdään tutkimusta, silloin voidaan puhua myös laaduntarkkailusta eri vaiheissa tutkimusta. Tämä on tärkeää varsinkin, kun tutkimusmenetelmänä on haastattelu. (Hirsjärvi yms., 2001, 184 - 185.) Jos tutkimusta tekee yksin, voi tulla sokeaksi omalle tekstilleen, tätä voidaan kutsua holistiseksi harhaluuloksi. Tällöin tutkimusprosessin kuluessa tutkija on kokon ajan vakuuttuneempi omasta johtopäätöksestään, vaikkei näin välttämättä ole. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen, 2013, 197.) Opinnäytetyön teimme kahdestaan, jolloin sokaistuminen omalle tekstille oli vähäisempää, kun toinen parista luki toisen kirjoittamaa tekstiä ja pystyi esittämään sen avulla korjausehdotuksia. Suunnitelmavaiheessa luetutimme opettajalle tekstiämme useamman kerran, varsinaisen opinnäytetyön aikana



luetutimme sen kerran kahta viikkoa ennen varsinaista palauttamista, jonka jälkeen korjasimme ja lisäsimme tekstiä.

Aineistonkeruuvaiheessa laatua voidaan parantaa tekemällä hyvä haastattelurunko sekä miettiä valmiiksi lisäkysymyksiä. Luotettavuutta lisää, että haastattelijat ymmärtävät haastattelurungon samalla tavalla. Kun aineistoa litteroidaan, tulee huomioida, että se tapahtuu alussa ja lopussa samalla tavalla. Jos litterointia tekee monta eri ihmistä, heillä kaikilla tulee olla sama tapa litteroida. (Hirsjärvi yms., 2001, 184 - 185.) Haastattelurungon sisältöä mietimme yhdessä toimeksiantajan kanssa ja muokkasimme sen hänen toiveidensa mukaiseksi. Tekstin litteroinnissa noudatimme koko ajan samanlaista metodologiaa, jolloin tapa ei muuttunut ja litteroitu aineisto oli samanlaatuista.

Laadullisen tutkimuksen arviointikriteereitä ovat muun muassa uskottavuus, vahvistettavuus, siirrettävyys ja reflektiivisyys. Uskottavuudella tarkoitetaan tutkimuksen ja sen tuloksien uskottavuutta ja niiden osoittamista tutkimuksessa. Tulokset tulee myös kuvata niin selkeästi, että lukija ymmärtää kuinka analyysi on tehty ja mitkä ovat tutkimuksen vahvuudet ja rajoitukset. Vahvistettavuus näkyy niin, että toinen tutkija pystyy seuraamaan koko prosessin kulkua pääpiirteissään. Siirrettävyyttä kuvaa se, että tutkimustulokset on mahdollista siirtää muihin vastaaviin tilanteisiin. On myös annettava riittävästi tietoa tutkimukseen osallistujista ja ympäristöstä. Reflektiivisyys on tutkijan tietoisuutta omista lähtökohdistaan ja kuinka hän vaikuttaa tutkittavaan aineistoon. (Kankkunen yms. 2009 160, Kylmä & Juvakka 2007, 127 - 129.) Opinnäytetyössämme olemme pyrkineet kuvaamaan tuloksemme ja käytetyt metodit mahdollisimman tarkasti. Kuitenkaan kumpikaan ei ole ennen tehnyt yhtä laajaa työtä, joten se voi vaikuttaa selkeyteen alentavasti. Uskomme, että saadut tulokset ovat siirrettävissä myös muihin kaupunkeihin. Varsinkin kun hyvinvoinnista on tehty ennenkin tutkimuksia ja niiden tulokset ovat olleet samankaltaisia. Luimme paljon hyvinvointiin liittyviä tutkimuksia, joten molemmilla on ollut kuva siitä mitä lapsiperheiden hyvinvointiin kuuluu. Sen takia meillä on voinut olla ennakkokäsitys asiasta ja haastattelurungon kysymykset ovat voineet johdatella siihen.

Laadullisten tutkimusten aineistot ovat yleensä hankittuja, näitä tapoja ovat vapaamuotoiset haastattelut tai keskustelut. Haastattelussa on tarkoituksena saada tutkittavan oma näkemys tutkittavasta asiasta, tällöin on tärkeää, että kysymykset ovat laajoja eikä suppeita. Jos kysymykset ovat suppeita, tällöin tutkittavan näkemys asiasta saattaa jäädä pois. Luotettavuutta lisää myös se, että haastateltava tietää kyseistä asiasta tai hänelle on kyseinen tapahtuma tapahtunut aiemmin. (Paunonen & Vehviläinen-Julkunen 1997, 216 - 217.) Haastateltavat hankimme sen mukaan, että heillä on 3-6-vuotias lapsi/lapsia. Opinnäytetyön tiedotteessa luki selkeästi, minkä ikäisiä lapsia haastateltavilla tulisi olla,

jotta he voivat osallistua. Tämän ansiosta haastateltavilla on ollut kokemus tutkittavasta asiasta. Haastattelurungon kysymykset olivat avoimia kysymyksiä, joten haastateltavan oma näkemys asiasta tuli esille.

Analysoinnin luotettavuutta lisää riittävä määrä alkuperäisiä ilmauksia, jossa luotettavuus näkyy alkuperäistenilmauksien ja analysoinnin yhteensopivuudessa (Paunonen yms. 1997, 219). Tutkimustuloksia esittäessä lisäsimme väliin alkuperäisiä ilmauksia. Tämä sekä elävöittää tekstiä, että ilmaisee analysoinnin ja alkuperäisilmauksien yhteensopivuuden.

### 7.3 Tutkimuksen eettisyys

Kaiken tieteellisen toiminnan pääkohtana on tutkimuksen eettisyys (Kankkunen yms. 2009, 172). Tutkimuksen eettisyyttä tulee miettiä jo tutkimusaihetta valittaessa. Tulee miettiä millainen merkitys sillä voi olla yhteiskunnallisesti ja jos tutkimukseen osallistuu ihmisiä, kuinka se voi vaikuttaa heihin. Tutkijan on pyrittävä minimoimaan mahdolliset haitat, joita tutkittaville voi tulla. Tutkimukseen osallistuminen tulee olla vapaaehtoista. Tutkittavilla tulee olla mahdollisuus esittää kysymyksiä tutkimukseen liittyen ja keskeyttää tutkimus sekä kieltäytyä antamasta tietoaan. Osallistumisesta tutkimukseen pitää olla tietoinen suostuminen. Tämä tarkoittaa sitä, että tutkittava tietää millainen on tutkimuksen luonne, siitä miten tutkimustuloksia käytetään, säilytetään sekä tietää tutkimuksen julkaisemisesta. Nämä asiat kerrotaan tutkittavalle saatekirjeessä. Vasta tämän jälkeen tutkittava voi allekirjoittaa suostumuslomakkeen. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen, 2013). Ennen haastattelua voi tulla esiin joitakin ristiriitoja. Ne voivat syntyä siitä, kuinka paljon tutkija kertoo tutkimuksen luonteesta siihen osallistuville. Tutkittavien tulee saada riittävästi tietoa, mutta tieto ei saa vaikuttaa haastattelun vastauksiin eikä tutkimuksen luotettavuuteen. Haastattelunauhurin käyttöä ei kannata piilotella, vaan tutkittavalla on oikeus saada riittävästi tietoa tutkimuksen kulusta ja siihen käytettävistä apuvälineistä (Paunonen yms. 1997, 30).

Haastateltavat suostuivat vapaaehtoisesti haastatteluun ottaen meihin yhteyttä ja kertomalla kiinnostuksensa osallistua haastatteluun mukaan. Ennen haastattelun alkua kerroimme, että haastateltava voi olla osallistumatta tai keskeyttää haastattelun missä vaiheessa tahansa, ilman syyntä kertomista. Haastateltava sai allekirjoitettavaksi suostumuslomakkeen, jossa kerroimme opinnäytetyömme julkaisemisesta Theseus -julkaisuarkistossa valmiina työnä. Kerroimme myös, että haastattelu äänitetään puhelimen avulla sekä

haastattelumateriaalia käytämme aineistona opinnäytetyössä. Haastateltaville kerroimme, ettei heidän henkilöllisyyttään tule esiin eikä aineistoja luovuteta ulkopuolisille tahoille.

Tutkijan tulee huolehtia tarkasti tutkittavien anonymiteetista. Tällä tarkoitetaan sitä, ettei tutkimustietoja luovuteta kenellekään ulkopuoliselle. Tutkimustuloksia lainattaessa tekstissä tulee pohtia, tuleeko murrekieli kääntää yleiskielelle. Tutkittavien nimet tulee olla vain tutkijalla itse tiedossa. Haastattelut voi koodata numeroin, jos on tarvis uusintahaastatteluun. Oikeudenmukaisuus tutkimustyössä tarkoittaa sitä, että kaikki tutkittaviksi päätyneet ovat tasa-arvoisia. Tämä tulee erityisesti esiin hoitotieteen tutkimuksissa, joissa tutkimuskohteina ovat useimmiten terveydenhuollon palveluita käyttävät ja tutkimuksen tekijöinä terveydenhuollon ammattilaiset. Tutkittavat voivat kokea alistuneisuutta terveydenhuollon ammattilaisiin verrattuna. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 179 - 180.)

Opinnäytetyössämme haastateltavat eivät pysyneet meille anonyymeina, koska teimme tutkimuksen haastatteluna. Kuitenkaan itse haastattelussa ei käynyt ilmi mitään henkilötietoja, lukuun ottamatta suostumuslomakkeen allekirjoitusta. Aineiston, jota olimme keränneet paperille, hävitimme asianmukaisesti polttamalla. Myös sähköiset tiedostot poistimme asianmukaisesti kaikista tiedostoistamme ja tietokoneiltamme.

Epärehellisyyttä on vältettävä tutkimuksen jokaisessa vaiheessa. Toisen tekijän tekstejä ei saa plagioida. Lainattaessa suoraan jonkun tekstiä on siihen tehtävä asianmukainen lähdemerkintä. Tutkija ei myöskään saa plagioida omia aikaisempia tekstejään. Saatuja tuloksia ei tule yleistää ilman perusteita, eikä tuloksia saa sepittää. Raportoinnin tulee olla selkeä eikä se saa olla harhaanjohtavaa tai puutteellista. (Hirsjärvi yms. 2001, 25 - 27).

Tutkimuksen eettisyyttä on tutkijan itsensä kehittäminen sekä tarpeen vaatiessa neuvojen ja ohjauksen hakeminen, jos ei tiedä kuinka toimia seuraavaksi. Myös tutkimustehtävien ja menetelmien oikea valinta on osa eettistä työskentelyä. Eettisyyttä hoitotieteellisissä tutkimuksissa on yhteistyö muiden tutkijoiden kanssa sekä kritiikin vastaanottaminen. (Paunonen yms. 1997, 32.) Opinnäytetyön suunnitelmavaiheessa kävimme säännöllisesti ohjaavan opettajamme sekä toimeksiantajamme luona kysymässä neuvoja ja ohjausta, miten jatkaa eteenpäin ja mitä asioita tulisi korjata toisin. Olimme myös tekemisissä vertaistemme sekä muiden ryhmäläistemme kanssa, kysyimme apuja ja saimme vertaistukea muilta samassa tilanteessa olijoilta.

#### 7.4 Ammatillisen osaamisen kehittyminen ja jatkotutkimusaiheet

Valmistumme terveydenhoitajiksi, joten opinnäytetyö antoi meille hyvää tietoa perheiden hyvinvoinnista sekä mitä siihen sisältyy. Terveydenhoitajan työkenttä on todella laaja, joten luultavasti kumpikin meistä tulee jossakin vaiheessa työskentelemään perheiden parissa, jolloin varmasti tulee esiin hyvinvointi ja sen osa-alueet. Opinnäytetyömme antaa valmiuksia ymmärtää hyvinvointia ja sen kokonaisuutta paremmin, joten asiakkaiden auttaminen ja neuvominen ovat aiempaa helpompaa, kuin ennen näihin asioihin perehtymistä. Opinnäytetyö auttaa kasvattamaan meidän ammatillista kehittymistämme jo koulu-aikana.

Sairaan- ja terveydenhoitajan koulutuskohtaiset osaamistavoitteet (kompetenssit) ohjaavat meitä koko opiskeluajan. Ne yhdistyvät hyvin myös tässä opinnäytetyössä. Eettisyys on suuressa roolissa tässä opinnäytetyössä. Meillä on jo koulutuksenkin puolesta salassapitovelvollisuus, mikä korostui opinnäytetyötä tehdessä. Oman oppimisen taidot kehittivät paljon, opimme hankkimaan luotettavaa tietoa ja katsomaan eri tietolähteitä kriittisesti. Myös vastuun ottaminen ja ryhmätyöskentelytaidot kehittivät koko prosessin ajan. Vaadittiin paljon joustamista ja ajanhallintataitoa, jotta saatiin sovittua aikataulut sopiviksi. Opinnäytetyö lisäsi valmiuksiamme toimiessamme eri työyhteisöjen ja toimijoiden kanssa, mikä liittyy olennaisesti työyhteisöosaamisen kompetenssiin. Ongelmilta emme säästyneet matkan aikana, mutta siinä vaadittiin meiltä kärsivällisyyttä ja ongelmanratkaisukykyä, joka kuuluu innovaatio-osaamisen kompetenssiin. Englanninkielisiä lähteitä etsiesämme kielitaitomme parani ja opimme etsimään luotettavia lähteitä vieraalla kielellä, minkä voisi liittää kansainvälistymisosaamisen kompetenssiin. (Opinto-opas 2018.)

Opinnäytetyömme ansiosta toimeksiantajamme saa toivottavasti arvokasta tietoa tämänhetkisestä lapsiperheiden hyvinvoinnista ja terveydestä. Näiden avulla he voivat kehittää ja parantaa näitä hyvinvoinnin tekijöitä entisestään. Terveydenhoitajien omista kompetensseista terveyttä edistävä terveydenhoitajatyö liittyy tähän opinnäytetyöhömme, koska olimme koko ajan terveyden ja hyvinvoinnin asioiden äärellä ja perehdyimme näihin asioihin paljon.

Kehitettäväksi jäi se, että haastateltavien löytäminen oli meille vaikeaa ja se vei meiltä paljon aikaa. Tämä omalta osaltaan vähensi opinnäytetyön tekemisen motivaatiota. Nyt jos ajattelemme mitä olisimme tehneet toisin, niin meidän olisi pitänyt olla aktiivisempia silloin, kun yritimme saada haastateltavia päiväkodeista. Meillä olisi kannattanut ensin

nähdä päiväkodin henkilöstöä ja sitä kautta sopia, kuinka markkinoisimme opinnäytetyötämme vanhemmille. Kuitenkin olemme tyytyväisiä siihen, että saimme neljä vanhempaa haastatteluihin, koska neljän vanhemman haastattelu oli meidän tavoitteenamme.

Samasta aiheesta tehtiin samaan aikaan opinnäytetyö lapsiperheiden hyvinvoinnista esi-kouluikäisten mukaan. Aineiston opinnäytetyöhön tekijät hankkivat saduttamalla. Jatko-tutkimusaiheena voisi olla tutkia koko Kajaanin lapsiperheiden hyvinvoinnin tekijöitä. Olisi mielenkiintoista saada tietää, koetaanko muissakin Kajaanin kaupungin alueilla saman-laisia hyvinvoinnin tekijöitä ja onko asuinalueittain eroavaisuuksia hyvinvoinnissa. Toinen mielenkiintoinen aihe olisi tutkia hyvinvointia heikentäviä tekijöitä ja millaista tukea lapsi-perheet toivoisivat näihin. Tällöin voitaisiin pohtia, kuinka näitä tekijöitä voitaisiin parantaa.

## Lähteet

- 3 - 4v. (2017). Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 8.3.2018. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/3-4-v/>.
- 3 - 4 vuotiaan nukkuminen. (2017). Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 18.2.2018. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/3-4-v/3-4-vuotiaan-nukkuminen/>.
- 5 - 6v. (2017). Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 8.3.2018. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/5-6-v/>.
- Allardt, E. (1976). Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Porvoo: Werner Söderström Osakeyhtiön laakapaino.
- Bardy, M. (2009). Hyvinvoinnin ulottuvuudet – perheen ja yhteiskunnan suhteissa. Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Yliopiston kirjapaino. Helsinki.
- Definition of the family. (n.d.). United families international. Viitattu 18.2.2018. <http://unitedfamilies.org/uncategorized/definition-of-the-family/>.
- Elämää alle kouluikäisen kanssa. (2018). Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 18.2.2018. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/elamaa-alle-kouluikaisen-kanssa/>.
- Esiopetus. Kajaanin kaupunki. Viitattu 15.5.2017 <http://www.kajaani.fi/fi/palvelut/opetus-ja-koulutus/esiopetus>.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (2001). Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopainos.
- Hirsjärvi, H., Remes, P. & Sajavaara, P. (2007). Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusyhtiö Tammi.
- Hyvinvointi. (2015). THL. Hyvinvointi- ja terveyserot. Viitattu 18.3.2018. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>.
- Janhonen, S. (2003). Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Kainuun lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2014-2015. Viitattu 18.3.2018. <http://docplayer.fi/5063111-Kainuun-lasten-ja-nuorten-hyvinvointisuunnitelma-2014-2015.html>.

Kainuun piiri. Mannerheimin lastensuojeluliiton Kainuun piiri. Viitattu 27.5.2017. [https://kainuunpiiri.mll.fi/kainuun\\_piiri/](https://kainuunpiiri.mll.fi/kainuun_piiri/).

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. (2009). Tutkimus hoitotieteessä. Sanoma Pro. Helsinki.

Karling, M., Ojanen, T., Sivén, T., Vihunen, R. & Vilén, M. (2009). Lapsen aika. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Ketola, E. & Kurjenrauma, K. Vanhemmuuden roolit. THL. Viitattu 29.5.2017. <https://www.thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/tietopaketti/monimuotoiset-perheet/uus-perhe/vanhemmuuden-roolit>.

Kolmas sektori. Polku. Viitattu 20.6.2017. <http://www.polkuohjausmalli.fi/ohjaajan-avuksi/tyokalupakki/jarjestot-ja-vapaaehtoistoiminta/>.

Kouluille ja kasvattajille. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 27.5.2017. <https://www.mll.fi/kasvattajille/>.

Kylmä, J & Juvakka, T. 2007. Laadullinen terveystutkimus. 1. painos. Helsinki: Edita Prima Oy.

Lammi-Taskula J., Karvonen, S. & Ahlström S. (2009). Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Lammi-Taskula, J. & Karvonen, S. (2014). Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Tampere: Suomen Yliopistopaino Oy.

Lapsi aloittaa päivähoiton. (2017). Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 8.3.2018. <https://www.mll.fi/vanhemmille/vinkkeja-lapsiperheen-arkeen/lapsi-aloittaa-paivahoidon/>.

Lapselle ja perheelle. Kajaanin seurakunta. Viitattu 29.5.2017 <http://www.kajaaninseurakunta.fi/ryhmat/lapselle-ja-perheelle>.

Lapsiperheiden kotipalvelu. Kainuun sote. Viitattu 15.5.2017. <https://sote.kainuu.fi/lapsiperheiden-kotipalvelu>.

Lapsen kasvu ja kehitys. (2017). Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 18.2.2018. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/>.

Lastenhoitotoiminta. Mannerheimin lastensuojeluliiton Kainuun piiri. Viitattu 27.5.2017. <https://kainuunpiiri.mll.fi/perheille/lastenhoitotoiminta/>.

Lehmuskoski, Antero & Kuusisto-Niemi, S. (2008). Sosiaalialan sanasto asiakastietojärjestelmää varten. <http://julkari.fi/bitstream/handle/10024/76344/R30-2008-VERKKO.pdf?sequence=1>.

Maahanmuuttajaperheet. Väestöliitto. Viitattu 29.5.2017. [http://www.vaestoliitto.fi/tieto\\_ja\\_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja/maahanmuuttajat/maahanmuuttajaperheet/](http://www.vaestoliitto.fi/tieto_ja_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja/maahanmuuttajat/maahanmuuttajaperheet/).

Meaning of family. Lovetoknow. (n.d.) Viitattu 18.2.2018. <http://family.lovetoknow.com/about-family-values/meaning-family>.

Mitä perheasioiden sovittelu on?. Kajaanin seurakunta. Viitattu 30.3.2018. [http://www.kajaaninseurakunta.fi/documents/1669263/3185624/Perheasiain\\_sovitteluesite\\_2014\\_Kainuu.pdf/760f1b74-2e9e-4257-b208-b9d1bf9e7190](http://www.kajaaninseurakunta.fi/documents/1669263/3185624/Perheasiain_sovitteluesite_2014_Kainuu.pdf/760f1b74-2e9e-4257-b208-b9d1bf9e7190)

MLL edistää lapsiperheitten hyvinvointia. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 27.5.2017. <https://www.mll.fi/mll/>.

Oinonen, E. (2013). Jätöksiä kynttilän valossa. – Perheen hyvinvointia lapsen näkökulmasta. AMK-opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201304295557>.

Opinto-opas 2018. Kajaanin Ammattikorkeakoulu. Viitattu 18.3.2018. <http://opinto-opas.kamk.fi/index.php/fi/68146/fi/68089>.

Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen, K. (1997). Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Werner Söderström Osakeyhtiö.

Perheille. Mannerheimin lastensuojeluliiton Kainuun piiri. Viitattu 27.5.2017. <https://kainuunpiiri.mll.fi/perheille/>.

Perhekahvilatoiminta. Mannerheimin lastensuojeluliiton Kainuun piiri. Viitattu 27.5.2017. <https://kainuunpiiri.mll.fi/perheille/perhekahvilatoiminta/>.



PerheKainuu- hanke 2016-2018. Mannerheimin lastensuojeluliiton Kainuun piiri. Viitattu 27.5.2017. <https://kainuunpiiri.mll.fi/hankkeet/perhekainuu-hanke-2016-2018/>.

Perhekummitoiminta. Mannerheimin lastensuojeluliiton Kainuun piiri. Viitattu 27.5.2017. <https://kainuunpiiri.mll.fi/perheille/perhekummitoiminta/>.

Perheneuvola. Kainuun sote. Viitattu 15.5.2017. <https://sote.kainuu.fi/palvelut/perheneuvola>.

Perusopetus. Opetushallitus. Viitattu 15.5.2017. [http://www.oph.fi/koulutus\\_ja\\_tutkinnot/perusopetus](http://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/perusopetus).

Routio, P. (2006). Tuotetiede- tuotteiden kehittämistä avustava tutkimus. Internetpainos. Viitattu 2.6.2017. <http://www.uiah.fi/projekti/metodi/kirja.pdf>.

Ruokolainen, A. (2013). Terveystieteiden tutkimusta lapsiperheiden hyvinvoinnista. AMK-opinnäytetyö. Karelia-ammattikorkeakoulu. [www.urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013102816364](http://www.urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013102816364).

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. (2006). KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto (verkkajulkaisu). Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietovarasto. Viitattu 20.5.2017. [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_3\\_2.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_2.html).

Sateenkaariperheet ry. Viitattu 5.5.2017. <http://www.sateenkaariperheet.fi/index.php?item=68>.

Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus 2010. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 18.3.2018 <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72881/URN%3aNBN%3afi-fe201504223341.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Toiminta ja projektit. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 27.5.2017. <https://www.mll.fi/mll/toiminta/>.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2002). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Törrönen, M. (2012). Onni on joka päivä. Lapsiperheiden arki ja hyvinvointi. Gaudeamus. Helsinki.

Vaarama, M., Karvonen, S., Kestilä, L., Moisio, P. & Muuri, A. (2014). Suomalaisten hyvinvointi 2014. Terveystieteiden tutkimuskeskus 2014. Helsinki.

Vanhemmuuden roolikartta. Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä. Viitattu 2.6.2017. <http://www.vslk.fi/index.php?id=19>.

Vanhempien huoli jaksamisesta. Väestötutkimukset. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Viitattu 20.8.2017. <https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/lapsiperhekysely/tuloksia/vanhempien-huoli-jaksamisesta>.

Varhaiskasvatus. (2017). Kajaanin kaupunki. Viitattu 15.5.2017. <http://www.kajaani.fi/fi/palvelut/varhaiskasvatus>.

Varhaiskasvatus. Opetushallitus. Viitattu 29.5.2017. [http://www.oph.fi/koulutus\\_ja\\_tutkinnot/varhaiskasvatus](http://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/varhaiskasvatus).

Vuoropäivähoito. (2016). Kajaanin kaupunki. Viitattu 5.5.2017. <http://www.kajaani.fi/fi/palvelut/vuoropaivahoito>.

## Liitteet

Tiedote opinnäytetyöstä Kajaanin Ammattikorkeakoulun henkilöstölle sekä opiskelijoille

Olemme Jasmine Lappalainen ja Tiina Pöllänen, kolmannen vuoden terveydenhoitaja-opiskelijoita Kajaanin Ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötä, jonka aiheena on Lapsiperheiden hyvinvointi. Tilaajana meillä on Mannerheimin Lastensuojeluliitto Kainuun Piiri ry. Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää Kajaanin Lehtikankaan 5-6 vuotiaiden vanhempien kokemuksien mukaan yleisesti perheiden hyvinvoinnin tekijät sekä oman perheen hyvinvoinnin tekijät. Opinnäytetyö tehdään PerheKainuu -hankkeelle, jonka tavoitteena on tukea laajasti perheiden hyvinvointia sekä vanhemmuutta. PerheKainuu -hanke sijoittuu vuosille 2016-2018.

Osallistumalla opinnäytetyöhön vanhemmat voivat tuoda esille sekä yleisesti että oman perheen positiivisia hyvinvoinnin tekijöitä. Mannerheimin Lastensuojeluliitto Kainuun Piiri ry toivoo saavansa opinnäytetyön avulla uutta ja ajantasaista tietoa lapsiperheiden hyvinvoinnin tekijöistä, jonka avulla he voivat tukea näitä asioita paremmin.

Toivomme saavamme neljä (4) haastateltavaa vanhempaa, joilla on 5-6 vuotias lapsi/lapsia. Jokaisen haastateltavan kanssa sovitaan aika, jolloin yksilöhaastattelut toteutetaan. Haastattelut toteutetaan teemahaastattelumenetelmää käyttäen, jolloin haastattelut äänitetään. Haastatteluissa mukana ovat molemmat opinnäytetyön tekijät sekä haastateltava. Haastattelut on tarkoitus toteuttaa helmikuussa 2018. Haastattelut ovat luottamuksellisia eikä aineistoa luovuteta ulkopuolisille. Opinnäytetyössä ei selviä haastateltavien henkilöllisyys.

Opinnäytetyöhön haastateltavaksi osallistuminen on vapaaehtoista ja voit missä tilanteessa vain peruuttaa osallistumisesi. Jokainen haastateltava allekirjoittaa suostumuslomakkeen ennen haastattelun aloittamista.

Olemme kiinnostuneita kuulemaan teidän näkemyksenne tämän hetkisistä hyvinvoinnin tekijöistä. Tämän opinnäytetyön avulla tuemme myös meidän ammatillista kasvuamme tulevaan työhömmme. Voit kysyä lisää opinnäytetyöstä meiltä sekä ilmoittautua vapaaehtoiseksi haastatteluun sähköpostitse.

Ystävällisin terveisin

Jasmine Lappalainen & Tiina Pöllänen

## Suostumusasiakirja

Minulle on kerrottu opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite. Opinnäytetyön tekijöinä ovat Jasmine Lappalainen ja Tiina Pöllänen, Kajaanin Ammattikorkeakoulusta. Tilaajana opinnäytetyölle on Mannerheimin Lastensuojeluliitto Kainuun Piiri ry. Osallistumiseni on vapaaehtoista ja tiedän voivani keskeyttää tutkimukseen osallistumiseni, ilmoittamalla tekijöille. Tiedän, että opinnäytetyö tullaan julkaisemaan Theseus -julkaisuarkistossa.

Suostun opinnäytetyöhön haastateltavaksi ja annan luvan äänittää haastattelun sekä käyttää haastattelumateriaalia aineistona opinnäytetyössä. Aineistoja ei luovuteta ulkopuolisille eikä henkilötietoja tule esille opinnäytetyössä.

**Allekirjoituksella vahvistan osallistumiseni opinnäytetyöhön vapaaehtoiseksi haastateltavaksi.**

---

Allekirjoitus Päivämäärä

---

Nimenselvennys

Allekirjoitettu ja alkuperäinen suostumusasiakirja jää opinnäytetyön tekijän haltuun ja kopia allekirjoitetusta suostumusasiakirjasta annetaan tutkimushenkilölle.

## Teemahaastattelurunko

### Taustatiedot:

Keitä perheeseesi kuuluu?

Mikä on roolisi perheessä?

Mitä teidän mielestänne kuuluu lapsiperheiden hyvinvointiin?

Millaiseksi kuvailisit teidän perheen hyvinvointia tällä hetkellä?

### Loving – ihmissuhteet

Millaisia sosiaalisia suhteita perheellänne on?

Millainen merkitys sosiaalisilla suhteilla on perheessänne?

Millaista tukea saat heiltä?

### Having – elintaso

Oletko/ onko puolisosi töissä/koulussa? Miten työ/opiskelu vaikuttaa hyvinvointiinne?  
(perhesuhteet, elintaso)

Millaiseksi koette asumisolonne?

Millaiseksi koette perheenne terveyden? (fyysinen, henkinen)

Millaiseksi koette Kajaanin hyvinvointi- ja terveystalvelut?

### Being – harrastukset, vapaa-aika

Kuinka paljon vietätte aikaa perheen kesken, miten?

Millaisia harrastuksia on teillä vanhemmilla, lapsilla ja koko perheellä?

Käytättekö tai oletteko kuulleet seurakunnan lapsikerhosta tai MLL perhekahvilasta?

(Myös muut kolmannen sektorin palvelut)

(Haluatteko kertoa muuta perheenne hyvinvoinnin tekijöistä?)

Esimerkki aineiston analysoinnista, alkuperäisistä ilmauksista pelkistettyihin ilmauksiin

#### Alkuperäiset ilmaisut

"Perheen vanhempien isovanhemmat asuu kajaanissa."

"On isovanhempaa ja mummua ja veljet ja kavereita."

"No tukiverkko on hirveän tärkeä..."

"No ihan siis konkreettista lastenhoitotukkee tietysti."

"Sitten semmosta henkistä tukea ja turvaa."

"...ja että talous pyörii ja talous pysyy kasassa."

"...että fyysisesti me ollaan oltu pääosin terveitä."

"Yhessä sitten käydään uimassa aina viikonloppuisin."

"No mies käy koripalloa pelaamassa aina ku se kerkiää."

"Erilaisissa tämmösissä tapahtumissa ja jossain lastenpuistoissa."

"Tässä on kaupat ja kaikki lähellä..."

#### Pelkistetyt ilmaukset

Isovanhemmat

Isovanhemmat, mummu, veljet ja kaverit

Tukiverkko on tärkeä

Lastenhoitotuki

Henkinen tuki ja turva

Talous pyörii ja pysyy kasassa

Fyysisesti terveitä

Uiminen

Mies käy koripalloa pelaamassa

Tapahtumat ja lastenpuisto

Kaupat ja kaikki lähellä

## Esimerkki aineiston analysoinnista

## Pelkistetyt ilmaukset

## Alaluokat

## Yläluokat

## Pääluokat





