



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

”Ja teen kaikkeni lapsen eteen.”

Yksinhuoltajavanhempien kokemuksia vuorotyöstä

Huovinen, Seija
Ristiniemi, Sanni

2017 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Yksinhuoltajavanhempien kokemuksia vuorotyöstä

Huovinen Seija
Ristiniemi Sanni
Sosiaalialan Koulutus
Opinnäytetyö
Tammikuu, 2017

Huovinen Seija, Sanni Ristiniemi

Yksinhuoltajavanhempien kokemuksia vuorotyöstä

Vuosi 2017 Sivumäärä 67

Opinnäytetyön tarkoituksena oli saada tietoa yksinhuoltajavanhempien kokemuksista vuorotyöstä. Tavoitteena oli kartoittaa yksinhuoltajavanhempien kokemuksia vuorotyön vaikutuksesta vanhemmuuteen ja perhe-elämään. Tavoitteena oli myös selvittää millaisia vaikutuksia vuorotyöllä on lasten ja vanhempien hyvinvointiin. Lisäksi haluttiin kartoittaa, miten vanhempien mielestä voitaisiin tukea vuorotyötä tekevän yksinhuoltajavanhemman perheen arkea. Epätyypillisinä aikoina työskentely on lisääntynyt yhteiskunnassamme jolla on väistämättä vaikutuksia perheiden arkeen. Halusimme kohdentaa tutkimuksemme yksinhuoltajaperheisiin, koska selvittäessämme aikaisemmin tehtyjä tutkimuksia, huomasimme epäsäännöllistä työtä tekeviin yksinhuoltajiin liittyvän tutkimuksen jääneen vähäiseksi. Opinnäytetyö tehtiin yhteistyössä ympärivuorokautista hoitoa tarjoavan Nurmijärven kunnan ylläpitämän Tähkärinteen päiväkodin kanssa.

Tutkimus oli laadullinen, jonka tutkimusaineisto kerättiin puolistrukturoidun teemahaastattelun avulla. Haastatteluaineisto koostui neljän yksinhuoltajaäidin haastattelusta. Litteroitu haastatteluaineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.

Tutkimuksen tulokset osoittivat että yksinhuoltajavanhemmat kokivat vuorotyön ja perhe-elämän yhdistämisen haasteelliseksi. Heidän tapansa toimia ja tehdä valintoja arjessa oli hyvin lapsikeskeinen ja vanhemmuus oli heille merkittävä voimavara. Yksinhuoltajuus ja epäsäännöllinen työ vaikeuttivat arjenhallintaa. Vanhemman hyvinvointia heikensivät erityisesti epäsäännöllisestä työstä aiheutuva univelka ja väsymys. Arjen selviytymisessä olennaiseksi tekijäksi osoittautui yksinhuoltajavanhempien vahva pärjäämisen tahtotila. Merkittäviksi vuorotyön ja perhe-elämän yhdistämistä helpottaviksi tekijöiksi osoittautuivat tukiverkoston olemassaolo ja ympärivuorokautinen päivähoito. Yksinhuoltajavanhemmat olivat kokeneet huomattavia tiedon saannin vaikeuksia muun muassa erohetkellä jolloin kehittämis ehdotuksena nousi erilaisten tiedonsaantipalveluiden kehittäminen.

Huovinen Seija, Ristiniemi Sanni

Single parents' experiences of shift work

Year	2017	Pages	67
------	------	-------	----

The purpose of this Bachelor's thesis was to obtain information on single parents' experiences of shift work. The aim was to identify the single parents' experience of the impact shift work has on parenting and family life, as well as the impacts to both the parents and their children's well being. The thesis' additional goal was to find out how parents think a single parents' family's everyday life could be better supported. As atypical working hours have increased in our society it will inevitably impact on the everyday life of families. The focus of this thesis is on single-parent families, as there is limited existing research conducted on single parents who have irregular working hours / shift-work job. This thesis has been carried out in cooperation with the municipally owned Tähkärinne kindergarten and day care center in Nurmijärvi, which offers round the clock child care.

A qualitative research method was employed, the material from which was collected by semi-structured theme interview. Data driven content analysis was conducted on the transcribed material from interviews with four single parent mothers gathered during the explorative research.

It is the finding of this study that single parents experience combining shift work and family life difficult. A parents decision making process and daily life are extremely orientated around their child's care, and that the responsibility of parenthood was of paramount importance to them. As a single parent the implications of irregular job hours pose many challenges to everyday life, impacting on their well being, often through a lack of sleep and excessive fatigue. The single parents identified a strong desire to cope with their daily challenges, often facilitated by the existence of a support network and availability of round the clock child care. Single parents had experienced considerable difficulties to find information on support services, especially at the time of divorce. This led to the suggestion to develop and improve various information services and information availability.

Keywords: single parenthood, family life, shift work

Sisällys

1	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet.....	7
2	Opinnäytetyön käsitteitä	8
2.1	Vanhemmuus	8
2.2	Perhe	9
2.2.1	Perheen määritelmä	9
2.2.2	Tilastotietoja perheistä	11
2.3	Yksinhuoltajan määritelmä	11
2.4	Vuorotyö	12
2.5	Varhaiskasvatus.....	12
2.5.1	Varhaiskasvatuksen sisältö.....	12
2.5.2	Kasvatuskumppanuus	13
2.6	Vuorohoito.....	14
2.7	Perhe, työ ja työajan vaikutukset.....	15
2.7.1	Perheen ajankäyttö.....	15
2.7.2	Lapsiperheet ja työt	16
2.7.3	Työajan vaikutuksia.....	16
3	Aikaisempia tutkimuksia	18
4	Opinnäytetyön toteutus.....	20
4.1	Tutkimusmenetelmä	20
4.2	Tutkimuksen aineistonkeruumenetelmä	20
4.3	Tutkimusaineiston analysointi	23
4.4	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys.....	24
5	Tutkimustulokset.....	27
5.1	Vanhemmuutta ja lapsen etua	27
5.1.1	Läsnäoloa ja aikaa lapselle	27
5.1.2	Lapsi on elämän keskipiste	29
5.1.3	Hyvinvointia lapsen rytmissä	31
5.2	Tukiverkosto kannattelee.....	35
5.2.1	Yhteishuoltajuus.....	35
5.2.2	Perhe	37
5.2.3	Ystävät	38
5.2.4	Yhteiskunnan muutokset ja tukiverkoston puuttuminen	39
5.3	Arjen selviytyjät.....	41
5.3.1	Arjen sinnittelyä.....	41
5.3.2	Arjen hallinta ja aikataulut.....	42
5.3.3	Yksinäisyys	43
5.3.4	Työ.....	44

5.3.5 Talous	46
5.3.6 Päivähoito	47
5.4 Kehittämisen ajatuksia	49
6 Johtopäätökset ja pohdinta	51
Lähteet	59
Liitteet.....	62

1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

Opinnäytetyömme ”Yksinhuoltajaperheiden kokemuksia vuorotyöstä” sai alkunsa otettuamme yhteyttä Nurmijärven kunnan Tähtärinteen vuoropäiväkotiin etsiäksemme ajankohtaista ja työelämää hyödyttävää opinnäytetyöaihetta. Toinen opinnäytetyön tekijöistä on toiminut kyseisessä päiväkodissa ja omakohtaisten kokemusten myötä koki suurta kiinnostusta vuoropäivähoidossa olevien perheiden arjessa toimimista kohtaan. Päiväkodinjohtaja Ritva Säilä-Paajanen kiinnostui opinnäytetyöideastamme ja yhdessä aloimme pohtia mahdollisia aiheita. Toimeksiantajana ja yhteistyökumppanimme on Nurmijärven Kunta / Tähtärinteen Päiväkoti, joka tarjoaa ympärivuorokautista vuoropäivähoitoa.

Yhteiskuntamme kehitty yhä enenevässä määrin 24/7 auki olevaksi yhteiskunnaksi. Erilaisia palveluja ja toimintoja tarjotaan yhä laajenevilla palvelu- ja aukioloajoilla joka on johtanut epätyypillisinä aikoina tehtävän työn lisääntymiseen. Epätyypillinen työ tehdään aikaisina aamuina, iltaisin, öisin ja viikonloppuisin mukaan lukien vuorotyö. Epätyypillisinä aikoina työskentelyn on todettu tuottavan erilaisia haasteita myös perheellisille, joihin kuitenkin yhteiskunnassamme ei ole kiinnitetty erityistä huomiota. Perheen ja työn yhteensovittamista on tutkittu laajalti erityisesti viime vuosien aikana. Sen sijaan epätyypillisinä aikoina työskentelyn vaikutukset perhe-elämään ovat jääneet tutkimuksissa taka-alalle. (Lasten sosio-emotionaalinen hyvinvointi...) Meidän tutkimuskohteeksemme valikoituivat yksinhuoltajaperheet, koska selvittäessämme aikaisemmin tehtyjä tutkimuksia, huomasimme yksinhuoltajaperheiden kokemusten erittelyn tutkimuksissa jääneen vähäiseksi. Yksinhuoltajien määrä oli vuonna 2015 119 545, joista yksinhuoltajaisiä oli 16 163 (Yhden vanhemman perheiden liitto 2017).

Opinnäytetyön tarkoituksena oli saada tietoa Tähtärinteen ympärivuorokautisen päiväkodin asiakasperheiden yksinhuoltajavanhempien kokemuksia vuorotyöstä. Ensimmäisenä tavoitteena oli kartoittaa yksinhuoltajavanhempien kokemuksia vuorotyön vaikutuksesta vanhemmuuteen ja perhe-elämään. Toiseksi tavoitteeksi asetimme saada tietoa vuorotyön vaikutuksista lasten ja vanhempien hyvinvointiin. Kolmantena tavoitteena opinnäytetyöllä oli selvittää, miten vanhempien mielestä voitaisiin tukea vuorotyötä tekevän yksinhuoltajavanhemman perheen arkea.

Tutkimuskysymykset ovat: 1. Miten perheet kokevat yksinhuoltajuuden, vuorotyön ja perhe-elämän yhdistämisen? 2. Millaisia vaikutuksia vuorotyöllä on vanhemman ja lapsen hyvinvointiin? 3. Miten vuorotyötä tekevän yksinhuoltajan perhe-elämää voitaisiin tukea?

2 Opinnäytetyön käsitteitä

2.1 Vanhemmuus

Miehen ja naisen elämä muuttuu merkittävästi, kun heistä tulee vanhemmat pienelle vauvalle. Vanhemmuus kasvattaa ymmärtämään paremmin oman lapsuuden merkityksen. Äitinä ja isänä oleminen on ihmiselle etuoikeus. Vanhemmuudesta, lapsista ja omasta perheestä on jokaisen lupa olla ylpeä ja nauttia ja iloita ajallaan. Vanhemmalla on myös lupa olla välillä ärtynyt, väsynyt ja heikko sekä hakea itselle tukea. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2016.) Vanhemmuuteen liitetään myös käsite huoltajuus. Huoltajalla tarkoitetaan joko vanhempaa yksin tai yhdessä, tai henkilöä joka on joko sovittu yhdessä vanhempien kanssa tai oikeuden määräyksellä. Huoltajuus päättyy, kun lapsi täyttää 18 vuotta, tai aikaisemmin, jos lapsi menee poikkeusluvalla naimisiin. (Vilen, Seppänen, Tapio & Toivanen 2010, 11.)

Samalla tavalla kuin perheen käsitteen määrittelemine on vaikeaa, vanhemmuuskaan ei ole yksiselitteinen käsite. Vanhemmuus alkaa, kun lapsi syntyy ja se kestää läpi elämän. Vanhemmaksi kasvetaan ja kehitytään koko ajan. Vanhemmuutta voidaan tarkastella useasta eri näkökulmasta. On olemassa biologinen, juridinen, psyykinen ja sosiaalinen vanhemmuus. (Vilen ym. 2010,10.)

Biologinen vanhemmuus on lapsen ja aikuisen välinen biologinen suhde, joka on toisin sanoen geeniperimä. (Vilen 2010,10.) Terveiden ja hyvinvoinninlaitos määrittelee biologisen vanhemmuuden sen mukaan, kuka lapsen kantaa ja synnyttää tai siittää. (Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2016a.) Juridisella vanhemmuudella tarkoitetaan yhteiskunnan antamia oikeuksia ja velvollisuuksia, esimerkiksi oikeus perintöön, joka pohjautuu edellä mainittuun biologiseen vanhemmuuteen. Juridinen vanhemmuus on selkeä, kun vanhemmat ovat naimisissa, mutta avoliitossa isän on todistettava isyytensä verikokeella juridisen vanhemmuuden toteutumiseksi. (Vilen ym. 2010,11.)

Psyykkisellä vanhemmuudella tarkoitetaan lapsen ja aikuisen välisen vuorovaikutussuhteen toimivuutta arkielämässä (Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2016a). Psyykinen vanhempi on aikuinen, joka huolehtii lapsesta myös tunnetasolla, jolloin lapsi kiintyy aikuiseen ja luo häneen luottamuksellisen suhteen. Psyykkisellä vanhemmuudella on tärkeä rooli lapsen kasvun ja kehityksen tukemisessa. Lapsi reagoi parhaiten luotettavan aikuisen ohjeisiin ja hoivaan, kun psyykinen vanhemmuus on kunnossa. (Vilen ym. 2010, 11.)

Sosiaalisella vanhemmuudella tarkoitetaan lapsen arjessa elävää aikuista, joka huolehtii lapsen arjen tarpeista olennaisella tavalla. Samoin kuin psyykkisessä vanhemmuudessa, sosiaalisessa vanhemmuudessa on lapsen ja aikuisen toimivalla vuorovaikutussuhteella tärkeä

rooli. (Terveyden ja Hyvinvoinninlaitos 2016a.) Esimerkkinä tästä voidaan mainita äiti- tai isäpuoli, joka vie ja hakee lasta harjoituksista tai opettaa lapselle yhteiskunnallisia arvoja ja toimintamalleja. (Vilen ym. 2010, 11.) Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen sosiaalisen vanhemmuuden määritelmässä korostetaan, että sosiaalisesti vanhemmaksi kasvaminen on kasvuprosessi, joka pitää sisällään monenlaisia tunteita. (Terveyden ja Hyvinvoinninlaitos 2016a.)

2.2 Perhe

2.2.1 Perheen määritelmä

Perhe on tärkeä yhteiskunnan pieni ryhmä, jonka yhdessä viettämä aika on tärkeä tasapuolisesti kaikille sen jäsenille. Perhe itsessään on kokenut suuria muutoksia viimeisten vuosikymmenten aikana maatalousyhteiskunnan kehittyessä kohti kaupungistumista ja teollistumista. (Vilen ym. 2010, 10). Perhe on historiassa menettänyt merkitystään ja pienentynyt useiden sukupolvien kodista vanhempien ja lasten pieneksi yksiköksi. Lapsiakin on ennen perheissä ollut huomattavasti enemmän kuin tämän päivän perheissä. Nykyään jo kolmesta lapsesta vanhempineen voidaan puhua suurperheenä, kun historiassa suurperheen määritelmään kuului vähintään viisi lasta. (Väestöliitto 2007 9-14.)

Tilastokeskuksen julkaisemien tietojen mukaan vuoden 2014 lopussa Suomessa oli 1 474 000 perhettä. Edelliseen vuoteen nähden perheiden määrä on kasvanut 2 600 perheellä mutta siitä huolimatta lapsiperheiden määrä on pienentynyt. Tämä kertoo siitä, että perheet muodostuvat enimmäksään täysi-ikäistyivistä lapsista huomattavasti useammin kuin pienistä lapsista sekä isojen lasten ikäluokkien olevan suurempia kuin uudet vastasyntyneet ikäluokat. Kaiken kaikkiaan lapsiperheitä oli julkaisun mukaan 574 000, joka on 2100 perhettä vähemmän kuin edellisenä vuonna. Lapsiperheiden määrä on laskenut tasaisen hitaasti viimeisen kymmenen vuoden aikana. (Tilastokeskus 2015.)

Perheen määrittely yksiselitteisesti on osoittautunut ongelmalliseksi kaikilla yhteiskunnan toiminnan tasoilla muuttuvan yhteiskuntatilanteen vuoksi. Tämän vuoksi perheen määrittely onkin jatkuva väittelyn kohde. Ennen perheeseen ovat kuuluneet isovanhemmat, tädit sekä sedät, jotka asuivat samassa talossa tai pihapiirissä. Nykypäivän yhteiskunnassa perhe määritellään huomattavasti pienempänä yksikkönä osana yhteiskuntaa. Tämä korostuu ennen kaikkea suomalaisessa ja länsimaisissa yhteiskunnissa, jossa suku ja perhe erotetaan omiksi yhteisöikseen. Tämän vuoksi useissa palveluissa perheeksi määritellään lapsi ja hänen viralliset huoltajansa. (Vilen ym. 2010, 10.)

Kuinka sitten määritellään perhe? Tilastokeskus määrittelee perheen muodostuvan yhdessä asuvista avio- tai avoliitossa asuvista tai parisuhteensa rekisteröineistä henkilöistä sekä heidän lapsistaan. Perheessä voi olla korkeintaan kaksi perättäistä sukupolvea eli vanhemmat ja lapset. Myös yksinhuoltaja ja lapsi/lapset muodostavat eri määritelmien mukaan perheen. Lapsiperheisiin määritelmän mukaan kuuluu yksi tai useampi kotona asuva alle 18-vuotias lapsi. (Tilastokeskus 2016.)

Ydinperheen määritelmä on lapsiperhe, jossa vanhemmat ja lapset ovat biologisesti sukua keskenään. Kun kurkistetaan hieman historiaa, voidaan todeta, että ydinperheestä tuli Länsimaissa eräänlainen ihanne 1900-luvun puolivälissä. Ydinperhettä edelsi maatalousyhteiskunnassa suurperhe, johon kuuluivat perheen isovanhemmat ja vanhempien naimattomia sisaruksia. Maatalousyhteiskunnan suurperhe loi perheelle toimivan turvaverkon ja ison tuotantoyksikön taloudelliseksi turvaksi. Ydinperhe syntyi Länsimaissa 1800-luvulla, kun yhteiskunta muuttui johtuen teollistumisesta ja kuluttamisen lisääntymisestä sekä yksilöllisyyttä korostavasta elämäntavasta. Tällöin taloudellisen turvan sijasta korostettiin aikuisten välistä rakkautta ja romantiikkaa, jonka vuoksi perheen koko pieneni suurperheestä ydinperheeksi. Ydinperhe vakiintui maassamme vasta 1930-luvulla. (Vilen ym. 2010, 13.)

Ydinperhe menetti asemaansa 1960-luvulla, jota selittää yhteiskunnan taloudelliset ja elämäntapoja koskevat muutokset, kuten teollisuuden voimistuminen, kaupungistuminen ja arvojen maallistuminen. Samaan aikaan avoliitot yleistyivät, lapsiluku pieneni ja perinteiset yhteiskunnalliset merkitykset rapautuivat. Avoliitto mursi tällöin avioliiton merkitystä ja samaan aikaan myös avioerot lisääntyivät. (Vilen ym. 2010, 13.)

Uusperheiksi puolestaan määritellään sellainen perhe, jossa isällä ja/tai äidillä on lapsia aiemmasta perhesuhteesta. Perheessä voi näiden lasten lisäksi olla myös parin omia yhteisiä lapsia. Kaikki lapset ovat alle 18-vuotiaita ja asuvat suurimman osan ajasta esimerkiksi äitinsä ja uuden puolison kanssa samassa taloudessa. Usein kyseessä on joko kahden eronneen aikuisen muodostama uusperhe tai uuden puolison löytänyt aikaisemmin leskeksi jäänyt puoliso. (Vilen ym. 2010, 14.)

Sateenkaariperheellä tarkoitetaan sellaista lapsiperhettä, joka ei muodostu perinteisen perheen määritelmän eli miehen ja naisen heteroseksuaalisen parisuhteen ympärille. Sateenkaariperheitä ovat nais- tai miesparin perheet tai ei-heteroseksuaalisen yksinhuoltajan perheet, joissa on enemmän kuin kaksi vanhempaa. Myös tavallisen muotoinen heteroperhe voidaan määritellä sateenkaariperheeksi, jos toinen vanhemmista on esimerkiksi biseksuaali. (Vilen ym. 2010, 18.)

2.2.2 Tilastotietoja perheistä

Tilastokeskuksen julkaisun mukaan lapsiperheissä oli yhteensä 1 056 000 alaikäistä lasta vuonna 2014. Perheiden koko jakautui niin, että yksilapsisia perheitä oli 43 prosenttia ja kaksilapsisia perheitä 38 prosenttia. Kolmilapsisia perheitä tietojen mukaan oli 13 prosenttia ja viidessä prosentissa lapsiperheistä oli vähintään neljä alle 18-vuotiasta lasta. Keskimääräinen lapsiluku perheissä vuonna 2014 oli 1,84. (Tilastokeskus 2015.)

Uusperheitä oli vuoden 2014 lopussa 52 000. Uusperheiden määrä pieneni hieman edelliseen vuoteen verrattuna. Uusperheiden vanhemmista oli avoliitossa kyseisenä vuonna noin puolet ja puolet avioliitossa. Tilastokeskuksen tietojen mukaan uusperheissä oli vuonna 2014 keskimäärin hieman enemmän lapsia kuin lapsiperheissä yleensä. Uusperheiden keskimääräinen lapsiluku oli 2,09. Äiti tuo lapset uuteen perheeseen noin 60 prosenttia tapauksista. Osuus on pysynyt samalla tasolla jo neljännesvuosisadan. (Tilastokeskus 2015.)

2.3 Yksinhuoltajan määritelmä

Yleisesti, kun puhutaan yksinhuoltajasta, tarkoitetaan tällä tavallisesti perhettä, jossa asuu yksi vanhempi ja vähintään yksi alaikäinen alle 18-vuotias lapsi. Yksinhuoltaja voi perheessä olla niin äiti kuin isäkin, joka huolehtii lapsistaan yksin kotonaan. Useissa tapauksissa lapsella voi myös olla toinen vanhempi, jonka luona lapsi asuu osan kuukaudesta tai ainakin tapaa häntä sovittuina aikoina. Usein lapsen yksinhuoltaja on äiti. Yksinhuoltajaisä on edelleen tänä päivänä harvinaisuus. (Vilen ym. 2010, 13.)

Virallinen määritelmä yksinhuoltajalle on vanhempi, joka asuu taloudessa yksin aikuisena alaikäisen lapsen tai lapsien kanssa. Yksinhuoltajaksi katsotaan myös lapsen lähivanhempi, jolla on joko yksin- tai yhteishuoltajuus toisen vanhemman kanssa. Tällaista vanhempaa, joka ei asu lapsen kanssa saman katon alla, kutsutaan etävanhemmaksi. Tällaisissa tapauksissa lähivanhempi on vanhempi, joka vastaa yksin lapsen asioista joko yhdessä etävanhemman kanssa sovitusti tai yksin. Etävanhemmalla on erikseen sovitut tai määritellyt tapaamisoikeudet, joiden mukaan hän tapaa lastaan. (Haataja 2009, 47.)

Lapsen huoltajuus voi olla yksinhuoltajuutta tai yhteishuoltajuutta, josta voidaan sopia joko kunnan tai kaupungin lastenvalvojan kanssa tai riitaisissa tapauksissa jopa käräjäoikeudessa. Oli kyseessä yksinhuoltajuus tai yhteishuoltajuus, tärkeintä on turvata lapsen tasapainoinen kehitys ja hyvinvointi yksilöllisten tarpeiden ja toivomusten mukaisesti. Huollon tulee turvata myös hyvät, myönteiset ja läheiset ihmissuhteet erityisesti lapsen ja hänen vanhempien välillä. (Vilen ym. 2010, 13.)

2.4 Vuorotyö

Vuorotyö määritellään yleensä työaikamuodoksi, jossa työvuorot vaihtuvat säännöllisesti ja muuttuvat ennakolta sovituin ajanjaksojen mukaisesti. Vuorotyöstä käytetään myös nimitystä jaksotyö, jossa työtä tehdään kolmen viikon jaksoissa enintään 120 tuntia. Jakso voi olla myös kahden viikon jaksoissa, jolloin työtä tehdään enintään 80 tuntia. Vuorotyöstä puhuttaessa työ tapahtuu siis kahdessa tai kolmessa vuorossa, joista kolmivuorotyöhön liittyy myös yöllä tehtävät työvuorot. Yötyö on siis yöllä tehtävää työtä, joka tapahtuu pääsääntöisesti kello 22:n ja 6:n välisenä aikana. (Työaikalaki 1996/605.)

Vuorotyön yhteydessä puhutaan myös epätyypillisistä työajoista, joilla tarkoitetaan ilta- yö- ja viikonlopputyötä. Kaikesta huolimatta tällainen virka-ajan ulkopuolella tehtävä työ on niin yleistä, että epätyypillisuus on hyvin harhaan johtava termi. Epätyypillistä työtä tekeväksi henkilöksi katsotaan työntekijä, joka on neljän viimeisen viikon aikana tehnyt säännöllisesti tai epäsäännöllisesti jonkun edellä mainituista vuoroista työssään. Tähän lasketaan mukaan vuorotyöläiset, jotka tekevät työtään epäsäännöllisinä aikoina sekä työntekijät, jotka tekevät ylitöitä ilta-aikaan. (Hulkko 2007, 259.)

Laura Hulkko (2007, 259-261) kirjoittaa artikkelissaan, että miehillä yleisempää on ilta- ja yötyö, kun taas naisilla viikonlopputyö on tavallisempaa. Tämä jaottelu ei riipu työntekijän perhemuodosta. Yleisimmin epätyypillinen työaika on iltatyötä, joka sijoittuu klo 18-23 välille. Seuraavaksi yleisintä oli viikonlopputyö. Lasten iällä ei todettu olevan vaikutusta työskentelyaikoihin mutta pienten lasten äidit tekivät yleisimmin epätyypillistä työaikaa silloin, kun nuorin lapsista oli alla kolmevuotias.

2.5 Varhaiskasvatus

2.5.1 Varhaiskasvatuksen sisältö

Varhaiskasvatus koostuu alle kouluikäisen lapsen suunnitelmallisesta ja tavoitteellisesta kasvatuksen, opetuksen ja hoidon muodostamasta kokonaisuudesta, jossa painotetaan erityisesti pedagogiikkaa. Varhaiskasvatuksen suunnitelmallisuudella on tavoitteena tukea lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista sekä hyvinvointia. Varhaiskasvatuksellista toimintaa voidaan järjestää lain mukaan kuntien tai yksityisten toimijoiden järjestämänä päiväkodeissa, perhepäivähoidossa tai muuna varhaiskasvatuksellisenä toimintana, esimerkiksi kerho- tai leikkitoimintana. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2016b.)

Kaikilla alle kouluikäisillä lapsilla on oikeus päästä varhaiskasvatuksen piiriin oman kuntansa alueella. Lapsen vanhemmat päättävät lapsensa osallistumisesta varhaiskasvatukseen. Ennen

koulun aloitusta kuusivuotias lapsi osallistuu esiopetukseen, joka on toiminnallista varhaiskasvatusta. Esiopetukseen osallistuminen tuli velvoittavaksi lailla 1.8.2015 alkaen. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2016b.)

Sosiaalihuoltolaki (1301/2014) sisältää säännökset, jotka määrittävät kunnan velvollisuudet sosiaalipalveluista, jotka kunnan tulee tuottaa asukkaille ja tietyissä tilanteissa kunnassa oleskeleville henkilöille. Tarkemmin varhaiskasvatusta ohjaa varhaiskasvatustilaki (36/1973), jota sovelletaan, kun kunnat, kuntayhtymät sekä muut palvelujen tuottajat pohtivat varhaiskasvatuksen järjestämistä omalla alueellaan. Asetus lasten päivähoitosta (239/1973) määrittelee säännökset muun muassa päivähoitoon liittyvien hakemusten käsittelystä ja hakuajoista. (Opetushallitus 2016.)

Lapsen hoitopaikkaan vaikuttavat vanhempien opiskelu- tai työajat, joiden pohjalta lapsi voi saada varhaiskasvatuksen mukaista toimintaa päivähoitossa, joka sijoittuu 6.00-18.00 välille, iltahoito kello 06.00-22.00 tai ympärivuorokautinen hoito kellon ympäri. Ilta- tai ympärivuorokautiseen hoitoon on oikeutettuja ne lapset, joiden vanhemmat tekevät vuorotyötä.

2.5.2 Kasvatuskumppanuus

Valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelma luo perusteita kasvatuskumppanuudelle, jolla tarkoitetaan vanhempien ja henkilöstön välistä yhteistyötä lasten kasvun, kehityksen ja oppimisen tukemiseksi. Kasvatuskumppanuus vaatii toteutuakseen varhaiskasvatuksen ammattilaisten ja vanhempien keskinäistä luottamusta, tasavertaisuutta ja kunnioitusta. Kasvatuskumppanuus edellyttää osapuolten tietoista panostamista, toimintaa ja sitoutumista lapsen parhaaksi. Vanhemmilla lastensa huoltajina on ensisijainen kasvatusoikeus ja -vastuu. Vanhemmat ovat myös lapsensa arjen asiantuntijoita kun taas varhaiskasvatuksen ammattilaisilla on ammatillinen tieto ja osaaminen lapsen kasvattamisesta. Vastuu tasavertaisesta yhteistyöstä vanhempien ja ammattilaisten välillä sekä kasvatuskumppanuuden mahdollistamisesta on varhaiskasvatuksen ammattilaisilla. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005.)

Kasvatuskumppanuus pohjautuu lapsen etuun ja oikeuksiin. Kasvatuskumppanuuden tavoitteena on saada yhdistettyä lapsen vanhempien ja ammattilaisten tiedot ja kokemukset lapsen parhaaksi. Tärkeää kasvatuskumppanuuden toteutumiseksi on keskustella siihen liittyvistä arvoista, näkemyksistä ja vastuista sekä varhaiskasvatuksen ammattilaisten kesken että lapsen vanhempien kanssa. Kasvatuskumppanuus toteutuu silloin kun varhaiskasvatuksen ammattilaiset yhdessä vanhempien kanssa asennoituvat lapsen kasvatustehtävään sekä sopivat sen toteutumisesta molempia tyydyttävällä tavalla. Kasvatuskumppanuutta luodaan

järjestämällä vanhemmille mahdollisuuksia lapsen kasvatustilanteisiin varhaiskasvatuksen henkilöstön kanssa. Kasvatuskumppanuutta tuetaan myös mahdollistamalla keskustelua yhdessä muiden vanhempien kanssa sekä tukemalla vanhempien keskinäistä yhteistyötä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005.)

Kasvatuskumppanuus perustuu lapsen näkemiseen aktiivisena toimijana ja oman elämänsä kokijana. Kasvatuksen tavoitteena on että lapsi tulisi kokonaisvaltaisesti kohdatuksi ja kannatelluksi. (Kaskela & Kekkonen 2006, 17.) Kasvatuskumppanuuden tärkeänä tavoitteena on myös lapsen erityisen tuen tarpeen tunnistaminen mahdollisimman varhaisessa vaiheessa sekä sopivien tukimuotojen etsiminen lapsen kehityksen turvaamiseksi. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005.) Kasvatuskumppanuuden perustana ovat kuulemisen, kunnioittamisen, luottamuksen sekä dialogisuuden periaatteet. Vanhempien osallisuutta lasten varhaiskasvatuksessa tuetaan luomalla myönteistä ilmapiiriä ja ylläpitämällä sitä myös ongelmatilanteissa. (Kaskela & Kekkonen 2006, 18.)

2.6 Vuorohoito

Varhaiskasvatuksen laki lasten päivähoidosta asettaa varhaiskasvatuksen tavoitteet sellaisiksi, että ne edistävät lapsen fyysistä, sosiaalista ja tunne-elämän kehitystä yhteistyössä vanhempien kanssa. Tämä koskee myös poikkeavalla ajalla toimivia varhaiskasvatuksen toimipaikkoja, joiden toiminta tulee suunnitella siten, että ne edistävät lapsen kokonaisvaltaista kehitystä lapsen lähtökohdat huomioon ottaen. (Nurmijärven kunta 2016a.)

Lapsen epäsäännölliset hoitoajat ja henkilökunnan työvuorojen vaihtuvuus asettavat yllä mainituille tavoitteille erilaisia haasteita, jotta toiminnan sisällöllinen laatu taataan. Tätä auttaa avoin ja vilkas yhteistyö vanhempien ja varhaiskasvatuksen henkilökunnan välillä. Turvattaessa laatua poikkeavalla ajalla toimivassa varhaiskasvatuksessa, on avoin ja vilkas yhteistyö lasten vanhempien ja hoitohenkilökunnan välillä tärkeää, jolle luo pohjaa muun muassa kasvatustilanteissa sovitut tavoitteet, joita tulee seurata säännöllisesti. Vuorohoidon päivittäisen toiminnan toimintaperiaatteet ovat, että toiminta on joustavaa ja lapsen ikätasoa vastaavaa. Vuorohoidossa toiminta ei ole sidottua yhteen tiettyyn vuorokauden aikaan, vaan esi-koulun tehtäviä voidaan tehdä lapsen ollessa hoidossa esimerkiksi viikonloppuisin. (Nurmijärven kunta 2016a.)

Iltahoitoa tarjotaan lapsille maanantaista perjantaihin vanhempien työvuorojen mukaan välillä 06.00-22.00. Iltahoidossa ei huomioida arkijuhlapyhiä. Iltahoidossa päivittäinen aukioloaika vaihtelee sen mukaan, miten vanhempien työvuorot menevät heidän ilmoittamissa hoitoaikailmoituksissa, jotka on toimitettava päiväkodille ajoissa. (Nurmijärven kunta 2016a.)

Vuorohoidolla tarkoitetaan päivähoitoa, joka sijoittuu kello 18 - 06 välille. Vuorohoito järjestetään sitä tarvitseville perheille lapsen hoidon järjestämiseksi vanhempien työn tai opiskelun ajaksi. Ympäri vuorokautinen päiväkotitoi on avoinna lasten hoidon tarpeen mukaan. (Nurmijärven kunta 2016a.)

Ympäri vuorokauden toimiviin päiväkotitoihin paikan saavat lapset, jotka tarvitsevat säännöllisesti yö- tai viikonloppuhoitoa vanhempien epäsäännöllisen työn tai opiskelun takia. Vaikka lapsen hoito ympäri vuorokautisessa hoidossa on epäsäännöllistä, on lapsen hoitoajoissa kuitenkin toteuduttava viikkovapaat, vapaapäivät ja loma-ajat. Viikkovapaalla tarkoitetaan keskimäärin kuukauden viikonloppuja ja pyhäpäiviä vastaava määrä. Jos vanhempien opiskelut tai työt muuttuvat niin, että ympäri vuorokautisen varhaiskasvatuksen tarve päättyy, tulee eteen hoitopaikan vaihto joko eri ryhmään tai toiseen päiväkotitoiin. (Nurmijärven kunta 2016b.)

Nurmijärvellä ympäri vuorokautisessa päiväkodissa noudatetaan yörauhaa, joka sijoittuu kello 22.00-05.00 väliselle ajalle. Tänä aikana vanhemmat eivät voi tuoda tai hakea lasta hoidosta, vaan kaikille lapsille taataan rauhallinen ja keskeytymätön yöni päiväkodilla. Ne lapset, joiden vanhemmat ovat töissä myöhäisessä iltavuorossa ja seuraavana päivänä aikaisessa aamu- vuorossa, voivat yöpyä vuoropäiväkodissa. Kun vanhemmat tekevät yön töitä, voidaan tarvittaessa lapsen hoitoa jatkaa niin, että vanhemmat saavat tarvittavan levon. (Nurmijärven kunta 2016b.)

2.7 Perhe, työ ja työajan vaikutukset

2.7.1 Perheen ajankäyttö

Mitä perhe tekee tänä päivänä, kun heillä on yhteistä aikaa? Silloin lapsilla on mahdollisuus nauttia vanhempiensa seurasta, mutta mitä he tekevät. Toiset perheet viettävät keskenään aikaa ja touhuavat yhdessä arkisia asioita samaan aikaan, kun toisilla perheillä on erilaisia aktiivisia harrastuksia ja yhteinen aika kuluu niiden parissa. Toiset perheet juoksevat viriketoiminnasta ja -paikasta toiseen sen seurauksena, että kotona oleminen rauhassa ja yhdessä on hyvin vähäistä. Mutta suurin perheen yhteisen ajan rajoittaja on jo vuosia ollut työ, joka on muuttunut suunnattomasti yhteiskunnan muutosten mukana. (Paajanen, 2001, 53).

Yläkännö (2011) kirjoittaa artikkelissaan Isien ajankäyttö: uuden isyyden hidas esiinmarssi, että perheiden yhteistä ajankäyttöä määrittelee puolisoitten arvomaailma ja vanhempien rooli. Yläkännö lisää vielä yhteisen ajankäytön määrittelijäksi perheen sisäiset valta- ja neuvottelukuviot, joilla vapaa-ajan sisältö ja muutkin asiat perheessä ratkaistaan. Artikkelissa

korostetaan perheen hyvinvoinnin näkökulmaa, joka saavutetaan, kun vanhemmilla löytyy edes tyydyttävä tasapaino työn, perhe-elämän ja oman ajan välillä. (Yläkännö. 2011,121).

2.7.2 Lapsiperheet ja työt

Työ on suurin vaikuttaja lapsiperheiden arkeen ja perheen jäsenten yhteiseen aikaan. Jokaisessa perheessä vaikutukset ovat erilaiset mutta perustavanlaatuiset. Työ vaikuttaa eniten perheen yhdessä viettämään aikaan mutta myös yhdessäolon laatuun. Työn vaikutus yhdessä vietettävän ajan laatuun voivat olla kahdenlaiset. Jos vanhemmat viihtyvät työssään ja kokevat sen tärkeäksi, työ antaa lisää energiaa myös perheen yhteiseen aikaan ja toimintaan lasten kanssa. Mutta vanhempien työn ollessa kiireistä ja stressaavaa, työn vaikutukset ovat negatiiviset perheen yhteiseen aikaan. Työllä on myös suuri vaikutus perheen toimeentuloon ja asemaan yhteiskunnassa, joka voi aiheuttaa vanhemmille lisää stressiä. Stressin lisääntyminen luo haasteita yhdessäololle. (Hulkko 2007, 249.)

Minna Anttila (2005) kirjoittaa Pro gradussaan, että työelämä vaikuttaa vanhemmuuteen monella eri tavalla. Ensimmäiseksi Anttila kirjoittaa, että perheen perustamista lykkää moni uran vuoksi. Tämä on usein henkilökohtainen valinta, jota suunnitellaan hyvin pitkään ja sen pohjalta perheen perustamista ei suinkaan pidetä itsestäänselvyytenä niin kuin aikaisemmin. Toiseksi Anttila kirjoittaa, että työn katsotaan vievän perheeltä aikaa, jonka vuoksi työn säännöllisyys ja ennakoitavuus on tärkeä piirre työssä joustavuuden ohella. (Anttila 2005, 14.)

Vuoden 2011 Perhebarometri kertoo lapsiperheiden ajankäytöstä erityisesti työssäkäyvien aikuisten näkökulmasta ja sen muutoksista 1990-luvulta alkaen. Tutkimus osoittaa, että pitkät työpäivät ja epätyypillinen työ ovat yleisiä lapsiperheissä. Tutkimuksen mukaan vuonna 2010 jopa 35 prosenttia pienten lasten äideistä teki epätyypillistä työaikaa, joista vuorotyö on yleisin muoto. Barometrin mukaan vanhempien työajat ovat keskimäärin lyhentyneet 2000-luvulla, silti miehille oli yleistä pitkät työviikot. Pidentynyt työaika oli yleisempää lapsiperheiden isille. Tutkimuksessa oli kartoitettu perheiden kiireen kokemusta, jonka todettiin vähentyneen yllättävästi viimeisten kymmenen vuoden aikana. (Miettinen & Rotkirch 2011.)

2.7.3 Työajan vaikutuksia

Työaikojen kesto ja ajoitus vaikuttavat yksilön elintoimintoihin ja sosiaaliseen elämään. Ne vaikuttavat toimintakykyyn, terveyteen ja psykososiaaliseen hyvinvointiin. (Hakola, Hublin, Härmä, Kandolin, Laitinen & Sallinen 2007, 16.) Toimintakyky on merkittävä osa ihmisten hyvinvointia. Hyvä fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky ja niitä tukevat

elinolosuhteet lisäävät ihmisen hyvinvointia ja arjessa haasteissa selviytymistä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016c.)

Epäsäännölliset työajat aiheuttavat muutoksia unen määrään ja laatuun jolloin ne vaikuttavat myös suoraan ihmisen hyvinvointiin. Unen aikana aivojen energiavarastot täyttyvät ja ihmisen fyysiset ja henkiset voimavarat palautuvat. Vuorotyö rytmittää ihmisen uni-valverytmiä. Huomattavaa on, että ihminen sopeutuu biologisesti hitaasti hyvin nopeisiin uni-valverytmin muutoksiin. Sopeutumisvaikeudet ilmenevät huomattavana uneliaisuutena valveillaoloaikana ja unettomuusoireina unijakson aikana. Tutkimusten mukaan kolmivuorotyötä tekevistä noin 10 prosentille kehittyy vuorotyön aiheuttama unihäiriö. Vuorotyöhön sopeutuminen on kuitenkin hyvin yksilöllistä. (Hakola ym. 2016, 23-24.)

Vuorotyön vaikutukset terveyteen ovat moninaiset. Tutkimukset ovat osoittaneet vahvaa näyttöä vuorotyön altistavuudesta sydän- ja verisuoni- sekä ruoansulatuselimistönsairauksien puhkeamiseen sekä painon nousuun. Vuorotyön on todettu altistavan myös tapaturmille, lisääntymisterveyden häiriöille, rintasyövälle, metaboliselle syndroomalle ja diabeteksen puhkeamiselle. Vaikutusmekanismeiksi on arvioitu muun muassa vuorokausirytmien muutoksia, elintapojen epäedullisia muutoksia sekä poikkeaviin työaikoihin liittyviä stressitekijöitä. (Hakola ym. 2016, 32-37.)

Työaikojen vaihteluilla voidaan nähdä etuja sekä haittoja. Työaikojen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä ovat kokonaistyöaika, työskentelyn vuorokaudenaika ja työajan säännöllisyys. Riittävä aika ihmissuhteille, perheelle, harrastuksille ja joutenololle on tärkeä osa ihmisen hyvinvointia. Vuorotyötä tekevä joutuu joustamaan yhteisestä ajasta muun perheen kanssa sekä muusta sosiaalisesta elämästään niiden eritahtisuuden vuoksi. Kun vuorotyö on epäsäännöllistä ja tietoa työvuoroista on vain lyhyeltä ajalta, on hankalaa etukäteen tehdä yhteisiä ajankäyttösuunnitelmia perheen ja muiden ihmisten kanssa. Työaikojen joustavuus, yksilöllisten tarpeiden huomiointi ja vaikuttamismahdollisuudet omiin työaikoihin on koettu tärkeäksi hyvinvointia tukeviksi tekijöiksi. Stressiä ajanoloon synnyttävät vuorotyö, pitkät työajat sekä heikot vaikutusmahdollisuudet omiin työaikoihin. (Hakola ym. 2016, 40.)

Vuorotyön negatiiviset sekä positiiviset heijastukset perheeseen ja muuhun sosiaaliseen elämään näkyvät selkeästi vuorotyöntekijöiden arvioidessa työaikojensa vaikutuksia elämäänsä. Vuorotyöntekijöistä 75 prosenttia arvioi työaikojensa myönteisemmäksi puoleksi vapaa-ajan määrän tai sen sijoittumisen. Vuorotyötä tekevät kokevat vaihtelevien työaikojen helpottavan erilaisten asioiden hoitamista. Negatiivisena työaikojen vaikutuksena vuorotyöntekijät kokevat joutuessaan usein luopumaan yhteisistä hetkistä, kuten illoista, viikonlopuista ja juhlapyhistä perheen tai muun sosiaalisen verkostonsa kanssa. Yleisesti

viikonloppujen ja juhlapyhien merkitys lapsiperheiden yhteisen ajanvieton kannalta on huomattavaa. Vuorotyötä tekevistä noin 25 prosenttia arvioi vuorotyön suurimpana haittana perhe-elämän vaikeutumisen. Huomattavaa kuitenkin on, että vuorotyöntekijöistä vain 1-2 prosenttia kokee itsensä hyvin yksinäiseksi ja melko yksinäiseksi 10-20 prosenttia. Perheellisillä vuorotyötä tekevillä naisilla lastenhoito ja kotityöt rajoittavat nukkumiseen käytettävää aikaa sekä vapaa-ajan määrää, jonka vuoksi naisten on arvioitu olevan alttiimpia yötöiden rasituksille. (Hakola ym. 2016, 40-42.)

3 Aikaisempia tutkimuksia

Epätyypillisinä aikoina työskentelevien perheiden kokemuksia tutkittiin Perheet 24/7 - tutkimusprojektissa vuosina 2011-2014. Tutkimuksessa verrattiin epätyypillisinä aikoina (eli iltaisin, öisin, aikaisina aamuina ja viikonloppuisin) työtä tekevien ja säännöllistä päivätyötä tekevien vanhempien kokemuksia työstä, lastenhoidosta, perhe-elämästä ja hyvinvoinnista. Perheet 24/7- tutkimushankkeen toteuttivat Jyväskylän yliopisto, Jyväskylän ammattikorkeakoulu sekä Terveiden ja hyvinvoinnin laitos yhteisenä projektina. Tutkimusprojektiin osallistui suuri joukko vanhempia Suomesta, Iso-Britanniasta ja Hollannista. Tutkimuksessa on ollut erityisenä tavoitteena myös lasten äänen kuuleminen ja heidän kokemustensa tavoittaminen. (Perheet 24/7.)

Tutkimuksen tulosten mukaan epätyypillinen työaika koskettaa useita suomalaisia perheitä. Huomattavaa oli se, että säännöllistä päivätyötä tekevistä vastaajista jopa 71 % ilmoitti tekevänsä ainakin silloin tällöin töitä epätyypillisinä aikoina esimerkiksi ylitöiden ja matkatöiden vuoksi. Suurin osa sekä säännöllistä päivätyötä tekevistä, että epätyypillisinä aikoina työskentelevistä vastaajista arvioi työn ja perheen vaatimusten sopivan hyvin yhteen. Sen sijaan tarkasteltaessa lähemmin epätyypillisinä aikoina työskentelevien osuutta, likimain 60 % ilmoittaa työn ja perheen yhteensovittamisen melko huonoksi tai erittäin huonoksi. (Perheet 24/7.)

Tutkimuksen vastaajat kokivat vanhemmuuden samantyyppisesti työajoista riippumatta. Helppoimmaksi vanhemmat kokivat hyväksynnän ja lohdutuksen osoittamisen lapselle sekä arjessa mukana olon. Hieman vaikeammaksi vastaajat arvioivat rajojen asettamisen, johdonmukaisuuden sekä läsnä olemisen erilaisissa tilanteissa. Stressin kokemukset vanhemmuudessa olivat yleisiä. Huomattavaa tuloksissa on, että sekä yksinhuoltajilla että parisuhteessa elävillä epätyypillisinä työaikoina työskentelevillä vanhemmilla oli yleistä kokemus, että joutui olemaan vastuussa lapsen hyvinvoinnista yksin. Yleisesti epätyypillisinä aikoina työskentelevät vanhemmat kokivat riittämättömyyttä erityisesti lasten harrastamisen ja läksyjenteon tukemisessa. Huolimatta haasteista vanhemmat kokivat vanhemmuuden olevan suurimman ilon tuojan ja sisällön elämässään. (Perheet 24/7.)

Parisuhteen merkitys arjen tukena oli valtaosalle vastaajista huomattavaa sekä säännöllistä päivätyötä ja epätyypillistä työaika tekeville. Puolison tuen merkitystä lasten kasvatuksessa tuotiin myös esille. Epätyypillisinä työaikoina työskentelevät kokivat säännöllistä päivätyötä tekeviä useammin yhteisen ajan perheen kanssa olevan liian vähäistä, josta myös koettiin aiheutuvan huolta. (Perheet 24/7.)

Epätyypillisinä työaikoina työtä tekevät arvioivat säännöllistä päivätyötä tekeviä useammin haasteita lastenhoidon järjestelyissä. Epätyypillisinä työaikoina työskentelevät saivat lastenhoitoapua ystävilta, sukulaisilta tai muita epävirallisilta tahoilta. Päivähoidossa olleiden lasten vanhemmista 85 prosenttia kertoi lapsensa viihtyvän yleensä hyvin päivähoitossa. Vanhemman työajalla ei ollut merkitystä lapsen viihtymiseen päivähoitossa. Vanhemmat kokivat olevansa tyytyväisiä yhteistyöhön päivähoiton henkilöstön kanssa, mutta epätyypillistä työaika tekevät vanhemmat olivat säännöllistä päivätyötä tekeviä useammin huolissaan varhaiskasvatuksen laadusta. Suurin osa vanhemmista kuitenkin koki lapsensa voivan hyvin. Osa epätyypillisinä työaikoina työskentelevistä vanhemmista ilmaisi huolensa epäsäännöllisen hoitortymin vaikutuksesta lapsiin. (Perheet 24/7.)

Teoksessa *Perhe-elämän paletti* (2009) esitetään Jyväskylän yliopiston Perhetutkimuskeskuksen ja kasvatustieteiden laitoksen yhteistyössä toteuttaman Paletti-tutkimuksen tuloksia. Tutkimus toteutettiin päiväkirjatutkimuksena, jonka tavoitteena oli saada täsmällistä tietoa nykyajan pikkulapsiperheistä, miten ne toimivat eri elämäalueilla sekä vanhempien ja lasten näkökulmasta. Tutkimuksessa ei ole eritelty erikseen vuorotyötä ja säännöllistä työtä tekeviä perheitä. Tutkimuksen tulokset osoittivat työn ja perheen pääosin tukevan toisiansa, mutta haasteiksi koettiin ajan vähyys ja työpäivän pituus. Tutkimuksen mukaan päivähoitolla oli suuri merkitys perheen ja työn yhteensovittamisessa sekä vanhempana jaksamisessa. (Rönkä, Malinen, Sevon, Kinnunen, Poikonen & Lämsä 2009, 274-295.)

Jo vuoden 2001 Perhebarometrissa (2001) julkaistun Pirjo Paajasen tutkimuksessa nousi esiin työn vaikutukset perhe-elämään vanhempien kokemana. 42 prosenttia lasten vanhemmista oli sitä mieltä, että työ haittaa jonkin verran perheen yhteistä aikaa, kun neljä prosenttia ilmoitti työn haittaavan erittäin paljon perheen elämää. Kun kyseisessä barometrissa oli tarkasteltu työn haittaavuutta erotellen isän ja äidin näkökulmat, niin isistä puolet ja äideistä 46 prosenttia kommentoivat työn haittaavan perheen yhteisen ajan viettoa. (Paajanen 2001, 53-55.)

4 Opinnäytetyön toteutus

4.1 Tutkimusmenetelmä

Tutkimuksemme lähestymistapa on kvalitatiivinen eli laadullinen. Opinnäytetyön alkuvaiheessa pohdimme tutkimusotteen valintaa, koska vuoropäiväkodin suuresta yksinhuoltajaperheiden määrästä johtuen meillä olisi voinut olla mahdollisuus saada myös kvantitatiiviseen, eli määrälliseen tutkimukseen kohtuullisesti tutkimusaineistoa. Päädyimme kuitenkin kvalitatiiviseen tutkimukseen yksinhuoltajien vuorotyön kokemusten vähäisestä tutkimusten määrästä johtuen. Tutkimusotteen valintaan vaikuttaa tutkittavan ilmiön jo olemassa olevan tiedon määrä. Mitä vähemmän ilmiöstä tiedetään, sitä todennäköisempää on valita kvalitatiivinen tutkimus (Kananen 2015, 70). Valintaan vaikutti myös selkeästi molempien opiskelijoiden kiinnostus saada syvällisempää tietoa ilmiöstä. Kvalitatiivinen tutkimus soveltuu parhaiten tilanteisiin, kun ilmiöstä pyritään saamaan syvälinen näkemys, ilmiöstä ei ole tietoa, tutkimusta tai teorioita sekä ilmiöstä pyritään saamaan hyvä kuvaus (Kananen 2015, 70-71). Laadulliselle tutkimukselle on ominaista ihmisen suosiminen tiedon keruun välineenä. Tällöin tutkija kokee luottavansa paremmin omiin havaintoihinsa ja tutkittaviensa kanssa käytyihin keskusteluihin, kuin tietyillä mittausvälineillä saatuun tietoon. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 160).

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa ovat keskiössä asioille ja ilmiöille annetut merkitykset, jotka ilmenevät monin eri tavoin (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Laadullinen tutkimus mahdollistaa ihmisten asenteiden ja suhtautumisen esiin tulemisen kirjoitettuna tekstinä, toisin kuin määrällisessä tutkimuksessa, jossa ilmiötä esitetään lukujen avulla (Kananen 2015, 71). Laadullisen tutkimuksen kautta meillä on mahdollisuus käsitellä yksinhuoltajien tilanteita ainutlaatuisina ja nostaa esiin heidän ääntänsä esiin yhteiskunnassa oman opinnäytetyömme kautta.

4.2 Tutkimuksen aineistonkeruumenetelmä

Tutkimusaineisto kerättiin haastattelujen avulla yksinhuoltajaperheiltä. Haastattelun voidaan katsoa olevan erityislaatuinen tiedonkeruumenetelmänä, koska se mahdollistaa suoran kielellisen vuorovaikutuksen haastattelijan ja haastateltavan välillä. Haastattelu voidaan nähdä keskusteluna, jossa osapuolet ovat tasa-arvoisia kysymysten ja vastausten suhteen. Koska kysymys on kuitenkin tutkimushaastattelusta, tutkijan on tietoisesti ohjattava keskustelua tutkimustavoitteiden mukaisesti (Hirsjärvi ym. 2007, 200-201). Haastattelun etuina tiedonkeruumenetelmänä on myös sen joustavuus. Tiedonkeruuta on mahdollista säädellä haastattelutilanteiden aikana vastaajia ja tilanteita myötäillen. (Hirsjärvi ym. 2007, 199-200.) Haastattelun käyttämistä tiedonkeruumenetelmänä opinnäytetyössämme puolsi se,

että halusimme kohdata haastateltavat ainutlaatuisina yksilöinä, jolloin heidän tilanteensa ja kokemuksensa saivat mahdollisuuden tulla näkyviksi ja arvostetuiksi mahdollisimman todellisina ja aitoina. Hirsjärven ym. (2007, 200) mukaan haastattelu valitaan tutkimuksen tiedonkeruumenetelmäksi usein silloin, kun korostetaan tutkittavan subjektiivutta ja hänelle halutaan antaa mahdollisuus ilmaista itseään vapaasti. Haastattelun etuina ovat myös vastausten selventämisen ja syventämisen mahdollisuus jolloin voidaan esimerkiksi esittää lisäkysymyksiä tai pyytää perusteluja. Hirsjärvi ym. (2007, 201) mainitsevat haastattelun eduksi myös nostaa esiin vaikeita ja arkoja asioita.

Opinnäytetyön aineistonkeruu suoritettiin puolistrukturoidun eli teemahaastattelun avulla, joka on yleisin laadullisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelmä (Kananen 2015, 147). Teemahaastattelu sijoittuu erilaisten tutkimushaastatteluryhmien välimaastoon, jotka erottuvat toisistaan siinä, kuinka strukturoituja kysymykset ovat. Teemahaastattelu koostuu erilaisista laaja-alaisista teemoista, jotka toimivat haastattelun pohjana. Kysymykset eivät ole kuitenkaan tarkasti etukäteen muotoiltuja, eikä niitä esitetä välttämättä tietyssä järjestyksessä. (Hirsjärvi ym. 2007, 203). Tämä mahdollistaa uusien erilaisten aihepiirien esiin nousemisen, jotka auttavat tutkijaa ymmärtämään paremmin tutkittavaa ilmiötä (Kananen 2015, 148).

Ennen haastatteluja teimme teemahaastattelu suunnitelman (liite 4). Teemat valikoituivat valitsemiemme aihepiirien ympärille, joihin mietimme avaavia kysymyksiä niin, että saisimme mahdollisimman kokonaisvaltaisesti tietoa vuorotyön ja yksinhuoltajavanhemmuuden yhdistämisen kokonaisuudesta. Olimme perehtyneet aiheeseen liittyvään kirjallisuuteen useamman kuukauden ajan, jonka perusteella meillä oli syntynyt näkemystä tutkittavasta aiheesta, vaikka varsinaista vuorotyötä tekevien yksinhuoltajaperheiden kokemuksia kartoittavaa tutkimusta aiheesta löytyi hyvin vähän. Lisäksi opiskelimme teemahaastatteluun liittyvää teoriaa ja tekniikkaa valmistautuaksemme mahdollisimman hyvin haastatteluihin.

Haastatteluun osallistuneiden kanssa sovittiin haastatteluajankohdista henkilökohtaisesti. He saivat itse valita itselleen sopivimman haastattelupaikan mutta tarjosimme heille myös mahdollisuutta suorittaa haastattelu päiväkodin tiloissa heidän niin halutessaan. Osa haastatteluista tehtiinkin päiväkodin tiloissa, ja osa perheiden kodeissa. Päiväkodin kanssa sovittiin haastattelu järjestelyistä niin, että haastatteluun tulijoilla oli mahdollisuus suojata oma osallistumisensa kohtaamatta päiväkodin henkilökuntaa. Kaikki haastattelut suoritettiin saman viikon aikana lähes peräkkäisinä päivinä. Tiivis haastattelu aikataulu auttoi meitä ehkä syventämään kysymyksiämme havainnoidessamme haastattelujen aikana aihepiirin ympärillä olevia aiheeseemme vaikuttavia asioita. Jokainen haastattelu vei aikaa noin tunnin joten litteroitavaa aineistoa kertyi hyvin.

Haastattelun aluksi kävimme kertauksen vuoksi läpi kaiken oleellisen tutkimuksen tarkoituksesta ja tavoitteista. Lisäksi informoimme tutkittavat kaikesta oleellisesta haastatteluun liittyvästä ja tutkimuksen toteuttamisesta. Kerroimme myös, miten tutkimuksen luottamuksellisuus turvataan niin, että heidän yksityisyytensä salassapitoon liittyvät tekijät toteutuvat. Haastattelijoille kerrottiin että heillä on oikeus olla vastaamatta esitettyyn kysymykseen tai keskeyttää osallistuminen haastatteluun. Informoinnin jälkeen varmistimme vielä heiltä heidän halukkuutensa osallistumaan tutkimukseen.

Tutkimuksemme haastatteluihin osallistuneet yksinhuoltajat vaikuttivat hyvin motivoituneilta kertomaan omasta elämästään ja he jakoivat hyvin avoimesti omia arkaluontoisiakin asioita. Heidän kerrontansa ja ilmaisunsa oli myös hyvin sujuvaa ja värikästä, jolloin aineistoa tutkimukseen kertyi helposti. Haastattelujen johdosta itsellemme tuli sellainen tunne, että vuoro-työtä tekevilla yksinhuoltajavanhemmilla on todella tarvetta tulla kuulluiksi ja huomioituiksi yhteiskunnassamme.

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineiston kokoa ja edustavuutta mietittäessä oleellista ei ole niiden määrä, koska laadullinen tutkimus ei etsi tilastollisia säännönmukaisuuksia eikä keskimääräisiä yhteyksiä (Hirsjärvi ym. 2007, 176). Tutkimusaineistoon tarvittavien haastateltavien määrän määrittelyyn ei ole olemassa sääntöä jolloin aineistoksi voi riittää jopa yksi tapaus (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Toisaalta kvalitatiivisessa tutkimuksessa käytetään saturaation käsitettä. Tutkimusaineiston saturaatio eli kylläntyminen tarkoittaa sitä, että tutkija kerää etukäteen päättämättä niin paljon tutkimusaineistoa, kunnes aineisto alkaa toistaa itseään. Tällöin katsotaan aineiston olevan riittävä, koska uutta tietoa ei enää nouse esiin. Tämä edellyttää kuitenkin tutkijan vahvaa asiantuntijuutta. Samoin voidaan kysyä, mistä voidaan olla varmoja, ettei uutta tietoa enää synny. Saturaation käyttöä kvalitatiivisessa tutkimuksessa heikentää myös se laadullisen tutkimuksen piirre, jossa ajatellaan kaikkien tutkittavien tapausten olevan ainutlaatuisia. Tästä huolimatta laadullisen tutkimuksen voidaan ajatella löytävän yksittäisistä tapauksista merkityksellisiä yleistyksiä, joilla on taipumus toistua tarkasteltaessa laajemmin ilmiötä. (Hirsjärvi ym. 2007, 177.)

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa ei välttämättä voida etukäteen määrittää tutkittavien määrää (Kananen 2015, 146). Koska teimme opinnäytetyötämme yhteistyössä Tähkärinteen vuoropäiväkodin kanssa, tutkimuksemme haastateltavat valikoituivat päiväkodin asiakasperheistä. Tutkimusluvan saimme Nurmijärven kaupungin varhaiskasvatuspäällikkö Leena Laineelta. Vanhempia lähestyimme kirjoittamalla heille tutkimuksen saatekirjeen, joissa kerromme itsestämme sekä tutkimuksestamme. Päiväkodin henkilökunta jakoi tutkimuspyyntökirjeemme yksinhuoltajavanhemmille, joista neljä äitiä ilmoittautui vapaaehtoiseksi haastateltavaksi. Tavoitteenamme oli tuoda esiin yksinhuoltajien tilanteita ainutlaatuisina tapauksina, jolloin haastateltavien määrällä emme kokeneet olevan niin

suurta merkitystä. Luonnollisestikaan opinnäytetyön laajuuden ja oman asiantuntijuutemme puitteissa ei olisi ollut mahdollista käyttää tutkimusaineiston saturaatiomenetelmää.

4.3 Tutkimusaineiston analysointi

Tutkimusaineiston analysointi käsittää aineiston seulomisen ja työstämisen kuunnellen, katsoen ja lukien etsien vastauksia tutkimuskysymykseen (Kananen 2015, 160). Litteroinnissa erotellaan eri tasoja niiden ja tekniikoiden suhteen. Sanatarkassa litteroinnissa kirjataan esiin kaikki äännähdykset, äänenpainot sekä videotallenteissa ilmeet ja eleet. Niiden analysointi vaatii tosin hyvää ammattitaitoa. Yleiskielisessä litteroinnissa poistetaan tekstistä kaikki murre- ja puhekieleen kuuluvat sanat, jolloin jäljelle jää kirjakieli. Propositiotason litterointi kirjaa ainoastaan haastattelusta ydinsisällöt. (Kananen 2015, 161.)

Puolistrukturoiduissa haastatteluissa, joissa on keskitytty tiettyihin teemoihin tarkasti, voidaan kerätä aineistosta vain tutkimuksen kannalta oleelliset kohdat. Tosin alkuun litterointi on tutkimuksen luotettavuudenkin kannalta syytä litteroida ensin mahdollisimman tarkasti, jonka jälkeen rajauksia voidaan tehdä tarkan pohdinnan seurauksena. Tutkijan on huomioitava, että aineiston osittainen käyttäminen täytyy aina perustella tutkimusraportissa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Tutkimuksemme haastatteluaineisto nauhoitettiin jatkokäsittelyä varten. Nauhoitettu teemahaastatteluaineisto litteroitiin mahdollisimman tarkasti jättäen kuitenkin huomiotta äänenpainot, äännähdykset ja tauot. Aineistosta jätettiin pois joitakin pieniä osioita, koska katsoimme, että ne menivät selkeästi sivuun aiheestamme, jolloin niillä ei olisi ollut mitään annettavaa aiheeseemme. Litteroinnin jälkeen kävimme läpi aineistoja useita kertoja lukemalla ja kuuntelemalla nauhoitteita. Laadullisen tutkimusaineiston analysointi edellyttää aina tarkkaa aineistoon ennalta tutustumista jolloin sisältö alkaa hahmottua (Kananen 2015, 163). Tutkimuksemme aineiston päätimme analysoida aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Sisällönanalyysi on tieteellinen metodi, jonka avulla etsitään johtopäätöksiä erityisesti verbaalisesta, symbolisesta tai kommunikatiivisesta datasta. Analysoimalla tutkimusaineistoa aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä tutkijan tavoitteena on ymmärtää tutkittavia heidän omasta näkökulmastaan etsien tutkittavien antamia merkityksiä tutkittaville teemoille. (Silius 2005.) Aineistolähtöistä sisällönanalyysia puoltaa myös aiheen vähäinen aikaisempi tutkimustieto.

Aineistolähtöiseen sisällönanalyysissä aluksi aineisto redusoidaan eli pelkistetään tiivistämällä tai jakamalla osiin. Seuraavaksi aineisto klusteroidaan eli ryhmitellään. Klusteroinnissa koodattu alkuperäisaineisto käydään tarkkaan läpi ja etsitään samankaltaisuuksia sekä eroavaisuuksia kuvaavia käsitteitä, jotka ryhmitellään ja yhdistetään omiksi luokiksi.

(Hiltunen 2016.) Seuraavaksi aineisto abstrahoidaan eli aineistosta erotetaan oleellinen tieto niin että johtopäätökset voidaan siirtää yksittäisistä tapauksista yleiselle käsitteelliselle ja teoreettiselle tasolle. (Hiltunen 2016; Metsämuuronen 2006, 122).

Litteroitua aineistoa kertyi yhteensä 63 sivua. Aineiston analysoimisen aloitimme jakamalla aineistoa teemojen mukaisiin osiin. Aineistosta löytyi myös joitakin uusia aiheita teemojen lisäksi. Aineistoa kävimme läpi niin, että etsimme avoimin silmin vastauksia tutkimuskysymyksiin kuitenkin sitomatta tarkasteluamme kirjoittamaamme teoriaan, koska halusimme tehdä aineistolähtöisen analyysin. Alkuperäiset ilmaukset jaottelimme omiin luokkiin, jotka nimesimme sisältöä kuvaavalla nimekkeellä. Jatkoimme luokittelua etsien alaluokkien yhteisiä tekijöitä, joiden perusteella muodostimme analyysin pääluokat. Pääluokiksi muotoutuivat lauseet Vanhemmuutta ja lapsen etua, Tukiverkosto kannattelee ja Arjen selviytyjät.

4.4 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyön laatua kuvaa tutkimustulosten luotettavuus. Tutkijan on syytä kiinnittää huomiota tutkimuksen luotettavuuteen jo tutkimusprosessin alusta lähtien, koska virheiden tekemisen mahdollisuus on olemassa koko prosessin ajan. Tutkimuksen luotettavuutta lisää huomattavasti luotettavuuden ennakkosuunnittelu, jolloin voidaan varautua mahdollisiin luotettavuutta vähentäviin tekijöihin. Luotettavuutta kuvataan validiteetilla ja reliabiliteetilla, joiden tarkoituksena on pyrkiä poistamaan virheitä. (Kananen 2015, 337; Kananen 2014, 151.) Reliabiliteetti kuvaa tutkimustulosten pysyvyyttä, jolloin tulokset pysyisivät samoina uusintatutkimuksissa. Validiteetti taas kertoo siitä, onko tutkimuksessa mitattu oikeita asioita. (Kananen 2014, 147.) Kvalitatiivisessa tutkimuksessa reliabiliteetin ja validiteetin käyttöön suhtaudutaan varovaisesti. Kun kysymys on ihmisestä ja hänen ainutlaatuisuudestaan, eivät normaalit luotettavuusmittarit ole soveliaita sellaisenaan (Hirsjärvi ym. 2007, 227). Tästä huolimatta laadullisen tutkimuksenkin luotettavuutta on syytä pyrkiä arvioimaan jollakin tavalla.

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta vahvistaa tutkimuksen toteuttamisen eri vaiheiden tarkka selonteko, riittävä dokumentaatio sekä valintojen ja ratkaisujen perustelu (Hirsjärvi ym. 2007, 227; Kananen 2014, 151). Tämän tutkimuksen luotettavuutta vahvistaa mahdollisimman tarkkaan tehty perustyö, jossa olemme perehtyneet ilmiöön ja aikaisempiin tutkimuksiin. Luotettavuutta lisää myös tutkimussuunnitelma, perehtyminen haastattelutekniikkaan ja aineiston analysointiin. Tutkimuksen luotettavuutta vahvistaa myös tutkimusprosessin läpinäkyvyys, jossa olemme kertoneet ja perustelleet miten tutkimus on tehty. Tutkimuksen luotettavuuden kannalta on oleellista että käytetyt lähteet ovat myös luotettavia. Kirjoittajien tunnettavuuteen ja arvostettavuuteen sekä lähteiden ikään ja

alkuperään tulee kiinnittää huomiota (Hirsjärvi & muut 2007, 109). Lähteitä valitessamme olemme etsineet mahdollisimman tuoreita lähteitä sekä tunnettuja kirjoittajia ja yleisesti arvostettuja organisaatioita.

Kananen (2015, 339) nostaa esiin reaktiivisuutta, joka tarkoittaa tutkimustilanteen ja tutkijan vaikutusta tutkittaviin. Omassa tutkimuksessamme on syytä pohtia reaktiivisuuden mahdollisuutta haastattelutilanteissa. Oma kokemattomuus on saattanut vaikuttaa kysymysten asettelussa, jolloin haastatteli on voinut esittää johdattelevia tai epäselviä kysymyksiä. Osin saatoimme myös joutua varsinaisista teemoista sivuraiteille, jonka vuoksi poistimme osan aineistosta. Haastattelu on aina kaksisuuntainen vuorovaikutustapahtuma (Hirsjärvi & Hurme 2009, 53). Haastattelussa syntyvä turvallisuuden ja luottamuksellisuuden tunne ovat myös merkittäviä tekijöitä haastattelun onnistumiseksi. Yksinhuoltajavanhemmat kertoivat hyvin avoimesti elämästään mutta voimme pohtia olemmeko osanneet tulkita heidän omasta todellisuudestaan käsin heidän antamiaan merkityksiä eri asioille. Tilannetta helpottanee se, että varasimme runsaasti aikaa haastatteluihin, jolloin meillä oli aikaa ja rauhaa kuunnella ja kysyä tarkentavia kysymyksiä.

Etiikan olemus osana ihmisen jokapäiväistä elämää näkyy valintoina suhtautumisessa omiin ja toisten tekemisiin, mikä moraalisesti koetaan hyväksyttävänä ja mikä koetaan tuomittavana. Tutkijan eettinen ajattelu näkyy kykynä pohtia asetettujen tutkimuseettisten arvojen kautta tutkimuksessa tehtäviä valintoja. Tutkijoiden ammattikuntaa ohjaavat tutkimusetiikan normit voidaan jakaa kolmeen pääryhmään: totuuden etsimistä ja tiedon luotettavuutta kuvaavat normit, tutkittavien ihmisarvoa kuvaavat normit sekä tutkijoiden välisiä suhteita ilmentävät normit. (Kuula 2006, 21-24.) Tutkijalle on olennaisen tärkeää kiinnittää huomiota tutkimuksen eettisyyteen koko tutkimusprosessin ajan aina aihevalinnasta tutkimuksen tulosten julkistamiseen saakka (Kuula 2006, 11).

Ihmisarvon kunnioittamista ilmentävistä normeista on johdettu ihmistieteissä käytetyt tutkimuseettiset periaatteet. Periaatteisiin kuuluvat tutkittavien ihmisten itsemääräämisoikeus, vahingoittumattomuus sekä yksityisyyden kunnioittaminen. (Kuula 2006, 60.) Ihmisten itsemääräämisoikeutta on huomioitu tutkimuksessamme muun muassa niin, että tutkimuspyyntömme ja annetun informaation jälkeen tutkittavat saivat itse päättää osallistuvatko tutkimukseen. Heille pyrittiin antamaan myös riittävää ja asianmukaista tietoa tutkimuksesta jo saatekirjeessä. Asianmukaiseen informaatioon kuuluvat perustiedot tutkimuksesta ja sen tekijöistä, sekä tutkittavilta kerättyjen tietojen käyttötarkoitus. (Kuula 2006, 61-62.) Hirsjärvi & Hurme (2008, 20) huomauttavat tutkijan mahdollisuudesta rajata tutkittavalle annettavaa informaatiota. Informaation tulisi sellaista, että se ei vaikuttaisi tutkittavan käyttäytymiseen ja näin vääristäisi tuloksia.

Tutkittavien vahingoittumattomuutta suojataan huolehtimalla asianmukaisesti luottamuksellisten tietojen salassapidosta (Kuula 2006, 62). Haastattelun luottamuksellisuutta on turvattu kirjoittamalla vaitiolosopimus Nurmijärven kaupungin varhaiskasvatuspäällikön kanssa. Yksityisyyden kunnioittamisella tarkoitetaan ihmisten oikeutta päättää tutkimukseen annettavista tiedoistaan sekä tutkimustekstien kirjoittamista siten, etteivät ne paljasta tutkittavien henkilöllisyyttä, eivätkä tutkittavat ole muutoinkaan tunnistettavissa tutkimusteksteistä. (Kuula 2006, 64.) Tätä on huomioitu niin, että tutkittavien henkilötietoja on suojattu tutkimuksessa siten, etteivät sivulliset pääse tutkimaan niitä. Peruseriaate laadullisen tutkimuksen tutkimusaineiston anonymisoinnissa on tutkittavien kaikkien suorien tunnisteiden poistaminen heti, kun aineiston tekninen toimivuus on varmistettu (Kuula 2006, 214). Tällöin oikeat nimet eivät näy missään vaiheessa tutkimusasiakirjoissa eivätkä tutkimustuloksissa. Aineistossa erisnimiä voidaan muuttaa pseudonyymeiksi eli peitenimiksi (Kuula 2006, 215). Tutkimuksen anonymisointi on suoritettu niin, että tutkimukseen osallistuneiden nimiä ei ole käytetty lainkaan tutkimuksen analysointivaiheessa, vaan haastatellut on ainoastaan numeroitu haastattelujärjestyksen perusteella. Samoin heidän kertomiaan toisten ihmisten nimiä tai paikannimiä ei ole kerrottu, vaan niitä on muutettu yleisnimiksi tai ilmaistu kirjaimella X. Haastatteluissa nauhoitetut ääninauhat on tuhottu tutkimuksen analysoinnin jälkeen. Haastateltuja on pyritty suojaamaan myös haastattelujärjestelyjen avulla. Haastateltavat saivat itse valita haastattelupaikan, jolloin heillä oli mahdollisuus suojata itseään ja yksityisyyttään haluamallaan tavalla. Heille tarjottiin myös mahdollisuutta haastatteluun päiväkodin tiloissa, jossa haastattelutila järjestettiin niin, että vanhemmilla on mahdollisuus saapua sinne päiväkodin henkilökunnan huomiotta.

Tutkimuksen vuorovaikutustilanteissa tutkijalla on oltava tietoa ja taitoa huomioida tutkittavien henkisen vahingon välttäminen. Henkistä vahingoittumattomuutta luonnollisesti suojataan tutkittavien kunnioittamisella vuorovaikutustilanteissa mutta tutkijan on myös tärkeää hankkia ennen haastatteluja menetelmällistä perustietoa haastattelutilanteista. (Kuula 2006, 63.) Omassa tutkimusprosessissamme olemme tutustuneet teemahaastattelua koskevaan teoriaan ja käytäntöön kirjallisuuden avulla. Tämän lisäksi olemme tehneet asianmukaisen teemahaastattelusuunnitelman.

Tutkimustulosten julkaisussa on huomioitava luottamuksellisuus sekä tulosten julkaisusta aiheutuvat mahdolliset seuraukset tutkittaville sekä heitä edustaville ryhmille tai instituutioille (Hirsjärvi & Hurme 2009, 20). Kuula (2006) huomauttaa, että tutkijan ei tarvitse hyväksyä kaikkea tutkittavien esiin tuomia asenteita ja heidän elämänsä liittyviä asioita. Hyvä tutkija osaa olla kriittinen tuoden esiin myös vaikeita ja arkaluonteisempia asioita objektiivisesti mustamaalaamatta tutkittaviaan tai heitä edustavia ryhmiä. (Kuula 2006, 63.) Tutkimukseen osallistuneet jakoivat haastatteluissa omaa yksityisyyttään, jota kunnioittaen

olemme pyrkineet kokoamaan tutkimustekstimme niin, että siitä ei aiheutuisi kenellekään haittaa. Haastattelussa esille tulleet asiat on raportoitu tutkimusjulkaisussa niin, että tutkittavia tai muita haastattelussa mainittuja yksittäisiä henkilöitä ei voida tunnistaa.

5 Tutkimustulokset

5.1 Vanhemmuutta ja lapsen etua

Yksinhuoltajavanhempien haastatteluissa nousi selkeästi esiin vahvan äitiyden ja lasten suojelijan rooli. Äitiys koettiin tärkeäksi tehtäväksi ja lapset koettiin elämän keskipisteenä. Arjen keskellä vaativienkin haasteiden alla haluttiin ajatella lasten parasta, joka selkeästi tuotiin esiin tuomalla esiin läsnäolon tärkeyttä ja valintojen tekemistä lapsen etua ajatellen. Väestöntutkimuslaitoksen tekemässä tutkimuksessa yksinhuoltajavanhemmat näyttäytyivät hyvin lapsikeskeisinä; jopa 80 prosenttia vastaajista koki lapsensa erittäin tärkeiksi perheensä kannalta. Vastaavasti 78 prosenttia vastanneista yksinhuoltajavanhemmista oli sitä mieltä, että vanhempien tulee ottaa huomioon lastensa tarpeet toiminnassaan ainakin jossain määrin. (Broberg & Tähtinen 2009, 163.) Lapsen hyvinvointia ja parasta mietittiin kaikissa haastatteluissa esille nostetuissa tilanteissa, ja vanhemmat selkeästi arvottivat elämäänsä lastensa hyvinvoinnin kautta sekä järjestivät arkeansa lapsen ehdoilla vuorotyön suomissa raameissa. Lasten hyvinvointi koettiin omaa hyvinvointia tärkeämmäksi, josta tingittiin lapsen etua ajatellen.

”Ja teen kaikkeni lapsen eteen.”

Äitiys naisille tarkoittaa vielä enemmän kuin hyvän äitiyden vaatimus. Äitiys on erottamaton osa arjessa olemisen tapaa, jolloin sitä on mahdotonta nostaa erilliseksi vaatimukseksi, vaan se toimii ikään kuin arjen kokoajana. Kirjallisuudessa tätä äitiyden kokonaisuutta kuvataan äititapaisuutena (Hokkanen 2005, 31). Krok (2009) puhuu yksinhuoltajaäitejä koskevassa tutkimuksessaan äitiystapaisuudesta. Äitiystapaisuus sisältää tiedon siitä, miten äidin tulee toimia lastensa elämässä. Äitiystapaisuus kehittyy kulttuurin tuomissa raameissa, jossa sitä vahvistetaan omalla toiminnalla äitinä olemisessa. Merkittävää äititapaisuudessa on läsnäolo lapselle, joka tarkoittaa fyysistä läheisyyttä, olemista samassa paikassa sekä kosketusta. Läsnäolon eri merkitysten taustalla vaikuttaa pyrkimys lapsen parhaaseen. (Krok 2009, 87-88.)

5.1.1 Läsnäoloa ja aikaa lapselle

Yksinhuoltajaäitien kertomissa kuvauksissa eri tilanteissa arjen keskellä nousi esiin vahvasti tarve olla läsnä lapsensa elämässä. Erityisen selvästi tämä tulee esiin heidän kertoessaan

ajankäytöstään. Vuorotyön luomat ajankäytön raamit luovat paineita yhteisen ajan järjestämiselle, jolloin aikaa pyritään säästämään ja keräämään lapsille mahdollisimman paljon. Työvuoroja pyritään järjestelemään mahdollisuuksien mukaan niin, että vanhempi saisi olla lapsen kanssa mahdollisimman paljon. Työntekijän ymmärrystä ja joustavuutta yksinhuoltajavanhemman tilanteeseen tuotiin myös esiin.

”Aika hyvin pystyn tällä hetkellä sumplimaan sillä tavalla, että en ole myöhimmässä iltavuorossa silloin kun mulla on lapsi kotona...”

”Tuntuu, että kaikkia niitä omia asioita kerryttää sitten sille viikolle.. (kun lapsi isällä)”

Äidit toivat esiin kokemaansa syyllisyyttä työvuoroistaan, varsinkin jos työputket ovat pitkiä, jolloin lapset viettävät enemmän aikaa päiväkodissa. Vaikka päivähoitoon koetaan tyytyväisyyttä, lasta ei silti haluttaisi pitää päiväkodissa yhtään enempää kuin on ihan pakko, koska lasten kanssa haluttaisiin viettää itse aikaa mahdollisimman paljon.

H: ” Kaipaanko enemmän aikaa lasten kanssa?”

Ä:” No tietysti kaipaan enemmän. Vaikka olisin siinä arkityössä, vastaisin näin. Mutta tota silloin on, jos on näitä pitkää päivää ja pitkä putki niin silloin tuntuu, että se on hirveetä että lapsia näkee niin vähän...”

Haastatteluissa nousi esiin myös perhejuhlien yhdessä viettämisen tärkeys. Huolta lapsista syntyy, kun esimerkiksi ei voi viettää jouluaattoja heidän kanssaan, vaikka mieltää sen tärkeänä perhejuhlanä. Tietämättömyys tulevasta työvuoroista aiheuttaa huolta lapsen puolesta sekä vaikeuttaa tulevaisuudensuunnittelua. Vuorotyö aiheuttaa jännitteen läsnä olemisen ja työnteon välille.

”Mä oon vähän miettinyt, että mites se nyt sitte koska mun mielestä oikein jouluhan on perhejuhla...nyt mä oon ensimmäistä kertaa jouluaattona töissä. En mä nyt haluais että lapsen täytyis olla päiväkodissakaan..ei voi mitään..”

Taustalla hämmöittää huoli lapsista, ja vanhemmat säälivät lapsiaan toisinaan pitkiksi venyvien hoitopäivien johdosta. Äidit kokevat, että lapsen on hyvä viettää aikaa kotona vanhemman kanssa mahdollisimman paljon. Töitä pyritään mahdollisuuksien mukaan järjestelemään niin, että lapsen ei tarvitsisi olla pitkiä aikoja päivähoidossa kerrallaan. Asuinpaikka voidaan myös valita niin mahdollisimman lähelle päiväkotia, jotta siirtymä päiväkodista kotiin olisi mahdollisimman lyhyt. Erityisesti lasten oleminen päivähoidossa myös öiseen aikaan surettua

vanhempia, ja yövuorojen aikana pyritäänkin hyödyntämään mahdollisia tukiverkostoja, kuten isovanhempia, jolloin lapset voivat viettää osan öistään heidän luona.

”Onhan se just sitte kurjaa, kun on niitä iltoja, että haen kymmenen jälkeen vasta lapsen tarhasta tai niihin aikoihin tota...onhan se aika kurjaa mennä siihen aikaan vasta niin...ettei ehdi sitä päivää viettää lainkaan lapsen kanssa.”

”Isäni asuu tuossa lähellä kans niin hän ottaa lapsen aina kerran viikossa yhdeksi yöksi...se auttaa jo paljon...”

5.1.2 Lapsi on elämän keskipiste

Kysyessämme yksinhuoltajavanhemmilta, miten he määrittelisivät vanhemmuuden, jokainen heistä koki kysymyksen vaikeana. Vanhemmuus on kuitenkin suurena tekijänä raamittamassa yksilön todellisuutta ja identiteettiä, jolloin sen tarkastelu ikään kuin itsestä irrallisena asiana voi osoittautua vaikeaksi. Krok (2009, 70) kertoo omassa yksinhuoltajaäitejä koskevassa tutkimuksessa samantyyppisestä ilmiöstä, jossa koettiin vaikeaksi vastata kysymykseen, mitä äitiys merkitsee heille. Tutkija tulkitsee reaktiota seurauksena siitä, että on niin vaikeaa kertoa sellaisesta, joka koskettaa heidän elämässään kaikkea jolloin paljon jäisi sanomatta. Tutkija pohtii myös omalta kannaltaan sitä, kuinka vaikea tutkijana on tulkita ja jäsentää sellaista, mikä on joka puolella ja kaikkialla. Äitiys täyttää niin merkittävällä tavalla kaiken jolloin äitiyden kokemuksista kirjoittaminen tuntuu haasteelliselle.

H: Miten määrittelisit vanhemmuuden?

Ä: Äiti tekee. Äiti hoitaa. En mä tiiä miten sitä pitäis määritellä mutta...”

Vanhemman roolia kuvattiin selkeästi auktoriteettina ja rajojen laittajana lapsen elämässä. Vanhemmat kuvailivat vanhemmuuden roolejansa: turva lapselle, esimerkin näyttäjä, elämään opastaja, arjen opettaja, tunteiden selittäjä ja hauskuuttaja. Jokainen haastatelluista yksinhuoltajavanhemmista toi selkeästi esiin lasten merkityksellisyyttä heidän elämässään. Lapsia kuvattiin tärkeimpänä asiana elämässä, keskipisteenä ja elämän suurimpana saavutuksena. Melkein kaikki tutkimukseen osallistuneet yksinhuoltajavanhemmat kertoivat äitiyden olleen heille pitkäaikainen toive ja oma selkeä valinta. Äitiys ja vanhemmuus näyttäytyvät voimavarana, joka kantaa vaikeimpinakin aikoina ja antaa enemmän kuin ottaa.

”Vanhemmuus merkitsee todella paljon. Se on elämän saavutus numero yks... Tätä mä oon halunnut ja tästä mä tykkään. On se ihanaa, kun on lapsia...”

Haastatellut toivat selkeästi esiin myös haluansa ja pyrkimystensä olla hyvä äiti. Päivittäisessä lasten perushoidossa, arjen askareissa ja lasten harrastuksissa tuotiin halua toimia lasten parhaaksi ja lapsia ajatellen. Eräs haastatelluista toi esiin syyllisyytensä siitä, kuinka paljon enemmän pitäisi pystyä tekemään, mutta vuorotöistä johtuvan väsymyksen tähden omiin vaatimuksiin ei koettu aivan ylettyvän. Äiti koki, ettei hän pystynyt olemaan niin tarkka lastensa kasvattamisessa kuin hän haluaisi. Hän ei kokenut voivansa pitää sellaisia rajoja lapsille, joita hän olisi halunnut. Hän toi esiin ajatuksia siitä, kuinka nykyisen elämäntilanteen vuoksi on täytynyt tulla joustavammaksi.

”Aina... mun mielestä vanhempi ei oo koskaan kaveri... et se on sitten se tylsä, joka sanoo... mut kyllähän mä huomaan et mä oon tullut paljon joustavammaksi nyt tään yksinhuoltajuuden myötä kun en mä pysty pitämään niin tiukkoja rajoja, kuin mitä mä ehkä haluaisin pitää..että kyllä vähän niinkun joustaa niinkun...ja sitten varsinkin nää nukkumaanmenoajat kun mä olin ennen niin tarkka..”

Krok (2009, 71) nostaa esiin hyvän äitiyden vaatimusta, joka tarkoittaa, että on olemassa normatiivinen idea äitiydestä. Äitiyden normatiivisuus aiheuttaa sen, että kaikki äidit eivät kykene täyttämään hyvää äitiyden vaatimusta, jolloin syntyy käsitys hyvästä ja pahasta äidistä. Perinteiden mukaisesti hyvät ja pahat äidit on erotettu toisistaan sen mukaan, ovatko he naimattomia vai naimisissa. Paha äiti on liitetty naimattomuuteen, jolloin voidaan todeta, että yksinhuoltajanaisilla on moninkertaiset vaatimukset täyttää hyvän äidin vaatimukset. Vuorotyön kuormittamana hyvän äitiyden paineet ovat luonnollisesti kovempia ja haastavampia. Tutkimukseen osallistuneet kertoivat omista paineistaan ja tunteistaan äiteinä. Jotkut haastatellut toivat esiin lapsen päiväkotiin jättämisen hetken vaikeuksia. Lapsi jää itkemään äidin perään, äidin on kuitenkin mentävä koska työt odottavat. Äiti lähtee kuitenkin syyllisyyden tunne mukanaan, jonka kanssa pitää jaksaa väsymyksenkin keskellä.

”Mutta tota...jääminen (päiväkotiin) on ihan tuskaa lapselle...edelleen...koko ajan...hyvä äiti-pisteet taas ropisee...kyllä se tekee tosi..varsinkin jos on taas huono päivä jos on väsynyt niin on se ihan hirveetä sitten kun...”

Hyvän äitiyden vaatimus nousee selkeästi yksinhuoltajaäitien kertomuksista. Yksinhuoltajuuden tuomista paineista äitinä olemiseen ja selviytymiseen kertoo eräs haastateltava, joka kokee selkeästi ympäristön luovan paineita äitiydelle. Hän kokee, että hänen pitää näyttää muille, että selviää yksin ja kykenee hoitamaan lapsensa itse. Hän haluaa myös välttää tilanteen, jossa hänen äitiyttään tulnaisiin arvostelemaan.

”Et mä hoidan lapseni itse, ja varsinkin sitten, ettei tarvi tulla sanomaan, että kun se ei hoida sitä.”

Äitiys ja vanhemmuus ovat merkittävä osa elämää. On tärkeää onnistua äitinä ja vanhempana, koska lapset merkitsevät niin paljon. Kokemus hyvästä äitiydestä on mahdollista virheistä huolimatta. Itsetuntemuksen kehittyessä voi myöntää omaavansa myös heikkouksia ja silti hyväksyä itsensä oman lastensa äitinä.

”...toki mussakin on niitä virheitä, mut kyl mä koen, että mä oon tosi hyvä äiti.”

5.1.3 Hyvinvointia lapsen rytmissä

”Et lapsella hyvä olla, ihan sama mitä muuten tapahtuu.”

Tutkimuksemme yksinhuoltajavanhempien kertomuksissa lastensa ja omasta hyvinvoinnista selkeästi korostuu vanhempien tekemät valinnat lastensa hyväksi. Lasten hyvinvointi nostetaan omaa hyvinvointia arvokkaammaksi asiaksi, ja sen eteen ollaan valmiita joustamaan niin pitkälle kuin mahdollista. Lapsen edun mukainen ajattelu arjen valinnoissa vaikutti olevan heille itsestänselvyys, jolloin lasten tarpeet pyrittiin huomioimaan jokapäiväisen arjen ja muuttuvien tilanteiden keskellä.

Nukkuminen ja lepääminen nousivat selkeästi merkittäviksi arjen hyvinvointiin vaikuttaviksi tekijöiksi. Yksinhuoltajavanhemmat toivat esiin oman lepäämisen ja nukkumisen rytmittyvän lapsen rytmin mukaan. Mitä pienemmistä lapsista on kyse, sen vaativampaa lapsen rytmin mukaan eläminen on. Eräs haastatelluista pohti lapsen rytmissä elämisen haasteellisuutta:

”Se on se kaikista haasteellisoin, kun pitäis jaksaa ja pystyä valvoon sen lapsen rytmin mukaan.”

Tutkittavat toivat esiin kamppailevansa univelan kanssa, jota aiheutuu esimerkiksi useamman yövuoron työputkista. Eräs haastatelluista kertoi, kuinka viikonloppuisin on selvittävä 4-5 tunnin yönillä yövuorojen vuoksi, koska lapsi ei voi olla tiettyä määrää enempää päivähoitossa. Valveillaoloaika voi venyä jopa lähes vuorokauden mittaiseksi useiden perättäisten yövuorojen takia. Epäsäännölliset työvuorot sekoittavat unirytmiiä ja heikentävät unenlaatua. Yöuni voi myös keskeytyä lasten yöllisten heräämisten ja sairastelun myötä.

”Kyllä siinä unirytmii on välillä aika sekaisin ja sitten unen riittävyys ei oo ihan riittävää aina eikä myöskään se unen laatuukaan että just se että vaikka pääsee illalla vähän myöhään töistä ja sitten tota yöllä tuleekin joku yöherätys tai

jotain siinä sitten tai mitä ikinä niin uni katkee ja sit taas aikasin aamulla hereille niin eihän se nyt ihan plakkariin mee. Mut joo kyl se on niinkun, on se kyllä haaste.”

Epäsäännöllisiä työvuoroja tekevä kokee, että hänellä on univelkaa viikoittain. Yövuorot lisäävät selkeästi kokemusta väsymyksestä, joka ei välttämättä helpota pidemmänkään yön jälkeen. Eräs haastatelluista kertoi, että hän pyrkii menemään nukkumaan samaan aikaan pienen lapsen kanssa, koska aamuisin on kuitenkin herättävä pienen lapsen rytmissä. Haastetta nukkumisrytmiin tuovat myös eri-ikäiset lapset. Pienten lasten jo nukkuessa aikaisemmin, voivat isommat lapset tarvita vanhemman apua, aikaa ja huomiota omiin asioihinsa. Toisaalta tuotiin esiin sitä, että univelkaa voi myös lisätä oman ajan nipistäminen sekä kotitöiden tekeminen iltahetkinä, kun lapsi on jo nukkumassa. Univelasta seuraa väsymystä ja kärsimättömyyttä. Äidit tuovat esiin harmistumistaan siitä, että väsyneenä ei aina jaksaa olla kärsivällinen jolloin riitoja saattaa syntyä. Väsymys ja univelka aiheuttivat myös saamattomuuden tunnetta ja käynnistysvaikeuksia. Kotona ei välttämättä saatu niin paljon aikaiseksi, kuin olisi haluttu. Väsymyksen tunnetta pyritään kuitenkin hallitsemaan pienten lepoaikojen avulla, mutta niin että huomio pysyy lapsessa.

”Mut sit hetkeksi kun istuu alas niin sit tulee jotenkin totaalinen semmonen lamaantuminen mitä tota siis kyllä sitä ite on tässä nyt jo monesti...tai et sen on pistänyt merkille ja et siihen niinkun yrittäis jollain konstilla niinkun saada hallintaan et se ei olis ihan totaalinen semmonen.. tiedostaa sen oman rajansa että istahtaa vaikka hetkeksi mutta sitten kuitenkin on siinä skarppina edelleen.”

Väsymys on sana, joka ilmaantuu toistuvasti haastatteluiden aikana. Väsymyksen kanssa sinnitellään ja voimaa arkeen tuntuu löytyvän kaikesta huolimatta. Väsymyksen kanssa on opeteltu elämään niin, että se on hyväksytty osaksi arkea. Väsymys vaikuttaa hyvinvointiin aaltoilevasti, eikä se pääse hallitsemaan koko elämää. Eräs haastatelluista kertoo olleensa aina hyvin sikeäuninen, mutta muuttuneensa herkemmäksi ja oppineensa pärjäämään pienilläkin yöunilla.

”Mut kaikkeenhan tottuu... se on, kun tässä mennään näin ja sit mennään... kyllähän se tiettyinä päivinä aina harmittaa, kun on oikein huono päivä ja väsyttää mutta...sitten taas...”

”Niin nyt on tullut se, että jaksaa, jostain sitä energiaa löytyy niin paljon, että jaksaa niillä kolmen tunnin yönillä se viikonloppu mennä.”

Lasten unen riittävyden vanhemmat arvioivat yleisesti hyväksi. Aikaisina aamuherätyksinä lapset voivat jatkaa yöunia päiväkodissa, mutta yhtäjaksoisen unen katkeamista ei kuitenkaan pidetä hyvänä. Lasten ja vanhempien unirytmiiin voi tuoda haastetta myös kahden eri kodin erilaiset rytmit. Lapsen ollessa isän luona rytmit saattavat olla erilaiset kuin äidin luona.

”No kyllä sekin aika paljon kuormittaa..kun täällä mun päässä pitäis mennä aikasin nukkumaan että sitten tulee tarpeeksi unta koska joutuu itse menemään aikaisin töihin niin sitte jos toisella ei ookaan ollenkaan uniaikeita siinä vaiheessa.”

Haastatellut yksinhuoltajavanhemmat kokivat lapsensa suhteellisen perusterveiksi. Heidän mielestään vuorotyön tuomat rasitukset eivät aiheuttaneet perheessä erityistä sairastelua normaalien epidemioiden lisäksi. Lasten terveys koettiin tärkeänä vuorotyön onnistumisen kannalta. Lasten sairastelut ja pidemmät poissaolot töistä voivat aiheuttaa ansionmenetyksiä, jolloin yksinhuoltajan talous joutuu luonnollisesti koetukselle. Haastatteluissa tulikin ilmi, että töistä ei olla pois ihan pienistä syistä.

”Voi sanoo, että mä en oo ollut pois töistä kertaakaan, vaikka olisin ollut ite kipeä tai...tai joo ehkä kerran.”

”Kun yhden ihmisen palkalla eletään, turhasta ei olla pois.”

Eräs haastatelluista toi esiin terveytensä hoitamisen vaikeutta. Hän koki, että hänellä oli hoitoa vaativia terveydellisiä haasteita, mutta lapsen hyvinvoinnin mennessä edelle ja tukiverkoston puuttuessa joutuu suoritutamaan arjesta puutteellisen toimintakyvyn kanssa.

”Mutta en mä voi olla täällä lapsen kanssa kännissä, lääkehöyryssä.”

Liikuntaa tulisi harrastaa terveydellisistä syistä, mutta eräs vanhempi koki siihen löytyvän huonosti mahdollisuuksia. Pitkän päivän päätteeksi hänellä ei ole enää halua lähteä viemään lasta ulos, koska kokee että lapsi on saanut ulkoilla päivähoidossa jo niin paljon ja haluaa että lapsi voi rauhoittua kotona hoitopäivän jälkeen. Jälleen kerran vanhempi laittaa lapsen edun itsensä edelle.

”Toi lapsihan on saanut ihan ulkoilmamyrkytyksen, siinä että mun pitäs taas repiä se ulos... mä en pääse ees lenkillä käymään. Lääkäri sanoi, et mee salille...mä sanoin, mihin mä laitan ton lapsen vähäks aikaa...”

Yleisesti liikunnan ja harrastamisen tavat ja mahdollisuudet vaihtelivat haastateltujen kesken. Liikunnan merkitys osana hyvinvointia oli kuitenkin jokaisen haastateltavan mielestä tärkeää. Liikuntaa harrastettiin yksin, että yhdessä lasten kanssa. Fyysisen työn ja arjen askareiden koettiin myös täyttävän liikunnallisia tarpeita, joihin ei muuten välttämättä aikaa olisi jäänyt. Kouluikäisten lasten liikuntaharrastuksia tuettiin kuljettamalla heitä harjoituksiin ja osallistamalla harrastuksiin liittyviin kilpailuihin.

Yleisesti haastatellut vanhemmat toivat esiin pitävänsä tärkeänä terveellistä ravitsemusta osana perheen hyvinvointia, ja he kantavat huolta lasten hyvästä ravitsemuksesta. Kertomuksista käy ilmi, että he arvostavat kotiruokaa, ja sitä pyritään valmistamaan päivittäin sekä syömään yhdessä. Eräs äideistä kertoo pitävänsä päivittäistä perheen yhteistä ruokailuhetkeä tärkeänä yhdessäolon kannalta, mutta että lasten harrastusten vuoksi se on hankalaa. Tärkeäksi seikaksi haastatteluissa nousee myös lasten säännöllinen ruokailurytmi, josta halutaan pitää kiinni myös vapaapäivinä. Mutta vaikka lasten ruokailusta pyritään pitämään hyvää huolta, vanhempien omasta säännöllisestä ruokailusta tingitään helpommin. Eräs äideistä kertoo syövänsä terveellisesti mutta epäsäännöllisesti työpäivän aikana ja hänen ensimmäinen lämmin ateriansa saattaa olla vasta kotona illalla lapsen kanssa. Yksi haastatelluista kertoo säästävänsä aikaa perheelleen jättämällä ruokatunnin väliin töissä.

”Mut on se... mut toisaalta sit mä aattelen sen et, jos mä pitäisin sen ruokatunnin siellä, niin sitten mä tulisin myöhemmin kotiin..mä oon sit enemmän aatellut et parempi se on tehdä niin...et senki ajan mä voin tavallaan tässä kotona käyttää.”

Kysimme haastatteluihin osallistuneilta myös parisuhteen merkityksestä heidän arjessaan. Parisuhteesta haastateltujen arjessa kerrottiin sekä voimavarana että haasteiden tuojana. Parisuhteen koettiin antavan voimaa arkeen mutta sen haluttiin toimivan kuitenkin lasten ehdoilla. Parisuhdetta haluttiin säädellä lasten vuoksi, koska haluttiin turvata lapsille tasaista arkea ja toinen ihminen erotettiin kuitenkin vieraaksi, joka ei ole perheenjäsen.

”Mut ihan lasten takia, et tää on meidän koti, mun ja lasten koti että hän on kuitenkin ulkopuolinen ja...niin sanotusti ylimääräinen..miesystävä..”

Kokemukset aikaisemmista parisuhteista aiheuttivat varovaisuutta, jolloin parisuhteisiin alkamista pohdittiin tarkasti. Lyhytaikaiset suhteet mietityttivät, koska niiden pelättiin aiheuttavan lapselle vahingollisia kokemuksia. Äidit vaikuttivat suhtautuvansa hyvin järkipäisesti uusien perheiden muodostamiseen ja tunteita selkeästi säädeltiin. Hokkanen (2005, 167) huomioi omassa eronneita äitejä ja isiä koskevassa tutkimuksessaan, että uusiin parisuhteisiin hakeutuminen ja uusperheiden muodostaminen voivat olla tavoittelua kohti

normaaliutta. Kuitenkin rankkojen erojen jälkeen koetaan vaikeutta lähteä uuteen suhteeseen. Tutkimukseen osallistuneet tasapainoilivat järjen ja tunteiden kanssa, mutta usein järki ja arjen realiteetit kuitenkin ohjasivat vanhempien toimintaa. Eräs tutkimuksemme haastatelluista kertoi että hän haluaa säästää kaiken töiden jälkeen liikenevän ajan lapselleen. Hän koki, että hänen uusi mahdollinen parisuhteensa olisi lapsen kanssa vietetystä ajasta pois ja sitä hän ei halunnut. Hän haluaa myös korvata lapselle kokemaansa menetettyä yhteistä aikaa koska ei ole töiden puolesta voinut pitää koko äitiyslomaa.

”Että se, mitä mä oon menettänyt niinkun siinä äitiyslomassa ja niissä niin määhän haluan ottaa sen nyt vähän takaisin tuon lapsen kanssa et määhän en ala sotkemaan tähän nyt mitään muuta et kaikki se vähäinenkin aika mikä meillä töitten puolesta on niin sit se menee sille...et tota..helpommallakin pääsisi, mutta en mä halua.”

5.2 Tukiverkosto kannattelee

Haastatteluissa kävi hyvin selkeästi ilmi, että tukiverkostolla on tärkeä rooli yksinhuoltajavanhemman arjessa selviytymiselle. Kun yksinhuoltajavanhemmalla on ympärillään perheen jäseniä ja ystäviä, on heidän tukensa merkittävää arjen pyörittämisessä esimerkiksi sairastumisen yllättäessä. Tukiverkoston puuttuessa yksinhuoltajavanhempi on entistä kovemmalla taiteillaan työn ja perhe-elämän välillä, kun auttavia ylimääräisiä käsiä ei ole tarjolla.

Perheet 24/7 tutkimuksessa huomattiin, että epätyypillistä työaikaan tekevät vanhemmat kokivat säännöllistä päivätyötä tekevää vanhempaa useammin ongelmia lastenhoidon järjestämisessä. Lastenhoito ongelmia syntyi tutkimuksen mukaan, kun epätyypillisessä työssä tulee viime hetken muutoksia työaikoihin ja työvuoroihin. Muutoksen syynä voi olla myös työnluonteen ennakoimattomuus, jonka vuoksi lasta ei esimerkiksi päästä hakemaan ajoissa. (Kekkonen, Rönkä, Laakso, Tammelin & Malinen 2014, 66.)

5.2.1 Yhteishuoltajuus

Kahdella tutkimuksemme osallistuvalla yksinhuoltajavanhemmalla oli taustalla yhteishuoltajuus. Yhteishuoltajuus tarkoittaa sitä, että vanhemmat toimivat yhdessä lapsensa huoltajina. Yhteishuoltajuudessa vanhemmat yhdessä päättävät seuraavista lapsen asioista, jotka ovat lapsen asuinpaikka, kansalaisuus, äidinkieli, nimi, uskonto, terveydenhuolto,

päivähoito, koulu, passi ja muut lapsen henkilökohtaiset asiat. (Terveyden ja hyvinvointilaitos 2016c.)

Olipa kyseessä lapsen yksinhuoltajuus tai yhteishuoltajuus, on lapsen huollon tarkoituksena turvata lapsen tasapainoinen kehitys ja hyvinvointi. Tähän kuuluvat myönteiset ja läheiset ihmissuhteet, hyvä hoito ja kasvatustarpeet, lapsen ikään ja kehitystasoon nähden tarpeellinen valvonta ja huolenpito, turvallinen ja virikkeitä antava kasvuympäristö ja lapsen taipumuksia ja toivomuksia vastaava koulutus. (Terveyden ja hyvinvointilaitos 2016c.)

Yhteishuoltajuus voi olla myös rajattu. Rajattu yhteishuoltajuus tarkoittaa, että lapsen ollessa vanhempiensa yhteisessä huollossa tuomioistuin voi päättää huoltajien välisestä tehtävien jaosta. Tuomioistuin voi antaa päätöksessään yksilöityjen huoltajan tehtävien osalta päätösvallan yksin toiselle vanhemmalle. Tämän rajauksen piiriin kuulu esimerkiksi vastuu lapsen nimestä, päivähoitopaikasta, koulusta, terveydenhoidosta, uskonnosta ja/tai passista. (Terveyden ja hyvinvointilaitos 2016c.)

Tällainen rajattu yksihuoltajavanhemmuus tuli esille yhdessä haastattelussamme. Haastateltava on yksinhuoltaja, mutta jos hän haluaa muuttaa lastensa nimiä tai uskontoa, on hänen kysyttävä lupaa siihen lasten isältä.

”Joo mun piti isä viedä käräjille ja sieltä haettiin sitten semmoinen rajoitettu yhteishuoltajuus. Että siis käytännössä olen siis yksinhuoltaja, mutta jos mä haluan vaihtaa lasten nimeä tai uskontoa niin mä tarviin isän luvan. Mihinkään muuhun en...”

Päädyttäessä erotilanteissa yhteishuoltajuuteen on ratkaistava, kumman vanhemman luona lapsi asuu. Tälle päätökselle lähtökohtana tulee olla lapsen etu. Kun vanhemmat harkitsevat lapsensa asuinpaikkaa, on tärkeää ottaa huomioon, kuinka asuminen ja lapsen arkeen kuuluvat asiat järjestyvät käytännössä parhaiten. (Terveyden ja hyvinvointilaitos 2016c.)

Yhdellä tutkimukseen osallistuneella vanhemmalla oli yhteishuoltajuus, jossa molemmat vanhemmat olivat vuoroviikoin yksinhuoltajavanhempia. Heillä lasten asuminen oli jaettu viikko ja viikko- systeemiin. Vuoroasumisella tarkoitetaan, että lapsi asuu puolet tai lähes puolet ajastaan vuorotellen vanhempiensa luona. Vuoroasumisessa on kuitenkin muistettava, että lapsi voi olla virallisesti kirjoilla vain yhdessä paikassa. Tämän tiedon pohjalta määräytyy lapsen koulu, koulukuljetukset ja oikeus päivähoitopaikkaan. Haettaessa asumistukea ja monia muita myönnettäviä etuuksia, voidaan ottaa huomioon vain lapsen toisen vanhemman ruokakunta, johon lapsen katsotaan kuuluvan jäseneksi. Tällöin esimerkiksi lapsilisää

maksetaan vanhemmalle, jonka luona lapsi on kirjoilla. (Terveyden ja hyvinvointilaitos 2016c.)

Tutkimuksemme yhteishuoltajavanhemman lapsi asui vuoroviikoin äitinsä ja isänsä kanssa. Yksinhuoltaäiti piti tärkeänä sitä, että lapsi saa tavata myös isäänsä ja isän puolen sukulaisia. Positiivisena yhteishuoltajuudessa hän koki myös mahdollisuutensa lepoon ja omaan aikaan. Hänen mielestään tällaisessa järjestelyssä vanhemmilla tulisi kuitenkin olla hyvät välit, jotta asiat sujuisivat ja hoituisivat hyvin. Omassa tilanteessaan hän kuitenkin kokee vaikeuksia vanhempien välisessä kommunikoinnissa, joka aiheuttaa lisää haasteita ja stressiä asioiden hoidossa. Vanhempi kokee hankalaksi asioiden hoitamiseksi vain tekstiviestien kautta.

” Ei ihan kyllä hirveen usein helppo oo sumplia että meillä on ollut...meillä on aina ollut tosi tarkkaa tää viikko-viikko rytmi ja meillä on esimerkiksi vaihto tapahtuu aina paikassa X, et me hyvin harvoin nähdään esimerkiksi ... kasvokkain vaihdetaan esimerkiksi tai että lapsi näkis, että vanhemmat näkee siinä samalla... tai et hirveen vähän semmosta, mikä on kyllä mun mielestä tosi huono asia mutta tota...”

” Ikävä kyllä tällee näin... mikä on tietysti... pakko sanoo itselleni omasta mielestä siis tosi huono juttu et on tällä tavalla..Että varsinkin kun on nyt tämmönen viikko-viikko systeemi ja yhteishuoltajuus niin pitäis ehattomasti olla tota... hyvät välit ja niinkun oikeen niinkun tosi hyvät et pystyis tai että pystyy nimenomaan kaikki pienet asiatkin, sit sieltä juttelee ja keskustelee ja niin...”

Eroaminen on usein vaikea ja haastava prosessi, kun mietitään muun muassa arjen pyörittämisen kuvioita. Asioiden sujuvaan hoitamiseen vaikuttaa ennen kaikkea vanhempien välit ja taito tehdä yhteistyötä asioiden ratkaisemiseksi ja hoitamiseksi. (Santala 2009, 151.) Tutkimukseen osallistunut yhteishuoltajuuden jakava vanhempi pohti vanhempien välien vaikutusta arjen pyörittämisessä. Hän kuvaili huonojen välien kuormittavan jopa enemmän kuin itse lapsen kanssa arjesta selviytyminen.

”Joo siis sekin kuormittaa tosi paljon, tosi paljon ja niinku siis joo se on nyt, se on kyllä niinkun jopa isompi ongelma, kun se itse lapsen kanssa selviytyminen niinku arjesta just se just ne välit siihen isään, että tota ne kuormittaa oikeestaan jo enemmän...”

5.2.2 Perhe

Kaikki perheet ovat erilaisia yhteiskunnan pieniä yksiköitä, jota korostaa jo yksilöiden erilaisuus. Ihmiset saattavat elää elämänsä aikana monella eri tavalla: yksin, avo- tai

avioliitossa, pienten lasten kanssa ydinperheessä, yksinhuoltajana tai uusperheessä. Jokainen perhe on sidoksissa toisiinsa eri tavoin, mutta vahvoin ja kestävin sitein. Yleensä tällaisia siteitä ovat tunnesiteet ihmisten välillä, mutta myös ne voivat olla taloudellisia tai kulttuurillisia. (Ihalainen & Kettunen 2009, 69.)

Eräs haastatelluista kertoi, että aikaisemmin tukiverkosto ympärillä on ollut heikompi ja esimerkiksi omaan harrastamiseen ei ole juurikaan ollut mahdollisuutta. Muutettuaan lähemmäksi omaa lähipiiriään on tilanne muuttunut huomattavasti, jolloin lisääntynyt harrastamisen mahdollisuus auttaa äitiä jaksamaan arjen touhuissa lapsensa kanssa.

”No tota..just tää että tukiverkosto parantunut kun muutin tänne lähemmäs tukiverkostoja niin tota se että pystyy ite vähän harrastaa jotain.”

Perhe on tärkeä osa yksinhuoltajavanhempien tukiverkostoa ja tämä korostui jokaisessa haastattelussa jossain määrin. Haastatteluista kävi selkeästi ilmi, että isovanhemmat pyrkivät auttamaan lapsiaan seuraavan sukupolven kasvattamisessa mahdollisuuksien mukaan, olivatpa he itse vielä työelämässä tai eläkkeellä. Tämä käy hyvin ilmi seuraavasta lainauksesta:

” Ja sit me äitin kaa aina kalenterit ... ku eläkeläisillä on niin paljon niitä menoja”

Jokaiselta haastateltavalta kysyttiin kokemuksia yksinhuoltajuudesta yleisesti. Kaikista vastauksista kuului selkeästi suuri kiitos omalle tukiverkostolle. On monia tilanteita ja asioita, joista he eivät vastauksen mukaan selviäisi, ellei olisi tukiverkostoa olemassa.

”No toki... rankkaa siinä määrin että aika on tosi kortilla ja sitten tota tämmösen tukiverkoston merkitys on tosi tärkeä siinä vaiheessa, isovanhemmat, ystävät ja tällee...”

5.2.3 Ystävät

Kaikki haastateltavat yksinhuoltajavanhemmat toivat esiin haluaan ja pyrkimyksiään sosiaaliseen aktiivisuuteen toisten ihmisten kanssa. Vuorotyön raamittama arki asettaa kuitenkin omat ehtonsa sosiaalisten kontaktien toteuttamiselle. Eräs haastatelluista äideistä kertoi kokemuksistaan vaihdettuaan paikkakuntaa. Uusiin ihmisiin tutustuminen ja ystävystyminen vaatii aikaa, jolloin paikkakunnan vaihdot voivat tuottaa erityisiä yksinäisyyden kausia kunnes uusia sosiaalisia kontakteja alkaa syntyä. Pitempään paikkakunnalla asuneet kertoivat heillä olevan kavereita ja tuttavaperheitä, joiden kanssa viettävät vapaalla ollessaan aikaa joko lasten kanssa tai ilman heitä. Sosiaalisia suhteita pidettiin arvokkaina ei vain itsensä kannalta

vaan myös lasten kannalta. He kertoivat lastenkin oppivan eri tavalla sosiaalisia taitoja, kun annetaan mahdollisuus viettää aikaa erilaisten ihmisten kanssa. Yksi äiti tiivistä haastattelussa kaveripiirinsä seuraavalla tavalla:

” Tosi paljon hyviä kavereita, vois sanoa ystäviä... tota et meil on hirveen sosiaalinen elämä ja meillä käy tosi usein ihmisiä kahvilla ja lapset tykkää hirveesti ihmisistä ja osaa lapset luottaa niihin niin kuin menee syliin ja hakee läheisyyttä. Ei mitään ongelmaa viedä hoitoon vaik kaverin kotiin. Ja tuota et kaverit auttaa pääsääntöisesti et on hakenu päiväkodista ja tuonu tänne.”

Parissa haastattelussa tuli ilmi, että välillä on haasteellista löytää kavereiden ja ystävien kanssa yhteistä aikaa juuri vuorotyön tuoman erilaisen arkirytmien vuoksi. Kun toinen pääsee toimistotyöstään kello kuusitoista, niin vuorotyötä tekevä yksinhuoltajavanhempi saattaa silloin aloittaa työnsä ollessaan iltavuorossa. Tällöin ystävät saattavat helposti kommentoida esimerkiksi: että ”Aina sä olet töissä” tai ” Ei sua koskaan nää, kun oot vain töissä”. Haastateltavat kertoivat, että ystävät ja kaverit, jotka tekevät vuorotyötä itsekin, ymmärtävät vuorotyön kuvioita paljon paremmin kuin toimistotyöaika tekevät ystävät.

” ... Kyllähän se toisinaan joo hankaloittaa et varsinkin sitten kun on just ystävinä myöskin näitä vuorotyöläisiä niin sitten että yrittää sumplia ne aikataulut yksiiin... jos olis kaikilla tää perustoimistotyöaika kahdeksasta neljään niin sehän olis kauheen helppo aina sillee sumplia.

5.2.4 Yhteiskunnan muutokset ja tukiverkoston puuttuminen

Suomalainen yhteiskunta on muuttunut nopealla tahdilla viimeisen reilun sadan vuoden aikana. Suomi oli hyvin maatalousvaltainen yhteiskunta, joka oli hyvin jähmeä ja perinteisiin sitoutunut yhteiskunta, jonka muutokset tapahtuivat hyvin hitaasti. Suomi oli varsinkin 1800-luvulla hyvin kyläyhteisöinen ja perinteitä arvostava yhteiskunta, joka oli myös hyvin omavarainen myös. Vuoteen 1946 asti yhteiskunnan suurin elinkeinon lähde oli maa- ja metsätalous, mutta tästä eteenpäin suurimmaksi lähteeksi muodostui teollisuus, joka hallitsi aina vuoteen 1979 asti. Samaan aikaan ihmiset muuttivat maalta kaupunkiin työn perässä. Kaupungistuminen oli kovimmillaan 1960-1970 luvuilla, joka vähensi perheitä maaseuduilta ja perheen verkosto pieneni, kun muutettiin pieniin asuntoihin laajoista maatilan pihapiireistä. (Ihalainen & Kettunen 2009, 11-14.)

Voidaan siis sanoa yhteiskuntamme muutoksien, kaupungistumisen ja teollistumisen ajaneen ihmiset pois maalta kaupunkiin pieniin asuntoihin töiden tai opintojen perässä. Uusi elämäntapa kaupungissa oli aikanaan suuri ihmetyksen aihe ja maalta saapuneilta muuttajilta

kesti aikaa sopeutua uusiin elämäntapoihin. Taakse jäivät vanhemmat sukupolvet ja perheet, jonka seurauksena perheiden lähipiiri pieneni ja lasten hoitamiselle esimerkiksi päivähoitossa syntyi tarve. Seuraava suuri perheiden ja yhteiskunnan mullistus oli taloudellinen lama 1990-luvulla, jolloin monet jäivät työttömäksi ja ajan myötä pitkäaikaistyöttömiksi työpaikkojen vähenemisen vuoksi. Tekniikan kehitys on vähentänyt työpaikkoja ja kaikilla aloilla on pyritty tuottavuuden parantamiseen eli toisin sanoen työn tehostamiseen. Selkeämmin sanottuna vaadittiin enemmän työtä, mutta pienemmällä työntekijämäärällä. (Ihalainen & Kettunen 2009, 11-14.)

1800-luvulla perheet olivat suuria ja runsaslapsisia tähän päivään verrattuna. Perheissä oli tuolloin myös useita sukupolvia saman katon alla auttamassa uuden sukupolven kasvattamisessa. Kylät olivat tiiviitä yhteisöjä, joiden ulkopuolelta saatiin vaikutteita hyvin vähän. Kun kulkuyhteydet paranivat 1800-luvun lopulla ja kaupan käynti yleistyi, alkoi yhteisöjen elintila laajentua omasta yhteisöstään laajemmalle. Kun saavutaan tähän päivään kaikkien näiden muutosten kautta, on perhe muuttunut paljon. Perheet ovat hajonneet pienemmiksi yksiköiksi ja moninaistuneet. On syntynyt yksineläjiä, hajonneita perheitä, yksinhuoltajaperheitä ja uusperheitä, joista viimeisimmät ovat lisääntyneet viimeisten vuosikymmenten aikana huomattavasti. (Ihalainen & Kettunen 2009 11-14.)

Haastatteluista kävi ilmi, ettei aina ole tukiverkosta olemassa tai ainakaan kovin lähellä. Silloin arjen pyörittäminen on enemmän yhden vanhemman hartioilla, jolloin jaksaminen on koetuksella. Eräs haastatelluista kertoi kaipaavansa erityisesti aikaa ja helpotusta omien asioiden hoitamiseen. Tukiverkoston puuttuessa lapsi on mukana äidin kanssa kaikkialla. Äiti koki tarvinneensa apua saadakseen hoitaa asioitaan ilman lasta, ja oli myös yrittänyt löytää ratkaisuja tilanteeseen mutta ei ollut onnistunut siinä tyydyttävällä tavalla. Kunnan tarjoama lapsiperheiden kotiapu olisi ollut mahdollista, mutta koska se on maksullista palvelua, joutui äiti luopumaan siitä, koska se vaatisi ylimääräisiä taloudellisia resursseja.

” No vaikeimman kautta mennään aina kaikki. Ja varsinkin ilman mitään tämmösiä niinku, miksä näitä nyt sanotaan, nää lähiomaiset ja sukulaiset sun muut, tukiverkosto, kun sitä ei oo. Niin se tarkoittaa sitä, että se lapsi on sun mukana hammaslääkärissä ja gynekologilla ja röntgenkuvissa, ihan joka paikassa... Kyllä välillä täytyy niinku raivota ja hakata päätä seinään...suoraan sanottuna kun ei taho jaksaa niin ei taho jaksaa ja sitte varsinkaan kun sitä tukiverkosta ei oo..niin tota..se on vaan jaksettava!”

5.3 Arjen selviytyjät

Arkielämässä jokaisena päivänä jaetaan aikaa elämisen eri osa-alueilla ja organisoidaan ajan käyttöä. Jokaisen päivämme sisältöä muovaavat erilaiset yhteiskunnalliset ehdot ja instituutiot. Tämän hetkisessä yhteiskunnassa eniten arjen ajankäyttöön vaikuttaa ennen kaikkea työelämän sisältämä aika. Tällä tarkoitetaan työn aloitusta ja lopetusta eli toisin sanoen työpäivän pituutta mukaan lukien työmatkat. Samaan aikaan ajan käyttöömmee vaikuttavat yhteiskunnalliset markkinat, joilla tarkoitetaan esimerkiksi kauppojen ja muiden palveluiden aukioloaikoja. Perheenjäsenten työ, koulu, hoito ja harrastukset lisättynä kotitalouden hoitoon vaikuttavat arkipäivän rakentumiseen. Samaan aikaan hektisessä yhteiskunnassa ei saisi unohtaa jokaisen perheenjäsenen omaa aikaa, joka tulisi jollain tapaa huomioida arkea suunnitellessa. (Räty 2014, 9.)

Yksinhuoltajavanhemmat kokivat pääasiassa yksinhuoltajuuden rankaksi ja haasteita arjen pyörittämisestä löytyi. He olivat toisaalta tyytyväisiä valintaansa toimia yksinhuoltajavanhempina, kun saivat tehdä itse päätöksensä lasten asioissa. Samaan aikaan he kokivat paljon kiireen tuomia haastetta saadakseen asiat sujumaan arjessa ja kaiken tarpeellisen tehtyä.

5.3.1 Arjen sinnittelyä

Yksinhuoltajavanhemmat kertovat poikkeuksetta pärjäävänsä arjen pyörittäjinä vahvan tahtotilansa avulla. He tuovat esiin myös asennoitumistansa ja hyväksyntäänsä tilanteeseensa kuvaamalla elävänsä tässä hetkessä. He tuovat esiin myös ajattelevansa tulevaisuutta ja sen tuomia muutoksia; lapset kasvavat ja omatoimisuuden lisääntyessä myös perushoidon määrä vähenee jolloin arjen vaatimuksetkin vähenevät. Toisaalta tulevaisuus mietityttää lasten aloittaessa koulun, jolloin vuorotyön tähden ei voi olla aina huolehtimassa koululaisista. He miettivät, kuinka silloin järjestää arkensa. He kuvaavat itseään jääräpäisinä, selviytyjinä, taistelijoina ja periksiantamattomina.

”Mitä ikinä tapahtuukaan, mää sanoin, mää heitän, vaikka volttaa takaperin, semmosta estettä ei tuu vastaan, mistä mää en mee läpi, sillä jääräpäisyydelläni. Ja niinku teen kaikkeni sen eteen..sitten vaikka sen vaikeimman kautta.”

Yksinhuoltajien kertomukset avun hakemisen ja pyytämisen tavoista myös vahvistavat heidän kuvaamiansa luonteenpiirteitä. Haastatteluissa tulee ilmi, että avun hakeminen ei ole heille aina lainkaan helppoa. Koettelevissa elämäntilanteissa pyritään ensin selviytymään omin voimin niin pitkälle kuin mahdollista ja tämä koetaan vahvuuden merkinä.

”Soitan sitte, kun suomeks sanottuna on tullut kuset ja paskat housuun et sitten kun se tilanne on niin huono... että monta vahvuutta on löytynyt.”

”Et sit vasta kun on niin paha noro, että omat jalat ei kannan niin sitten soitetaan että voisko joku auttaa.”

Eräs yksinhuoltajavanhemmista kuvaa joutuneensa elämässään tilanteeseen, jossa on ollut pakko hakea apua oman jaksamisen jouduttua koetteille. Avun hakemisen vaikeus on osaltaan johtunut oman itsensä vaikeudesta myöntää epäonnistuneensa, koska on aina halunnut olla täydellinen. Hän kuvaa olleensa suorittajaluonne.

”Mulla oli ainakin hirveen kynnys hakea sitä apua...varmaan niinkun tosi monelle, että menee tosi alas ennen kun oikeesti sit antaa periksi ja sanoo et mä en enää jaksa...mä oon ollut tosisuorittaja lapsesta asti.”

Haastatellut tuovat esiin kasvaneensa vanhemman roolissa ja ihmisenä. Väsymyksen ja arjen haasteiden keskellä kärsivällisyys lasten kanssa voi joskus olla koetteilla mutta he kokevat, että ovat kasvaneet pitkäpinnaisemmiksi. Elämän vastoinkäymiset ja niistä selviäminen ovat myös voimaannuttaneet ja luoneet uskoa omaan kykyyn selvitä elämän erilaisissa haasteissa. Vastoinkäymisten kohtaamiseen on tullut uutta voimaa.

”Kyl mä silloin olin aika pohjalla, mutta tota siitä on selvitty...ja must tuntuu että selviän ihan mistä vaan..”

Huomattavaa oli, että jokainen haastateltu yksinhuoltajavanhempi kertoi olevansa ylpeä omista lapsistaan. Iloa ja ylpeyttä koettiin muun muassa siitä, kun näki omien lapsien oppivan uusia, pieniäkin asioita. Voimaa arkeen saa, kun näkee lapsen kasvavan, pärjäävän elämässä ja voivan hyvin. Myös muiden ihmisten antama ihailu, kehu ja kannustus koettiin tärkeänä. Vanhemmat kertovat saaneensa kehuja siitä, miten hyvin he ovat onnistuneet kasvattamaan lapsiaan yksin ilman toista vanhempaa.

”Niin mää oon ihan hirveen ylpee siitä...niinku koko lapsesta. Ja sit jokapuolelta niinkun kehuja ja sitä että miten hyvin me ollaan pärjätty ja miten hyvin mä oon sen kasvattanut.”

5.3.2 Arjen hallinta ja aikataulut

Suureksi haasteeksi vuorotyön ja perhe-elämän yhdistämisessä koettiin kaikkien hoidettavien asioiden muistaminen, josta he vastasivat yksin. Elämä on välillä aikamoista sumplimista, jotta muistaisi kaiken ja saisi soviteltua aikatauluihin. Haasteita tuottivat esimerkiksi

kodinhoito, lasten harrastuksiin kuljettaminen, päiväkodin retket tai lääkärikäynnit. He kokivat pitävänsä monta narua kädessään arjen keskellä, jotka on pystyttävä pitämään järjestyksessä. Seuraavassa yhden äidin kokemusta aikataulujen sovittamisesta kaiken kiireen keskellä:

” Siinä on välillä tosi kova sumpliminen ja sit se on ihan katastrofi jos mä unohdan maanantaiks kuudeks tuoda sen hoitolapun ja sit mul on jotain vaikka just et lapsien pitäs olla yötä... Niin se on kauhee sumplaaminen kavereitten sun muiden kanssa... et ihan tommosetkin... Ja sit muutenkin kun päiväkodillakin on jotain retkiä, et miten ne menee yks yhteen mun töiden kans ja pitääks tuoda lapsia erikseen ja hakea...”

5.3.3 Yksinäisyys

Haastateltavat yksinhuoltajaäidit kokevat aika usein olevansa yksin. Jokainen käsittää yksinäisyyden eri tavalla ja sen vuoksi kokevat olevansa yksin erilaisissa tilanteissa. Alla yhden äidin kommentti, kun kysyttiin, missä tilanteessa hän esimerkiksi kokee yksinäisyyttä. Hän koki kuitenkin, että tunnetta ei tule usein.

”No just oli tuossa kun lapsilla oli valokuvaus ja sit mä oon jossain kiireessä omaan kalenteriini kirjoittanu ne ja mä olin laittanu ne väärälle päivälle... Ja tota... niin kuin tommoset asiat et kun kaikki pitää muistaa ite. Ja kaikki pitää ite pitää ne miljoona lankaa kädessä itte ja tietää milloin mistäki vetää... niin kaikki tommonen järjestely ja muistaminen... Niissä koen hyvin usein yksinäisyyttä...”

Samaan kysymykseen toinen haastateltava totesi, että ei koe missään tilanteessa tuntevansa yksinäisyyttä, koska hän on tottunut olemaan yksin. Hän perusteli tuntemustaan lapsuutensa kasvuympäristöllä, jossa kasvoi käytännössä ainoana lapsena muiden sisarusten ollessa huomattavasti vanhempia. Hän vertasi itseänsä lapsiinsa, jotka ovat kasvaneet pienellä ikäerolla ja jonka vuoksi heille ei ole helppoa olla yksin. Yksinäisyydessä koettiin olevan myös hyviä puolia. Yksinäiset hetket antoivat mahdollisuuden tehdä töitä ja askareita rauhassa, joka sinällään koettiin lepona. Hiljaiset hetket ja mahdollisuus keskittymiseen koettiin merkittävinä.

”Niin ja sit yksinäisyydestä et mul on kaks sisarusta... mun sisarukset on niin paljon vanhempia kuin mitä minä et tavallaan kuitenkin oon ollu niin sanotusti ainut lapsi pitkän aikaa kotona... On sitä ehkä tottunu sit siihe et et senhän näkee näist omist lapsista et, kun ne ei niin ku hetkeäkään voi olla yksin... mitä mä nyt teen...?”

” Mä rakastan olla yksin ne päivät... saa olla rauhassa ja saa tehdä töitä... mä oon ihan täällä hiljaisuudessa... Mä en ikinä kuuntele radiota... ikinä niin ku ... mä en melkein malta ees syödä ku alottaa niin niit vaan tekee ja tekee...”

Yhteishuoltajavanhempi pohti kokevansa yksinäisyyttä ennen kaikkea niiden viikkojen aikana, jolloin lapsi on isällään. Lapsen kanssa arjen jakaminen täyttää niin paljon hänen elämäänsä, että hän kokee vaikeutta olla yksin lapsen ollessa isän luona. Tällöin hän koettaa täyttää elämäänsä erilaisilla puuhilla ja menoilla.

” Toisinaan joo, silloin kun on just tää tota lapsivapaa viikko niin sanotusti niin tota.. kyllähän sitä silloin tulee semmonen yksinäisyyden tunne toisinaan, että sitte kun sitä lasta ei ookaan sit siinä... ja sitten just ei ystäviä tapaakaan sillä tavalla että ... oon mä huomannut monesti, että yrittää pitää itsensä ehkä vähän sillee kiireisenä ei välttämättä niin kauheesti oo kotona tai keksii kaiken näköstä menemistä ja tekemistä...”

5.3.4 Työ

Työn ja perheen yhteensovittaminen on tärkeää perheiden hyvinvoinnin kannalta. Viimeisten vuosikymmenien aikana työelämä on muuttunut rajusti. Työelämä on siirtynyt pois yhtenäiskulttuurista eli yhteiskunnan arvot ja ihanteet ovat muuttuneet myös työelämän kentillä. Tänä päivänä on koko ajan vaikeampaa saada vakinaista työpaikkaa ja niillä, joilla sellainen on, tekevät työtä monen edestä. (Yhteiskunta ja perhe 2016.)

Tämä on herättänyt monia kysymyksiä siitä, millaisia mahdollisuuksia vanhemmilla on toteuttaa vanhemmuuttaan täysipainoisesti, kun samaan aikaan työelämän vaatimukset kiristyvät tuoden epävarmuutta työn ja toimeentulon jatkuvuudesta. Tämä on yhä useamman perheen arkea. Työelämän yleisiksi ilmiöiksi ovat nousseet muun muassa työttömyys, irtisanomiset sekä määräaikaisten työsuhteiden ja pätkättöiden yleisyys. Samanaikaisesti on tapahtunut myös muutosta ihmisten suhtautumisessa työn ja vapaa-ajan määrään. Vapaa-ajan arvostus on kasvanut ja työpaikkaa ja -alaa vaihdetaan elämän aikana ehkä useammin kuin ennen. Aikaisemmin yhteiskunnassamme on arvostettu saman työpaikan turvaa ja pysyvyyttä. (Yhteiskunta ja perhe 2016.)

Työelämän muutokset näkyvät myös yksinhuoltajavanhemman perheissä. On tehtävä sitä työtä mitä saa, oli se sitten päivätyötä tai vuorotyötä. Työpaikkaa voi joutua vaihtamaan, jotta löytyy se työ, jota tykkää tehdä ja se sopii sekä itselle ja perheelle. Epäsäännöllinen työ voi myös sopia hyvin perhe-elämän kanssa yhteen.

Perheet 24/7 tutkimuksessa havaittiin, että osa epätyypillistä työaikaa tekevästä vanhemmista oli kuitenkin tyytyväisiä omaan työtilanteeseensa. Samaan aikaan he kokivat, että epätyypillisen työn työajat ja perhe-elämä voidaan sovittaa hyvin yhteen. He pitivät siitä, että heillä on pitkiä vapaita, arkivapaita ja mahdollisuus viettää aikaa lapsensa kanssa myös arkisin, josta myös yksinhuoltajavanhemmat kertoivat tässä opinäytetyössä. Hyvänä asiana vanhemmat pitivät myös työn mielekkyyttä, vaihtelevuutta ja mahdollisuutta työskennellä oman alan työssä. (Kekkonen ym. 2014, 65.) Haastatellut kuvasivat kokemuksiinsa vuorotyön hyvistä puolista perheensä kannalta:

”... Mä tykkään vuorotyöstä. Ja me ollaan, minä ja lapset ollaan, että me tykätään nukkua aamulla pitkään. Et se on ihanaa, jos on iltavuoro niin ei tarvii herätä kellon soittoon ja sit saattaa olla yhteen kokonainen viikko äkkiä vapaata... Tota se niin kuin mahdollistaa erilaisia asioita kuin semmoinen kasista neljään arkityö... voi suunnitella sit vaikka lähtee keskel viikkoo käymään reissul ja välil saa nukkua ja välillä pitää valvoo...”

”...Ihan niinkun hyvänä asiana että esimerkiksi on arkivapaapäiviä vaikkapa pystyy tiistaina koko päivä vaikka sitten tai mihin aikaan vaan tapaamaan ja näin ettei pelkästään vaan niitä viikonloppuja esimerkiksi...”

Toinen äiti kertoi haastattelussa, että tekee vuorotyötä, koska tietää sen elimistölleen sopivan. Hän lähtee työvuoroonsa yöllä ja palaa iltapäivän tunteina takaisin. Hän on pitkään pysynyt saman työnantajan palveluksessa, mutta tehtäviä vaihdellen, jotta löytäisi itselleen sopivat vuorot.

”... Et oon kokeillu siis erilaisii... mä lähen nyt siis kolmelta yöllä... toi on hyvä nyt työ et siihen mun kroppa sopii...”

Eräällä haastateltavalla on tukiverkosto jonkin matkan päässä. Hänelle on ehdoteltu, että hän hakisi töitä lähempää tukiverkostoa. Töiden saamista vaikeuttaa kuitenkin suurempi työttömyysaste kyseisellä alueella, jonka vuoksi kilpailu työpaikoista on kovempaa ja omalta alalta työnsaanti on siten vaikeampaa.

” ... Just viikonloppuna tuli taas eräältä sukulaiselta, että hei tääl ois semmonen ja semmonen mihin palkataan lisää työntekijöitä. Mut siellä on tosi huonosti alan hommia. Siel on paljon ihmisiä paljon työttömiä.”

5.3.5 Talous

Vuonna 2013 sosiaali- ja terveysministeriö teetätti Lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin neuvottelukunnalla tutkimuksen, joka julkaisi tutkimuksestaan loppuraportin Hyvinvointia useammille - lasten ja nuorten palvelut uudistuvat. Tässä tutkimuksessa todettiin, että yksinhuoltajat ovat joutuneet tinkimään rahan puutteen vuoksi ruoasta, lääkkeistä tai lääkärikäynneistä 12 viime kuukauden aikana, joka on kaksi kertaa yleisempää kuin esimerkiksi avio- tai avoliitossa asuvat lapsiperheet. Tehdyn tutkimuksen mukaan 45 prosenttia yksinhuoltajavanhemmista joutuu siis tinkimään edellä mainituista asioista. (Pelkonen, Hakulinen-Viitanen, Hietanen-Peltola & Puumalainen 2013, 47.) Taloudellisia näkökulmia nousi myös meidän tutkimuksessamme esiin. Näin toteaa eräs haastateltava, kun kysyttiin taloudellisesta pärjäämisestä yksinhuoltajavanhempana:

”Ennenhän mä tein vähemmän, mut nyt on pakko ollu sit lisätä vähän töitä yksinhuoltajuuden myötä, että pärjää...”

Kun mietitään yksinhuoltajavanhempien ja -perheiden kulutusmahdollisuuksia, ovat ne heikkomat kuin muilla lapsiperheillä. Suurimmaksi eroksi on osoittautunut mahdollisuus viedä sairas lapsi yksityislääkäriin. Tähän varaa on niin halutessaan alle kolmasosalla yksinhuoltajista. Kun katsotaan kaikkia lapsiperheitä, yksityislääkärin palveluiden käyttämisen mahdollisuus on lähes 60 prosentilla lapsiperheistä. (Terveyden ja hyvinvointilaitos 2017.)

Mietittäessä lasten harrastusmahdollisuuksia, on yksinhuoltajilla muita harvemmin varaa tarjota lapselle maksullisia harrastuksia tai viikkorahaa. Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen (2017) mukaan lähes neljällä viidestä yksinhuoltajasta on kuitenkin varaa hankkia lapselle kännykkä. Tätä varmasti selittää se, että kännykkä on koettu välttämättömäksi vanhemman ja lapsen välisessä yhteydenpidossa. (Terveyden ja hyvinvointilaitos 2017.) Näin kommentoi asiaa eräs haastateltu:

”Kun lapset jotain haluaa ja kavereilki on, nin kyl mä sit ostan, vaik ei oliskaa ehkä välttämättä sit varaa aina... et jos nyt tarvii olla uus puhelin nin tota... et sit me jätetään ne jotkut muut herkut sit ostamatta”

Yksi haastateltu äiti harmittelee haastattelussa korkeita työhön liittyviä kuluja ja kuinka paljon työtä on tehtävä, että pärjää. Hän on aloittanut työt hyvin nopeasti lapsensa syntymisen jälkeen niin, että lapsi on ollut mukana.

”.. Sit vaan niitä töitä tuli jo lisää... kesällä mä tein jo niinku semmost mun vanhassa työpaikassa kävin... tuuraamassa sillai et se oli mulla mukana kaukalossa tai vaunussa.....et on pitäny mieltii niinku kokoajan se rahantulo...”

jos mää oisin yhtään viisaampi niin ei niinku sanotaan ettei oo kannatusta käydä töissä kun ne töissäkäyntikulut ja kaikki muut on niin paljon korkeemmat niin kyl mää varmaan jäisin kotio.”

Hän on miettinyt myös säästämistä asumisessa ja työmatkakuluissa. Jälkimmäisessä se onkin onnistunut, kun muutti lähemmäksi päivähoitopaikkaa, jonka vuoksi edes takaisin ajaminen poistui asunnon vaihdon vuoksi.

” Voishan tässä kämpässäkin säästää vähäsen... aikasemmin oli kaksio ja se oli xxx euroa kuussa... Kaiken päälle plus että mä keskustasta ajoin tänne...tää on xx euroo kalliimpi tää kämppä, minkä mä säästän jo viikon bensoissa...niin voisin mennä halvemmallakin, että asuttas pienemmässä, jäis vielä enemmän rahaa käyttöön, ei tarvis tehdä niinku paljon töitä.”

5.3.6 Päivähoito

Vuonna 2005 julkaistussa varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa varhaiskasvatuksen ensisijaiseksi tavoitteeksi on määritelty lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistäminen. Lapsen hyvinvointia tulee edistää huolehtimalla lapsen perustarpeista ja terveydestä. Samalla tulee vaalia lapsen toimintakykyä. Lapsen voidessa hyvin, on lapsella hyvät mahdollisuudet ja edellytykset hyvään kasvuun, oppimiseen ja kehittymiseen. (Loimuneva 2015, 23.)

Tämä korostuu erityisesti vuorohoidossa, jossa on tärkeää huomioida lapsen hyvinvointi ja sen edistäminen. Vuorohoidossa on myös tärkeää turvata lämpimät ihmissuhteet, koska ilta- ja yöhoidossa olevalla lapsella on suurempi tarve turvalliseen aikuiseen, jonka tulee tarjota enemmän hoivaa ja huolenpitoa. Alle kolmivuotiaiden lasten kanssa ympäristön tapahtumien toistuvuus, samana pysyvyys ja säännönmukaisuus korostuvat turvallisuuden tunteen rakentumisessa. Päivärytmin selkeys on erityisen tärkeää pienimpien lasten kohdalla. (Loimuneva 2015, 23.)

Perheet 24/7 tutkimuksessa tutkittiin muun muassa lasten hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä hoitomuodon ollessa vuorohoito. Lapsen hoitomuoto on vuorohoito, jos vanhemman työ on epätyypillistä työaikaa eli vuorot sijoittuvat iltaan, yöhön ja viikonloppuun. Suurin vaikuttaja lapsen hyvinvointiin on jo pelkästään vanhempien työ ja sen luomat kokemukset ja haasteet lapsen hoidon järjestämisestä. Lapsen hoidon tuomaa haastetta on syntynyt helpottamaan ympärivuorokautinen hoito, jonka sujuminen auttaa parantamaan lapsen hyvinvointia. Lapsen hyvinvointia edistää hyvin toimiva kasvatusyhteistyö vanhempien ja hoitohenkilökunnan välillä. Toimivalla yhteistyöllä on suuri vaikutus stressin vähenemiseen. (Rönkä 2014.)

Oma tutkimuksemme vahvistaa tietoa, että ympärivuorokautinen päivähoito on hyvä jo olemassa oleva tukitoimi, joka mahdollistaa töiden tekemisen kahdessa tai kolmessa vuorossa. Kaikki haastateltavat ilmaisivat kiitosta jollain tapaa siitä, mitä päivähoidon ammattilaiset tekevät lasten kanssa. Kiitosta saivat ulkoilut, askartelut, laulamiset, retket, kasvatukselliset keskustelut ja ohjaus ja toimiva yhteistyö. Yksinhuoltajavanhempien kertomukset toivat esiin kasvatuskumppanuutta, jota pidettiin tärkeänä asiana. Seuraavassa pari esimerkkiä haastatteluista:

” ... Varsinkin askarteluista ja lauluista ja näist kaikest... kaikest ihanasta mitä ne siel tekee... Ihanaa ettei mun tarvi sitten kotona... Ja ulkoilu... sitä minä arvostan tosi paljon ”

”H: Millaista tukea sä koet saavasi päiväkodilta? Sä sanoit et tarvittaessa sinua muistutetaan hoitoajoista, onko muuta?

Ä: Kyllä itse asiassa, kanssa välillä on ollut jotain semmoista harmia niin, ku kotona niin mä oon vähän kysellä millainen meininki täällä on. Niin siitä sitten keskusteltu ja täältä on niin kuin ohjattu eteenpäin, jos mä oon halunnu jollekin muulle puhua... Eihän se oo näiden tehtäväkään... ei edes tehtävä oo laittaa sitä muistutus viestiä vaan se on niin kuin bonusta. Kyl koen et täällä hoidetaan työt kyllä hyvin...”

”H: Miten hän viihtyy päiväkodissa?

Ä: Tosi hyvin. Hän sopeutui tosi nopeesti ja tuota nyt se on sillai et, kun määhän vaan sanon et mennään päiväkotiin... mennää lelu, mennää lelu... ja sit se alkaa aina puhumaan toisesta lapsesta, niin, kun nimellä...”

Eräs äiti kommentoi tuovansa lapset luottavaisena päivähoitoon. Joskus hän innostuu keskustelemaan hoitoväen kanssa niin, että lapset jo hoputtelevat kotiin lähdön kanssa. Kokonaisuutena hän kokee saaneensa palvelua päivähoiton suunnalta.

” Koen, että tosi hyvin et täällähän on hirvee määrä näitä hoitajia ja välillä tuntuu, ettei ole kuukauteen nähny yhtä, kun on vuorot menny niin ristiin. Et niin kuin tosi hyvin. Luottavaisin mielin jätän lapset tänne. Ja kaikkien kanssa ei tietenkää synkkää niin hyvin eikä tuu sen kummemmin juteltuu mut sitten taas on muutamia kenen kanssa jää suustaan kiinni niin et lapsetki jo hoputtaa et äiti mennään...”

Jos vanhemmalla on aikainen työaamu ja lapsen hoitovuoro alkaisi ennen kello 5.00, voi lapsen tuoda jo illalla päiväkotiin unille, joka takaa lapselle riittävän unen. Tähkärinteen

ympäri vuorokautisessa päiväkodissa noudatetaan yörauhaa klo 22.00-05.00 välisenä aikana. Tänä aikana lapsia ei tuoda tai haeta hoidosta, vaan kaikille lapsille taataan rauhallinen ja keskeytymätön yöuni. Eli lapsi on haettava päivähoitosta kotiin unille viimeistään klo 22.00 tai lapsi voi nukkua yönsä päiväkodissa ja haku tapahtuu aamulla. (Nurmijärven kunta 2016b.)

Yksinhuoltajat ymmärtävät tiukat rajat lapsen hoidosta kotiin hakemisessa, mutta vaihtelevien sääolojen vuoksi voi olla joskus haasteellista ehtiä ajamaan töistä päiväkotiin ajoissa. Eräs haastateltava nostaa esiin aikarajojen tuomia haasteita, mutta ei kuitenkaan kritisoi päiväkodin tiukkoja aikarajoja.

” Ja sitten mulla on haasteena se että mikä on täysin ymmärrettävää et täällä tulee kymmeneltä se yörauha ja sen jälkeen lapsia ei saa hakea. Ja mulla jos mä pääsen puoli kymmenen töistä ja mä ajan sen puol tuntii ei ihan nopeusrajoitusten mukaan... Mun täytyy tulla aika kovaa, et mä ehdin. Mutta koska juts mä en raaski et lapset on aina niin kun työtä kun ne joutus tosi paljon oleen yötä... Et talvi kun tulee taas tässä näin niin se aiheuttaa sitten taas harmaita hiuksia et miten illal kerkee...”

Eräässä haastattelussa tuli esille, että yhdessä sovituista asioista päivähoiton väen kanssa pidetään hyvin kiinni ja viestit välittyvät tilanteista hyvin. Esimerkiksi vanhemmalle oli kerrottu sovituksi, jos hakutilanteissa oli ollut jotain erikoista. Tästä vanhempi oli tyytyväinen ja koki, että yhteistyö toimii hyvin.

”On ja mulle on hyvin kerrottu et muutaman kerran hakija ei ollut kunnossa, ku oli hakemassa... Mut siitä myös keskusteltiin... Ja must se oli tosi hyvä et mulle kerrottii tällainen asia...”

5.4 Kehittämisen ajatuksia

Haastattelun viimeinen kysymys koski yksinhuoltajavanhempien ajatuksia, millaista apua toivoisit/kaipaisit yksinhuoltajan arkeen / perhe-elämään? Mitä päivähoito, neuvola, työnantaja, sosiaalihuolto tai itse kunta voisi tehdä yksinhuoltajavanhemman aseman auttamiseksi tai parantamiseksi? Kuinka kolmassektori eli yhdistykset, seurakunta tai yrittäjät voisivat tukea paremmin yksinhuoltajan arkea? Vastaa jilta tuli muutamia ajatuksia muun muassa tiedon saantiin liittyen, jota voisi parantaa pohdittaessa yksinhuoltajavanhemman osallisuutta ja asemaa yhteiskunnassa.

Yhteiskunnallisesta näkökulmasta yksinhuoltajavanhemmat toivoivat selkeitä ohjeistuksia yksinhuoltajuuteen ja yhteishuoltajuuteen liittyen. Myös tietoa erilaisista tukimuodoista toivottiin tarjottavan erityisesti sellaisessa tilanteessa, kun yksinhuoltajavanhemmalta puuttuu olennaisella tavalla tukiverkosta. Asioiden hoitoa yksinhuoltajavanhempien mielestä helpottaisi, jos asioista saisi kunnolla tietoa yhdestä paikasta. Yksinhuoltajavanhemmat kokivat joutuvansa taistelemaan saadakseen jopa itseään koskevia tietoja, milloin mistäkin lähteestä tai paikasta hakien. Informaation vähyys on saattanut vaikuttaa ratkaisevasti yksinhuoltajavanhemman elämiseen.

”No ehkä niinkun mä itse henkilökohtaisesti sain hirveen vähän tietoo siitä että mimmosia juttuja tavallaan seuraa siitä että on yksinhuoltaja... tarkoitan tästä lapsen asumisesta... tosi vähän siitä että kumman luona lapsi asuu, niin sillä tavalla et mitä tukia saa tai mitä ei saa tai mitä se sitten jatkossa tulee että kummassa alottaa koulun ja sillä tavalla sain hirveen vähän tietoo sillain vaikkakin kyllä käytiin silloin tota aikoinaan tekemässä tää sopimus siis ihan lastenvalvojalla kyllä ja näin mut siis hirveen tosi nihkeesti sain silloin informaatioo mikä on nyt sitten johtanut siihen että on... itse koen että oon tavallaan niinkun vähän niinkun huijattu olo ehkä tai en nyt sanois huijattu mutta siis se et ei oo saanu tarpeeks tietoo niin... niin vähän sillä tavalla... just esimerkiks tää et mää en oo ollut oikeutettu esimerkiks mihkään asumistukeen tai tällaseen koska lapsi ei ollu kirjoilla mun luona niin tota se on vähän.. semmoseen ehkä vois...”

Tarkempia neuvoja olisi edellisen vastauksen antajan mukaan toivonut esimerkiksi neuvolan työntekijöiltä tai lastenvalvojalta. Hän koki, että on paljon joutunut selvittämään asioita itse. Samaa kommentoi rajatusta yhteishuoltajuudesta taistellut yksinhuoltajavanhempi lisäten, että heikompi ihminen olisi varmasti luovuttanut, koska joutui useamman kerran pyytämään samaa asiaa tuntemuksella, että hakkaa päätänsä koko ajan seinään.

”Joo... Ja sitten kun mä tarttin sinne käräjille kaiken maailman lausuntoja niin sitten tota kaikkee tietoo he ei saaneet antaa mulle... Tai en mä niin kuin kaikkee tietoo saanu... Itte siis mä olin aivan loppu silloin, must tuntu silloin. Mut toissalta sitten mä sain kauheesti voimaa siitä prokkiksesta et halusin viedä sen kunnialla loppuun. Ja sit menikin onneks... Jos mä olisin heikompi mielinen niin se homma olisi jääny kesken et silloin ei niin kuin apuu tullu mistää juurikaan...”

Samainen yksinhuoltajavanhempi kommentoi naurahtaen, että neuvolassa voisi olla muistutuspalvelu, joka muistuttaisi ajan varaamisesta. Häntä haastatellessa kävi ilmi, että

hänelle oli suuri haaste muistaa kaikkia asioita. Hän kertoi päivähoidon joskus muistuttavan hoitoaikojen ilmoittamisesta tekstiviestillä, jos hän on sen unohtanut.

”Jaaa....a no tota... Mikä mulla heti tuli mieleen niin ois kiva jos ne laittais neuvolastaki tekstarin, et varaa neuvola-aika. Koska mun on niin vaikee näit asioita muistaa vaik ne on vaan kerran vuodessa, mut silti...”

Pohdittaessa tilannetta, että yksinhuoltajavanhemalla olisi aikaa ja mahdollisuutta harrastaa, voisi kuntosalilla käynti olla yksi hyvä keino pitää itsensä kunnossa. Yksi vastaaja pohdiskeli esimerkiksi eri kuntosalien hintoja, jotka hän koko kalliiksi. Hän kaipasi alennuksia yksinhuoltajavanhemmille samalla tavalla kuin on opiskelijoilla tai eläkeläisillä.

”On opiskelijahintoja, eläkeläishintoja sitten on näitä sotilaspoikahintoja, mutta ei oo yksinhuoltajahintoja. Me maksetaan ihan sama, joka tienaa niin, kun perheessä tienataan kolme neljä tonnia per nuppi, niin ei vaan pysty. Se on pakko karsia..”

6 Johtopäätökset ja pohdinta

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli saada tietoa Tähtärin ympäri vuorokauden päiväkodin asiakasperheiden yksinhuoltajavanhempien kokemuksia vuorotyöstä. Tavoitteena oli kartoittaa yksinhuoltajavanhempien kokemuksia vuorotyön vaikutuksesta vanhemmuuteen ja perhe-elämään sekä saada tietoa vuorotyön vaikutuksista lasten ja vanhempien hyvinvointiin. Tavoitteena oli myös selvittää, miten vanhempien mielestä voitaisiin tukea vuorotyötä tekevän yksinhuoltajavanhemman perheen arkea. Epätyypillinen työaika on lisääntynyt viimeisen parinkymmenen vuoden aikana, kun yhteiskunnasta on kehittynyt ympäri vuorokauden auki oleva palveluyhteiskunta, jossa voi asioida tai saada erilaisia palvelua yhä laajenevilla aukioloajoilla.

Teimme opinnäytetyön laadullisena tutkimuksena haastatteleamalla vapaaehtoisia yksinhuoltajavanhempia. Yksinhuoltajavanhemmat saivat kirjeen päiväkodin kautta, ja ilmoittautuivat sähköpostitse mukaan. Haastatteluihin ilmoittautui aikarajan puitteissa neljä yksinhuoltajaa erilaisine tilanteineen ja taustoineen. Haastatteluihin ilmoittautuneet olivat kaikki yksinhuoltajaäitejä. Haastatteluiden perusteella voimme sanoa, että he olivat myös hyvin motivoituneita kertomaan elämästään joten saimme kerättyä runsaasti aineistoa tutkimuksemme. Olimme toivoneet, että olisimme saaneet mukaan myös yksinhuoltajaisän näkökulmaa, mutta jostain syystä emme siinä onnistuneet. Krögerin(2009, 170-172) mukaan isät jäävät yksinhuoltajuudessa varjoon. Julkisuudessa käytävä keskustelu koskee yleisimmin yk-

sinhuoltajaäitiyttä. Myös tehdyt tutkimukset yksinhuoltajuudesta liittyvät yleisimmin yksinhuoltajaäitien tilanteisiin. Mietimme, olisimmeko onnistuneet saamaan isien näkökulmaa paremmin esiin toisenlaisilla tutkimusjärjestelyillä. Emme ymmärtäneet aloittaessamme tutkimusta, että isien mukaan saaminen olisi vaatinut tutkimuksen erityistä kohdentamista heihin. Johtopäätöksenä voisi sanoa, että tulevaisuudessa tulisi tutkimuksissa huomioida yksinhuoltajaisien näkökulmaa huomattavasti paremmin jolloin jatkotutkimusehdotuksena esitämmekin yksinhuoltajaisien kokemusten kartoittamisen. Varjoihin jätetyt ja jääneet isät ovat lasten kehityksen kannalta yhtä oleellisia kuin lasten äidit.

Yksinhuoltajuus näyttäytyy hyvin moninaisena yhteiskunnassamme tänä päivänä. Yksinhuoltajuuden määrittelemisen ongelmallisuus tuli esille jo suunnitteluvaiheessa, kun päiväkodin henkilökunnan kanssa pohdimme, millaisia yksinhuoltajavanhempia pyydämme tutkimukseemme. Emme kuitenkaan lähteneet rajaamaan millään tavalla tutkimukseen osallistuvia yksinhuoltajavanhempia, koska halusimme kartoittaa yleisesti vuorotyön kokemuksia yksinhuoltajavanhemman elämään ja arkeen. Oma opinnäytetyömme aineisto kuitenkin osoitti selkeästi, että yksinhuoltajavanhempien elämäntilanteet voivat vaihdella laajalla skaalalla. Yksinhuoltajalla, joka tekee vuorotyötä, jaksaminen arjessa riippuu paljolti myös siitä, millainen yksinhuoltajuus on kysymyksessä. Kaikesta huolimatta jokaisella yksinhuoltajavanhemmalla on omat haasteensa arjesta selviämisessä perhe-elämää ja työtä yhdistettäessä.

Ensimmäinen tutkimuskysymyksemme oli, miten perheet kokevat yksinhuoltajuuden, vuorotyön ja perhe-elämän yhdistämisen. Kahden vanhemman perheet, jotka tekevät epätyypillisen työajan työtä, kokevat jonkin verran haastetta perhe-elämän ja työn yhdistämisessä, mutta yksinhuoltajavanhemman perheessä haasteet ovat tätäkin suurempia. Aineistomme perusteella vuorotyötä tekevät yksinhuoltajavanhemmat pyrkivät järjestämään arkeansa lasten kanssa hyvin lapsilähtöisellä tavalla. Aineisto nostaa kauttaaltaan esiin hyvin vahvan lapsikeskeisyyden. Yksinhuoltajavanhemmat kokivat äitiyden ja vanhemmuuden tärkeäksi tehtäväksi ja lapset haluttiin nostaa elämän keskipisteeksi. Vanhemmuus ja äitiys toimivat voimavaroina vaativasta arjesta suoriutumisessa. Haastatellut toivat esiin myös haluaan ja pyrkimystään olla lapsilleen hyvä äiti. Heidän kertomuksensa tavastaan ja ajatuksistaan olla äiti kuvastivat äititapaisuutta, jota ympäröivä kulttuuri muokkaa. Äititapaisuutta vahvistetaan omalla toiminnalla äidin roolissa. Merkittävää äititapaisuudessa on läsnäolo lapselle, jonka eri merkitysten taustalla vaikuttaa pyrkimys lapsen parhaaseen.

Haastattelemamme äidit tekivät jatkuvasti valintoja pohtien lapsen etua ja samalla pyrkien olemaan läsnä lapsen elämässä mahdollisimman paljon. He kokivat huolta lapsen joutuessa olemaan paljon hoidossa heidän työvuorojensa vuoksi, erityisesti pitkät yövuoroputket huolettivat heitä. Vaikka varhaiskasvatusta arvostettiin, pyrkimys oli kuitenkin siihen, että lapsen ei tarvitsisi olla hoidossa niin paljon. Lapsen päiväkodissa viettämää aikaa pyrittiin vähentämään

tukiverkoston tarjoaman tuen avulla. Vuorotyötä tekevän yksinhuoltajavanhemman elämässä oli selkeästi voimakas jännite työn ja perhe-elämän välillä, joka aiheuttaa oman paineensa jokapäiväiseen elämään. Vuorotyötä tekevä vanhempi joutuu tasapainoilemaan työn ja perhe-elämän välillä. Toisaalta halutaan läsnäoloa lapsen kanssa mahdollisimman paljon ja toisaalta on oltava töissä elatuksen saamiseksi, jolloin töitä voidaan joutua painamaan toden teolla. Aineiston mukaan yksinhuoltajavanhempien työn tekemiseen vaikuttaa oleellisesti paineet perheen elatuksesta. Aineiston mukaan yksinhuoltajavanhemmat ovat lisänneet tekemänsä työn määrää selvittääkseen taloudellisesti paremmin. He pitivät myös tärkeänä kykyä ostaa lapsille sellaisia asioita, joita lapset toivovat. Heille näytti olevan tärkeää, että yksinhuoltajuudesta huolimatta he kykenevät hankkimaan lapsilleen sellaisia asioita, joita muutkin lapset saavat.

Yksinhuoltajavanhemmat arvostivat lastensa kanssa viettämäänsä aikaa. Yhteisen ajan suunnittelua haittaa kuitenkin tietämättömyys tulevista työvuoroista tiettyä ajanjaksoa pitemmälle. Haastatellut toivat myös esiin huoltansa heikentyneistä mahdollisuuksistaan viettää perinteisiä juhlapyhiä lasten kanssa yhdessä. Toisaalta he kertoivat epäsäännöllisen työn antamista mahdollisuuksista järjestää arkea. Vuorotyön hyvinä puolina koettiin arkivapaiden ja pitempien vapaiden mahdollistuminen, jotka avasivat uusia mahdollisuuksia viettää aikaa lasten kanssa. Vuorotyötä tekevät yksinhuoltajavanhemmat kokivat haasteita arjen aikataulutuksessa. Omien ja lasten asioiden järjestäminen arjessa vaatii erityistä arjen hallintaa. Suureksi haasteeksi koettiin kaikkien asioiden muistaminen, josta he kokivat olevansa yksin vastuussa. Asioista yksin vastaaminen ja huolehtiminen saattoi myös aiheuttaa yksinäisyyden tunteita. Heidän kokemansa paineet äitinä olemisessa ja selviytymisessä nousivat esiin haastatteluissa.

Yksinhuoltajavanhemman on tärkeää löytää itselleen ja perheelleen sopiva työ, jossa on vuorot neuvoteltavissa ja työnantaja joustaa mahdollisuuksien mukaan. Jatkuvasti muuttuvassa yhteiskunnassa on myös yksinhuoltajavanhemman otettava vastaan se työ, jota tarjotaan. Sopivan työn löytyminen vaatii ponnisteluja, joka ajan myötä voi tuottaa tuloksia. Työvuorojen joustavuus ja mahdollisuus lyhyempiin työviikkoihin auttaa yksinhuoltajaa paremmin yhdistämään työ- ja perhe-elämää.

Merkittävä tekijä vuorotyötä tekevän yksinhuoltajavanhemman arjessa on tukiverkoston apu ja tuki. Haastateltavamme, joilla osalla oli tukiverkostoa, ja osalta se puuttui käytännössä katsoen kokonaan, toivat esiin tukiverkoston suuren merkityksen vuorotyön ja yksinhuoltajuuden tuomien paineiden helpottamiseksi. Haastatellut saivat monenlaista apua muun muassa lasten isovanhemmilta ja ystäviltä. Tukiverkoston tarjoaman tuen ja avun lisäksi merkittävänä nähtiin myös lasten sosiaalisten taitojen oppiminen erilaisten ihmissuhteiden kautta. Hanka-

luutena yksinhuoltajavanhemmat kokivat välillä yhteisen ajan löytämisen kavereiden ja ystävien kanssa sovittaessa vuorotyötä tekevän arkirytmisiä toimistotyöaikaa noudattavan rytmiiin.

Myös entisen puolison tukea arvostettiin. Yhteishuoltajuus lapsen toisen vanhemman kanssa on osa yksinhuoltajavanhemman tukiverkoston. Aineiston perusteella yhteinen huoltajuus lapsen vanhempien kesken saattaa kuitenkin tuottaa merkittäviä arjen haasteita. Haastattelujen mukaan ristiriidat toisen vanhemman kanssa söivät merkittävästi arjen voimavaroja. Toisaalta yhteishuoltajuus voi helpottaa vuorotyöstä syntyvää väsymystä antaessaan vanhemmalle paremmin tilaa ja aikaa lepoon ja virkistäytymiseen lapsen ollessa toisella vanhemmalla.

Toisenlaisessa tilanteessa ollaan silloin, kun yksinhuoltajavanhempi on ainut huoltaja tai jopa ainut vanhempi lapsen elämässä, jolloin myös muun tukiverkoston merkitys nousee oleellisesti tärkeämmäksi. Epätyypillisen työn ja perhe-elämän yhdistelemisessä on monenlaisia haasteita ja ne korostuvat tilanteessa, jossa yksinhuoltajavanhemmalta puuttuu tukiverkoston ympäriltä, jos esimerkiksi isovanhemmat asuvat toisella paikkakunnalla tai ystäväverkoston ei ole vielä ehtinyt muodostua uudelle asuinpaikkakunnalle. Vaikka erilaisia palveluja lapsiperheille on saatavilla julkisella, yksityisellä sekä kolmannella sektorilla, joutuu yksinhuoltajavanhempi kuitenkin harkitsemaan tarkkaan niiden käyttöä usein niiden maksullisuuden vuoksi, jolloin tuen ja avun saanti on entistä hankalampaa.

Yhteiskunnallisena palveluna, joka tukee perhe-elämän ja epätyypillisen työajan työn yhdistämistä, on ympärivuorokautinen päivähoito. Tämä hoitomuoto antaa mahdollisuuden tehdä vuorotyötä ja samaan aikaan lapsi saa riittävän levon ja tuen kasvulleen. Aineistomme mukaan ympärivuorokautiseen päivähoitoon ollaan tyytyväisiä monilta osin. Palvelu saa kiitosta yksinhuoltajavanhemmilta, koska muutoin vuorotyön tekeminen ei olisi mahdollista. Päivähoitossa tehdään lasten kanssa paljon sellaista, mihin kotona ei välttämättä pitkien työvuorojen vuoksi ole aikaa. Kasvatuksellinen tuki keskusteluineen koetaan myös merkittäväksi. Myös ammattilaisten taitoa ohjata eteenpäin tarvittaessa arvostettiin ja nostettiin esiin. Vastajat kertoivat tuovansa lapsensa hoitoon turvalliseen ja tuttuun ympäristöön, josta lapset olivat mukavasti löytäneet sellaisia kavereita, joiden kanssa viihtyivät.

Aineistoista nousee vahvasti vuorotyötä tekevien yksinhuoltajavanhempien vahva tahtotila selvitä arjestaan. Arkea kuvataan rankaksi mutta he kuvaavat itseään jääräpäisinä, selviytyjinä, taistelijoina ja periksiantamattomina omassa arjessaan ja elämäntilanteiden vaihdellussa. Aineiston mukaan heitä voisi kuvailla sinnitteleviksi eteenpäin puskijoiksi, jotka pyrkivät menemään sinnikkyydellään vaikka läpi harmaan kiven, kun niin päättävät. Vuorotyötä tekevät yksinhuoltajavanhemmat lepäävät silloin, kun pystyvät ja painavat päivästä toiseen hänen voimalla, jotta lapsi saisi vähintään sen mitä kulloinkin tarvitsee.

Vahva tahtotila toimii ikään kuin käyttövoimana arjen rattaiston pyörittämisessä. Vahvaa tahtotilaa tukee asennoituminen elämiseen tässä hetkessä sekä toisaalta tieto siitä, että lasten kasvaessa heidän omatoimisuutensa lisääntyy, jolloin arkikin voi alkaa tuntumaan helpomalle. Voimaa he saivat merkittävällä tavalla myös siitä, että näkivät lapsiensa hyvinvoinnissa ponnisteluidensa tulokset. Lasten hyvä kasvu, kehitys ja oppiminen sai heidät tuntemaan iloa ja ylpeyttä lapsistaan ja myös omasta selviytymisestään. Myös ympäristön antama positiivinen palaute lasten hyvinvoinnista osoittautui merkittäväksi voimanlähteeksi. Toisaalta he toivat esiin huoltansa siitä, miten järjestävät arkensa lasten kasvaessa kouluikäisiksi. Yksinhuoltajavanhempien sinnikkyys näkyi myös heidän tavassaan suoriutua yksin arjestaan mahdollisimman pitkälle. Apua haettiin vasta kun omien voimien ei koettu riittävän. Toisaalta haastatellut toivat esiin omaa kasvuaan vanhempina ja ihmisenä. He kokivat oman kärsivällisyytensä ja uskonsa omiin kykyihinsä selvitä elämän erilaisissa tilanteissa kasvaneen. Vaikeat ja raskaat elämäkokemukset olivat lopulta voimaannuttaneet.

Toisena tutkimuskysymyksenä opinnäytetyössä oli, millaisia vaikutuksia vuorotyöllä on vanhemman ja lapsen hyvinvointiin. Tähän kysymykseen lähdimme etsimään vastauksia kartoittamalla heidän elämäntapojansa. Tähän teemaan yhdistimme myös parisuhteen, koska sen merkitys nousi niin merkittäväksi aineistossa. Haastateltavien mukaan vuorotyö vaikuttaa erityisesti vanhempien hyvinvointiin. Aineistosta oli pääteltävissä, että haastateltavat usein arvottivat omaa hyvinvointiansa pyrkimällä ajattelemaan päivittäisissä valinnoissaan ensin lastensa parasta. Haastateltavat toivat hyvin vahvasti esiin, että lasten hyvinvointi nousee omaa hyvinvointia arvokkaammaksi asiaksi. Lasten hyvinvoinnin tähden ollaan valmiita joustamaan omasta levosta, terveydenhoidosta ja liikunnasta.

Tämän haastatteluaineiston perusteella voidaan päätellä, että merkittävä vuorotyötä tekevän hyvinvointia määrittävä tekijä on unen määrä ja laatu. Työvuoroista aiheutuva epäsäännöllinen uni-valverytmi vaikuttaa unen määrään ja laatuun, jota vuorotyötä tekevällä yksinhuoltajavanhemmalla kuormittaa lisäksi oman unirytmien sovittaminen lapsen rytmien mukaan. Haasteita tuottavat erityisesti useat perättäiset yövuorot. Yksinhuoltajavanhemman kuormitusta lisäävät myös mahdolliset lasten yölliset heräämiset sekä sairastumiset jolloin vanhempi on yksin huolehtimassa lapsesta. Aineiston mukaan myös eri-ikäisten lasten tarpeet ja huomiointi sekä kotitöiden tekeminen iltaisin voivat venyttää yksinhuoltajavanhemman valveillaoloajan pituutta. Haastattelujen perusteella voidaan todeta, että vuorotyötä tekevä yksinhuoltajavanhempi kokee hyvin usein väsymystä arjessaan. Sen sijaan lasten unen riittävyyden yksinhuoltajavanhemmat arvioivat yleisesti hyväksi, vaikka lasten unen katkeaminen aikaisten herätysten vuoksi huolettikin jonkin verran heitä. Väsymyksen johdosta vanhemmat saattavat kokea, että he eivät suoriudu arjen haasteista niin hyvin kuin haluaisivat. Toisaalta aineistosta käy ilmi, että väsymyksen kanssa on opeteltu elämään ja sitä pyritään hallitsemaan erilaisin keinoin.

Aineistomme perusteella haastatellut yksinhuoltajavanhemmat eivät kokeneet vuorotyön vaikuttaneen heidän perheensä terveydentilaan vaan kokivat lapsensa ja itsensä suhteellisen perusterveiksi. Liikunnan merkitystä osana hyvinvointia arvostettiin ja sitä harrastettiin eri tavoin yksin ja yhdessä lasten kanssa. Yleisesti haastatellut vanhemmat toivat esiin pitävänsä tärkeänä terveellistä ravitsemusta osana perheen hyvinvointia, ja he kantoivat huolta lasten hyvästä ravitsemuksesta. Perheissä pyrittiin valmistamaan kotiruokaa sekä pitämään säännöllisistä ruokailurytmeistä kiinni myös vanhemman vapaapäivänä. Sen sijaan vanhemman oma ruokailurytmi saattoi olla epäsäännöllinen erityisesti työpäivän aikana. Terveydelliset tekijät mietittyivät yksinhuoltajavanhempia, koska perheenjäsenten terveys koettiin tärkeänä vuorotyön tekemisen kannalta. Haastattelujen perusteella poissaoloja töistä pyrittiin välttämään kaikin keinoin taloudellisista syistä, jolloin töissä saatettiin olla jopa sairaana. Merkittävänä huomiona aineistosta erottui sellaisen yksinhuoltajavanhemman tilanne, jolta puuttui tukiverkoston apu. Tukiverkoston puuttuessa, ja lapsen edun mennessä oman edelle, hänellä ei ollut aikaa hoitaa terveyttään ja liikkua sen vaatimalla tavalla. Haastattelujen perusteella voidaan päätellä, että tukiverkoston tuoma apu ja tuki ovat merkittäviä tekijöitä vuorotyötä tekevän yksinhuoltajavanhemman hyvinvoinnissa.

Parisuhde nousi aineistostamme hyvinvointiin vaikuttavaksi tekijäksi. Haastatellut yksinhuoltajavanhemmat kertoivat parisuhteen tuovan voimaa arkeen mutta asettavansa myös omat haasteensa. Parisuhdetta säädeltiin hyvin järkiperäisesti turvaten lapsille mahdollisimman tasainen ja järkkymätön arki, vaikka toisen ihmisen kerrottiin tuovan iloa myös lapsille. Parisuhteeseen ei oltu myöskään valmiita alkamaan kovin helposti, koska lapsia haluttiin suojella lyhytaikaisilta suhteilta ja lapsille haluttiin säästää kaikki mahdollinen liikenevä aika. Huomattavaa aineistossa oli, että kynnyks ulkopuolisen ihmisen hyväksymiseen perheenjäseneksi oli korkea. Toinen ihminen erotettiin kuitenkin vieraaksi, joka ei kuitenkaan kuulu ”meidän perheeseen”. Aineiston perusteella voi sanoa, että vuorotyön asettamat haasteet tuntuvat vaikuttavan jonkin verran parisuhteisiin alkamiseen sekä niissä olemiseen.

Kolmas tutkimuskysymys oli, miten vuorotyötä tekevän yksinhuoltajan perhe-elämää voitaisiin tukea. Kysyimme asiaa suoraan yksinhuoltajavanhemmilta. Tämä kysymys sai vastaajat miettimään tarkasti kokemaansa ja poimimaan sieltä lopulta jonkin kehittämiskohteen. Haastatteluissa kävi ilmi, että yksinhuoltajien on ollut välillä hyvin vaikea saada oikeaa tietoa erilaisissa tilanteissa. Esimerkiksi eron hetkellä kaivattiin selkeämpiä ohjeistuksia yhteishuoltajuudesta viikko-viikko systeemillä, jotta esimerkiksi ymmärtäisi millaisia jakopuolusteita erilaisilla tuilla ja etuuksilla on. Myös tietoa erilaisista perheiden tukipalveluista kaivattiin. Yksinhuoltajavanhemmat eivät olleet saaneet informaatiota erilaisista perheiden tukipalveluista esimerkiksi neuvolakäynneillä, vaan ystäviltä, sukulaisilta ja tutuilta. Haastateltavat kokivat tärkeäksi, ettei asioista tarvitsisi etsiä tietoa useasta eri lähteestä,

vaan olisi tietty palvelu, josta saisi oikean ja ajantasaisen tiedon. Tätä kautta poistuisi luukulta toiselle pomputtaminen ja pitkien aikojen odottelu vastausten saamisessa. Haastatteluissa tuotiin esiin oman sinnikkyuden ja jaksamisen merkitystä erilaisissa haastavissa elämäntilanteissa. Tämä vahvistaa aikaisemmin toteamaamme, että yksinhuoltajavanhempi toimii hyvin lapsikeskeisesti ja on valmis ponnistelemaan lapsen hyvinvoinnin eteen.

Haastatteluissa kävi ilmi, että liikunnan harrastaminen koettiin tärkeäksi jaksamisen ja hyvinvoinnin näkökulmasta. Liikunnan harrastaminen ei ole kuitenkaan aina kovin yksinkertaista. Haasteita aiheuttaa esimerkiksi liikuntasalien maksullisuus, joiden hinnoissa ei ole huomioitu yksinhuoltajavanhempia. Joissakin liikuntapalveluissa on alennuksia esimerkiksi opiskelijoille ja eläkeläisille. Yksinhuoltajavanhemmat maksavat salilla käynnistä normaalin hinnan, kuten muutkin työssäkäyvät vanhemmat, vaikka heidän tulonsa ovat pienemmät. Kaikissa liikuntapaikoissa ei ole paikkaa lapselle sille ajalle, jonka vanhempi käyttää esimerkiksi kuntosalilla tai ryhmäliikunnanohjauksessa. Yksinhuoltajavanhempi kaipaisi liikuntapalveluihin enemmän lapsenhoitopalveluita. Tukiverkosto auttaa tässäkin, mutta esimerkiksi lapsiparkki auttaisi tässä tilanteen tullen myös, jos tukiverkosto ei voi aina auttaa.

Omana huomionaamme haluamme nostaa erityisesti tukiverkoston merkitystä vuorotyötä tekevän yksinhuoltajavanhemman arjessa. Millaisia mahdollisuuksia yhteiskunnalla olisi tukea erityisesti sellaisia, joilla lähellä oleva tukiverkosto puuttuu? Pohdimme millaisia mahdollisuuksia esimerkiksi neuvolatoiminnassa olisi lisätä kokonaisvaltaisempaa tukemista perheille. Neuvola on kuitenkin paikka, jossa lapsiperheet käyvät säännöllisesti. Toinen kysymys on, millaisia palvelut pitäisivät olla, että kynnykset niihin eivät olisi liian korkeat. Yksinhuoltajavanhempien haastatteluissa kävi ilmi, että avun hakemista saatetaan väistellä, kunnes ollaan siinä tilanteessa, että kaikki omat voimat on kulutettu. Yhteiskunnassamme korostetaan varhaisen tuen vaikuttavuutta perheiden tukemisessa. Lapsiperheiden kotipalveluja on viety nopealla tahdilla alaspäin laman seurauksena 1990-luvulta lähtien. Uuden sosiaalihuoltolain tavoitteena on ollut uudistaa lapsiperheiden kotipalveluita. Kyseenalaiseksi jää, miten tämä on alkanut toteutua kunnissa. Aika ajoin on voinut kuulla uutisista, että lapsiperheiden kotipalvelut eivät toimi uuden sosiaalihuoltolain edellyttämällä tavalla. Yhteiskunnan hyvä tulevaisuus edellyttää kuitenkin lapsiperheiden hyvinvointia, jonka vuoksi resursseja ja tutkimusta kaikenlaisten lapsiperheiden hyväksi tulisi lisätä.

Tämä opinnäytetyön aihe oli aika laaja, joka tuotti omat haasteensa opinnäytetyön toteuttamiselle. Haastatteluja analysoidessa ymmärsi, että jo pelkästään tukiverkoston olemassaolon merkityksestä olisi voinut kirjoittaa koko opinnäytetyön. Ihmisen arki sisältää niin paljon, kuitenkin suurimman osan eletystä elämästä. Kaikessa laajuudessaan se kuitenkin

avasi lopulta yleisimpiä havaintomaisemia vuorotyössä olevan yksinhuoltajavanhemman arkeen. Ihmisen arki iloineen ja suruineen kirjoittaa merkittävällä tavalla kunkin yksilön omaa tarinaa, joista jokainen on ainutlaatuinen ja merkittävä teos. Erilaisten ihmisten kohtaaminen on sinällään jo tutkijalle antoisa ja opettavainen tilanne puhumattakaan erilaisten elämäntarinoiden kuuntelemisesta. Veikko Lavin sanoin voi sanoa, että jokainen ihminen on laulun arvoinen ja jokainen elämä on tärkeä.

Haastatteluiden tekeminen oli hyvin opettavaista ja vaativaakin, koska tarkoitus ei ollut sitoa haastateltavaa pysymään tiukasti kysymykseen vastaamisessa, vaan yleensä asioista kerrottiin hyvinkin laajasti. Puheet alkavat helposti rönsyilemään, mutta huomasimme, että niistä rönsyistä saattoikin nousta jotain oleellista kuin vahingossa. Haastattelijan tapa kysyä rauhallisesti, ja osata odottaa myös vastauksia rauhassa, ei olekaan aina niin helppoa. Haastatteluja kuunnellessa huomasin tutkijoiden joskus sortuvan haastattelijan auttamiseen, joka voi johdella haastateltua ja jota ei saisi tehdä. Kokonaisuudessaan onnistuimme kuitenkin kohtuullisesti. Aineiston käsittely oli myös vaativa prosessi saadaksemme järjesteltyä sen selkeäksi, koska aineistoa oli niin paljon. Kokonaisuudessaan opinnäytetyö oli mielenkiintoinen ja haastava prosessi. Uskomme, että opinnäytetyömme avaamaa tietoa ja taitoa pystymme hyödyntämään myös tulevaisuudessa.

Lähteet

- Broberg, M. & Tähtinen, J. 2009. Perheen toimivuus ja vanhemmuus yksinhuoltajaperheissä. Teoksessa Forssen K. Haataja A. Hakovirta M. (toim.) Yksinhuoltajuus Suomessa. Helsinki: Väestöliitto, 154-169.
- Haataja A. 2009. Kuka on yksinhuoltaja? Yksinhuoltajien määrä ja profiili eri aineistojen valossa. Teoksessa Forssen K. Haataja A. Hakovirta M. (toim.) Yksinhuoltajuus Suomessa. Helsinki: Väestöliitto, 46-62.
- Hakola, T. Hublin, C. Härmä, M. Kandolin, I. Laitinen, J. & Sallinen, M. 2007. Toimivat ja terveet työajat. 2. uudistettu painos. Helsinki: Työterveyslaitos.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2009. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.
- Hirsjärvi, S. Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. 13. osin uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Hokkanen, T. 2005. Äitinä ja isänä eron jälkeen. Yhteishuoltajavanhemmuus arjen kokemuksena. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Hulkko, L. 2007. Lasten vanhemmat ja työ. Teoksessa Rintanen H. & Säkkinen S. (toim.) Suomalainen lapsi 2007. Stakes. Helsinki: Edita Prima Oy, 249-286.
- Ihalainen, J. Kettunen, T. 2009. Turvaverkko vai trampoliini. Sosiaaliturvan mahdollisuudet. Helsinki: WSOYpro.
- Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Jyväskylän ammattikorkeakoulun Julkaisuja - sarja. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kananen, J. 2015. Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Näin kirjoitan opinnäytetyön tai pro gradun alusta loppuun. Jyväskylän ammattikorkeakoulun Julkaisuja - sarja. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kaskela, M. & Kekkonen M. 2006. Kasvatuskumppanuus kannattelee lasta. Opas varhaiskasvatuksen kehittämiseen. Oppaita 63. Helsinki: Stakes.
- 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. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus, 52-70.
- Krok, S. 2009. Hyviä äitejä ja arjen pärjääjiä. Yksinhuoltajia marginaalissa. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Kröger, T. 2009. Yksinhuoltajuus ja isyys: outo yhdistelmä? Teoksessa Forssen K. Haataja A. Hakovirta M. (toim.) Yksinhuoltajuus Suomessa. Helsinki: Väestöliitto, 170-185.
- Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.
- Metsämuuronen, J. 2006. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Teoksessa Metsämuuronen J. (toim.) Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Helsinki: International Methelp. 81-147.
- Miettinen, A. & Rotkirch, A. 2011. Yhteistä aikaa etsimässä - lapsiperheiden ajankäyttö. Väestöliiton perhebarometri 2011. Väestöntutkimuslaitos - Katsauksia E 42/2012. Helsinki: VL-Markkinointi Oy.

Paajanen, P. 2001. Lapsen vapaa-aika huoltajan silmin. Väestöliiton perhebarometri 2001. Väestöntutkimuslaitos E12/2001. Helsinki: Väestöliitto.

Pelkonen, M. Hakulinen-Viitanen, T. Hietanen-Peltola, M. Puumalainen, T. (toim.). Lasten ja nuorten palvelut uudistuvat - Lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin neuvottelukunnan loppuraportti. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Rönkä, A. Malinen, K. Sevon, E. Kinnunen, U. Poikonen, P-L. & Lämsä, T. 2009. Arki elämän-alueiden leikkauspisteessä: johtopäätökset ja ehdotuksia perheiden arjen tukemiseksi. Teoksessa Rönkä, A. Malinen, K. & Lämsä, T. (toim.) Perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Juva: PS-kustannus, 273-295.

Santala, L. 2009. Miten vanhemmat järjestävät lapsen huollon ja asumisen eron jälkeen. Teoksessa Forssen K. Haataja A. Hakovirta M. (toim.) Yksinhuoltajuus Suomessa. Helsinki: Väestöliitto, 136-153.

Työaikalaki. 9.8.1996/605.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005. Oppaita 56. Helsinki: Stakes.

Vilén, M. Seppänen, P. Tapio, N. & Toivanen, R. (toim.) 2010. Kohtaamisia lapsiperheissä. Menetelmiä perhetyöhön. Helsinki: Kirjapaja.

Väestöliitto 2007. Mikä on minun perheeni? Suomalaisten käsityksiä perheestä vuosilta 2007 ja 1997. Perhebarometri 2007. Pirjo Paajanen. Helsinki: Vammalan kirjapaino Oy

Yläkännö, M. 2011. Sopivasti työtä ja vapaa-aikaa? Tutkimuksia ajankäytöstä eri elämäntilanteissa. Tampere. Juvenes Print -Tampereen yliopistopaino Oy

Sähköiset lähteet

Anttila, M. 2004. Työn ja perheen yhteensovittamisen ongelma vanhemmuuden ja yritysosanaation näkökulmasta. Viitattu 6.1.2017. https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12812/URN_NBN_fi_jyu-2005301.pdf?sequence=1

Hiltunen, L. 2016. Graduaineiston analysointi. Graduryhmä. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 4.10.16. http://www.mit.jyu.fi/ope/kurssit/Graduryhma/PDFt/aineiston_analysointi2.pdf.

Lasten sosio-emotionaalinen hyvinvointi ja perheen arki 24/7-taloudessa. Perheet 24/7. 2011-2014. Viitattu 25.6.2016. <https://www.jyu.fi/edu/laitokset/var/tutkimus/perheet-24-7-hankkeen-tiivistelma>.

Loimuneva M. 2015. Pienen lapsen hyvinvointi vuorohoidossa. Viitattu 6.1.2017. <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/48126/URN:NBN:fi:jyu-201512164048.pdf?sequence=1>.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2016. Vanhempainnetti. Tietokulma - vanhemmuus ja kasvat. Viitattu 5.10.2016. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvat/

Nurmijärven kunta. 2016a. Vuorohoito. Viitattu 11.11.2016. http://www.nurmijarvi.fi/perhe_ja_hyvinvointi/varhaiskasvat/kunnallinen_paivahoito/vuorohoito

Nurmijärven kunta. 2016b. Vuorohoidon järjestämisen periaatteet Nurmijärven kunnan varhaiskasvatuksessa. Viitattu 11.11.2016. http://www.nurmijarvi.fi/filebank/10953-Vuorohoidon_jarjestamisen_periaatteet_2014.pdf.

Opetushallitus. 2016. Varhaiskasvatuksen lainsäädäntö. Viitattu 12.11.2016. http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/lainsaadanto/varhaiskasvat

Perheet 24/7. Viitattu 30.6.2016. https://www.jamk.fi/globalassets/tutkimus-ja-kehitys--research-and-development/tki-projektien-lohkot-ja-tiedostot/perheet-24_7/41266_perheet_24-7_raportti.pdf

Räty, S. 2014. "Kyllähän mun pitää niille soittaa, kun mä olen iltavuorossa, että nyt syökää ruokaa" Vabhemmuus, arki ja hyvinvointi vuorotyötä tekevien yksinhuoltajaäitien kokemana. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Viitattu 2.1.2017. <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/43865/URN:NBN:fi:juu-201406302181.pdf?sequence=1>

Rönkä, A. 2014. Aikuisten työ rytmittää lasten arjen. Viitattu 6.1.2017. https://www.stat.fi/ajk/tapahtumia/2014-02-26_ronka.pdf.

Saaranen-Kauppinen, A & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 27.6.2016. <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>.

Silius, K. 2005. Sisällönanalyysi. Viitattu 1.10.2016. http://matwww.ee.tut.fi/hmopetus/hmjatkosems04/liitteet/JOS_hypermedia_Silius150405.pdf

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. 2016a. Vanhemmuuden roolit. Viitattu 7.10.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/tietopaketti/monimuotoiset-perheet/uusperhe/vanhemmuuden-roolit>.

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. 2016b. Varhaiskasvatuspalvelut. Viitattu 11.11.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/varhaiskasvatuspalvelut>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016b. Mitä toimintakyky on? Viitattu 25.8.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on>.

Terveyden ja hyvinvointilaitos 2016c. Lapsen huolto, tapaaminen ja asuminen. Viitattu 29.12.2016. https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/erityiskysymykset/lapsen-asema-erotilanteessa/lapsen-huolto-tapaaminen-ja-asuminen#Lapsen_asuminen.

Terveyden ja hyvinvointilaitos 2017. Toimeentulo ja kulutus lapsiperheissä. Viitattu 2.1.2017. <https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/lapsiperhekysely/tuloksia/toimeentulo-ja-kulutus-lapsiperheissa>.

Tilastokeskus 2015. Perheet 2014. http://tilastokeskus.fi/til/perh/2014/perh_2014_2015-05-28_tie_001_fi.html.

Tilastokeskus 2016. Perhe Viitattu 7.10.2016. <http://www.tilastokeskus.fi/meta/kas/perhe.html>

Väestöliitto 2013. Isä pärjää yksinhuoltajanakin! Viitattu 5.8.16. <https://www.perheaikaa.fi/juut/lapsi-perheessa/vanhemmuus/isa-parjaa-yksinhuoltajanakin/>

Yhteiskunta ja perhe 2016. Opintohallitus. Viitattu 29.12.2016. http://www.edu.fi/yleissivis-tava_koulutus/aihekokonaisuudet/osallistuva_kansalaisuus_ja_yrittajyyys/aktiivinen_kansalaisuus/kuukausiteemat/marraskuu_lapset_nuoret_ja_perhe/yhteiskunta_ja_perhe.

Yhden vanhemman perheiden liitto. 2017. Yhden vanhemman perheet tilastoina. Viitattu 20.1.2017. <http://www.yvpl.fi/media/yhden-vanhemman-perheet-tilastoina/>

Liitteet

Liite 1 Tutkimuslupahakemus Nurmijärven kunnalle	63
Liite 2 Päätös tutkimusluvasta.....	64
Liite 3 Tutkimuspyyntö yksinhuoltajavanhemmille	65
Liite 4 Kysymysrunko haastatteluun	66

Liite 1 Tutkimuslupahakemus Nurmijärven kunnalle

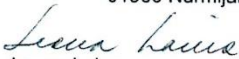


Tutkimuslupahakemus

1 (1)

Opinnäytetyön tekijät: Huovinen Seija; Ristiniemi Sanni		
Oppilaitos: Hyvinkään Laurea-ammattikorkeakoulu		
Koulutusohjelma ja ryhmä: Sosiaaliala SSB13SN		
Puhelinnumero:		
Sähköposti: seija.huovinen@student.laurea.fi ; sanni.ristiniemi@student.laurea.fi ;		
Opinnäytetyön ohjaaja ja yhteystiedot:	Sosiaalialan lehtori Timo Kumpulainen +358 46 856 7909 timo.kumpulainen@laurea.fi	
Toimeksiantajan yhteyshenkilö ja yhteystiedot:	Tähkärinteen päiväkodin johtaja: Ritva Säilä-Paajanen Puh. 040 317 4146 ritva.saila-paajanen@nurmijarvi.fi	
Tutkimuksen nimi:	Yksinhuoltajavanhempien kokemuksia vuorotyöstä	
Tavoitteet:	Opinnäytetyön tarkoituksena on saada tietoa Tähkärinteen ympärivuorokautisen päiväkodin asiakasperheiden yksinhuoltajavanhempien kokemuksia vuorotyöstä. Ensimmäisenä tavoitteena on kartoittaa yksinhuoltajavanhempien kokemuksia vuorotyön vaikutuksesta vanhemmuuteen, perhe-elämään ja yhteiseen vapaa-aikaan. Toisena tavoitteena on kartoittaa vuorotyön vaikutuksia lasten ja vanhempien hyvinvointiin. Kolmantena tavoitteena opinnäytetyöllä on selvittää miten vanhempien mielestä voitaisiin tukea vuorotyötä tekevän yksinhuoltajavanhemman perheen arkea.	
Aikataulu (noin kahden kuukauden tarkkuudella):	Tutkimusluvan saatamme toimitamme saatekirjeen päiväkodille yksinhuoltajavanhemmille jaettavaksi, johon varataan vastausaikaa 2 viikkoa. Päiväkodin kanssa sovitaan haastattelujen käytännöistä (paikka, aika), ja halukkaiden tutkittavien kanssa haastatteluajoista. Haastattelujen jälkeen opinnäytetyön tutkimusaineiston analysoidaan ja kirjoitetaan valmiiksi noin kahden kuukauden kuluessa.	
Liitteet:	Tutkimussuunnitelma	
Tutkimusluvan päättäjä ja yhteystiedot:	Leena Laine Varhaiskasvatuspäällikkö Keskustie 2 B 01900 Nurmijärvi Puh. leena.laine@nurmijarvi.fi	
Päätöksentekijä täyttää:	Tutkimuslupa myönnetään	Tutkimuslupaa ei myönnetä
	Perusteet	
Nimi ja päivämäärä		

Liite 2 Päätös tutkimusluvasta

NURMIJÄRVEN KUNTA	PÄÄTÖS	§ 50
Sivistystoimi		
Varhaiskasvatuspäällikkö	21.10.2016	
Asia	Tutkimuslupa / Sanni Ristiniemi ja Seija Huovinen	
Selostus	Sanni Ristiniemi ja Seija Huovinen opiskelevat sosionomeiksi Hyvinkään Laurea-ammattikorkeakoulussa. He anovat tutkimuslupaa tutkiakseen Yksinhuoltajavanhempien kokemuksia vuorotyöstä.	
Päätös	Päätän myöntää Sanni Ristiniemi ja Seija Huovinen tutkimusluvan sillä edellytyksellä, että noudattaa tutkielman laatimisessa vaitiolo- ja salassapitosäännöksiä. Lisäksi edellytän, että toimittaa valmiin tutkimuksen allekirjoittaneelle.	
	Liitteenä oleva vaitiolo sitoumus tulee palauttaa allekirjoitettuna osoitteesen: Kunnanvirasto Varhaiskasvatus / Leena Laine PL 37 (Keskustie 2 B) 01900 Nurmijärvi.	
Allekirjoitus	 Leena Laine varhaiskasvatuspäällikkö	
Päätöksen nähtäväksi asettaminen	24.10.2016	
OIKAISUVAATIMUS	Päätökseen tyytymätön voi tehdä kirjallisen oikaisuvaatimuksen, joka on toimitettava sivistyslautakunnalle 14 päivän kuluessa päätöksen tiedoksisaannista. Oikaisuvaatimuksen saa tehdä se, johon päätös on kohdistettu tai jonka oikeuteen, velvollisuuteen tai etuun päätös välittömästi vaikuttaa (asianosainen) sekä kunnan jäsen.	
OHJEET	<p>Oikaisuvaatimuskirjeelmä Oikaisuvaatimus on tehtävä kirjallisesti ja siinä on ilmoitettava: 1. valittajan nimi, ammatti ja postiosoite (asiamiehen osalta vastaavat tiedot); 2. päätös, johon haetaan muutosta; 3. millä osin päätökseen haetaan muutosta ja muutos, jota siihen vaaditaan tehtäväksi; sekä 4. muutosvaatimuksen perusteet.</p> <p>Kirjeelmä on vaatimuksen tekijän itsensä tai hänen valtuuttamansa asiamiehen allekirjoitettava ja siihen on liitettävä päätös, johon haetaan muutosta sekä selvitys siitä, mistä päivästä oikaisuvaatimuksen/valituksen tekemisen aika seuraavassa todetun mukaisesti lasketaan.</p> <p>Oikaisuvaatimusaika Oikaisuvaatimus- ja valitus aika lasketaan tiedoksisaannista.</p> <p>Asianosaiselle (se, johon päätös on kohdistettu tai jonka oikeuteen, velvollisuuteen tai etuun päätös välittömästi vaikuttaa) lähetetään päätöstä koskeva pöytäkirjanote erikseen tiedoksi kirjeellä. Asianosaisen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon, jollei muuta näytetä, seitsemän päivän kuluessa kirjeen lähettämisestä. Kunnan jäsenen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon, kun pöytäkirja on asetettu yleisesti nähtäville.</p> <p>Oikaisuvaatimuksen toimittaminen muutoksenhakuviranomaiselle</p> <p>Oikaisuvaatimuskirjeelmä on muutoksenhakijan itsensä tai hänen valtuuttamansa asiamiehen toimitettava taikka postitse lähetettävä oikaisuvaatimusviranomaisen kirjaamoon ennen oikaisuvaatimusajan päättymistä.</p> <p>Oikaisuvaatimusviranomaisen osoite ja postiosoite: Nurmijärven sivistyslautakunta Katuosoite: Keskustie 2B, 01900 Nurmijärvi Postiosoite: PL 37, 01901 Nurmijärvi</p>	
JAKELU	hakija(t) Mari Korhonen Ritva Säilä-Paajanen Varpu Jokinen	

Liite 3 Tutkimuspyyntö yksinhuoltajavanhemmille



Tutkimuspyyntö
27.10.2016

Arvoisa vastaanottaja!

Olemme kaksi sosionomiopiskelijaa Hyvinkään Laurea-ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötä yksinhuoltajavanhempien kokemuksia vuorotyöstä. Opinnäytetyölle on myönnetty lupa Nurmijärven kunnan varhaiskasvatuspäälliköltä.

Opinnäytetyön nimenä on Yksinhuoltajavanhempien kokemuksia vuorotyöstä. Yhteiskuntamme kehittyä yhä enenevässä määrin ympäri vuorokauden auki olevaksi yhteiskunnaksi, joka on johtanut epätyypillisinä aikoina tehtävän työn lisääntymiseen. Epätyypillisinä aikoina työskentelyn on todettu tuottavan erilaisia haasteita myös perheellisille, joihin kuitenkin yhteiskunnassamme ei ole kiinnitetty erityistä huomiota. Perheen ja työn yhteensovittamista on tutkittu laajalti erityisesti 2000-luvulta lähtien sekä Suomessa että muissa länsimaissa. Sen sijaan epätyypillisinä aikoina työskentelyn vaikutukset perhe-elämään ovat jääneet tutkimuksissa taka-alalle. Meidän tutkimuskohteeksemme valikoituivat yksinhuoltajaperheet, koska selvittäessämme aikaisemmin tehtyjä tutkimuksia, huomasimme yksinhuoltajaperheiden kokemusten erittelyn tutkimuksissa jääneen vähäiseksi.

Tarkoituksenamme on haastatella teitä yksinhuoltajavanhempia omista kokemuksistanne vanhemmuudesta, perhe-elämästä ja vuorotyöstä. Toivomme teidän mieltävän kohdaltanne, olisiko teillä mahdollisuus osallistua tutkimukseen. Osallistuminen haastatteluun on vapaaehtoista ja luottamuksellista. Haastattelun kesto on noin 30 min – 1 h ja haastattelut nauhoitetaan. Haastattelut toteutetaan joustavasti yhdessä sovittuna ajankohtana. Alustavasti olemme suunnitelleet haastattelut toteutettavaksi päiväkodin tiloissa.

Tutkimukseen osallistujilla on oikeus päättää tutkimukseen annettavista tiedoistaan. Tutkimusteksteissä ei paljasteta tutkittavien henkilöllisyyttä eivätkä sivulliset pääse tutkimaan henkilötietoja. Henkilötiedot hävitetään haastattelujen analysoinnin jälkeen.

Toivomme vastaustanne osallistumisesta tutkimukseen sähköpostitse tai puhelimitse 10.11.2016 mennessä.

Kiitos osallistumisestanne!

Jos teillä on kysyttävää, vastaamme mielellämme kysymyksiinne.

Yhteistyöterveisin:

Seija Huovinen & Sanni Ristiniemi

email: seija.huovinen@student.laurea.fi

puh: Seija

Liite 4 Kysymysrunko haastatteluun

Teemahaastattelu

Tausta

Sukupuoli?
Ikä?
Ammatti
Lasten lukumäärä, iät.

TEEMA:

Yksinhuoltajuus:

Millaisia kokemuksia sinulla on yksinhuoltajuudesta?
Miten koet vuorotyön sopivan yksinhuoltajalle?
Miten koet jaksamisen yksinhuoltajana?
Millainen huoltajuus on taustalla?
Miten koet parisuhteen merkityksen arjen keskellä?
Mitä merkitsee yksinhuoltajavanhemmalle oma aika?

Vuorotyö:

Kuinka kauan on tehnyt vuorotyötä?
Millaista vuorotyötä teet?
Millaiset ovat työajat? Kuinka pitkä on työmatka?
Mitkä ovat arjessa selviytymisen haasteet ja voimavarat, kun teet vuorotyötä?

Vanhemmuus:

Miten määrittelet vanhemmuuden?
Mitä vanhemmuus merkitsee sinulle?
Mitkä ovat omat kokemukset vanhemmuudesta?
Mitkä tekijät vaikeuttavat / helpottavat vanhempana olemista?
Millainen on lähi- ja kaveripiiri?
Millaista tukea saat? -> keneltä?
Miten ympäristö tukee vanhemmuutta?
Miten koet Yhteishuoltajuuden toimivuuden?

Päivähoito:

Miten lapset viihtyvät päiväkodissa?
Mitä mieltä olet yhteistyöstä päivähoidon väen kanssa?
Millaista tukea koet saavasi päivähoidolta?
Onko tuki riittävää ollessasi yksinhuoltaja?

Hyvinvointi

Millaisia vaikutuksia työajoillasi on unen laatuun ja levon riittävyteen itsellesi ja lapsellesi?

Miten koet vuorotyön vaikuttavan omaan ja lastesi terveyteen?

Millaiset liikunta- ja ravintotottumukset sinulla ja lapsellasi on?

Miten vuorotyö vaikuttaa itsesi ja lapsesi hyvinvointiin?

Miten vuorotyö vaikuttaa perheen kanssa käymiseen muiden ihmisten kanssa?

Millaisissa tilanteissa koet yksinäisyyttä? Kuinka usein?

Perhe-elämä:

Miten koet työn ja perhe-elämän yhdistämisen?

Millaisia haasteita vuorotyö asettaa perhe-elämälle?

Miten koet ajan riittävyyden yleisesti?

Miten koet vapaa-ajan riittävyyden?

Mitä sinulle merkitsee lapsesi kanssa vietetty yhteinen aika?

Miten koet yhteisen ajan merkityksen?

Millaisia lastenhoitojärjestelyjä sinulla on tapana käyttää?

Lähipiiri / Kaverit / Palkattu lastenhoitaja (MLL)

Kehittämisen ajatuksia

Millaista apua toivoisit/kaipaisit yksinhuoltajan arkeen / perhe-elämään?

Päivähoito?

Neuvola?

Työpaikka?

Sosiaalihuolto? Kunta?

Miten kolmassektori? = yhdistykset, seurakunta, yrittäjät voisi tukea paremmin yksinhuoltajan arkea?