

KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU  
Sairaanhoitajakoulutus

Tiina Hyttinen  
Hannamari Härmä

”KUN TUNTUU ETTEI YMMÄRRETÄ, MITEN RASKASTA ON OLLA LAPSE-  
TON JA YKSIN.”

Elämäntilannelapseton terveydenhuollon asiakkaana

Opinnäytetyö  
Toukokuu 2019



**OPINNÄYTETYÖ**  
**Toukokuu 2019**  
**Sairaanhoitajakoulutus**

Tikkarinne 9  
80200 JOENSUU  
+358 13 260 600

**Tekijät**  
Tiina Hyttinen, Hannamari Härmä

**Nimeke**  
"Kun tuntuu ettei ymmärretä, miten raskasta on olla lapseton ja yksin."  
– Elämäntilannelapseton terveydenhuollon asiakkaana

**Toimeksiantaja**  
Lapsettomien yhdistys Simpukka ry

**Tiivistelmä**

Elämäntilannelapsettomuus koskettaa yhä enenevässä määrin yksilöitä, kun yksin elävien määrä kasvaa ja syntyvyys laskee. Elämäntilannelapsettomuuden lapsettomuus johtuu yleensä parisuhteen puuttumisesta tai muusta sosiaalisesta syystä. Ilmiö on suurimmalle osalle kansalaisista tuttu, mutta terminä uusi ja huonosti ymmärretty.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa uutta tietoa toimeksiantajalle Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:lle. Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää elämäntilannelapsettomuuden vaikutuksia yksin elävän naisen elämässä. Lisäksi tavoitteena oli saada tietoa, kuinka heidät kohdataan terveydenhuollossa, tulisiko asia ottaa puheeksi ja minkälaisia mahdollisia tukimuotoja he ehkä kaipaisivat. Tämä opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisella tutkimusmenetelmällä ja sen aineisto kerättiin haastattelemalla neljää, yksin elävää, lapsetonta naista teemahaastattelun keinoin. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysimenetelmällä.

Tulosten mukaan elämäntilannelapsettomuus vaikuttaa niin henkiseen kuin fyysiseen hyvinvointiin. Lapsettomuus koetaan "tyhjän sylin" tunteena, kriisinä, ja jopa fyysisinä oireina. Lapsettomana vapaa-aikaa saatetaan täyttää työn teolla, vaikka vastaajat halusivat nauttia normaalista arjesta ilman lapsiakin. Puheeksiottotilanteita oli vastaajilla vaihtelevasti, ja tilanteet oli koettu niin positiivisina kuin negatiivisina. Lähes jokainen vastaaja esitti toiveita ja keinoja, kuinka käsitellä aihetta terveydenhuollossa. Jatkossa aihetta voisi tutkia esimerkiksi samassa tilanteessa olevien miesten kannalta tai iäkkäämpien elämäntilannelapsettomien näkökulmasta.

**Kieli**  
suomi

Sivuja 59  
Liitteet 5  
Liitesivumäärä 8

**Asiasanat**

elämäntilannelapsettomuus, puheeksiotto, yksinelävät, naiset



**THESIS**  
**May 2019**  
**Degree Programme in Nursing**

Tikkarinne 9  
FI - 80200 JOENSUU  
FINLAND  
Tel. + 358 13 260 600

**Authors**

Tiina Hyttinen, Hannamari Härmä

**Title**

“When It Feels Like No One Understands How Hard It Is to Be Childless and Single.”  
– Women Childless by Circumstance as Healthcare Clients

**Commissioned by**

The Finnish Infertility Association Simpukka

**Abstract**

Childlessness by circumstance concerns individuals at an increasing rate, because the number of lonely people is growing and the birth rate is declining. Childlessness by circumstance is usually due to lack of partnership or some other social reason. This phenomenon is familiar to most people, but the term is new and poorly understood.

The purpose of this thesis was to produce new information for the commissioning organisation The Finnish Infertility Association Simpukka. The aim of this thesis was to collect single women’s experiences of how childlessness by circumstance affects their life. Another aim was to gather information on how they are received in healthcare, if the matter should be brought up and what form of support they might need. The material for this qualitative thesis was collected by thematically interviewing four single and childless women. The material was analysed using inductive content analysis.

Based on the results, childlessness by circumstance affects the mental and physical well-being. Childlessness is experienced like as “empty lap”, crises and some can get physical symptoms. Childless women may fill their free time with extra work although they want to enjoy normal everyday life without a child. The respondents have positive and negative experiences of addressing the topic. Almost every respondent expressed hopes and means of how this situation should be brought up in healthcare. In the future, the topic could, for example, be studied from the perspective of men in a similar situation or from that of older people who are childless by circumstance.

**Language**

Finnish

Pages 59

Appendices 5

Pages of Appendices 8

**Keywords**

childlessness by circumstance, bringing up concerns, single people, women

# Sisältö

Tiivistelmä

Abstract

1	Johdanto.....	5
2	Yksinäisyyden muodot.....	6
2.1	Elämäntilannelapsettomuus.....	6
2.2	Yksinäisyys vai yksin eläminen.....	6
3	Lapseton yhteiskunnassa.....	7
3.1	Lapsettomuus Suomessa.....	7
3.2	Yhteiskunnan odotukset.....	8
3.3	Parisuhteen muodostamisen haasteet.....	9
4	Lapsettomuuden vaikutukset.....	11
4.1	Lapsettomuus kriisinä ja psyykkiset vaikutukset.....	11
4.2	Sosiaaliset vaikutukset.....	12
4.3	Elämänkaari.....	14
5	Puheeksiotto terveydenhuollossa.....	15
5.1	Sairaanhoidajan rooli.....	15
5.2	Asiakkaan tukeminen.....	16
6	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimustehtävä.....	17
7	Tutkimusmenetelmä ja toteutus.....	18
7.1	Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä.....	18
7.2	Toimeksiantaja ja kohdejoukko.....	19
7.3	Teemahaastattelu.....	20
7.4	Aineiston hankinta.....	21
7.5	Sisällönanalyysi.....	23
8	Tulokset.....	27
8.1	Haastattelun taustakysymykset.....	27
8.2	Kokemus elämäntilannelapsettomuudesta ja sen vaikutuksista elämään.....	27
8.3	Puheeksiotto terveydenhuollossa.....	35
8.4	Puheeksioton tarpeellisuus ja kohdejoukon sopiva huomiointi terveydenhuollossa.....	36
9	Pohdinta.....	40
9.1	Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset.....	40
9.2	Opinnäytetyön luotettavuus.....	46
9.3	Opinnäytetyön eettisyys.....	48
9.4	Ammatillinen kasvu ja opinnäytetyöprosessin kuvaus.....	52
9.5	Jatkotutkimus- ja kehittämisideat.....	56
	Lähteet.....	57
	Liitteet	
Liite 1	Haastattelupyyntö	
Liite 2	Suostumuslomake	
Liite 3	Haastattelurunko	
Liite 4	Esimerkki tulosten luokittelusta	
Liite 5	Opinnäytetyöpäiväkirja	

## 1 Johdanto

Elämäntilannelapsettomuudella tarkoitetaan lapsettomuutta, jonka syynä on jokin elämäntilanteeseen liittyvä tilanne. Tilanne voi olla hyvin hallitseva yksilön elämässä ja vaikuttaa tämän itsetuntoon sekä identiteettiin. Elämäntilannelapseton saattaa nähdä elämänsä hyvin yksipuolisena ja ajatella lapsen saannin mittarina, joka määrittää elämän onnellisuuden. (Korpela 2014.) Elämäntilannelapsettomien kohdalla erityispiirteenä on, että heiltä puuttuu puoliso. Usein puolisoittomuutta ei mielletä suoraan lapsettomuuden syyksi, vaan lapsettomuuden ajatellaan olevan vain parisuhteessa elävien ongelma. Yksinäisten naisten lapsettomuudesta ei myöskään esitetä huolestuneita mielipiteitä eikä heitä motivoida lasten hankintaan yksin. Parisuhteen ja lasten ajatellaan edelleen kuuluvan voimakkaasti yhteen. (Mäkinen 2008, 82, 230.)

Naisten kokemuksia lapsettomuudesta ja sen vaikutusta elämän eri osa-alueille on tarkasteltu paljon, mutta haastateltavat naiset ovat olleet lähes poikkeuksetta parisuhteessa, ja syy naisen tai parin lapsettomuudelle on useimmiten ollut biologinen. Halusimme tehdä opinnäytetyömme tästä aiheesta, koska aihetta on tutkittu suppeasti ja toiveenamme oli tuoda vähän tunnetun ihmisryhmän ääni kuuluviin.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa uutta tietoa toimeksiantajalle Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:lle, joka voi mahdollisesti hyödyntää sitä tulevaisuudessa. Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää elämäntilannelapsettomuuden vaikutuksia yksin elävän naisen elämässä. Lisäksi tavoitteena oli saada tietoa, kuinka heidät kohdataan terveydenhuollossa, tulisiko asia ottaa puheeksi ja minäkalaisia mahdollisia tukimuotoja he ehkä kaipaisivat.

## **2 Yksinäisyyden muodot**

### **2.1 Elämäntilannelapsettomuus**

Elämäntilannelapsettomuudella tarkoitetaan lapsettomuutta, joka johtuu jostain elämäntilanteeseen liittyvästä syystä. Ilmiönä elämäntilannelapsettomuus on helposti tunnistettavissa, vaikka käsitteenä se on melko uusi (Korpela 2014; Tonkin 2014, IX). Kokemuksena elämäntilannelapsettomuus on huonosti ymmärretty (Tonkin 2014, IX). Syitä elämäntilannelapsettomuuteen on useita, mutta perusajatus on sama. Nuori aikuinen haaveilee lapsista, mutta ei tiedä, voiko niitä koskaan saada ja joutuukin siksi elämään epävarmuuden tunteiden keskellä. Elämäntilannelapsettomuus koettelee henkilön itsetuntoa ja identiteettiä. Elämäntilannelapsettomat tuntevat usein jäävänsä käsitteiden ja ryhmien väliin sekä vaille ymmärrystä ja tukea. (Korpela 2014.)

Yksin elävän ihmisen lapsettomuus ei yleensä ole biologisista syistä johtuva, vaan syy lapsettomuudelle on sopivan puolison puuttuminen. Tällaisia henkilöitä voidaan kutsua elämäntilannelapsettomiksi. (Nurminen 2014.) Tonkin kuvaa tutkimuksessaan elämäntilannelapsetonta Cannoldin mukaan. Elämäntilannelapsettomat ovat niitä, jotka ovat ajatelleet saavansa jossain elämän vaiheessaan biologisen lapsen tai lapsia, mutta ovat tulleet tilanteeseen, jolloin fertiili-ikä lähenee loppuaan. Syy lapsettomuuteen on enemmän sosiaalinen kuin biologinen. (Cannold 2000, Tonkin 2014, 1 mukaan.)

### **2.2 Yksinäisyys vai yksin eläminen**

Kun yksineläjien määrä on jatkuvasti kasvussa, perinteisen ydinperheen arvo on uhattuna. Kulttuurimme rohkaistessa yksilölliseen elämään ja vapauteen, normatiivinen uskomus perheestä tuntuu olevan arvostetuin elämisenmalli. Yksin eläminen saattaa korostua Suomessa eri tavalla kuin muualla Euroopassa. Suomessa yhteydenpito sukulaisiin ja tuttavapiiriin saattaa olla epäsäännöllistä, joten

yksin eläessä sosiaaliset kontaktit voivat jäädä vähäisiksi. Yksin eläjän elämä voi-kin olla hyvin yksinäinen. (Ojala & Kontula 2002, 9, 11.)

Yksilön suhtautuminen yksin elämiseen, yksilön persoonallisuus sekä vakiintu-neet elämäntavat voivat vaikuttaa siihen, minkälaista elämän muotoa hän tavoit-telee. Yksin elämisen voi valita joko aktiivisesti tai passiivisesti, millä on vaiku-tusta asian kanssa elämiseen erityisesti tunnetasolla. Tyytyväisyyteen vaikutta-vat sosiokulttuurinen asema, asuinpaikka sekä yhteisö. (Ojala & Kontula 2002, 31, 34.)

### **3 Lapseton yhteiskunnassa**

#### **3.1 Lapsettomuus Suomessa**

Suomen syntyvyys on laskenut vuoden 2010 jälkeen, ja vuonna 2017 syntyvyys oli kaikkien aikojen matalin. Vuonna 2010 lapsia syntyi lähes 61 000, mutta vuonna 2017 syntyneitä oli enää 50 321. Syntyvyyden laskun lisäksi synnyttänei-den keski-ikä on noussut viimeisen kymmenen vuoden aikana 0,8 vuotta. (Tilas-tokeskus 2017; Miettinen 2015, 10 - 11.)

Yksi syy hedelmällisyyden alenemiseen on kohonnut ensisynnyttäjien keski-ikä. Vuonna 2013 Suomen ensisynnyttäjien keski-ikä oli 28 vuotta. Myös ensimmäistä kertaa isäksi tulevat miehet ovat keskimäärin yli 30-vuotiaita. Vertailuna esimer-kiksi 40-luvulla naiset saivat ensimmäisen lapsensa keskimäärin 23-vuotiaina ja miehet 25-vuotiaina. Vuoteen 1970 mennessä vanhemmaksi tulo oli molemmilla sukupuolilla noussut neljällä ikävuodella. Toisena merkittävänä syynä syntyvyy-den laskuun Euroopassa voidaan pitää taloudellista taantumaa, joka alkoi 2010-luvun lopulla. (Miettinen 2015, 10 - 12, 14.)

Vuonna 2008 tehdyssä perhebarometritutkimuksessa (Miettinen & Rotkirch 2008) suurimmaksi yksittäiseksi syyksi lastenhankinnan siirtämiseen tai epäröintiin mainittiin 25 - 44-vuotiaiden keskuudessa sopivan kumppanin puute. Muita

lasten hankintaan vaikuttavia syitä olivat opiskeluun, työhön ja elämäntyyliin liittyvät tekijät. Opiskeluun ja työhön liittyvät tekijät olivat merkityksellisempiä nuorempien vastaajien keskuudessa, mutta elämäntyyliin liittyvät syyt nousivat esille niin nuoremmilla kuin vanhemmilla vastaajilla. (Miettinen & Rotkirch 2008, 90 - 92.) Myös vuonna 2015 tehdyssä kyselyssä (Perhebarometri 2015) syitä lastenhankinnan siirtämiseen olivat erilaiset perheeseen, opiskeluun tai työhön liittyvät syyt. Kyselyyn osallistuneiden 35 - 45-vuotiaiden tärkeimmät syyt siirtää tai luopua lastenhankinnasta olivat, ettei sopivaa kumppania ollut löytynyt tai lapset eivät enää kuuluneet omaan elämään (esimerkiksi ”joutuisin luopumaan nykyisestä elämäntyylistäni”). Vähemmän merkittävänä syinä pidettiin taloudellisia, työhön tai uraan liittyviä syitä. Osa vastaajista piti itseään liian vanhana saamaan lapsia. (Miettinen 2015, 56; Paajanen 2002, 60.)

Monien lapsettomien tarkoituksena ei ole alun perin ollut jäädä täysin lapsettomaksi. Tilanteeseen on ajaututtu usein monien perättäisten päätösten kautta, kun on ajateltu, ettei lasten hankinta ole ajankohtaista. (Mäkinen 2008, 79.) Lapsettomaksi päädytään siis lykkäämisen tai lykkäytymisen kautta. Nämä ovat heitä, jotka jäävät lapsettomuuden valinneiden ja lääketieteellisestä syystä lapsettomien väliin. Heidän tilanteensa saattaa olla ristiriitainen, sillä osa mieltää yksin elävän ihmisen kieltäytymisen lapsettomuushoidoista tai adoptiosta vapaaehtoiseksi lapsettomuudeksi. Lapsen hankkimiseksi ei toisin sanoen hyödynnetä saatavilla olevia keinoja. (Heinämäki 2017, 4, 6.) Suomessa tunnustetaan varsinkin miesten keskuudessa huonosti iän yhteys hedelmällisyyteen. Naisistakin (20 - 50-vuotiaat) viidennes arvioi, että naisen mahdollisuudet raskauteen heikkenevät vasta 40. ikävuoden jälkeen. (Miettinen 2019.)

### **3.2 Yhteiskunnan odotukset**

Nainen voi pitää lapsen saantia itsestänselvyytenä yhteiskunnan äitiysoletuksen takia, sillä nyky-yhteiskunnassa perhettä pidetään itseisarvona. Yhteiskunta olettaa, että jokainen nainen hankkii lapsia, ja lapsettomuus saattaa tämän takia tuottaa häpeän tunteita. Yhteiskunnassa on hyvin vanhoillinen perhekäsitys, jonka mukaan perheeseen kuuluvat äiti, isä ja lapsi tai lapsia. Todellisuus muuttuu kuitenkin hitaammin kuin yhteiskunnan näkemys. (Katajisto 2016, 41 - 42, 71 - 72;



Vainionpää 2016, 60 - 62; Mäkinen 2008, 32 - 33, 35 - 37; Tonkin 2014, 186; Sarkisian & Gerstel 2016, 377.)

Yksilön toimiessa yhteiskunnan odotusten ja normien mukaan häntä ei paheksuta, hänen käyttäytymisensä ei herätä huomiota eikä häntä vaadita muuttamaan käytöstään (Mäkinen 2008, 34). Muut ihmiset saattavat kommentoida normeista poikkeavaa elämäntapaa. Kommentit saattavat kohdistua esimerkiksi yksilön elämäntapaan ja sen poikkeavuuteen "normaalista" elämäntapasta. (Vainionpää 2016, 59; Mäkinen 2008, 46 - 47.) Vaikka nyky-yhteiskunta on hyvin yksilökeskeinen, ovat kommentit ja huomautukset "elämäntapassaan paikoilleen juuttuneen" puolisoittoman ja yksinäisen naisen arkipäivää ja sosiaalista todellisuutta (Mäkinen 2008, 47).

Lapsenhankinta aikataulutetaan tiettyyn elämäntapaan yhteiskunnan odotusten takia, mutta lapsesta haaveilu voi alkaa jo ennen tätä (Katajisto 2016, 40; Tonkin 2014, 186; Cannold 2000, 348). Yhteiskunnassa on edelleen käsitys, että ennen lasten saantia tulisi olla koulutus, työ ja vakituinen parisuhde. Toisaalta jotkut ajattelevat, että ylikansoittuminen on globaali ongelma, jolloin lapsettomuus tulisi nähdä mahdollisuutena. (Katajisto 2016, 53 - 54, 71 - 72.) Yksin elävän naisen kuormaa yhteiskunnan odotuksissa saattaa lisätä paine siitä, että nainen määrittellään yhä miehen kautta. Muu elämä tai saavutukset esimerkiksi työelämässä eivät lisää naisen arvoa yhteiskunnassa, jos tämä luokitellaan "vanhaksi". (Ojala & Kontula 2002, 84; Mäkinen 2008, 35, 37.)

### **3.3 Parisuhteen muodostamisen haasteet**

Parisuhteen muodostamiselle asettaa paineita niin yhteiskunta kuin yksilö itse. Yhteiskunnan ja ympäristön paine koetaan esimerkiksi velvollisuutena ottaa puolisoksi "kuka vaan". Epäonnistuneen parisuhteen jälkeen ympäristö saattaa syyllistää naista parisuhteen kariutumisesta esimerkiksi kehottamalla tätä olemaan joustavampi, jolloin eroa ei tulisi. Ihmisellä tulisi kuitenkin olla oikeus valita oma kumppaninsa. (Ojala & Kontula 2002, 98.)

Ympäristö saattaa epäillä yksin elävän naisen seksuaalista suuntausta, jos tämä viettää suurimman osan ajastaan esimerkiksi miespuolisessa seurassa tai jonkun tietyn naisen kanssa. Puolison ja lasten puuttuminen vaikeuttaa yksin elävän naisen mahdollisuutta luoda mielikuvaa heteronaisesta. Epänaisellisina pidetyistä asioista kiinnostuneisuutta tai ”miesten töiden” tekemistä saatetaan myös pitää merkinä lesboudesta. Naisen ominaisuudet, kuten henkinen vahvuus tai itsenäisyys, saattavat herättää ympäristössä ajatuksia naisen seksuaalisesta suuntauksesta. Yksinäiset naiset saattavat myös itse pohtia omaa seksuaalista suuntautumistaan. (Mäkinen 2008, 167 - 168, 170, 173.)

Yksin elävä nainen asettaa usein itselleen paineita parisuhteen luomiseksi. Hän saattaa kokea oman ulkonäkönsä heikentävän kykyä löytää sopiva puoliso. Ulkonäköön liittyviä tekijöitä voivat olla esimerkiksi ylipaino tai fyysinen vamma. (Mäkinen 2008, 74.) Vaatimukset vastapuolen sosiaalisesta asemasta tai muista ominaisuuksista voivat aiheuttaa haasteita tasavertaisen parisuhteen muodostamiselle. Naiset odottavat miehiltä esimerkiksi kykyä keskustella asioista ja yhdistäviä kiinnostuksen kohteita. Naisten toiveena on usein saman tasoinen koulutus kumppaninsa kanssa, mutta miehet suosivat usein perinteistä roolijattelua. He hakevat mieluummin itseään alemman koulutuksen opiskelleita ehdokkaita. Miesten ajatellaan pelkäävän itsevarmaa naista. Naisen tulisi siis olla mieluummin riippuvainen miehestä kuin olla itsenäinen. Joillakin yksin elävillä naisilla saattaa olla oletus, että vakituksessa parisuhteessa eläessä nainen menettää mahdollisuuden esimerkiksi itsensä kehittämiseen tai omana itsenä olemiseen. Vakituinen parisuhde voidaan nähdä siis esteenä opiskelulle tai rajoitteena matkustelulle. (Ojala & Kontula 2002, 95 - 98.)

Nykymaailmassa koetaan ongelmaksi kohdata muita yksineläviä, jotka olisivat potentiaalisia kumppaneita. Monet yksin elävät turhautuvatkin juuri siihen, että naimattomia ihmisiä on vaikea löytää. (Cannold 2000, 345, 349; Ojala & Kontula 2002, 102.) Ainoana paikkana tavata mahdollisia kumppaniehdokkaita pidetään ravintoloita ja yökerhoja eli paikkoja, joissa alkoholin käytöllä on merkittävä rooli. Ensikontaktin luomista pidetään hankalana, ja sen puuttumisen vuoksi suhteet jäävätkin syntyemättä. (Ojala & Kontula 2002, 101 - 102.) Tulevaisuudessa erot

koulutustasoissa ja varallisuudessa voivat aiheuttaa kulttuurisen esteen, jos toiveet ja asenteet tasa-arvoisesta yhteiskunnallisesta kehityksestä eivät muutu (Ojala & Kontula 2002, 98).

Yksi merkittävimmistä syistä lykätä kumppanin hakua on ”itsensä löytäminen” tai oman identiteetin kehittäminen yksilöä korostavassa kulttuuriperinnössämme. Myös opiskelu, huono taloudellinen tilanne sekä henkilökohtaiset ongelmat voivat olla yleisiä syitä siirtää vakiintumista. Sosiaalinen sekä fyysinen ympäristö, oma biologinen ikä ja median tuottamat mielikuvat perheestä sekä parisuhteesta saattavat saada yksilön luovuttamaan. Odotuksia kumppanin löytymisestä saattaa alentaa myös median ihannoima kuva siitä, miten kiinnostava ja viehättävä yksilön tulisi olla löytääkseen kumppani. (Ojala & Kontula 2002, 37 - 38.)

## **4 Lapsettomuuden vaikutukset**

### **4.1 Lapsettomuus kriisinä ja psyykkiset vaikutukset**

Lapsettomuus ei katso aikaa eikä paikkaa, ja siksi se koetaan usein kriisinä, jota on vaikea uskoa tai hyväksyä. Lapsettomuus on kokonaisvaltainen kokemus, jolloin lapseton kokee, ettei elämässä ole sisältöä tai tarkoitusta. Kriisinä lapsettomuus koetaan aaltoilevana, joka kehän tavoin kiertää toivon ja epätoivon välillä. (Katajisto 2016, 40, 47, 49 - 50.)

Lapsettomuus aiheuttaa monia psyykkisiä vaikutuksia ihmisen elämään. Lapseton kokee itsensä syyllistämistä, ja psyykkisesti tuskallinen kokemus voi välillä johtaa paniikkikohtaukseen tai jopa somaattisiin oireisiin, kuten pahoinvointiin ja erilaisiin tulehdustiloihin (Katajisto 2016, 50; Sallinen 2006, 81). Lapsettomat kuvaavat itseään esimerkiksi viallisina, epäonnistujina, arvottomina sekä epänormaaleina (Katajisto 2016, 51; Vainionpää 2016, 45). Arjen eläminen yksin koetaan kuormittavana, kun arjen iloja ja haasteita ei pysty jakamaan kenenkään kanssa. Yksin elävällä ei välttämättä ole vastavuoroista ihmissuhdetta, jossa pohdita yhdessä elämän ongelmatilanteita, ja näin hän on aina itsensä varassa. (Ojala & Kontula 2002, 64, 75.)

Lapsettomuus herättää erilaisia tunteita, joita kaikkia ei ole aina helppo hyväksyä ja ne hallitsevat usein lapsettoman elämää. Kielteiset tunteet, joita lapsettomuus herättää, saattavat kohdistua esimerkiksi lapsen saaneisiin, naisten teettämiin abortteihin, yllätys- ja vahinkoraskauksiin tai lasten kaltoinkohteluun. Näitä tunteita ovat esimerkiksi mustasukkaisuus, viha, turhautuminen ja raivo. (Katajisto 2016, 64 - 65; Dyer, Abrahams, Hoffman & van der Spuy 2002, 1664.) Toisille naisille voidaan toivoa jopa epäonnea lapsen hankinnassa ja toisten lapsista ja raskauksista voi herätä huonommuuden sekä kateuden tunteita (Katajisto 2016, 67; Sallinen 2006, 61).

#### **4.2 Sosiaaliset vaikutukset**

Parisuhde tai perhe toimii sosiaalisen elämän näkökulmana, perustuksena, johon muita elämäntapoja voi verrata. Sosiaaliset suhteet syntyvät useimmiten vertaisten kanssa ja ellei ole parisuhdetta tai perhettä, ajatellaan, ettei yksineläjillä ole elämää. Yksineläjän ollessa erilainen kuin ”normaalit”, perheelliset ihmiset, hänet leimataan helposti sosiaalisissa tilanteissa ja keskitytään siihen, mitä hänellä ei ole enemmän kuin siihen, mitä hänellä on. Yksineläjien elämää ei pidetä kiinnostavana tai arvokkaana perheen puuttuessa, jolloin heitä ei huomioida. Heihin suhtaudutaan varauksella ja oudoksuvasti, ja yhteisöstä ulos jättäminen on mahdollista. (Ojala & Kontula 2002, 32 - 33, 41 - 42.) Lapsettomuuden voidaankin sanoa vaikuttavan paljon sosiaaliseen kanssakäymiseen. Sen on koettu muuttavan ystävyys- ja vuorovaikutussuhteita sekä johtavan jopa sosiaalisen tukiverkoston häviämiseen tai kuihtumiseen (Katajisto 2016, 43; Sallinen 2006, 75).

Vaikutuksia on nähtävillä perhe- ja ystävyysuhteissa, työelämässä ja sosiaalisissa yhteisöissä. Tilanteita, joissa vaikutukset ilmenevät, ovat esimerkiksi ulkopuolelle jättäminen tai jättäytyminen. Kyseessä ei siis aina ollut tilanne, jossa lapseton olisi jätetty ulkopuolelle, vaan välillä lapseton itse jättäytyi pois sosiaalisista verkostoista. (Vainionpää 2016, 56 - 58; Katajisto 2016, 43, 56.)

Perhesuhteissa ahdistavana koetaan esimerkiksi läheisten utelut tai kehotukset lasten hankinnasta. Sen takia läheisten tapaamisia saatetaan vältellä esimerkiksi

jättäytymällä pois suvun juhlista tai välttelemällä tiettyjä puheenaiheita. (Sallinen 2006, 60; Vainionpää 2016, 56 - 58; Katajisto 2016, 69.) Lapsettomat saattavat jättäytyä pois muistakin juhlista, esimerkiksi naistenilloista tai vauvakutsuista, joihin osallistuminen koetaan erityisen vaikeana (Vainionpää 2016, 56 - 58).

Tahatonta lapsettomuutta pidetään edelleen tabuna ja asiasta puhuminen koetaan hankalana. Lapsista kysymistä ja kertomista pidetään automaattisena, mutta utelut loukkaavat lapsettomia. (Katajisto 2016, 53.) Kysymykset lapsista ja lapsettomuudesta koetaan usein hyvin henkilökohtaisina. Lapsettomat tuntevat kuitenkin velvollisuuden vastata esitettyihin kysymyksiin ja puolustella omaa elämäntilannettaan. (Vainionpää 2016, 59; Mäkelä 2007, 18; Mäkinen 2008, 217, 222.) Vuoden 2017 perhebarometrissa erityisesti korkeasti koulutetut lapsettomat naiset kokivat kertomansa mukaan kohtuuttomia paineita, joiden taustalla saattoi olla kulttuurisia odotuksia tai suvun painostusta (Rotkirch, Tammisalo, Miettinen & Berg 2017, 69).

Lapsettomuuskokemuksen pitkittyessä ystävien kannustus ja mukana eläminen jäävät usein pois. Ystävät saattavat pitää lapsettomuuden kokemusta liian raskaana, kun onnellisesta lopusta ei ole varmuutta. Näin ystävät saattavat jättää kertomatta myös omista raskauksistaan ja perheellistymisistään satuttamisen pelossa ja jättää lapsettoman sosiaalisen piirin ulkopuolelle. (Katajisto 2016, 44.) Lapsettomat ja yksin eläjät saattavat jäädä keskustelujen ulkopuolelle, kun eivät voi jakaa äitiyden kokemuksia keskusteluissa. Perheellistä ystävää ei myöskään välttämättä haluta rasittaa yksinäisen asioilla tai koetaan, että yhteisiä keskustelun aiheita ei ole. (Vainionpää 2016, 56 - 58; Ojala & Kontula 2002, 62; Katajisto 2016, 57.)

Korvaavia ystävyysuhteita etsitään usein samassa elämäntilanteessa olevilta vertaistuen parista. Kokemuksia omasta elämäntilanteesta voidaan jakaa, ja suhtautuminen asiaan on tasavertaista. Sosiaalisten suhteiden herkkyyttä kuvaa se, että vertaistuki ei ole aina ikuista. (Katajisto 2016, 45, 57.) Monilla kuitenkin säilyy kaipuu ryhmään kuuluvuuden tunteesta (Ojala & Kontula 2002, 73).

Lapsettomuuden vaikutus sosiaalisiin suhteisiin on nähtävissä myös työelämässä. Lapsettomat kokevat ulkopuolisuutta ja eriarvoisuutta työpaikallaan esimerkiksi kahvipöytäkeskusteluissa ja niin loma- kuin työvuorosuunnittelussakin. (Katajisto 2016, 42 - 43, 71.) Joskus saatetaan kyseenalaistaa ammattitaitoa työpaikassa, jossa työskennellään lasten ja perheiden kanssa (Katajisto 2016, 71; Vainionpää 2016, 58). Myös työhaastattelussa saatetaan kysyä hakijan perhetilanteesta, vaikka hakija haluaisi pitää lapsettomuuden osa-alueen työhön kuulumattomana (Katajisto 2016, 55). Työelämässä yksinäisyys korostuu erityisesti vapaapäivinä sekä juhlapyhinä, jolloin perheelliset viettävät aikaa keskenään. Esimerkiksi joulu on leimautunut lapsiperheiden juhlaiksi, mutta oikeus sen viettoon kuuluu myös lapsettomille ja yksin eläville. (Katajisto 2016, 42; Ojala & Kontula 2002, 75.)

### 4.3 Elämänkaari

Yksin elämisen merkitys muuttuu ja muovautuu ihmisen eri ikävaiheissa kokemusten perusteella. Iältään varttunut yksineläjä osaa katsoa elämäänsä eri näkökulmasta kuin nuorempi elämän kulkuaan hakeva henkilö. (Ojala & Kontula 2002, 34, 36.) Lapsettomuus vaikuttaa pysyvästi ajatusmaailmaan, omaan äitiyteen sekä lasten saantiin. Elämää aletaan pohtia uudesta näkökulmasta ja luodaan uusia rooleja, jotka vahvistavat naisena olemisen identiteettiä. Ajatusta äitiydestä saatetaankin tietoisesti työntää sivuun, jotta lapsettomuutta olisi helpompi käsitellä. Näin pyritään luomaan uudelle minäkuvalle parempi mahdollisuus kehittyä. (Katajisto 2016, 59, 68 - 69.)

Lapseton ei koe ainoastaan menettävänsä lapsettomuuden takia mahdollisuuden lapsiperhe-elämään, vaan myös raskauden, synnytyksen ja imetyksen kokemuksen (Katajisto 2016, 64 - 65; Ojala & Kontula 2002, 116). Jo varhaisessa vaiheessa voivat ajatukset isovanhemmuuden kokemuksen menetyksestä ja yksinäisestä vanhuudesta surettua (Vainionpää 2016, 63 - 64). Muiden silmissä lapseton ei välttämättä ole menettänyt mitään, vaikka lapseton itse tuntee menetyksen tuskaa tilanteestaan. Lapsettomuus määrittääkin naista koko elämän ajan, vaikka usein nainen haluaisi olla pelkkä nainen ilman lapsettomuuden leimaa. (Katajisto 2016, 56, 64 - 65.)

## 5 Puheeksiotto terveydenhuollossa

### 5.1 Sairaanhoidajan rooli

Sorsan (2004) mukaan sairaanhoitajat kokevat tärkeänä edistää asiakkaan itsemäärättyä saavuttamista ja yksilöllistä suoriutumista. Tukeminen hoitotyössä näkyy laaja-alaisena auttamisena ymmärtämällä ihmistä ja kannustamalla tätä hänen omaa päämääräänsä kohti. (Sorsa 2004, 23.) Lapsettomat odottavat ammattilaiselta tasapainottavaa suhtautumista elämäntilanteessa, jossa tunteet vaihtelevat ja niiden käsittely ja niistä puhuminen voi olla vaikeaa tai häpeällistä (Katajisto 2016, 64 - 65).

Lapsettomuuteen liittyy paljon erilaisia tunteita sekä henkilökohtaisia ja herkkiä asioita, joista olisi hyvä päästä puhumaan terapeutin tai vastaavan ammattilaisen kanssa varhaisessa vaiheessa. Terapeutin kanssa keskustellessa lapseton voi jakaa kokemuksensa ja saada tukea vaikeiden asioiden käsittelyssä. Ammattilaisen kanssa käydyt keskustelut koetaan myös voimauttavana tekijänä, jotka auttavat jaksamaan. Terapiasta saa neuvoja ja työkaluja käsitellä tilannetta. Jos lapsettomuuden kokemukseen ei puututa mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, kokemus muokkaa naiseutta ja voi vaikuttaa sosiaalisiin suhteisiin (Katajisto 2016, 48 - 49, 57 - 58, 67.)

Toinen sairaanhoidajan työväline lapsettomia kohdatessa on ohjaaminen vertaistuen pariin. Vertaistuki on terveyden edistämisen kannalta merkittävässä roolissa. Monille potilasryhmille on olemassa omia potilasjärjestöjä ja -verkostoja, jotka voivat tarjota arvokasta tukea ammattilaisilta saadun tuen lisäksi. (Räisänen 2007, 9.)

Tahattomasta lapsettomuudesta kärsivän kokemuksia ei kannata verrata muihin tragediaan, sillä kokemus on yksilöllinen ja se ei ole yleistettävissä. Lapsettomuuden kokemuksesta ei tule vähätellä, eikä lapsetonta syyllistää. Parhaaksi tukeksi koetaan aito ja pahoitteleva kommentti. (Katajisto 2016, 45.) Hienovaraisuus

koetaan yhtenä merkittävänä ammattilaisilta odotettavana tekijänä lapsetonta kohdatessa. Ammatilaisen kautta lisääntyvän tietoisuuden toivotaan vähentävän naisiin kohdistuvaa lisääntymisen painetta ja äitiysoletusta. (Katajisto 2016, 71-72.)

## 5.2 Asiakkaan tukeminen

Tarkasteltaessa tuen merkitystä se voidaan jakaa selvästi kolmeen eri tekijään. Ensimmäisenä se kuvaa yksilön ja sosiaalisen ympäristön kiinnikekohtia, jotka syntyvät vuorovaikutuksessa. (Mikkola 2006, 24; Tuominen 2004, 11.) Toisena voidaan ajatella sosiaalisen tuen viittaavaan uusiin ja välittyviin resursseihin, jotka syntyvät vuorovaikutuksessa ja edistävät hyvinvointia. Kolmantena kuvataan prosessia, jossa tuki saa alkunsa ja sitä välittyy. Riippuen tilanteesta sosiaalinen tuki määritellään joko yksilön käsitykseksi hyväksytyksi tulemisesta tai henkilökohtaisen hallinnan tunteesta. Sosiaalinen tuki voidaan määritellä myös vuorovaikutukseksi, jonka tarkoituksena on tuottaa ja tulkita apuun sekä tukeen liittyviä sanomia. Kuuluminen vuorovaikutussuhteiden verkostoon kasvattaa merkityksellisyyden tunnetta ja saa aikaan positiivisia merkityksiä. (Mikkola 2006, 24 - 25.)

Sosiaalinen tuki voi olla emotionaalista, henkistä, tiedollista ja aineellista. Se käsittää sekä tuen saamisen että antamisen. (Tuominen 2004, 11.) Emotionaalisenä tukena käsitetään kuunteleminen, empatia, välittäminen, tukeminen, luottaminen ja tunteiden oikeuttaminen (Tuominen 2004, 13; Mikkola 2006, 44). Tuenmuotona se vaikuttaa emotionaaliseen kuormitukseen sekä osoittaa hyväksyntää yksilön tunnetasolla. Emotionaalinen tuki auttaa myös hyväksymään ja ymmärtämään yksilön omia tuntemuksia. (Mikkola 2006, 44.) Emotionaalista tukea pidetään tärkeimpänä sosiaalisen tuen muotona (Tuominen 2004, 13).

Tiedollisen tuen tarkoituksena on antaa tietoa, esimerkiksi ehdotuksia, jotka mahdollisesti auttavat yksilöä päätöksenteossa. Se edesauttaa yksilöä käsittelemään ja ratkaisemaan ongelmia itsenäisemmin. (Tuominen 2004, 13.) Pelkkä informaation anto ei ole tiedollista tukea, vaan tärkeintä on tiedon kytkeytyminen olennaisesti yksilön tarvitsemaan tilanteeseen tai ongelmaan (Mikkola 2006, 45).



Yksilö voi paremmin, kun hänellä on käsitys tuen tarjonnasta silloin, kun hän sitä tarvitsee (Mikkola 2006, 39). Tuen oikea ajoitus takaa sosiaalisen tuen vaikuttavuuden ja tehokkuuden. Tukea pitäisi olla tarjolla silloin, kun yksilöllä on vielä omat voimavarat kokonaan käytössä ja ulkopuolinen apu olisi vain lisäapu. Jos sosiaalista tukea annetaan liian aikaisin, se vähentää yksilön omatoimisuutta ja lisää riippuvuutta tuen antajiin. Liian myöhään tilanteeseen puuttuminen vähentää tuen tehokkuutta ongelmien monimutkaistuessa ja tukea tarvitaan laaja-alaisemmin. Tuen antaja vaikuttaa tuen laatuun ja sen välittymiseen yksilölle. (Tuominen 2004, 17.)

## **6 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimustehtävä**

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa uutta tietoa toimeksiantajalle Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:lle, joka voisi hyödyntää sitä mahdollisesti tulevaisuudessa. Opinnäytetyön tavoitteena oli kerätä teemahaastattelujen avulla yksien elävien naisten kokemuksia siitä, miten elämäntilannelapsettomuus vaikuttaa heidän elämäänsä. Lisäksi tavoitteena oli saada tietoa, kuinka heidät kohdataan terveydenhuollossa, tulisiko asia ottaa puheeksi ja minkälaisia mahdollisia tukimuotoja he ehkä kaipaisivat. Opinnäytetyön tutkimustehtävät olivat:

1. Miten elämäntilannelapsettomuus koetaan ja miten se vaikuttaa elämään?
2. Onko tilanne otettu puheeksi terveydenhuollossa ja jos on, niin miten?
3. Minkälaista huomiointia he elämäntilanteessaan toivoisivat terveydenhuollon ammattilaisilta?

## 7 Tutkimusmenetelmä ja toteutus

### 7.1 Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä

Opinnäytetyössä tutkitusta aiheesta oli ennestään hyvin vähän tietoa. Tutkimusmenetelmäksi valittiin kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä, sillä se sopii menetelmäksi silloin, kun halutaan tutkia aihetta, josta on ennestään niukasti tutkimustietoa. Kvalitatiivisen tutkimuksen teossa olisi tärkeää asettaa omat ennakkoajatukset sivuun (Vilkkä 2015, 120). Opinnäytetyötä aloittaessa ajateltiin lapsettomuuden kokemuksissa olevan paljon yhteneväisyyksiä niin parisuhteessa kuin yksin elävien naisten välillä. Odotukset naisten roolille yhteiskunnassa ovat kuitenkin pohjimmaltaan samat, oli nainen parisuhteessa tai ei (Katajisto 2016, 71 - 72; Vainionpää 2016, 60 - 62). Menetelmän valintaan vaikutti myös se, että vastaajien kokemuksista elämäntilannelapsettomuudesta haluttiin saada syvällistä tietoa. Lisäksi haluttiin saada esiin yksilöllisiä kokemuksia ja selviytymiskeinoja elämäntilannelapsettomuudesta.

Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus keskittyy ihmisten käsitysten, kokemusten, motivaatioiden ja tulkintojen tutkimiseen sekä ihmisten näkemysten kuvaamiseen. Sille ominaisia tunnuspiirteitä ovat dynaamisuus eli tutkimuksen kehittyminen prosessin aikana, induktiivisuus, naturalistisuus, kontekstispesifisyys, persoonakohtaisuus, yksilöllisyys ja tutkimusasetelmien joustavuus. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 65 - 67.) Aineistoa ei analysoida yleistettävyyttä ajatellen, vaan siinä tutkitaan, mikä tutkittavassa asiassa on merkittävää ja mikä toistuu usein yleisellä tasolla (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2007, 177).

Yhdeksi keskeisimmistä piirteistä kvalitatiivisessa tutkimuksessa voidaan mainita induktiivinen päättely. Siinä edetään yksittäisestä tapauksesta laajemmaksi kokonaisuudeksi. Päättely pohjautuu aineistolähtöisyyteen (Kylmä & Juvakka 2007, 23) ja induktiivisuus näkyy kvalitatiivisessa tutkimuksessa juuri vapautena teoriaohjautuvuudesta (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 67). Kvalitatiivista tutkimusta käytetään esimerkiksi uusien asioiden käsittelyssä ja konkretisoimisessa, lisättäessä tietoa tutkittavasta asiasta tai kvantitatiivista tutkimusta valmistellessa. Aineistoa voidaan kerätä monella eri tavalla: haastattelemalla, tutkimalla

päiväkirjoja, kirjeitä, valokuvia tai elämänhistorioita. Lisäksi aineistoa voidaan saada havainnoimalla ihmisiä, nauhoittaen, videoiden ja muistiinpanojen avulla. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 57, 93.)

## 7.2 Toimeksiantaja ja kohdejoukko

Kvalitatiivisen tutkimuksen tarkoituksena ei ole yleistettävyyttä, joten myös kohdejoukko valitaan harkinnanvaraisesti. Tutkimukseen yritetään saada henkilöitä, jotka edustaisivat tutkittavaa ilmiötä mahdollisimman laajasti. Perinteisiä tutkimusalueita ovat myös vähemmistöihin ja poikkeaviin ihmisryhmiin tehdyt tutkimukset sekä elämänkerrat. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 66 - 67.) Haastattelulla on tarkoitus saada värikkäitä ja monipuolisia kuvauksia tutkittavana olevasta aiheesta (Kylmä & Juvakka 2007, 79). Haastattelun kohdejoukkoa valitessa tulee muistaa ajatella tutkimuksen tarkoitusta. Kohdejoukolla tulisi olla kokemuksia tai asiantuntemusta tutkimusaiheesta. (Vilka 2015, 135.) Kokemusten lisäksi haastateltavilla tulisi olla kykyä ja halukkuutta keskustella tutkittavana olevasta asiasta (Kylmä & Juvakka 2007, 80).

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Lapsettomien yhdistys Simpukka ry. Toimeksiantaja auttoi meitä haastateltavien löytämisessä levittämällä haastattelukutsua yhdistyksen suljetuissa Facebook-ryhmissä. Yhdistyksen on perustanut kolme naista vuonna 1988 ja on Suomen ainoa tahattoman lapsettomuuden kokemuksellinen asiantuntijaorganisaatio. Yhdistyksen tarkoituksena on tarjota tietoa lapsettomille ja heidän läheisilleen lapsettomuuteensa liittyvistä asioista. Yhdistys järjestää vertaistukitoimintaa sekä erilaisia toiminta- ja tapahtumapäiviä, julkaisee jäsenlehteä sekä tarjoaa edunvalvontaa lapsettomille. (Lapsettomien yhdistys Simpukka ry.)

Lisäksi haastattelua levitettiin omien, yksityisten sosiaalisen median tiliemme välityksellä. Tavoitteeksi asetettiin 4 - 5 vastaajaa. Lopullinen vastaajamäärä oli 4. Kohdejoukoksi rajattiin yksin elävät lapsettomat 30 - 40-vuotiaat naiset, jotka eivät ole parisuhteessa, mutta haaveilevat siitä sekä perheestä. Haastateltavien vähäisen määrän vuoksi jouduttiin hieman muuttamaan haastateltavien ikäjakamaa. Lopulliseksi ikäjakaukseksi saatiin 29 - 34-vuotiaat naiset. Haastatteluun

osallistuvat eivät saaneet olla tietoisesti biologisesti lapsettomia. Simpukka ry:n kautta saatiin aluksi kaksi yhteydenottoa, mutta lopulta toinen ei halunnut osallistua haastatteluun ja toinen vastaaja ei sopinut kohdejoukkoomme. Valitettavasti emme siis saaneet toimeksiantajamme kautta yhtään haastateltavaa. Kaikki vastaajat löydettiin lopulta yksityisten kanavien kautta haastattelukutsua levittämällä.

### 7.3 Teemahaastattelu

Tutkimusmenetelmä täytyy valita harkiten ja valinnan tulee olla perusteltua. Menetelmää valitessa tulee pohtia, soveltuuko se tutkimuskysymyksenä olevan ongelman ratkaisuun. Haastattelun etuna on sen joustavuus: aineiston keruuta voidaan säädellä tilanteen edellyttämällä tavalla ja myötäilemällä vastaajia. Vastauksia voidaan tulkita paremmin kuin kirjallisessa kyselyssä. Syy päätyä menetelmänä haastatteluun voi olla esimerkiksi halu nähdä haastateltava subjektina ja antaa tälle tilaisuus tuoda itseään koskevia asioita esille mahdollisimman vapaasti. Toinen syy voi olla, että tutkimuksen aihe on vähän tutkittu ja haastattelijan on ennalta vaikea tietää vastausten suuntia. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 205.)

Haastattelurunkoon (liite 3) muodostettiin kysymykset tämän opinnäytetyön tutkimustehtävien pohjalta. Kysymyksiä "hienosäädettiin" usean kerran niin, että kysymyksistä saatiin ymmärrettäviä ja tutkimuskysymyksiin vastaavia. Haasteena pidettiin mahdollisuutta ymmärtää kysymykset useammalla tavalla. Haastattelurunkoa testattiin tekemällä koehaastattelu ja kysymyksiä muokattiin sen pohjalta. Haastattelua tukemaan jokaiseen kysymykseen lisättiin apukysymyksiä, joiden avulla saatiin vastauksista laajempia. Haastattelun aluksi kysyttiin muutamia taustakysymyksiä haastateltavilta, kuten ikä, kauanko haastateltavat olivat haaveilleet omasta perheestä ja ovatko he olleet aiemmin parisuhteessa. Taustakysymysten kysymisellä haluttiin varmistaa haastateltavan sopivuuden haastatteluun.

Teemahaastattelu on strukturoitua haastattelua vapaampi (Kylmä & Juvakka 2007, 78). Siinä valitaan ennalta muutamia teemoja ja niihin liittyviä tarkempia kysymyksiä. Näiden ympärille rakennetaan lopullinen haastattelu, jossa esitettyjä

kysymyksiä voidaan tarkentaa ja syventää vastausten perusteella. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 87 - 88.) Kun tutkimus on sensitiivinen eikä haastateltava välttämättä halua keskustella tutkimusaiheesta isomman joukon kuullen, on hyvä valita aineiston keruumenetelmäksi yksilöhaastattelu (Kankkunen & Vehviläinen-Julkuinen 2013, 123).

Tämän opinnäytetyön tutkimusmenetelmäksi valittiin teemahaastattelu, koska haluttiin, että haastateltavat voisivat mahdollisimman vapaasti tuoda esille käsittelemäämme aihetta. Haastattelun etuna pidettiin vastausten parempaa tulkintaa kuin kirjallisessa kyselyssä, mikä oli aiheemme kannalta merkityksellistä. Itse haastattelumuodoksi tarjottiin ensisijaisesti kasvokkain tapahtuvaa yksilöhaastattelua, mutta pitkien välimatkojen ja haastatteluun osallistuvien omien toiveiden mukaan vaihtoehdoksi tarjottiin myös kirjallista vastausmahdollisuutta. Lisäksi syynä menetelmävalintaan pidettiin vähäisiä aiemmin tehtyjä tutkimuksia.

#### **7.4 Aineiston hankinta**

Haastattelijan rooli muuttuu sitä aktiivisemmaksi mitä avoimempi haastattelu on. Haastattelijalta odotetaan myös tilanneherkkyyttä ja kykyä edetä haastattelussa haastateltavan ja itse tilanteen ehdoilla. Haastateltavan roolin aktiivisuus lisääntyy samalla tavalla haastattelun avoimuuden myötä. Avoimen haastattelun pohjimmainen tarkoitus on tarinan ja kertomuksen luominen. (Kylmä & Juvakka 2007, 79.) Haastatteluista kaksi toteutettiin kasvokkain ja kaksi sähköpostin välityksellä kirjallisena.

Haastattelijan tehtäviä haastattelua tehdessä ovat esimerkiksi haastattelun johdattaminen eteenpäin sekä keskustelun palauttaminen takaisin aiheeseen. Haastateltaessa keskustelun polveilu on sallittua ja haastattelijan on osattava lukea haastateltavaa ja tunnistaa mahdollinen keskustelun aiheuttama kuormitus. Kuormitusta voi vähentää antamalla keskustelun poiketa lyhyeksi hetkeksi aiheesta. Haastattelua tehdessä tulee muistaa huomioida ajankäyttö. Jos haastattelu pääsee venymään liian pitkäksi, se voi uuvuttaa niin haastateltavan ja kuin haastattelijankin. Tämä voi osaltaan heikentää tutkimuksen luotettavuutta ja eet-

tisyyttä. Haastattelijan on myös luettava haastateltavan kykyä vastata kysymyksiin ja arvioida oleellisten kysymysten määrää. (Kylmä & Juvakka 2007, 93.) Haastattelut olisi hyvä toteuttaa rauhallisessa ja häiriöttömässä tilassa. Ympäristö luo osaltaan turvallisen ja luottamuksellisen ilmapiirin. Haastatteluympäristön tuttuus ja miellyttävyys edistävät osaltaan hyvän haastattelutilanteen muodostumista. (Kylmä & Juvakka 2007, 91.)

Aiheemme sensitiivisyyden koettiin vaikuttavan haastattelutilanteisiin. Osaa vastauksistaan haastateltavat joutuivat miettimään pidempään ja joidenkin vastausten pukeminen sopiviksi sanoiksi koettiin haastavana. Näissä tilanteissa haastattelijan rooli korostui, ja välillä pohdittiin yhdessä haastateltavan kanssa sopivia sanoja tilannetta kuvaamaan. Molemmista haastateltavista huomasi, että he olivat ennen haastattelua jo jonkin verran pohtineet tilannettaan etukäteen ja toinen toi haastatteluun mukanaan myös omat muistiinpanot. Näin haastattelut saatiin pysymään melko hyvin aiheessa, eikä haastattelija joutunut liiaksi puuttumaan haastattelun kulkuun. Molemmat haastattelut toteutettiin haastateltavan toivomassa paikassa, yksi haastateltavan omassa kodissa, toinen haastattelijan kotona. Ennen haastattelua keskusteltiin hetki muista asioista ja näin rentoutettiin tunnelmaa etukäteen. Pituudeltaan haastattelut olivat 15 - 30 minuuttia, eikä haastattelua pyritty turhaan venyttämään vaan keskityttiin haastattelun kannalta olennaisiin asioihin. Molemmissa haastatteluissa tilanteessa olivat läsnä vain haastattelija ja haastateltava. Haastattelut toteutettiin toisen opinnäytetyön tekijän toimesta toisen opiskelijan ulkomaanvaihdon vuoksi.

Haastatteluja nauhoittaessa haastateltavia tulee opastaa sopivassa äänenkäytössä. Nauhuri tulee haastatteluja tehdessä sijoittaa sopivaan kohtaan, jotta äänen laatu on nauhoitteessa mahdollisimman hyvä. (Kylmä & Juvakka 2007, 91.) Haastatteluympäristön rauhallisuus huomioitiin nauhoitusta tehdessä, jolloin nauhoitteiden äänenlaatu säilyi parempana. Haastattelut nauhoitettiin matkapuhelimen nauhurisovelluksella. Haastattelun jälkeen materiaali siirrettiin suojattuun pilvipalveluun, josta se litteroinnin jälkeen poistettiin. Materiaaliin eivät päässeet käsiksi muut, kuin opinnäytetyön tekijät. Muut tietosuojan ja materiaalien käsittelyyn liittyvät asiat käytiin läpi jokaisen haastateltavan kanssa ennen haastattelua (liite 2).

Kasvokkain tapahtuneiden haastattelujen jälkeen nauhoitukset litteroitiin. Puh-  
taaksikirjoittaminen tehtiin tietokoneella haastattelu kerrallaan. Litteroinnit toteu-  
tettiin pian haastattelujen jälkeen ja tekstin joukkoon lisättiin myös haastatteluista  
ilmi tulleet sanattomat viestit kuten naurahdukset, äänenpainot ja hiljaiset hetket.  
Haastattelut litteroitiin rauhallisessa tilassa eikä nauhoituksia päässyt kuulemaan  
kukaan ulkopuolinen.

Kirjalliset haastattelut toteutettiin sähköpostin välityksellä. Kirjallisessa haastatte-  
lussa käytettiin samaa haastattelurunkoa (liite 3) kuin suullisissa haastatteluissa.  
Molemmat haastateltavat vastasivat kysymyksiin erilliseen tekstitiedostoon. Toi-  
nen kirjallinen haastattelu koettiin vastausmateriaaliltaan suppeampana, joten  
osaa vastauksista jouduttiin siksi tarkentamaan jälkikäteen. Tarkennuksen jäl-  
keen vastauksia pidettiin selkeinä, eikä tulkinnan varaa enää ollut. Aikaa kirjalli-  
sen haastattelun vastaamiseen annettiin kolme viikkoa, mutta vastausten saapu-  
minen viivästyi hieman aiotusta. Vastausten viipymisestä ei kuitenkaan koko-  
naisprosessin kannalta ollut mitään haittaa.

## **7.5 Sisällönanalyysi**

Saatu aineisto analysoidaan sisällönanalyysi menetelmällä. Siinä kerätty aineisto  
tiivistetään siten, että tutkittavien ilmiöiden väliset suhteet saadaan selkeästi  
esille tai niitä voidaan kuvailla lyhyesti ja yleistävästi. Menetelmällä voidaan ha-  
vainnoida dokumentteja ja analysoida niitä systemaattisesti. Olennaista tällai-  
sessa analyysimenetelmässä on, että tutkimusaineistosta erotetaan erilaisuudet  
ja samanlaisuudet. (Janhonen & Nikkonen 2003, 23.) Sisällönanalyysin tarkoituk-  
sena ei ole analysoida koko aineistoa vaan saada vastaukset tutkimuksen tarkoi-  
tukseen ja tutkimustehtäviin (Kylmä & Juvakka 2007, 113).

Sisällönanalyysiprosessia voidaan kuvata kolmivaiheisena. Vaiheet ovat  
reduointi, klusterointi ja abstrahointi. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122.) Ennen ana-  
lyysiprosessin aloitusta, nauhoitettu aineisto litteroidaan eli kirjoitetaan puhtaaksi  
sanasta sanaan (Kylmä & Juvakka 2007, 110; Hirsjärvi, ym. 2009, 222; Vilkkä

2015, 138). Aluksi valitaan myös analyysiyksikkö (esimerkiksi yksittäinen sana tai lause) (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122).

Pelkistämisen eli redusointivaiheessa aineistosta karsitaan pois tutkimuskysymysten ja tutkimuksen tarkoituksen kannalta tarpeeton tieto. Pelkistäminen voi olla esimerkiksi litteroidun aineiston tiivistämistä osiin siten, että siitä etsitään tutkimustehtävää kuvaavia ilmaisuja. Yksi tapa tehdä pelkistystä on alleviivata samalla värillä samaa asiaa tarkoittavat sanat tai ilmaisut. Saadut ilmaisut listataan allekkain mitään vastauksia kadottamatta. Näin luodaan pohjaa seuraavalle vaiheelle eli klusteroinnille. Redusoidessa tulee huomioida, että tietyistä ilmaisusta tai lausumasta voidaan löytää useita versioita. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122 - 124.)

Tässä opinnäytetyössä redusointi tehtiin värikoodaamalla jokainen kysymys ja siihen sopiva vastaus. Redusointi toteutettiin käsin, jonka jälkeen poimitut vastaukset kerättiin Word-taulukkoon. Tässä vaiheessa litteroitua materiaalia pelkistettiin myös siten, että tarpeettomat täytesanat puhutusta tekstistä kuten ”niinku” ja ”tavallaan” poistettiin, koska niillä ei vastausten kannalta ollut merkitystä. Lisäksi lainausten kieliasua käsiteltiin siten, että murteelliset ilmaisut tarvittaessa poistettiin. Redusoinnin yhteydessä jokaiselle vastaajalle arvottiin ”uusi” nimen naisten nimipäiväkalenterista vastausten käsittelyn helpottamiseksi. Haluttiin ettei haastateltavien oikeita nimiä käytetä heidän identiteettinsä suojelemiseksi. Nämä nimet jätettiin kuitenkin pois lopullisesta työstä, sillä koettiin, että niiden käyttö lopullisessa työssä on tarpeetonta.

Klusterointi vaiheella tarkoitetaan ensimmäisessä vaiheessa poimitun datan ryhmittelyä. Edellisessä vaiheessa poimituista ilmaisuista ja sanoista poimitaan samankaltaisuuksia ja/ tai eroavaisuuksia kuvaavia käsitteitä. Samoja aiheita ja asioita kuvaavat käsitteet ja ilmaisut yhdistetään ja ryhmitellään omiksi alaluokkia muodostaviksi luokiksi. Nämä alaluokat nimetään niitä kuvaavalla käsitteellä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 124 - 125.) Meidän työssämme alkuperäisilmaisuista tehtiin ensin pelkistetyt ilmaisut ja sen jälkeen pelkistetyt ilmaisut koottiin alaluokiksi (taulukko 1).



Taulukko 1. Esimerkki alkuperäisilmausten ryhmittelystä alaluokiksi.

Alkuperäisilmaus	Pelkistetty ilmaus	Alaluokka
"...suunnilleen 24-vuotiaasti asti eli siitä asti, kun valmistuin..."  "...perheestä ja lapsista olen haaveillut joitakin vuosia..."	Perheestä on haaveiltu alle kuusi vuotta	Haave perheestä
"Ehkä semmonen niinku taustahaave on toki ollut jo aika nuoresta, parikymppisestä tai jostain..."  "...lukioaikojen jälkeen ainoa haaveeni on ollut saada oma perhe ja useampi lapsi..."	Perheestä on haaveiltu yli 10 vuotta	
"Vois olla jo ihan niinku ajankohtasille omalle perheelle."	Kokee perheen ajankohtaiseksi	

Kun alaluokat ovat valmiit, niiden ryhmittelyä jatketaan siten, että ne yhdistetään yläluokiksi. Yläluokat jaotellaan vielä pääluokiksi, joiden nimeäminen tapahtuu kuvaamalla aineistosta nousevaa ilmiötä. Ryhmittelyvaiheessa sisältö tiivistyy, kun yksittäiset sanat ja ilmaukset luokitellaan yleisempien käsitteiden alle. Klusterointi luo pohjaa tutkimuksen perusrakenteelle. Lisäksi se luo alustavia kuvauksia tutkittavana olevasta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 124 - 125.)

Taulukossa alkuperäisilmauksia yksinkertaistettiin ja yhdisteltiin ensin alaluokiksi ja sen jälkeen ylä- ja pääluokiksi. Pääluokkina taulukossa toimivat haastattelun pääkysymykset. Taulukossa 2 esitellään, kuinka alaluokat ryhmiteltiin edelleen ylä- ja pääluokiksi (taulukko 2).

Taulukko 2. Esimerkki alaluokkien ryhmittelystä ylä- ja pääluokiksi.

Alkuperäisilmaus	Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
"En koe ystäväni puolelta minkäänlaista painostusta perheen perustamiselle, toki he toivovat, että sen saisin, koska tietävät minun siitä haaveilevan."	Ystävien puolelta ei painostusta, toivovat haaveen toteutuvan.	Paineet ja ystäväpiiri		
"...kaverit välillä kyselee."	Kaverit kyselevät ajoittain			

<p><i>"Joskus tosin sekä ystävien että perheen jäsenten jatkuvat miesehdotukset tai kyselyt ärsyttävät..."</i></p>	<p>Joskus kavereiden tai perheen ehdotelut ärsyttävät</p>			
<p><i>"Mun mielestä se on oikeesti hyvä asia et jos semmosta painetta vähän on (yhteiskunnan paine)."</i></p> <p><i>"Pitäisin sitä hyvänä, että sitä perhekeskeisyyttä olis enemmän yhteiskunnassa."</i></p> <p><i>"En mä koe sitä paineistusta, että jos yhteiskunnassa puhutaan sitä, että pitäis syntyvyyttä lisätä ja ollaan huolissaan sinkkujen isosta määrästä. Että mun mielestä se on ihan aiheellinen huoli ja tavallaan kun se on myös semmonen asia mitä itse haluais."</i></p>	<p>Yhteiskunnan luoma paine on hyvä asia.</p> <p>Perhekeskeisyyttä pitäisi enemmän korostaa yhteiskunnassa</p> <p>Yhteiskunnan keskustelu syntyvyyden laskusta ja sinkkujen isosta määrästä on aiheellista</p>	<p>Paineet ja yhteiskunta</p>	<p>Paineet</p>	<p>Miten elämäntilanne lapsettomuus koetaan ja miten se vaikuttaa elämään?</p>
<p><i>"Paineita ei mielestäni ole."</i></p> <p><i>"En ainakaan minä ole tässä elämäntilanelapsettomuudessa joutunut kokemaan (paineita)."</i></p>	<p>Paineita ei ole.</p> <p>Paineita ei ole.</p>	<p>Paineita ei ole lapsen saantiin liittyen</p>		

Kolmas analyysin vaihe on käsitteellistäminen eli abstrahointi. Abstrahoidessa muodostetaan teoreettisia käsitteitä ja erotellaan tutkimuksen kannalta merkityksellistä ja valikoitua tietoa. Teoreettiset käsitteet muodostetaan etenemällä alkuperäisdatan käyttämistä kielellisistä ilmauksista käsitteisiin ja johtopäätöksiin. Käsitteellistämistä jatketaan luokituksia yhdistelemällä niin kauan, kuin se aineiston sisällön puolesta on mahdollista. Koko käsitteellistämisen prosessin ajan tulee muistaa huomioida, että aineistossa säilyy polku alkuperäisdataan. Vastaus tutkimustehtävään saadaan siis yhdistelemällä käsitteitä. Abstrahointi voidaan nähdä prosessina, jossa tutkija luo muodostamiensa käsitteiden avulla kuvan tutkimuskohteestaan. Teoriaa ja johtopäätöksiä verrataan siis koko ajan alkuperäisaineistoon, kun luodaan uutta teoriaa. Johtopäätöksiä tehdessä tutkijan on pyrittävä ymmärtämään, mitä tutkittavana oleva asia merkitsee tutkittavalle. Kaikissa analyysin vaiheissa tutkijan tulisi ymmärtää tutkittavia heidän näkökulmastaan. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 125 - 127.) Abstrahoidessa aineistosta poimittiin niitä asioita, jotka koettiin merkitykselliseksi liittyen opinnäytetyön tavoitteisiin ja tarkoitukseen. Tavoitteena pidettiin, että opinnäytetyön tulosten ja niiden pohjalta

tehtyjen johtopäätösten perusteella voitaisiin kohdejoukon kokemukset tuoda realistisesti esille.

## **8 Tulokset**

### **8.1 Haastattelun taustakysymykset**

Haastattelun aluksi pyydettiin haastateltavia kertomaan taustatietoja itsestään ja elämäntilanteestaan. Lisäksi kysyttiin haastateltavien ikää ja keskusteltiin heidän kokemuksistaan ja haaveistaan liittyen parisuhteeseen ja perheeseen. Haastattelun aluksi käytiin myös läpi haastattelun kulkua ja käytännön asioita.

Haastateltavat olivat iältään 29 - 34-vuotiaita. Moni keskittyi vastauksissaan kuvaamaan haavettaan perheestä ja parisuhteesta, eikä niinkään kuvaamaan omia taustojaan. Haastateltavat olivat haaveilleet perheestä eripituisia aikoja, osa muutaman vuoden ja osa yli kymmenen vuotta. Yksi haastateltava ei osannut suoraan sanoa onko hän haaveillut juuri perheestä, mutta rakkaudesta ainakin. Haaveiden voimakkuuden kuvattiin olevan vaihtelevaa, mutta kuitenkin pysyvää. Yhdellä haastatteluun osallistuneella oli kokemus yhdestä vakavasta seurustelusuhteesta.

### **8.2 Kokemus elämäntilannelapsettomuudesta ja sen vaikutuksista elämään**

Haastateltavilla oli monenlaisia kokemuksia elämäntilanteestaan ja sen vaikutuksista. Vaikutuksia ilmeni monilla erilaisilla elämän osa-alueilla, esimerkiksi hyvinvoinnissa ja vapaa-ajan käytössä. Osa vaikutuksia koettiin positiivisina, osa negatiivisina.

## Suhtautuminen omaan elämäntilanteeseen

Jokainen haastatteluun osallistunut tunnisti elämäntilanteessaan positiivisia asioita ja vaikutuksia. Tilanteeseen tyytyminen koettiin elämää helpottavana tekijänä. Keskeisenä positiivisena vaikutuksena koettiin mahdollisuus tehdä itselleen mielekkäitä asioita.

*”...totta kai on tietyllä tavalla vapaus, jos haluaa tehdä jotain itselle mieluisaa asiaa niin sitä ei sit sido mikään muu kuin omat aikataulut. Et onhan siinä sekin positiivinen puoli.”*

## Parisuhteen puuttumisen vaikutukset

Lapsettomuuden ja parisuhteen puuttumisen aiheuttamia tunteita on välillä hankalaa erottaa toisistaan. Yksi vastaaja kertoi kokevansa, että parisuhteen puuttuminen alentaa hänen hyvinvointiaan enemmän kuin lapsettomuus. Toinen vastaaja taas kertoi, että sopivan elämänkumppanin puuttuminen sisältyy vahvasti juuri elämäntilannelapsettomuuteen.

*”Elämäntilannelapsettomuudessa se kytkeytyy vahvasti myös siihen, sopivan elämänkumppanin puutteeseen tai löytämiseen ja myös sen tuomaan vaikeuteen... ...ku on asioita joihin ei voi ite vaikuttaa tai päättää että nytten toimin niinku toisin.”*

Vastaajat toivat ilmi ajatuksen, että lapsia ei kuitenkaan haluaisi yksin, vaan ainoastaan parisuhteessa. Yhdeksi isoksi lapsettomien pariskuntien ja elämäntilanteensa vuoksi lapsettomien eroksi mainittiin lapsettomuuden kokemuksen käsittely. Yksin elävä joutuu käsittelemään ja kantamaan lapsettomuuden kokemuksen yksin, mutta parisuhteessa olevat voivat jakaa nämä kokemukset keskenään.

## Psyykkiset ja fyysiset vaikutukset

Parisuhteen ja perheen puuttumisen kerrottiin vaikuttavan kaikkiin elämän osa-alueisiin, sillä ihminen on psyko-fyysis-sosiaalinen kokonaisuus. Lapsettomuuden kaikki vaikutukset eivät ole aina täysin tiedostettavissa ja sen aiheuttamien

tunteiden voimakkuuden kerrottiin olevan vaihtelevaa. Lapsettomuuden kokemus saattoi korostua, jos elämässä tuli vastoinkäymisiä. Toisena negatiivisena vaikutuksena mainittiin, miten arka aihe on ja kuinka siitä puhuminen vaikeaa.

Yksi vastaaja kuvasi lapsettomuuttaan elämässä vastaan tulevana tilanteena, jossa on kriisin piirteitä. Hän koki, että asia on vain kannettava ja sen kanssa on opittava elämään. Hän mainitsi myös, että lapsettomuuden tuoma vaikeus olisi hyvä tunnistaa, ettei se saisi liikaa valtaa elämästä ja apua osattaisiin hakea ajoissa, jos asia kasvaa ylitsepääsemättömän vaikeaksi. Yksi vastaajista kertoi, että hän kokee voivansa kaikin puolin hyvin.

Lapsettomuuden aiheuttamat fyysiset vaikutukset eivät olleet niin helposti tunnistettuja. Eräs vastaaja totesikin, että lapsettomuus ei vaikuta niin paljon fyysiseen hyvinvointiin, mutta koki sen vaikuttavan psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. Toinen vastaaja kuvasi lapsettomuuden olevan eräänlainen stressitila elimistössä ja aiheuttavana esimerkiksi tunnesyömistä, joka tuo mukanaan fyysisiä vaikutuksia. Lapsettomuus voi ilmetä myös tyhjän sylin tunteena, joka voi olla melkein kuin fyysinen tunne.

*”Se voi niinku ilmetä niinku semmosena tyhjän sylin tunteena, se ei oo ehkä ihan niinku fyysinen tunne, mutta se on melkein niinku fyysinen tunne.”*

Lapsettomuuden kuvattiin aiheuttavan surua ja tuskaa, joka ilmenee hetkittäin. Kaksi vastaajista oli kokenut, että yksinäisyydestä johtuvaa lapsettomuutta ei saisi surra samalla tavalla kuin pariskuntien lapsettomuutta. Elämäntilanteensa vuoksi lapsettoman tulisi vain jaksaa elää surunsa kanssa tai että asiaa pitäisi jopa hävetä.

*”Minä ainakin koen että se yksinäisyys ja lapsettomuus siitä johtuen, että sulla ei oo miestä niin se on jotenkin semmonen asia mistä kokee, et sitä ei sais surra tai sitä pitäis hävetä että annetaan vaan niinku jotenkin (ymmärtää) et pitäis vaan jaksaa... ..se ois ihan eri asia jos mulla ois se puoliso ollu vaikka jo monta vuotta ja mä en sais lapsia niin silloin mä saisin sitä surra julkisesti mutta nyt ku mä oon yksin niin jotenki se on vähä semmonen et sen kokee että ei sitä saa jotenki tuoda niinku ilmi.”*

Yksi vastaaja kertoi, että lapsettomuudesta johtuvan kaipuun tai vaikeuden voi laukaista yllättäväkin tekijä. Tällaisiksi yllättäviksi tekijöiksi hän mainitsi tuntemattomien ihmisten välisen vuorovaikutuksen tai erilaiset mainokset. Esimerkkinä hän kertoi tilanteen, jossa hän oli kadulla kävellessään nähnyt vakuutusyhtiön mainoksen, joka laukaisi tai voimisti lapsettomuuden kokemuksen tunnetta.

### **län tuomat vaikutukset**

Vaikka lapsettomuuden koettiin vaikuttavan erittäin paljon elämän eri osa-alueisiin, vastaajat eivät osanneet mainita, millä osa-alueella vaikutukset olisivat olleet suurimpia. Osan vaikutuksista koettiin tulevan pinnalle vasta iän myötä. Nämä myöhemmin ilmenevät vaikutukset keskittyivät pääasiassa fyysisiin vaikutuksiin ja pelkoon lapsettomuuden pysyvyydestä. Useassa vastauksessa mainittiin biologisen kellon olemassaolo ja tunnistettiin fertiili-iän rajallisuus.

*”...semmonen biologinen kello tikittää...”*

Saaduista vastauksista kävi ilmi, että iän myötä lisääntyivät ajatukset mahdollisesta lapsettomuudesta. Yksi vastaaja kertoi käsitelleensä lapsettomuutta viime aikoina enemmän kuin ennen, ja sen vuoksi koki asian vaikeampana. Toinen vastaaja kertoi, että nuorempana ei ehkä ollut tullut edes mieleen, että lapsettomuus voisi olla ongelma yksin ollessa, ja silloin lapsettomuuden ajateltiin olevan parisuhteessa elävien ongelma.

*”Joskus esimerkiksi viisi vuotta sitten ei olisi tullut mieleenkään, että tässä tilanteessa lapsettomuus edes voi olla vaikea asia. Silloin ajatteli vain, että jos ei ole parisuhteessa, lapsettomuus ei ole ongelma.”*

Lapsettomuuden koettiin konkretisoituvan sen mukaan, mitä enemmän ikävuosia tulee ja lapsettomuuden kokemuksen lisäksi saattoi tulla pelon ajatuksia tilanteen pysyvyydestä. Pelkoa aiheuttaviksi asioiksi koettiin esimerkiksi, että ei ehdi saada lapsia tai ei ehdi edes löytää sopivaa kumppania, jonka kanssa perustaa perhe. Yksi vastaaja kertoi miettineensä omaa vanhuuttaan, jos kukaan ei ole huolehtimassa hänestä tulevaisuudessa ja sitä, että hänestä ei jää mitään merkkiä maailmaan, jos hänellä ei ole jälkeläisiä.

*”...sitten mieltii ja ihan vanhuutta ja kukaan ei oo sitten huolehtimassa ja ketään ei kiinnosta sitten mun elämä ja musta ei jää mitään, mitään merkkiä tänne maailmaan, jos mulla ei oo jälkeläisiä.”*

## **Vaikutukset perhe- ja ystävyysuhteisiin**

Lähes kaikki vastaajat toivat esiin kokemuksen erilaisesta elämäntilanteesta ystävien ja sisarusten kesken. Toisten perheellisyden koettiin välillä nostavan esiin kaipuun omasta perheestä. Vaikka lapsettomuuden koettiin ajoittain korostuvan perheellisten seurassa, ei omaa lapsettomuutta nähty esteenä sosiaalisille suhteille. Yhdeksi vaikutukseksi nimettiin perheellisten ystävien rajalliset mahdollisuudet esimerkiksi yhdessä harrastamiseen.

Erilaisten elämäntilanteiden koettiin aiheuttavan ulkopuolisuuden tunteita, sekä päinvastoin. Vastauksissa nousi esille kokemus perheiden ja pariskuntien yhteisistä tapahtumista, joihin sinkuilla ei ole asiaa. Perheellisten ystävien keskustelut lapsista saattoivat myös aiheuttaa ulkopuolisuuden tunteita. Ulkopuolisuutta koettiin usein omassa perhepiirissä, kun suurella osalla omista sisaruksista on jo lapsia.

*”Ulkopuolisuuden tunteita kokee perheseurassa usein. Usealla sisaruksistani kuitenkin on oma perhe.”*

Joskus ulkopuolisuuden tunne saattoi nousta omasta itsestään eikä toisten käyttäytymisestä. Ulkopuolisuuden kokemusten koettiin vähenevän iän myötä, kun pystyttiin paremmin keskustelemaan ystävien kanssa erilaisista elämäntilanteista. Ystävyysuhteiden kerrottiin säilyneen, vaikka elämäntilanteet olivat muuttuneet erilaisiksi. Perheellisten sisarusten kanssa ulkopuolisuuden tunnetta vähensi läheiset perhesuhteet, vaikka oma lapsettomuus heidän seurassaan korostui. Ulkopuolisuuden kokemuksesta huolimatta sisarusten lapset nähtiin myös voimavarana. Heidän kanssaan haluttiin tehdä asioita, joita haluaisi tehdä myös omien lasten kanssa. Yksi vastaaja toi esille ajatuksen pysyvästä elämäntilanteiden erilaisuudesta ystävien kesken, jos perheet perustetaan eri ikäisinä.

*”Vaikka elämäntilanne ei ois aina tää, että on lapseton, niin tavallaan se ajatus saattaa tulla, että mulla on sittenkin eri elämäntilanne, koska sit muilla on jo isot lapset.”*

Yksi haastateltava toi ilmi kokemuksen perheellisten ja lapsettoman eriarvoisesta asemasta. Lapsetonta saatettiin pitää esimerkiksi keskeneräisempänä. Lisäksi hän oli kokenut, että erityisesti vanhemmat ihmiset saattoivat ottaa helpommin huomioon perheelliset ja lapset.

### **Paineet perheessä ja kaveripiirissä**

Kaksi vastaajista kertoi, että heillä ei ole miltään taholta tulevia paineita perustaa perhettä. Osa vastaajista kertoi, että perhepiirissä ei ilmene painostusta. Syynä siihen oli se, että vanhemmat ja perhe tunsivat hyvin haastateltavan tilanteen ja ymmärsivät tätä. Yhdellä vastaajista oli kokemus siitä, että varsinkin toinen vanhemmista ei jossain vaiheessa ymmärtänyt, että syy yksin oloon ei ollut oma valinta. Tätä oli ilmennyt erityisesti silloin, kun häneltä oli juuri päätynyt seurustelusuhde. Muiden perheen jäsenten puolelta hän ei ole kokenut painostusta, vaikka hekin toivovat, että haave perheestä hänen kohdallaan toteutuisi.

*”Joskus oli aika, jolloin koin, että toinen vanhemmistani ei kyennyt ymmärtämään, että en ole yksin vapaasta tahdoistani tai siksi että olisin liian vaativa. Tämä korostui erityisesti seurustelusuhteeni päättymisen jälkeen voimakkaammin. Silloin koin perheen perustamis-paineita hänen suhteensa, muut perheenjäseneni eivät painosta. Mutta tietysti hekin toivovat, että haaveeni toteutuisi.”*

Kaverisuhteissa ei ilmennyt suoraa painostusta. Useampi haastateltava mainitsi, että kaverit kyselivät ja ehdottelivat joskus esimerkiksi ”sopivia miehiä”. Yksi haastateltava kertoi kokevansa tällaiset ehdotukset ja kysymykset ajoittain ärsyttävänä.

*”Joskus tosin sekä ystävien että perheen jäsenten jatkuvat miesehdotukset tai kyselyt ärsyttävät...”*



Vastaavanlaisia kyselyitä oli yksi haastateltava saanut työkavereiltaan, vaikkakin osa työkavereista hänen kohdallaan olettaa, että hän ei halua lapsia koska harrastaa niin aktiivisesti urheilua. Hän itse kokee aktiivisen urheilun harrastamisen johtuvan enemmän siitä, että urheilu on hänelle ajan kulu ja perheen korvike. Toinen haastateltava mainitsi, että on kokenut ajoittain painetta siitä, ettei saa olla sen hetkessä elämäntilanteessa missä on. Paineiden aiheuttajaksi hän oli useammin kokenut enemmän ulkopuoliset kuin läheiset ihmiset ja ajoittain hänestä tuntui, että paineita aiheuttaa itse itselleen.

### **Yhteiskunnan aiheuttamat paineet**

Yksi haastateltu pohti vastauksissaan yhteiskunnan aiheuttamia paineita. Hän ei koe yhteiskunnan puolelta tulevana paineena sitä, että syntyvyyden laskusta ja sinkkujen isosta määrästä ollaan huolissaan, mutta pitää hyvänä, jos yhteiskunta loisi hieman painetta perheen perustamiselle. Tällaista huolta hän piti aiheellisena ja pitäisi hyvänä, että perhekeskeisyyttä olisi yhteiskunnassa enemmän.

### **Työelämä, arki ja juhlapyhät**

Jokaisella vastaajalla oli ajatuksia ja kokemuksia työelämästä. Osasta kokemuksista heijastui negatiivisia vaikutuksia ja eriarvoista kohtaamista. Osalla vastaajista kohtaaminen työelämässä oli ollut samanarvoista. Samanarvoista kohtaamista oli erityisesti päivätoissa, silloin kun loma-ajat ja vapaapäivät olivat samoja kaikilla. Suurin osa saaduista vastauksista kertoi kuitenkin siitä, miten joustavampi osapuoli on yleensä lapseton ja miten tasa-arvoa perheellisten ja lapsettomien välillä voisi työelämässä olla enemmän.

*”...työelämässä pitää olla samat säännöt ja toimintatavat kaikkien suhteen, oli sitten lapsellinen tai lapseton.”*

Perheellisten työntekijöiden lomatoiveiden kerrottiin toteutuvan yleensä helpommin ja lapsettomia velvoitettiin esimerkiksi tekemään enemmän ylitöitä. Painostuksen kokemus tuli kuitenkin enemmän työkavereilta kuin esimiestasolta. Eräs

vastaaja toi esille näkökulman perheellisten työntekijöiden poissaoloista lasten sairastamisen vuoksi. Hän koki, että vastuu töistä siirtyy useammin sen vastuulle, joka on enemmän töissä vaikkakaan tilanne ei johdu siitä, että lapseton ja perheellinen olisivat jotenkin eriarvoisessa asemassa. Yksi vastaaja kertoi, että hän on mielellään juhlapyhät töissä, sillä silloin ei tarvitse keksiä muita suunnitelmia näille päiville. Vastauksessaan hän myös mainitsee, että perheelliset sanovat herkästi, että olisivat pyhät mieluiten kotona perheen parissa.

Lapsettomuuden kuvattiin näkyvän niin arjessa kuin juhlassa, mutta sen voimakkuus on näissäkin tilanteissa vaihtelevaa. Juhlapyhiä kerrottiin vietettävän joko yksin tai perheen kanssa. Yksi vastaaja kuvasi, miten juhlapyhien vietto lasten kanssa on jotenkin välittömämpää ja heidän kanssansa saa keskittyä vain olennaiseen. Toinen vastaaja kertoi, että juhlissa oma lapsettomuus korostuu, sillä monet juhlat ovat niitä tilanteita, jolloin perheet kokoontuvat yhteen. Siksi juhlista saattaa nousta ennakkoaajatuksia, jolloin tilannetta saattaa työstää jo ennakkoon ja käsitellä tilannetta omassa päässänsä. Hänen kokemuksensa oli, että kun näitä ajatuksia työstää ennakkoon, on usein jälkikäteen huomannut, ettei tilanne ollutkaan niin vaikea, kuin etukäteen pelkäsi.

Arjessa lapsettomuus näkyi usealla vastaajalla vapaa-ajan runsaana määränä, kun ei tarvinnut huolehtia kenestäkään muusta. Osa vastaajista koki vapaa-ajan merkityksettömänä. Vapaa-aikaa kuvattiin tyhjiönä, jota täytettiin niin harrastuksilla kuin työnteolla.

*”Jos ois perheellinen, niin sillä vapaa-ajalla ois ehkä mun elämässä isompi merkitys et nyt sitä ehkä jollain tavalla on osittain täyttänyt työllä. Jos ois perhe, en todellakaan tekis kahta työtä tai ainakin hyvin rajoitetusti.”*

Vapaa-ajan viettämiseen yksin oli totuttu, vaikkakin se koettiin välillä ärsyttävänä. Yksi vastaaja kertoi, että hänen vapaa-aikansa kuluu välillä murehtien lapsettomuuttaan. Toinen vastaaja kertoi, miten hän kaipasi enemmän tavallista arkea, mutta vaikka sitä kaippaa, ei sitä silti osaa viettää. Turhauttavana koettiin suurten päätösten pohtiminen sekä taloudellisista asioista huolehtiminen yksin. Positiiviseksi asiaksi nousi vapaus tehdä itselle mieluisia asioita, sillä näissä rajoittavina tekijöinä oli usein ainoastaan omat aikataulut.

## **Kulttuuristen tekijöiden vaikutus**

Yksi haastatteluun osallistuja nosti esille kulttuuristen tekijöiden vaikutukset. Hän koki, että hänen omaan lapsettomuuden kokemukseensa varmasti vaikutti kuuluminen perhekeskeiseen yhteisöön. Toisaalta hän totesi, että tunsi oman yhteisönsä ulkopuolelta tulevia ihmisiä, joilla oli lapsettomuuden kokemus samanlaisessa elämäntilanteessa kuin hänellä itsellään.

### **8.3 Puheeksiotto terveydenhuollossa**

Haastateltavista kahdella ei ollut kokemuksia puheeksiotosta terveydenhuollosta. Toisella kahdella haastateltavista oli molemmilla yksi kokemus puheeksiotosta terveydenhuollossa asioidessa. Heistä toisen kokemus oli, että yleensä tilannetta ei oteta puheeksi eikä siihen osata antaa tukea.

#### **Puheeksiottotilanne**

Toisella haastateltavista puheeksiotto oli liittynyt lääkärikäyntiin, jonka syynä oli ahdistus. Itse puheeksiotto oli tapahtunut lääkärin toimesta. Toisen haastateltavan kokemus puheeksiotosta liittyi työterveyshuollossa ohjattuun elämäntaparemonttiin ja tapahtui työterveyshoitajan aloitteesta.

Puheeksiottotilanteet olivat herättäneet haastateltavissa erilaisia ajatuksia. Toiselle oli jäänyt tilanteesta huono maku ja hän koki, ettei tilanteeseen oikeasti puututtu käynnillä. Lääkäri ei esimerkiksi ollut ottanut huomioon, liittyikö lapsettomuuden kokemus jotenkin nykyisiin oireisiin eikä tarkemmin lähtenyt selvittämään asian taustoja tai potilaan tilannetta. Haastateltava koki, että lääkäri otti asian puheeksi mutta ei ottanut vastuuta itse tilanteesta.

*”Tavallaan se vaan kysy näin ja oletti et mulla on paineita ja ei kysynyt oikeesti sen tarkemmin sitä, että miten mä koen sen lapsettomuuden*

*tai sen parisuhteen puutteen... ..siitä jäi vähän semmonen huono maku ja semmonen, että vähän ärsytti sen käynnin jälkeen että sä pikkusen sohaset musta arkaa aluetta, mut sit et sen enempää voi kysyä etkä hoitaa..."*

Toisen haastateltavan kokemus oli, että hän oli saanut työterveyshoitajalta tilanteeseensa sanatonta tukea. Hän koki tilanteen positiivisena, mutta olisi toivonut, että asiaan olisi palattu myöhemmillä käynneillä, kun avaus aiheesta oli tehty. Hän oli kokenut helpottavana, kun asian oli pystynyt sanomaan ääneen ja myöntämään ammattilaiselle.

*"Ehkä tietyllä helpottunut tunne, siis silleen, että tavallaan sen pysty sanoo ääneen ja sen pysty myöntää myös tuommoselle ammattilaiselle."*

#### **8.4 Puheeksioton tarpeellisuus ja kohdejoukon sopiva huomiointi terveydenhuollossa**

Vastausten perusteella puheeksiottoa pidettiin niin asiaankuuluvana kuin tarpeettomana. Useampi vastaaja toi ilmi ajatuksiaan myös siitä, millä tavalla asia olisi sopivaa ottaa puheeksi ja missä tilanteessa. Lisäksi jokainen vastaaja kertoi ajatuksiaan siitä, minkälaiset tukimuodot asian käsittelyssä voisivat mahdollisesti olla avuksi.

#### **Puheeksioton asiaankuuluvuus ja tarpeettomuus**

Kolmen vastaajan mielestä puheeksiotto on asiaankuuluvaa ja hyödyllistä, kun terveydenhuollossa asioidaan psyykkisten syiden vuoksi. Kaksi vastaajaa nosti esille, että asian voisi ottaa puheeksi terveystarkastuksen yhteydessä. Tärkeää olisi kuitenkin painottaa asiakkaan omaa kokemusta, kokeeko hän itse tilanteen ongelmaksi ja mitä hän itse elämältään haluaa.

*"Tämmösten mielen asioitten kanssa, kun ollaan tekemisissä, niin ihmisen yksinäisyys, lapsettomuus, kaikki tämmöset on niin isoja asioita, jotka vaikuttaa ihmisen hyvinvointiin niin kyllä ne pitää ottaa esille."*

Yksi vastaaja ajatteli, että jossain tilanteissa asian voisi ottaa esille hienotunteisesti, vaikka hän ei itse sitä toivokaan omalle kohdalleen. Toinen vastaaja toivoi, että lapseton elämäntilanne otettaisiin puheeksi myös silloin, jos asioi terveydenhuollossa jonkin fyysisen sairauden vuoksi. Tällöin siihen täytyisi liittyä myös mahdollisuus biologisesta lapsettomuudesta.

*”Toinen missä sen voisi ottaa puheeksi, jos on jotain fyysistä sairautta, mikä jollain tavalla liittyy siihen aihealueeseen, niin kyllä mä silloin ainakin toivoisin, että se otettais esille.”*

Jokainen vastaaja piti puheeksiottoa tarpeettomana jossain tilanteessa. Yksi vastaaja piti elämäntilanteeseen liittyvää lapsettomuutta henkilökohtaisena asiana, jota ei tarvitse ottaa puheeksi. Hän ei osannut sanoa, olisiko puheeksiotto tarpeellista tai sopivaa missään tilanteessa. Yksi vastaaja koki, että asian huomiointi vieraan ihmisen puolelta tuntuisi hänestä kiusalliselta tai jopa epäasialliselta, jos hän ei itse ota asiaa ensin puheeksi.

Yhden vastaajan aiempi ajatus puheeksiotosta oli positiivinen. Saatuaan negatiivisen kokemuksen puheeksiottotilanteestaan hän koki mielipiteensä muuttuneen. Aiemmin hän oli ajatellut, että elämäntilanteesta kysyminen olisi ollut aiheellista, mutta kun siitä kysyttiin, jäi keskustelusta huono maku. Kolme vastaajaa nosti esille, että asiaa ei voi ottaa puheeksi, ellei se oleellisesti liity syyhyn, jonka vuoksi asioi terveydenhuollossa.

*”Itse en haluaisi, että se otetaan puheeksi terveydenhuollossa tilanteissa, jos se ei liity käsillä olevaan tilanteeseen mitenkään.”*

### **Työkaluja puheeksioton tueksi**

Kolmella vastaajalla oli ajatuksia siitä, miten puheeksioton olisi hyvä tapahtua. Heillä oli myös toiveita ammattilaisten toimintaa kohtaan. Kahden vastaajan mukaan asia tulisi ottaa puheeksi hienotunteisesti. Kaksi vastaajaa nosti esille, että puheeksiotolle olisi hyvä varata riittävästi aikaa. Yksi vastaajista toivoi, että tilanne ei olisi kuulustelun omainen vaan asiasta voitaisiin keskustella. Terveyden-

huollon ammattilaisilta toivottiin kykyä kuunnella ja myötäillä asiakkaan kokemusta ja antaa lupa tämän surulle. Toiveena oli, että asiakas saisi paikan, jossa asia hyväksyttäisiin ja hän tulisi ymmärretyksi.

*”Niin se on ehkä semmonen, että kokee, että joskus ois hyvä, että sais sen paikan jossa se asia hyväksyttäis ja annettais lupa surra sitä. Ja puhua siitä. Ja kokis, että tulis ymmärretyks.”*

Yksi vastaaja toivoi, että ammattilainen voisi tulla tilanteessa ikään kuin puoli-tiehen vastaan. Vastaaja ajatteli, ettei asiasta tarvitsisi kysyä heti suoraan, vaan ensin voisi selvittää asiakkaan taustoja ja kysyä, kokeeko hän elämässään joitain asioita vaikeana tai raskaana. Kun asia olisi otettu puheeksi, voisi ammattilainen tarjota vaihtoehdon, että asiaan palattaisiin esimerkiksi seuraavalla kerralla, jolloin asiakas saisi pohtia asioita rauhassa.

*”...tavallaan tuodaan mahdollisuus ilmaista se, ikään kuin tullaan puoli tiehen vastaan ja sitten vaikka jäisikin et siinä ei tarviis vielä vastata täysin tai vaikka jotain vastaisikin voisi sanoa ”sä voit hei jäädä tätä miettimään ja voidaan palata vaikka myöhemminkin”, Ja sitten voidaan palata, voidaan mennä tavallaan syvemmälle.”*

Yksi vastaajista nosti esille ihmisten erilaisuuden. Toisille puheeksiotto voi tapahtua suuremmin kuin toisille. Hän itse koki, ettei häntä haittaisi, vaikka häneltä kysyttäisiin suoraan vaikuttaako lapsettomuus häneen tai kärsiikö hän siitä. Hän kertoi kuitenkin ymmärtävänsä, ettei niin suora kysyminen välttämättä sovi kaikille. Vastaaja mainitsi myös, miten terveydenhuollon ammattilaisen oma persoona vaikuttaa osaltaan siihen, uskaltaako asiakas puhua hänelle kaikista asioistaan.

Muita asioita, joita vastaajat nostivat esille puheeksiottoon liittyen, olivat kirjaaminen ja ammattilaisten kyky keskustella vaikeistakin asioista. Kirjaamisen toivottiin olevan asiallista, eikä asiakasta mitenkään leimaavaa, sillä asiakas pääsee lukemaan omia tekstejään Kanta-palvelusta ja tekstit ovat näkyvillä kaikille asiakasta hoitaville tahoille. Yksi vastaajista oli kokenut, että epäasiallinen tai asiaa liikaa korostava kirjaaminen leimaisi häntä tulevaisuudessa aina, kun hän asioisi terveydenhuollon palveluissa.

Yksi vastaaja toi esille kehittämistarpeen, koska kaikki ammattilaiset eivät välttämättä uskalla ottaa aihetta puheeksi tai keskustella kaikista sensitiivisimmistä asioista asiakkaidensa kanssa. Hän ajatteli, että kaikkia asioita ei ehkä oteta puheeksi, koska ei olla varmoja haluaako asiakas niistä keskustella. Ammattilaisilta pitäisi kuitenkin hänen mukaansa löytyä myös ammattitaitoa keskustella sensitiivisistä aiheista ja kykyä antaa tukea asiakkaalle. Puheeksiottoa ei siis tulisi pelätä, vaikka asiakkaan reaktio puheeksiotosta olisi mikä.

*”Kyllä ammattilaisissa pitäis olla sitä ammattitaitoa, että osaa hermistä asioista puhua ja osaa tukea, vaikka siitä tulis mikä reaktio sitten hyvänsä niin että ei pidä mun mielestä pelätä minkään asian puheeksi ottoa.”*

Ongelmaksi puheeksiotossa koettiin vähäinen tietoisuus aiheesta. Vähäisen tietoisuuden vuoksi asian esille ottaminen koettiin jäävän yksilön vastuulle. Koettiin, että elämäntilannelapsettomuuden kokemusta ei ymmärretty lapsettomuuden kokemukseksi samalla tavalla kuin pariskuntien kokemuksia lapsettomuudesta.

*”...ja myöskin se et sitä hyvin vähän tiedostetaan... ..en aattele terveydenhuoltoon pelkästään, vaan kaikkee yhteiskuntaa niin ei osata tulla vastaan et tavallaan, että kerrot siitä niin sun pitää ite tehdä se alote.”*

Sopiviksi tukimuodoiksi haastateltavat nostivat vertaistuen sekä henkilökohtaisen keskustelun. Vertaistukea koettiin löytyvän esimerkiksi ystäväpiiristä ja ilman sitä lapsettomuus omassa elämäntilanteessa voisi olla suurempikin ongelma. Osa vastaajista koki, että henkilökohtainen keskustelu ystävän tai ammattilaisen kanssa olisi heille sopivin tuen muoto. Keskustelu ammattilaisen kanssa olisi hyvä etenkin silloin, jos elämä tuntuu raskaalta ja vaikealta sekä tilanne alkaa vaikuttamaan omaan jaksamiseen. Tukimuotojen sopivuuden koettiin kuitenkin riippuvan henkilöstä, eivätkä kaikki kokeneet tarvitsevansa tilanteessaan minäänlaista tukea.

Kuten edellä mainittiin, pari vastaaja toi esille tarpeen tietoisuuden lisäämisen elämäntilannelapsettomuudesta ja korosti tällaisen aiheen tutkimisen tärkeyttä.

Yksi vastaaja totesikin, että aiheesta voisi olla hyvä tehdä laajempaakin tutkimusta. Tietoisuuden lisäämistä ja asian esillä pitämistä piti eräs vastaaja ikään kuin tuen muotona.

## 9 Pohdinta

### 9.1 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset

Opinnäytetyön aiheesta löydettiin alun perin niukasti tutkittua tietoa. Muutamassa haastattelussa kuitenkin mainittiin, että aiheen tutkiminen ja huomioon ottaminen ovat tärkeitä tietoisuuden lisäämiseksi. Kuten Korpela (2014) toteaa, ilmiö on helposti tunnistettava vaikkakin käsitteenä melko uusi. Useampi haastatteluun vastannut jakoi vastauksissaan saman kokemuksen kuin Tonkin (2017, IX) ja Korpela (2014) ovat todenneet, että he ovat jääneet vaille ymmärrystä ja tukea lapsettomuutensa kanssa. Tämä ilmiö havaittiin opinnäytetyön tekijöiden toimesta myös silloin, kun opinnäytetyön aiheesta kerrottiin luokkakavereille ja tutuille. Harva henkilö, jolle aiheesta kerrottiin ”elämäntilannelapsettomuus” -termin kanssa, tunnisti käsitettä, mutta kun termiä hieman avattiin, ilmiö oli tuttu ja se tunnistettiin.

Jokainen haastatteluun osallistunut sopii hyvin Tonkinin hyödyntämään Cannoldin kuvaukseen elämäntilannelapsettomasta. (Cannold 2000, Tonkin 2014, 1 mukaan.) Kaikki haastateltavat olivat haaveilleet lapsista jo useampia vuosia ja olivat tilanteessa, jossa syy perheen puuttumiselle oli ennemmin sosiaalisista tekijöistä johtuva. Fertiili-ikänsä rajallisuuden tiedosti ja toi vastauksissaan esille kolme vastaajaa, vaikkakin hedelmällisiä ikävuosia oli luonnollisesti ajateltuna edessä vielä useampia.

Heinämäki (2017, 4, 6.) tuo esille, miten osa lapsettomista jää vapaaehtoisesti lapsettomien ja biologisesti lapsettomien väliin. Heidän tilannettaan saatetaan pitää vapaaehtoisena, koska he eivät halua hyödyntää kaikkia lääketieteen tarjoamia keinoja lapsen saamiseksi. Yksi vastaaja toikin vastauksissaan esille oman kokemuksensa siitä, miten hän haluaisi lapsia vain parisuhteessa. Mielestämme



tämä on täysin ymmärrettävää, sillä vastuu lapsesta tai lapsista yksin voi olla hyvin kuormittavaa, jos sitä ei saa jakaa toisen ihmisen kanssa.

Mielestämme oleellinen ja mielenkiintoinen näkökulma, jonka eräs haastateltava toi ilmi, oli kokemus siitä, miten lapsettomuuden ja parisuhteen puutteen vaikutuksia on välillä vaikea erottaa toisistaan. Toisen haastateltavan kokemuksesta heijastui mielestämme sama ajatus kuin Ojalan ja Kontulan (2002, 98) tutkimuksessa, kun yhteiskunta ja ympäristö voivat velvoittaa ottamaan puolisoikseen ”ketnet vaan” ja olemaan joustavampi valinnoissaan. Haastateltavan kokemus oli, ettei kaikkiin asioihin vaan voi itse vaikuttaa tai päättää, että nyt toimin toisin. Yksi haastateltavista oli saanut samantapaista painostusta toisen vanhempansa puolelta seurustelusuhteensa kariutumisen jälkeen. Vanhempi oli olettanut, että tytär oli omasta halustaan yksin, vaikka asia ei näin ollut.

Odotetusti parisuhteen ja perheen puuttuminen vaikuttivat kokonaisvaltaisesti haastateltavien hyvinvointiin. Kuten Katajisto (2016, 40, 47) toteaa, voidaan lapsettomuuden kokemuksessa tunnistaa kriisin piirteitä. Sama kokemus oli yhdellä vastaajista. Samalla vastaajalla oli kokemus myös siitä, miten lapsettomuus saattoi aiheuttaa elimistössä eräänlaisen stressitilan. Katajisto (2016, 51) ja Sallinen (2006, 81) olivat myös omissa tutkimuksissaan todenneet, että lapsettomuus voi aiheuttaa jopa somaattisia oireita.

Lapsettomuuden kuvattiin aiheuttavan surua ja tuskaa, vaikkakaan parisuhteen ja perheen puuttumisesta ei erään vastaajaan mukaan saanut tuntea vapaasti surua. Se, ettei omassa elämässä tuskaa aiheuttavaa asiaa saisi vapaasti surra, on mielestämme huolestuttava asia. Ymmärrettävää on, että välillä on vaikeaa asettua toisen asemaan, mutta elämässä hankalaksi koettuja asioita pitäisi mielestämme ajatella ja käsitellä yksilöllisen kokemuksen kautta.

Keskeisimpiä iän tuomia vaikutuksia olivat tietoisuus fertiili-iän rajallisuudesta ja oman asenteen muuttumisesta ajan myötä. Mielestämme oli positiivista, että useampi vastaaja tiedosti, että mahdollisuus raskaaksi tulemiseen heikkenee vanhetessa. Miettisen (2019) artikkelista käy ilmi, että viidennes 20 - 50-vuotiaista naisista arvioi naisen hedelmällisyyskyvyn heikkenevän vasta 40. ikävuoden jälkeen

(Miettinen 2019). Asenteen muuttuminen ajan kuluessa näkyi vastauksissa siten, että lapsettomuuden kokemuksen koettiin konkretisoituvan iän karttuessa. Yksi vastaaja kertoi myös ajatelleensa vanhuuttaan mahdollisesti lapsettomana. Ajatus oli samansuuntainen kuin Vainionpään (2016) tekemässä tutkimuksessa esiin tullut kokemus (Vainionpää 2016, 63 - 64).

Useampi vastaaja oli jossain elämänsä vaiheessa kokenut kyselyitä ja uteluita tutuilta ja tuntemattomilta siitä, milloin tämä aikoi perustaa perheen. Yksi haastateltava kertoi, miten koki tällaiset kyselyt ajoittain ärsyttävinä. Toisen haastateltavan kokemus oli, että kyselijöillä saattoi olla vääriä luuloja lapsettomuuden johtumisen syistä. Hän koki, että esimerkiksi osa hänen työkavereistaan luulee, että hän on vapaaehtoisesti lapseton. Haastateltavien rehelliset ja suorat kokemukset herättävät ajattelemaan tapaa, jolla itse mahdollisesti kohtaa yksin eläviä ja sitä, miten ihmisten ajattelemattomuus tai leikkilinen pila voi osua toiselle hyvinkin arkaan paikkaan. Haastatteluissa tuli ilmi myös sama kokemus, jonka Vainionpää (2016, 29) ja Mäkinen (2008, 46 - 47) ovat saaneet. Ihmisen yhteiskunnan normeista poikkeava elämäntilanne voi aiheuttaa kommentointia muiden ihmisten taholta. Eräs haastateltavamme koki, että hän ei ikään kuin saisi olla siinä elämäntilanteessa kuin hän tällä hetkellä on.

Positiivisena asiana aineistosta nousi esiin, miten erilaisista elämäntilanteista huolimatta ystävyys- ja perhesuhteet pystyivät säilymään hyvinä, toisin kuin Katajiston (2016) ja Sallisen (2006) aineistoissa (Katajisto 2016, 43; Sallinen 2006, 75). Ajoittain erilaiset elämäntilanteet aiheuttivat kuitenkin tilanteita, jolloin lapseton koki itsensä ulkopuoliseksi, eikä lapsetonta aina pyydetty yhteisiin illanviettoihin mukaan. Ulkopuolisuuden kokemus saattoi nousta esiin myös perhepiirissä, jos muilla sisaruksilla oli lapsia.

Haastatelluista ainoastaan yksi pohti yhteiskunnan vaikutuksia omaan lapsettomuuden kokemukseen. Hän piti hyvänä asiana, että yhteiskunta luo paineita perheen perustamiselle ja positiivinen asia oli myös se, että sinkkujen isosta määrästä ollaan yhteiskunnassa huolissaan. Koska lapsettomuus on viime vuosina ollut Suomen mediassa paljon puhuttava aihe syntyvyyden laskun vuoksi (Tilastokeskus 2017; Miettinen 2015, 10 - 11), oli yllättävää, miten vähän yhteiskunnan

vaikutukset näkyivät vastauksissa. Toisaalta useampi vastaaja kertoi kokevansa aiheen herkkänä ja henkilökohtaisena, jolloin aihetta ei ehkä lähde käsittelemään yhteiskunnallisen näkökulman kautta.

Keskeisenä työelämään liittyvänä tuloksena nousi esiin, että päivätyössä työntekijöiden samanarvoinen kohtaaminen toteutuu helposti. Joustavana osapuolena työelämässä koettiin kuitenkin usein lapseton työntekijä. Lomatoiveiden huonompi toteutuminen ja velvollisuus tehdä ylitöitä olivat esiin nostettuja tilanteita, joissa eriarvoisuutta ilmeni. Katajiston (2016) tutkimuksessa lapsettomien eriarvoinen kohtelu näkyi myös loma- ja työvuorosunnittelussa (Katajisto 2016, 42 - 43, 71). Katajiston (2016) sekä Ojalan ja Kontulan (2002) tutkimuksissa nousi esiin sama tulos kuin meidän aineistostamme; perheelliset viettävät mielellään juhlapyhät kotona eivätkä töissä (Katajisto 2016, 42; Ojala & Kontula 2002, 75).

Kahdella neljästä vastaajasta oli kokemus siitä, että heidän elämäntilanteensa oli otettu puheeksi terveydenhuollossa. Kokemukset olivat hyvin erilaiset keskenään, ja toinen vastaaja oli kokenut puheeksioton negatiivisena, toinen positiivisena. Meidän mielestämme nämä kaksi erilaista kokemusta toivat hyvin esille puheeksioton haastavuuden. Herkistä asioista keskusteleminen vaatii tilannetta ja ammattitaitoa tunnistaa yksilön kokemia tunteita ja kykyä ottaa vastuu keskustelutilanteesta. Mielestämme terveydenhuollon ammattilaisilla tulisi olla tietynlaista henkistä vahvuutta keskustella asiakkaidensa kanssa myös vaikeista ja haastavista kysymyksistä.

Vastaaja, jonka kokemus puheeksiotosta oli positiivinen, kertoi saaneensa sanatonta tukea tilanteessaan. Hän oli lisäksi kokenut helpottavana, että pystyi myöntämään ammattilaiselle tilanteensa. Vastaajan kuvauksista nousi esiin samanlaisia kokemuksia kuin Mikkolan (2006) tutkimuksessa sosiaalisen tuen merkityksestä. Sosiaalista tukea voidaan kutsua vuorovaikutussuhteeksi, johon kuuluminen lisää merkityksellisyyden tunnetta ja saa aikaan positiivisia merkityksiä. (Mikkola 2006, 24 - 25.) Mikkolan (2006) mukaan myös hoitajan antama emotionaalinen tuki auttaa yksilöä ymmärtämään ja hyväksymään omia tuntemuksia (Mikkola 2006, 44).

Kolmen vastaajan mielestä puheeksiotto oli asiaankuuluvaa ja hyödyllistä tilanteissa, joissa henkilö asioi terveydenhuollossa psyykkisten syiden vuoksi. Tämä vastaus oli mielestämme odotettu. Vastaajat korostivat kuitenkin asiakkaan oman kokemuksen huomioonottamista, mikä on myös meidän mielestämme tärkeää. Tuomisen tutkimuksessa (2004) tuli ilmi saman suuntainen vastaus kuin yhdellä vastaajista liittyen tarjotun tuen oikea aikaisuuteen. Meidän vastaajamme mukaan yksilön olisi hyvä tunnistaa lapsettomuuden tuoma vaikeus, jolloin yksilö osaisi hakea apua tilanteeseensa ennen kuin asia paisuu ylitsepääsemättömän vaikeaksi. Tuominen (2004) toteaa tuen sopivan ajallisuuden takaavan sosiaalisen tuen vaikuttavuuden ja tehokkuuden. Apu on tehokkainta, kun yksilöllä on omia voimavaroja käytettävänä ja ulkopuolinen apu toimisi lisäapuna. Liian myöhään annettu tuki ei ole niin tehokasta ongelmien monimutkaistuessa ja tuen tarve on laajempi. (Tuominen 2004, 17.)

Puheeksi ottoa piti jollain tavalla tarpeettomana jokainen vastaaja, varsinkin silloin, kun lapsettomuus ei liity aiheeseen, jonka vuoksi terveydenhuollossa asioidaan. Yksi vastaaja koki, että hänen mielestään asiasta puhuminen vieraan ihmisen kanssa voisi tuntua jopa kiusalliselta. Katajiston (2016) tutkimuksessa lapsettomat kertoivat, että he odottavat ammattilaisilta tasapainottavaa suhtautumista elämäntilanteessa, jossa tunteet vaihtelevat ja niiden käsittely ja niistä puhuminen voi olla vaikeaa tai häpeällistä (Katajisto 2016, 64 - 65). Tämän ymmärrämme hyvin. Osa ihmisistä ei halua keskustella omista asioistaan vieraan kanssa, vaan he keskustelevat niistä mieluummin läheisten ihmisten kanssa.

Mielenkiintoinen vastaus meidän mielestämme oli, miten yhden vastaajan näkemys puheeksioton tarpeellisuudesta oli vaihtunut negatiiviseksi puheeksiottokokemuksen jälkeen. Mielestämme tilanteesta huomaa hyvin sen, miten suuri merkitys ammattilaisen toiminnalla ja sanoilla voi olla asiakkaaseen. Tuominen (2004) toteaaakin tutkimuksessaan, että tuen antaja vaikuttaa tuen laatuun ja sen välittymiseen yksilölle (Tuominen 2004, 17).

Varsinaisia toiveita ja keinoja puheeksiottoon liittyen oli kolmella vastaajalla. Asian puheeksioton tulisi tapahtua hienotunteisesti ja keskustelutilanteelle tulisi varata riittävästi aikaa. Tilanteen ei tulisi myöskään olla kuulustelunomainen,

vaan tasavertainen keskustelu koettiin mielekkäämpänä. Ammatilaiselta odotettiin kykyä kuunnella ja myötäillä asiakkaan kokemusta. Olisi myös hyvä, jos ammattilainen antaisi asiakkaalle luvan surra, jos asia häntä surettaa. Näin asiakas saisi ymmärretyksi ja hyväksytyksi tulemisen kokemuksen. Eräs vastaaja koki, että suora kysyminen ei kaikkien mielestä ehkä tuntuisi hyvältä, vaan asiaa voisi lähestyä varovaisemmin. Asiakkaalta voisi esimerkiksi kysyä, minkälaisia asioita hän kokee vaikeana tällä hetkellä. Katajiston (2016) tutkimuksessa nousee esille toive ammattilaisen hienovaraisuudesta lapsetonta kohdatessa. Samassa tutkimuksessa nousi esiin myös, että lapsettomuuden kokemusta ei tule vähätellä eikä lapsetonta syyllistää. Parhaaksi tueksi oli koettu aito ja pahoitteleva kommentti. (Katajisto 2016, 45, 71 - 72.)

Ongelmalliseksi puheeksiotossa koettiin asian vähäinen tiedostaminen. Ilmiö on ehkä tunnistettu, mutta elämäntilanelapsettomuudesta itsessään ei niin ammattilaisilla kuin muillakaan ole tietoa. Asian esille ottaminen koettiin tämän vuoksi jäävän yksilön vastuulle. Koettiin, että lapsettomuus rinnastettiin enemmän pariskuntien kuin yksin elävien ongelmaksi. Tilanne on mielestämme hyvin ymmärrettävä, sillä lapsettomuus käsitetään varmasti useammin biologisena kuin sosiaalisena ilmiönä.

Toivottuja tukimuotoja ei osattu nimetä kovinkaan montaa. Suurin osa vastaajista koki, että itselle parhaiten sopiva tuki löytyi esimerkiksi ystäväpiiristä. Samassa elämäntilanteessa olevien ystävien parista löytyvät ihmissuhteet oli koettu hyödyllisiksi yhteisten kokemusten vuoksi myös Katajiston (2016) tutkimuksessa (Katajisto 2016, 45, 57). Hakeutumista varsinaisiin järjestettyihin vertaistukitilaisuuksiin ei koettu itselle sopivana. Yhden vastaajan mielestä hänelle parhaiten sopiva tuen muoto voisi olla keskustelu ammattilaisen kanssa. Tukimuotojen sopivuuden koettiin kuitenkin riippuvan henkilöstä. Osa vastaajista koki, etteivät he kaipaa minkäänlaista tukea tilanteeseensa. Katajiston tutkimuksessa (2016) hyväksi koettuja tuenmuotoja olivat esimerkiksi juuri terapeutin tai vastaavan ammattilaisen kanssa käydyt keskustelut. Tällaiset tilanteet koettiin tutkimuksessa voimaannuttavana tekijänä, ja niistä oli mahdollisuus saada työkaluja asian käsittelyyn. (Katajisto 2016, 48 - 49, 57 - 58.) Kaikki vastaukset toivotuista tuen muodoista olivat mielestämme odotettuja. Ihmisten erilaisuus on mielestämme

itsestäänselvyys, eikä yksi tuen malli varmasti sovi kaikille. Ulkopuolisen vertais-tuen merkitys korostuisi varmasti sellaisessa tilanteessa, jolloin henkilön omasta lähipiiristä ei löytyisi sopivaa vertaistukea. Mielestämme haastatteluihin osallistu-neilla oli tässä tapauksessa hyvä tilanne, kun useampi vastaaja koki löytävänsä sopivaa vertaistukea ja keskusteluseuraa omasta lähipiiristään.

## 9.2 Opinnäytetyön luotettavuus

Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan arvioida neljän kriteerin avulla, joita ovat uskottavuus, vahvistettavuus, refleksiivisyys ja siirrettävyys (Kylmä & Juvakka 2007, 127). Luotettavuudella mitataan tulosten tarkkuutta eli sitä, kuinka toistettavia mittaustulokset ovat ja mikä on mittauksen kyky tuottaa ei-sattuman-varaisia tuloksia; toisin sanoen, voidaanko toistamalla sama mittaus samalla hen-kilöllä saada sama tulos tutkijasta riippumatta (Vilkkä 2015, 194).

Uskottavuudella (credibility) tarkoitetaan tutkimuksen tekijän varmuutta siitä, että tutkimustulokset kohtaavat haastateltavien käsityksiä tutkimuskohteesta. Luotet-tavuudesta voi varmistua keskustelemalla tuloksista tutkimuksen eri vaiheissa joko haastateltavien tai samaa aiheita tutkivien ihmisten kanssa. Mitä pidemmän aikaa tutkija on tekemisissä tutkittavana olevan aiheen kanssa, sitä paremmin hän ymmärtää siihen osallistuvien näkökulmia. Tutkimusta tehdessä tutkijan tulisi pitää tutkimuspäiväkirjaa, johon hän kirjoittaa kokemuksiaan ja pohtii valintojaan. Tutkimuspäiväkirjan pitäminen lisää myös tutkimuksen luotettavuutta. (Kylmä & Juvakka 2007, 128.)

Molemmat tämän opinnäytetyöprojektin tekijät perehtyivät aiheeseen tutustu-malla aiheesta aiemmin tehtyihin tutkimuksiin ja lukemalla aiheesta saatavilla ol-leita lehtiartikkeleita ja henkilöhaastatteluja. Tämän opinnäytetyön haastatteluista saatua materiaalia käytiin läpi useita kertoja ja keskusteltiin vastauksista. Tarvit-taessa haastateltaviin oltiin uudelleen yhteydessä, jos tuloksia läpikäydessä il-meni vastauksia, joita ei täysin ymmärretty. Näin pyrittiin mahdollisimman hyvin ymmärtämään haastateltavien ihmisten näkökulmia. Koko opinnäytetyöproses-sin ajan pidettiin tutkimuspäiväkirjaa, johon kirjattiin ylös molempien opinnäyte-työn tekijöiden ajatuksia ja kokemuksia prosessin varrelta.

Toinen luotettavuuden arviointiin käytettävä kriteeri on vahvistettavuus (dependability, auditability). Vahvistettavuuden oleellinen osa on tutkimusprosessin kirjoittaminen ylös niin, että toinen tutkija voi seurata siitä pääpiirteittäin prosessin kulkua. Kun tutkimuksesta kirjoitetaan raporttia, hyödynnetään muistiinpanoja tutkimusprosessin eri vaiheista. Laadullista terveystutkimusta tehdessä tutkimusprosessin kirjaaminen on erityisen tärkeää, sillä tutkimus pohjautuu usein avoimeen suunnitelmaan. Avoin suunnitelma tarkentuu tutkimuksen edetessä. Tutkimuspäiväkirjan tarkoituksena on kuvata sitä, miten tutkija on päätenyt saamiinsa tuloksiin ja johtopäätöksiin. (Kylmä & Juvakka 2007, 129.)

Tämä opinnäytetyö pyrittiin tekemään siten, että se olisi myöhemmin mahdollisesti toistettavissa toisen tutkijan toimesta. Apuna käytettiin tutkimuspäiväkirjaa ja muistiinpanoja prosessin varrelta. Pidetyin päiväkirjan avulla raportin kirjoittaminen oli helpompaa prosessin loppuvaiheessa. Kokonaisprosessia kuvattiin ammatillisen kasvun kappaleessa.

Refleksiivisyys tarkoittaa tekijän kykyä tunnistaa omat lähtökohdat tutkimuksen tekijänä. Hänen tulisi myös tunnistaa kuinka hän vaikuttaa omilla valinnoillaan tutkimusaineistoon ja -prosessiin. (Kylmä & Juvakka 2007, 129.) Tutkijan tulisi siis suhtautua tutkimukseensa mahdollisimman puolueettomasti. Puolueettomuus näkyy siinä, pyrkiikö tutkija ymmärtämään haastateltavia itsenään vai suodattaako tutkija vastauksia oman kehyksensä läpi. Tällaisia vaikuttavia tekijöitä voivat olla esimerkiksi haastateltavan ikä, uskonto, sukupuoli, kansalaisuus, poliittinen asenne tai virka-asema. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 160.)

Opinnäytetyötä tehdessä huomattiin, miten omat ennakkooajatukset voivat vaikuttaa lopputulokseen. Hyväksi koettiin, että opinnäytetyöllä oli kaksi tekijää, jolloin vastausten merkityksistä pystyttiin keskustelemaan kriittisesti ja tuomaan esille mahdollisimman puolueeton vastaus. Tarpeen tullen oltiin uudelleen yhteydessä haastateltaviin, jolloin rehellinen ja oikea kanta saatiin varmistettua. Koska tutkitavasta aiheesta oli ennakkoon niukasti aiempia tutkimustuloksia, jouduttiin tieto-

perustaa osittain tarkastelemaan sen ennakkoajatuksen kanssa, että parisuh-teessa elävillä naisilla on samantapaisia kokemuksia lapsettomuudesta kuin yksin elävillä.

Neljäs kriteeri on siirrettävyys (transferability). Siinä pohditaan, kuinka hyvin tulokset olisivat siirrettävissä toiseen tutkimusympäristöön. Asian varmistaminen vaatii perusteellista tutkimuskontekstin kuvausta, haastateltavien valintaa ja heidän taustojensa selvittämistä. Lisäksi tulisi kuvata seikkaperäisesti aineiston keruuta ja analysointia. Näin toinen tutkija voi mahdollisesti seurata prosessin kulua. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 198; Kylmä & Juvakka 2007, 129.)

Tärkeä luotettavuutta lisäävä ominaisuus on haastattelujen suora lainaaminen. Näin voidaan varmistaa tutkimuksen luotettavuus ja mahdollistaa lukijan oma pohdinta aineiston keruuta ajatellen. Lainauksien ei tulisi olla kuitenkaan liian pitkiä, sillä se voi kertoa jäsentymättömästä analyysistä. Lainauksia käytettäessä tutkijan tulee kiinnittää huomiota myös eettiseen näkökulmaan, ettei haastateltava ole tunnistettavissa lainauksesta. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 198.)

Koko opinnäytetyöprosessia pyrittiin kuvaamaan mahdollisimman tarkasti, jotta tulokset olisivat mahdollisuuden mukaan siirrettävissä toiseen tutkimusympäristöön. Ennen jokaista haastattelua kartoitettiin vielä haastateltavien taustat, jotta pystyttiin varmistumaan haastateltavien sopivuudesta kohderyhmään. Tuloksiin lisättiin lyhyitä lainauksia tukemaan opinnäytetyön luotettavuutta. Redusointivaiheessa haastattelumateriaalia muokattiin siten, että mahdolliset murreilmaisut vaihdettiin yleiskielisiksi haastateltavien identiteetin suojaamiseksi.

### **9.3 Opinnäytetyön eettisyys**

Tutkimusta aloittaessa itse tutkimusaiheen valinta on eettinen ratkaisu. Tutkijan tulee miettiä, mitä aihe merkitsee yhteiskunnallisesti ja kuinka tutkimus vaikuttaa siihen osallistuviin henkilöihin. Hyödyllisyys on tutkimuseetiikan ja tutkimuksen oi-



keutuksen lähtökohta. Tutkimusta tehdessä tulisi minimoida mahdollisten haittojen ja epämukavuuksien riskit. Tällaiset haitat voivat olla fyysisiä, sosiaalisia, taloudellisia tai emotionaalisia. Hoitotieteelliset tutkimukset ovat usein liittyneet hyvin sensitiivisiin aiheisiin. Tällaisten aiheiden käsittely voi nostattaa haastateltavassa voimakkaita negatiivisia tunnereaktioita. Tämä tulisi ottaa huomioon jo tutkimussuunnitelmaa laatiessa ja pohtia, kuinka voimakkaasti reagoivien haastateltavien kanssa toimitaan näissä tilanteissa. Lisäksi tulisi huomioida, kuinka sensitiivisiä kysymyksiä haastatteluissa voidaan kysyä. Erityisesti tulee kiinnittää huomiota siihen, ettei tutkimustietoa käytetä tutkittavia vastaan. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 218.)

Opinnäytetyöprosessia aloittaessa jouduttiin miettimään aihevalinnan eettisyyttä aiheen sensitiivisyyden vuoksi. Erityisesti mietittiin sitä, että miten tehtävä tutkimus vaikuttaisi siihen osallistuviin henkilöihin, sillä haluttiin minimoida mahdollisten haittojen ja epämukavuuksien riskit. Aihevalintaa voidaan kuitenkin perustella yhteiskunnallisesti, sillä kuten jo edellä mainittu alhainen syntyvyys on tänä päivänä ajankohtainen puheenaihe yhteiskunnassa. Opinnäytetyön aiheen ollessa hyvin herkkä pohdittiin haastattelukysymyksiä tehdessä niiden sopivuutta tutkimukseen. Varauduttiin myös siihen, että osalle haastateltavista aiheesta puhuminen voi olla hankalaa ja nostaa pintaan voimakkaitakin tunteita. Teemahaastattelun menetelmään perehtyessä valittiin aiheen sensitiivisyyden vuoksi menetelmäksi yksilöhaastattelu, jolloin haastateltavien ei tarvitse puhua herkistä kokemuksistaan isommalle joukolle. Haastattelun annettiin tarvittaessa polveilla hetkellisesti toisiin aiheisiin, jolloin voitiin vähentää vaikean kokemuksen aiheuttamaan kuormaa keskustelussa (Kylmä & Juvakka 2007, 93).

Tutkimukseen osallistuvien henkilöiden itsemääräämisoikeus tulee huomioida koko tutkimusprosessin ajan. Tutkimukseen osallistumisen tulee olla rehellisesti vapaaehtoista. Haastateltava saa jättäytyä pois tutkimuksesta missä tahansa tutkimusprosessin vaiheessa. Tutkimukseen osallistujan tulee tietää, mitä tutkimus pitää sisällään ja tutkijan on kerrottava tälle omasta eettisestä vastuustaan tutkimuksessa sekä mahdollisista haitoista ja eduista. Tutkimusaineiston säilyttämisestä, hävittämisestä ja tulosten julkaisemisesta tulee kertoa haastateltavalle.

Haastateltavalle ei saa antaa osallistumisesta palkkiota eikä osallistumattomuus saa aiheuttaa uhkaa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 218 - 219.)

Tässä opinnäytetyössä nämä asiat huomioitiin haastattelukutsussa (liite 1), joka välitettiin kaikille tutkimukseen osallistuville. Haastattelukutsussa kerrottiin tutkimuksesta ja haastattelun toteutuksesta sekä käytiin läpi aineiston käsittely ja varsinaisten tutkimustulosten saatavuus julkaisemisen jälkeen. Suostumuslomakkeet (liite 2) allekirjoitettiin yhdessä haastateltavan kanssa, jossa nämä asiat vielä kerrattiin. Haastateltaville korostettiin allekirjoittamisesta huolimatta sitä, että tutkimuksesta saa irtisanoutua missä vaiheessa tahansa.

Anonymiteetti on oleellinen huomioitava tekijä tutkimusta tehdessä. Tutkimustietoja ei siis luovuteta kenellekään ulkopuoliselle. Haastateltavia ei tule kuvata liian yksityiskohtaisesti vaan mieluummin keskiarvoina. Haastatteluja lainatessa tulee myös pohtia, tulisiko murrekieliset lainaukset kääntää yleiskieleksi tunnistettavuuden vuoksi. Haastateltavien anonymiteetin suojaamiseen kuuluu tutkimusaineiston säilyttäminen siten, että se on ainoastaan tutkimuksen tekijöiden saatavilla. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 221.) Anonymiteetti antaa tutkijalle vapauksia tutkimuksen kannalta. Sensitiivisiä aiheita käsitellessä tutkijan on helpompi kirjoittaa aiheesta, kun tiedon antanut henkilö ei ole tunnistettavissa. Näin tälle ei aiheudu haittaa, vaikka tutkimustulokset julkaistaan yleisesti. Anonymiteetti edistää tutkimuksen objektiivisuutta. Lupaus tutkittavan anonymiteetin säilymisestä rohkaisee haastateltavia puhumaan avoimemmin ja rehellisesti tutkittavana olevasta aiheesta ja helpottaa näin olennaisten tietojen keräämistä. (Mäkinen 2006, 114.)

Tässä työssä haastattelut nauhoitettiin matkapuhelimella, joka on suojattu salasanoilla siten, ettei haastattelumateriaaliin päässyt käsiksi kukaan ulkopuolinen henkilö. Raportti kirjoitettiin ja haastatteluja lainattiin niin, ettei kenestäkään tutkimukseen haastatellusta käytetty tämän omaa nimeä, vaan jokainen lainaus on työssä anonymistinen. Pitkään pohdittiin, tulisiko vastaajien tunnisteena lainauksia tehdessä käyttää esimerkiksi keksittyä nimeä tai vastaajan ikää, mutta tämän koettiin olevan tarpeetonta. Vastaajien anonymiteetin koettiin säilyvän paremmin,

jos yksittäisen vastaajan vastauksia ei nimen perusteella pysty keräämään kokonaisuudeksi. Murreilmaisut vaihdettiin myös tarpeen tullen yleiskieleksi.

Työn eettisyyttä miettiessä tulee ottaa huomioon myös plagiointin mahdollisuus. Plagiointi tarkoittaa toisen kirjoittajan tekstin suoraa kopiointia ilman lähdeviitettä. Tutkija voi plagioida myös omaa työtään siten, että muuttaa vain osan tutkimuksesta ja raportoi tuloksensa uutena tutkimuksena. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 224.) Työssä käytettiin asiaankuuluvia lähdeviitemerkintöjä niissä teksteissä, joita tutkimusta varten lainattiin muualta. Tämän opinnäytetyön lähteaineistoa käytettiin vain tässä tutkimuksessa.

Tutkimustulosten sepittäminen ei ole eettisesti oikein. Tulosten perusteeksi tulee olla aineistoa eikä tuloksia saa kaunistella tai muuttaa. Tutkimusraportissa tulisi-kin kuvata tarkasti kaikki tutkimuksen eri vaiheet, mikä lisää tulosten luotettavuutta. Tuloksia ei saa arvottaa tulos -luvussa, vaan ne tulee kuvata puhtaina tuloksina. Tulosten arviointi ja tulkinta tapahtuu vasta pohdinta -luvussa. Raportista tulee tulla ilmi myös negatiiviset ja tutkimuksen puutteet. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 225.) Tässä opinnäytetyössä julkaistut tulokset kerättiin saadusta aineistosta. Tutkimusraporttiin pyrittiin kuvaamaan koko opinnäytetyöprosessi mahdollisimman kattavasti. Tulosten arviointia ja tulkintaa tehtiin vasta tulosten tarkastelu ja johtopäätökset -luvussa. Opinnäytetyön puutteita ja kehitettäviä asioita arvioitiin ammatillista kasvua pohtiessa.

Tutkimusta tehdessä ei saa vähätellä toisia tutkijoita ja tulokset tulee julkaista jokaisen tutkimukseen osallistuneen tutkijan nimellä. Tutkijoiden nimien julkaisujärjestys pohjautuu työpanoksen mittavuuden mukaan. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 225.) Opinnäytetyö toteutettiin tasapuolisesti jakamalla työt ja vastuut yhdessä. Tästä syystä sovittiin, että opinnäytetyössä kirjoittajien nimet julkaistiin aakkosjärjestyksessä sukunimen mukaan. Tätä opinnäytetyötä tehdessä kunnioitettiin aiemmin aiheesta tehtyjä tutkimuksia ja niiden tekijöitä.

#### 9.4 Ammatillinen kasvu ja opinnäytetyöprosessin kuvaus

Keväällä 2018 pohdittiin opinnäytetyön aihetta. Yhteisten mielenkiinnon kohteiden vuoksi opinnäytetyö päädyttiin toteuttamaan parityönä. Aiheeksi mietittiin erityistä sisaruutta tai lapsettomuutta ja sen eri muotoja. Aiheeksi valittiin lopulta lapsettomuus ja mietittiin, mistä näkökulmasta aihetta kannattaisi lähestyä. Jo tehtyjä opinnäytetöitä käytiin läpi ja suosituimpia aiheita olivat lapsettomuushoidot sekä lapsettomuus parisuhteessa. Kun mietittiin nykypäivän Suomea, yksinäisyyttä ja syntyvyyden laskua, heräsi ajatus tehdä opinnäytetyö elämäntilanne-lapsettomuudesta. Aihe hyväksyttiin opinnäytetyöohjaajan taholta ja sen jälkeen aloitettiin sopivan toimeksiantajan miettiminen. Loppukeväästä Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:tä kysyttiin toimeksiantajaksi sähköpostitse. Myöntävä vastaus toimeksiantajalta saapui elokuussa 2018.

Tietoperustan kerääminen aloitettiin syksyllä 2018 toimeksiantajan varmistuttua. Aiheesta löydettiin niukasti aiempaa tutkittua tietoa ja tietoperustan kerääminen koettiin hieman haasteellisena. Lapsettomuudesta löydettiin paljon tietoperustaa, mutta pääsääntöisesti vain parisuhteessa olevien näkökulmasta. Tiedonhakupaneelilta saatiin vinkkejä ja opastusta tiedonhakuun ja erilaisten hakukoneiden käyttöön. Hakukoneina käytettiin kotimaisia ja ulkomaisia tietokantoja, kuten Cinahl, Cochrane, Medic, Terveysportti ja Terveyskirjasto. Tietoa haettiin myös tutkimusartikkeleista, joita etsittiin esimerkiksi Hoitotiede ja Evidence Based Nursing -lehdistä. Muutamia hyviä ulkomaalaisia tutkimuksia aiheesta löydettiin, mutta niiden kanssa haasteeksi koettiin tulosten kääntäminen suomenkielelle niin, että asia sisältö säilyy samana. Vieraskielisten lähteiden ymmärtämisessä auttoi se, että tekijöitä oli kaksi, jolloin väärin ymmärryksen vaara pieneni.

Syksyn 2018 aikataulu koettiin haastavaksi toisen tekijän vaihtoon lähden takia lokakuun lopulla, joten tavoitteeksi asetettiin saada opinnäytetyön suunnitelma valmiiksi ennen vaihtoon lähtöä. Lisäksi tavoitteeksi asetettiin haastattelupyyntöjen lähettäminen haastatettaville yhdessä, ettei se jää vain toisen tekijän tehtäväksi. Haastattelupyyntöjä jaettiin Simpukka ry:n kautta heidän suljetuilla foorumeillaan sekä omien verkostojen kautta. Alkuun ajateltiin, että haastateltavia tulisi valittaviksi asti, mutta kävikin hyvin nopeasti ilmi, että vastaajien saaminen oli

erittäin haasteellista. Lopulta tavoitettiin neljä haastateltavaa, jotka halusivat osallistua haastatteluihin.

Kaksi haastattelua toteutettiin sähköpostitse ja toinen opinnäytetyöntekijä haastatteli loput kaksi vastaajaa suullisesti. Suulliset haastattelut toteutettiin marraskuun 2018 alussa ja kirjalliset haastattelut joulukuun 2018 aikana. Haastattelutilanteet sujuivat hyvin ja melko rennossa ilmapiirissä. Molemmilla haastateltavilla oli kokemuksia puheeksiotosta terveydenhuollossa, joten haastatteluista saatiin arvokasta materiaalia opinnäytetyöhön. Haastattellessa saatiin hyvää kokemusta siitä, millaista on keskustella herkästä ja ajoittain paljon tunteita herättävästä aiheesta. Haastattellessa päästiin havainnoimaan haastateltavien sanatonta viestintää ja pohtimaan, kuinka pieni osa vuorovaikutuksesta tulee ilmi sanojen kautta. Haastattellessa mietittiin omia sanavalintoja, ettei syyllistyttäisi haastateltavien vastausten johdatteluun. Kirjallisesti tapahtuneiden haastattelujen vastauksista huomattiin nopeasti, miten helposti oma persoona vaikuttaa vastauksien tulkintaan. Näissä tilanteissa korostui kirjoitetun tekstin köyhyys verrattuna sanallisesti tapahtuvaan viestintään.

Haastattelujen jälkeen materiaalit lähetettiin vaihdossa olevalle opiskelijalle, joka litteroi haastattelut puhtaaksi. Haastatteluja litteroidessa huomattiin, kuinka paljon puhekielessä käytetään erilaisia täytesanoja. Täytesanojen puuttuessa litterointiin ei olisi mennyt niin paljon aikaa ja haastattelujen auki kirjoittaminen olisi ollut paljon sujuvampaa. Haasteeksi litteroinnissa koettiin, jos sekä haastattelija että haastateltava puhuivat samaan aikaan, jolloin kummankaan sanoista ei saanut kunnolla selvää. Kun haastattelut olivat nauhoitettuja, oli niitä helppo kelata tarvittaessa taaksepäin ja kuunnella uudelleen, että kaikki materiaali saatiin kirjoitettua ylös. Litteroidessa huomattiin, kuinka lyhyenkin haastattelun purkuun sai kulumaan yllättävän paljon aikaa ja kuinka siihen oli keskityttävä. Litteroinnin sujuvuuteen huomattiin vaikuttavan myös haastattelun äänenlaatu, onko esimerkiksi taustahälyä ja kuinka lähellä mikrofonia haastatteluun osallistuvat henkilöt ovat.

Vaihdosta paluun jälkeen tammikuussa 2019 aloitettiin tulosten käsittely, joka koettiin työläämpänä kuin alun perin odotettiin. Haastavimpana osuutena pidettiin

tulosten klusterointia. Tulosten auki kirjoittamista pidettiin myös melko haastavana prosessina: kuinka tiivistää saadut vastaukset luotettavaksi tekstiksi siten, että vastausten sanoma ei muutu? Vastauksia saatiin paljon, joten tulosten kirjoittamiseen meni aikaa odotettua enemmän. Kevään 2019 kuluessa käytiin opinnäytetyön ohjaajan kanssa keskustelua työn etenemisestä ja pohdittiin yhdessä, mitä osa-alueita työssä tulisi vielä kehittää. Huhtikuun alussa saatiin työ lopulta koottua lähes lopulliseen muotoonsa siten, että päästiin ilmoittautumaan toukokuun opinnäytetyöseminaariin. Jo ennen seminaaria työtä viimeisteltiin ohjaajan neuvojen mukaan, koska tavoitteena oli saada työ mahdollisimman valmiiksi ennen sitä.

Yhteistyö toimeksiantajan Simpukka ry:n kanssa oli sujuvaa, ja tarvittavat yhteydenotot käytiin sähköpostien välityksellä. Jo toimeksiantosopimusta tehdessä sovittiin, ettei heidän tarvitse arvioida opinnäytetyötä keskeneräisenä, koska heillä on paljon yhteistyötä eri tahojen kanssa opinnäytetöiden merkeissä. Kontaktit rajoituivat tarpeellisten sopimusten ja asioiden hoitamiseen. Myös ohjaajan kanssa käydyt ohjaus- ja palautekeskustelut koettiin sujuneen ammatillisesti ja vuorovaikutus oli näissäkin tilanteissa molemminpuolista.

Prosessina opinnäytetyön tekeminen koettiin aikaa vievämpänä kuin alkuun odotettiin, eikä prosessi edennyt alkuperäisessä aikataulussa. Haastavimpana osuutena pidettiin haastateltavien tavoittamista ja luotettavan tietoperustan löytämistä. Loppuvaiheen opinnot toivat haasteita aikataulukseen, koska molemmat opinnäytetyöntekijät etenivät omien opintosuunnitelmiansa mukaan. Opintojen vuoksi prosessin aikana jouduttiin viettämään paljon aikaa eri paikkakunnilla ja sovittamaan aikataulut harjoitteluiden aikataulujen mukaan. Prosessin aikana saatiin hyvää harjoitusta aikataulujen yhteen sovittamisesta ja joustavasta työskentelestä. Prosessi eteni hitaasti mutta varmasti ja valmistui päivitettyjen tavoitteiden mukaan kevään 2019 aikana.

Opinnäytetyöprosessin aikana perehdyttiin monipuolisesti erityisesti lapsettomuuden sosiaalisiin syihin. Lisäksi opittiin tuntemaan haurasta ihmisryhmää ja päästiin pohtimaan omaa ammatillista osaamista tällaisia herkkiä ihmisryhmiä kohdatessa. Kuten jo opinnäytetyön otsikossa todetaan, elämäntilannelapseton

voi kokea, ettei kukaan ymmärrä häntä ja hänen elämäntilannettaan. Opinnäytetyöprosessin jälkeen on helpompaa ottaa huomioon myös tämä ihmisryhmä ja ymmärtää lapsettomuuden aiheuttamia tunteita. Kaiken kaikkiaan prosessi antoi tulevaisuuden työelämään terveydenhuollon ammattilaisena valmiuksia ja välineitä puheeksiottotilanteisiin erilaisten asiakkaiden ja potilaiden kanssa.

Kokonaisuudessaan koettiin, että tässä opinnäytetyössä toteutettujen haastattelun pohjalta saatiin melko kattavasti vastauksia tutkimuskysymyksiimme ja saavutettiin opinnäytetyölle asetetut tavoitteet. Kaikki haastattelut olisi ollut hyvä toteuttaa kasvotusten haastateltavien kanssa, jolloin vastausten kirjo olisi mahdollisesti ollut vielä laajempi. Itse haastattelutilanteissa haastattelija olisi varmasti voinut vielä enemmän rohkaista vastaajia kertomaan monipuolisemmin omista kokemuksistaan. Opinnäytetyössä varmasti monessa kohtaa näkyy opinnäytetyöntekijöiden kokemattomuus käytetyn tutkimusmenetelmän käytössä, mutta voidaan todeta, että opinnäytetyötä tehdessä on kehitytty paljon. Aktiivinen vuoropuhelu opinnäytetyötä ohjanneiden opettajien ja toisten opiskelijoiden kanssa ovat antaneet hyviä näkökulmia oman työn kriittiseen arviointiin ja kehittämiseen.

Opinnäytetyötä voidaan pitää merkityksellisenä niin tekijöiden kuin alankin kehityksen kannalta. Aihe on vähän tutkittu, jolloin pienikin tietoisuuden lisääminen voidaan nähdä tärkeänä. Toiveena on, että opinnäytetyö antaa terveysalan ammattilaisille sekä opiskelijoille uutta tietoa elämäntilanteensa vuoksi lapsettomista ihmisistä ja kykyä tunnistaa tilanteita, jolloin puheeksiotto aiheesta olisi asiaankuuluvaa ja tarpeellista. Alan opiskelijoiden ja ammattilaisten toivotaan saavan opinnäytetyöstä oppia ja työvälineitä myös muihin puheeksiottotilanteisiin. Lisäksi toivotaan, että toimeksiantaja voisi hyödyntää tuotettua tietoa esimerkiksi vertaistukityössä, kuten erilaisissa tapahtumissa ja keskustelutilaisuuksissa. Ehkä opinnäytetyön luettuaan joku kyseisessä elämäntilanteessa oleva henkilö löytää nimen tilanteelleen ja löytää sen avulla helpommin vertaistukea.

## 9.5 Jatkotutkimus- ja kehittämisideat

Jatkokehitysideoita opinnäytetyölle voisi olla esimerkiksi samassa tilanteessa olevien miesten kokemusten tutkiminen. Toinen ryhmä voisi olla yksin elävät iäkkäämmät elämäntilannelapsettomat, jotka jäävät vaille isovanhemmuuden koke-  
musta ja joiden osana on mahdollinen yksinäinen vanhuus. Iäkkäämmillä elämäntilanteensa vuoksi lapsettomilla henkilöillä tutkimusaiheena voisi olla erityisesti psyykkinen hyvinvointi ja tuen tarpeen selvittäminen.

Yhdeltä haastattelukutsuun vastanneelta saatiin tutkimusehdotus, jossa hän toivoi, että elämäntilannelapsettomuutta käsiteltäisiin myös toisenlaisesta näkökulmasta. Hän toivoi, että otettaisiin huomioon myös ne henkilöt, jotka jäävät lapsettomiksi, koska puoliso ei halua lapsia. Tällöin perheessä voi olla jo esimerkiksi lapsi tai lapsia, mutta perheen koko jää toivottua pienemmäksi. Tästäkin viestistä päätellen kaikki lapsettomuuden moninaiset muodot tulisi ottaa huomioon ja lisätä niiden näkyvyyttä, jotta esimerkiksi heidän kohtaamisensa olisi helpompaa ja mahdollista vertaistukea löytyisi paremmin.



## Lähteet

- Cannold, L. 2000. Who's crying now? Chosen childlessness, circumstantial childlessness and the irrationality of motherhood: a study of the fertility decisions of Australian and North American women. The University of Melbourne. <https://minerva-access.unimelb.edu.au/handle/11343/39435>. 11.10.2018.
- Dyer, S. J. Abrahams, N. Hoffman, M. & van der Spuy, Z. M. 2002. 'Men leave me as I cannot have children': womens experiences with involuntary childlessness. *Human Reproduction*. Vol. 17, No. 6 pp. 1663-1668. <https://academic.oup.com/humrep/article/17/6/1663/2919233>. 15.10.2018.
- Heinämäki, E. 2017. Omannäköiset elämät. Lapsettomuus keski-ikäisten kerrotussa elämäkulussa. Itä-Suomen yliopisto. [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20171258/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20171258.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20171258/urn_nbn_fi_uef-20171258.pdf). 11.10.2018.
- Hirsjärvi, S. Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Hirsjärvi, S. Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Janhonen, S. & Nikkonen, M. 2003. Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2009. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Katajisto, J. 2016. VajaNaisesta KokoNaiseksi – Narratiivinen tutkimus naisten tahattoman lapsettomuuden kokemuksista. Tampereen Yliopisto. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/99846/GRADU-1475831398.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 19.9.2018.
- Korpela, S. 2014. Elämäntilannelapsettomuus – voiko unelmasi vielä toteutua? Väestöliitto. <http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/sinukuille/?x2249716=3593544>. 21.9.2018.
- Kylmä, J. & Juvakka, T. 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Lapsettomien yhdistys Simpukka ry. Tietoa yhdistyksestä. <https://www.simpukka.info/yhdistyksesta/>. 20.9.2018.
- Miettinen, A. 2015. Perhebarometri 2015. Miksi syntyvyys laskee? – Suomalaisen lastensaantiin liittyviä toiveita ja odotuksia. Väestöliitto ry, Väestötutkimuslaitos. [http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/058babbb3d079d81df106a02f0a6f993/1537354024/application/pdf/4876090/Perhebarometri2015\\_netti.pdf](http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/058babbb3d079d81df106a02f0a6f993/1537354024/application/pdf/4876090/Perhebarometri2015_netti.pdf). 14.9.2018.
- Miettinen, A. 2019. Tutkijalta: Ikä ja hedelmällisyys. Väestöliitto. <http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/perhehaaveet/tutkijalta/ika-ja-hedelmallisyys/>. 15.3.2019.

- Miettinen, A. & Rotkirch, A. 2008. Perhebarometri 2008. Milloin on lapsen aika? Lastenhankinnan toiveet ja esteet. Väestöliitto ry & Väestöntutkimuslaitos. [http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/73c298be9f2746ef3988b783f0e45526/1552637732/application/pdf/4952542/Perhebarometri%202008\\_web.pdf](http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/73c298be9f2746ef3988b783f0e45526/1552637732/application/pdf/4952542/Perhebarometri%202008_web.pdf). 15.3.2019.
- Mikkola, L. 2006. Tuen merkitykset potilaan ja hoitajan vuorovaikutuksessa. Jyväskylän yliopisto. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/13414/9513927288.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 18.3.2019.
- Mäkelä, J. 2007. Lapsettomuudesta puhuminen ja tuen saaminen läheisiltä. Tampereen yliopisto. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/78542/gradu02179.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 11.10.2018.
- Mäkinen, A. 2008. Oikeesti aikuiset. Puheenvuoroja yksineläjänaisen normaaliudesta, hyväksyttävyydestä ja aikuisuudesta. Tampereen yliopisto. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67891/978-951-44-7450-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 11.10.2018.
- Mäkinen, O. 2006. Tutkimusetiikan ABC. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Nurminen, E. 2014. Sinkkuelämää Suomessa. Väestöliitto. <http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/sinkuille/?x2249716=3673065>
- Ojala, E. M. & Kontula, O. 2002. Tarvitseeko minua kukaan? Keski-ikäiset yksineläjät perhekeskeisessä yhteisössä. Väestöliitto & Väestöntutkimuslaitos. [https://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/30c422c425a18f3fa62c8b4188e7a17f/1537353883/application/pdf/4420918/Tarvitseeko%20minua%20kukaan\\_e-kirja.pdf](https://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/30c422c425a18f3fa62c8b4188e7a17f/1537353883/application/pdf/4420918/Tarvitseeko%20minua%20kukaan_e-kirja.pdf). 19.9.2018.
- Paajanen, P. 2002. Perhebarometri 2002. Saako haikara tulla käymään? Suomalaisien lastenhankinnan ihanteet ja todellisuus. [http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/905e6ec280feccd25a79682c8d80a148/1539242893/application/pdf/4953315/Perhebarometri%202002\\_web.pdf](http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/905e6ec280feccd25a79682c8d80a148/1539242893/application/pdf/4953315/Perhebarometri%202002_web.pdf). 11.10.2018.
- Rotkirch, A. Tammisalo, K. Miettinen, A. & Berg, V. 2017. Perhebarometri 2017. Miksi vanhemmuutta lykätään? Nuorten aikuisten näkemyksiä lastensaannista. Väestöliitto & Väestöntutkimuslaitos. <http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/4f2807c33890db64a823f81b623a4652/1552644589/application/pdf/7659544/vanhemmuutta%20lyka%CC%88ta%CC%88a%CC%88n%20netti%20iso.pdf>. 15.3.2019.
- Räisänen, R. 2007. Lapsettomuuden kokemus ja vertaistuki internetin keskusteluryhmissä. Tampereen yliopisto. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/78230/gradu01991.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 11.10.2018.
- Sallinen, M. 2006. Ruusunpunaisista pilvilinnoista tuuliajolle. Tahaton lapsettomuus psyykkisenä kriisinä. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/93832/gradu01315.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 30.5.2019.

- Sarkisian, N. & Gerstel, N. 2016. Does singlehood isolate or integrate. Examining the link between marital status and ties to kin, friends and neighbors. <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0265407515597564>. 11.10.2018.
- Sorsa, M. 2004. Syöpää sairastavien lasten perheiden toimivuus sekä perheiden saama ja odottama tuki. Tampereen yliopisto. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/92004/gradu00342.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 18.3.2019.
- Tilastokeskus. 2017. Suomen virallinen tilasto (SVT): Syntyneet (verkkojulkaisu). [http://www.stat.fi/til/synt/2017/synt\\_2017\\_2018-04-27\\_tie\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/synt/2017/synt_2017_2018-04-27_tie_001_fi.html). 13.9.2018.
- Tonkin, L. 2014. Fantasy and loss in circumstantial childlessness. The University of Canterbury. [https://ir.canterbury.ac.nz/bitstream/handle/10092/9240/thesis\\_fulltext.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://ir.canterbury.ac.nz/bitstream/handle/10092/9240/thesis_fulltext.pdf?sequence=1&isAllowed=y). 10.10.2018.
- Tuomi, J. & Sarajärvi A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Tuominen, A. 2004. "Se, et joku kuuntelee..." Lapsettomien perheiden kokemuksia sosiaalisesta tuesta. Tampereen yliopisto. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/92051/gradu00395.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 18.3.2019.
- Vainionpää, J. 2016. "Vajaa, ei kykeneväinen siihen mitä muut. Mutta nainen, mikä nainen kuitenkin." Tahattomasti lapsettomien naisten naiseuden kokemuksia. Tampereen yliopisto. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/99846/GRADU-1475831398.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 19.9.2018.
- Vilkkä, H. 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.

**Haastattelupyyntö**

Hei!

Olemme kaksi sairaanhoitajaopiskelijaa Karelia-ammattikorkeakoulusta Joensuuista. Teemme opinnäytetyötämme elämäntilanteesta johtuvasta lapsettomuudesta. Tutkimuksemme tarkoituksena on tutkia elämäntilannelapsettomuuden vaikutuksia elämään sekä elämäntilannelapsettomien naisten kokemuksia terveydenhuollosta; onko heidän elämäntilanteensa huomioitu jotenkin ja minkälaista huomiointia he tilanteessaan ehkä toivoisivat. Tutkimuksemme taustalla vaikuttaa kokemus siitä miten eriarvoisesti elämäntilanne otetaan puheeksi ja tukea tarjotaan, riippuen onko kyseessä yksinelävä/ perheellinen/ parisuhteessa elävä

Tutkimus toteutetaan anonyymina haastattelututkimuksena loppuvuoden 2018 aikana. Haastateltaviksi haluaisimme lapsettomia n. 30-40 vuotiaita yksin eläviä naisia. Haastattelut suoritetaan mahdollisuuksien mukaan kasvokkain haastatteleamalla, mutta tarvittaessa haastattelu voidaan suorittaa sähköpostin välityksellä. Kasvokkain annetut haastattelut nauhoitetaan ja nauhoitteet ovat vain tutkijoiden saatavilla. Kaikki haastatteluista saatu aineisto käsitellään anonyymisti ja luottamuksellisesti. Aineiston käsittelyn jälkeen haastattelumateriaali hävitetään asianmukaisesti. Tutkimus perustuu vapaaehtoisuuteen eli tutkimukseen osallistumisen voi perua tai keskeyttää missä vaiheessa tahansa.

Haastatteluista saadut tulokset julkaistaan raportissamme, joka julkaistaan Theseus-tietokannassa kevään 2019 aikana. Tulokset julkaistaan raportissa siten, ettei vastaajaa voida tunnistaa.

Toivomme haastateltavaksi ilmoittautumista sähköpostilla 15.11.2018. mennessä. ([tiina.hyttinen@edu.karelia.fi](mailto:tiina.hyttinen@edu.karelia.fi) tai [hannamari.harma@edu.karelia.fi](mailto:hannamari.harma@edu.karelia.fi))

Ystävällisin terveisin sairaanhoitajaopiskelijat

Tiina Hyttinen & Hannamari Härmä

## Suostumuslomake

Tekemässämme tutkimuksessa tutkimme elämäntilannelapsettomuuden vaikutuksia elämään ja kuinka elämäntilannelapsettomat kohdataan terveydenhuollossa. Tutkimus toteutetaan anonymisti nauhoitettuna haastatteluna, jonka jälkeen haastattelun aineisto analysoidaan opinnäytetyömme raportissa. Raportoinnin jälkeen haastatteluaineisto hävitetään. Valmis raportti julkaistaan Theseuksessa kevään 2019 aikana. Tutkimus perustuu tämän suostumuksen allekirjoittamisesta huolimatta vapaaehtoisuuteen eli tutkimukseen osallistumisen voi perua tai keskeyttää missä vaiheessa tahansa.

Annatteko luvan haastatteluun, haastattelutiedon käsittelyyn ja raportointiin?

**KYLLÄ**

**EI**

---

*Haastateltavan allekirjoitus ja nimenselvennys*

---

*Tutkijan allekirjoitus ja nimenselvennys*

---

*Päivämäärä ja paikka*

Tutkijat: *Tiina Hyttinen, sairaanhoitajaopiskelija Hannamari Härmä, sairaanhoitajaopiskelija*

Puh. \_\_\_\_\_, tiina.hyttinen@edu.karelia.fi

Puh. \_\_\_\_\_, hannamari.harma@edu.karelia.fi

**Haastattelurunko**

*Haastattelun aluksi käydään läpi haastateltavan ikä ja taustaa haastateltavan elämäntilanteesta (esimerkiksi kuinka kauan on haaveillut perheestä, onko ollut joskus parisuhteessa tms.?)*

**Miten elämäntilannepuheet koetaan ja miten se vaikuttaa elämään?**

*(Miten elämäntilannepuheet vaikuttaa elämässä*

- sosiaaliset/ perhesuhteet*
- arkipäivä/ juhlat*
- työ/ vapaa-aika*
- oma hyvinvointi)*

**Onko tilanne otettu puheeksi terveydenhuollossa ja jos on, niin miten?**

*(- Kenen aloitteesta?*

- Minkälainen tilanne oli?*
- Mitä tunteita tilanne herätti?)*

**Minkälaisia huomioita he elämäntilanteessaan toivoisivat terveydenhuollon ammattilaisilta?**

*(- Puheeksi otto vs. ei puheeksi ottoa?*

- Puheeksi otton tarpeellisuus, jos asia otetaan puheeksi?*
- Minkälaisia tuen muotoja kaipaisit (vertaistuki, ammattiapu, ym))?)*

**Esimerkki tulosten luokittelusta**

Alkuperäisilmaus	Pelkistettyilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Pääloukka
<p>”Viime aikoina asiaa on iän lisääntymisen käsitellyt kuitenkin enemmän ja se on siksi ollut enemmän pinnalla ja vaikeampi kuin ennen.”</p> <p>”Joskus esimerkiksi viisi vuotta sitten ei olisi tullut mieleenkään, että tässä tilanteessa lapsettomuus edes voi olla vaikea asia. Silloin ajatteli vain, että jos ei ole parisuhteessa, lapsettomuus ei ole ongelma.”</p> <p>”Nuorempana sitä ei ehkä niin paljon ajatellut mut mitä enemmän tulee ikävuosia, niin se niinku konkretisoituu ja sen vaikutuksen voimakkuus lisääntyy. Siihen lapsettomuuden kokemukseen tulee tavallaan semmonen ehkä ”pelko” siihen niinku lisäks.”</p>	<p>Ikääntyessäni mietin asiaa enemmän</p> <p>Nuorempana en ajatellut lapsettomuutta vaikeana ja omana ongelmana</p> <p>Ikääntyessä lapsettomuuden kokemus konkretisoituu ja pelko lisääntyy</p>	<p>län myötä asia tulee enemmän pinnalle</p>		
<p>”...ite koen, et siihen selkeesti liittyy tämmönen niinku biologinen kello mikä on niinku ihmisessä sisällä...”</p> <p>”...semmonen biologinen kello tikittää...”</p> <p>”...ehkä aika oleellinen asia että, kun tajuaa niinku biologian faktat, et minkä ikäiseksi asti niinku teoriassa on mahdollisuus saada niinku lapsia...”</p> <p>”Ehkä aika oleellinen asia, että kun tajuaa biologian faktat että minkä ikäiseksi asti teoriassa on mahdollisuus saada lapsia niin ku se falktaraja tai teorianaraja alkaa lähestyä vaikka itselläkin vielä useimmista vuosista puhutaan niin tavallaan se voi lisätä sen asian vaikeutta ja tuskaa ja tavallaan sitä pelkoa, että tuleeko tämä olemaan loppuelämän tilanne.”</p>	<p>Tiedostaa fertiili-iän rajallisuuden</p> <p>Tiedostaa fertiili-iän rajallisuuden</p> <p>Tiedostaa fertiili-iän rajallisuuden</p> <p>Tiedostaa fertiili-iän rajallisuuden ja sen lisäämän mahdollisen tuskan ja pelon</p>	<p>län tuomat fysiologiset vaikutukset</p>	<p>län tuomat vaikutukset</p>	<p>Miten elämäntilanne-lapsettomuus koetaan ja miten se vaikuttaa elämään?</p>

## Esimerkki tulosten luokittelusta

Liite 4 2(2)

<p>"Nyt ymmärtää, että se voi sitä joskus olla, kun vuodet vierii ja ei voi tietää saako koskaan omia lapsi, jos ei edes löydä ihmistä jonka kanssa parisuhteen voisi solmia tai edes yrittää saada lapsia."</p> <p>"Totta kai siihen aina liittyy se ajatus ja pelko siitä, että jos ei vaikka koskaan ehdi saada niitä lapsia."</p> <p>"...se voi lisätä sen asian vaikeutta ja tuskaa ja tavaltaan sitä pelkoa, että tuleeko tämä olemaan loppuelämän tilanne."</p>	<p>Pelko parisuhteen puuttumisesta myös tulevaisuudessa ja sen myötä lopullinen lapsettomuus</p> <p>Pelko ettei ehdi saada lapsia</p> <p>Pelko lopullisesta lapsettomuudesta</p>	<p>Pelko lapsettomuuden pysyvyydestä</p>	<p>län tuomat vaikutukset</p>	<p>Miten elämäntilanne-lapsettomuus koetaan ja miten se vaikuttaa elämään?</p>
<p>"...sitten miettii ja ihan vanhuutta ja kukaan ei oo sitten huolehtimassa ja ketään ei kiinnosta sitten mun elämä ja musta ei jää mitään, mitään merkkiä tänne maailmaan, jos mulla ei oo jälkeläisiä."</p>	<p>Pelko ettei kukaan huolehdi vanhana ja merkityksettömyys maailmassa</p>	<p>Pelko vanhuuden yksinäisyydestä lapsettomuuden vuoksi</p>		



Päivämäärä	Aihe	Mitä ajatuksia heräsi?
22.3.2018	Oppari-startti ja info	Päätämme tehdä yhdessä opinnäytetyön ja mieluiten laadullisen
26.3.2018	Aiheiden pohdintaa (lapsettomuus/erityinen sirsaruus)	Molemmat aiheet kiinnostavat, mietimme kummasta olisi enemmän aineistoa eikä niin monta opinnäytetyötä jo tehtynä. Lapsettomuudesta on tehty paljon hoitoihin, kohtaamiseen perheenä ym. liittyviä oppareita, joten pohdimme että sen pitäisi olla jotain "spessumpaa".
2.5.2018	Kahden opettajan kanssa pohdintaa aihevalinnasta	Ennen opettajan tapaamista teemme suunnitelman mahdollisesta aiheesta (elämäntilannelapsettomuus) ja kasaamme perusteluita aihevalinnallemme. Keskustelemme kahden opettajan kanssa suunnitelmistamme ja saamme luvan jatkaa työtä valitsemamme aiheen parissa. Pohdimme, miten liitämme aiheemme koskemaan vielä enemmän omaa alaamme.
3.5.2018	Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:hyn tiedusteluviesti sähköpostilla	Heti tuumasta toimeen ja lähestyimme Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:tä toimeksiantajan toivossa
21.5.2018	Simpukan vastaus ja kysely opinnäytetyön aikataulusta	
22.5.2018	Vastaus Simpukka ry:lle	Kerroimme meidän aikataulusta opinnäytetyön suhteen ja että syksy 2018 olisi ainakin aineiston keruun ajankohta
20.8.2018	Oppari info I	
20.-23.8.2018	Sähköpostiviestittelyä Simpukan kanssa toimeksiantomahdollisuudesta ja toimeksiantosopimuksesta	Saamme Simpukasta yhteyshenkilön, jonka kanssa teemme toimeksiantosopimuksen. Sovimme, mitä odotuksia meillä on toimeksiantajan suhteen.
23.8.2018	Opparin aihe-suunnitelman tekoa klo 10-14	Aiheiden pohdintaa ja rajaamista
27.8.2018	Opparin ohjaus ja aihe-suunnitelman käsittely pienryhmässä klo 8-10	Aihe-suunnitelmana elämäntilannelapsettomuus ja heidän kohtaamisensa terveydenhuollossa
28.8.2018	Tiedonhaku klo 8-13.30	Kahvimme kirjastosta kaikkea aiheeseen liittyvää, hyödyllisiä ja hyödyttömiä tietolähteitä
31.8.2018	Opinnäytetyön suunnitelman valmistelua ja aiheen suunnittelua	Hoitotiede-, Evidence based nursing- ja Duodecim-lehtien läpikäynti
6.9.2018	Aiheiden rajaamista ja tiedonhaku klo 7-10	Mietimme vielä tarkemmin kuinka tätä aihetta pitäisi lähestyä hoitotyön näkökulmasta
7.9.2018	Osallistuminen opinnäytetyöseminaareihin (Tiina)	
10.9.2018	Oppariin tiedonhaku, jonka jälkeen opparin ohjaus klo 12-15.30	Opparin runkoa ja otsikoiden miettimistä, ei vielä teorian tietoa tarjota. Tutkimuskysymysten oikeenasettelua.
11.9.2018	Oppariin tiedonhaku klo 8-13.30	Tiedonhaku hakukoneita käyttäen (esim. Cinahl, Cochrane, Medic, Terveysportti, Terveyskirjasto)
13.9.2018	Tiedonhankinta klinikka osa I ja saatujen materiaalien läpikäyntiä sekä lajittelua klo 8-14.30	
14.9.2018	Oppariin tiedonhaku klo 8-13.30	Oppari otti heilahduksen eteenpäin!
19.9.2018	Tiedonhankinta klinikka osa II ja saatujen materiaalien purkua ja kirjoittamista klo 8-14	
20.9.2018	Ulkomaisten lähteiden hakua klo 10-14	Cinahl, Cochrane, Google

21.9.2018	Lähteiden purkua ja kirjoittamista klo 8-14	Käymme läpi mahdollisia hyödyllisiä lähteitä ja jatkamme oppari-suunnitelman kirjoittamista
24.9.2018	Ulkomaisten lähteiden hakua ja kirjoittamista klo 8-11	Tekstin kääntäminen haastavaa, että tulee varmasti asiayhteydet oikein
25.9.2018	Ulkomaisten lähteiden hakua ja kirjoittamista klo 8-14	
28.9.2018	Opparin ohjaus klo 12-14.30	Ohjauksesta vinkkejä opparin jatkamiseen
1.10.2018	Tiedonhakua klo 9-15	
2.10.2018	Tiedonhakua ja sen purkua klo 11-15	
3.10.2018	Lähteiden purkua klo 8-12	Löydetty lähdemateriaali jaoteltu aihealueiden mukaan, joka helpottaa auki kirjoittamista
4.10.2018	Lähteiden purkua klo 8-11	
8.10.2018	Lähteiden purkua klo 8-12	
10.10.2018	Lähteiden purkua, jonka jälkeen opparin ohjaus klo 11-16	
11.10.2018	Lähteiden purkua klo 10-14	
12.10.2018	Lähteiden purkua klo 8-13	
15.10.2018	Lähteiden purkua klo 8-14 sekä toimeksiantosopimuksen lähetyks Simpukka ry:lle	
16.10.2018	Lähteiden purkua klo 8-14	
24.10.2018	Opinnäytetyöinfo II ja haastattelupyynnön lähettäminen Simpukka ry:lle	
25.10.2018	Opinnäytetyön suunnitelman esittäminen ja hyväksyminen	
26.10.2018	Opparin ohjaus klo 12-14.30	
30.10.	Haastattelurungon testaus ja arvio toimivuudesta	Haastattelurunko testattiin yhdellä vastaajalla ja havaittiin toimivaksi
5.11.2018	Haastattelu I (Tiina)	Ensimmäinen haastattelu sujui hyvin, vaikka tilanne ennakkoon jännitti.
6.11.2018	Opparin ohjaus klo 14-16 Haastattelu I litterointi (Hanna) Haastattelu II (Tiina)	Pieniä kysymyksiä, muttei uutta tekstiä.  Toinen haastattelu sujui myös hyvin.
4.12.2018	Opparin ohjaus klo 9-12  Haastattelurunko lähetetty sähköpostilla vastaajalle III Haastattelu II litterointi (Hanna)	Ideointia yhdessä mistä saisi haastateltavia, kun niitä ei meinaa olla.
5.12.2018	Haastattelurunko lähetetty sähköpostilla vastaajalle IV	
18.12.2018	Opparin ohjaus klo 9-12  Vastaajalta IV saatu sähköpostivastaus haastatteluun	
7.1.2019	Vastaajalta III saatu sähköpostivastaus haastatteluun	
29.1.2019	Haastattelumateriaalin redusointia klo 14-18	Yliviivaustussit käyttöön, jokainen kysymys eri värillä sekä niihin liittyvät vastaukset sillä samalla värillä.
30.1.2019	Haastattelumateriaalin redusointia Klo 14-15	
4.2.2019	Haastattelumateriaalin klusterointia Klo 9-17	Ahkeraa taulukointia, olikin ehkä isompi homma mitä osattiin ajatella..

5.2.2019	Klusterointia Klo 9-17 Vastaajan IV kanssa viestittelyä vastausten tarkentamiseksi	
7.2.2019	Klusterointia Klo 9-15	
8.2.2019	Pohdinnan kirjoittelua Klo 9-15	
13.2.2019	Opinnäytetyön ohjaus ja tulosten kirjoittamista klo 10-16	
15.2.2019	Tulosten kirjoittamista	Tuloksia kirjoittaessa joutuu pohtimaan miten kirjoittaa asiat auki, että vastaajien "sanoma" pysyi muuttumattomana
5.3.2019	Tulosten kirjoittamista	
6.3.2019	Synteessin kirjoittamista ja tietoperustaan lisämateriaalin hakua	Mukavasti löytyy yhtäläisyyksiä teoriapohjasta ja saaduista tuloksista.
15.3.2019	Synteessin pohtimista ja kirjoittamista, kokonaiskuvan kokoamista klo 8-14	
21.3.2019	Tulosten pohdinnan kirjoittaminen loppuun	
22.3.2019	Tiivistelmän kirjoitus ja kotitehtäväksi opparin oikoluku	
25.3.2019	Kirjoitusvirheiden korjaamista sekä sisällön järjestyksen miettimistä.	"Nyt kyllä tarvittais joku viisaampi lukemaan oppari läpi ja kertomaan onko suunta sinne päinkään..."
26.3.2019	Pohdinnan loppuun kirjoittamista. Työn palautus sähköpostilla ohjaavalle opettajalle välilukuun.	"Siis alkaako tää oikeesti olla valmis?"
4.4.2019	Opinnäytetyöohjaus Opinnäytetyön parantelua palautteen pohjalta	
10.4.2019	Opinnäytetyön parantelua saadun palautteen pohjalta	
13.3.2019	Opinnäytetyön parantelua saadun palautteen pohjalta	
15.4.2019	Opinnäytetyön ulkoasun tarkistusta ja palautus ohjaavalle opettajalle välitarkistukseen.	
18.4.2019	Opinnäytetyön korjaamista väliluvun jälkeen	
23.4.2019	Opinnäytetyön korjaamista väliluvun jälkeen ja abstractin kirjoitus	
24.4.2019	Ilmoittautuminen opinnäytetyöseminaariin	
26.4.2019	Abstractin palautuminen englanninopettajan tarkistuksesta Opinnäytetyön ohjaajan palaute työstä	
27.4.2019	Opinnäytetyön muokkaamista edellisenä päivänä saadun palautteen pohjalta	
9.5.2019	Opinnäytetyön muokkaamista ja Power Point -esityksen valmistelua seminaaria varten	
17.5.2019	Opinnäytetyön esittäminen seminaarissa. Ohjaajan antamien korjausehdotusten teko lopulliseen työhön.	Seminaari-esityksen aikana sai tuntea, että on oman työnsä asiantuntija ja olemme onnistuneet työssämme.
18.5.2019	Lopullisen työn läpi luku molempien opinnäytetyön tekijöiden toimesta ja työn viimeistely palautusta varten.	
20.5.2019	Valmiin opinnäytetyön palautus tarkastajalle, äidinkielenopettajalle ja opinnäytetyön ohjaajalle. Valmiin työn lähettäminen Urkund-plagiointitunnistusjärjestelmään. Kypsyys näytteen teko.	Valmista tuli!