

www.humak.fi

Opinnäytetyö

**Yksinhuoltajien kokemukset osana
työelämän kehittämistä**

Sari Loisa

**Yhteisöpedagogi, työyhteisön kehittäjä AMK
(210 op)**

**Arvioitavaksi jättämisaika
(2/2020)**



**HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU**

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Yhteisöpedagogi (AMK), työyhteisön kehittäjä

Tekijä: Sari Loisa

Opinnäytetyön nimi: Yksinhuoltajien kokemukset osana työelämän kehittämistä

Sivumäärä: 47 ja 2 liitesivua

Työn ohjaaja(t): Reijo Viitanen

Opinnäytetyössä tarkasteltiin suomalaista yhteiskuntaa, perheiden toimijuutta ja työelämää sekä yksinhuoltajien kokemuksia hyvinvoinnista, osallisuudesta ja sosiaalisista suhteista, koulutuksesta ja työelämästä sekä tasa-arvosta ja oikeudenmukaisuudesta.

Tarkastelun tuloksista laadittiin kehittämissuhteita yksilöllisten voimavarojen tehokkaampaan havainnointiin ja hyödyntämiseen työpaikoilla. Työelämässä melko laajalti käytettävät kehityskeskustelut valittiin kehittämisen välineeksi, ja ehdotukset niiden prosessin ja sisällön parantamisesta perustuivat yksinhuoltajien kokemuksiin elämän eri osa-alueilta.

Kokemuksia kerättiin Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry:n (nyk. SOSTE Suomen sosiaali- ja terveys ry) teettämän Euroopan sosiaalirahaston rahoittaman tutkimuksen *Hyvinvointi ja osallisuus Itä-Suomessa, Kansalaiskyselyn tuloksia* tuloksista ja analyyseista sekä yksinhuoltajille suunnatusta strukturoidusta haastattelututkimuksesta.

Näiden lisäksi hyödynnettiin kirjallisuutta ja artikkeleita, jotka tarkastelevat yksinhuoltajuutta nyky-yhteiskunnassa ja sen suhdetta luokkayhteiskunta -näkökulmaan. Lisäksi tarkasteltiin kehityskeskustelukäytäntöä työelämän kehittämisen välineenä yleisellä tasolla ja haettiin niiden sisällölle ja toteuttamiselle lisää merkitystä.

Opinnäytetyössä tehdyn tarkastelun lähtökohtana olivat seuraavat väittämät; 1) suomalaisen luokkayhteiskunnan olemassaolo, 2) yksilön subjektiivinen ja dynaaminen kokemus omasta hyvinvoinnista vaikuttaa työhyvinvointiin, 3) ja työpaikoilla käytävillä kehityskeskusteluilla on merkitystä sekä työyhteisö- että yksilötasolla.

Asiasanat: yksinhuoltaja, kehityskeskustelu, työelämä, luokkayhteiskunta

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Bachelor's degree, Workplace community development

Author: Sari Loisa
Title: Experiences of single parents as part of the working life development
Number of Pages: 47 and 2 attachment pages
Supervisor(s): Reijo Viitanen

This thesis examined Finnish society and working life, functionality of the families, particularly from the viewpoints of single parents; their experiences of well-being, participation and social relations, education and working life, as well as questions of equality and impartiality.

The outcomes of the review were turned into development suggestions to empower the capacity of the individual strengths in workplaces. Personal development discussions, used relatively widely in the workplaces, were selected as the development method. Suggestions to improve their processes and content were based on the single parents' experiences from the different areas of their lives.

The experiences were collected from the results and analysis of the survey called "*Hyvinvointi ja osallisuus Itä-Suomessa, Kansalaiskyselyn tuloksia*" (Citizens' survey on well-being and participation in Eastern Finland), commissioned by the Finnish Association for Social Security and Health (current SOSTE Finnish Federation for Social Affairs and Health) and funded by the European Social Funds. Material was complemented with the structured interview survey of single parents.

In addition, single parenting was reflected by the literature and articles presenting the situation and status in the society and the relation towards the class society -approach. To connect the analysis with the working life, personal development discussion -method was reflected as a usable tool in general level to build up added value and means to development well-being of workplaces.

The thesis was based on the following theses; 1) the existence of Finnish class society, 2) individual's subjective and dynamic experience of his/her own well-being reflect to well-being in working life, 3) and the personal development discussions are meaningful for the work community and at the individual level.

Keywords: single parent, personal development discussion, working life, class society

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	5
2	OPINNÄYTETYÖN TUTKIMUSASETELMA.....	7
2.1	Menetelmä ja aineistokeruu	7
2.2	Analyysi ja johtopäätökset.....	8
3	NÄKÖKULMIA YKSINHUOLTAJUUTEEN	10
3.1	Yksinhuoltajuus perheyksikön toimijuudessa	14
3.2	Yksinhuoltajuus elämänkaaritarkastelussa	17
3.3	Yksinhuoltajuus ja (työ)hyvinvointi	19
4	KEHITYSKESKUSTELUT KEHITTÄMISEN VÄLINEENÄ.....	21
4.1	Kehityskeskustelujen hyvä prosessi ja sisältö	22
5	KOKEMUKSELLISUUS TYÖELÄMÄN KEHITTÄMISESSÄ.....	25
5.1	Hyvinvointi ja tyytyväisyys	27
5.1.1	Hyvinvoinnin ja tyytyväisyyden vahvistaminen.....	30
5.2	Osallisuus ja sosiaaliset suhteet	30
5.2.1	Osallisuuden ja sosiaalisten suhteiden vahvistaminen.....	34
5.3	Työelämä ja koulutus.....	35
5.3.1	Työelämän ja koulutuksen kehittäminen	37
5.4	Tasa-arvo ja oikeudenmukaisuus	38
5.4.1	Tasa-arvon ja oikeudenmukaisuuden vahvistaminen	39
6	JOHTOPÄÄTÖKSIÄ	39
	LÄHTEET	44
	LIITTEET	48

1 JOHDANTO

Millaisia ajatuksia sinussa herää, kun kuulet puhuttavan luokkayhteiskunnasta? Piirrytkö mieleesi kuva talonpojista ja tilallisista, vai voisitko nähdä erilaisia luokkia sosiologisissa suhteissa tai työelämässä? Olemme kulkeneet pitkän matkan suomalaista yhteiskuntaa kuvaavista luonto- ja vuodenaikamyyteistä, ja ymmärrämme tänä päivänä todellisuuden lukuisia vivahteita ja yhteiskunnan moniulotteisuutta. Yhtä totuutta ei enää ole ja suomalaista yhteiskuntaa on perusteltua tarkastella myös suhteessa laajempiin, kansainvälisiin ilmiöihin. Verrattuna esimerkiksi muihin maihin Euroopassa, Suomi on kaupungistunut myöhään mutta nopeasti, ja kuulumme tänä päivänä maailman rikkaimpien maiden joukkoon (Globalis. BKT per asukas 2018). Sinällään positiivisesta kehityksestä ei ole kuitenkaan syntynyt luokattomuutta, jollaisena esimerkiksi virallinen Euroopan unioni haluaa eurooppalaiset yhteiskunnat nähdä siitäkin huolimatta, että todellisuus on jotain ihan muuta (Erola 2010, 6, 129–130).

Suomalaista yhteiskuntaa on rakennettu usean vuosikymmenen ajan pohjoismaisen hyvinvointiyhteiskunnan periaatteiden mukaan ja päätöksentekoa sekä toimintaa ovat ohjanneet sellaiset tavoitteet, kuten sosiaalisen liikkuvuuden edistäminen ja luokkajärjestelmien purkaminen. Vuonna 1964 säädetty sairausvakuutuslaki ja vuonna 1972 säädetty kansanterveyslaki takasivat koko väestölle perusterveydenhuollon ja näiden muutosten myötä väestön terveydentilassa havaittiin selkeää kohentumista (Kansaneläkelaitos, Sosiaalivakuutus 2017). Palvelurakenteet on luotu lähtökohtaisesti julkisen tuotannon varaan, jolla on tavoiteltu tasa-arvoisuutta palvelujen saatavuudessa. Tuloerojen tasaaminen ja alueellisten erojen kaventaminen ovat liittyneet poliittisiin ohjelmiin monen hallituskauden ajan. Tästä hyvää tarkoittavasta toimeliaisuudesta huolimatta köyhyys ja työttömyys eivät ole kadonneet ja varallisuus jakautuu yhä epätasaisesti. Miten tässä näin kävi? kysy myös Euroopan historian professori Laura Kolbe (2010) ja viittaa lukuisiin pinnan alla kupruileviin epätasa-arvoisuutta ylläpitäviin ilmiöihin ja rakennemuutoksen alle jääneisiin kipupisteisiin.

Sosiologian professori Harri Melin (2019) kirjoittaa myös modernista luokkayhteiskunnasta, jossa luokittelu on muuttunut vaikeammin havaittavaksi, ja ehkä siitä syystä myös vaikeammin kohdattavaksi. Keskustelua käydään eriarvoisuudesta, rakenteista,

omistus- ja työelämän valtasuhteista sekä mm. auktoriteettisuhteista. Työelämäkontekstissa tehdään havaintoja myös ns. kerrostumistutkimuksen näkökulmasta, jossa nykyiset, aiemmat ja muiden perheenjäsenten ammatit luovat perustaa ja vaikuttavat yhteiskuntaluokkiin. Luokkien erottelun painopiste on tässä teoriassa erityisesti eri ammatteihin liitettävissä itsenäisyyden, valvonnan asteen ja tehtävien vaativan erityisosaamisen tarkastelussa (Erola 2010, 29). Vaikka ammattilähtökohdista ei pelkästään ole tarkoituksenmukaista järjestellä suomalaista yhteiskuntaa, ne vaikuttavat hyvinvoinnin ja huono-osaisuuden jakautumiseen ja kokemuksellisuuteen (emt., 22–23).

Nämä ja monet muut tutkimusasetelmat kuvaavat hyvin sitä, kuinka moninaiseksi yhteiskuntaluokkien tarkastelu on muuttunut ja kuinka eriytyneessä maailmassa elämme. Sosiologi Pierre Bourdieu (1930–2002) tutki ja kirjoitti kurjuudesta, joka resonoi hyvin myös luokkayhteiskuntakeskustelua. Hän antoi kurjuudelle kahdenlaisen olemuksen, joista ensimmäinen on olosuhteiden aiheuttama suuri kurjuus (helposti havaittava ja hyväksyttävä) ja toinen on aseman aiheuttama pieni kurjuus (vaikeammin havaittava ja hyväksyttävä). Erityisen mielenkiintoinen on Bourdieun väite, että pieni kurjuus on suhteellisesti lisääntynyt sellaisissa paikoissa ja maissa, joissa suurta kurjuutta on onnistuttu vähentämään (Järvinen & Kolbe 2007, 17). Sen sijaan, että ensisijainen tavoite olisi huono-osaisuuden vähentäminen, problematisoimme nykyään herkästi yläluokan etuoikeuksia (Erola 2010, 241) ja vaikka luokka olisikin menettänyt vaikutustaan elämäkokemuksen keskeisenä muodostajana, sen merkitys on kuitenkin läsnä yksilön elämäkulussa (emt., 237).

Opinnäytetyössä tutkitaan yhteiskunnallista eriytymistä yksinhuoltajuuden näkökulmasta sekä sitä, millaisia vaikutuksia tällä elämänvaiheella voi olla työelämään ja työpaikkojen käytäntöihin. Tarkastelussa keskitytään erityisesti kyseisen elämänvaiheen luomiin voimavaroihin ja positiivisia puolia vahvistaviin kokemuksiin. Opinnäytetyön tarkoitus on työelämän kehittäminen, johon annetaan välineitä esimies-työntekijä vuorovaikutuksen ja luottamussuhteen vahvistamisen kautta yksinhuoltajuuden kontekstista. Menetelmänä tarkastellaan kehityskeskustelukäytäntöjä, joiden hyödyllisyyttä ja vaikuttavuutta voidaan tehostaa havainnoimalla, tunnistamalla, sanoittamalla ja kirjoittamalla sekä toteutuksen huolellisella seurannalla. Opinnäytetyössä annetaan ehdotuksia kehityskeskusteluiden tehostamiseen sekä prosessin että sisällön näkökulmista.

2 OPINNÄYTETYÖN TUTKIMUSASETELMA

Opinnäytetyön tutkimuksen tavoitteeksi ei ole asetettu absoluuttisen tiedon kerääminen yksinhuoltajuuden syistä tai vaikutuksista yksilön elämään ja sen eri osa-alueisiin. Mainituista ilmiöistä on jo olemassa tietoa saatavilla melko runsaasti. Sen sijaan on pyritty keräämään tietoa yksinhuoltajuudesta niin, että ilmiötä voidaan tarkastella hie-man uudella tavalla, asettaen sitä ihmisen elämänkulun ja luokkayhteiskunnan kon-tekstiin sekä nostamalla esille voimavaroja, joita voidaan hyödyntää työelämän kehit-tämisessä. Silloin kun tarkoituksena on hakea uusia näkökulmia johonkin ilmiöön, ku-ten tässä opinnäytetyössä, valitun menetelmän on hyvä sallia tietynasteinen yleistar-kastelu. Saaranen-Kauppinen & Puusniekka (2006) viittaavat tutkimuksen rooliin ja merkitykseen lainaamalla Töttöä (2004) *“kaikki tutkimus on itse asiassa vain pinnan raapimista – tutkimuksella ei voida koskaan saavuttaa ilmiötä kokonaisuudessaan ja kaikessa syvällisyydessään.”*

2.1 Menetelmä ja aineistokeruu

Opinnäytetyössä toteutettuun tutkimukseen valittiin kvalitatiivinen eli laadullinen tut-kimusmenetelmä, joka soveltuu hyvin silloin kun tutkitaan todellista, ihmisten elä-mään liittyvää toimintaa ja sen merkitystä, sekä pyritään hakemaan syvällistä ja ainut-laatuista kokemukseen perustuvaa tietoa (Hirsjärvi & Hurme 2000). Tutkimuk-selle ei myöskään ole asetettu selkeää hypoteesia, jolloin laadullisen tutkimuksen mah-dollistama ilmiötarkastelu ilman ennakko-oletusta tuloksista mahdollistaa jonkin tie-tyen teorian ja sen toimivuuden testaamisen sivuuttamisen (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006; Eskola & Suoranta 1998, 19–20). Haastattelututkimukseen osal-listuvat henkilöt valittiin opinnäytetyöntekijän tuttavaverkoston avulla, mutta niin, että haastattelijat ei henkilökohtaisesti tuntenut haastateltavia ennakolta. Tällä tavoin pyrittiin varmistamaan tutkijan objektiivisuutta haastateltavien kokemuksiin. Laadul-lisessa tutkimuksessa keskeinen merkitys on laadulla, määrän sijasta. Aineiston sy-vyyttä pyritään lisäämään sillä, että osallistujia perehdytetään ja osallistetaan huolel-lisesti ja kiireettömästi. Tutkimukseen osallistuvat valitaankin usein sen perusteella, että heillä on runsaasti tietoa tai/ja omakohtaista kokemusta tutkittavasta ilmiöstä. Tätä kuvataan myös termillä tarkoituksenmukainen otanta, ja jolloin otanta voi olla pieni ja rajattu, mutta analysointi vastaavasti huolellista. (Eskola & Suoranta 2014, 18.)

Myös sellaiset laadullisen tutkimuksen elementit, kuten opinnäytetyöntekijän kiinnostus tutkittavien ajattelutapaan ja mikrotason tapahtumiin, sekä tutkimukseen liittyvän ympäristön sosiaalisiin suhteisiin ja kulttuurisiin rakenteisiin, ovat tukeneet tässä tapauksessa myös tutkimusmenetelmän valintaa. Tämän lisäksi, opinnäytetyössä käytetyt viitekehysaineiston kattavuutta voitiin soveltaa aiheeseen hyvin myös haastattelututkimuksen näkökulmasta. Ajallisen, paikallisen ja kulttuurisen kontekstin ulottuvuudet tukivat valittua menetelmää, ja haastatteluissa syntynyt dynaaminen sosiaalisuus toimi tutkimusasetelmaa vahvistavana tekijänä johtopäätösten laatimisessa. Opinnäytetyöntekijän objektiivisuutta ja sen säilyttämistä on pohdittu tutkimusmenetelmää valittaessa huolellisesti ja eettisyyden sekä haastattelumenetelmässä haastateltavien puolelta esille nousevien asioiden henkilökohtaisuus ovat olleet aineistokeruun ja analysoinnin suunnittelussa keskeisellä sijalla (Hirsjärvi & Hurme 2000). Ennen menetelmän lopullista valintaa, haastattelumenetelmän soveltuvuutta on arvioitu neljä väittämää sisältävän edut ja haitat -vertailun avulla, ja jonka pohjana on käytetty Hirsjärvi & Hurme (2000, 35) *Tutkimushaastattelu – Teemahaastattelun teoria ja käytäntö* teoksen analyysia. Vertailutaulukko on opinnäytetyön liite 1.

Aineistokeruumenetelmänä haastattelua puolsivat myös ne seikat, että sen myötä voitiin kerätä tietoa haastateltavien kokemusten lisäksi ajatuksista ja mielipiteistä, jolloin vastaavuus ja kohdentuminen opinnäytetyön perustutkimuksen tietoihin paranivat. Haastattelumenetelmää valittaessa oli myös huomioitava se vaihtoehto, että haastateltavien kokemukset eri teemoissa poikkeaisivat vahvasti tai olisivat ristiriidassa kansalaiskyselyn tuloksien kanssa, jolloin tutkimusasetelman muuttaminen olisi ollut jossain määrin tarpeellista. Tuolloin mukaan olisi ollut luontevaa ottaa ajallinen konteksti (tutkimusten välillä on aikaa hieman yli 10 vuotta), sekä toisaalta se, että kansalaiskyselyn tutkimusasetelmassa yksinhuoltajuus ei ollut varsinainen tutkimuskohde, vaan mukana tarkastelussa yhtenä kotitaloustyyppinä.

2.2 Analyysi ja johtopäätökset

Laadullisessa tutkimuksessa kerätyn aineiston analyysilla on tarkoitus selkeyttää sisältöä ja tuottaa uutta tietoa tutkijan tulkintojen avulla. Oleellisen sisällön tulee kuitenkin pysyä muuttumattomana (Eskola & Suoranta 2014; Vilkka 2015). Myös opinnäytetyöntekijän omia käsityksiä ja asenteita aiheesta on pyritty tunnistamaan etukäteen

niin, että ne eivät ole vaikuttaneet esimerkiksi haastattelutilanteissa, joissa haastateltaville on varattu tilaa muodostaa rauhassa omia mielipiteitä. Tutkimuksen tekijänä keskeiseksi tavoitteeksi on hyvä asettaa saadun tiedon omaksuminen ja uusien näkökulmien havainnointi (emt., 19). Täysin objektiiviseksi tutkimusta tai sen aineistosta tehtyä analyysia ei kuitenkaan voi väittää, silloin kun esimerkiksi haastattelulomakkeella käytetyt käsitteet ovat tutkijan asettamia ja niillä voidaan nähdä jonkinasteinen vaikutus tuloksiin (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006; Tuomi & Sarajärvi 2002, 98). Kappaleessa 5 tutkimusten tuloksia juoksutetaan rinnan opinnäytetyön perustutkimusaineiston kanssa, eri teemojen alla. Tämä esitystapa valittiin siksi, että se havainnoi parhaiten tulosten samansuuntaisuutta ja täydentyvyyttä, jollaiseksi tulokset lopulta osoittautuivat.

Vaikka laadullisessa tutkimuksessa ei varsinaisesti mitata täsmällisiä arvoja tulee siltäkin, yhtä lailla kuin määrällisessä tutkimuksessa, huomioida tulosten luotettavuutta ja pätevyyttä (reliabiliteetti ja validiteetti). Haastattelututkimuksessa kerätyn aineiston luotettavuutta varmistettiin muistioiden avulla ja niin, että haastateltavien itsensä tarkistamia suoria sitaatteja käyttämällä välttyttiin opinnäytetyön tekijän tulkinnoilta puheeseen. Tätä toimintatapaa tukee myös se ajatus, että laadullisessa tutkimuksessa reliabiliteetti koskee ennemminkin tutkijan toimintaa ja käyttäytymistä kuin haastateltavan vastauksia (Hirsjärvi & Hurme 2000, 189).

Tulosten pätevyyden lisäämiseksi opinnäytetyöhön on valittu viitekehukseksi laaja kansalaiskysely ja sen tulokset, sillä pienen haastattelujoukon tuottama tieto ei pelkääntään olisi otoksena riittävä ilmiöiden ja kokemusten tarkastelemiseksi. Sen lisäksi oli mielenkiintoista sijoittaa toisiaan tukevia tutkimuskysymyksiä syvällisempään, yksittäisen vastaajan tuottamaan kokemukseen. Tarkastelun luotettavuutta on pyritty varmistamaan huolellisella ja riittävän kattavalla, reflektiivisellä ja harmonisella kuvauksella tutkittavan ilmiön taustoista ja nykytilasta yhteiskunnassa, perustelemalla menetelmävalintaa ja tunnistamalla johtopäätöksissä analyttistä otetta. Opinnäytetyön tutkimusasetelmassa voidaan nähdä myös ns. taistelevan tutkimuksen elementtejä (Suoranta & Ryyänen 2014, 18, 31–35) esimerkiksi seuraavien olettamuksien perusteella:

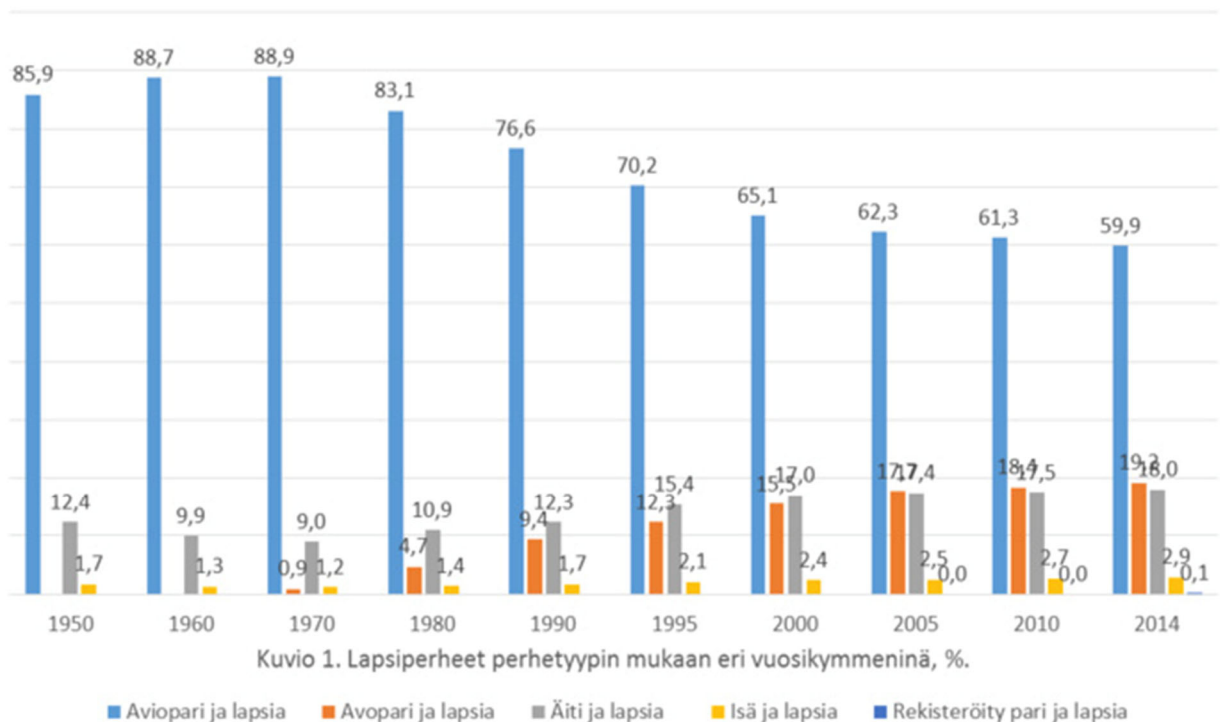
- yksinhuoltajuutta tarkastellaan ilmiönä, jossa yhteiskunnallisen toiminnan ja ajattelun muutos edesauttaisi ihmisten yhdenvertaisuuden toteutumista;
- huolimatta siitä, että suomalaisessa yhteiskunnassa elää melko suuri määrä yksilöitä nk. yksinhuoltajataloudessa, kyseessä on usein päätöksenteossa marginaaliksi jäävä joukko;
- yksinhuoltajuudesta on saatavilla tutkittua tietoa, mutta asian esillä pitäminen on perusteltua mm. sitkeässä elävien leimaavien asenteiden ja taloudellisen sekä sosiaalisen puutteen, tai sen ilmeisen riskin, vuoksi;
- kriittisellä tarkastelulla (yksinhuoltajuuden alleviivaamisen lopettaminen esimerkiksi tulonsiirtojen tai tietynlaisten palveluiden perusteena) on mahdollista käynnistää muutos hallitsevaan ajatteluun.

3 NÄKÖKULMIA YKSINHUOLTAJUUTEEN

Ennen kuin siirrymme tarkemmin pohtimaan yksinhuoltajuuden voimavaroja työelämässä, tarkastelemme yksinhuoltajuutta sen yhteiskunnallisen toimijuuden ja roolin näkökulmista. Yksinhuoltaja ei ole terminä ongelmaton, sillä se ei lähtökohtaisesti ota kantaa huoltomuotoon, johon se kirjaimellisesti viittaa (Forssén, Haataja & Hakovirta 2009; Hakovirta 2006, 26–28). Suurella osalla yksinhuoltajan kanssa asuvista lapsista on toinenkin huoltaja, joka osallistuu elatukseen ja lapsen huoltoon liittyviin päätöksiin ja peräti yli 90 % vanhemmista päätyy erotilanteessa yhteishuoltajuuteen (Forssén ym. 2009; Stakes 2006; Suomalainen lapsi 2007, 97–99). Tiukan tulkinnan mukaan termi yksinhuoltaja loukkaa toisaalta sekä lähivanhemman (se vanhempi, jonka luona lapsi asuu) että etävanhemman vanhemmuuden roolia, sekä lapsen etua ja hyvän perheen käsitystä. Tulkinta palvelee kuitenkin ilmeisesti tarkoitustaan yhteiskuntaan vakiintuneena käsitteenä ja osoittaen ihmisten jakoa ja eroja yhteiskunnassa (Forssén ym. 2009, 12; Kinnunen 2001).

Käsitteellisesti yksinhuoltajuuden tarkastelussa on kuitenkin edistytty, sillä vielä 1960- ja 1970-luvuilla yksinhuoltajuutta kuvattiin myös virallisissa tilastoissa hyvin leimaavilla termeillä, kuten tynkäperhe ja vajaaperhe. Käsitteiden takaa löytyy ajatus siitä, että kahden vanhemman perhe oli täydellinen perhe. Niinkin myöhään, kuin

1980 käsite yksinhuoltaja löytyi ensimmäisen kerran uudissanakirjasta (Forssén ym. 2009; Kielitoimisto 2006). Entä kuinka yksinhuoltajuus, ja erityisesti yksinhuoltajanaisten yhteiskunnallinen asema on muutaman viimeisen vuosikymmenen aikana muuttunut muuten? Väestöliiton mukaan vuonna 2014 Suomessa oli 120 000 yksinhuoltajaperhettä, eli kaikista lapsiperheistä 20,8 %. Luku on kaksinkertaistunut 1970-luvulta. Yksinhuoltajaitejä kokonaismäärästä oli 103 115 eli 18 %. (Väestöliitto 2014.)



Kuva 1: Väestöliitto 2014. Lapsiperheet perhetyypin mukaan 1950–2014.

Tarkastelemme siis varsin suurta joukkoa yhteiskuntamme jäsenistä, joten ei ole yhdentekevää, miten asiaan suhtaudumme. 1990-luvulla vallitsi vahva käsitys siitä, että suomalaiset yksinhuoltajaäidit olivat mieluummin kotona kuin työssä, ja elivät sosiaaliturvan varassa. Tämä käsitys ja vallitseva tapa ajatella toimi jatkumona sille, että jo käsitteellisestikin yksinhuoltajuutta pidettiin toisen luokan kansalaisuutena. Vallitseva käsitys ei kuitenkaan pitänyt paikkaansa, ja Forssén & Hakovirta (1999) osoittivatkin tutkimuksellaan, että suuri osa yksinhuoltajaäideistä oli palkkatyössä siitä huolimatta, että heidän olisi taloudellisesti ollut kannattavampaa hoitaa lasta kotona. 2000-luvun alussa toistettu tutkimus osoitti, että pienten lasten yksinhuoltajaäitien

työllisyysaste oli alentunut, mutta työnteon arvostus oli säilynyt edelleen korkealla. Muutoksen taustalla vaikuttivat yleisimmin työmarkkinoiden sekä lasten hoitokäytäntöjen muutokset.

On myös tärkeää havaita, että yksinhuoltajuus voi olla tietoisesti valittu vaihtoehto, mikä on yksi näkökulma myös tässä opinnäytetyössä. Yksinhuoltajuus ei siis automaattisesti tarkoita huono-osaisuutta tai kriisissä olevaa elämäntilannetta, vaikka arjen haasteellisuus olisikin nähtävillä. Parisuhteen merkitys ei aina ole välttämättä keskeistä äitiydelle, vaan ajatellaan, että sitä voi toteuttaa yksin suhteessa lapseen. Ajatus voi tuntua melko karulta, jos sitä tarkastelee lapsen näkökulmasta, mutta on otettava huomioon, että moni parisuhteeseen syntynyt lapsi ei elä koko lapsuuttaan siinä arjessa. 2010-luvulle tultaessa yksinhuoltajien asemasta oli olemassa jo tutkittua tietoa, mutta siitä huolimatta ryhmän hyvinvoinnin ja toimeentulon tarkastelussa ei edistytty merkittävästi. Mm. SATA-komitean antama raportti (2009) sosiaaliturvan uudistamisesta jätti yksinhuoltajien aseman, sekä muuttuvat perhesuhteet melko vähälle huomiolle. Edelleen suomalaisessa hyvinvointiyhteiskunnassa perhepoliittisia päätöksiä tehtiin ydinperherakenteen näkökulmasta, ja sellaiset seikat, kuten mahdollisuudet perhevapaiden käytöstä tai lasten elatuksen ja hoidon jakamisesta eivät tulleet huomioiksi tarkasteltavan ryhmän näkökulmasta (Forssén ym. 2009, 17).

Merkittävää muutosta positiivisempaan suuntaan ei myöskään ollut havaittavissa yleisissä käsityksissä yksinhuoltajanaisten ja erityisesti eronneiden naisten arvostuksessa. Vaikka aikaisempien vuosikymmenten aviottomien äitien alhaisesta sosiaalisesta asemasta ja norminvastaisuudesta ei enää julkisesti puhuttu, joutuivat monet yksinhuoltajat kantamaan syyllisyyden ja moraalittomuuden taakkaa, joka heijastui myös lapsiin (Forssén ym. 2009). Lasten merkitys yksinhuoltajien yhteiskunnallisessa toimijudessa on keskeistä. Tämä nousi esille myös opinnäytetyötä varten tehdyssä haastattelututkimuksessa, jonka yleistuloksena voi todeta, että lasten hyvinvointi ja tyytyväisyys korreloi suoraan vanhemman hyvinvointiin ja jaksamiseen. Tuloksena tämä tuskin yllättää, sillä yksinhuoltajuutta ei edes olisi, jollei aikuisen elämään kuuluisi lasta tai lapsia. Asian merkitys vaatisi kuitenkin enemmän huomioita. Myös yksinhuoltajien lapset ovat osa tulevaa sukupolvea.

Yksinhuoltajuuteen liittyneitä tulokulmia voi tarkastella myös äitiyden näkökulmasta, ja ns. äidin hoivan ihanne oli jo 1920-luvun lopulla osa suomalaisen perheoikeuden

tulkintaa (Forssén ym. 2009, 17). Tuolloin puhuttiin lapsen edusta ja kehityspsykologian tulkinnat painottivat äidin tärkeyttä lapsen kehityksessä. Tässä kontekstissa on ymmärrettävää, että avioton äiti oli kauhistus, sillä äitiys liitettiin edelleen vahvasti parisuhteeseen ja ydinperhemalliin. Jotta kokonaishyvinvoinnissa päästäisiin myönteisesti eteenpäin, mukaan olisi otettava myös aiempaa vahvemmin mukaan lapsen näkökulma, ja pohtia sekä tunnistaa kuinka merkittävä osa kielteisestä stressistä syntyy läheisten aikuisten aiheuttamana. Poijulan (2007) teoksessa *Lapsi ja kriisi, selviytymisen tukeminen*, kuvataan osuvasti sitä, kuinka esimerkiksi avioerotilanteissa valittavan usein lapsien kokema kriisi jää liian vähäiselle huomiolle. Lapset ovat erittäin herkkiä erityisesti omien vanhempien reaktioille ja tunteille, ja koska vanhemmat edustavat lapselle suurinta turvallisuuden tunteen ja elämänhallinnan lähdeä, he ovat samalla näitä helpoiten haavoittava taho.

Miltä tulevaisuus näyttää suomalaisille yksinhuoltajille? Osmo Kontulan (2018) koossa Väestöliiton Perhebarometri 2018 julkaisussa *2020-luvun perhepolitiikka*, yksinhuoltajuuteen voidaan liittää useita, myös tutkimuksellisesti valideja tulokulmia, kuten toimeentulo ja tulonsiirrot, perhevapaiden mahdollisuudet ja käyttö, varhaiskasvatus, osa-aika- ja joustotyöt ja erilaiset perhetyön ja sosiaalipalvelujen muodot. Näistä kokonaishyvinvoinnin rakentumisen elementeistä edelleen tyypillisin tarkastelukulma on toimeentulo, ja tämä näkyy myös vuosille 2019–2022 valitun hallituksen ohjelmassa (Osallistava ja osaava suomi – sosiaalisesti, taloudellisesti ja ekologisesti kestävä yhteiskunta 2019), jossa yksinhuoltajuutta tarkastellaan ensisijaisesti etuuksien ja toissijaisesti kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin näkökulmasta. Ohjelman oikeudenmukaisuutta ja yhdenvertaisuutta tarkastelevassa tilannekuvassa todetaan, että yksinhuoltajaperheet kuuluvat siihen ryhmään, joissa lapsiperheköyhyys on yleisintä. Ohjelma toteaa myös, että hyvinvoinnin ja ongelmatilanteiden ratkaisuun ei kaikilla ole käytössään yhdenvertaisia tukimuotoja. Kuitenkin ainoana konkreettisenä keinona hallitus esittää, että *-Lapsilisän yksinhuoltajakorotusta korotetaan siten, että lapsilisän korotuksesta hyötyvät myös toimeentulotuen varassa olevat perheet.* Korotus sisältyy hallitusohjelman kehykseen Sosiaaliturvan uudistaminen, etuuskorotus, ja se sisältää lapsilisän yksinhuoltajakorotuksen + 10e/kk.

SATA-komitean esityksen ja hallitusohjelman välillä aikaa on kulunut noin 10 vuotta, ja vaikka yksinhuoltajien ja yhden huoltajan talouksien tilanteesta on tuotettu run-

saasti tietoa, konkreettinen ja kokonaisvaltainen muutos ongelmien ratkaisemiksi etenee hitaasti. Tämä on tärkeä havainto, sillä yhden huoltajan talouksien tilanne suhteessa kahden huoltajan talouksiin on suhteellisesti huonontunut melko tasaisesti 1990-luvun alusta lähtien (Tilastokeskus 2014). Nykyisen hallitusohjelman kirjauksia yksinhuoltajuudesta pidetään myös yleisesti julkisessa keskustelussa liian vähäisinä ja mm. Mannerheimin Lastensuojeluliitto esitti toukokuussa 2019 kannanotossaan huomattavasti laajemman perspektiivin huomioimista tilanteen parantamiseksi. Perhevapaiden uudistamistarpeet eivät toki kosketa vain yksinhuoltajia, mutta ryhmän erityistarpeiden huomioiminen jo pelkästään lapsen edun näkökulmasta olisi ensiarvoisen tärkeää. Erityisesti siksi, että yksinhuoltajien määrän laskua osoittavia ennusteita ei ole.

3.1 Yksinhuoltajuus perheyksikön toimijuudessa

Syventääksemme ymmärrystä yksinhuoltajuuden suhteesta meitä ympäröivään yhteiskuntaan ja työelämään, tarkastelemme tässä kappaleessa suomalaisia perheyksiköitä; tilastollista yhdenvertaisuuden toteutumista perheissä, myös lasten ja nuorten osallisuuden näkökulmasta, sekä naisten ja yksinhuoltajien roolia. Huollettavat ja heidän hyvinvointinsa ovat keskeisessä merkityksessä yksinhuoltajien hyvinvoinnin kokemuksissa. Tämä näkökulma nousi selkeästi esille myös opinnäytetyön tutkimustuloksista, ja kokemukset omien lasten ja nuorten osallistumismahdollisuuksista korreloivat suoraan vanhemman kokemukseen omasta hyvinvoinnista ja sosiaalisen yhteisöllisyyden merkityksestä. Tulokset tukevat myös sitä päätelmää, että yksinhuoltajuus elämäntilanteena heijastelee myös työelämään ja luo ikään kuin peilin yksilön kokemukseen itsestään myös osana työyhteisöä. Yksinhuoltajuuteen liittyvät seikat voivat olla esimerkiksi alkuvaiheessa henkisesti niin kokonaisvaltaisia, että työelämäkontekstissa moni muu merkitys jää vähäiselle huomiolle. Perheyksikön monimuotoisuus ja sen tilanne olisi siis hyvä huomioida myös työelämässä ja yksilön työhyvinvointiin vaikuttavana seikkana. Kehityskeskustelut voivat toimia sopivana kehyksenä asian tarkastelulle, ja joissa tulisi varata tilaa myös myönteisten kokemuksen, onnistumisien ja löydettyjen voimavarojen havainnointiin.

Perhe on tänä päivänä monipuolinen ja moninainen, ja edelleen keskeinen ja yhteiskuntajärjestystä luova ja ylläpitävä yksikkö. Nykylainsäädännön mukaan Suomessa perheen muodostavat yhdessä asuvat avo- tai avioliitossa olevat täysi-ikäiset henkilöt,

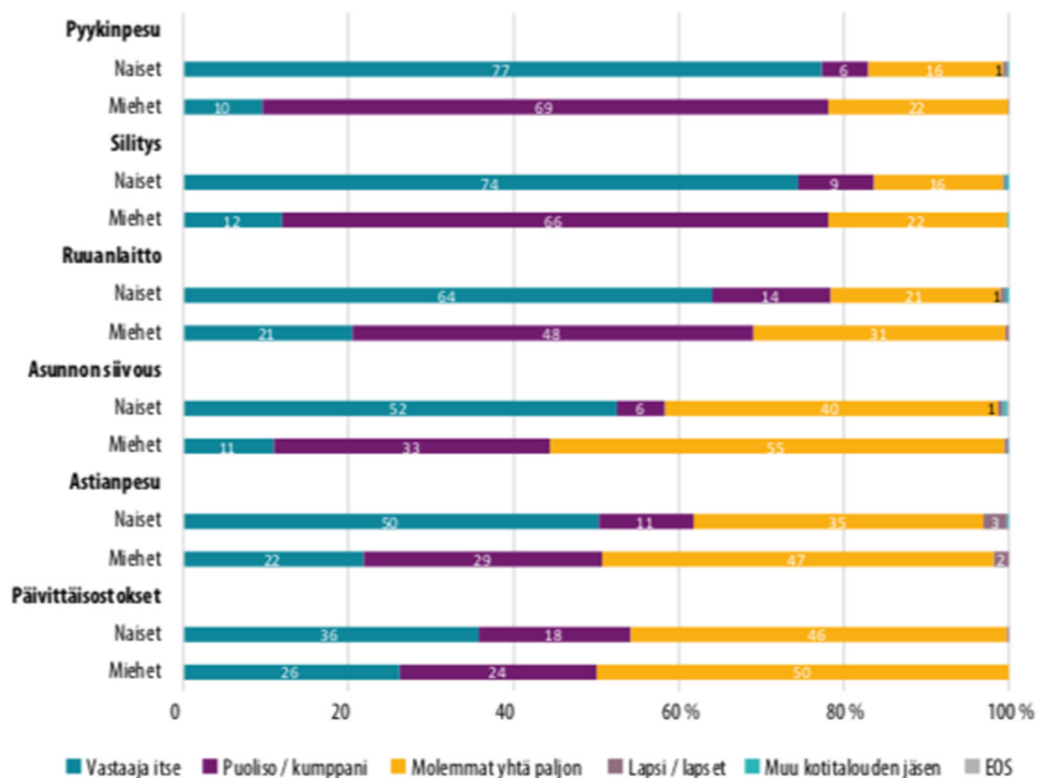
ja henkilöt, jotka ovat rekisteröineet parisuhteensa tai yksin jompikumpi vanhempi ja kaikissa tapauksissa heidän lapsensa. Lisäksi perheen muodostavat avo- ja aviopuoliset sekä parisuhteensa rekisteröineet henkilöt, joilla ei ole lapsia. 1.3.2017 lähtien avoliittolakiin tehdyn muutoksen myötä myös samaa sukupuolta olevat henkilöt ovat Suomessa voineet avioitua. (Tilastokeskus 2019.)

Nykyiset perheyhteisöt poikkeavat monin tavoin perinteisestä kulttuurisesti homogeenisestä ydinperhemallista. Perheet koostuvat eri kansalaisuuksista, kulttuuri- ja uskontataustoista, samaa sukupuolta olevista vanhemmista, kahdesta tai useammasta aiemmasta liitosta kootuista uusioperheistä, yhden vanhemman perheistä jne. Perheiden dynamiikka ja erityisesti niiden toimijuus on muuttunut merkittävästi yhteiskunnallisen muutoksen myötä 2000-luvulla. Erot nyky-yhteiskunnan ja maalaisyhteisöjen, sekä myös vielä 1970–80 -lukujen teollistuvan ja kaupungistuvan yhteiskunnan perhe-elämään ja sosiaalisiin ympäristöihin ovat suuria. Painopisteet perheiden arjessa sekä koko yhteiskunnassa näyttävät muuttuvan työstä vapaa-aikaan ja tänä päivänä puhutaan unelma-, elämys- ja tarinayhteiskunnista, joissa henkilökohtaiset vallinnat sekä kokemukset ovat keskeisessä roolissa (Liikkanen 2009, 8). Tämän kaltainen kehitys voi johtaa eriytymiseen myös perheyksiköiden sisällä, jossa normiutuneet ajatukset rikkoutuvat uusien roolien tieltä. Yhteiskunnallinen kehitys on huomattavasti hitaampaa, josta on esimerkkinä poliittinen päätöksenteko.

Teoksessa *Aikuisten arki*, Eeva Jokinen (2005) tarkastelee suomalaisen yhteiskunnan talous- ja hyvinvointipolitiikan rajapintoja suhteessa ns. tavallisen perheen arkeen ja tekee havainnon, että poliittisia päätöksiä tehdään pitkälti normiutuneiden oletuksien perusteella. Tämä voi selittää myös ilmiötasolla sitä, että esimerkiksi kotitalousjaottelusta ei haluta luopua, koska asioita on totuttu sillä tavoin käsittelemään. Monet oletukset poikkeavat kuitenkin todellisuudesta ja ristiriitaisuutta lisää se, että lainsäädäntö toisaalta sallii perheiden monimuotoisuutta, muttei huomioi sitä samassa suhteessa päätöksiä tehdessään.

Tarkasteltaessa perheiden sisäistä toimintaa nykypäivänä verrattuna vaikkapa 1950–60-luvulla vallinneisiin perhearvoihin, naisten muuttunut rooli näkyy selvimmin suhteessa kotitöiden, lastenhoidon ja ansiotyön jakautumiseen. Vuoden 2017 tasa-arvo-barometrin mukaan suurta muutosta kotitalousteiden jakaantumisessa naisten ja

miesten välillä avo- ja aviopariperheissä ei kuitenkaan ole nähtävissä enää 2010-luvulla. Edelleen naisten osuus on suurempi kaikissa muissa tehtävissä kuin päivittäisissä ostoksissa, joka on vertailuun valituista tehtävistä ainoa kodin ulkopuolinen työ. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2018.) Yhtä totuutta tilanteen mielekkyydestä ei luonnollisesti ole, ja erilaisia mielipiteitä on hyvä kunnioittaa. Kaikki eivät kannata esimerkiksi kotitaloustöiden tasaväkistä jakautumista naisten ja miesten välillä ja siihen voi olla perheissä hyviä perusteita. Suhteessa aiempiin vuosikymmeniin, miesten osuus kotitaloustöistä on nykyään paljon suurempi, joten muutosta tasaisempaa jakautumista kohti on tapahtunut. Miehet tekevät nykyisin yli 40 % vanhempien yhteenlaskeutusta lasten- ja kodinhoitoon liittyvistä töistä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2018.)



Kuva 2: Sosiaali- ja terveysministeriö 2018. Tasa-arvobarometri 2017. Kotitaloustöiden vastuunjako avo- ja aviopariperheissä 2017, kuka on useimmiten vastuussa (%), $N = 935-1079$.

Havaittavaan kehitykseen ovat mielestäni vaikuttaneet sekä perhepoliittiset päätökset (esim. perhevapaiden monipuolistuminen) mutta myös koulutuspolitiikan uudistuminen sekä tietoyhteiskunnan luomat mahdollisuudet ja mielikuvat vallitsevia arvoja kyseenalaistaen; erityisesti naisille tunnutaan jopa markkinoitavan sellaisia elämäntapoja ja arvoja, jotka eivät välttämättä tue perinteistä äitiyttä. Entä mitä tämä muutos

tarkoittaa naisten rooliin käytännössä? Siitäkin huolimatta, että normiutuneet näkemykset sukupuolien rooleista vaikuttavat edelleen yhteiskunnallisessa keskustelussa sekä päätöksenteossa, suhteemme omaan elämään ja henkilökohtaisiin ratkaisuihin on eräällä tavalla sukupuolineutraalistunut ja puhumme mieluummin yksilön oikeuksista, emmekä naisten ja miesten oikeuksista.

Naisten rooli muutoksessa on merkittävä ja ikiaikainen yhteys äitiyteen on ehkäpä muutoksista suurin. Äitiys on muuttunut eräänlaisesta evoluution velvoittamasta automaatiosta yhdeksi vaihtoehdoksi elää yksilön henkilökohtainen elämä. Tuula Melkas (Liikkanen 2009) pohtii tässä kontekstissa teknologisen ja yhteiskunnallisen kehityksen myötä syntyneitä ulkoisia vaikutteita, syitä ja pakon vähentymistä suhteessa lapsen hankkimiseen. Melkas näkee tämän ainakin osin liittyvän aineellistaloudelliseen hyöty -ajatteluun ja ikään kuin sen vasta-argumentiksi nousseeseen psykologisen hyödyn tarkasteluun. Toisin sanoen, lapsia ei enää tehdä siksi, että he jatkaisivat omaa työtä vaan heidät nähdään enemmän pysyvyyden, tunteiden ja oman itsensä toteuttamisen kautta.

Työn ja perheen yhteensovittaminen on yhtä lailla miesten sekä naisten elämässä läsnä, mutta tutkimusten mukaan naisille se vaikuttaa olevan kuitenkin hieman suurempi haaste. Esimerkiksi työaika tarkasteltaessa voidaan havaita, että epätyypillinen (muu kuin säännöllinen päivätyö) työaika on lisääntynyt naisilla viimeisen parin vuosikymmenen aikana, kun taas vastaavasti miehillä suunta on ollut 2000-luvulla laskeva (Miettinen & Rotkirch 2011). Ilmiön taustalla voi olla useita tekijöitä, kuten mm. naisvaltaisten palvelu- ja hoiva-alojen muutos kohti ns. 24/7 yhteiskuntaa tai naisten mahdollinen halukkuus ja valmius mukautua miehiä enemmän perheen tilanteeseen. Perheissä tehdään nykypäivänä ratkaisuja todennäköisesti myös taloudellisten näkökulmien perusteella ja edelleen, työelämän ja palkkojen tasa-arvokehityksestä huolimatta miehet kantavat suuremman osuuden kotitalouksien tuloista. Tässä suhteessa opinnäytetyön viiteryhmänä toimivat yksinhuoltajat ovat eri asemassa. Useimmiten työn tekemiselle ei ole vaihtoehtoa, koska perheen toimeentulo on pääsääntöisesti yhden vanhemman varassa.

3.2 Yksinhuoltajuus elämänkaaritarkastelussa

Opinnäytetyötä varten kerätystä aineistosta voidaan johtopäätöksenä esittää, että yksinhuoltajuus syntyy pääsääntöisesti kolmella eri tavalla: (1) parisuhteen päättymisen

myötä, (2) puolison tai kumppanin kuoleman johdosta tai (3) omasta tahdosta. Tarkasteltaessa yksinhuoltajuutta elämänkaareissa, aiheeseen saadaan mielenkiintoista tulokulmaa. Tällöin voimme tutkia aikuisuuteen kuuluvaa elämänvaihetta, joka voi periaatteessa kohdata kenet tahansa vanhemman varallisuuteen, asemaan, vakaumukseen tai mielipiteisiin katsomatta. Olemme siis melko laajan, ja osittain sattuman saaneleman, yhteiskunnallisen ilmiön äärellä. Ihmisen kehityspsykologian näkökulmasta yksinhuoltajuuden vaiheessa voidaan tunnistaa korostunutta tarvetta itsensä motiivointiin, sekä tekijöitä, joita voi nähdä esimerkiksi Salmela-Aron (2007) neljän prosessivaiheen (4S-malli) mukaisessa määrittelyssä elämänsä motivaatioista: suuntaaminen, suunnistaminen, säätely ja sopeuttaminen. Opinnäytetyötä varten toteutetussa haastattelututkimuksessa kaikki yksinhuoltajuutta elävät, tai sen aiemmin kokeneet, olivat käyneet näitä vaiheita tunnistettavasti läpi. He olivat joutuneet yksinhuoltajuuteen johtaneiden tekijöiden vuoksi suuntaamaan ja asettamaan uudelleen tavoitteitaan sekä säätelemään ja sopeuttamaan omaa toimintaansa ja suhdetta sosiaaliseen ympäristöön. Prosessin myötä he olivat myös oppineet itsestään paljon uutta.

Yksinhuoltajuuden elämänkaaritarkastelu ei välttämättä luo validia tutkimusasetelmaa tai selitä siihen liitettäviä ilmiöitä. Sen merkitystä voi kuitenkin pohtia voimavarojen ja kokemuksellisuuden näkökulmasta, sekä erityisesti siksi, että yksinhuoltajuus tai siihen vaikuttavat tekijät voivat suoraan tai välillisesti lisätä riskiä ylisukupolvisesta huono-osaisuudesta (Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos 2016). Riippumatta siitä millaisessa elämäntilanteessa olemme tai miksi olemme siihen päätyneet, tarinamme yksilöinä ja ryhminä piirtyvät merkittävältä osalta myös median muodostaman kuvan kautta. Mediasta on tullut erottamaton osa meitä ympäröivää sosiaalista kontekstia ja tämän näkökulman huomioimisesta on tullut keskeistä länsimaalaisen yhteiskunnan tarkastelussa. Joskus voi jopa olla hankalaa erottaa viihteellisen ja esimerkiksi yhteiskunnallisen vallankäytön ero mediassa (Seppänen & Väliaverron 2015, 10).

Yksinhuoltajan elämään ja arkeen sisältyy näkökulmia, jotka voivat jäädä yleisessä mediakeskustelussa helposti taka-alalle silloin, kun artikkelit kirjoitetaan ja julkaistaan tietynlaisen mielikuvan korostamiseksi. Yksinhuoltajuutta voidaan mediassa korostaa esimerkiksi kokemuksellisuuden tai yhteiskunnallisen luokittelun vahvistamiseksi. Tällaisia piirteitä voi nähdä esimerkiksi uutisessa, jossa kerrotaan erään kaupungin arvontamenettelystä lasten iltapäivätoiminnan paikkojen jaossa. Sinällään asianmukaisen menettelyn (arvonta) tuloksena yksinhuoltajan lapsi jäi ilman paikkaa ja

se puolestaan johti artikkeliin, jossa yksinhuoltajuudesta syntyi negatiivista kokemusta vahvistava tekijä suhteessa työssäkäyntiin, osallisuuteen ja sosiaaliseen toimijuuteen. Yksinhuoltajuuden elämänkaaritarkastelu voi kuitenkin myönteisesti ajateltuna tuottaa myös uusia mahdollisuuksia, sekä yhteiskunnalliseen toimijuuteen että työelämän tarpeisiin. Yksinhuoltajien usein osoittama kyky toimia tavoitteellisesti vaikeissa tilanteissa on merkityksellistä myös työelämässä, jotta työyhteisöjen hyvinvointi lisääntyy.

3.3 Yksinhuoltajuus ja (työ)hyvinvointi

Opinnäytetyön yksinhuoltajuutta tarkastelevan aineiston perusteella ei voi välttyä tulkinnalta, jonka mukaan yksilön hyvinvointi ja mielenterveys ja toisaalta työhyvinvointi kulkevat käsi kädessä ja nivoutuvat yhteen fyysisten ja psyykkisten voimavarojen kautta. Työn imua ja työuupumuksen kehityskulkua tutkineet Hakanen, J. & Perhoniemi R. (Työterveyslaitos 2012) osoittivat, että työn imu ja kokemukset, joiden koettiin rikastuttavat ja edistävän myönteisesti perhe-elämän toimivuutta, ennustivat toinen toisiaan. He osoittivat myös, että perhe-elämä ja työ voivat toimia monenlaisia voimavaroja toisilleen antavina osa-alueina. Aihetta tutkiessaan he esittivät yleisen hyvinvoinnin ja työhyvinvoinnin välisiä syy-yhteyksiä seuraavan nelikentän avulla:

	TYÖHYVINVOINTI	YLEINEN HYVINVOINTI JA MIELENTERVEYS
Positiivinen tila	Työn imu	Elämään-tyytyväisyys
Negatiivinen tila	Työuupumus	Masennus

Taulukko 1: Työhyvinvoinnin ja mielenterveyden käsitteellinen malli. Lähde: Työn imu ja työuupumuksen kehityskulut ja tarttuminen työtoverista toiseen. Hakanen & Perhoniemi 2012. (Hakanen ym., 2008b; McKnight and Glass, 1995; Nyklicek and Pop, 2005)

Hyvään työhön ja hyvin johdettuun työpaikkaan liittyvät siis oleellisesti työviihtyvyyttä ja -hyvinvointia tukevat toimet, joiden tulee olla kokonaisvaltaisia ja jatkuvia sen sijaan, että työpaikalla järjestetään irrallisia tempauksia, joiden vaikutuksia ei seurata. Toiminnan tärkeimpänä tavoitteena tulee olla terveyden edistäminen, jonka lähtökohdista toimivat ammatillisuutta ja työtehtävien hoitamista edistävät asiat (Työterveys-

laitos 2019.) Yksinhuoltajuuden näkökulmasta työviihtyvyyteen ja -hyvinvointiin voidaan vaikuttaa esimerkiksi työaikojen tarkastelulla tai tarvittaessa työtehtävien toteustapoja ja uudelleenjärjestelyjä toteuttamalla. Näitä mahdollisuuksia kannattaa hyödyntää silloin kun niillä on myönteistä vaikutusta yksilön ja yhteisön työhyvinvointiin ja osaamisen kehittämiseen.

Eräs keskeisistä yksinhuoltajuuden voimavaroista on hyvä arjen suunnittelu ja mm. tämä seikka nousi esille opinnäytetyön tutkimustuloksista. Tämän suunnitteluosaamisen hyödyntämistä kannattaisi lisätä myös työpaikoilla ja se onkin mukana yhtenä olettamana myöhemmin esiteltävässä tarkastelussa kehityskeskustelukäytännöistä. Keskeisessä roolissa ovat myös esimiehen ja työntekijän välinen luottamukseen perustuva vuorovaikutus, mikä vaikuttaa merkittävästi työn ja muun arjen sujuvuuteen. Yksinhuoltajuus voi olla kuormitustekijä suhteessa työelämään, siitäkin huolimatta, että emme keskittyisikään sen negatiivisiin puoliin. Työterveyspsykologi Heli Hannonen (2017) painottaa myös työn kuormitustekijöiden mukaan ottamista kehityskeskusteluihin sen sijaan, että niistä tiedustellaan työpaikoilla nimettömällä kyselyillä. Hannonen korostaa myös keskusteluissa esille nousevien asioiden seuraamista luottamuksen ja työhyvinvoinnin vahvistamiseksi ja toteaa, että *”Kehityskeskustelussa esiin tuleviin asioihin olisi hyvä palata aikaisemmin kuin vasta vuoden päästä. Jos kehityskeskustelut käydään kerran tai kahdesti vuodessa, on olennaista, mitä niiden välissä tapahtuu.”* (Työterveyslaitos 2017.)

Kehityskeskustelut, joiden sisältöjä ja kehittämismahdollisuuksia tarkastellaan seuraavassa kappaleessa tarkemmin, toimivat hyvin työn arjessa ja niiden vaikuttavuutta voidaan myös halutessa mitata sopimalla erilaisia keinoja ja mittareita toteutuksen seurantaan varten. Yksinhuoltajien kokemat haasteet työelämässä liittyvät usein käytännön arjen järjestelyihin, kuten lasten päivähoitoon, ja ilmiöstä kirjoitetaan nykyisin aika paljon. Lisääntynyt huomio on hyvä asia ja se muistuttaa myös työyhteisöjä siitä, että erilaiset elämäntilanteet on huomioitava ja hyväksyttävä. Painopisteitä erityisesti työyhteisöjen kehittäjille ovat työelämän monimuotoisuuden, tasa-arvoisen ja oikeudenmukaisen kohtelun sekä osallisuuden huomioiminen, arvostaminen ja edelleen kehittäminen. Hyvässä työyhteisössä vallitsee luottamuksen ilmapiiri, jossa ei vain siedetä, vaan hyväksytään erilaiset ihmiset, heidän elämänsä ainutkertaisuus ja kulloisetkin voimavarat, joita voidaan käyttää organisaation ja yksikön tavoitteiden saavuttamiseksi.

4 KEHITYSKESKUSTELUT KEHITTÄMISEN VÄLINEENÄ

Työpaikoilla käytävät kehityskeskustelut ovat suomalaisessa työelämässä melko vakiintunut käytäntö (Työterveyslaitos 2017), ja niissä piilee enemmän mahdollisuuksia kuin mitä ehkä työpaikkojen arjessa käytetään. Jotta niiden hyödynnettävyyttä voi parantaa, on hyvä tarkastella prosessia ja sisältöä sekä esimiestyön että työntekijyyden näkökulmista. Kehityskeskustelut, joihin liitetään vahvasti kahdenvälinen dialogi ja luottamuksellisuuden oletta, valikoitui opinnäytetyön tutkimustulosten perusteella hyväksi välineeksi myös työntekijän henkilökohtaisen tilanteen huomioimiseksi työpaikalla.

Keskustelujen tehostettua käyttöä puoltaa ensisijaisesti se, että käytäntö on jo melko vakiintunutta. Tämän ansiosta niiden hyödyntämättömiä osa-alueita voi olla helpompi tehostaa ja integroida työyhteisöön, sen sijaan, että luotaisiin uusia ja päällekkäisiä toimintamalleja, joiden toimeenpano ja seuranta jäävät mahdollisesti vaillinaiseksi. Kehityskeskustelujen keskeinen hyöty tulee nimenomaan yksilöön keskittyvästä näkökulmasta. Yksilöiden monet voimavarat jäävät usein huomiotta ja käyttämättä, koska niitä ei tiedosteta tai havaita riittävän selkeästi. Tähän seikkaan on hyvä kiinnittää enemmän huomioita, sillä työntekijöiden parhaita puolia tarvitaan ja niitä tulee vahvistaa, jotta työyhteisöt menestyvät. (Juuti 2005, 47–48.)

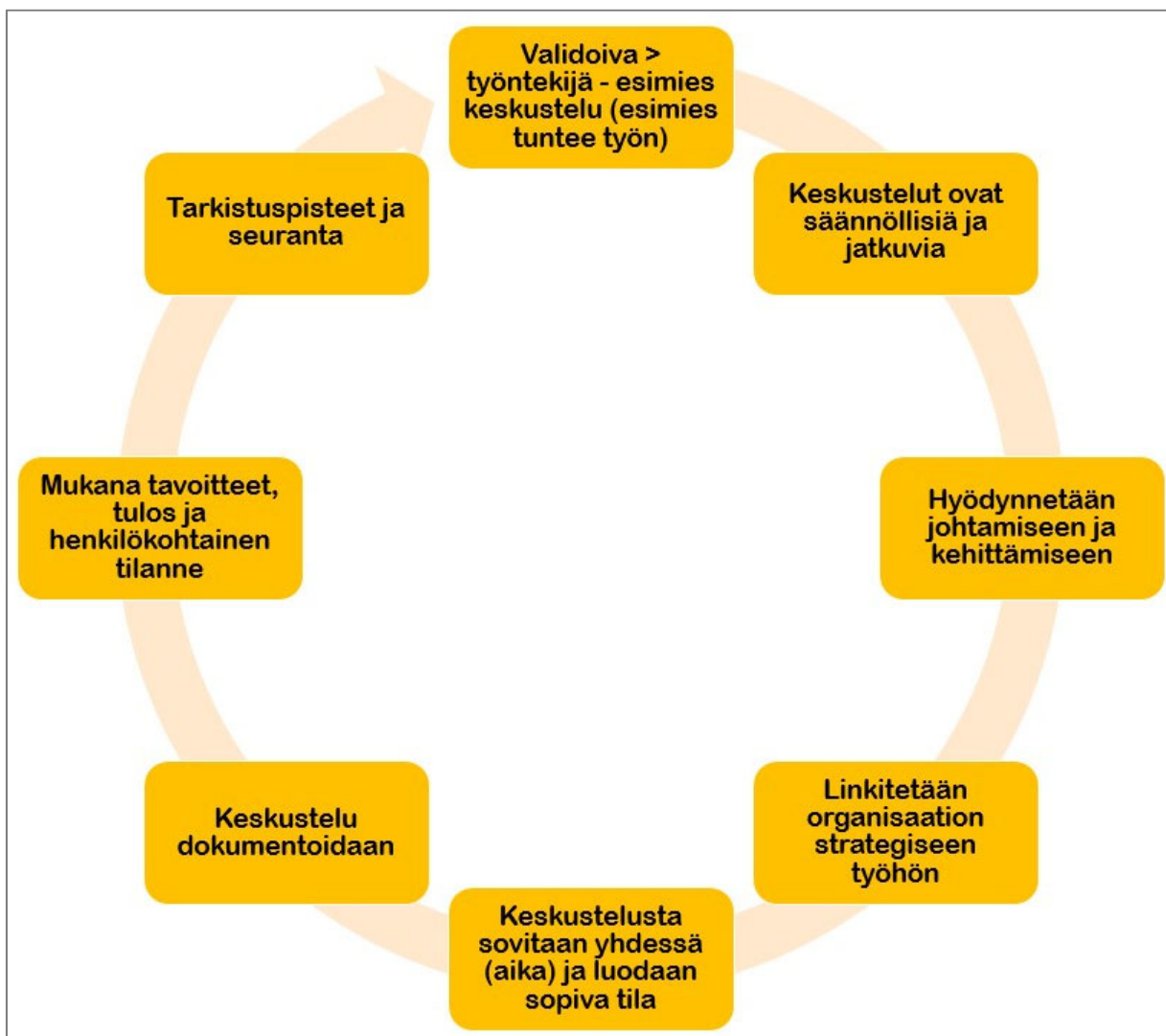
Työelämäkonsultti ja tietokirjailija Henrietta Aarnikoivu (2008) korostaa esimiesten roolia kehityskeskusteluissa ja toteaa, että esimiehelle kehityskeskustelut voivat parhaimmillaan toimia hyvinä työvälineinä, joilla on mahdollista sekä havainnoida työntekijän kokonaistilannetta että edistää tämän kehittymistä ja sitoutumista. Hyvä lopputulema edellyttää kehityskeskustelujen kaikkien elementtien, kuten keskustelun säännöllinen käyminen ja palautteen antaminen sekä motivointi, hyödyntämistä ja käyttöä työn arjessa. Esimieheltä tämä edellyttää kykyä ihmisen ja asioiden johtamisessa, erilaisten tilanteiden tunnistamisessa ja yksilöllisten tarpeiden havainnoinnissa. Vastaavasti työntekijän näkökulmasta kehityskeskusteluilla on parhaimmillaan työhyvinvointia ja sitoutumista lisäävä vaikutus. Jotta tämä toteutuu, tarvitaan luottamuksellinen suhde esimiehen ja työntekijän välillä, mikä sisältää myös ajatuksen yhteisestä vastuun ottamisesta. Keskeisessä roolissa on molempiin suuntiin toimiva avoin vuorovaikutus, jossa esimies pystyy selkeyttämään työn merkitystä työntekijälle

ja myös tunteita havainnoidaan osana yksilön kokonaishyvintä. (Aarnikoivu 2016, 13–15.)

Silloin kun työpaikalla toimitaan eettisten periaatteiden mukaan, kehityskeskusteluun ei tulla välttämättä yksinhuoltajuus (tai muu ns. normaalista elämäntilanteesta poikkeava tilanne) etunenässä, vaan lähtökohtana ovat työ ja työtehtävän hoitaminen sekä työyhteisössä toimiminen. Lisäarvoa keskusteluihin voidaan tuoda luottamuksen kautta, joka mahdollistaa yksityiselämästä keskustelemisen. Esimiehellä on mahdollisuus etukäteen suunnitellen huomioida tälle osa-alueelle muita käsiteltäviä asioita täydentävä polku, jonka tulosten hyödynnettävyyttä työpaikalla kannattaa pohtia kuitenkin yhdessä työntekijän kanssa.

4.1 Kehityskeskustelujen hyvä prosessi ja sisältö

Työelämän kehittämiseen on nykyään tarjolla monenlaisia työkaluja, joista tässä opinnäytetyössä tarkastellaan kehityskeskusteluja. Vuosittain käytävät esimies - työntekijä keskustelut ovat melko vakiintunut toimintatapa suomalaisessa työelämässä, ja esimerkiksi Parempi Työyhteisö (ParTy)[®] -kyselyyn osallistuvasta 190 organisaatiosta yli 75 prosentissa pidetään kehityskeskustelut vähintään kerran vuodessa (Työterveyslaitos 2017). Hannonen (2017) kannustaa myös käyttämään kehityskeskusteluja nimenomaan johtamisen työkaluna ja sisäistämään niiden potentiaalin. Hyvin suunniteltuna ja toteutettuna ne ovat hyödyllisiä, vanhanaikaisuuden leimasta huolimatta. Työelämän kehittämistä on tässä opinnäytetyössä haluttu tarkastella nimenomaan yksinhuoltajien kokemusten työpaikoille tuottaman lisäarvon näkökulmasta. Kehittämissuhteita esitellään erilaisille kokonaishyvintäin vaikuttaville osa-alueelle soveltuvien ideoiden ja työpaikoilla käytävissä kehityskeskusteluissa huomioitavaksi. Ehdotusten taustalla on työn johtamisen kokonaisprosessi, johon liitetään havainnoinnin ja tunnistamisen merkitys, kehityksen seuraaminen sekä alla kuvatut kehityskeskusteluihin liitettävät kriteerit ja vaiheet (Aarnikoivu 2016, 107–108):



Kuva 3: Kehityskeskustelujen hyvä prosessi. Lähde: Aarnikoivu 2016, Aidosti hyödyllinen kehityskeskustelu.

Havainnointi Yksinhuoltajuus on kokonaisvaltainen elämäntila, ja sen kokemuksellisuus on subjektiivista ja dynaamista. Kokemuksiin vaikuttavat mm. aika suhteessa yksinhuoltajuuden alkamiseen ja keston, sekä lapsien huoltajuustilanne ja ikä. Tästä syystä havainnointia on hyvä tehdä kysymällä ja kuuntelemalla vuosittain. Esimiehen on myös hyvä pyrkiä myös selvittämään, halutaanko asiaa nostaa keskeiseksi aiheeksi kehityskeskustelussa vai onko tärkeämpää, että yksinhuoltajuuteen ei nimenomaan keskitytä. Keskustelu voi yllättää puolin ja toisin ja siksi henkilökohtaisiin aiheisiin siirryttäessä myös luottamuksen havainnointi on tärkeää. Sitä, että toinen ei ole valmis kertomaan, on myös kunnioitettava. Esimiehen on hyvä pohtia etukäteen sitä, millai-

nen merkitys yksinhuoltajuudella voi olla työssä näkyvään hyvinvointiin ja tyytyväisyyteen ja millaisia havaintoja hän on tehnyt jo ennen kehityskeskustelua. Kuinka työhön liittyvät odotukset täyttyvät? Entä kuinka merkityksellistä työ vaikuttaa tällä hetkellä olevan? Onko työntekijällä ollut normaalia enemmän poissaoloja?

Tunnistaminen Mikäli työntekijän yksinhuoltajuus alentaa hyvinvointia on hyvä pyrkiä tunnistamaan mahdolliset tarkemmat syyt sekä tarvittava tuen laatu ja määrä. Riittäisikö silloin tällöin tilanteen läpikäyminen esimiehen kanssa tai olisiko työterveyspalveluista hyötyä? Onko tehtäviin tai työaikaan tarpeellista tehdä muutoksia pysyvästi tai väliaikaisesti? Tunnistaminen on keskeistä sopivan tuen määrittämiseksi ja molemminpuolinen ymmärrys esille nousevien tekijöiden merkityksestä on hyvä varmistaa keskustellen. Yhtä lailla voimavarojen tunnistamiseen kannattaa kiinnittää huomioita. Onko yksinhuoltajuutta elävällä työntekijällä jotain erityistä annettavaa työyhteisölle? Onko työyhteisössä muita samassa tilanteessa olevia ja kuinka mahdollista vertaistukea voisi nostaa esille ilman, että esimies puhuu toisten työntekijöiden yksityisasiasta?

Sanoittaminen ja kirjoittaminen Kehityskeskustelun muistioon on hyvä kirjata läpikäydyt asiat, ja elämäntilanteeseen liittyvät aiheet niin, että työntekijä kokee ne tarpeellisiksi ja asianmukaisiksi. Henkilökohtaisista asioista keskusteltaessa myös niiden dokumentointiin on kiinnitettävä erityistä huomiota. Kirjalliset dokumentit koetaan yleensä sitovammaksi kuin keskusteluin sovitut asiat ja siksi yhteinen ymmärrys kirjauksista on tärkeää. Voihan myös olla, että esimies vaihtuu ennen seuraavaa keskustelua. Asioihin palaaminen on myös yleensä helpompaa silloin, kun muistin tukena ovat sovitut asiat kirjattuina. Esille tulevien asioiden kirjaamista voi valmistella jo etukäteen ja valmistautua yhteisen ymmärryksen varmistamiseen. Ymmärsinkö oikein, että ...? -kysymykset ovat tässä tilanteessa hyviä. Toistamalla ääneen sanottuja asioita voidaan varmistaa oikea tulkinta. Vaihtoehtoisesti myös työntekijä voi kirjoittaa keskustelun osia, mikäli se tuntuu luontevalta. Lopullinen versio hyväksytään yhdessä.

Toteuttaminen ja seuranta Luottamus syntyy pitkälti siitä, että keskustellut ja sovitut asiat toteutetaan yhdessä sovitun mukaisesti. Sekä esimiehen että työntekijän sitoutuminen on yhtä tärkeää ja jatkuvan vuorovaikutuksen vaaliminen positiivisen muutoksen takaamiseksi on keskeistä. Yksinhuoltajuus ei ole stabiili tilanne, joten työhyvinvoinnin seuranta on tästä näkökulmasta keskeistä. Valitettavasti tilanne voi myös

muuttua huonompaan suuntaan, joten on hyvä sopia myös siitä, kuinka tilanne otetaan puheeksi matalalla kynnyksellä. Myönteistä muutosta haettaessa voi myös lähteä liikkeelle pienistä ja yksittäisistä asioista. Sovimme, että ...? -kysymyksillä varmistetaan yhteinen ymmärrys tavoitteista. Seuranta varten on hyvä asettaa joitain konkreettisia tavoitteita, jotka ovat selkeästi havaittavia ja mitattavia. Yksinhuoltajuus kuormittaa elämää ja silloin on erityisen tärkeää, että työelämässä on selkeitä tehtäviä. Käsitteet, kuten parantaminen ja kehittyminen, eivät yleisellä tasolla välttämättä motivoi, sillä niihin voi olla hankalaa tarttua.

Voimavaroja ja osallisuutta vahvistavissa keskusteluissa keskiössä ovat erityisesti työntekijän omat kokemukset ja niiden hyödyntäminen sekä työntekijän ja esimiehen välisen vuorovaikutuksen vahvistaminen ja luottamussuhteen lisääminen. Seuraavissa kappaleissa ehdotettujen kehityskeskustelukysymysten taustaksi on käytetty haastattelututkimuksessa kirjattuja kokemuksia.

5 KOKEMUKSELLISUUS TYÖELÄMÄN KEHITTÄMISESSÄ

Yksinhuoltajuus on tässä opinnäytetyössä päätetty asettaa osaksi laajempaa hyvinvoinnin ja yhteiskunnallisen toimijuuden tarkastelua, jolloin sille syntyy luontevasti myös rooli yksilön elinkaariteoriassa. Tässä kappaleessa tutkitaan perheiden hyvinvointia ja osallisuutta kokemuksellisuuden kautta ja nostetaan yksinhuoltajuudesta esille sellaisia tekijöitä, joita voi soveltaa työelämän kehittämiseksi. Kustakin osa-alueesta on kirjattu ehdotuksia työpaikoilla käytäviin kehityskeskusteluihin, ja joiden avulla yksinhuoltajien voimavaroja voidaan huomioida aiempaa tehokkaammin.

Osana Euroopan sosiaalirahastosta -rahoitettua *Työ, toimeentulo, osallisuus Itä-Suomessa - kansalaisnäkökulma alueen kehittämiseen* -kehittämishanketta (2006–2007) sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto toteutti keväällä 2007 “Hyvinvointi ja osallisuus Itä-Suomessa” kansalaiskyselyn (Siltaniemi, A., Perälähti, A., Eronen, A., Londén, P. ja Peltosalmi, J. 2008), myöhemmin kansalaiskysely, johon osallistui 3200 itäsuomalaisista. Kyselytutkimuksen tulokset muodostavat viitekehyksen tarkasteltavaan aiheeseen yksinhuoltajien kokemuksista osallisuudesta ja liittymisestä sosiaaliseen ympäristöön, koulutusrakenteisiin ja työelämään. Kansalaiskyselyn tuloksia on esitelty yhteenvetoina antamaan lukijalle kokonaiskuvaa vastaajien kokemuksista

sekä valottamaan tutkimusajankohtana vallinneita näkökulmia eri osa-alueista. Kansalaiskyselyn tuloksista on poimittu yksinhuoltajakotitalouksien osalta tutkijoiden erittelemä tulos. Analyysia on täydennetty yksinhuoltajuutta tarkastelevalla strukturoidulla haastattelututkimuksella (myöhemmin haastattelututkimus), johon osallistui viisi kantasuomalaista yksinhuoltajuutta kokenutta tai kokevaa naista ikäryhmästä 20–50 -vuotta. Haastateltavista kaksi oli työssä käyviä ja kolme oli kotona, joko työttömänä tai vanhempainvapaalla. Haastattelun kyselylomake on opinnäytetyön liite 2.

Opinnäytetyötä varten toteutetussa haastattelututkimuksessa on toistettu yleisellä tasolla kansalaiskyselyn teemoja (1) Hyvinvointi ja tyytyväisyys, (2) Osallisuus, vaikuttaminen ja sosiaaliset suhteet, (3) Palvelut, (4) Työ ja toimeentulo ja (5) Tasa-arvo ja oikeudenmukaisuus, jotta aineistoon saadaan luontevasti yksihuoltajaryhmän osalta täydentyvää näkökulmaa. Haastattelututkimuksessa ei ole kuitenkaan pyritty vastaavuuteen yksittäisten teemojen tai kysymysten osalta. Tutkimuksia ei voi, eikä ole tarkoitus suoranaisesti verrata keskenään, mutta viiteaineiston hyödyntämisen vuoksi tietty rakennekonteksti on säilytetty. Opinnäytetyötä varten päädyttiin valitsemaan pieni tutkimusjoukko, sillä tavoitteena oli koota laadullisesti syvää aineistoa, ja jossa yksinhuoltajanaisten kokemukset eivät rajoittuneet kyllä/ei vastauksiin, tai muutoin lyhyisiin kommentteihin. Valitun tutkimusmenetelmän avulla pyrittiin tekemään havaintoja myös hiljaisista signaaleista. Pienestä tutkimusjoukosta huolimatta haastattelujen avulla voidaan vetää joitakin yleisiä johtopäätöksiä yksinhuoltajia yhdistävistä tekijöistä:

- Yksinhuoltajia on pääsääntöisesti kolmea tyyppiä; (1) parisuhteen päättymisen myötä yksinhuoltajiksi tulleet, (2) puolison kuoleman johdosta yksinhuoltajiksi jääneet ja (3) omasta tahdostaan yksinhuoltajiksi ryhtyneet.
- Riippumatta siitä, mitä yksihuoltajatyyppejä haastateltava edusti, voitiin havaita, että yksinhuoltajuutta edelsi jonkinasteinen henkilökohtainen kriisi, ja sitä seurannut kasvutarina (joka oli osalla vastaajista kesken, mutta tunnistettavissa).
- Riippumatta siitä, mitä yksinhuoltajatyyppejä haastateltava edusti, voitiin havaita, että kukin yksinhuoltaja oli saanut (joko tarkoituksella tai tahtomattaan) melko runsaasti kosketuspintaa yhteiskunnallisiin palveluihin ja prosessin seurauksena se oli myös tuottanut erilaisia näkökulmia niiden toimivuuteen.

- Suhde omaan itseen oli muuttunut kaikilla tunnistettavasti, kun verrattiin tilannetta ennen yksinhuoltajuutta ja siihen johtanutta tapahtumaketjua ja/tai sen ollessa jo vakiintunut tila.
- Yhteenkuuluvuuden kokemuksesta haastatteluissa kävi ilmi, että läheisten ihmisten, ystävien ja sukulaisten kanssa koettu vuorovaikutus on ensiarvoisen tärkeää, ja sen merkitys korostuu selvästi yli muiden sosiaalisten suhteiden merkityksen.
- Yksinhuoltajuuteen vaikuttaisi liittyvän korostunut yhteenkuuluvuuden tunne lapsen/lasten kanssa, ja haastateltavat kokivat hyvin voimakkaasti oman hyvinvoinnin syntyvän lapsen/lasten hyvinvoinnin kautta erityisesti yksinhuoltajuuden alussa.

5.1 Hyvinvointi ja tyytyväisyys

Kansalaiskyselyn tuloksena todettiin, että tarkastelussa olleen väestön hyvinvointikokemukset olivat polarisoituneet. 68 % koki hyvinvointinsa kokonaistilanteen hyvänä tai melko hyvänä, ja vastaavasti huonona tai melko huonona tilanteen koki noin joka seitsemäs. Heikoin arvio omasta tilanteesta oli ikääntyneillä ihmisillä, ja ikä sekä siihen kytköksissä oleva terveydentila osoittautuikin yhdeksi keskeisimmistä tekijöistä oman hyvinvoinnin kokemusta arvioitaessa. Millaisista asioista oma hyvinvointi ja tyytyväisyys syntyvät ja mitkä tekijät vaikuttavat elämänlaatuun?

Kansalaiskyselyyn vastanneista oman hyvinvoinnin kannalta;

- 96 % piti omaa vastuuta omasta elämästä melko tärkeänä tai tärkeänä,
- 92 % piti läheisten ja sukulaisten roolia keskeisenä,
- 82 % piti julkisia terveystalvveluita tärkeinä ja
- 69 % piti julkisia sosiaalipalveluja tärkeinä.

Kansalaiskyselyn tuloksista kävi myös selkeästi esille, että hyvinvoinnin ja tyytyväisyyden kokemukseen vaikutti merkittävästi se, oliko vastaaja työllinen vai työtön ja koulutettu vai kouluttamaton. Koulutuksen koettiin olevan merkittävä hyvinvoinnin resurssitekijä ja usein yhteydessä kokemukseen elämänhallinnasta. Myös vastaajan tu-

lotaso, kokemus omasta fyysisestä ja psyykkisestä terveydestä, sosiaalinen kiinnittyminen, ihmissuhteiden toimivuus ja luottamus korreloi kokonaisvaltaiseen hyvinvoinnin kokemukseen. (Siltaniemi ym. 2008, 29,116, 185.)

Yhteiskunnallisessa luokka-asemien tarkastelussa sosiaalinen liikkuvuus on hyvinvoinnin kokonaisuudessa yksi keskeinen tekijä. Vanhempien ja lasten sosioekonomista asemaa ja erityisesti näiden periytyvyyttä vs. sosiaalista liikkuvuutta tutkittaessa on havaittu eroja voimakkuudessa eri maissa sekä ajallisessa kontekstissa. Suomi on näissä tutkimuksissa (teollistuneiden maiden vertailussa) melko avoin maa ja peräti 70–80 % suomalaisista lapsista on aikuistuttuaan sijoittunut eri luokka-asemaan kuin missä vanhempansa ovat olleet. (Erola 2010. 64–65; Erola & Moisio 2002; Erola 2009b.) Tuloksena tämä on positiivinen ja pitää sisällään mahdollisuuksien tasa-arvon, joka on keskeistä hyvinvoinnin kokemuksessa. Ajatus siitä, että yksilöllä on mahdollisuus vaikuttaa omaan elämäänsä, on myös modernin yhteiskunnan hienous, jota ei ehkä riittävästi arvosteta. Kansalaiskyselyn tuloksissa yksinhuoltajat asemoituivat keskimääräistä tyytymättömimpien ryhmään tarkasteltaessa hyvinvointia ja tyytyväisyyttä eri elämän osa-alueissa ja näiden tekijöiden merkityksestä omaan elämään yleisellä tasolla. Syrjäytyminen ja ulkopuolisuuden kokemukset nousivat esille noin 6 %:lla yksinhuoltajaryhmän vastaajista. (Siltaniemi ym. 2008, 36.)

Ottaen huomioon hyvinvointiin ja tyytyväisyyteen vaikuttavat tekijät, niiden laaja-alaisuus ja kokonaisvaltaisuus, ei tulos ole sinällään yllättävä. Prosessi, joka johtaa yksinhuoltajuuteen on harvoin helppo ja keveä, riippumatta siitä mikä tai mitkä tekijät siihen johtavat. Tällöin on ilmeistä, että yksilön kokemukset hyvinvoinnista ja tyytyväisyydestä joutuvat koetukselle. Yksinhuoltajuuteen voidaan liittää myös tietyn tyyppistä elämäntilannetta haastavia tekijöitä, jotka voivat tehdä elämästä raskasta, vaikka itse yksinhuoltajuuteen johtava prosessi olisikin jo takana. Haastattelututkimuksessa tyytymättömyyden kokemuksiin vaikuttivat usein muiden ihmisten näkemykset yksinhuoltajan elämäntilanteesta, lasten kokemukset riidoista ja erosta sekä se, että läheiset ihmissuhteet jostain syystä katkeaisivat tai etääntyisivät. Haastateltavat kuvasivat kokemuksiaan mm. seuraavasti:

“Koen tyytymättömyyttä silloin tällöin, ja se liittyy lähes aina toisten ihmisten näkemyksiin minusta ja minun elämästäni. Olen saanut roppakau-palla vaikka minkälaisia elämänohjeita, neuvoja ja suosituksia sekä jopa arvostelua siitä, että en panosta ulkonäköni tai omaan hyvinvointiini yms. riittävästi. ... Kaikkein pahinta on se, että esimieheni suhtautuu mi-nuun holhoavasti. Se nolottaa ja tekisi mieli vetäytyä syrjään muiden kat-seilta.” (45 -vuotias, työssä)

“Jos alkaisin opiskelemaan, niin pitäisi todennäköisesti muuttaa toiselle paikkakunnalle. Se ahdistaa paljon, koska kaikki kaverit ja läheiset on täällä.” (22 -vuotias, työtön)

“Eron aikaan minulla oli muutama läheinen tukena, joita ilman en olisi itse selvinnyt kaikista tilanteista. Lapseni jäivät liian yksin, ja se painaa minua vieläkin siitäkkin huolimatta, että olemme pystyneet keskuste-lemaan asioista heidän aikuistuttuaan.” (48 -vuotias, työtön)

“Koska lähipiirini tietää, että lapsen hankkiminen oli minun oma ratkai-suni, tuntuu siltä, että minulla ei ole lupa kertoa, jos olen väsynyt tai ala-kuloinen. Neuvolassakaan en tule mielestäni oikein ymmärretyksi ja se harmittaa tietysti.” (20 -vuotias, äitiyslomalla)

Haastattelututkimuksen aikana hyvinvoinnin ja tyytyväisyyden kokemuksiin erottui-vat selkeinä vaikutustekijöinä yksilön odotukset ja haaveet sekä niiden toteutumisen tai toteutumattomuus. Tutkimukseen osallistuneiden kanssa keskusteltiin myös siitä, kuinka yksinhuoltajuuteen johtaneen prosessin tai tapahtumaketjun aikana erityisesti näitä tekijöitä oli pohdittu yhä uudelleen ja kuinka merkityksellisten asioiden havain-nointi oli lähes kaikilla muodostunut yhdeksi tärkeimmäksi voimavaraksi. Haastatel-tavat kertoivat kokemuksistaan mm. näin:

“Vaikka halusinkin tietoisesti yh-äidiksi, ei tämä alku ole ollut helppoa ja se on yllättänytkin raskaudellaan. En osannut alussa varautua siihen, kuinka henkisesti kuormittavaa pienen lapsen riippuvuus voi olla, mutta silti olen saanut elämänvoimaa juuri tästä omasta elämäntilanteesta.” (20 -vuotias, äitiyslomalla)

“Jotenkin tuntuu, että olen aineellisesti todella vähään tyytyväinen enkä enää haaveile turhia. Parhainta olisi, jos saisin olla oma itseni ilman tois-ten mielipiteitä minusta. Ajattelen, että minulla on siihen oikeus.” (45 -vuotias, työssä)

“Pidän laulamisesta todella paljon, ja toivon että löydän lähivuosien ai-kana sopivan tavan sen harrastamiseen. Pieni haave, mutta itselleni tär-keä.” (29 -vuotias, työssä)

“Olen nuori, mutta kuitenkin vastuussa myös lapseni elämästä, joten en halua tehdä väärää päätöksiä tulevaisuuden suhteen.” (22 -vuotias, työ-tön)

5.1.1 Hyvinvoinnin ja tyytyväisyyden vahvistaminen

Hyvinvointi ja tyytyväisyys ovat tärkeitä seikkoja työntekijän motivoitumisen näkökulmasta. Työpaikalla tulisi pyrkiä siihen, että myönteiset kokemukset vahvistuvat ja mahdollisia tyytyväisyyden tekijöitä löydetään arjesta. Myös sitä heikentävistä seikoista tulee voida puhua, mielellään ratkaisukeskeisesti.

Työntekijän omia voimavaroja ja hyvinvoinnin sekä tyytyväisyyden kokemusta vahvistavia kysymysehdotuksia työpaikalla käytäviin kehityskeskusteluihin:

- *Koetko, että voit keskustella luottamuksen ilmapiirissä?*
- *Mistä asioista saat tällä hetkellä eniten voimavaroja arkeesi ja työssä käymiseen?*
- *Oletko havainnut täällä työpaikalla sellaisia asioita, jotka erityisesti vahvistavat hyvinvointiasi tai vastaavasti heikentävät sitä?*
- *Millaisia keinoja mielestäsi voisimme kokeilla, jotta myönteiset tekijät vahvistuvat ja negatiiviset heikentyvät?*
- *Miten voisimme seurata sovittujen keinojen toimivuutta?*

5.2 Osallisuus ja sosiaaliset suhteet

Itäsuomalaiset osoittautuivat valtaosin tyytyväisiksi suhteessa oman elämänsä eri osa-alueisiin, todetaan kansalaiskyselyn tuloksen yhteenvedossa, mutta parannettavaa löydettiin erityisesti mahdollisuuksissa osallistua ja vaikuttaa mm. poliittiseen päätöksentekoon. Keskeisimmät asiat, joihin vaikutusmahdollisuuksia kaivattiin, olivat omaan asuinympäristöön ja yhteiskuntaan liittyvä päätöksenteko. Vastaavasti keskeisimpinä esteinä osallisuuteen olivat haasteet fyysisessä ja psyykkisessä terveydessä, heikko taloudellinen tilanne ja mm. huonot kulkuyhteydet ja tiedonsaanti. Tutkimus puhuu vaikuttamisvajasta, ja sitä koettiin erityisesti niiden vastaajien keskuudessa, jotka arvioivat myös oman hyvinvointinsa kokonaistilannetta heikoksi. Kotitaloustyyppi -tarkastelussa kansalaiskyselyyn osallistuneet yksinhuoltajataloudet olivat siinä ryhmässä, jossa arvioitiin omia osallistumismahdollisuuksia heikoiksi. Tämä korostui erityisesti harrastus- ja yhdistystoimintaan osallistumista ja vaikuttamista tarkasteltaessa. (Siltaniemi ym. 2008, 46–47, 186–187.)

Mielenkiintoiseksi kansalaiskyselyn tuloksen tekee se, että siinä eroteltiin osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuudet ja toisaalta kiinnostus lisäosallistumiseen. Nämä

kaksi tulokulmaa onkin syytä erottaa toisistaan, ja pyrkiä välttämään sen kaltaista tulokintaa, jonka mukaan passiivisuus tarkoittaisi välinpitämättömyyttä. Yksinhuoltajaryhmässä oman hyvinvoinnin kokemukset olivat keskimääräistä heikommät, saattoi tästä syntyä myös oletus tietyn tyyppisestä passiivisuudesta. Kansalaiskyselyn tulokset osoittivat selkeästi myös sen, että halukkuutta osallisuuden lisäämiselle on, ja tutkijoiden jopa hienoiseksi yllätykseksi, yksinhuoltajat osoittivat erityistä aktiivisuutta ja kiinnostusta lisäosallisuutta kohtaan (Siltaniemi ym. 2008, 64). Opinnäytetyön haastattelututkimuksessa tämä aihe herätti runsaasti keskustelua, ja sivusi lähes kaikkien haastateltavien kokemuksissa yksinhuoltajuuteen liitettävistä negatiivisista mielikuvista. Haastateltavat kertoivat kokemuksista mm. näin:

“Minun on annettu ymmärtää, että koska olen tietoisesti hankkiutunut raskaaksi ja päättänyt aloittaa yh-elämän, minun on jaksettava hymy huulilla, vaikka olisi kuinka raskasta. Tällaisia kommentteja tai tämän kaltaisia “huonoja vitsejä” olen kuullut mm. sukulaisilta ja tuttavilta sekä virastoissa, joissa olen asioinut.” (20 -vuotias, äitiyslomalla)

“Aikanaan kun lähdin ex-puolisoni luota, ja aloittelin uutta elämänvaihetta poikieni kanssa, kykyäni hoitaa asioita ja selvitä yksin kahden pienen pojan kanssa kyseenalaistettiin erityisesti viranomaisten puolelta. Se tuntui todella pahalta, sillä itse koin, että olin päinvastoin vahva lähtiessäni pois huonosta suhteesta.” (48 -vuotias, työtön)

“Minulle on annettu kaikenlaisia neuvoja ja kommentteja siitä, miten pitäisi olla ja elää ... En tarkoita, etteikö voisi olla empaattinen ilman omaa kokemusta, mutta minä en ole tainnut sellaista ihmistä kohdata, joka halusi oikeasti kuunnella ja eläytyä tarjoamatta omia mielipiteitään ratkaisuksi.” (45 -vuotias, työssä)

Kansalaiskyselyssä työelämäkonteksti erotteli tuloksia jonkin verran. Työssäkäyvät yksinhuoltajat olivat herkempiä ottamaan yhteyttä esimerkiksi kunnallisiin päättäjiin, kuin työttömät tai perhevapaalla olevat (Siltaniemi ym. 2008, 77). Yksittäisiä syitä tähän tulokseen ei nimetty, mutta vaikuttaisi siltä, että työelämässä mukanaolo edistää yksilön aktiivisuutta ja voi suojata jossakin määrin syrjäytymisen ja ulkopuolisuuden kokemukselta. Tästä ei kuitenkaan voi vetää sellaista johtopäätöstä, että kotona olevat yksinhuoltajat olisivat erityisessä vaarassa syrjäytyä. Haastattelututkimuksessa nousi esille myös signaaleja siitä, että kotona olevat olivat kokeneet voimaantumista ja kiintymyksen lisääntymisen tunnetta, joka edelleen tuki elämönhallinnan kokemusta ja myöhemmin opiskelujen aloittamista tai työelämään siirtymistä.

Työllisyys näytti myös vaikuttavan myönteisesti osallisuuden ja vaikuttamisen kokemuksiin oleellisesti liittyvään tiedon hankintaan ja ajankohtaisten asioiden seuraamiseen. Kansalaiskyselyn johtopäätöksissä todetaan edelleen, että itäsuomalaisten keskuudessa osallistumisen suurimmat esteet liittyvät suurelta osin asioista tiedottamisen sekä vaikutusmahdollisuuksien puutteisiin (Siltaniemi ym. 2008, 56, 193). Kokemuksia vaikuttamismahdollisuuksista ei ole syytä kyseenalaistaa, mutta koska kansalaiskyselystä on kulunut jo noin 10 vuotta, on hyvä mainita, että esimerkiksi Kuntaliiton verkkosivuilla ylläpidetään nykyisin kattavasti tietoa erilaisista mahdollisuuksista osallistua. Lähes poikkeuksetta myös kunkin kaupungin ja kunnan omilla verkkosivuilla tietoa on saatavilla runsaasti. Tiedon hankkiminen toki edellyttää yksilön omaa aktiivisuutta. Kunnallisessa päätöksenteossa on varmasti edelleen paljon kehitettävää, vaikka toki hyviäkin esimerkkejä jo on, kuten asukaskyselyt ja hieman pidemmälle viety Helsingin kaupungin osallistuvan budjetoinnin malli (Helsingin kaupunki 2019).

Kansalaiskyselyyn vastanneet itäsuomalaiset olivat valtaosin tyytyväisiä läheisiin sosiaalisiin suhteisiin ja niitä myös arvostettiin laajasti. Myös naapureihin pidetään yhteyttä ja naapuriapu sekä kyläilykulttuuri nousivat tutkimuksessa esille myönteisinä ilmiöinä. Kansalaiskyselystä kävi myös ilmi, että sosiaalisten suhteiden toimivuus näyttää olevan sidoksissa kokemuksiin asuinympäristöstä sekä siihen, kuinka vahvaa luottamusta tunnetaan omaan itseen ja muihin ihmisiin. Tutkimus osoitti myös, että viihtyminen asuinalueella korreloi hyviin sosiaalisiin suhteisiin. (Siltaniemi ym. 2008, 99, 194.)

Kansalaiskyselyyn osallistuneet yksinhuoltajat kuuluivat sosiaalisten suhteiden tarkastelussa siihen ryhmään, jotka kertoivat keskimäärin useammin kokevansa huonoja tai puutteellisia sosiaalisia suhteita. Näihin negatiivisiin kokemuksiin vaikuttaa todennäköisesti yhtenä keskeisenä tekijänä koettu luottamuspula toisiin ihmisiin (Siltaniemi ym. 2008, 100–101). Tätä näkemystä tukevat kansalaiskyselyn tulokset luottamuksen merkityksestä sosiaalisten suhteiden toimivuuden kannalta ja luottamuksen kytketymisestä sosiaalisen pääoman käsitteeseen. Haastattelututkimuksessa haastateltavien kertomat kokemukset syrjäytyneisyyden ja ulkopuolisuuden tunteesta näyttivät liittyvän usein luottamuksen menettämisen kokemuksiin. Haastateltavat kertoivat kokemuksistaan mm. näin:

“Asumme lapseni kanssa keskisuuren kaupungin keskustassa ja täällä tuntuu, että ihmiset elelevät omaa elämäänsä juurikaan muista välittämättä. ... Tiedostan senkin, että elämäni kokonaisuus on jotenkin ohuen pohjan varassa ja olisi hyvä olla isompi verkosto ihmisiä ympärillä. Uusiin ihmisiin tutustuminen puhumattakaan luottamisesta tuntuu vaan nyt hankalalta.” (29 -vuotias, työssä)

“En myöskään taida olla (oman ikäisteni) miesten silmissä kovin houkutteleva pakkaus, koska yleensä keskustelu loppuun “lapsi-kohtaan”.” (22 -vuotias, työtön)

Haastattelututkimuksen perusteella ne, jotka eivät olleet kokeneet luottamuspulaa toisiin ihmisiin kertoivat jopa poikkeuksellisen läheisestä perheyhteisöstä, jossa mm. yksinhuoltajan sisarukset ja omat vanhemmat olivat toimineen kannattelevana tekijänä. Myös suhde entiseen puolisoon oli kohtalaisen toimiva, vaikka ei erityisen läheinen enää parisuhteen päättymisen jälkeen. Näillä haastateltavilla oli myös läheinen ystävä, joka merkitys oli korostunut erityisesti yksinhuoltajuuteen johtaneessa prosessissa, jatkuen edelleen. Luottamus suhteessa osallisuuden ja sosiaalisten suhteiden kokemuksiin on mielenkiintoinen ilmiö myös yhteiskunnallisessa luokkatarkastelussa. Ns. luottamusindikaattoria käytetään mm. sosiaalisen pääoman mittarina ja se kuvaa erityisesti yksilön osoittamaa luottamusta lähipiirin ulkopuolelle ts. ihmisiin, joita vastaaja ei tunne entuudestaan (Erola 2010, 172; Putman 2000, 23). Luottamusindikaattoriin näyttäisi vaikuttavan vahvasti sosiaalinen pääoma ja sen suuntaisesti, että mitä paremmat resurssit (mm. tulojen ja hyvän koulutusasteen kerryttämänä) yksilöllä on, sen paremmin hän kestää itselleen tuntemattomien ihmisten mahdollisesti aiheuttamaa riskiä (emt., 172).

Avun tarpeen myöntäminen ja avun hakeminen vaikuttaisi yksinhuoltajien näkökulmasta olevan osin haasteellista, sillä haastattelututkimuksessa moni haastateltava kertoi siitä, kuinka vaikeaa avun vastaanottaminen voi olla. Avun tarve pystyttiin arvioimaan ja tunnistamaan melko helposti, mutta jo pelkästään avun pyytämistä pitkitettiin tyyppillisesti viimeiseen asti. Lähes kaikki avun tarvetta tunnistaneet haastateltavat olivat lopulta toimineet vasta läheisen kannustamana, ja silloinkin oikeutusta avun saamiseen oli syvällisesti pohdittu. Esille nousivat tunteet leimautumisen pelosta sekä myös arvioinnin kohteeksi joutumisesta sekä toisaalta tarve osoittaa selviämistä omin

avuun. Eräs haastateltava, jonka kokemukset yksinhuoltajuuden alkuvaiheista pohjautuvat 1990-luvun lopulle, kertoi kokemuksistaan näin:

“Poikien aloittaessa koulun, he olivat luokan ainoat yh-perheen lapset ja valitettavasti he saivat siitä kuullakin. Ihan kaikenlaisia varusteita en aina pystynyt hankkimaan, ja olihan se noloa, kun piti koulun suksilla hiihtää eikä päässyt kaikille maksullisille retkille. Äitinä tuommoiset kokemukset ovat sydäntä särkeviä, mutta minkäs teit. Koulun kautta myös valitettavasti yksinhuoltajuudelle tuli jotenkin “toisen luokan kansalaisen -leima”, joka kosketti myös lapsia.”

“Jos voisin kääntää kello taaksepäin, toimisin yhdessä asiassa toisin; hakisin lapsilleni ammattiapua tueksi alkoholisoituneen isän ja sitä seuraneiden tapahtumien aiheuttamien kokemusten käsittelyyn. (En tosin ole varma, olisiko silloin ollut tukea helposti saatavilla, ja millaista, vaikka nykyisin tuntuu, että on kaikenlaista palvelua)”

Myös kansalaiskyselyn tuloksissa yksinhuoltajat kuuluivat siihen ryhmään, jossa avun tarpeen kasautumista oli havaittu eniten ja erityisesti terveydellisissä ongelmassa ja taloudellisissa asioissa. Yksinhuoltajilla tyypillinen taloudellista tilannetta huonontanut elämänvaihe liittyi avioeron jälkeisiin asumisen uudelleenjärjestelyihin ja elatusmaksujärjestelyihin (Siltaniemi ym. 2008, 110–111, 197). Vaikuttaisi siltä, että riippumatta siitä millainen prosessi yksinhuoltajuuden taustalla on, siihen liittyy korostunut tarve osoittaa kykyä itsestä ja lapsista huolehtimiseen. Tietyllä tavalla tämä on epärealistista, sillä yhtä lailla pärjätä pitäisi kahden vanhemman perheissäkin ja tämän mittaamisen kriteereiden tulisi olla yhteiskunnallisesti hyväksytyjä. Sen, että yksinhuoltajan lapsi menestyy koulussa paremmin kuin kahden vanhemman perheen lapsi, ei tulisi olla erikseen mainitsemisen arvoinen asia.

5.2.1 Osallisuuden ja sosiaalisten suhteiden vahvistaminen

Osallisuuden tunne ja sosiaalisten suhteiden toimivuus ovat keskeisiä työhyvinvointia lisääviä tekijöitä. Työpaikoilla osallisuus liittyy tyypillisesti työn suunnitteluun ja työyhteisössä toimimiseen. Sosiaalisia suhteita syntyy monella eri tasolla, ja niiden merkitys on subjektiivista ja vaihtelee yksilöittäin. Erityisesti niiden merkitys vaikuttaa korostuvan yksinhuoltajilla, ja tietynasteinen herkkyys hyväksytyksi tulemiselle nousi esille haastattelututkimuksen tuloksissa.

Työntekijän omia voimavaroja ja osallisuutta sekä sosiaalisia suhteita vahvistavia kysymysehdotuksia työpaikalla käytäviin kehityskeskusteluihin:

- *Koetko saavasi työssä käymisestä myönteistä merkitystä elämääsi?*
- *Entä koetko kuuluvasi työyhteisöön?*
- *Millaisia keinoja ehdottaisit työyhteisön yhteenkuuluvuuden vahvistamiseksi?*
- *Pystytkö mielestäni vaikuttamaan sopivalla tavalla omaan työhösi ja sen sisältöön?*
- *Sisältyykö työtehtävääsi tällä hetkellä sellaista, jota olisi hyvä tarkastella uudelleen?*
- *Millaisia keinoja sinä käyttäisit yleisellä tasolla työtehtävien kehittämiseen, ja mihin meillä erityisesti tulisi mielestäsi kiinnittää huomioita?*

5.3 Työelämä ja koulutus

Tarkastelemme aluksi kokemuksia työelämästä hieman edellisen kappaleen päättäneillä teemoilla avun tarpeen tunnistamisesta ja toisaalta sen saamisen näkökulmasta. Kansalaiskyselyyn vastanneista kotitalouksista runsas viidesosa oli jossain vaiheessa tarvinnut apua työpaikan saannissa. Kyselyyn vastanneista 31 % oli osallistunut työnhakemiseen, ja heistä yli puolet oli kokenut tarvitsevansa hakemiseen ulkopuolista apua. Apua saadakseen vastaajat olivat kääntyneet työvoimatoimistojen palveluiden puoleen sekä pyrkineet hyödyntämään sosiaalisia verkostoja. Työpaikan hakemisessa apua hakeneista vastaajista, peräti 85 % oli kokenut, ettei ollut saanut tarvitsemaansa apua. (Siltaniemi ym. 2008, 111, 113.) Samansuuntaisia kokemuksia välittyi myös haastattelututkimukseen osallistuneilta yksinhuoltajilta, ja he kertoivat työnhausta mm. seuraavasti:

“En voi ottaa vastaan tarjolla olevia (kaupassa tai siivousta) töitä koska ne ovat vuorotöitä. Minulla ei ole mahdollisuutta järjestää lapsen hoitoa, eikä häntä voi töihinkään ottaa mukaan. Työkkärissä tuntuu olevan vaikea hyväksyä tätä.” (22 -vuotias, työtön)

“Haluaisin käydä töissä, ja koetan vielä miettiä mitä sen eteen voin tehdä. Haen edelleen työtä, koska eläkkeen alkuun on vielä tosi pitkä aika (noin 15 vuotta) ja olen täysin työkykyinen. Työnhakuun on vaikka minkälaisia juttuja, mutta henkilökohtaista neuvontaa, ja apua, on vaikea saada.” (48 -vuotias, työtön)

Tällaiset kokemukset lisäävät tyypillisesti luottamuspulaa toisia ihmisiä kohtaan, jonka lisäksi ne voivat murentaa yksilön luottamusta yhteiskuntaa ja sen tarjoamia

palveluita kohtaan. Kansalaiskyselyn tulokset osoittavat, että avun hakemisen ja saamisen kohtaanto-ongelma ei ole vain työttömien tai muusta syystä työmarkkinoiden ulkopuolella olevien ongelma. Hyvinvointia ja tyytyväisyyttä tulee tarkastella myös työllisten näkökulmasta, koska työelämällä on merkittävä rooli yksilön kokonaishyvinvoinnissa. Kokonaishyvinvointiin liittyen tämä tulokulma on syytä myös mainita, vaikka tässä opinnäytetyössä tarkastelun keskiössä eivät ole pelkästään työelämän haasteet. Työstä tunnutaan toivottavan yhä enenevässä määrin sisältöä elämään eikä työpaikka itseisarvona enää lisää välttämättä kokonaishyvinvointia. Työelämään liittyy tänä päivänä myös riskejä kokonaishyvinvoinnin madaltumiseen, joita on tarkasteltu mm. Työturvallisuuskeskuksen (2015) julkaisemassa oppaassa *Työn henkisten kuormitustekijöiden hallinta*. Kuormitustekijät on tunnistettu nykyisin hyvin, ja niiden vaikutuksista on olemassa runsaasti tutkittua tietoa. Siitä huolimatta niiden hallinta on edelleen vaikeaa, mikä voi johtua mm. siitä, että vastuu negatiivisen kierteen syntymisestä jää edelleen liian usein yksittäisen työntekijän ongelmaksi. Hyviä käytäntöjä tarvitaan lisää.

Koulutus nousee merkittäväksi tekijäksi ihmisen hyvinvoinnin tarkastelussa, ja se liittyy oleellisesti myös työelämäkokemuksiin. Kansalaiskyselyyn vastanneiden kokemukset omasta työtilanteesta olivat paremmat mitä pidempi ja korkeampi koulutus ja korkeampi ammattiasema vastaajalla oli. Työtilanteessa koettiin herkemmin puutteita alle 25 -vuotiaiden joukossa, mikä toisaalta on ymmärrettävää silloin kun parempi arvio korreloi pidemmän koulutuksen ja uran kanssa (Siltaniemi ym. 2008, 129). Koulutus nousi esille myös haastattelututkimuksessa tärkeänä asiana ja sen merkitys oman identiteetin rakentumisessa vaikutti olevan osalla haastateltavista jopa työtä tärkeämpi. Moni toi esille nykyiset monipuoliset kouluttautumismahdollisuudet hyvänä asiana, mutta samalla näki parantamisen varaa esimerkiksi koulutukseen hakeutumisen tukipalveluissa. Moni haastateltava kertoi, että vaikka tietoa on internetissä saatavilla runsaasti, olisi henkilökohtaisen ura/elämäsuunnittelusta merkittävää hyötyä. Tähän eivät nykyiset työmarkkinoilla toimivat työnvälityspalvelujen tarjoajat tunnu vastaavan. Kokemuksista kerrottiin mm. seuraavasti:

“Työvoimatoimisto on myös ehdottanut opiskelun aloittamista, koska minulla on vain peruskoulun päättötodistus. En vaan tiedä, että mitä alaa opiskelisi. Kysyin työvoimatoimistosta apua tämän suunnitteluun ja sain ajan neuvojalle. Tapaaminen on kahden kuukauden päästä, joka tuntuu ikuisuudelta.” (22 -vuotias, työtön)

“Jotta työllistyisin paremmin, pitäisi varmaan päivittää koulutusta koska tänä päivänä alalle tulee runsaasti nykymuotoisen koulutuksen saaneita ja heidän työllistymisensä on helpompaa kuin vanhemman koulutuksen saaneiden. Nuoremmaksi en itseäni voi muuttaa, joten toivon, että löytyy työnantaja, joka arvostaa myös kokemusta ja ikää positiivisena voimavarana.” (48 -vuotias, työtön)

Haastateltuja yksinhuoltajia tuntui myös mietityttävän avun hakemisen korkea kynnyks, sillä luottamusta heidän tilanteensa positiiviseen tarkasteluun ei aina ollut. Tarkasteltaessa työllisiä, kiire nousi yhdeksi keskeiseksi elämänlaatua madaltavaksi tekijäksi. Tulosta pahensi entisestään matala koulutustaso. Tuloksista voitiin osoittaa, että koulutuksellista ja terveydellistä vajetta kokeneet olivat myös havainneet työssä viihtyvyyden madaltumista, joka edelleen vaikutti negatiivisesti kokemuksiin vaikuttamisen- ja osallisuusmahdollisuuksista ja lisäsi ulkopuolisuuden tunnetta. Kansalaiskyselyn tuloksissa nämä tekijät korostuivat mm. yksinhuoltajien kotitalouksissa, joissa ei ole aina tarjolla päivittäistä arjenhallinnan tukea (Siltaniemi ym. 2008, 129–130).

5.3.1 Työelämän ja koulutuksen kehittäminen

Työn ja koulutuksen merkitys on yksilön elämässä merkittävä ja niiden kautta usein määritellään omaa yhteiskunnallista asemaa. Työelämä muuttuu edelleen ja tulevaisuuteen luotaavissa näkemyksissä mm. yksilön rohkeus ja uudistumiskyky asemoituu keskeiseen rooliin työn uudelleenjaossa (Sitra 2017). Myös koulutusmahdollisuuksia on nykyisin paljon. Yksinhuoltajat tuntuvat opinnäytetyön haastattelututkimuksen valossa arvioivat itseään myös kriittisesti ja yksinhuoltajuuteen liittyvä prosessi vaikuttaa johtavan melko analyyttiseen ajatteluun omasta osaamisesta ja asemasta yhteiskunnassa. Näitä seikkoja on hyvä ottaa huomioon mahdollisuuksia mukaan myös kehityskeskusteluissa.

Työntekijän omia voimavaroja ja työelämän ja koulutuksen kehittämistä vahvistavia kysymysehdotuksia työpaikalla käytäviin kehityskeskusteluihin:

- *Miten arvioisit omaa osaamistasi ja hoitamasi työtehtävän vaatimuksia?*
- *Onko hoitamaasi työtehtävään edellytetty vaatimus- ja koulutustaso mielestäsi sopiva?*
- *Oletko kiinnostunut omaehtoisesta tai työnantajan järjestämästä lisäkoulutuksesta?*
- *Mikäli osallistuisit koulutukseen, mitä asioita toivot työpaikalla ja töiden järjestelyssä otettavan huomioon?*

- *Kuinka mahdollinen lisäkoulutus mielestäsi vaikuttaa omaan roolisi työhyteisössä?*
- *Oletko kiinnostunut vaativammista tehtävistä?*

5.4 Tasa-arvo ja oikeudenmukaisuus

Kansalaiskyselyssä erityisesti terveyden- ja sosiaalihuollon palvelukokemukset viittaavat siihen suuntaan, että kansalaiset melko yleisesti kokevat julkisen palvelutuotannon keskeiseksi tasa-arvon ja oikeudenmukaisuuden tuottamisen ja takaamisen näkökulmasta. Kansalaiskyselyn tulokset osoittivat, että valtaosa vastaajista (noin 90 %) arvostaa tasa-arvoa ja oikeudenmukaisuutta ja yleisellä tasolla varallisuudesta tai yhteiskunnallisesta asemasta riippumatta toivotaan, että yhteiskunnassa vallitsevaa eriarvoisuutta vähennetään erilaisin toimenpitein. Eriarvoisuutta lisääviksi tekijöiksi mainittiin yhteiskunnassa vallitsevat ns. kovat arvot, itsekeskeisyyteen ja välinpitämättömyyteen lisääntyminen sekä se, että päätöksenteossa taloudelliset arvot korostuvat inhimillisiä tekijöitä enemmän. Yhdeksi keskeisistä huolenaiheista kyselyyn osallistuneet mainitsivat työllisyystilanteen, joka nousi esille erityisen vahvasti työttömien vastaajien kokemuksissa, mutta myös työllisten, joiden vastauksista voitiin tulkita huolta työelämän epävarmuuden lisääntymisestä. (Siltaniemi ym. 2008, 161–165, 211.)

Yksinhuoltajat eivät tee poikkeusta edellä kuvatuista yleistuloksista, ja kotitaloutena sekä työttömät että työlliset yksinhuoltajat kannattavat hyvin pitkälle samoja arvoja. Haastattelututkimuksessa tasa-arvosta ja oikeudenmukaisuudesta nousi esille vahvoja mielipiteitä, joissa aiheita heijasteltiin sekä oman toiminnan että yhteiskunnan toimivuuden näkökulmasta mm. seuraavasti:

“Tasa-arvon pitäisi toteutua erityisesti siinä, että miehillä ja naisilla olisi yhtä hyvä olla yhteiskunnassa, sekä yksityiselämässä että työelämässä.” (20 -vuotias, äitiyslomalla)

“Kaikkien pitäisi tuntea olevansa tasa-arvoisia suhteessa toisiin ihmisiin ja kokea, että tulevat kohdelluksi oikeudenmukaisiksi. Näin sen pitäisi olla, mutta olen tullut siihen ajatukseen, että maailma ei koskaan tule toimimaan noin. Elämä ei ole oikeudenmukaista ja niin se vain on.” (48 -vuotias, työtön)

“Jos perusjutut olisivat kaikilla varmistettu (eli toimeentulo, koti ja turvallinen olo) niin sillä päästäisiin pitkälle. Suomessa kyllä pitäisi tämän olla mahdollista, ihan oikeasti.” (22 -vuotias, työtön)

“Yh-äitiys on korostanut tietoisuuttani siitä, että kaikilla ei mene yhtä hyvin. Avioeron jälkeen ensimmäinen vuosi oli aika raskas, ja kyllä silloin monta kertaa mietin, että jos minulla ei olisi lasta käyttäytyisin eritavoin. En olisi yhtä sovitteleva ja kärsivällinen.” (29 -vuotias, työssä)

5.4.1 Tasa-arvon ja oikeudenmukaisuuden vahvistaminen

Tasa-arvon ja oikeudenmukaisuuden toteutumista voi olla joskus hankala mitata työelämässä, sillä niihin liittyy tyypillisesti tekijöitä, joita yksilöt voivat kokea hyvin eri tavoin. Tästä syystä työpaikoilla tulisi olla mahdollisimman selkeät ja yhteisesti hyväksytyt periaatteet ja toimintatavat, joiden toimeenpanosta vastaavat esimiehet yhteisvastuun periaatteen mukaisesti työntekijöiden kanssa. Yksinhuoltajat kohtaavat usein haasteita tasa-arvon ja oikeudenmukaisuuden kokemuksissa eroprosessin aikana ja sen jälkeen. Tästä näkökulmasta tällä ryhmällä voi olla myös työyhteisöön liittyen korostunut tarve löytää keinoja näiden seikkojen parantamiseksi. Tätä tarvetta voi hyödyntää myös ratkaisukeskeiseen kehittämiseen.

Työntekijän omia voimavaroja ja tasa-arvon sekä oikeudenmukaisuuden kokemusta vahvistavia kysymysehdotuksia työpaikalla käytäviin kehityskeskusteluihin:

- *Mitä tasa-arvo ja oikeudenmukaisuus mielestäsi työpaikalla tarkoittavat?*
- *Toteutuvatko ne mielestäsi meillä hyvin?*
- *Millaiset tekijät vahvistavat ja vastaavasti heikentävät toteutumista?*
- *Onko sinulla ehdotuksia siitä, kuinka voisimme kehittää näitä asioita myönteiseen suuntaan?*
- *Haluatko mainita jotain, mihin meidän tulisi mielestäsi erityisesti kiinnittää huomioita?*
- *Kuinka voisimme mielestäsi mitata toteutumista ja asioiden kehittymistä?*

6 JOHTOPÄÄTÖKSIÄ

Keskeinen havainto opinnäytetyössä käytetyissä tutkimuksista on se, että hyvinvoinnin oma arviointi on luonteeltaan dynaamista, ja erityisesti haastattelututkimuksessa se todettiin myös mahdollisuudeksi. Näin se myös samalla todentaa sitä näkökulmaa, että asioihin voi vaikuttaa ja luottamuksen säilyminen omaan elämänhallinnan kykyyn on ensiarvoisen tärkeää yksilön kokonaishyvinvoinnin näkökulmasta. Luottamus

omiin vaikutusmahdollisuuksiin luo uskoa tulevaisuuteen ja se ylläpitää tavoitteellisuutta, mahdollistaa kehittymisen ja itsestä huolehtimisen halua ja kykyä (Siltaniemi ym. 2008, 37). Tämä on merkittävä havainto myös yhteiskunnan palvelumuotoilun näkökulmasta ja osoittaa, että hyvinvoinnin ylläpitoon tähtäävien ennakoivien ja riittävän kattavien palvelujen saatavilla olosta tulee huolehtia, jotta yksilöt voivat käyttää henkilökohtaisia voimavararesursseja mahdollisimman tehokkaasti. Tuloksen voi siirtää suoraan myös työelämäkontekstiin, sillä työhyvinvoinnin toteutumisessa ennakoivat ja suunnitelmalliset toimet ovat kustannustehokkaampia ja inhimillisempiä kuin kriisiytyneiden tilanteiden hoitaminen. Työntekijöiden ja heidän elämäkokemuksistaan hyödynnettävät voimavarat tulevat esille parhaiten silloin, kun esimies on mieltänyt tehtäväkseen osaamisen ja parhaiden puolien havainnoinnin ja tukemisen (Juuti 2005, 49.)

Haastateltavien kokemuksista herää myös kysymyksiä, kuten voivatko yksinhuoltajuuteen johtaneet tapahtumat ja läpikäyty prosessi olla katalysaattori aktiivisuuden suuntaan? Tämän suuntaisia johtopäätöksiä voi aineistosta tehdä ja näin ollen arkitiedon ja kokemukseen pohjautuvan tiedollisen ja taidollisen pääoman arvostuksessa on lisäarvoa tuottavia sisältöjä myös väestön sosiaalipalvelujen ja työelämän kehittämiseksi. Myös työpaikoilla on mahdollista hyödyntää nykyistä enemmän yksinhuoltajien kokemuksia arjen hallinnasta, ja kehityskeskustelut toimivat menetelmänä tätä varten hyvin. Osallisuutta tarkasteltaessa vaikuttaa siltä, että yhteiskunnalliseen toimintaan, läpinäkyvyyteen ja demokratian toteutumiseen liittyvät ilmiöt muuttuvat hitaasti ja siinäkin samoista periaatteellisista käsitteistä on hyvä tehdä tutkimusta ja tarkastelua säännöllisin väliajoin. Toisaalta, ilmiötä kannattaa mielestäni rohkeasti tarkastella myös sellaisesta näkökulmasta, joka kyseenalaistaa laajan vaikuttamisen ja osallisuuden hyödyllisyyden sillä hyvinvoivan yhteiskunnan tunnusmerkistöön kuuluu myös se, että odotukset ja toteuma ovat mahdollisimman realistisia suhteessa toisiinsa. Tämä tulkinta pätee myös työelämässä ja siksi on ensiarvoisen tärkeää asettaa esimerkiksi kehityskeskustelujen tavoitteet läpinäkyviksi, realistisiksi ja selkeästi mitattavaksi.

Opinnäytetyön tuloksista voi esittää johtopäätöksenä, että sosiaalisten suhteiden määrällä on vähemmän merkitystä kuin niiden laadulla. Tämä saattaa unohtua sosiaalisen median tykkäyksiä ja kavereita kerätessä. Niiden suuri määrä ei ole yhtä kuin hyvä ja merkityksellinen sosiaalisten suhteiden verkosto. Työelämässä sosiaalisten suhteiden

toimivuutta ei voi välttämättä verrata suoraan yksityiselämään, ja lähtökohtaisesti työpaikoilla tulee ensisijaisesti pyrkiä siihen, että kaikki tulevat kaikkien kanssa toimeen riittävän hyvin työtehtävien hoitamiseksi. Jollain tasolla ajatusta siitä, että laatu korvaa määrää, voi toki soveltaa työelämässäkin. Sosiaalisten suhteiden syvyys ja niiden merkitys työpaikalla on hyvin yksilöllinen asia ja joskus kuulee sanottavat, että “en etsi ystäviä työpaikalla.” Tässä voi olla taustalla ajatus yksityiselämän ja työelämän eriyttämisestä, joka voi olla myös toimiva elämänhallinnan keino.

Tasa-arvosta ja oikeudenmukaisuudesta keskusteltaessa esille nousivat myös mielenkiintoiset näkökulmat yksinhuoltajuuden tietynasteisen statusmuutoksen havainnoista marginaaliryhmien esiintulon myötä. Muutama haastateltava mainitsi, että yksinhuoltajuus ei ole nykypäivänä enää “erityinen” asia, ja yleisessä keskustelussa tai mediassa siitä ei saa mielenkiintoisia, uusia tarinoita. Artikkelit toistavat lähinnä vanhoja kaavoja. Yksinhuoltajuuden tilalle ovat tulleet esimerkiksi transsukupuoliset, maahanmuuttajat tai sateenkaariperheet. Haastateltavat kokivat, että toisaalta tämä on hyvä asia, joka toivottavasti johtaa ajastaan myös yksinhuoltajuuteen liitettävien negatiivisten olettamuksien lieventymiseen, mutta huolestuttava siksi, että yksinhuoltajuuteen lähes poikkeuksetta liittyvät erityishaasteet eivät enää saa tarvittavaa huomioita. Yhteiskunnan ei tule ajautua sellaiseen tilanteeseen, jossa eri ryhmät joutuvat taistelemaan toisiaan vastaan. Työpaikoilla aihetta voi lähestyä esimerkiksi tasa-arvo ja yhdenvertaisuussuunnitelman avulla, joka on pakollinen silloin kun työnantajan palveluksessa on säännöllisesti vähintään 30 työntekijää (Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta 1986/609).

Haastattelututkimuksessa esille nousseet kokemukset tukivat kansalaiskyselyn tuloksia, sillä kaikki haastateltavat olivat kokeneet jossain vaiheessa (yksinhuoltaja)elämänsä hyvinvointinsa huonoksi tai melko huonoksi. On kuitenkin tärkeää huomata, että kokonaisuudessaan haastateltavien elämäntarinat sisälsivät useita positiivisia onnistumisen kokemuksia, joihin keskittyminen voi tuoda mielekästä tarkastelukulmaa työelämän kehittämiseen. Positiiviset signaalit ovat usein hiljaisia, ja myös niiden havainnointiin kehityskeskustelut toimivat hyvänä keinona. Haastattelututkimuksessa nousivat esille mm. sellaiset ominaisuudet kuin rohkeus, uudistumishalu ja vahvat kiintymyssuhteet, joiden avulla haastateltavat kertoivat rakentaneensa itselleen ja lapsilleen parempaa elämää. Haastattelututkimuksen tulokset ulottavat näkökulmaa tie-

tyllä tavalla myös yksinhuoltajuuden yli, yksilön voimavarojen ja selviytymismekanismien tasolle, joista voi rakentaa voimavaralähtöisiä käytäntöjä työssä suoriutumisen tueksi.

Luokkayhteiskunta -kontekstissa mielenkiintoisimman näkökulman tähän opinnäytetyöhön tuovat asenteet, jotka liittyvät yksinhuoltajuuden tarkasteluun usein keskeisesti. Sosiaalipolitiikan professori Heikki Ervasti esittää, että vaikka asenne-erot luokkien välillä aiemmin pienentyivät, ovat ne jälleen kasvaneet. Ylemmän toimeentulon luokat kannattavat vähemmän sellaista yhteiskuntapolitiikkaa, joka tasoittaa tuloeroja, kun taas vastaavasti alemman toimeentulon luokat kannattavat sitä enemmän. Asennetarkastelun yksi keskiö sijaitsee siis tulonjaossa (Erola 2010, 162–165.)

Merkittävää on, että vaikka suomalaisen yhteiskunnan ja työelämän voi ajatella olevan kansainvälisessä vertailussa tasa-arvoisuuden näkökulmasta hyvä malli, osoittautuvat siinä vertailussa luokkaerot tulonjakoasenteissa kuitenkin melko suuriksi. Tällä perusteella voidaan todeta, että suomalaisessa yhteiskunnassa asiat ovat monella tapaa hyvin mm. pohjoismaisen hyvinvointivaltio politiikan ansiosta, mutta asenteet osaltaan ylläpitävät luokkia. Työelämässä yksinhuoltajuus voi kuitenkin tuoda mukanaan kuormitusta työtehtävien hoitamiseen, aivan kuten jokin muukin elämän kriisivaihe. Kuormituksen syillä ei periaatteessa tulisi olla merkitystä, vaan sillä, kuinka työelämä ja työyhteisö pystyvät tukemaan normaalin työssä suoriutumisen palauttamista ja ylläpitämistä. Työ voi parhaimmillaan toimia myös vaikeita elämänvaiheita kannattelevana osa-alueena, joten panostukset kannattavat myös kansantalouden näkökulmasta. Kuormitustekijöiden sekä voimavarojen huomioon voivat lähteä liikkeelle työpai-koilla kehityskeskusteluissa, joissa työntekijän elämäntilanteen huomioon ottaminen suhteessa työhön, on luonteva tapa. Opinnäytetyön tulokset osoittavat, että kehityskeskustelut toimivat hyvinä käytäntöinä yksinhuoltajien työhyvinvoinnin ja osallisuuden kehittämisessä. Täyttääkseen tämän tehtävä, on esimiehen ja työntekijän keskinäisen vuorovaikutuksen perustuttava luottamussuhteeseen, jonka merkitystä ei voi liikaa korostaa. Luottamus mahdollistaa edelleen kumppanuusjohtamisen, johon esimerkiksi Aarnikoivu (2016) kiteyttää laadullisesti hyvän esimiestyön.

SWOT-analyysin avulla voidaan tehdä vielä tarkempia havaintoja eri tasojen ilmiöistä yksinhuoltajuuden yhteiskunnallisessa tarkastelussa ja pohtia myös asenteiden merkitystä työelämässä.

Vahvuudet	Haasteet
<p>Muuttuneen tilanteen hyväksyminen.</p> <p>Kyky sopeutua itse ja sopeuttaa omaa ja lasten toimintaa uuteen elämäntilanteeseen;</p> <p><i>Toimeentulo</i></p> <p><i>Sosiaalinen ympäristö</i></p> <p><i>Työ- ja koulutus</i></p> <p>Luottamus tulevaisuuteen.</p>	<p>Tarvittavaa tukea ei ole saatavilla.</p> <p>Yhteiskuntarakenteet ja – palvelut tai työelämän käytännöt eivät tue sopeutumista;</p> <p><i>Tulonsiirrot eivät tasoita muutosta riittävästi nopeasti ja riittävästi.</i></p> <p><i>Harrastukset ja kaverisuhteet muuttuvat ja vähenevät.</i></p> <p><i>Työelämä ja koulutusrakenteet eivät tue muutosta ajoissa ja – tavoissa.</i></p> <p>Yksinhuoltajuuteen liitettävät asenteet ja leimaavat tendenssit murentavat luottamusta.</p>
Mahdollisuudet	Uhat
<p>Erilaiset elämäntilanteet kuuluvat ihmisen elinkaarimalliin.</p> <p>Sopeutumista edistävien käytäntöjen tunnistaminen ja hyödyntäminen palveluverkostoissa ja työpaikoilla.</p> <p>Yksinhuoltajuuden tarkastelu elämäntilanteena ja määräaikaisena vaiheena vahvistaa luottamusta tulevaisuuteen ja jättää tilaa positiiviselle ajattelulle ja toivolle.</p>	<p>Yhteiskunnan palvelurakenteet edellyttävät yksinhuoltajuuden osoittamista tuen saamiseksi.</p> <p>Palvelurakenteita ja työelämän toimintamalleja suunniteltaessa käyttäjäkokemukset eivät tule riittävästi huomioituiksi.</p> <p>Yksinhuoltajuuden alleviivaaminen vahvistaa sen negatiivista vaikutusta perheen elämän ehtoja määrittelevänä tekijänä.</p>

Taulukko 2: SWOT-analyysi yksinhuoltajuuden yhteiskunnallisesta tarkastelusta.

SWOT – analyysi tuottaa aineksia myös taistelevan tutkimuksen näkökulmille ja sen sisältöä voidaan tarkastella esimerkiksi vaihtoehtojen strategian näkökulmasta. Mitään sellaista ei esitetä, mikä varsinaisesti haastaisi vallitsevaa yhteiskuntajärjestystä

tai työelämän periaatteita, mutta uusi ajattelutapa voisi edistää taloudellista sekä sosiaalista yhdenvertaisuutta. Analyysi osoittaa myös sen, että julkisten toimijoiden ylläpitämät rakenteet toimivat joissain kohdin teoriassa, mutta eivät käytännössä. Suoranta & Ryytänen (2014) kirjoittavat osuvasti vaihtoehtoista perinteiselle tutkimukselle, jonka avulla yhteisiin asioihin ja toimeen tarttuminen voivat mieluusti tulla mukaan keskusteluun myös yksinhuoltajien asemasta, ja erityisesti niin, että eri ihmisryhmien välillä vallitseva eriarvoisuus lieventyy.

LÄHTEET

- Aarnikoivu, Henrietta 2008. Esimiehenä arjessa. Helsinki. WSOYpro.
- Aarnikoivu, Henrietta 2016. Aidosti hyödyllinen kehityskeskustelu. 3. uudistettu painos. Vantaa. Hansaprint Oy.
- Aluehallintovirasto, Valtionavut 2019.
- Erola, Jani (toim.) 2010. Luokaton Suomi? Yhteiskuntaluokat 2000-luvun Suomessa. Gaudeamus, Helsinki University Press.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2014. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 10. painos, 2014. Vastapaino.
- Forssén, K., Haataja, A., ja Hakovirta, M. (toim.) 2009. Yksinhuoltajuus Suomessa. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D 50/2009 Helsinki.
- Globalis. Tilastot 2018. Bruttokansantuote asukasta kohden.
- Hakanen, J. & Perhoniemi, R. 2012. Työn imun ja työuupumuksen kehityskulut ja tarttuminen työtoverista toiseen. Työterveyslaitos. Tampereen Yliopistopaino Oy. Tampere.
- Hakovirta, Mia 2006. Yksinhuoltajaäitien työllisyys, toimeentulo ja työmarkkinavalinnat. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D 45/2006 Helsinki.
- Helsingin kaupunki 2019. Osallistuva budjetointi. Päivitetty 5.12.2019, viitattu 27.12.2019.
- Hirsjärvi, Sinikka & Hurme, Helena. 2000. Tutkimushaastattelu - Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsingin yliopisto. Yliopistopaino, Helsinki.
- Isola, A-M., Kaartinen, H., Leemann, L., Lääperi, R., Schneider, T., Valtari, S., Kote-Tokoi, A. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen työpaperi 33/2017.
- Jokinen, Eeva 2005. Aikuisten arki. Helsinki. Gaudeamus.
- Juuti, Pauli 2005. Toivon johtaminen. Helsinki. Otava.
- Järvinen, Katriina & Kolbe, Laura 2007. Luokkaretkellä hyvinvointiyhteiskunnassa. Nykysukupolven kokemuksia tasa-arvosta. Helsinki: Kirjapaja.
- Kansaneläkelaitos, Sosiaalivakuutus 2017. Etuudet. Artikkelit: Nämä 10 uudistusta rakensivat hyvinvointivaltion. Teksti Kelan tutkimusosasto. Julkaistu 15.9.2017, viitattu 28.12.2019.
- Kinnunen, Merja 2001. Luokiteltu sukupuoli. Tampere; Vastapaino.
- Kontula, Osmo 2018. 2020-luvun perhepolitiikka. Väestöliitto ry. Väestöntutkimuslaitos. Perhebarometri 2018.
- Kuntaliitto, verkkosivut. <https://www.kuntaliitto.fi/osallistuminen-ja-vuorovaikutus>

- Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta 1986/609. Finlex. Lainsäädäntö.
- Liikkanen, Mirja (toim.) 2009. Suomalainen vapaa-aika. Arjen ilot ja valinnat. Gaudamus.
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL) 2019. Perhevapaaudistuksen perustuttava lasten ja perheiden tarpeisiin. Kannanotot ja lausunnot. MLL liittovaltuusto 22.5.2019.
- Mattila, Leena & Pääkkönen, Minna 2015. Työn henkisten kuormitustekijöiden hallinta. Julkaisuja: Työturvallisuuskeskus TTK, metallialan työalatoiminkunta.
- Melin, Harri 2019. Suomi on edelleen luokkayhteiskunta. 26.02.2019 Alusta! Tampereen yliopiston yhteiskuntatieteiden tiedekunnan verkkolehti.
- Miettinen, A. & Rotkirch, A. 2012. Yhteistä aikaa etsimässä. Lapsiperheiden ajankäyttö 2000-luvulla. Perhebarometri 2011. Väestötutkimuslaitos, Helsinki 2012
- Opetus- ja kulttuuriministeriö 2019. Hakanen, T., Myllyniemi, S. ja Salasuo, M. (toim.). Oikeus liikkua. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2018. Valtion liikunta-neuvosto, Valtion nuorisoneuvosto, Nuorisotutkimusverkosto. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 2019:2.
- Pienperheyhdistys ry 2019.
- Pojjula Soili 2007. Lapsi ja kriisi: selviytymisen tukeminen. Helsinki: Kirjapaja.
- Pääministeri Antti Rinteen hallituksen ohjelma 2019. Osallistava ja osaava suomi – sosiaalisesti, taloudellisesti ja ekologisesti kestävä yhteiskunta. 6.6.2019. Helsinki 2019. Valtioneuvosto.
- Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. <https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>. Viitattu 15.10.2019.
- Salmela-Aro, Katariina 2008: Motivaatio ja hyvinvointi elämän siirtymissä. P
- Sitra 2017. Työelämän tutkimus. Artikkelit: Millainen olisi uusi, älykäs työn markkina? Julkaistu 22.8.2017, viitattu 21.12.2019.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2009. Sosiaaliturvan uudistamiskomitean (SATA) esitys sosiaaliturvan kokonaisuudistuksen keskeisistä linjauksista. Helsinki.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2018. Tasa-arvobarometri 2017. Helsinki.
- Seppänen, Janne & Väliaverronen, Esa 2015. Mediatyöyhteiskunta. Vastapaino.
- Siltaniemi, A., Perälähti, A., Eronen, A., Londén, P., Peltosalmi, J. 2008. Hyvinvointi ja osallisuus Itä-Suomessa. kansalaiskyselyn tuloksia. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry.
- Stakes 2007. Lapsen elatus ja huolto 2006. Tilastotiedote 9/2007. Sosiaaliturva 2007. SVT. Helsinki.

Suoranta, Juha & Ryyänen, Sanna 2014. Taisteleva tutkimus. Helsinki: Into Kustannus.

Tilastokeskus 2007. Suomalainen lapsi (2007). Väestö 2007. Helsinki: Tilastokeskus & Stakes.

Tilastokeskus 2019. Käsitteet. Tietoa tilastoista; Perhe.

Tilastokeskus 2014. Tulonjakotilasto 26.5.2014. Suomessa toimeentulovaikeudet koettelevat erityisesti yksinhuoltajaperheitä. Kuvio 3b. Huoltajien lukumäärän mukaiset kotitalouksien keskitulot Suomessa vuosina 1990-2011.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016. Huono-osaisuuden ylisukupolvisuus. Julkaistu 14.6.2016, viitattu 27.12.2019.

Työterveyslaitos 2017. Heli Hannonen 2017. Artikkel: Kehityskeskustelu on tilaisuus pysähtyä arjen keskellä. Kirjoittaja Joonas Heikkinen. Julkaistu 22.8.2017, viitattu 27.12.2019.

Työterveyslaitos 2019. Parempi työyhteisö ja työhyvinvointi -kysely.

Työterveyslaitos 2019. Terveyden edistäminen.

YLE –verkkouutiset 2019. Krautsuk Satu (toim.). Artikkel: Kaupunki jakoi lasten kerkhopaikat arpomalla – ilman hoitopaikkaa jääneen 7-vuotiaan yh-äiti raivostui “Törkeää”. Julkaistu 31.5.2016, viitattu 21.10.2019.

Väestöliitto 2014. Yksinhuoltajaperheet Suomessa 1950-2014. Kuvio 1. Lapsiperheet perhetyypin mukaan eri vuosikymmeninä, %. Lähde: Tilastokeskus.

Väestöliitto 2019. Blogi-artikkeli: Miten yksinhuoltaja yhdistää työn ja perheen? Kirjoittaja Emilia Lehtinen. Julkaistu 25.2.2015, viitattu 21.10.2019.

LIITTEET

Liite 1. Haastattelumenetelmän soveltuvuuden arviointitaulukko.

Hirsjärvi & Hurme (2000)	<i>Opinnäytetyön tekijän arvio</i>	Hirsjärvi & Hurme (2000)	<i>Opinnäytetyön tekijän arvio</i>
HAASTATTELUN ETUJA		HAASTATTELUN HAITTOJA	
Ihminen on tutkimustilanteen subjekti, merkityksiä luova ja aktiivinen osapuoli ja hänelle annetaan mahdollisuus tuoda vapaasti esille itseään koskevia asioita.	<i>Koska tutkimuksessa on haettu nimenomaan hiljaisia signaaleja ole-massa olevan tiedon lisäksi, aineistoon tarvittiin vahvasti ihmisyyttä korostavaa kokemusellisuutta.</i>	Haastatteluaineiston analysointi ja tulkinta on usein ongelmallista sen vuoksi, että valmiita malleja ei ole välttämättä tarjolla.	<i>Aineiston mahdollisimman luotettavaa keräämistä varten laadittiin strukturoitu kyselylomake, jossa reflektointiin viitetutkimuksen rakennetta ja jonka avulla aineistosta saatiin mahdollisimman hyvin systemaattisesti hyödynnettävä.</i>
Haastateltavan puhe halutaan sijoittaa laajempaan kontekstiin.	<i>Aihetta tarkastellaan luokkayhteiskunnan ja ihmisen elinkaaren kontekstissa.</i>	Haastattelijalta vaaditaan taitoa ja kokemusta ja hänen tulisi olla kouluttautunut tehtävään.	<i>Opinnäytetyöntekijä on arvioinut omat taidot ja kokemuksen vuoro-vaikutustaidoistaan riittäviksi. Haastateltaviksi suostuville on myös painotettu aineiston luottamuksellisuutta.</i>
Olemassa olevaa aineistoa halutaan syventää.	<i>Opinnäytetyössä käytetyn viitetutkimuksen tuloksia halutaan syventää yksinhuoltajien osalta.</i>	Haastattelumenetelmä on aikaa vievää ja siitä aiheutuu tyypillisesti kustannuksia.	<i>Opinnäytetyön tekijä pystyi varaamaan haastattelujaksoa varten vapaata työstä ja järjestämään haastattelut ilman tila- tai materiaalikulua. Haastateltavien joukko oli pieni.</i>
Tutkimuskohteena on arka ja vaikea aihe.	<i>Yksinhuoltajuutta käsiteltäessä oli ilmeistä, että haastattelutilanteissa käsitellään myös arkoja asioita ja haastateltavien kokemia vaikeita elämänvaiheita.</i>	Haastattelumenetelmällä kerätty aineisto voi sisältää monia virhelähteitä eikä sen katsota olevan aina luotettavaa.	<i>Haastatteluista on laadittu muistio kyselylomaketta hyväksi käyttäen, ja jonka haastateltava sai luettavakseen viimeistään 2 päivän kuluessa haastattelusta. Hänellä oli tuolloin oikeus suoroiksi teksteihin, jotta voitiin varmistaa, että haastattelija on ymmärtänyt puheen haastateltavan tarkoittamalla tavalla.</i>

Liite 2. Strukturoidun haastattelun kysymyslomake.

Taustatiedot

- Haastateltavan ikä ja asema suhteessa työmarkkinoihin

Kysymykset teemoittain

KOKEMUKSIA HYVINVOINNISTA JA TYYTYVÄISYYDESTÄ

1. Milloin sinusta on tullut yksinhuoltaja?
2. Miksi sinusta on tullut yksinhuoltaja?
3. Missä olet nyt, entä missä tilanteessa toivoisit olevasi 5 v kuluttua?
4. Mitkä asiat tekevät sinut tyytymättömäksi?
5. Mitkä asiat tekevät sinut tyytyväiseksi?

KOKEMUKSIA OSALLISUUDESTA JA SOSIAALISISTA SUHTEISTA

1. Onko yksinhuoltajuutta kommentoitu sinulle suoraan tai epäsuoraan?
2. Millaisissa elämäntilanteissa yksinhuoltajuus mielestäsi korostuu?
3. Koetko yhteenkuuluvuutta
 - a. Läheistesi ja sukulaistesi kanssa?
 - b. Muiden yksinhuoltajien kanssa?
 - c. Asuinympäristösi muiden ihmisten kanssa?
4. Voitko mielestäsi vaikuttaa omaan elämääsi riittävästi?
5. Saatko mielestäsi tarvitsemaasi tukea ja apua?

KOKEMUKSIA TYÖELÄMÄSTÄ JA KOULUTUKSESTA

1. Oletko työssä, työtön tai muusta syystä kotona?
2. Millainen suhde sinulla on työhön, mikä on sen merkitys?
3. Onko sinulla haaveita/toiveita/tavoitteita työn suhteen?
4. Millainen koulutus sinulla on, ja liittyykö siihen muutostarpeita (k. 3) kysymykseen peilaten?
5. Onko yksinhuoltajuus mielestäsi vaikuttanut kokemuksiisi työelämästä ja koulutuksesta?

KOKEMUKSIA TASA-ARVOSTA JA OIKEUDENMUKAISUUDESTA

1. Mitä tasa-arvo ja oikeudenmukaisuus mielestäsi tarkoittavat?
2. Miten ne toteutuvat omassa elämässäsi?
3. Onko yksinhuoltajuus mielestäsi vaikuttanut kokemuksiisi tasa-arvosta ja oikeudenmukaisuudesta?
4. Oletko huolestunut näistä asioista?
5. Miten tilannetta mielestäni voisi parantaa?

HALUATKO LISÄTÄ VIELÄ JOTAIN?

Henkilötietojen suojaaminen

Haastattelututkimukseen osallistui vain täysi-ikäisiä henkilöitä. Muistioon kirjatusta vastauksista on poistettu haastattelussa mahdollisesti esille tulleet henkilöiden nimet sekä paikat, jotta muistiossa olevien tietojen perusteella ketään henkilöä ei voida tunnistaa. Haastattelua ei ole dokumentoitu muutoin kuin muistiolla, josta yksi kappale on haastattelijalla ja yksi kappale annettu haastateltavalla. Lopputyöhön liitetään strukturoidun haastattelun kysymyslomake. Muistioita ei liitetä, mutta ne on esitetty opinnäytetyön ohjaajalle.