



**SAVONIA**

OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO  
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

# LAPSIPERHEIDEN VOIMAVARAT JA SYNTYVYYS

Haastattelututkimus 0–2 -vuotiaiden lasten vanhemmille

TEKIJÄ/T: Sini Siimes  
Mirka-Liisa Kinnunen TK17KP

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Koulutusohjelma/Tutkinto-ohjelma Kättilön tutkinto-ohjelma	
Työn tekijä(t) Sini Siimes ja Mirka-Liisa Kinnunen	
Työn nimi Lapsiperheiden voimavarat ja syntyvyys. Haastattelututkimus 0 – 2 vuotiaiden lasten vanhemmille.	
Päiväys	17.12.2019
Sivumäärä/Liitteet	67/12
Ohjaaja(t) Päivi Hoffrén	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Jyväskylän yliopisto, Voimavara- ja kuormitustekijät-hanke. Kaisa Aunola ja Matilda Sorkkila	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Voimavarojen riittävyys on merkittävää lapsiperheiden hyvinvoinnin takaamiseksi. Voimavarat tukevat positiivisia kokemuksia lapsiarjesta vanhemmille. Voimavarojen riittävyys, jaksaminen ja uupumus voivat vaihdella elämäntilanteen mukaan. Suomessa syntyvyyden laskun syitä on alettu pohtimaan ja on nostettu esille, voisiko kokemus voimavarojen riittämättömyydestä ja uupumuksesta lapsiperheessä vaikuttaa lapsitoiveisiin.</p> <p>Tutkimuksen tarkoituksena on saada tietoa lapsiperheiden voimavaroista ja niiden tukemisesta sekä miten ne vaikuttavat Suomessa syntyvyyteen. Tarkoituksena on saada myös tietoa, kuinka yhteiskunnassa voitaisiin tukea paremmin lapsiperheitä ja sitä kautta vaikuttaa positiivisesti syntyvyyteen. Tutkimuksen tavoitteena on saada tietoutta lapsiperheiden kanssa ja heidän asioitaan hoitavien kanssa työskenteleville. Omin tavoitteinamme on tulevana kättilönä saada tietoa ja työkaluja, miten esimerkiksi voimme huomioida perheiden voimavaroja jo ennen lapsen syntymää, syntymän aikana ja sen jälkeen.</p> <p>Tutkimus on toteutettu laadullisena tutkimuksena. Tutkimuksen aineisto kerättiin syvähaastatteluina keväällä 2019. Tutkimuksessa haastateltiin 0 - 2 vuotiaiden lasten vanhempia, kolmea äitiä ja kolmea isää siis haastateltavia oli yhteensä kuusi. Haastatteluiden aineisto analysoitiin aineistolähtöisen sisällönanalyysin menetelmin. Tutkimuksen tilaajana on Jyväskylän yliopisto ja Vanhempien voimavara- ja kuormitustekijät-hanke (VoiKu).</p> <p>Tutkimuksessa vanhemmista osa ei kokenut voimavarojen riittämättömyyden vaikuttaneen lapsitoiveisiin, osa puolestaan koki sen vaikuttaneen lapsitoiveisiin. Lapsiperheet kokivat voimavarojen riittämättömyyttä ja uupumisen tunteita aiheuttavan muun muassa työn kuormittavuus, unen laatu, perheen yhteinen aika, parisuhteen hyvinvointi, lapsiarjen kuormittavuus sekä kiire, taloudellinen tuki ja lapsiperhepalveluiden tarjonta. Isät ja äidit kokivat merkittäväksi jaksamiselle lapsiarjessa läheisten ja sukulaisten tuen. Neuvolan tuki koettiin myös tärkeäksi voimavarojen riittävyydelle ja tutkimuksessa arvioitiin neuvolan tukevan voimavaroja nykyään paremmin. Yhteiskunnalta toivottiin avointa ja luotettavaa ilmapiiriä ilmaista uupumusta, sekä luottamuksellisen suhteen rakentamista terveydenhuollossa. Vanhemmat toivoivat myös tukea jaksamiseen varhaisessa vaiheessa sekä matalan kynnyksen apua.</p> <p>Tutkimuksella saatiin vanhempien näkökulmasta tietoa voimavarojen tukemisesta ammattihenkilöille, jotka työskentelevät lapsiperheiden kanssa. Tässä tutkimuksessa saatiin tietoa myös siitä, kuinka yhteiskunnassa voitaisiin paremmin tukea lapsiperheiden jaksamista ja voimavaroja, sekä vaikuttaa siten syntyvyyteen positiivisesti.</p> <p>Jatkotutkimuksena tutkimuksesta voisi toteuttaa tutkimuksen, kuinka lapsiperheiden vaikutus voimavaroihin erilaisissa perheissä kuten yksihuoltaja-, nais- tai miesparien perheissä sekä muissa perhemuodoissa. Voisi myös tarkastella voimavarojen riittävyyttä isompien lasten perheissä, esikoisperheissä ja perheissä, joissa on useita lapsia. Syntyvyyteen vaikuttavia tekijöitä voisi tutkia lapsettomiin ja vapaaehtoisesti lapsettomiin näkökulmasta. Jatkotutkimuksena voisi myös tutkia, kuinka äidit ovat kokeneet vaikean synnytyskokemuksen vaikuttaneen lapsitoiveisiin.</p>	
Avainsanat voimavarat, syntyvyys, lapsiperhe, uupumus, lapsiarki, lapsitoive, yhteiskunta, neuvola, terveydenhuolto	

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme in Midwifery			
Author(s) Sini Siimes and Mirka-Liisa Kinnunen			
Title of Thesis Resources of the families and birth rate. A research interview with families with children aged 0 to 2.			
Date	17.12.2019	Pages/Appendices	67/12
Supervisor(s) Päivi Hoffrén			
Client Organisation /Partners University of Jyväskylä, Finnish team of International Investigation of Parental Burnout (IIPB)-project. Kaisa Aunola and Matilda Sorkkila			
<p><b>Abstract</b></p> <p>Sufficient resources are vital for the wellbeing of families. Resources support the parents to gain positive experiences of the everyday life with children. The adequacy of the resources, coping, and burnout may vary according to the life situation. In Finland, the reasons for the decrease in birth rate have been under consideration. A question has been raised whether the experience of a lack of resources and burnout in the family could affect the wish to have a child.</p> <p>The purpose of this study was to provide information on the resources of families and on supporting them, and also on these factors' effect on the birth rate in Finland. In addition, the purpose of this study was to gain knowledge of how society could better support families, thus having a positive impact on the birth rate. The goal of this study was to provide information for the professionals that work with families. The professional goal of the authors (as future midwives) was to gain knowledge and tools for considering the resources of families before, during and after the birth of a child.</p> <p>The study was conducted as a qualitative study. The empirical data of this study was collected through in-depth interviews in the spring of 2019. Altogether six parents of children aged 0 to 2 were interviewed, three of whom were mothers and three were fathers. The data was analyzed using a data-driven content analysis approach. The client organisation of the study was the University of Jyväskylä and the International Investigation of Parental Burnout (IIPB) – project.</p> <p>The results of this study show that some of the interviewees did not experience that the lack of resources would have affected their wishes to have a child whereas the others experienced the opposite. The families experienced the lack of resources and burnout were caused by straining of work, quality of sleep, family time, wellbeing of the parents' relationship, straining of the everyday life with children and hurry, financial support, and the provision of services for families with children. Both the fathers and the mothers experienced the support of close relatives as an important factor for coping in the everyday life with children. The support of the maternity clinic was also considered as an important factor for sufficient resources, and the study revealed that from the parents' point of view, the maternity clinics support the resources of the families better now than before. The parents hoped for an open and trustworthy atmosphere from society, so that they can express their feelings of burnout and build a confidential relationship with health care professionals. The parents also hoped for early stage support for coping and low-threshold services.</p> <p>This study provided information about supporting the resources for professionals working with families from the parents' point of view. This study also provided information about how society could better support the coping and resources of families, thus having a positive impact on the birth rate. Further research could explore how the everyday life with children affects the resources of different families, such as single-parent families, female or male couple families or other forms of families. The sufficiency of resources could also be studied among families with older children, families with their firstborn child and families with multiple children. The factors affecting the birth rate could be studied from the voluntarily childless persons' point of view. Further studies could also look into how mothers experience a difficult childbirth's impact on their wish to have another child.</p> <p><b>Keywords:</b> resources, birth rate, family with children, burnout, everyday life with children, wish to have a child, society, maternity clinic, health care</p>			

## JOHDANTO

Tutkimus käsittelee 0 – 2-vuotiaiden lasten vanhempien voimavarojen vaikutusta syntyvyyteen. Aihe on merkittävä ja se on ajankohtainen yhteiskuntaa koskettava asia. Syntyvyys on laskenut pitkään Suomessa ja yhteiskunnassa on alettu pohtimaan keinoja, millä syntyvyyttä voitaisiin tukea paremmin ja rohkaista pariskuntia rakentamaan perhettä. Työskennellessä kättilönä saa olla mukana aktiivisesti naisen elämänkaaressa sekä perheen ja vauvan elämän alkuvaiheessa. Kättilön työllä on myös merkittävä vaikutus perheiden voimavarojen löytämiseen ja tukemiseen mullistavassa elämänvaiheessa, mikä voi olla hyvinkin ratkaisevaa perheelle saadakseen myönteisen kokemuksen elämästä pienen vauvan tai taaperoikäisen kanssa. Syntyvyyden laskeminen vaikuttaa myös kättilön tulevaan työmäärään ja työnkuvaan. Edellisiin sukupolviin verrattuna nyt syntyviä lapsia ja pieniä lapsia on vähemmän kuin koskaan Suomessa ja samalla väestö ikääntyy, mutta syntyvyys pienenee.

Yhteiskunnallisesti aihe on tärkeä, koska on tutkittu perheiden voimavarojen olevan merkityksellistä syntyvyydelle sillä, esimerkiksi perheet eivät välttämättä halua yhden lapsen jälkeen tehdä lisää lapsia, koska ei luoteta omien voimavarojen riittävyteen. Jyväskylän yliopiston pro gradu -tutkielmassa 2018, tuodaan esille, että nyt lähivuosina on syntynyt kolmansia lapsia aikaisempaa vähemmän, mikä voi kertoa siitä, että lapsiperheeksi voidaan kokea uuvuttavana, eikä sitä haluta useamman lapsen myötä pitkittää. Uupumukseen liittyvä riittävyden tunteen puute voi aiheuttaa vanhemmille epäilyksiä omasta kyvystään olla useamman lapsen vanhempi ja sitä kautta se vaikuttaa lapsitoiveisiin. (Laatikainen ja Vikström-Hytönen 2018, 11.)

Opinnäytetyön aihe on saatu Ylen aamu-Tv:ssä 20.11.2018 esitellystä Jyväskylän yliopiston VoiKu-tutkimuksesta. Tässä aamu-TV:ssä oli asiantuntijoita kertomassa näkemyksiään syntyvyyteen ja voimavaroihin liittyen. (YLE 2018.) Työn tilaajana on Jyväskylän yliopisto ja Vanhempien voimavara- ja kuormitustekijät-hanke (VoiKu). VoiKu-hanketta toteutetaan Jyväskylän yliopistossa ja tutkimuksen vastuulliset tutkijat ovat professori Kaisa Aunola ja tutkijatohtori Matilda Sorkkila. VoiKu-hankeessa tutkitaan erilaisia tekijöitä, jotka saattavat vaikuttaa vanhempien tyytyväisyyteen vanhempana olemiseen ja mitkä lisäävät riskiä uupumiselle. Lisäksi tutkimuksen avulla kehitetään luotettavaa vanhemmuuden uupumuksen arviointimenetelmää, VAU-seula, jolla voidaan paremmin tunnistaa riskissä olevat vanhemmat uupumiselle ja sitä kautta voitaisiin ennaltaehkäistä ongelmia konkreettisilla tukitoimilla. (Jyväskylän yliopisto, 2019.)

Tutkimuksen tarkoituksena on saada tietoa lapsiperheiden voimavaroista ja niiden tukemisesta ja miten se vaikuttaa Suomessa syntyvyyteen. Tarkoituksena on myös saada tietoa, kuinka voitaisiin yhteiskunnassa tukea paremmin lapsiperheitä ja sitä kautta vaikuttaa positiivisesti syntyvyyteen. Tutkimuksen tavoitteena on saada tietoutta lapsiperheiden kanssa ja heidän asioitaan hoitavien kanssa työskenteleville, miten syntyvyyttä voitaisiin tukea tukemalla perheiden voimavaroja. Omina tavoitteinamme on tulevana kättilöinä saada tietoa ja työkaluja, miten esimerkiksi voimme huomioida perheiden voimavaroja jo ennen lapsen syntymää, syntymän aikana ja sen jälkeen.

Tilaaajan tavoitteena on saada laadullista tietoa tapauskuvausten avulla vanhemmuuden uupumukseen ja väsymiseen liittyen, siihen millaista tukea ja tuen muotoja vanhemmat saivat, millainen prosessi tuen saaminen tai saamatta jääminen oli, miten uupumus tai vauvavuosien kokemukset vaikuttivat lapsilukuun ja miten vanhemman tunteet ja tarpeet otettiin neuvolassa huomioon: tuleeko väsynyt vanhempi oikeasti kuulluksi.

Opinnäytetyö on laadullinen tutkimus, joka toteutettiin haastatteluna 0- 2-vuotiaiden lasten vanhemmille. Kohderyhmänä on 0- 2-vuotiaiden lasten vanhemmat, koska heillä on tuore kokemus voimavaroja tukevista ja laskevista tekijöistä lapsen ollessa pieni, joilloin koko perhe tarvitsee voimavarojen tukemista.

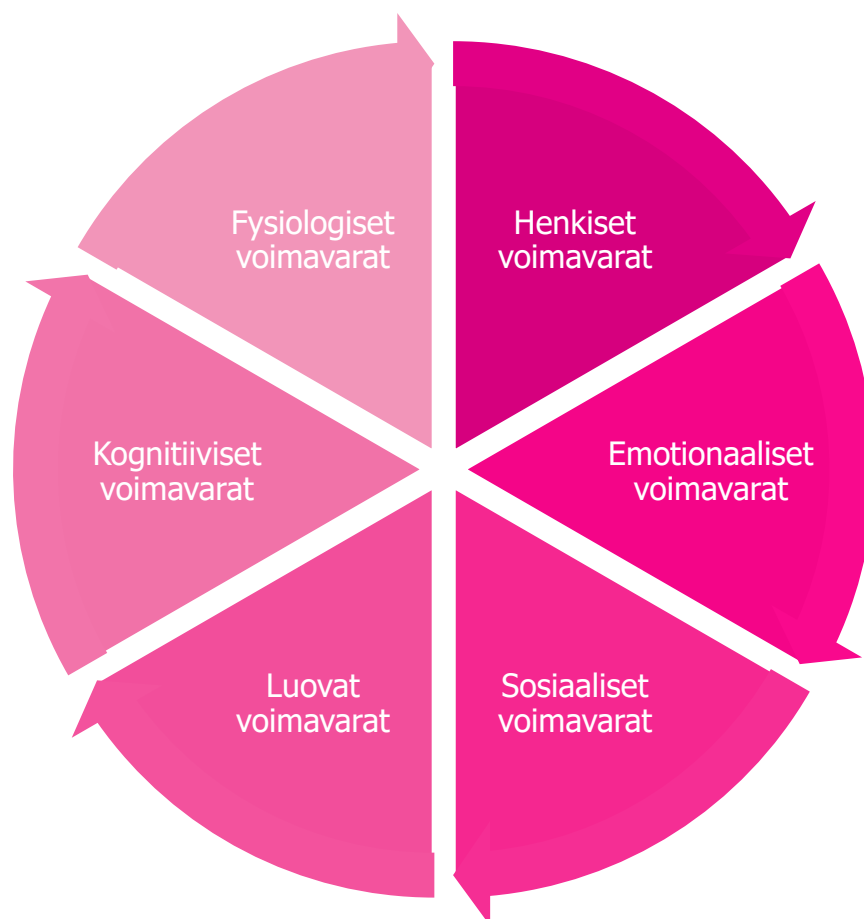
## SISÄLTÖ

JOHDANTO .....	4
1 VOIMAVARAT LAPSIPERHEISSÄ.....	8
1.1 Lapsiperheiden voimavarat .....	8
1.2 Tutkimuksia lapsiperheiden voimavaroista .....	9
1.3 Lapsiperheiden voimavarojen tukeminen terveydenhuollossa .....	10
2 SYNTYVYYDEN MUUTOKSET SUOMESSA .....	13
2.1 Syntyvyys ja alueelliset erot syntyvytydessä .....	13
2.2 Suomalaisten perhekoko .....	15
2.3 Syntyvyys ja yhteiskunta .....	17
2.4 Lapsihaaveet vanhemmalla iällä .....	18
3 YHTEISKUNNAN TUKIMUODOT JA PALVELUT PERHEILLE .....	20
3.1 Kansaneläkelaitoksen etuudet .....	20
3.2 Kunnan lapsiperhepalvelut ja muut tukipalvelut lapsiperheille .....	20
3.2.1 Päivähoito.....	21
3.2.2 Terveydenhuollon palvelut .....	21
3.2.3 Muut kasvatusta ja perhettä tukevat palvelut .....	22
3.3 Seurakunnan palvelut.....	23
4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	25
5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS .....	26
5.1 Laadullinen tutkimus tutkimusmenetelmänä .....	26
5.2 Aineiston keruu.....	27
5.3 Aineiston analysointi .....	28
6 TULOKSET .....	30
6.1 Vanhempien taustatiedot.....	30
6.2 Isien haastattelutulokset .....	30
6.3 Äitien haastattelutulokset .....	33
7 POHDINTA.....	40
7.1 Tutkimustulosten tarkastelua .....	40
7.2 Eettisyys ja luotettavuus.....	45
7.3 Ammatillinen kasvu ja kehitys .....	48
7.4 Jatkotutkimusaiheet ja hyödynnettävyys.....	49

LÄHTEET .....	50
LIITE 1: HAASTATTELUKYSYMYKSET .....	55
LIITE 2: TIEDOKSIANTO HAASTATTELUUN OSALLISTUVILLE.....	56
LIITE 3. SISÄLLÖNANALYYSI TAULUKOT: ÄIDIT JA ISÄT .....	57

## 1 VOIMAVARAT LAPSIPERHEISSÄ

Voimavarat yleisesti ajateltuna ovat asioita, jotka auttavat selviytymään hankalista tilanteista ja mahdollistavat elämän mielekkyyden. Oman itsensä toimintojen myönteisten seurausten havaitseminen ja tunteminen auttavat löytämään keinoja elämän haastaviin tilanteisiin. Voimavarat voivat olla henkisiä kuten uskonto tai elämänasenne ja emotionaalisia kuten tunteet ja ajattelu sekä sosiaalisia. Sosiaalisia voimavaroja ovat esimerkiksi ihmissuhteet, vertaistuki, lemmikit ja ammattiauttajat tai luovia kuten mielikuvitus, unelmointi, musiikki, taide, hulluttelu ja luonto. Voimavaroja on myös kognitiivisia esimerkiksi tiedon ymmärtäminen ja taitojen oppimiskyky, oma kyvykkyys ja valmiudet kohdata uusia asioita, ratkaisukeinot hankalissa tilanteissa ja tavoitteet. Fysiologisia voimavaroja voivat olla toiminta, lepo, joutilaisuus, liikunta ja saunominen tai muita tekijöitä. (EHYT ry, 2014 ja kuvio 1.)



KUVIO 1. Voimavarojen eri muodot.

### 1.1 Lapsiperheiden voimavarat

Voimavarat auttavat selviytymään jokapäiväisestä elämästä ja ne auttavat sopeutumaan uusiin elämäntilanteisiin, kuten esimerkiksi lapsen syntymään. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen lastenneuvola lapsiperheiden tukena-oppaassa tuodaan esille, että lapsi muuttaa elämää merkittävästi, se muuttaa vanhempien ajankäyttöä, ihmissuhteita, taloudellista tilannetta ja erityisesti parisuhdetta. (STM



2004, 80.) Voimavaroja koetellaan parisuhteessa varsinkin lapsen syntyessä. Vuonna 2016 julkaisussa perhebarometrissa tuodaan esille, että syntymän jälkeisessä ajassa testataan, kuinka kyvykkäitä kumppanit ovat sopeutumaan uuden parisuhdetilanteen haasteisiin. Kyse on parin siirtymisestä elämänvaiheeseen, jossa miehen ja naisen roolit ja tehtävät parisuhteessa väistämättä muuttuvat (Kontula ja väestöliitto 2016, 72).

Jokaisella lapsiperheellä on omat voimavaransa ja ne ovat erilaisia, ja ne vaikuttavat koko perheen hyvinvointiin. Lapsiperheessä voimavaroja antavia sekä kuormittavia tekijöitä ovat vanhempien omat lapsuuskokemukset, terveys ja elämäntavat, parisuhteen hyvinvointi, vanhemmuuteen kasvu, lapsen hoito ja kasvatusta, työllisyys ja taloudellinen vakaus, asuminen ja tulevaisuuden haaveet (THL 2018). Voimavaroja voivat olla muun muassa vanhempien koulutus, heidän tietonsa ja taitonsa sekä luottamukselliset ihmissuhteet. Myös myönteinen ja itsevarma ajatus itsestään kasvattajana luo lapselle avoimen ja turvallisen kasvuympäristön. (STM 2004, 80.) Voimavaroja tukevat tekijät edistävät myös lapsen tervettä kasvua ja kehitystä, sekä suojaavat epäsuotuisilta tekijöiltä. Voimavarat tukevat lapsiperheen elämän hallintaa. (THL 2018.) Merkittävä voimavara on myös, että vanhempien parisuhde toimii pohjana lapselle turvallisena kasvualustana. Ulkopuolisia voimavarakantajia voivat olla läheisten, kuten sukulaisten ja ystävien tuki ja samassa elämäntilanteessa olevien vertaistuki. (STM 2004, 81.)

## 1.2 Tutkimuksia lapsiperheiden voimavaroista

Perheiden voimavaroja on tutkittu Jyväskylän yliopistolla Vanhemmuuden voimavara- ja kuormitus-tekijöitä kartoittavassa Voiku-hankkeessa. Osa hanketta on Riitta Laatikaisen ja Kirsi Vikström-Hytösen pro gradu -tutkielma, joka on valmistunut kesäkuussa 2018. Tässä pro gradu -tutkielmassa käy ilmi, että voimavarojen riittämättömyyteen ovat vaikuttaneet yksinhuoltajuus, koulutustaso ja merkittävästi kotitalouden toimeentulo. Paremmalla toimeentulolla on helpompi hankkia helpotusta arkeen kuten ruuanlaittoon, siivoukseen ja kodinhoitoon ostamalla kodinhoitopalveluita tai lasten hoitoon palkkaamalla lastenhoitajan. (Laatikainen ja Vikström-Hytönen 2018, 60.) Tällaisiin arjen helpotuksiin, mitä Laatikaisen ja Vikström-Hytösen pro-gradussa todettiin, ovat perheet tuoneet esille voimakkaasti kaipaavansa ennaltaehkäiseviä toimia väestöliiton uusimmassa perhebarometrissa (2018). Perheet ovat toivoneet palveluita, kuten erilaisia sosiaalitoimen tukipalveluita tai perhetyötä, kuten perheneuvolat, kotiapupalvelut tai hoitoapu, kuten kodinhoitajat. Arkeen toivottiin tukea, joka mahdollistaa matalan kynnyksen palvelut ja varhaisen puuttumisen. Neuvolapalveluilta toivottiin puolestaan perheneuvonnan lisäksi myös henkistä tukea ja tarvittaessa sosiaalista tukiverkostoa. Neuvoloitten toivottiin tunnistavan ajoissa ongelmaperheitä, johon työhön ne tarvitsevat riittävästi resursseja. (Kontula ja Väestöliitto 2018, 95.)

Voimavarojen ja uupumuksen yhteyttä syntyvyyteen ja lapsitoiveisiin kuvaa hyvin, kun Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen pro gradu -tutkielmassa "Kuka superihminen muka pystyy...?" oli esitetty tutkimuskysymys haastateltaville: "Onko vanhemmuudessa kokemasi väsymys tai uupumus vaikuttanut toiveisiisi hankkia lapsia?", johon 56 prosenttia vastasi "kyllä." (Laatikainen ja Vikström-Hytönen, 2018. 31). Tässä tutkielmassa on tuotu esille, että voimavarojen puute ja uupumus voi olla

yksi merkittävä syy Suomen syntyvyyden laskuun, mutta toistaiseksi uupumuksen yhteyttä syntyvyyteen on tutkittu vähän.

Itä-Suomen Yliopistossa on puolestaan tutkittu voimavaralähtöisesti, millaisiin asioihin vanhemmat haluaisivat tukea. Tässä tutkimuksessa 65 prosenttia äideistä koki tarvitsevansa tukea mielenterveydelleen, kuten mielialaan, selviytymiseen joka päiväisessä elämässä ja päihteiden käytön vähentämiseen. Isistä 68 prosenttia koki myös tarvitsevansa tukea mielenterveydelleen ja päihteiden käytön vähentämisessä. Tutkimuksessa nousi esille, niin äidit kuin isätkin, toivoivat tukea itsetunnon parantamiseen ja tunteiden ilmaisemiseen. (Tanninen 2015, 37.) Tutkimuksessa myös nousi esille perheiden tuen tarpeet. Useat perheet kokivat tuen tarvetta vanhempien terveydelle ja hyvinvoinnille, apua vanhemmuuden vahvistamiseen sekä lasten kasvattamiseen ja huolehtimiseen. Puolet koki tarvetta vanhempien välisen suhteen tukeen. (Tanninen 2015, 38.) Tampereen yliopistolla on tutkittu myös vanhempien voimavaroja ja kuinka niihin voitaisiin terveydenhuollossa vaikuttaa. Tärkeäksi nousi vanhempien itseluottamuksen edistäminen, emotionaalisen ja konkreettisen tuen tarjoaminen, mikä voi vahvistaa vanhempien voimavaroja. Voimavarojen tukemisen, selviytymisen ja hyvinvoinnin tukemisen lisäksi tulisi myös oikea-aikaisen tuen mahdollistaminen perheelle ja mahdollisuus saada palveluita, joita perhe toivoisi saavansa. (Vuorenmaa, Perälä, Halme, Kaunonen ja Åstedt-Kurki 2016, 33-34.)

### 1.3 Lapsiperheiden voimavarojen tukeminen terveydenhuollossa

Jotta voimavaroja osattaisiin tukea oikein, tulee terveydenhuollossa ammattilaisen tunnistaa mahdolliset kuormitustekijät ja ottaa asia puheeksi vanhempien kanssa. Merkittäviksi havaittuja kuormitustekijöitä ovat arkipäivän raskaus, oman ajan ja vanhempien yhteisen ajan puute, johon vaikuttaa myös lapsen ikä ja yksilöllinen perhetilanne. Muita kuormitustekijöitä voivat olla väsymys, viireystilan ja mielialan muutokset, äidin yksinäisyys, vanhemmuuteen liittyvät haasteet ja vanhempien rooliristiriidat. Neuvolaoppaassa on todettu, että syntymän jälkeen arjessa joustaminen hankaloituu, työnjako muuttuu, voi tulla haasteita keskinäisessä kommunikoinnissa ja yhteenkuuluvuuden tunne voi muuttua. Elämässä voi myös olla lapsen syntymän aikoihin muitakin asioita, jotka kuormittavat perheen arkea. Muita kuormittavia asioita voivat olla muun muassa muutto, sairastuminen, työttömyys, suuri työmäärä tai taloudellisesti huono tilanne. (STM 2004, 81.)

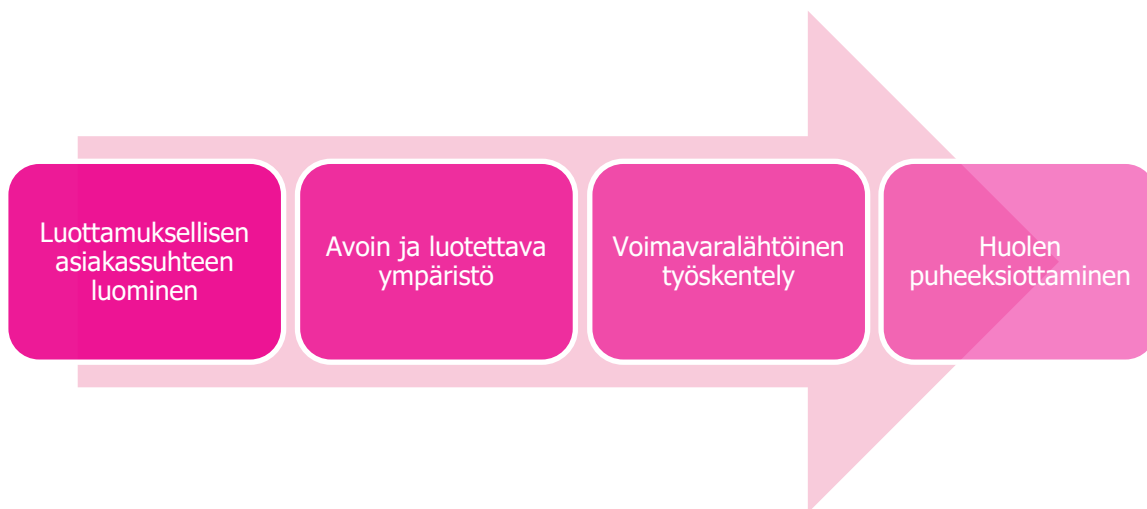
Terveyden ja hyvinvoinninlaitos on myös tutkinut lapsiperheiden hyvinvointia ja siihen vaikuttavia tekijöitä, joiden tuloksia on julkaistu 2014. THL:n tutkimuksissa keskeisiä tekijöitä, jotka vaikuttavat perheiden hyvinvointiin olivat äitien ja isien työssäkäynti, toimeentulo, työn ja perheen yhteensovittaminen, vanhempien työnjako ja parisuhteen hyvinvointi (Vaarama, Karvonen, Kestilä, Moisio, Muuri ja THL 2014, 144). Vuonna 2011 THL on tutkinut vanhempien näkemyksiä, kuinka palvelut vastaavat perheiden tarpeita. Tutkimuksessa muun muassa vanhemmat toivat esille huolta omasta jaksamisestaan, kuten uupumus ja työn ja perhe-elämän yhdistäminen (Perälä, Salonen, Halme, Nykänen ja THL 2011, 38). Tässä tutkimuksessa keskeisimpänä kehittämisen aiheena palveluissa vanhemmat kokivat nykyistä varhaisemmassa vaiheessa lievään huoleen puuttuminen ja ennaltaehkäisevään toimintaan panostaminen (Perälä ym. 2011, 76).

Terveydenhuollon ammattihenkilöiden taitoja tunnistaa näitä perheiden voimavaroja ja tuen tarpeita käsitellään aiheesta julkaistussa tutkimusartikkelissa Tutkiva hoitotyö-lehdessä. Tutkimus käsittelee perheiden voimavaroja ja tuen tarpeita lastenneuvolassa puolitoistavuotiaan lapsen laajoissa terveystarkastuksissa. Tutkimus osoitti, että puolitoistavuotiaan lapsen neuvolakäynneillä lapsen hyvinvointiin liittyviä lausumia oli paljon verrattuna parisuhteeseen, perheen vuorovaikutukseen, kasvatuskäytäntöihin, elinoloihin ja tukiverkoston liittyviin lausumiin. Tutkimuksessa todettiin tulosten osoittavan, että terveydenhuollossa ei kyetä tunnistamaan näitä tarpeita tai ottamaan puheeksi tai niitä ei kirjata asiakirjoihin. Tämä hankaloittaa siten ongelmien ennaltaehkäisemistä ja ongelmiin puuttumista sekä heikentää hoidon jatkuvuutta. (Tammekas, Haaranen, Pietilä ja Häggman-Laitila 2018, 35-36.) Tätä tuen tarpeen ja voimavarojen arvioinnin vaikuttavuutta varhaisessa vaiheessa on tutkittu myös Itä-Suomen yliopistossa perhehoitotyön interventioiden muodossa. Tutkimuksessa vanhemmat kokivat interventioiden vaikuttaneen positiivisesti jokapäiväisestä elämästä selviämiseen, perheiden väliseen vuorovaikutukseen, sekä antoi tukea vanhemmuuteen ja lasten kasvattamiseen. Vanhemmat arvioivat interventioiden ehkäisseen mielenterveydellisiä ongelmia, lastenhoitoon liittyviä riitoja ja muita vaikeita perhe-elämään liittyviä tilanteita. (Tanninen 2015, 43-44.)

Äitiysneuvolaoppaassa on myös ammattilaisille ohjeita, kuinka tunnistaa varhain esimerkiksi äidin uupumus ja mahdollinen raskausmasennus. Synnytyksen jälkeistä herkistymistä eli baby bluesia esiintyy 50-80 prosentilla äideistä ja synnyttäjistä, synnytyksen jälkeistä masennusta esiintyy 10-15 prosentilla äideistä. (THL 2018.) Esille on myös tuotu haasteita, jotka vaikeuttavat sen tunnistamista, esimerkiksi henkilökunnan kiireisyys sekä puheeksiottamisen vaikeus, kun koetaan asian olevan arkaluontoinen. Äidit myös saattavat pelätä leimautumista epäsovivaksi vanhemmaksi, kokea epäonnistumisen tunnetta äitiyydessä sekä tuntee häpeää mielenterveysongelmista, jolloin haasteista perhe-elämässä voi olla vaikeampaa kertoa. Raskausmasennusta voidaan arvioida EPDS-lomakkeella eli Edinburgh Postnatal Depression Scale. EPDS-lomaketta voidaan hyödyntää molempien vanhempien mahdollisten masennusoireiden löytämiseen. (Klemetti ja Hakulinen-Viitanen, Kansallinen äitiyshuollon asiantuntijaryhmä ja THL 2013, 29.)

Perheiden voimavaroja terveydenhuollon ammattihenkilöiden tulee kartoittaa muun muassa neuvolassa, mutta voimavarojen ja perheen tilanteen kartoittaminen alkaa jo lapsen syntymästä. Terveydenhuollossa työskentelevä henkilö voi selvittää voimavaroja muun muassa motivoivalla voimavara-lähtöisellä haastattelulla, tai lomakkeilla kuten THL:n kehittämällä lasta odottavan perheen arjen voimavarat-lomakeella ja vauvaperheen arjen voimavarat-lomakeella (THL 2018). Myös Voiku-hankkeessa luodaan VAU-seula, jonka avulla voidaan selvittää vanhemmuuden uupumisen mahdollisia merkkejä. VAU-seulaa on pilotoitu Jyväskylän ja Kangasalan neuvoloissa, joka olisi tarkoitus tulevaisuudessa saada laajasti Suomen neuvoloihin käyttöön. Tutkiva hoitotyölehden artikkelissa (2018) todetaan myös, että tuen tarpeiden ja voimavarojen tunnistamista terveystarkastuksissa voidaan tukea helpokäyttöisillä lomakkeilla ja huolehtimalla, että hoitajilla ja lääkäreillä on riittävästi aikaa keskustella vanhempien kanssa (Tammekas ym, 2018, 36).

Äitiysneuvolaoppaassa tuodaan esille myös luottamuksellisen asiakassuhteen muodostumista terveydenhoitajan/kätilön ja perheen välillä. Oppaassa tuodaan esille, ettei ennakko-oletuksia kannata luoda ennen kuin on keskustellut perheen kanssa. Jotta voidaan luoda avoin ja luotettava ympäristö työntekijän ja perheen välille, on hyvä työntekijän käyttää avoimia kysymyksiä. Tärkeää on myös huomioida erilaiset perhemallit, kuten yksin lasta odottavat, sateenkaariperheet, uusperheet, erilaisista kulttuureista perheet, adoptiolasta odottavat ja monikkolapsia odottavat perheet. (Klemetti ym. 2013, 26.) Voimavaralähtöisellä työskentelyllä pyritään asiakas- ja perhelähtöiseen lähestymistapaan ja siten pyritään hahmottamaan asiakkaalle elämään liittyviä muutoshaasteita. Sen tarkoituksena on saada perheessä lapsia ja vanhempia ottamaan vastuuta omasta terveydestään. Tavoitteena on, että perhe tiedostaa voimavaroja antavat sekä kuormittavat tekijät, jolloin perhe voi lähteä vahvistamaan voimavarojaan entisestään. (THL 2018.) Puheeksiotto voimavarojen riittämättömyydestä ja uupumuksesta voi olla työntekijälle haastavaa ja sitä epäröidään tehdä. Puheeksiottoa vältellään, mutta silloin työntekijälle huolta aiheuttavat ongelmat saavat kasvaa entisestään. Puheeksiottoon on myös työkaluja, joilla voidaan lisätä luottamusta ja tuoda asia ilmi kunnioittavasti, eikä vaaranneta asiakassuhdetta perheeseen. (THL 2018.) Huoli puheeksi-oppaassa keskeistä on, että työntekijä ottaa puheeksi omana huolensa sen sijaan, että puhuisi lapsen tai perheen ongelmista. Tällöin työntekijä pyytää ikään kuin yhteistyötä perheen kanssa huolensa vähentämiseksi. Huolen puheeksiottaminen on varhaista puuttumista ja ennakoimista. (Eriksson ja Arnkil 2012, 7.)



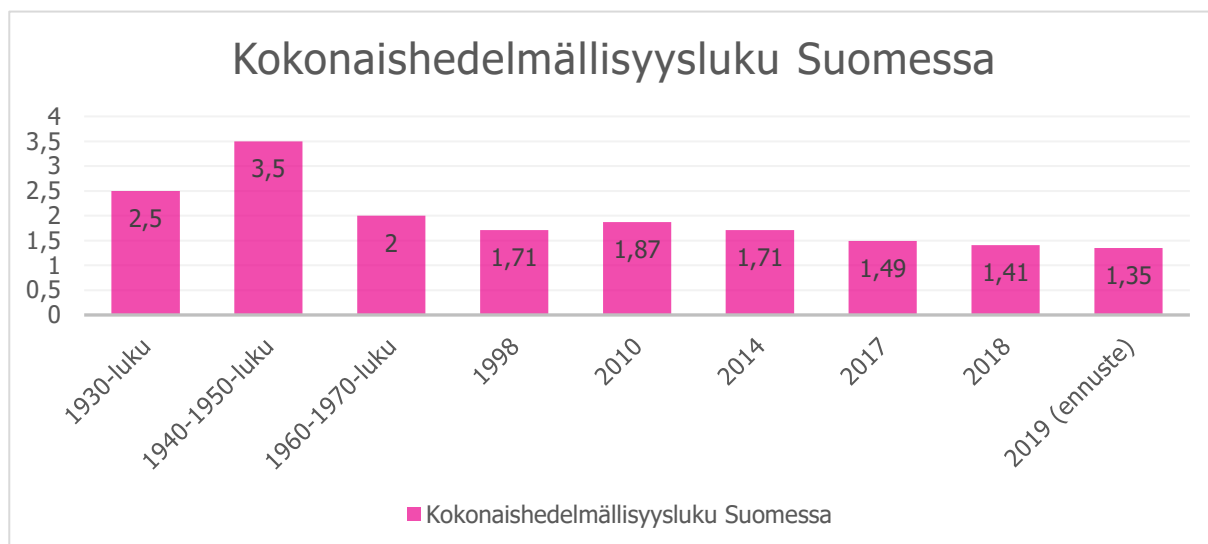
KUVIO 2. Työkaluja voimavarojen riittämättömyyteen puuttumiseen varhaisessa vaiheessa.

## 2 SYNTYVYYDEN MUUTOKSET SUOMESSA

### 2.1 Syntyvyys ja alueelliset erot syntyvydessä

1900-luvun alkupuolella Suomessa naista kohti syntyi viisi lasta, mutta heistä kaikki eivät päässeet aikuisuuteen saakka korkean lapsikuolleisuuden vuoksi. Kun lapsikuolleisuus väheni, nousi suomalaisten äidiksituloikä ja perheiden koko pieneni. 1930-luvulla oli kokonaishedelmällisyysluku naista kohden vain 2,5. Yhdellä lapsella kokonaishedelmällisyysluku nousi toisen maailmansodan jälkeen, kun ihmiset taas uskalsivat hankkia lapsia. 1940- ja 1950-luvuilla vanhemmiksi tultiin nuorina, mutta 1960- ja 1970-luvun jälkeen vanhemmaksituloikä on tasaisesti noussut ja kokonaishedelmällisyysluku on aaltoillut kahden molemmin puolin. (Rotkirch, Tammissalo, Miettinen, Berg ja Väestöliitto 2017, 12.) Suomessa syntyneiden lasten määrä kasvoi vuoteen 2010 saakka, mutta on lähtenyt tasaisesti vähentymään sen jälkeen. Suomalaisten kokonaishedelmällisyysluku oli vuonna 2014 1,71. 1990-luvun alun jälkeen ei hedelmällisyys ole ollut kertaakaan yhtä alhaalla Suomessa, lukuun ottamatta vuotta 1998, jolloin kokonaishedelmällisyysluku oli 1,71. (Miettinen ja Väestöliitto 2015, 10.) Suomessa on pitkään ollut suurempi lapsettomien osuus kuin muissa Pohjoismaissa. Kokonaishedelmällisyyslukua kasvattaa se, että Suomessa on suhteellisen paljon suurperheitä, sillä lähes 10 prosenttia suomalaisista naisista on saanut neljä tai useamman lapsen. Verraten muissa Pohjoismaissa on vähemmän lapsettomia sekä suurperheitä ja kaksilapsiset perheet ovat tavallisimpia. (Rotkirch ym. 2017, 14.) 1990-luvun laman aikana Suomessa syntyvyys kasvoi. Esikoisten hankintaa eli perheen perustamista lykättiin, mutta toisia ja kolmansia lapsia hankittiin enemmän, jonka takia syntyvyys kasvoi. (Rotkirch ym. 2017, 15.)

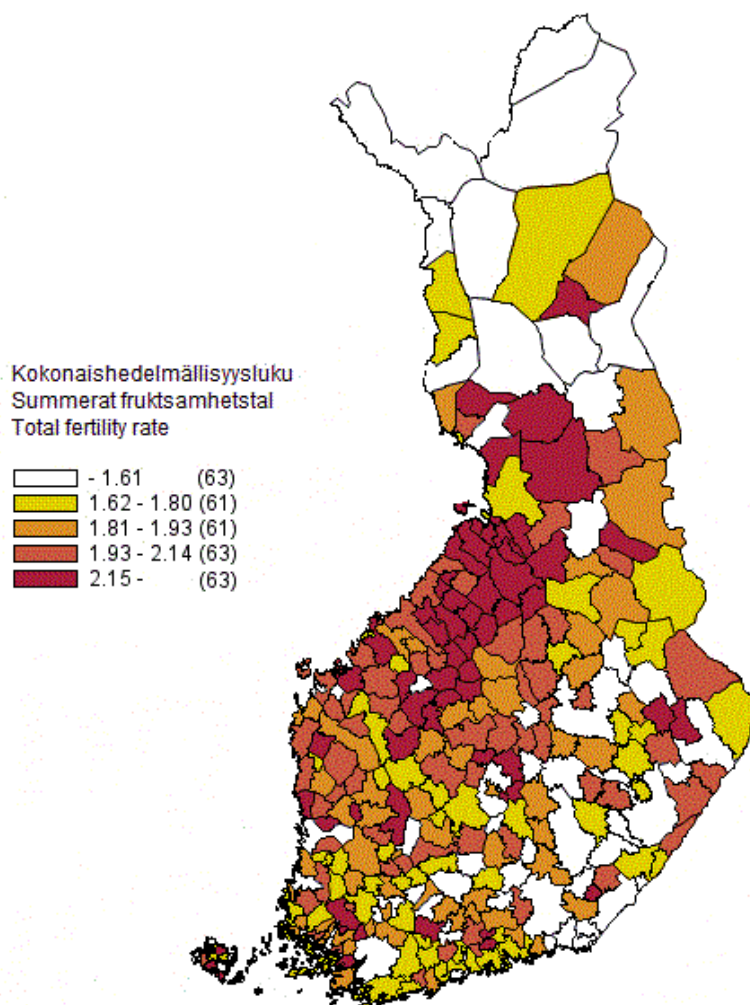
Tilastokeskuksen väestöennusteen mukaan nuorten määrä on vähentymässä syntyvyyden laskun takia. Syntyvyyden pysyessä nykyisellä tasolla, vuonna 2030 nuoria alle 15-vuotiaita olisi 760 000 ja vuonna 2050 luku olisi vähentynyt alle 700 000 nuoreen. 1970-luvulla Suomessa on ollut miljoona alle 15-vuotiasta. Vuonna 2035 Suomen väkiluvun ennustetaan kääntyvän laskuun, jonne saakka nettomaahanmuutto pitäisi väestönkasvua yllä. Kolmen vuoden ajan Suomessa on ollut kuolleita enemmän kuin syntyneitä. Kokonaishedelmällisyysluku Suomessa oli 1,87 vuonna 2010 kun taas vuonna 2017 kokonaishedelmällisyysluku oli Suomen historian matalimmalla tasolla 1,49. Vuonna 2018 ennuste keskimääräiselle lapsiluvulle oli 1,45 ja nyt vuonna 2019 ennustettu lapsiluku on 1,35 (SVT 2019). Uusimman tiedon mukaan naisen kokonaishedelmällisyysluvun arvioitiin olevan 1,41 lasta vuonna 2018 (SVT 2019). Väestöennuste kertoo, että Suomessa syntyvyys on vuodesta 2010 seitsämän vuoden aikana laskenut 20 prosenttia. Edellisen kerran syntyvyys on laskenut Suomessa näin monena peräkkäisenä vuotena 1960-luvulla. (SVT 2018.) Kokonaishedelmällisyyden muutoksia Suomessa on havainnollistettu taulukossa (taulukko 1) 1930-luvulta vuoteen 2019 asti.



TAULUKKO 1. Kokonaishedelmällisyysluku Suomessa.

Syntyvydessä on alueellisia eroja. Vuosina 2010–2014 syntyvyyden lasku oli voimakkainta Pohjois-Pohjanmaan ja Lapin maakunnissa sekä Etelä-Karjalassa ja Kymenlaaksossa. Idässä syntyvyyden lasku oli matalinta, Kainuun, Pohjois-Karjalan sekä Etelä-Savon maakunnissa. Pohjois-Pohjanmaan maakunnassa hedelmällisyysluku on ollut yli 2,2, mikä on korkeampi kuin muualla Suomessa. Myös Lapin maakunnassa hedelmällisyysluku on ollut muun maan hedelmällisyyslukua korkeampi. Etelä-Karjalassa ja Kymenlaaksossa syntyvyys oli jo ennen taantuman alkua maan keskiarvoa alemmalla tasolla eli alle 1,8. Uudellamaalla kokonaishedelmällisyys on koko maan matalinta, jossa kokonaishedelmällisyys oli vuonna 2014 vain 1,55. Alueellisten erojen lisäksi myös kuntatyyppi vaikuttaa syntyvyyteen. Kuntataajamissa ja maaseutumaisissa kunnissa syntyy määrällisesti vähemmän lapsia, mutta niissä hedelmällisyysluvut ovat selvästi korkeammalla kuin keskisuurissa tai suurissa kunnissa. Suurten kaupunkien syntyvyys keskittyy kuntien reuna-alueille tai lähiseutujen kuntiin. (Miettinen ja Väestöliitto 2015, 14.)

Uusimman tilastokeskuksen alueellisen ennusteen mukaan väkiluku kasvoi vuonna 2018 neljässä eri maakunnassa sekä Ahvenanmaalla. Puolestaan vuonna 2040 on ennustettu, että syntyvyys kasvaa Manner-Suomessa enää Uudenmaan maakunnassa, syntyvyyteen odotetaan vaikuttavan myönteisesti maahanmuutto. Vuonna 2018 Suomessa 60 kunnassa syntyi enemmän ihmisiä kuin kuoli. Tuolloin vuonna 2040 on myös ennustettu, että olisi 12 kuntaa enää, jossa syntyy enemmän ihmisiä kuin kuolee. Väkiluvun on myös ennustettu lähtevän laskuun vuonna 2031. (SVT 2019.) Vuonna 2018 lapsia syntyi eniten Pohjanmaan maakunnissa; Keski-Pohjanmaalla kokonaishedelmällisyysluku oli 1,92, Pohjois-Pohjanmaalla se oli 1,70, Pohjanmaalla 1,68 ja Etelä-Pohjanmaalla 1,64. Vähiten lapsia syntyi Varsinais-Suomessa, jossa kokonaishedelmällisyysluku oli 1,32. Uudenmaalla, Etelä-Karjalassa ja Pirkanmaalla kokonaishedelmällisyysluku oli 1,33 naista kohden. (SVT 2019.) Alueellisesti Suomessa kokonaishedelmällisyysluvun eroavaisuuksia kunnissa vuosina 2014–2018 on havainnollistettu (liitekuvio 1) Tilastokeskuksen kuviossa.



Aluejako - Områdesindelningen - Regional division 1.1.2019

LIITEKUVIO 1. Kokonaishedelmällisyysluku kunnittain vuosilta 2014-2018 Tilastokeskus (2019).

## 2.2

### Suomalaisten perhekoko

Vuoden 2017 perhebarometrissa tuodaan ilmi, että 1950-luvulta lähtien suomalaiset ovat toivoneet keskimäärin kahdesta kolmeen lasta. 2010-luvulle asti Suomessa on ollut vähän heitä, jotka eivät halua lapsia ollenkaan tai toivovat vain yhtä lasta. (Rotkirch ym. 2017, 30.) Vuoden 2015 perhebarometrin tuloksissa käy ilmi, että suomalaisten toivotussa lapsiluvussa on selvä lasku. Aiemmin suomalaisten toivottu lapsiluku on ollut 2-2,5 välillä, mutta toivottu lapsiluku näyttää laskeneen alle kahden lapsen. Kahta lasta ihanteenaan pitävien suomalaisten osuus on suurin. Se on noin 45 prosenttia. Kolmea tai useampaa lasta toivovien määrä on laskenut paljon. Vuonna 2015 noin 30 prosenttia suomalaisista piti ihanteenaan kolmea tai useampaa lasta, kun vuonna 2007 heidän osuutensa oli noin 40 prosenttia. Vuonna 2015 vain noin 5 prosenttia piti ihanteenaan neljää tai useampaa lasta. (Miettinen ja Väestöliitto 2015, 23.) Pienen perheen ihanne on kasvanut. Vuonna 2015 noin 25 prosentilla suomalaisista oli ihanteenaan lapsettomuus tai korkeintaan yksi lapsi verrattuna vuosiin 2001-2007, kun lapsettomuus tai korkeintaan yksi oli ihanteena 7-15 prosentilla suomalaisista. Aikaisemmissa kyselyissä lapsettomuus on ollut ihanteena 2-4 prosentilla ja vuoden 2015 perhebarometrin mukaan lapsettomuus oli ihanteena 15 prosentilla suomalaisista. Yhtä lasta ihanteenaan vuonna

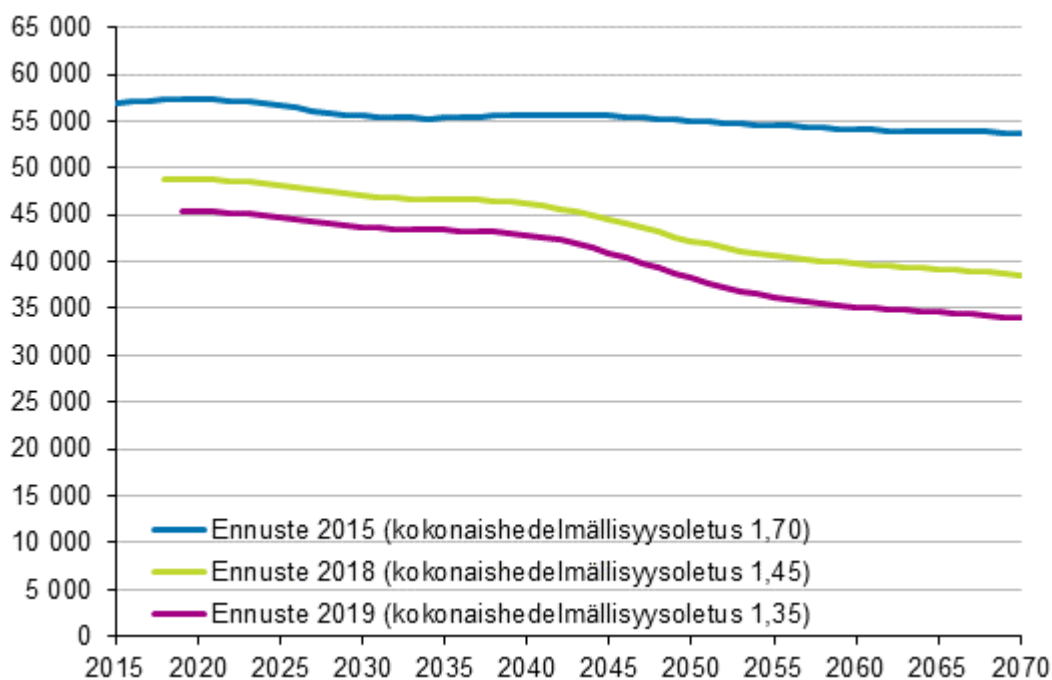
2015 piti noin 10 prosenttia, joka vastaa aikaisempiakin kyselyitä. (Miettinen ja Väestöliitto 2015, 24.)

Vuonna 2018 perhebarometrissa tuotiin pohdinnassa esiin, että perheet ovat jostakin syystä jääneet tarpeineen jonnekin taustalle ja huomio on kohdistettu työmarkkinoiden tarpeisiin ja ihmisten uranäkymiin. Tässä todettiin, että se on toissijainen asia verrattuna, kuinka tärkeä asia perhe ja lasten hyvän tulevaisuuden turvaaminen ovat ihmisten elämässä. Tähän liittyen on siis syytä pitää keskiössä perheet ja tuettava heidän arvokasta kasvatustyötään uuden sukupolven parissa. Näin voidaan myös mahdollistaa se, että ihmiset uskaltaisivat nykyistä paremmin hankkia niin monta lasta kuin haluaisivat, mikä heijastuu syntyvyyteen. (Kontula ja Väestöliitto 2018, 121.) Vuonna 2017 vuoden perhebarometrissä huomio on kiinnitetty siihen miksi nuoret eivät halua lapsia, ja minkä takia vanhemmuutta lykätään. Perhebarometrissa 2017 on selvitetty nuorten aikuisten lastensaantitavoitteita ja syitä vanhemmuuden lykkäämiselle. (Rotkirch ym. 2017, 9.)

Naisten ihanteellinen lapsiluku oli noin kaksi ja miesten ihanne oli hieman alle kaksi lasta vuoden 2015 perhebarometrissä. Parisuhde vaikuttaa lapsi-ihanteisiin ja avioliitossa olevista noin 85 prosenttia piti ihanteenaan kahta tai kolmea lasta. Asuinpaikka vaikuttaa ihanteisiin ja kaupungissa asuvien ihanteellinen lapsiluku oli pienempi kuin taajamissa tai maaseudulla asuvilla. Koulutusryhmien välillä erot ihanteellisessa lapsiluvussa ovat pieniä lukuun ottamatta perusasteen koulutuksen saaneita, joilla ihanteellinen lapsiluku oli jonkin verran alempi kuin muissa koulutusryhmissä. Eri sosiaaliluokkien välillä ei ollut juurikaan eroja ihanteellisessa lapsiluvussa. Maanviljelijät pitivät ihanteenaan jonkin verran suurempaa perhekokoa kuin muut sosioekonomiset ryhmät. Heillä, jotka eivät liittäneet itseään mihinkään sosioekonomiseen ryhmään tai olivat työttömiä, oli keskimääräinen lapsi-ihanne hieman alhaisempi. Talouden tulotason kasvun myötä myös ihanteellinen lapsiluku kohoaa hieman. (Miettinen ja Väestöliitto 2015, 26.)

Vuonna 2010 suomalaisten keskimääräinen lapsiluku on ollut 1,87 ja uskottiin, että lapsiluku voisi lähentyä jopa kohti kahta lasta suomalaista kohti. Kuitenkin seuraavat viisi vuotta keskimääräinen ihanteellinen lapsiluku on laskenut. Yhä useampi suomalainen on kertonut toivovansa vain yhtä lasta. Kolmea lasta toivovien määrä on pienentynyt ja on ajateltu, että yhä useampi suomalaisista toivoo pientä perhettä, joka osaltaan selittäisi syntyvyyden laskua. (Miettinen ja Väestöliitto 2015, 3). Vuonna 2010 Suomessa syntyi 61 000 lasta, mutta vuonna 2014 syntyneitä oli 57 000. Tässä välissä syntyneiden määrä oli pudonnut jo 4000 lapsella ja lasku jatkuu edelleen. (Miettinen ja Väestöliitto 2015, 10.) Syntyvyyden alenemisesta huolimatta vuoden 2017 perhebarometrissa haastateltujen kohdalla kukaan ei pitänyt lapsitavoiteena yhtä lasta. Lapsitavoite tämän haastattelun perusteella asettui kahteen tai kolmeen lapseen. (Rotkirch ym. 2019, 42.) Syntyneiden ennustettua määrää on kuvailtu Tilastokeskuksen kaaviossa 2015, 2018 ja 2019 (kuva 1).





KUVA 1. Syntyneiden ennustettu määrä vuosina 2015, 2018 ja 2019 laadituissa ennusteissa (Tilastokeskus 2019.)

### 2.3 Syntyvyys ja yhteiskunta

Yhteiskunnallisesti syntyvyyden tilanne on merkittävä. On vaikea arvioida, miten paljon perhepolitiikalla pystytään syntyvyyteen vaikuttamaan. Jos syynä on, ettei nuoria aikuisia kiinnosta hankkia perhettä kuten aikaisemmin ei perhepolitiikalla pysty vaikuttamaan syntyvyyteen, mutta jos tilanne liittyy taloudelliseen tilanteeseen ja yhteiskunnan tukiin, voi perhepolitiikalla olla vaikutusta syntyvyyteen. (Miettinen ja Väestöliitto 2015, 9.) Vuoden 2018 perhebarometrin näkökulmana onkin 2020-luvun perhepolitiikka. Kyselylomakkeella oli annettu 12 erilaista perhepoliittista toimenpidettä; joustava työaika, enemmän osa-aikatyötä, asumisen tukeminen, erillinen 200 euron lapsilisä, isyysvapaiden pidentäminen, lapsilisä 18 ikävuoteen asti, kotihodontuen korotus, päivärahan korotus 90 prosenttiin, tuloveroalennus lapsista, lapsilisän huomattava korotus, kotihoidon tuki kouluun asti ja lapsi ennen 25 vuotta verovähennys. Näistä tärkeimpinä nähtiin joustava työaika, enemmän osaaikatyötä asumisen tukeminen ja erillinen 200 euron lapsilisä. (Kontula ja Väestöliitto 2018, 23.)

Tanskan ja Saksan sosioekonomisia eroja työttömyyden ja hedelmällisyyden välisessä yhteydessä on tutkittu. Tutkimuksen tuloksissa käy ilmi, että jokainen perhe näkee työttömyyden ja lasten hankkimisen yhdistämisen omalla tavallaan. Jokaisella on oma näkemys, onko tilanne lasten hankkimiselle sopiva työttömyyden rinnalla. Yhtä selkeää johtopäätöstä ei voitu tehdä. (Kreyenfeld ja Andersson 2013.) Suomessa lapsettomuuden ihanne on yleistä työttömien, pienituloisten ja vähiten koulutettujen kohdalla. (Miettinen ja Väestöliitto 2015, 3).

Vuoden 2015 perhebarometrissa nostetaan erityisesti työn ja perheen yhteensovittaminen esiin, sillä tähän voidaan yhteiskunnallisilla toimilla vaikuttaa. Naisista noin 30 prosenttia piti työn ja perheen

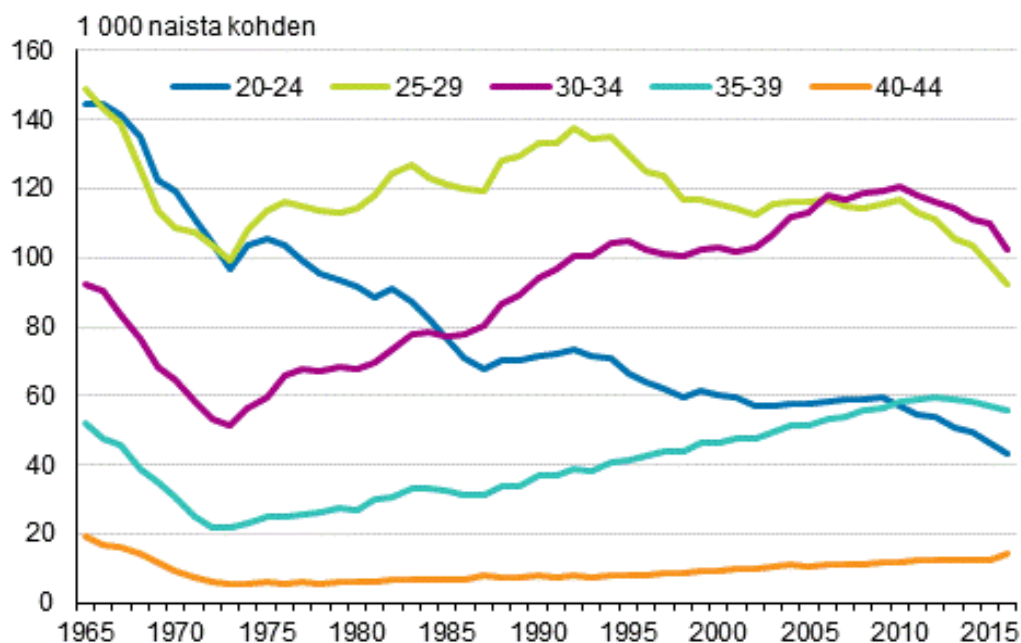
yhteensovittamisesta koituvia haasteita seuraavaa lasta pohtiessaan ainakin jokseenkin tärkeänä asiana. Tulee myös ilmi, että voimavaroja työ vie paljon ja sen vuoksi ei koeta, että lasten hoitoon jäisi tarvittavaa energiaa. Erityisesti korkeasti koulutetut kokivat työn vaikuttavan niin paljon voimavaroihin, että sillä on vaikutusta lasten hankintaan. (Miettinen ja Väestöliitto 2015, 61-63.)

Uusimmassa perhebarometrissa (2018) esitettiin perheille kysymys, millaista perhepolitiikkaa he haluaisivat. Tärkeäksi nousi joustavampi työaika pienten lasten vanhemmille ja paremmat mahdollisuudet osa-aikatyölle, sillä aiemminkin on tutkimuksissa todettu, että työn ja perheen yhdistäminen on ollut haastavaa ja raskasta perheille (Kontula ja Väestöliitto 2018, 110). Perhebarometrissa nostettiin myös esille huoli köyhistä perheistä ja valtion tukien riittävydestä suhteessa menoihin ja varallisuuteen. Perhebarometrissa esitettiin myös, että toivotaan maahan lapsimyönteisyyttä. (Kontula ja Väestöliitto 2018, 110.) Tulevaisuuden ajatuksia perhepolitiikasta on tuotu myös esille Tampereen ammattikorkeakoulun Viva-hanke (2017). Tässä Viva-hankkeessa tuotiin esille, että perhepolitiikan tulisi tukea mahdollisuuksia hankkia lapsia siten, ettei esteenä olisi taloudelliset tekijät, päivähoidon liittyvät järjestelyt tai muiden lapsiperhepalveluiden puute. Hankkeessa myös painotettiin positiivisen puheen merkitystä lapsista, lapsiperhearjesta ja lapsiperhe-elämästä. (Tuomi ja Äimälä 2017, 30.)

Sama asia nousi esiin myös 2017 perhebarometrissa, jolloin vanhemmat olivat kokeneet työn ja vanhemmuuden yhteensovittamisen haastavana. Barometrissa perheet toivoivat muun muassa perhemyönteisempiä työpaikkoja, mahdollisuutta olla tekemättä ylipitkiä päiviä töissä, mahdollisuutta tehdä etätöitä, mahdollisuutta osa-aikatyöhön ja parempaa mahdollisuutta jäädä työstä vanhempainvapaalle. (Rotkirch ym, 2017, 93.) Tanskassa tehdyssä tutkimuksessa on tutkittu perheystävällisen työpaikan hyötyjä. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että perhe-elämän ja työn parempi yhteensovittaminen tuki työntekijöiden jaksamista ja hyvinvointia (Paavola 2017, 28). Työajassa joustaminen, osa-aikatyö, lomajärjestelyt ja perheen ottaminen mukaan työyhteisöön lisäsivät tyytyväisyyttä (Paavola 2017, 31).

## 2.4 Lapsihaaveet vanhemmalla iällä

Suomalaisten ihanteellinen ikä tulla vanhemmat on noussut tasaisesti korkeammaksi parin vuosikymmenen aikana. Äidiksitulon ihanneikä on noussut 1,5 vuotta, ja isäksitulon ikä on noussut yhden vuoden viime vuosikymmenten aikana. Vuonna 1997 ihanteellisena ikänä tulla äidiksi pidettiin 25,2 vuotta, vuonna 2007 ihanneikä oli kohonnut 25,6 vuoteen, ja vuonna 2015 26,7 vuoteen. (Rotkirch ym. 2017, 51.) Tilastokeskus on myös raportoinut (kuva 1), että syntyvyys on laskenut 20-34-vuotiaiden ikäryhmissä. Yleisintä lasten saaminen oli 30-34-vuotiailla ja 35-39 vuotiailla. 20-24-vuotiailla syntyvyys on laskenut huomattavasti viime vuosikymmeninä. Puolestaan 40-44-vuotiailla syntyvyys on jatkanut tasaista nousuaan. (Tilastokeskus 2017.)



KUVA 2. Ensisynnyttäjien keksi-ikä nousi Suomessa Pohjoismaiden kärjen tasolle (Tilastokeskus 2017.)

Sekä naisen että miehen hedelmällisyys heikkenee iän myötä. Lastenhankinta myöhemmällä iällä aiheuttaa tahatonta lapsettomuutta, syntyvyyden alentumista ja perheeseen pienentymistä. (Tuomi ja Äimälä 2017, 22.) Ihanteellista ikää hankkia lapsia on tutkittu 2015 perhebarometrissa. Tuolloin ihanteellisena ikenä äidiksi tulolle pidettiin 26,7 vuotta ja isäksi tulolle 28,5 vuotta. Ihanneikä kohoaaminen myös näkyi perhebarometrissa siten, että lastenhankinnan aloittamisen siirtäminen myöhemmälle iälle sai enemmän kannatusta kuin lastenhankinta nuorella iällä. (Miettinen 2015, 31.) Perhebarometrissa huomattiin koulutusryhmien välillä eroa ihanteelliseen vanhemmaksi tulo iässä. Korkeammin koulutetut suosivat myöhemmällä iällä lasten hankintaa enemmän kuin perusasteen tai keskiasteen koulutuksen saaneet. (Miettinen 2015, 34-35.) Vanhemmaksi tulon iässä on huomattu myös alueellisia eroja. Pääkaupunkiseudulla äidiksi tullaan vanhimpana 30,9-vuotiaana ja puolestaan nuorimpana Kainuussa ja Keski-Pohjanmaalla 26,8-vuotiaana. Myös on havaittu, että kaupunkiseudulla tullaan myöhemmäksi vanhemmaksi kuin maaseudulla. (Tuomi ja Äimälä 2017, 24.) Syitä lastenhankinnan siirtämisellä myöhäisemmäksi ovat muun muassa keskeneräiset opinnot, haluttomuus sitoutua pieniin lapsiin ja muut kiinnostavat asiat elämässä. Esille myös nousi sopivan kumppanin löytäminen, puolison haluttomuus lastenhankintaan, uranluominen, opiskelun keskeytyminen perhevapaiden vuoksi sekä oma tai puolison terveys. (Tuomi ja Äimälä 2017, 25.)

### 3 YHTEISKUNNAN TUKIMUODOT JA PALVELUT PERHEILLE

#### 3.1 Kansaneläkelaitoksen etuudet

Kela tukee raskaana olevaa vanhempaa äitiysavustuksella, jonka voi hakea, kun raskaus on kestänyt 154 päivää eli noin viisi kuukautta. Sitä varten tarvitsee neuvolasta saatavan raskaustodistuksen. Äitiysavustus on joko äitiyspakkaus tai halutessaan 170 euron arvoinen veroton summa. Äitiysavustusta tulee hakea viimeistään kaksi kuukautta ennen laskettua aikaa. Äitiysavustus kuuluu vaki-naisesti Suomessa asuville. Myös jos Suomeen on tullut töihin EU- tai Eta-maasta ja kuuluu Suomen sosiaaliturvaan, on oikeutettu äitiysavustukseen. (Kela 2019.) Äitiyspakkaus sisältää vauvan hoitoon tarvittavia tarvikkeita ja vaatteita. Pakkauksessa on yhteensä noin 60 eri tuotetta.

Raskausaikana haettavia tukia ovat myös vanhempainpäiväraha, joka koostuu äitiysrahasta, erityisäitiysrahasta, isyysrahasta, vanhempainrahasta ja osittaisesta vanhempainrahasta. Äitiysrahaa maksetaan 105 arkipäivää äitiysvapaan ajalta eli noin neljän kuukauden ajan. Äitiysvapaalle voi jäädä 30-50 päivää ennen laskettua aikaa. Äitiysraha täytyy hakea viimeistään kaksi kuukautta ennen laskettua aikaa. Jos työssä altistuu säteilylle, kemiallisille aineille tai tarttuville taudeille voi hakea erityisäitiysrahaa heti kun raskaus on todettu ja jäädä pois töistä. Isä voi pitää 54 arkipäivän mittaisen isyysvapaan, josta hän voi olla 18 arkipäivää yhdessä äidin kanssa kotona. Tältä ajalta maksetaan isyysrahaa. Äitiysvapaan jälkeen alkaa vanhempainvapaa. Vanhempainvapaalla voi olla äiti, isä tai kummatkin vuorotellen. Tältä ajalta Kela maksaa 158 arkipäivää vanhempainrahaa. Jos vanhemmat tekevät osa-aikatöitä, voi Kela maksaa osittaista vanhempainrahaa kummallekin vanhemmalle. Vanhempainrahan määrä riippuu aikaisemmista tuloista. Minimimäärä on 27,86 euroa jokaiselta arkipäivältä. Vanhempainpäivärahaa maksetaan maanantaista lauantaihin pois lukien pyhäät. (Kela 2019.) Lapsesta yksin huolehtiva äiti voi saada vanhempainpäivärahaa 54 päivää pidempään. (Kela 2019).

Lapsilisää Kela maksaa jokaisesta Suomessa vakituisesti asuvasta lapsesta. Lapsilisää maksetaan sen kuukauden loppuun, kun lapsi täyttää 17 vuotta. Lapsilisä on ensimmäisestä lapsesta tällä hetkellä 94,88 euroa, toisesta lapsesta 104,84 euroa, kolmannesta lapsesta 133,79 euroa, neljännessä lapsesta 153,24 euroa ja viidennestä tai useammasta lapsesta 172,69 euroa. Yksinhuoltaja voi saada 53,30 euron korotuksen lapsilisään jokaisesta lapsesta. Jos vanhemmat eivät asu yhdessä, he voivat sopia kummalleko heistä lapsilisä maksetaan. (Kela 2019.)

#### 3.2 Kunnan lapsiperhepalvelut ja muut tukipalvelut lapsiperheille

Kelan etuuksien lisäksi on myös erilaisia perhepalveluja. Näitä ovat päivähoito, esiopetus, aamu- ja iltapäivätoiminta, neuvola, kasvatus- ja perheneuvonta, lastensuojelu, adoptio, terveyspalvelut, huoltajuus, elatus ja isyydentunnustus sekä pehekeskukset (kuvio 4). Näillä palveluilla tuetaan vanhempia kasvatuksessa. (STM 2019.)

### 3.2.1 Päivähoito

Päivähoito Suomessa on hoitoa, kasvatusta ja opetusta. Se tukee lapsen tasapainoista kehitystä, kasvua ja oppimista. Lapset voivat olla hoidossa kunnallisesti päiväkodissa, perhepäivähoidossa tai ryhmäperhepäivähoidossa osa- tai kokoaikaisesti. (STM 2019.) Kunnan tehtävänä on huolehtia, että varhaiskasvatuspalveluja on tarpeeksi saatavana lasten ja perheiden tarpeisiin nähden. Opetus- ja kulttuuriministeriön tehtäviin kuuluu varhaiskasvatuksen suunnittelu, ohjaus sekä seuranta. (OKM 2019.) Päätös varhaiskasvatukseen osallistumisesta kuuluu lapsen vanhemmille. Päivähoitomaksut riippuvat vanhempien tuloista, perheen koosta ja varhaiskasvatusajasta. (OKM 2019.)

Päivähoidosta siirrytään esiopetukseen, jossa kasvatustyö jatkuu. Se toteutetaan päiväkodin tai koulun yhteydessä. Esiopetus antaa valmiuksia kouluun ja tukee oppimista leikin keinoin. (STM 2019.) Kunnan velvollisuus on järjestää kaikille oppivelvollisuutta edeltävänä vuonna esiopetusta. Perusopetuslaissa on säädetty esiopetuksesta. Vähintään esiopetusta annetaan 700 tuntia vuoden aikana. Esiopetus on suunnitelmallista kasvatusta. Se liittyy läheisesti sekä varhaiskasvatukseen, että alkuopetukseen. Esiopetukseen lapsen täytyy osallistua ja se on maksutonta. (OKM 2019.) Ensimmäisellä ja toisella luokalla olevat oppilaat voivat osallistua aamu- ja iltapäivätoimintaan ennen koulun alkua tai sen jälkeen. Erityisoppilaille tätä toimintaa järjestetään luokka-asteesta riippumatta. (STM 2019.) Aamu- ja iltapäivätoiminnan järjestämisestä päättävät kunnat. Näihin toimintoihin lapsen osallistuminen on vapaaehtoista. (OKM 2019.)

### 3.2.2 Terveystieteiden palvelut

Neuvolapalvelut ovat tarjolla raskaana oleville, lasta odottaville perheille, alle kouluikäisille lapsilleen ja heidän perheilleen. Äitiys- ja lastenneuvoiloiden toimintaa valvoo Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. Neuvolassa seurataan sikiön tervettä kasvua ja raskaana olevan sekä synnyttäneen naisen terveyttä, lapsen tervettä kasvua ja kehitystä, lapsen suun terveyttä, tuetaan lapsen ja perheen muuta hyvinvointia, edistetään lapsen kasvuympäristön terveyttä ja tunnustetaan lapsen ja perheen tuen tarpeet ajoissa. Äitiys- ja lastenneuvolassa järjestetään neljä laajaa terveystarkastusta vanhemmuuden tukemiseksi. Yksi laajoista terveystarkastuksista on raskausaikana ja kolme lastenneuvolassa lapsen ollessa 4 kuukauden, 18 kuukauden ja neljän vuoden ikäinen. Niissä arvioidaan koko perheen hyvinvointia, terveyttä sekä niihin vaikuttavia tekijöitä. Neuvolapalvelut järjestetään kunnan toimesta. Yhteistyössä sosiaalitoimen kanssa kunta laatii neuvolatoiminnan toimintaohjelman. Kunnat myös nimeävät vastuuhenkilön neuvolatoiminnalle. Yhteistyötä neuvolat tekevät muun muassa lastensuojelun, varhaiskasvatuksen ja erikoissairaanhoidon toimijoiden kanssa. (STM 2019.)

Neuvolan asiakkuuden jälkeen lapsen terveydestä huolehtii koulu- ja opiskeluterveydenhuolto. Suun terveydestä huolehditaan suun terveydenhuollossa. (STM 2019.) Kunnat ovat vastuussa kouluterveydenhuollon järjestämisestä alueensa peruskoulujen oppilaille. Kunnissa laaditaan toimintaohjelma kouluterveydenhuollossa yhdessä opetus- ja sosiaalitoimen kanssa. Myös kouluterveydenhuollossa nimitetään vastuuhenkilö. Kouluterveydenhuollon palvelut ovat saatavissa koululla tai sen välittömässä

läheisyydessä pääsääntöisesti koulupäivien aikana ja palvelut ovat oppilaille maksuttomia. Peruskoulun aikana oppilaille järjestetään kolme laajaa terveystarkastusta, joissa kiinnitetään huomiota koko perheen hyvinvointiin ja terveyteen. Tavoitteena on löytää tuen tarpeet aiempaa varhaisemmin ja vahvistaa vanhempien tukea. (STM 2019.)

Opiskeluterveydenhuollon palvelut ovat tarkoitettu lukioiden, ammatillista perusopetusta antavien oppilaitosten sekä ammattikorkeakoulujen ja yliopistojen opiskelijoille. Opiskeluterveydenhuoltoon sisältyy opiskeilijoiden terveyden ja opiskelukyvyn edistäminen, opiskelu ympäristön terveyden ja turvallisuuden sekä opiskeluyhteisön hyvinvoinnin turvaaminen ja parantaminen, mielenterveyshäiriöiden ja päihdeongelmien varhainen toteaminen, hoito ja jatkohoitoon ohjaus, seksuaaliterveyden edistämisen palvelut ja suun terveyden palvelut sekä opiskelijan erityisen tuen ja tutkimuksen tarpeen varhainen tunnistaminen ja tarvittaessa tutkimuksiin ja hoitoon ohjaaminen. Kunnan perusterveydenhuolto järjestää opiskeluterveydenhuollon palvelut riippumatta opiskelijan kotikunnasta. Kunnat laativat opiskelijaterveydenhuollon toimintaohjelman. (STM 2019.)

Kunta järjestää suun terveydenhuollon palvelut. Näihin palveluihin kuuluvat väestön suun terveydenhuollon seuranta, terveysneuvonta ja -tarkastukset, suun sairauksien tutkimus, ehkäisy ja hoito, sekä jatkotutkimuksiin ja -hoitoon ohjaaminen ja tuen ja tuen tarpeen varhainen havaitseminen. Kunnan järjestämä suun terveydenhuolto tekee yhteistyötä erikoissairaanhoidon, muun terveydenhuollon ja kunnan sosiaalihuollon kanssa. Kunta voi järjestää palvelut itse kunnan terveyskeskuksessa, kuulua kuntayhtymään tai ostaa palvelut muilta palveluntuottajilta. Myös palveluseteljä käytetään. Erikoissairaanhoidon palveluita järjestetään sairaanhoitopiirien yksiköissä sekä osin kunnan terveyskeskuksissa tai ostopalveluna. (STM 2019.)

### 3.2.3 Muut kasvatusta ja perhettä tukevat palvelut

Kasvatus- ja perheneuvonnasta apua voi saada lasten ongelmiin, perhe- ja parisuhdeongelmiin. Neuvonnassa apua ongelmiin antaa asiantuntija. Perheasiainsovittelessa sovitaan lasten huoltoon, tapaamisoikeuksiin ja elatukseen liittyvistä asioista. (STM 2019.) Erilaisia tilanteita, joissa kasvatus- ja perheneuvontaan voi hakeutua ovat esimerkiksi, huoli, joka herää lapsen kehitykseen, käyttäytymiseen tai tunne-elämään liittyen, lapsen pulmat koulussa, päiväkodissa tai kavereiden kanssa, vanhempien avun tarve vanhemmuuteen ja ristiriitojen selvittämiseen, perheessä olleet menetykset tai vaikeat elämäntilanteet ja kun perheessä harkitaan avioeroa tai perhe tarvitsee tukea erosta selviytymiseen. Parisuhteen ristiriitatilanteissa apuna toimii perheasioiden sovittelu. Lasten etu otetaan erityisesti huomioon erotilanteissa, kun sovitaan lasten tapaamisista, elatuksesta ja lasten huollosta. (STM 2019.)

Kun vanhemmat eivät selviydy itse lasten kasvatuksesta ja huolenpidosta, tukee lastensuojelun avoimuuden tukitoimet vanhempien kasvatustaitoja ja lasten hyvinvointia. Tukea pyritään antamaan ennakoivasti mahdollisimman aikaisessa vaiheessa ehkäisevällä työllä ja avoimuuden tukitoimilla. Lapsi voidaan ottaa huostaan tai sijoittaa sijaishuoltoon lapsen turvallisuuden takaamiseksi lastensuojelulaissa määritellyissä tilanteissa. (STM 2019.) Lastensuojelun lainsäädännön valmistelusta ja yleisestä

ohjauksesta vastaa sosiaali- ja terveysministeriö. Lastensuojelulla on tarkoituksena lapsen turvallisen kasvuympäristön, tasapainoisen ja monipuolisen kehityksen sekä erityisen suojelun turvaaminen. Tärkeitä ovat ehkäisevä lastensuojelu ja varhainen tuki. Tarvetta lastensuojeluun ennaltaehkäistään lasten ja nuorten hyvinvointia edistävillä toimilla. Päiväkodilla, koululla ja neuvolalla on iso rooli ehkäisevässä lastensuojelussa. (STM 2019.)

Sosiaali- ja terveysministeriö suunnittelee, valvoo ja ohjaa adoptioeuvontaa ja kansainvälistä adoptiopalvelua. Adoptio vaatii lakisääteistä adoptioeuvontaa. Adoptioeuvonnassa käydään läpi adoption motiiveja, vanhemmuuden edellytyksiä, odotuksia, taloudellista tilannetta, parisuhdetta ja vanhemmuuteen liittyviä muita tekijöitä. Pyrkimyksenä on varmistaa, että adoptio on lapsen edun ja turvallisuuden mukainen. Adoptio edellyttää adoptiolautakunnan antamaa lupaa adoptiosta. Halutesaan adoptoida lapsen ulkomailta, tulee saada lakisääteistä adoptiopalvelua. Varsinaisen adoptiolapsen välittämisen hoitavalta adoptiopalvelulta saa tätä palvelua. Kuntien sosiaalitoimistot antavat adoptioeuvontaa. (STM 2019.)

Vanhempien asuessa erillään, lapsen huoltajuudesta on sovittava. Myös elatuksesta ja tapaamisoi-keuksista on sovittava. Elatusavun ja -tuen avulla turvataan lapsen taloudellinen turva. Isyytöissä määritellään isyyden tunnustamisesta ja vahvistamisesta. (STM 2019.) Lapsella on oikeus saada huolenpito, kasvatusta ja elatus ensisijaisesti omilta vanhemmiltaan. Erotilanteessa kunnan lastenvalvoja auttaa asioiden selvittelyssä ja sopimusten teossa. Sosiaalilautakunta katsoo sopimukset ja varmistaa, että ne ovat lapsen edun mukaisia. Isyyden tunnustamisen voi hoitaa äitiysneuvolassa terveydenhoitajalle tai kättilölle tai lastenvalvojan luona. Isyyden vahvistaa maistraatti, kun lapsi on syntynyt. Sopimuksen lapsen yhteishuollosta voi tehdä myös neuvolassa. (STM 2019.)

Alueellisia perheiden palveluja kuten neuvolan, varhaiskasvatuspalvelut, koulun, varhaisen tuen ja perhetyön paikalliset palvelut tuovat yhteen perhekeskustoiminta. Perhekeskuksen monipuoliset palvelut edistävät perheiden tuen tarpeen huomioimista ajoissa ja antaa niihin apua. Järjestöjen ja seurakunnan lapsiperhetoiminta voi olla myös osa perhekeskusta. (STM 2019.)

Nykyisen hallituksen ohjelmaan on kirjattu lasten ja nuorten hyvinvointi sekä lapsiperheiden palvelujen parantaminen. On muodostettu lapsi- ja perhepalvelujen muutosohjelma (LAPE-muutosohjelma). (STM 2019.) Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelman (LAPE) 2016-2019 tavoitteina ovat nykyistä lapsi- ja perhelähtöisemmät, vaikuttavammat, kustannustehokkaammat ja paremmin yhteen sovitut palvelut sekä toimintakulttuurin uudistaminen. (THL 2019.)

### 3.3 Seurakunnan palvelut

Ev.lut seurakunnalla on maksutonta perheneuvontaa, johon voi hakeutua, vaikka ei olisi seurakunnan jäsen. Perheasiainneuvottelukeskuksesta voidaan ottaa puheeksi asioita liittyen perheen taiparusuhteen ongelmiin. Myös henkilökohtaisia kysymyksiä voidaan pohtia. Perheneuvojalle voi varata ajan ja sitä kautta pääsee keskustelemaan. (EVL 2019.)

Perheneuvonnassa on erilaisia terapeuttisia ryhmiä, joihin voi osallistua. Asiakkaita palvellaan monesti myös ruotsiksi tai englanniksi. Perheneuvojilla sekä vastaanottosihteereillä on ehdoton vaitiolovelvollisuus. (EVL 2019.) Seurakunnan palveluita perheille on kartoitettu Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelman (LAPE) työpaperissa. Evakelisluterilisen kirkon toiminta tarjoaa muun muassa yhteisöllisyyteen perhevalmennusta, perhekerhoja, parisuhdekursseja ja perheleirejä. Varhaista tukea seurakunta tarjoaa muun muassa diakonisena perhetyönä, ensi kertaa äidiksi- ryhmänä ja toimiva perhekursseina. Haasteisiin seurakunnalla on sururyhmiä, kriisityötä ja perheneuvontaa. Seurakunta tarjoaa myös vertaistukea. (Hastrup, Hakkarainen, Heinonen, Hyyinen, Ihanus, Kerppola, Kokkonen, Lampinen, Martikainen, Paju, Rapeli, Saaristo, Sairisalo, Satuli-Kokkonen, Suomu, Särkelä, Tuominen ja Willman 2019, 11.)



KUVIO 4. Yhteiskunnan tukimuotoja lapsiperheille.



#### 4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tutkimuksen tarkoituksena on saada tietoa lapsiperheiden voimavaroista ja niiden tukemisesta ja miten se vaikuttaa Suomessa syntyvyyteen. Tarkoituksena on myös saada tietoa, kuinka voidaan yhteiskunnassa tukea paremmin lapsiperheitä, ja miten yhteiskunta voi kannustaa perheenlisäykseen ja vaikuttaa positiivisesti lapsitoiveisiin. Näihin asioihin etsimme vastauksia 0-2 vuotiaiden lasten vanhempia haastatteleamalla ja heidän näkemyksiään kuunnellen.

Tutkimuksen tavoitteena on saada tietoutta lapsiperheiden kanssa ja heidän asioitaan hoitavien kanssa työskenteleville ammattilaisille, miten syntyvyyttä voitaisiin tukea tukemalla perheiden voimavaroja. Omina tavoitteinamme on tulevana kättilöinä saada tietoa ja työkaluja, miten esimerkiksi voimme huomioida perheiden voimavaroja jo ennen lapsen syntymää, syntymän aikana ja sen jälkeen työskennellessä terveydenhuollossa. Tilaajan tavoitteena on saada laadullista tietoa tapauskuvausten avulla vanhemmuuden uupumukseen ja väsymiseen liittyen, siihen millaista tukea/tuen muotoja vanhemmat saivat, millainen prosessi tuen saaminen/ saamatta jääminen oli, miten uupumus tai vauvavuosien kokemukset vaikuttivat lapsilukuun ja miten vanhemman tunteet ja tarpeet otettiin neuvolassa huomioon: tuleeko väsynyt vanhempi oikeasti kuulluksi. Haastatteluissa kysytyt kysymykset löytyvät liitteenä. (Liite 1.)

##### Tutkimuskysymykset

1. Miten perheiden voimavarat vaikuttavat syntyvyyteen?
2. Miksi perheet kokevat voimavarojen riittämättömyyttä?
3. Miten yhteiskunnassa tuetaan lapsiperheitä?
4. Miten lapsiperheiden voimavaroja voitaisiin tukea paremmin?

## 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tämä tutkimus toteutettiin kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. Laadullinen tutkimus kuvaa todellista elämää. Laadullisessa tutkimuksessa pyritään kuvaamaan tutkittavaa ilmiötä niin kokonaisvaltaisesti kuin mahdollista. (Hirsjärvi, Remes ja Sarajärvi 2007, 157.) Tutkimus toteutettiin laadullisena tutkimuksena, sillä tutkimuksella haluttiin saada syvällistä tietoa haastateltavien kokemuksiin perustuen pienten lasten vanhempien voimavaroista ja sen mahdollisesta merkityksestä tuleviin lapsihaaveisiin.

Laadullisessa tutkimuksessa voi käyttää tutkimusmenetelmänä haastattelua. Haastattelun etuihin kuuluu, että se on joustavaa. Haastattelija voi toistaa kysymyksen tarvittaessa, oikaista väärinkäsityksiä, selventää epäselvää kysymystä ja käydä keskustelua haastateltavan kanssa. (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 85.) Tässä tutkimuksessa käytettiin syvähaastattelua, joka tunnetaan myös nimityksillä avoin haastattelu, asiakeskeinen haastattelu ja keskustelunomainen haastattelu. Syvähaastattelun etuna on, että siinä voi haastattelija kysyä lisäkysymyksiä ja tarkentaa vastauksia haastateltavilta. (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 88). Haastattelukysymykset olivat mietitty hyvissä ajoin ennen haastatteluja. Kaikilta haastateltavilta kysyttiin samat kysymykset haastatteluissa ja tarvittaessa kysymystä täsmennettiin ja selvennettiin, jos haastateltava ei sitä ymmärtänyt.

Tämän tutkimuksen tilaajana on Jyväskylän yliopisto ja Vanhempien voimavara- ja kuormitustekijät-hanke (VoiKu). VoiKu-hanketta toteutetaan Jyväskylän yliopistossa ja tutkimuksen vastuulliset tutkijat ovat professori Kaisa Aunola ja tutkijatohtori Matilda Sorkkila. VoiKu-hankkeessa tutkitaan erilaisia tekijöitä, jotka saattavat vaikuttaa vanhempien tyytyväisyyteen vanhempana olemiseen ja mitkä lisäävät riskiä uupumiselle. Lisäksi tutkimuksessa kehitetään luotettava vanhemmuuden uupumuksen arviointimenetelmä VAU-seula, jolla voidaan paremmin tunnistaa riskissä olevat vanhemmat uupumiselle ja sitä kautta voitaisiin ennaltaehkäistä ongelmia konkreettisilla tukitoimilla. (Jyväskylän yliopisto, 2019.) Tutkimuksen haastattelujen yhteydessä pyydettiin vanhempia täyttämään Vanhemmuuden uupumusseulan eli VAU-lomakkeen, joka on osa Voiku-tutkimuksen tuotosta. VAU-seulan validointiprosessi on vielä kesken, joten tästä syystä tutkimuksessa ei voida seula julkaista tai jakaa tai laittaa tämän tutkimuksen liitteeksi. Tutkimuksessa kysyttiin vanhemmilta myös kokemuksia ja ajatuksia VAU-seulasta.

### 5.1 Laadullinen tutkimus tutkimusmenetelmänä

Laadullista tutkimusta kuvataan usein ymmärtäväksi tutkimukseksi sekä pehmeäksi tutkimukseksi. (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 72-73.) Laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineistoa tarkastellaan kokonaisuutena. Toisin kuin määrällisessä tutkimuksessa laadullisessa tutkimuksessa tilastollinen argumentaatio tai suuri haastateltava joukko ei ole tarpeellista. (Alasuutari 2011.)

Laadullisen tutkimuksen tyypillisiä piirteitä on esimerkiksi se, että luonteeltaan tutkimus on kokonaisvaltaista tiedon keräämistä, joiden aineisto hankitaan aidoissa ja luonnollisissa tilanteissa. Ihmistä pyritään käyttämään tiedon keräämisen välineenä, jossa enemmän merkitystä on sillä mitä tutkija

ihmisistä havainnoi ja mitä keskusteluissa nousee esille, kuin mitattavilla asioilla, kuten esimerkiksi testeillä. Laadullisessa tutkimuksessa analyysi on induktiivista. Tärkeintä on aineiston yksityiskohtainen ja tarkka tarkastelu ja tutkimuksella pyritään tuomaan esiin odottamia asioita hypoteettisten tulosten sijaan. Tutkimusmetodeja ovat esimerkiksi teemahaastattelut, havainnointi ja dokumenttien ja tekstien diskursiiviset analyysit. Näillä menetelmillä halutaan saada esille tutkittavien ääni ja näkökulmat. Tutkimuksen kohdejoukko on laadullisessa tutkimuksessa tarkoinvalittu satunnaisen otoksen sijaan. Laadullinen tutkimus on joustavaa ja tutkimussuunnitelma muotoutuu olosuhteiden vaikutuksesta. Aineistoa käsitellään ainutlaatuisena ja yksilöllisenä ja sen tulkinta on sen mukaista. (Hirsjärvi ym. 2007, 160.)

Tässä tutkimuksessa käytettiin haastattelumenetelmänä syvähaastattelua. Syvähaastattelu on täysin strukturoimaton. Kysymykset ovat hyvin avoimia ja sitä kuvaillaan myös avoimena haastatteluna. Haastattelussa on ainoastaan määritelty ilmiö, mistä on tarkoitus keskustella. Avoimien kysymysten lisäksi on tarkoitus syventää keskustelua sen mukaan, kuinka haastattelevat vastaavat avoimiin kysymyksiin. Avoimessa haastattelussa haastateltava saa puhua vapaasti ja tutkijan tehtävä on pitää haastattelu aiheessa ja koossa. (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 88-89.) Tutkimuksessa käytettiin syvähaastattelua, koska sillä saadaan syvällistä ja rehellistä tietoa tutkimuksemme ilmiöstä. Haastattelussa vanhemmilta kysyttiin samat kysymykset ja vanhempien ja haastattelijoiden keskustelun edetessä vanhemmat syventivät vastauksiaan. Avoimet kysymykset antoivat haastateltaville vanhemmille mahdollisuuden kertoa vapaasti heidän omista kokemuksistaan ja ajatuksistaan. Haastateltavat siis saivat itse määritellä, kuinka paljon haluavat kertoa aiheesta. Syvähaastattelussa keskitytään ilmiöön ja siten haastateltavaksi riittää pieni joukko. (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 88-89.) Tässä tutkimuksessa haastateltiin siksi vain kolmea pariskuntaa eli kuutta vanhempaa.

## 5.2 Aineiston keruu

Tutkimuksessa haastateltiin syvähaastattelulla 0 - 2 vuotiaiden lasten vanhempia, kolmea äitiä ja kolmea isää, haastateltavia oli yhteensä kuusi. Heidät valittiin lumipallomenetelmällä. Lumipallomenetelmässä haastateltava ehdottaa uusia haastateltavia (Näpärä 2018.) Haastattelujen alkuvaiheessa avainhenkilö, johdattaa tutkijan toisen tiedonantajan pariin. (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 99.) Tässä tapauksessa ensimmäinen haastateltava pariskunta ehdotti seuraavaa haastateltavaa pariskuntaa. Haastattelujen kysymykset liittyvät perheiden voimavaroihin ja kuormitustekijöihin sekä ajatuksiin syntyvyydestä, perhekoosta ja siitä millaista tukea yhteiskunta on tarjonnut tai antanut, ja voisi tarjota tukeakseen paremmin syntyvyyttä sekä lapsiperheiden voimavaroja. (Liite 1. Haastattelukysymykset).

Haastateltavat osallistuivat tutkimukseen vapaaehtoisesti ja nimettömästi ja saivat tiedoksiannon tutkimuksesta etukäteen, jossa käy ilmi mistä tutkimuksessa on kyse ja ketkä ovat tutkimuksen tekijät. Tiedoksiannossa tuodaan myös esille tutkimuksen vapaaehtoisuus ja nimettömyys. Siinä käy ilmi myös tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet, työn tilaaja ja muut tutkimuksen prosessiin osallistuvat osapuolet. Haastateltaville kerrottiin myös, että tutkimustuloksista tehdään artikkeli tutkimuksen valmistumisen jälkeen (Liite 2. Tiedoksianto haastatteluun osallituville). Haastattelut äänitettiin ja ne

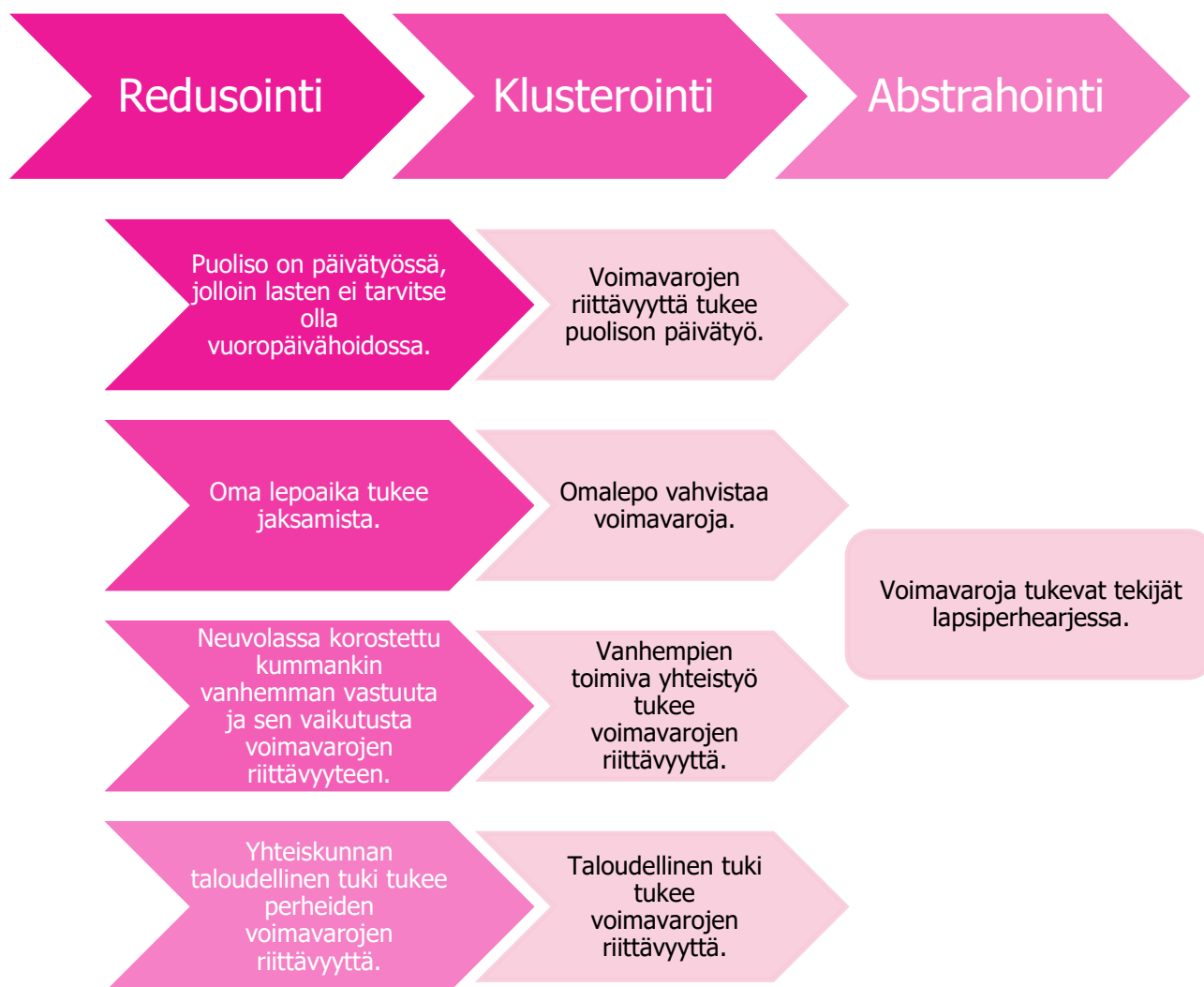
litteroitiin, jonka jälkeen sisältöä aloitettiin työstämään ja tekemään sisällönanalyysiä aineistolähtöisesti. Haastattelujen materiaali hävitettiin asianmukaisesti opinnäytetyön valmistumisen jälkeen.

### 5.3 Aineiston analysointi

Haastatteluista saatava aineisto käytiin läpi sisällönanalyysilla. Sisällönanalyysi on menetelmänä objektiivinen ja systemaattinen, joka toteutetaan tekstianalyysina. Sisällönanalyysin kautta pyritään saamaan tiivistetyssä ja yleisessä muodossa oleva kuvaus ilmiöstä, jota tutkitaan. (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 117.) Tutkimuksen sisällönanalyysilla on tarkoitus muodostaa aineisto tiiviiseen ja selkeään muotoon kadottamatta sen sisältämää informaatiota. Analyysilla pyritään tekemään yksinkertaistamaan aineistoa, jotta tutkittavasta ilmiöstä voidaan tehdä selkeitä ja luotettavia johtopäätöksiä. (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 122.)

Tässä tutkimuksessa menetelmä on tarkemmin aineistolähtöinen sisällönanalyysi. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi koostuu kolmesta eri vaiheesta. Ensimmäinen vaihe on aineiston redusointi eli pelkistäminen, toinen vaihe on aineiston klusterointi eli ryhmittely ja kolmas vaiheesta on abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen. Aukikirjoitettu haastattelu on materiaali, jota lähdetään redusoimaan. Redusointi tapahtuu niin, että etsitään materiaalista alkuperäiset ilmaukset ja tuotetaan näille pelkistetyt ilmaukset. Tätä seuraa aineiston klusterointi. Tässä vaiheessa käydään läpi aineistosta saadut alkuperäisilmaukset ja etsitään samankaltaisia ja eroavia käsitteitä. Luokiksi ryhmitellään samaa ilmiötä kuvaavat käsitteet ja niistä muodostuvat alaluokat. Alaluokat saavat nimekseen luokan sisältöä kuvaavan käsitteen. Viimeisenä vaiheena on aineiston abstrahointi. Abstrahoinnilla erotetaan olennainen tieto tutkimuksen kannalta ja tämän tiedon perusteella muodostetaan teoreettisia käsitteitä. Tässä sisällönanalyysin muodossa siis yhdistellään käsitteitä ja sitä kautta saadaan vastaus tutkimuskysymyksiin. (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 122-127.)

Tässä tutkimuksessa muodostui haastatteluista litterointiaineistoa kymmenen sivua. Tutkimuksen aineistoon paneuduttiin lukemalla ja käymällä huolellisesti sisältöä läpi. Aineiston läpikäynnin jälkeen aloitettiin työstämään aineistolähtöistä sisällönanalyysiä. Aineisto jaettiin isien ja äitien haastatteluihin; isien ja äitien vastauksista muodostunut aineisto analysoitiin erillään toisistaan, jotta haastatteluiden tulokset olisivat moninaisempia verrattuna siihen, että pariskunta olisi haastateltu yhdessä. Aineiston sisällönanalyysi tehtiin taulukkomuotoon kolmessa eri vaiheessa: redusointi, klusterointi ja abstrahointi. Alla on esimerkki tämän tutkimuksen sisällönanalyysin vaiheista (kuvio 2).



KUVIO 3. Esimerkki sisällönanalyysin käytöstä omassa työssä

## 6 TULOKSET

### 6.1 Vanhempien taustatiedot

Tutkimuksessa haastateltiin kolmea pariskuntaa. Haastatteluun osallistuneilla vanhemmilla oli aina-kin yksi alle 2-vuotias lapsi. Isät ja äidit haastateltiin erikseen, jotta voidaan tarkastella tutkimustuloksia niin äitien kuin isienkin näkökulmasta. Viisi vanhemmista oli toisen asteen koulutuksen käyneitä ja yksi korkeakouluasteen koulutuksen käynyt. Muita taustatietoja ei vanhemmilta kysytty, sillä niillä ei ole tutkimuksen kannalta merkitystä.

### 6.2 Isien haastattelutulokset

Ensimmäinen tutkimuskysymys on, miten voimavarojen riittämättömyys vaikuttaa syntyvyyteen. Syntyvyyteen liittyen haastattelujen tuloksista nousi esille kaksi pääluokkaa: Voimavarojen riittämättömyys ei ole vaikuttanut lapsitoiveisiin sekä voimavarojen riittämättömyys on vaikuttanut lapsitoiveisiin hetkellisesti. **Voimavarojen riittämättömyyden** ei ole koettu vaikuttaneen lapsitoiveisiin. Isiltä vastauksena saatiin, että voimavarojen riittämättömyys *"ei todellakaan"* ja *"ei minun mielestäni ole vaikuttanut lapsitoiveisiin"*. **Voimavarojen riittämättömyys on hetkellisesti vaikuttanut lapsitoiveisiin** *"ehkä, koska ihan heti ei tekisi mieli"* (saada lisää lapsia).

Näin isät kokevat voimavarojen vaikuttaneen lapsitoiveisiin:

*"Ei minun mielestäni ole vaikuttanut."*

*"Niin, ei todellakaan."*

*"Vastaisin, että ei. Koska se on ohimenevää ja helpottaa. Mutta vastaan tähän, ehkä koska ihan heti ei tekisi mieli."*

Tutkimuskysymyksenä on myös, miksi perheet kokevat voimavarojen riittämättömyyttä ja tähän liittyen isien haastattelujen tuloksista nousi esille kaksi pääluokkaa: ajoittaista voimavarojen riittämättömyyttä lapsiperheessä sekä voimavaroja kuormittavat tekijät lapsiperhearjessa. **Voimavarojen riittämättömyys isillä lapsiperhearjessa on ajoittaista.** Voimavarojen riittämättömyys on ollut hetkittäistä ja ajoittaista, ja sitä on ilmennyt erityisesti kuormittavassa elämäntilanteessa. Voimavarojen riittämättömyyden koettiin esiintyneen joskus, mutta puolison kanssa yhdessä tekeminen on auttanut pääsemään tilanteesta eteenpäin. Voimavarojen riittämättömyyttä on huomattu esimerkiksi silloin, kun on paljon töitä sekä elämäntilanteen ollessa kuormittava. Kuormittava elämäntilanne yhdessä tapauksessa oli esimerkiksi se, kun toinen lapsi syntyi etuajassa, ja joutui viettämään elä-

mänsä alkutaipaleen teho-osastolla ja isä hoiti esikoista silloin, isä kuvasi eläneensä ”automaattirobottimoodilla” tätä vaihetta elämässään. **Voimavaroja kuormittavaksi tekijöiksi** nousi tuloksissa: työ, kotiasiat, elämäntilanteen muutokset, unenpuute ja kiire. Isät kuvasivat kotiasioiksi esimerkiksi omakotitaloasumisen ja sen kuormittavuuden. Huonosti nukutut yöt väsyttävät ja aiheuttavat tunteen voimavarojen riittämättömyydestä. Myös liika kiire arjessa saa tuntemaan, että voimavarat eivät riitä.

Isät ovat kokeneet voimavarojen riittämättömyyttä ajoittain:

*”Harvoin, puolison kanssa tehdään yhdessä asioita, silloin jaksaa paljon paremmin. Tietysti aina silloin tällöin on väsynyt, mutta hyvin on jaksettu.”*

*”No tottakai joskus välillä, kun töissä käypi.”*

*”Kyllä olen. Varsinkin silloin, kun nuorempi lapsi syntyi, se ajankohta oli yllättävä, kun hän tuli etuajassa. Siinä sitten kun yksin huolehti vanhemmasta lapsesta ja sitten kun käytiin katsomassa pikkusiskoa ja muuta niin silloin oli vähän semmoinen, että tuossa kuvattiin automaattirobottimoodi niin silloin oli semmoinen. Silloin meni 4 viikkoa aika hujauksessa, sillon oli semmosta, että nyt on vähän raskasta.”*

Kolmas tutkimuskysymys käsittelee sitä, miten yhteiskunta tukee lapsiperheitä. Haastattelujen tuloksista nousi esille kaksi pääluokkaa: Neuvola tukenut voimavarojen riittämättömyyttä sekä voimavarat ovat riittävät. **Neuvola tukee voimavarojen riittävyttä yhteiskunnassa.** Neuvolassa on tuettu voimavarojen riittävyttä, neuvolassa tuen saamisesta on saatu positiivinen kokemus, perheiden voimavarojen riittävyttä on huomioitu neuvolassa, neuvolassa ottaudutaan hyvin ja neuvolassa tulee kuulluksi. Neuvolassa käydään läpi asioita, ottaudutaan ja neuvotaan hyvin lapsen liittyvissä asioissa. Neuvolaa kuvataan ”hyväksi systeemiksi” ottautuvuuden ja asioiden neuvomisen vuoksi. Isät kertovat, että neuvolassa kysytään millaiset voimavarat, milloinkin ovat ja siellä otetaan hyvin perheet ja perheiden tilanteet huomioon. Neuvolassa ottaudutaan asioihin ”maanläheisesti” ja siellä tulee kuulluksi ja kuulumisia kysytään. Osa koki **voimavarojen olevan riittävät** eivätkä koe tarvitsevansa yhteiskunnalta ylimääräistä tukea niihin. Voimavarojen riittämättömyyteen ei ole tarvinnut hakea tukea. Oma kokemusta voimavarojen tukemisesta ei ole ja isä sanoi, että *”Kun mä en oikein tiedä miten ne tukee esim. just uupumusta, kun ei ole mitään kokemusta, niin ei tiiä. Kun en tiedä miten ne tällä hetkellä tukee niin en voi tietää miten ne vois paremminkaan sitten tukea.”*

Neuvola tukee voimavarojen riittävyyttä:

*”Tietysti neuvolassa neuvotaan lapsen kehittymiseen ja tämmöiseen vaikuttavia asioita. Meillä on toiminut neuvola hyvin.”*

*”Neurolahan, se on hyvä systeemi. Tykkään siitä, että siellä käydään asioita läpi ja opastetaan ja voi kysyä, semmoinen niinkun hyvä systeemi.”*

*”Kyllä. Kyllä ne ottavat hirveen hyvin huomioon ainakin meillä. En tiä, ihmisissä sitten on varmaan erilaisia, mutta meillä ainakin on neuvolatäti, että se on ottanut hyvin huomioon.”*

*”On ottauduttu asioihin, jostain asioista on ehkä saatettu soittaa, niin minusta sieltä on aika hyvät neuvot tullut ja hyvin semmoinen maanläheinen ottautuminen asioihin.”*

*”Olen tullut kuulluksi ja itseltä kuulumisia kysytään.”*

Viimeinen tutkimuskysymys on, miten lapsiperheiden voimavaroja voitaisiin tukea paremmin ja haastattelujen tuloksista muodostui yksi pääluokka: voimavaroja tukevat tekijät. **Voimavaroja tukeviksi tekijöiksi** nousi useita. Isät ovat saaneet tukea voimavarojen riittävyyteen läheisiltä, kuten vanhemmiltaan, puolisoltaan ja muilta sukulaisiltaan. Läheisten tuki auttaisi jaksamaan paremmin ja tukisi voimavarojen riittävyyttä. Perhepäivähoito nähtiin voimavaroja lisäävänä tekijänä ja subjektiivisen päivähoito-oikeuden ajateltaisiin tuovan perheille lisää voimavaroja. Syrjäseudulle toivottaisiin lisää lapsiperhepalveluja, koska tämän nähtäisiin tuovan lisää voimavaroja syrjäseudulla asuville perheille. Isät toivovat perheille ja vanhemmille viriketoimintaa, kuten tuettuja lomia ja mahdollisuutta vanhempien kahdenkeskiseen aikaan voimavarojen tueksi. Perheiden voimavarojen tueksi kaivattaisiin yhteiskunnalta taloudellista tukea. Taloudellista tukea tarvittaisiin siihen, että vanhemmalla olisi mahdollisuus olla lapsen kanssa pidempään kotona. Vanhemman jäädessä kotihoidontuelle tuki on pieni eikä kaikilla ole mahdollisuutta jäädä kotiin ja täytyy mennä töihin, jotta perheen talous pysyisi kasassa. Kodinhoitoon haluttaisiin apua, sillä sen nähtäisiin lisäävän voimavaroja lapsiperhearkeen ja vapauttavan aikaa perheelle. Kun voimavarojen riittämättömyys huomattaisiin varhaisessa vaiheessa, tukea siihen osattaisiin antaa ajoissa ja sitä kautta perheiden voimavarat eivät ehtisi laskea niin alas. Tuen hakemisen kynnystä tulisi madaltaa ja uupumista ja voimavarojen riittämättömyyttä normalisoida, jotta perheet osaisivat hakea ajoissa tukea. Eräs isä uskoo, että voimavaroihin on helppo saada tukea, vaikka ei ole itse tarvinnut hakea siihen apua.



Voimavaroja tukevia tekijöitä nousi esille näissä isien alkuperäisilmauksissa:

*“Sillon kun on semmoinen tilanne, että pitäisi levätä niin puolison tuki, isovanhempien tuki, siinä ne lähimmät. Ja sitten tehdä asioita, jos ei jaksa kotona tehdä kotitöitä niin lapset mukaan ja puistoon ja sekin auttaa.”*

*“Yksi mikä, ehkä auttaisi sitä jaksamista, niin maksuton päivähoito ilman rajoitteita, esim. jos on 2 lasta ja vanhempi on kotona, niin toisen hoitoaika on rajoitettu, se on yksi semmoinen asia mikä vaikuttaa jaksamiseen. Varmaan on olemassa tuettuja perhelomia, semmonen systeemi varmasti auttaa ja semmonen niinkun, huono on perheiden pyytää aikuisten kahdenkeskistä aikaa, mutta sitäkin tarvii, ehkä se ei kuulu yhteiskunnan hommiin. Hankala kysymys.”*

*“Oisko se sitten jollain tapaa sitä rahallista apua ja voisiko sitä rahallista tukea käyttää tai siirtää siihen virkistystoimintaan. Eihän ne niinkun, jos haluaa olla lapsen kanssa kotona pidempään, vaikka äiti jää hoitovapaalle niin eihän se tuki ole kummoinen.”*

*“Sitten tottakai, apua vaikka kodinhoitoon apua, mitä on tietääkseni saatavilla ja mikä antaa sitä aikaa ja vapauttaa perheelle aikaa.”*

*“Sitä edelleenkin painotan, että tuonne vähän niin kuin syrjempään asutuskeskukseen sitä apua voisi enemmänkin keskittää. Sieltä on ne kulkuyhteydet tänne isompaan kaupunkiin aina vaikeammat. Se auttaisi rahallisesti, ei menisi rahaa siihen kulkemiseen, palvelut olisivat lähellä, että ei vietäisi niitä palveluita pois sitten.”*

### 6.3 Äitien haastattelutulokset

Voimavarojen riittämättömyyden vaikutuksesta äitien lapsitoiveisiin muodostui tuloksista kaksi pääluokkaa: Synnytyskokemus vaikuttanut lapsitoiveisiin ja voimavarojen riittämättömyys ei ole vaikuttanut lapsitoiveisiin. **Synnytyskokemuksen koettiin vaikuttaneen lapsitoiveisiin**, mutta puolestaan vauvuuden ei koettu vaikuttaneen lapsitoiveisiin. **Voimavarojen riittämättömyyden ei myöskään koettu vaikuttaneen lapsitoiveisiin.** Vauvuusvuosien kokemusten ei koettu vaikuttaneen negatiivisesti lapsitoiveisiin ja tuotiin esille, että mahdollisesti perheeseen saattaa tulla lisää lapsia.

Alkuperäisilmauksissa äidit kuvailivat voimavarojen merkitystä lapsitoiveisiin seuraavasti:

*"No ei näillä näkymin ainakaan tämä vauvavuosi, mutta synnytys kyllä. Ei tämä ole ol-  
lutyhtään vaikeaa."*

*"No ei, jameilläkin saattaa joskus ehkä tullakin lisää vielä lapsia, eittä ei se ole vaikutta-  
nut siihen, että olisin jotenkin kielteinen hankkimaan lisää lapsia."*

*"Ei ole sillä tavalla vaikuttanut, aika hyvin aika kultaa muistot."*

Yksi tutkimuskysymys oli, että miksi lapsiperheet kokevat voimavarojen riittämättömyyttä. Tähän liittyen äitien haastattelujen tuloksista nousi esille kaksi pääluokkaa: ajoittaista voimavarojen riittä-  
mättömyyttä lapsiperhearjessa sekä voimavaroja kuormittavat tekijät lapsiperhearjessa. **Voimava-  
rojen riittämättömyyttä lapsiperhearjessa** äidit kokivat ajoittain ja hetkittäin. Voimavarojen  
riittämättömyyttä äidit kokevat huonosti nukuttujen öiden jälkeen ja väsymyksen koetaan olevan  
osittain ohimenevää ja normaalia *"Ehkä juuri se, jos on nukkunut muutaman yön huonosti niin saat-  
taa tuntuasiltä, että ei jaksakaan tehdä, vaikka kotitöitä, mutta sen mielestäni ihan normaalia"*. Myös  
vuorotyön koetaan vaikuttavan jaksamiseen *"vuorotyössä olevaa vanhempaa lapset saattavat ikä-  
vöidä enemmän"*. Äidit kokevat **voimavarojen kuormittuvan** suuresta työn määrästä kotona, lap-  
sen kanssa arjessa sekä lapsiarjesta ja hoidettavien asioiden paljoudesta *"Mutta sitten, kun on lap-  
sien arjessa kaikki lasten jutut ja kaikki vaikuttaa kaikkeen jaksamiseen"*. Äidit kokevat voimavarojen  
olevan rajalliset, kun on paljon tehtävää lasten hoidon lisäksi, mutta toivat esille arjen hyvän suun-  
nittelun vaikuttavan myönteisesti voimavarojen riittävyteen.

Muun muassa näin äidit kuvasivat voimavarojen riittävyttä ja siihen vaikuttavia tekijöitä lapsiper-  
hearjessa:

*"No en. Ehkä jos on, että vaikka muutamaan yöhön ei saa nukuttua niin sitten tietenkin väsyttää, mutta se on ohimenevää."*

*"Ehkä se tuo se oma työ, kun on niin vaihtelevaa niin pitää suunnitella omaa lepoaikaa, lapset ovat hoidossa silloin kun itse tarvitsee lepoa tai kun on yövuoroja tai muuta, että hetkittäin joskus on, mutta ei se ole jatkuvaa tai pysyvää."*

*"Onhan sitä välillä semmoista, mutta ei mitenkään, saattaa just joku päivä olla milloin olisi hirveästi kaikkea tehtävää ja sitten jos on vaikka semmoinen, että tyttö vaan roikkuu jalassa kiinni, niin silloin on vähän semmoinen, mutta välillä, ei aina, harvoin."*

Tutkimuksessa tarkasteltiin myös, kuinka yhteiskunnassa tuetaan lapsiperheitä. Lapsiperheiden tukemisen tuloksista muodostui kuusi pääluokkaa: voimavarojen riittävyyteen vaikuttava tuki riittävä, voimavarat ovat riittävät, läheisiltä tai muualta saanut apua voimavarojen riittävyyteen, neuvola tukenut voimavarojen riittävyyttä, voimavarojen riittävyyteen saanut helposti tukea ja neuvola tukee aiempaa paremmin voimavaroja.

**Voimavarojen riittävyyteen liittyvä tuki on riittävä**, kun ei ole tarvittu tukea voimavarojen riittämättömyyteen. **Voimavarat koetaan riittäviksi**, kun lapsi on ollut pienenä helppohoitoinen. **Äidit ovat saaneet apua voimavarojen riittävyyteen läheisiltä tai muualta**. Äidit saavat apua lapsiarkeen muun muassa sukulaisilta, kuten lasten isovanhemmilta, ystävilta ja sisaruksista *"No meillä on molempien vanhemmat siis ja isovanhemat ovat olleet ihan korvaamattomia. Molemmat asuvat tässä, toiset Kuopiossa ja toiset Siilinjärvellä eli lähellä ja molemmat ovat hyvin ottautuneita ja haluavat olla mukana ja hoitaa ja ottaa lapsia hoitoon"*. Tuen saanti muualta, kuten läheisiltä saatu tuki, koetaan myös ensisijaiseksi ennen neuvolaa luottamuspuolan vuoksi *"En ehkä ensimmäisenä menisi neuvolaan tai muualle, että sitten on lukenut niitä juttuja, että on lastensuojeluilmoitukset ja kaikki sellaiset tehty, että en heti ensimmäisenä sinne menisi"*. Voimavarojen riittävyyteen apua saa myös päivätoiminnasta ja seurakunnasta. Päivätoiminta koetaan virkistävä paikana, jossa näkee muita äitejä ja lapsia. Seurakunnassa äidit kertovat olevan perhekerho, jossa kerhotoiminnan lisäksi seurakunnan työntekijät kyselevät vointia ja havaitsevat, jos on joku huonosti. Seurakunnassa myös mahdollistetaan vanhemmille omaa aikaa kahvikupin ääressä, kun seurakunnan työntekijä vahtii lapsia sillä välin.

Voimavarojen tukemista äidit kuvailivat alkuperäisimauksissa näin:

*”No oikeastaan en ole apua niinkään tarvinnut. Jos tarvitsisin, niin olisi omat vanhemmat ne kehen turvautuisin.”*

*”No tyttö on ollut niin helppo lapsi, että ei ole kyllä ollut mitään sellaisia vaikeita aikoja vielä ainakaan.”*

*”Sitten ystävät ja omat sisarukset kanssa, että tukiverkko on tosi hyvä.”*

*”Kun päivätoimintaa on ollut hirveästi tarjolla, niin on me nyt käytykin ja ihan virkistää aina kun pääsee muiden äitien kanssa ja lasten kanssa.”*

*”Seurakunnallakin on perhekerho niin siellä me on käyty aina, että se on hyvä. Ja sitten ne ovat hyvät ne seurakunnan työntekijät myös, että sitten kyselevät vointia ja huomaa kanssa, jos on jotain huonoa. En oikein tiedä, kun en ole ollut sellaisessa tilanteessa, että olisin tarvinnut apua. Joo ja siellä seurakunnan ryhmässä on seura-*

Tuloksissa nousi esille myös, että **neuvola on tukenut voimavarojen riittävyttä**. Äidit kokevat saaneensa helposti apua neuvolasta ja lääkäristä. Neuvolassa annetaan apua ja tukea vaikeassa elämäntilanteessa, tarjotaan apua voimavarojen riittävyteen ja neuvolassa huomioidaan voimavarojen riittävyys kysymällä kuulumisia. Äidit kokevat, että asioita on ollut helppo tuoda ilmi neuvolatyöntekijän ollessa helposti lähestyttävä. Neuvolassa on tarjottu apua äideille pyytämättäkin. Esimerkiksi neuvolassa on tarjottu pyytämättäkin keskustelutukea ja neuvolakäyntejä haastavassa elämäntilanteessa, kun vauva on ollut tehohoidossa kuukauden ajan. Neuvolan kautta on myös tarjottu koti-apua vaikeivat vanhemmat sitä olleet pyytäneet. **Äidit kokevat saaneensa tukea voimavaroihin helposti**. Neuvolasta on ollut helppoa saada tukea ja tuensaanti koettiin vaivattomaksi. Apua, tukea ja neuvoa on saatu kysyttäessä. Tuloksissa havaittiin **neuvolan tuen voimavarojen riittävyteen parantuneen**. Haastateltu äiti kertoi, että vanhemman lapsen kohdalla kokeneensa, ettei uupumuksesta tai synnytyksen jälkeisestä masennuksesta juurikaan puhuttu. Nyt puolestaan nuorimman lapsen kohdalla on ollut masennuskyselyitä ja keskusteluilmapiiri on ollut avointa. Tämän asian äiti oli kokenut positiivisena muutoksena neuvolassa.

Neuvolan tukea voimavarojen riittävyteen äidit kuvailivat muun muassa seuraavasti:

*”Ja olen kokenut, että sitä on aina ollut tarjolla ja jopa neuvolan kautta tuotu sillä tavalla paljon tarjottu, vaikkei sitä ole pyydetty esimerkiksi jotain sellaista koti-apua.”*

*”Siellä kun sai sitä vielä ja sitten kun oli neivolakäyntejä niin minulle, kävin varmaan sen pari kertaa sen kuukauden aikana ihan itsekseen neuvolassa, koska sitten kun tyttö jäi kuukaudeksi teholle ja se neuvola oli lähellä niin se itse sanoi, että tule käymään niin jutellaan. Oli todella hyvää apua ja sitten semmoista, että sai vaan jutella ja vähän purkaa omia ajatuksia. Tarjottiin niin, ettei itse olisi osannut pyytää.”*

*”Minusta hyvin on ollut neuvolassa puhetta siitä, että ainahan siellä kysellään, että mitenkä voit ja kyllä varmasti apua on saatavilla, jos semmoista tarvitsee. En oikein osaa muuta sanoa.”*

*”No ihan semmoinen aika helppo tai niin kun neuvolasta on tuotu esille vaihtoehtoja mitä voi olla tai sitten on annettu minulle suoraan esitteitä ja puhelinnumeroita.”*

Tutkimuksen viimeinen tutkimuskysymys oli, että kuinka perheiden voimavaroja voitaisiin tukea paremmin yhteiskunnassa, kysymys esitettiin myös haastatteluissa äideille. Tähän liittyen syntyi viisi pääluokkaa: voimavaroja tukevat tekijät lapsiperhearjessa, luottamussuhteen muodostamisen haaste terveydenhuollon kanssa, avoimen ja luotettavan ilmapiirin luominen yhteiskunnassa ja terveydenhuollossa, raukaudenaikainen huoli syrjäytymisestä ja huoli voimavarojen riittämättömyyden vaikutuksista.

Äidit kokevat **voimavaroja tukevia tekijöitä** olevan puolison päivätyö, oma lepoaika, vanhempien toimiva yhteistyö ja taloudellinen tuki. Puolison päivätyö mahdollistaa sen, että lapsen ei tarvitse olla vuoropäivähoidossa. Oma lepoaika auttaa jaksamaan lapsiperhearjen keskellä, äiti kuvasi, että on työn vaihtelevuuden vuoksi suunnitellut omaa lepoaikaa muun muassa yövuorojen välille, jolloin esimerkiksi lapset olisivat hoidossa. Äidit toivat esille, että neuvolassa on korostettu kummankin vanhemman vastuuta ja sen vaikutusta voimavarojen riittävyteen. Neuvolassa tuotiin, että myös äidin lisäksi on tärkeää antaa isälle vastuuta lastenhoitoon ja kasvatukseen liittyen. Myös yhteiskunnan taloudellisen tuen koetaan vaikuttavan voimavarojen riittävyteen *”Ja varmasti yhteiskunta panostaa siihen ihan rahallisesti tukien. Kaikilla tuilla, ettei leikattaisi enää, vaan päinvastoin tuettaisiin perheiden jaksamista rahallisestikin”*.

Alkuperäisilmauksissa äidit kuvaavat voimavaroja tukevia tekijöitä seuraavasti:

*”Oikeastaan siellä on ehkä siihen, että kun kysytään, että no miten on mennyt ja sitten kun siihen vastaa, että hyvin tai vähän on väsyttänyt tai, että nyt tulee hampaista, että on nukkunut vähän huonommin niin sitten kyllä ne korostavat sitä, että on myös se toinen vanhempi, että ei pitäisi pelkästään äidin ottaa, että on myös isä olemassa myös antaa vastuuta myös isille, vaikka ne ovat niitä työssäkäyviä niin silti se on myös työtä mitä siellä kotona tehdään, että välillä isikin valvoo sitten yön. Että semmoista se on ollut, että ei ole muunlaista.”*

*”Tietysti jos on kun on, että itse tekee vuorotyötä, no puoliso ei onneksi tee vuorotyötä mikä mahdollistaa sen, että lapset voi olla ihan semmoisessa päivähoitopaikassa, ettei tarvitse olla missään vuorohoidossa.”*

Haastattelujen tuloksissa nousi esille **luottamuksen puutetta terveydenhuoltoon**. Huonoon kokemukseen luottamuksesta terveydenhuoltoa kohtaan olivat herättäneet toisilta kuullut kokemukset avunhakemisesta neuvolasta. Näitä kokemuksia on kuultu tuttavilta, äitien viestiryhmistä ja mediasta luetuista jutuista. Tuloksissa havaittiin, että yhteiskunta voisi kehittää **avoimen ja luotettavan ilmapiirin luomista yhteiskunnassa ja terveydenhuollossa**. Avoimen suhtautumisen koetaan tukevan asioiden esille tuomista ja uskallukseen pyytää apua. Avoin suhtautuminen rohkaisisi tuomaan esille voimavarojen riittämättömyyttä. Neuvolan työntekijän pysyvyyden koetaan helpottavan asioiden esille tuomista, esimerkiksi neuvolan työntekijän jatkuvan vaihtumisen koetaan vaikeuttavan luottamussuhteen syntymistä ja sen vaikeuttavan asioista kertomista *”mutta jos se on joka kerta eri niin ei siinä kehtaa ruveta puhumaankaan mistään asioista, jos on ensi kerralla eri taas”*. Neuvolan työntekijän helpostilähestyttävyyden koetaan helpottavan asioiden esille tuomista. Panostus neuvolatyöntekijän osaamiseen kohdata lapsiperheitä koettiin tärkeäksi, sekä tuotiin esille, että työssä tulisi olla *”mahdollisimman hienovarainen, helposti lähestyttävä, mahdollisimman empaattinen ja ennakkoluuton”*. Tietoisuuden lisääminen väsymyksestä ja uupumuksesta nousi myös esille tuloksissa. Haastatteluissa havaittiin, että apua ei osata välttämättä hakea ajoissa *”Kyllä se varmaan jollain tasolla sitten näkyikin, jos on ihan poikki, mutta jotenkin se on varmaan semmoinen, että sitä ei uskalla niin helposti sanoa tai sekin, että monet varmasti ajattelevat, että tämä on varmasti tätä, että tämä on normaalia ja sitten vaan väsyä ja väsyä enemmän”*. Voimavarojen riittämättömyydestä kertomisen kynnyksen madaltaminen rohkaisisi kertomaan väsymyksestä: *”En oikein osaa sanoa. Ehkä monella on se pelko, että jos käy sanomassa väsymyksestä niin heti paukkuu lastensuojeluilmoitukset. Olisiko jotain semmoista kynnyksen alentamista”*.

Äidit kuvailivat seuraavasti luottamussuhteen muodostamisen haastetta terveydenhuoltoon ja avoimen ja luotettavan ilmapiirin luomista yhteiskunnassa ja terveydenhuollossa:

*”Yksikin äiti sanoi, että on tuntenut syyllisyyttä siitä, että on käynyt sanomassa siellä ja sittenhän on niitä ääripäitä, että tehdään heti lastensuojeluilmoitukset ja sellaiset, mutta ehkä siitä on jäänyt sellainen, että ei voi koskaan luottaa mihinkään noihin. Mutta ehkä minä olen ääripää ihmisissä, kun en luota mihinkään terveydenhuollon henkilökuntaan enkä mihinkään niin sitten en ehkä menisi juuri sinne neuvolaan.”*

*”Perheitä on erilaisia ja ihmisiä on erilaisia eikä sitten tuomita, koska se voi vetää vielä kauemmaksi siitä, ettei apua uskalla pyytää.”*

*”No kyllä. Ainut mikä on huono niin neuvolassa vaihtuu aina, melkein joka kerralla on ollut eri tati siellä, että jos olisi sama niin voisi syntyä sellainen luottamussuhde siellä omaan neuvolatätiin, mutta jos se on joka kerta eri niin ei siinä kehtaa ruveta puhumaankaan mistään asioista, jos on ensi kerralla eri taas.”*

Tuloksissa nousee myös esille raskaudenaikainen huoli syrjäytymisestä ja huoli voimavarojen riittämättömyyden vaikutuksista. Haastatteluissa äiti kertoi pohtineensa raskaana ollessa mahdollista syrjäytymistä vauvan synnyttyä. **Syrjäytymisen pelko** heräsi, sillä kavereilla ei vielä ollut lapsia. **Huoli voimavarojen riittämättömyyden vaikutuksista** nousi myös esille. Haastattelussa äiti pohti voimavarojen riittämättömyyden yhteyttä äärimmäisiin tekoihin, kuten Suomessa esiintyneisiin perhesurmiin.

Syrjäytymisen pelkoa ja huolta voimavarojen riittämättömyyden vaikutuksista äidit kuvasivat seuraavasti:

*”Mutta itse ajattelin ainakin, kun olin vielä raskaana, että mitä sitten päivät tehdään vauvan kanssa ja, että syrjäytykö sitä ihan totaalisesti, kun ei kavereilla vielä ole lapsia.”*

*”Vaikka Suomessa hyvin on verrattuna muihin maihin, mutta Suomessakin on ollut, vaikka näitä lapsen surmatapahtumia niin kyllähän se jostain sieltä väsymyksestä ja uupumuksesta lähtee.”*

## 7 POHDINTA

Isät ja äidit täyttivät haastattelun yhteydessä myös Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen voimavara- ja uupumusseulan eli VAU-seulan, joka on vanhempien voimavara- ja kuormitustekijät-hankkeen (VoiKu) tuotosta. Voimavara- ja uupumusseulan validointiprosessi on vielä kesken, joten seulan kysymyksiä ei tähän tutkimukseen voida julkaista. Vanhemmilta kysyttiin mielipidettä uupumusseulasta.

Isiltä nousi kolme asiaa vastauksista esille: seula on hyödyllinen tuomaan esille ongelmia, seulassa ei kartoiteta positiivisia kokemuksia vanhemmuudesta sekä yhden kysymyksen tarkoitus oli epäselvä. Isät kokivat seulan hyödylliseksi tuomaan esille mahdollisia ongelmia, kun jaksamisessa on ongelmia. Vastauksista nousi myös esille, että seulassa ei kartoiteta asioita vanhemmuuteen liittyvistä tunteista positiivisesta näkökulmasta. Yksi isistä sanoi, ettei VAU-seulassa esimerkiksi kysytä ilon tai ylpeyden tunteista vanhemmuudesta. Hän koki, että asiat kysytään niin kuin ne olisivat jo huonosti.

Äidit nostivat esille haastatteluissa neljä asiaa: VAU-seula on hyödyllinen tarpeen esiintyessä, vanhemmuuden kokemuksista ei kysytä positiiviseen sävyyn VAU-seulassa, yksinkertaiset ja hyvät kysymykset VAU-seulassa sekä VAU-seula on tarpeellinen ja tärkeä, koska vanhempien uupumus lisääntynyt. Eräs äideistä koki, että VAU-seulan kysymykset voisi olla esitetty positiiviseen sävyyn. Hän koki häiritseväksi sen, että neuvolassakaan ei kysytä asioista positiiviseen sävyyn esimerkiksi ”Onko vauvan kanssa ollut kivaa?”. Yksi äideistä koki, että vanhemmuuden uupumus on lisääntymään päin ja tämän vuoksi kysymykset ovat yksinkertaisia ja hyviä ja asia on tarpeellinen ja tärkeä.

### 7.1 Tutkimustulosten tarkastelua

Tutkimuksessa tarkasteltiin voimavarojen vaikutusta lapsitoiveisiin. Tuloksissa ilmeni, että osa koki voimavarat riittäväksi, jolloin voimavarojen riittämättömyys ei ole vaikuttanut lapsitoiveisiin. Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen pro gradu- tutkielmassa ”Kuka superihminen muka pystyy...?” 39 prosenttia vastasi myös, ettei uupumus ole vaikuttanut lapsitoiveisiin (Laatikainen ja Vikström-Hytönen 2018, 31). Osa koki voimavarojen riittämättömyyden vaikuttaneen hetkellisesti tuleviin lapsitoiveisiin. Tutkimuksessa haastateltu äiti muun muassa kertoi vaikean synnytyskokemuksen vaikuttaneen lapsitoiveisiin hetkellisesti. Puolestaan haastateltu isä kertoi toisen lapsen joutuneen joksikin aikaa tehohoitoon syntymän jälkeen, mikä hetkellisesti on vaikuttanut lapsitoiveisiin. Näistä tutkimustuloksista päätellään, että voimavarojen riittämättömyys voi vaikuttaa lapsitoiveisiin ja sitä kautta syntyvyyteen. Pro gradu- tutkielmassa ”Kuka superihminen muka pystyy...?” vastaavasti tutkittiin, onko vanhemmuudessa koettu väsymys tai uupumus vaikuttanut toiveisiin hankkia lisää lapsia. Vastanneista 56 prosenttia vastasi kokeneensa uupumuksen vaikuttaneen lapsitoiveisiin (Laatikainen ja Vikström-Hytönen 2018, 31). Pro gradu- tutkielman tulokset tukevat tämän tutkimuksen tuloksia.



Tutkimuksessa selvitettiin mitkä tekijät kuormittavat perheiden voimavaroja. Tutkimuksen tuloksissa nousi esille, että vanhemmat kokevat voimavarojen riittämättömyyttä ajoittain. Voimavarojen riittämättömyyttä koetaan elämäntilanteissa, jotka ovat kuormittavia. Vanhemmat nimesivät kuormittaviksi tekijöiksi työn, kiireen, unen puutteen, elämäntilanteen muutokset, lapsiarjen ja suuren työ määrän kotona. Jyväskylän yliopistossa tutkitussa vanhemmuuden voimavarat- ja kuormitustekijät tutkimuksen ensimmäisissä julkaistuissa tuloksissa on todettu, että yli 60 prosenttia vanhemmista koki saavansa riittämättömästi unta (Arola 2019). Myös tässä tutkimuksessa haastatellut vanhemmat yhdistivät voimavarojen riittämättömyyttä väsymykseen ja unenpuutteeseen. Äidit kokivat oman lepoajan tärkeäksi jaksamisen kannalta.

Vuonna 2014 tehdyssä lapsiperheiden hyvinvointi tutkimuksessa huomataan, että lapsiperheitä kuormittavia tekijöitä ovat olleet suuret ja yllättävät elämänmuutokset esimerkiksi muutto, avio-/avoero tai perheenjäsenen sairaus. Tutkimuksessa myös ilmeni, että positiivisetkin muutokset voivat kuluttaa voimavaroja. (Lammi-Taskula ja Karvonen 2014, 223.) Näin ollen voidaan todeta yhtäläisyyksiä tutkimusten välillä siinä, että elämäntilanteen kuormittavuus ja sen muutokset vaikuttavat voimavarojen riittävyteen. Tutkielmassa ”Kuka superihminen muka pystyy...?” on todettu myös, että työ on yleisimpiä stressitekijöitä vanhemmuuden uupumiselle (Laatikainen ja Vikström-Hytönen 2018, 35). Suuri osa haastatelluista vanhemmista toi esille työn vaikuttavan voimavarojen riittävyteen tässäkin tutkimuksessa.

Tässä tutkimuksessa kartoitettiin, kuinka yhteiskunta tukee perheitä. Osa vanhemmista koki voimavarojen tukemisen yhteiskunnassa olevan tällä hetkellä riittävää. Haastatellut äidit kokevat myös merkittäväksi tueksi lapsiperhearjessa läheisten ja sukulaisten tuen. Sukulaiset antavat tukea lastenhoitoon ja kodinhoitoon. Äidit kokevat, että jos avuntarvetta olisi, he ensimmäisenä turvautuisivat läheisiin. Sosiaalisten tukiverkoston merkitystä arjessa selviytymiseen on tutkittu myös Tampereen yliopistolla. Tutkimuksessa tärkeäksi tueksi löydettiin lastenhoitoavun saanti ja muun avun saanti läheisiltä ihmisiltä (Juhela 2006, 39). Juhelan tutkimuksessa lapsiperheet olivat saaneet muun muassa tukea isovanhemmiltaan, lastenhoitoapua konkreettisesti sekä emotionaalista tukea (Juhela 2006, 67). Tässäkin tutkimuksessa äidit toivat esille saaneensa apua lastenhoitoon ystäviltaan, sisarusiltaan, vanhemmiltaan sekä isovanhemmiltaan.

Tärkeäksi tueksi koettiin myös neuvolan tuki. Tässä tutkimuksessa isät kokivat, että neuvolassa tuetaan voimavarojen riittävyttä ja neuvolan tuesta on positiivinen kokemus. Tuloksissa ilmenee myös, että neuvolassa huomioidaan isien voimavarat sekä ottaudutaan hyvin asioihin. Isät kokevat tulleensa neuvolassa kuulluksi. He myös kokevat saaneensa neuvolasta hyvin tietoa ja neuvoa lapsia koskevissa asioissa. Isät kokevat neuvolan ottautumisen asioihin ”maanläheiseksi”. Isien kokemuksia neuvolasta on myös tutkittu aiemmin. Koivumäen tutkimuksessa isät kokivat neuvolassa käynnin positiivisena, mutta kokivat sen ohittavan isät. Tutkimuksessa isät kokivat saavansa neuvolasta tietoa, sekä arvostivat terveydenhoitajan ammattitaitoa ja vuorovaikutustaitoja. Tutkimuksessa kehittämisskohteena nostettiin esille isien huomioiminen neuvolassa. (Koivumäki 2011, 43.)

Neuvolasta äidit kokevat myös saaneensa tukea voimavarojen riittävyteen. Äidit kertoivat saaneensa tukea voimavaroihin helposti neuvolasta. He olivat saaneet tukea pyytämättäkin. Äidit kokevat saaneensa tukea vaikeisiin elämäntilanteisiin ja asioiden esille tuominen neuvolassa koetaan helpoksi. Vuonna 2012 on tutkittu äitien kokemuksia tuen saannista lapsivuodeaikana terveydenhoitajalta neuvolassa, tuolloin tutkimuksessa äidit kokivat saaneensa kohtalaisesti sosiaalista tukea. Tutkimuksessa todettiin, ettei neuvolan antama tuki vastannut äitien tuen tarpeisiin ja yksilöllisten tarpeiden tunnistamista tulisi kehittää. Äidit, joilla oli masennusoireita tai nukkumiseen liittyviä ongelmia, kokivat saaneensa vähemmän sosiaalista tukea. Äidit toivoivat myös enemmän neuvolasta tieto- ja tunnetukea kuin käytännön apua. (Laitinen, Aho, Salonen ja Kaunonen 2012, 2-10). Tässä tutkimuksessa havaittiin, että neuvolan tuki voimavarojen riittävyteen on parantanut. Haastateltu äiti koki, että neuvolassa tuetaan voimavaroja aiempaa paremmin. Äidit toivat myös esille kaipaavansa tietoisuuden lisäämistä uupumisesta ja voimavarojen riittämättömyydestä, joka rohkaisi vanhempia tuomaan esille mahdollisen avun tarpeen.

Tutkimuksessa huomattiin yhteiskunnan tukevan voimavaroja muun muassa päivätoiminnalla ja seurakunnan perhekerholla. Päivätoiminta koetaan virkistävänä paikkana, jossa tapaa muita äitejä ja lapsia. Seurakunnassa mahdollistetaan vanhemmille omaa aikaa, jolloin seurakunnan työntekijä voi vahtia lapsia. Seurakunnan työntekijät myös kyselivät vointia ja huomasivat, jos jotain oli ”huonosti”. Lapsi – ja perhepalveluiden muutosohjelman (LAPE) työpaperissa on kuvailtu seurakunnan toimintaa perheiden parissa yhteisölliseksi, perheitä vahvistavaksi ja haasteiden ja ongelmien työstämistä mahdollistavaksi. Seurakunta muun muassa tukee perheitä erilaisilla palveluilla kuten perhevalmennuksilla, perhekerhoilla, perheleireillä, kriisityöllä ja perheneuvonnalla. (Hastrup ym. 2019, 11.)

Tutkimuksessa viimeisimpänä kartoitettiin, miten yhteiskunnassa voitaisiin tukea paremmin perheiden voimavarojen riittävyttä. Isät kokevat tärkeäksi läheisten tuen voimavarojen riittävyydelle. Läheisten tuen arveltiin auttavan jaksamaan paremmin ja tukevan voimavarojen riittävyttä. Isät kokevat perhepäivähoidon lisäävän voimavaroja sekä subjektiivisen päivähoito-oikeuden ajatellaan tuovan lisää voimavaroja perheelle. Vuonna 2001 ja 2006 teetetyissä kyselyissä vuonna 2001 88 prosenttia ja vuonna 2006 86 prosenttia isistä oli sitä mieltä, että subjektiivinen päivähoito-oikeus tulisi säilyttää kaikilla (Salmi 2007, 203). Isien ajatus subjektiivisen päivähoito-oikeuden säilyttämisestä vastaa tutkimuksen tuloksia. Myös vuonna 2013 vanhemmat vastasivat päivähoitopaikan oikeuden säilyttämisen puolesta kaikille lapsille. Tuolloin isistä 81 prosenttia oli täysin samaa mieltä, että subjektiivinen päivähoito tulisi säilyttää. (Salmi ja Närvi 2013, 416.)

Isät tuovat esille, että lapsiperhepalveluiden lisääminen syrjäseuduille lisäisi voimavaroja. Isät kertoivat, että välimatkat palvelujen piiriin ovat pidemmät maalla kuin kaupungissa, mikä lisää kustannuksia lapsiperheessä. Lammi-Taskula ja Karvonen (2014) tutkivat asuinerojen vaikutuksia lapsiperheiden hyvinvointiin. Maaseudulla asuvat kokivat useammin kuin kaupunkilaiset, että lapsista aiheutuviin menoihin rahat eivät riitä. Vuonna 2014 tehdyssä tutkimuksessa todettiin myös, että huonot liikkuvuuden resurssit maaseudulla vaikeuttavat lapsiperheiden palveluiden luokse pääsemistä (Hämeenaho ja THL 2014, 143). Isät toivovat myös viriketoimintaa perheille, kuten tuettuja perhelomia

sekä varojen käyttämistä viriketoiminnan kehittämiseen. Perheleirejä järjestävät muun muassa seurakunnat (Hastrup ym 2019, 11). Myös mahdollisuutta vanhempien kahdenkeskiseen aikaan toivotaan, mutta koettiin ettei se ole yhteiskunnan palveluiden piirissä.

Tutkimuksessa isät ja äidit kokevat yhtäläisesti yhteiskunnan paremman taloudellisen tuen tukevan voimavaroja lapsiperheessä. Taloudellinen tuki mahdollistaisi lapsen kanssa kotona olemisen. Vanhemmat kokevat painostusta töihin palaamiseen perheen taloudellisen tilanteen vuoksi. Kontulan ja Väestöliiton (2018) perhebarometrissa vertailtiin kyselyjä 2014 ja 2018, kyselyissä naisista puolet ja miehistä kolmasosa toivoi, että hoitoraha olisi suurempi. Vertailussa todettiin, että naiset toivoivat kotihoidontuen rahallista kehittämistä. Naiset pitivät kotihoidon tukea tärkeämpänä kuin miehet. (Kontula ja Väestöliitto 2018, 76-78.)

Haastatellut isät ja äidit kokevat kodinhoidon avun merkittäväksi voimavarojen tueksi. Tässä tutkimuksessa vanhemmat tuovat esille, että jos perheet saisivat enemmän tukea kodinhoitoon, se toisi lisää voimavaroja lapsiperhearkeen ja vapauttaisi yhteistä aikaa perheelle. Lapsiperheet voivat saada kotipalvelua sosiaalihuoltolain (1301/2014, 19 §) mukaisesti. Kotipalvelun tarkoitus on tukea vanhemmuutta ja lapsiperhearjessa selviytymistä sekä vahvistaa perheen voimavaroja. Kotipalvelu antaa tukea asumiseen, hoitoon ja huolenpitoon, toimintakyvyn ylläpitoon, lasten hoitoon ja kasvatukseen sekä asiointiin. Kotipalvelu voi tarjota myös kokoreettista tukea kotitöihin. THL on todennut kotipalvelua saaneiden perheiden määrän nousseen. Vuonna 2015 sitä tarvitsi 9645 perhettä ja vuonna 2018 sitä tarvitsi 12790 perhettä. (THL 2019.)

Isät sekä äidit toivat tutkimuksessa esille myös varhaisen vaiheen tuen kehittämistarpeen. Madaltamalla tuen hakemisen kynnyistä sekä normalisoimalla uupumista ja voimavarojen riittämättömyyden tunnetta, koettiin perheiden uskaltavan hakea rohkeammin tukea ajoissa. Sosiaali- ja terveysministeriö on kehittänyt lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelmaa (LAPE) matalan kynnyksen palveluista. Tässä muutosohjelmassa on muun muassa tarkoitus ottaa käyttöön perhekeskustoimintamalli. Perhekeskustoimintamallin tarkoitus on tukea vanhemmuutta ja parisuhdetta. Perhekeskus tarjoaa muun muassa apua erotilanteisiin ja maahanmuuttajille. (Aula, Jurikkala, Kalmari, Kaukonen, Lavikainen, Pelkonen ja STM 2016, 19.) Tarkoituksena perhekeskustoimintamallilla on vahvistaa perheen voimavaroja sekä mahdollistaa entistä varhaisempi tuen saanti (THL 2018). Vuonna 2015 on myös tutkittu, kuinka varhaisessa vaiheessa lapsiperheen voimavaroja voitaisiin tukea interventioiden avuin, jossa interventiokeskustelut toteutettiin terveydenhuollon ammattilaisen toimesta pienten lasten vanhemmille heidän kotonaan. Tässä tutkimuksessa todettiin, että interventiokeskustelut tukivat vanhempien vanhemmuutta ja parisuhdetta. Vanhemmat kokivat varhaisen vaiheen interventioiden ennaltaehkäiseen haastavia elämäntilanteita, masennusta, ahdistusta ja stressiä lapsiperhearjessa. (Tanninen 2015, 22-55.)

Äidit nostavat haastatteluissa esille puolison päivätyön tärkeäksi tueksi voimavaroille. Toisen vanhemmista ollessa vuorotyössä, puolison päivätyö helpottaa perheen arkea ja tukee voimavarojen riittävyttä. Vuonna 2014 tehdyssä Lapsiperheiden hyvinvointitutkimuksessa todetaan, että vuorotyö ajoittuu perheen kannalta hankaliin vuorokauden aikoihin, mutta vuorotyö voi hyvin suunniteltuna

myös helpottaa työn ja perheen yhteensovittamista (Lammi-Taskula, Salmi ja Karvonen 2009, 40). Vuonna 2012 lapsiperhekyselyyn pienten lasten työssäkäymistä vanhemmista lähes kolmasosa vastasi, että heillä on liian vähän aikaa lapsilleen työnsä takia usein tai jatkuvasti. Äitien ja isien välillä ei havaittu eroja siinä, miten yleisesti lasten kanssa koettiin ajan puutetta (Lammi-Taskula ja Karvonen 2014, 41).

Haastatellut vanhemmat kertoivat vanhempien toimivan yhteistyön olevan myös merkittävää voimavarojen riittävyydelle. Vanhempien yhteistyön merkitystä voimavarojen riittävyyteen on korostettu neuvolassa vanhemmille. Vanhempien tasapuolinen vastuunotto lapsiperhearjessa tukee voimavaroja. THL on tutkinut kodin työnjaon vaikutusta parisuhteeseen lapsiperheissä. Tuolloin huomattiin, että äidit kokivat kuormittuvansa enemmän kotitöistä kuin isät (Lammi-Taskula, Karvonen, Ahlström ja THL 2009, 53). Vuoden 2011 perhebarometrissa on myös pohdittu kotitöiden jakautumista isien ja äitien välillä. Työnjako on tasaantunut puolisoitten välillä, sillä vuonna 1999 naiset tekivät 61 prosenttia kotitöistä ja vuonna 2010 oli naisten osuus 59 prosenttia kotitöistä. (Miettinen, Rotkirch ja Väestöliitto 2011, 58.) Epätasainen työnjako aiheuttaa herkemmin riitoja pariskuntien välillä. Tasaisen työnjaon todettiin vähentävän riitelyä puolisoitten välillä. Parisuhteiden huomattiin voivan parermin, kun työnjako pariskunnan kesken oli tasainen. (Lammi-Taskula, Karvonen, Ahlström ja THL 2009, 55-56.) Tässäkin tutkimuksessa toimivan yhteistyö ja tasaisen työnjaon kotitöissä koetaan tukevan parisuhdetta puolisoitten kesken ja sen lisäävän voimavarojen riittävyyttä.

Tutkimuksessa äidit tuovat esille kehittämiskohteena terveydenhuollon avoimen ja luotettavan ilmapiirin luomisen. Avoimen ja luotettavan ilmapiirin koetaan rohkaisevan äitiä kertomaan uupumuksesta ja mahdollisesta avuntarpeesta. Äidit tuovat esille arvostavansa terveydenhoitajassa hienovaraisuutta, helposti lähestyttävyyttä, empaattisuutta ja ennakkoluulottomuutta ja neuvolatyöntekijän taitoon kohdata lapsiperheitä ennakkoluulottomasti koettiin tärkeäksi. Vuonna 2011 Itä-Suomen yliopistossa on tutkittu luottamusta terveydenhoitajan ja perheen asiakassuhteen moraalisenä ulottuvuutena. Tuolloin havaittiin myös luottamussuhteen muodostumiseen vaikuttavia tekijöitä olevan helposti lähestyttävyys, asiakasta arvostava työskentely, empaattinen kohtaaminen, asiakkaan ehdoilla työskentely ja yhteinen toiminta (Vaittinen 2011, 56.)

Tutkimuksessa myös todettiin, että yhteiskunnassa voitaisiin kehittää lapsiperheiden luottamusta terveydenhuoltoon kohtaan. Luottamuksen muodostumiseen äidit kokivat vaikuttavan saman neuvolapäätöksen pysyvyyden, sekä sosiaalisesta mediasta ja tuttavilta kuullut ikävät kokemukset. Vuonna 2011 todettiin myös luottamuksellisen asiakassuhteen muun muassa helpottavan asiakkaan auttamista ja vahvistavan työntekijän sekä asiakkaan itsetuntoa. Luottamuksellisen asiakassuhteen todettiin vahvistavan asiakkaan uskoa neuvolatoimintaan ja avunsaamiseen, antavan voimavaroja sekä lisäävän myönteistä käsitystä terveydenhuollosta (Vaittinen 2011, 62-64). Yksi haastateltu äiti toi esille, että on esimerkiksi kuullut ikäviä tarinoita herkästi tehdyistä lastensuojeluilmoituksista. Vaittinen (2011) on tutkinut lastensuojeluilmoitusten tekemisen vaikutuksia asiakassuhteeseen terveydenhoitajan ja perheen välillä. Terveydenhoitajat kertoivat lastensuojeluilmoituksen tekemisen jälkeen joidenkin asiakassuhteiden loppuneen hetkellisesti tai kokonaan. Terveydenhoitajat korostivat, että keskustelulla ja toiminnan perustelulla luottamusta voitaisiin yrittää rakentaa uudelleen. (Vaittinen

2011, 85.)

Viimeisenä tutkimuksessa äidit nostavat esille syrjäytymisen pelon vaikutuksen voimavaroihin. Haastateltu äiti kertoi pohtineensa raskausaikana syrjäytymisen mahdollisuutta vauvan synnyttyä. Vuonna 2010 on tutkittu äitien sosiaalisen tuen tarvetta ensimmäisen vuoden aikana saatuaan vauvan. Tutkimuksessa lähes jokainen äiti oli kokenut yksinäisyyttä äitiytensä alkutaipaleella. Pelko yksin jäämisestä on saattanut hallita äitejä jo raskausaikana. Äideistä osa koki yksinäisyyden liittyvän elämänmuutokseen. Ulkopuolisena olo, vanhasta elämänpiiristä syrjäytyminen ja tunne siitä, että ei ole mahdollista tehdä niin kuin haluaa, vaan raskaus tai lapsen syntymä hallitsee elämää, liitetään kokemukseen yksinäisyydestä. Yksinäisyyden kokemuksesta huolimatta elämänmuutos oli voinut olla mieleinen sekä raskautta ja vauvaa oli voitu kovasti toivoa. (Viljanen 2010, 41.) Tämän tutkimuksen haastatellut äidit toivat esille myös huolta uupumisen vaikutuksista, kuten esimerkiksi lapsisurmista. Uupumisesta seuraavia ikäviä vaikutuksia yhdistettiin voimavarojen riittämättömyyteen äitien toimesta.

## 7.2 Eettisyys ja luotettavuus

Tässä tutkimuksessa noudatetaan Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry:n TKI valiokunnan tekemää suositusta ammattikorkeakouluille eettisestä ja hyvän tieteellisen käytännön mukaisesta opinnäytetyöprosessista (Arene ry 2018, 12). Suosituksissa tuodaan esille opinnäytetyöhön osallistuvien oikeuksia, velvollisuuksia ja vastuita tutkimuseettisestä näkökulmasta. Suosituksissa tuodaan esille, mitä koulutuksen tulee pitää sisällään ennen opinnäytetyön tekoa, mitä asioita opinnäytetyön ohjaajan ja opinnäytetyön tekijän on hallittava opinnäytetyön tekemisessä, jotta tutkimus toteutuisi eettisesti (Arene ry 2018, 3-4). Suosituksessa korostetaan myös opinnäytetyösopimuksen tärkeyttä, jossa ilmenee pelisäännöt, täten voidaan ehkäistä mahdollisia ristiriitoja ja tutkimuksen osapuolet hyväksyvät tutkimukseen liittyvät seikat allekirjoittamalla tämän sopimuksen (Arene ry 2018, 4). Tässä tutkimuksessa on tehty yhdessä tekijöiden, opinnäytetyön ohjaajan sekä tilaajan kanssa ohjaus- ja hankkeistamissopimus, jossa ilmenee ketkä tekevät opinnäytetyötä, kuka on oppilaitosta edustava ohjaaja ja yhteistyökumppanit. Ennen opinnäytetyön aloittamista on tehty myös tutkimuslupahakemus tilaajalle.

Ammattikorkeakoulujen opinnäytetyön toimintaa ja tämän tutkimuksen etenemistä ohjaa myös Tieteellisen neuvottelukunnan ohje (2012). Tässä mainitaan, että tutkimus on eettistä ja luotettavaa, kun sen teossa noudatetaan hyviä tieteellisiä käytäntöjä (TENK 2012, 6). Tässä tutkimuksessa noudatettiin näitä tieteellisiä käytänteitä: rehellisyyttä, tarkkuutta ja huolellisuutta tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä sekä arvioinnissa. Näihin käytäntöihin kuuluu myös taito soveltaa tutkimuksen kriteerien mukaisia ja eettisten tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmien käyttö ja tutkimuksen luonteenmukaisen avoimuuden hyödyntäminen tuloksia julkaistaessa.

Tutkijan tulee myös kunnioittaa muiden tutkijoiden työn ja saavutusten arvoa ja merkitystä eri tutkimusten tuloksia hyödynnettäessä ja julkaistaessa. (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 150-151.) Tässä tutkimuksessa on käytetty lähteinä laadukkaita ja luotettavia tutkimuksia verkkoaineistona, kirjallisuutena

ja muina luotettavina terveydenhuollon aineistoina. Käytetyt tutkimukset ja tietolähteet on viitattu huolellisesti tekstiin sekä lähdeluotteloon. Tutkimuksessa on myös käytetty ensisijaisesti enintään kymmenen vuotta vanhoja tietolähteitä. Osittain on myös käytetty yli kymmenen vuotta vanhoja tietolähteitä, joissa tieto ei ole ollut vanhentunutta ja tieto on edelleenkin ollut hyödynnettävissä. On myös käytetty joitakin pro gradu- tutkielmia, koska niissä on ollut hyvää tietoa liittyen tähän tutkimukseen.

Tutkimuksen hyviä käytänteitä myös ovat tutkimuksen hyvä suunnittelu, toteutus ja raportointi yksityiskohtaisesti ja tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten mukaisesti. Tutkimuksessa tulee myös ottaa huomioon tutkimusryhmän asema, oikeudet, osuus tekijyydestä, vastuut ja velvollisuudet sekä kysymykset koskien tutkimuksen omistajuutta ja aineiston säilyttämistä kohtaan on määriteltä ja kaikki osapuolet ovat ne hyväksyneet. Myös mahdolliset kustannuslähteet ja muut sidonnaisuudet on ilmoitettu tutkimukseen osallistuville ja raportoidaan tutkimusta julkaistaessa. (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 151.) Tässä tutkimuksessa ei ole syntynyt kustannuksia tekijöille tai yhteistyökumppaneille.

Tähän tutkimukseen haastateltavat osallistuvat vapaaehtoisesti ja nimettömästi. Vapaaehtoisuus tarkoittaa, että tutkittavilla on oikeus kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen tai keskeyttää mukanaolonsa milloin tahansa tutkimuksen aikana sekä tutkittavalla on oikeus kieltää jälkikäteen itseään koskevan materiaalin käyttö tutkimuksessa ja on oikeus tietää nämä oikeutensa. Tutkijan on kerrottava tutkittavalle, mikä tutkimus on kyseessä. Nimettömyys puolestaan tarkoittaa, ettei tutkittavien identiteettiä saa paljastaa ja tiedot on käsiteltävä siten, että nimettömyys toteutuu tutkimuksessa. Tutkijan on myös osoitettava vastuuntuntoa ja pidettävä kiinni sopimuksista ja olla rehellinen tutkittaville. (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 155-156.) Tässä tutkimuksessa tutkittaville annettiin tiedoksianto, jossa ilmeni vapaaehtoisuuden ja nimettömyyden määritelmät tässä tutkimuksessa, tutkimuksen tiedon julkaiseminen, tutkimustuloksista artikkelin kirjoittaminen ja tutkittavien oikeudet. Tiedoksiannon tarkoituksena on suojella tutkittavien oikeuksia. Haastattelujen tiedoksianto on liitteenä. (Liite 2.)

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden kannalta erityisen tärkeää on selostaa tutkimus tarkasti. Se koskee kaikkia vaiheita tutkimuksessa. Aineiston saamiseen tarvittavat olosuhteet vaikuttavat tutkimuksen luotettavuuteen ja ne pitäisi selventää totuudenmukaisesti. Esimerkiksi tässä tutkimuksessa kerrotaan millaisissa olosuhteissa ja paikoissa haastatteluista saatava aineisto kerättiin. Lisäksi on kerrottava haastatteluihin käytetty aika, mahdolliset häiriötekijät, virhetulkinnat haastattelussa ja tutkijan oma itsearviointi tilanteesta. (Hirsjärvi ym. 2007, 227.) Tutkimuksen haastattelut toteutettiin Savonia-ammattikorkeakoulun pientyöskentelytiloissa, joka mahdollisti haastattelujen toteuttamisen hiljaisessa ja häiriöttömässä ympäristössä. Mahdollisesti tilojen ulkopuolella olevien henkilöiden ei myöskään ollut mahdollisuutta kuulla haastattelujen läpikäyntiä, mikä turvaa haastateltujen henkilöllisyyttä. Haastattelukertoja kertyi kuusi ja aikaa yksi haastattelu vei noin kymmenestä kahteenkymmeneen minuuttia. Tutkimuksen aineistoa on säilytetty nimettömästi tutkijoiden tietokoneilla. Aineistot ja haastattelujen äänitteet hävitetään tutkimuksen valmistuttua asianmukaisesti. Haastateltavat ovat saaneet tiedoksiannossa tiedon aineiston asianmukaisesta hävittämisestä.

Tulosten tulkintaan pätee myös tarkkuuden vaatimus. On kerrottava tulkintojen esittämisen perusteet ja mihin tutkija päätelmänsä perustaa. Tässä voi olla apuna se, että tutkimuselosteita rikastutetaan esimerkiksi suorilla otteilla haastatteluista tai muilla aineisto dokumenteilla. (Hirsjärvi ym. 2007, 228.) Tässä tutkimuksessa tulosten tulkitsemisen perusteena on aineiston huolellinen työstäminen aineistolähtöisen sisällönanalyysin menetelmin. Perusteena on myös tässä tutkimuksessa käytetty tulosten kirjoittamisessa suoria otteita haastatteluista. Tutkimuksessa tuotiin haastateltujen näkemykset esille kuin he olivat sen tarkoittaneet. Sisällönanalyysiä tehdessä kunnioitettiin haastateltavien kertomaa sisältöä. On inhimillistä, että tutkijat ovat voineet ymmärtää jonkin asian aineistosta eri tavalla kuin se on tarkoitettu. Tutkijat ovat tarkastelleet toistensa työnkentelyä tutkimuksen suunnittelun ja toteutuksen aikana. Tutkimustulosten luotettavuuteen on myös vaikuttanut tutkimuksen toteuttaminen laadullisesti, jonka vuoksi tässä tutkimuksessa on haastateltavien määrä ollut pieni. On otettava huomioon, että mikäli tutkimuksessa olisi haastateltu eri henkilöitä niin tulos voisi olla täysin erilainen. Laadullisessa tutkimuksessa kuitenkin on tärkeämpää ilmiön tarkastelu kuin saada määrällisesti merkittäviä tuloksia.

Opinnäytetyön prosessista tehtiin myös swot-riskiarvio. Vahvuuksina prosessissa nähtiin tekijöiden oma motivaatio, ammattitaitoinen ohjaus ja tekijöiden oman ammatti-identiteetin kasvu tutkimusta tehdessä. Heikkouksina ajateltiin olevan vähäinen tutkimustieto aiheen ollessa ajankohtainen ja hyvin tuore. Aihe on myös henkilökohtainen haastateltaville ja siitä voi olla hankala puhua. Mahdollisuuksina taas nähtiin toimiva yhteistyö tilaajan kanssa. Mahdollisuutena koettiin tutkimuksen ajankohtaisuus ja se, että artikkelina tutkimustuloksia julkaistaessa aihe saa näkyvyyttä. Tutkimuksen uhiksi koettiin avoimet kysymykset, sillä haastateltavien vastaukset voivat olla hyvinkin eroavaisia toisistaan ja tähän vaikuttaa myös haastateltavien yksilölliset elämäntilanteet. Toiset voivat kokea voimavarojen olleen riittämättömiä, kun toisilla kokemus voi olla eri. Tätä riskinarviota kuvaamme alla olevassa kuviossa (kuvio 4).



KUVIO 5. Opinnäytetyön swot-riskiarvio.

### 7.3 Ammatillinen kasvu ja kehitys

Tulevina kättilöinä meille on tärkeää syntyvyyden kasvu, lapsiperheiden voimavarojen varhainen tukeminen raskausaikana, synnytyksessä sekä sen jälkeen vauva-aikana sekä varhaisissa kehitysvaiheissa. Kättilöinä olemme merkittävässä asemassa rohkaisemaan perheen perustamisessa ja lapsiperhepalveluiden kehittämisessä sellaisiksi, että se tukisi syntyvyyttä. Kättilöinä haluamme mahdollistaa jokaiselle lapsiperheelle positiivisen kokemuksen lapsiperhearjesta sekä tukea lapsiperheitä varhaisessa vaiheessa. Tämä tutkimus on antanut meille merkittävää tietoa lapsiperheiden voimavarojen tukemisesta ja syntyvyyden muutoksesta ja tukenut ammatillista kasvua.

Kättilön tutkintoon sisältyy sairaanhoitajan opinnot ja valmistuessaan kättilö voi työskennellä myös sairaanhoitajana. Opinnot ovat laajuudeltaan 270 opintopistettä, joka vastaa laajuudeltaan 4,5 vuoden opintoja ammattikorkeakoulussa. Kättilön työtä ohjaavat ammatilliset periaatteet. Niitä ovat itsemääräämisoikeus, tasa-arvo, yksilöllisyys, terveyskeskeisyys, vastuullisuus, turvallisuus, jatkuvuus, perhekeskeisyys ja omatoimisuus. (Sirviö, Aumo, Korkiamäki, Lunabba, Nurminen, Närvä, Pajukan-gas ja Palmqvist. 2004, 7.) Kättilö tukee perheiden voimavaroja erityisesti huomioimalla asiakkaan yksilöllisyyden esimerkiksi tunnistamalla asiakkaan yksilölliset voimavarat ja tarpeet elämäntilanteessa. Kättilö huomioi terveyskeskeisessä toiminnassaan asiakkaan omat voimavarat ja tukee asiakkaan terveitä ja vahvoja puolia. Voimavaroja kättilö tukee perhekeskeisellä työotteella kuten huolehtimalla, että puoliso, perhe ja muut läheiset saavat mahdollisuuden olla mukana hoitoprosessissa ja kättilö antaa heille kaiken mahdollisen tarvitsemansa tiedon ja tuen (Sirviö ym. 2004, 8-9).

Tutkimusta tehdessä olemme oppineet, kuinka voimme vaikuttaa lapsiperheiden voimavarojen riittävyyteen ja tukea syntyvyyttä. Olemme ymmärtäneet, kuinka tärkeää on ammatillisena luoda avoin ja luotettava ilmapiiri kohdatessa lapsiperheitä, jotta vanhemmat kokisivat turvalliseksi kertoa mahdollisesta avuntarpeesta tai uupumisesta. Tutkimuksen tulokset rohkaisevat tekemään töitä sen eteen, että kehitettäisiin matalan kynnyksen palveluita lapsiperheille. Olemme saaneet tietoa myös perhelähtöisen työskentelyotteen merkittävytydestä lapsiperheiden kanssa työskenneltäessä. Olemme saaneet myös tietoa, kuinka tukea perheen voimavaroja jo raskausaikana, syntymän hetkellä sekä sen jälkeen lapsen eri kehitysvaiheissa. Ammatillisena voimavarojen tukeminen jo varhaisessa vaiheessa tukee lapsen turvallista kehitystä ja ennaltaehkäisee voimavarojen riittämättömyyden vaikutuksia.

Sairaanhoitajan tehtävänä on väestön terveyden ylläpitäminen ja edistäminen, sairauksien ehkäiseminen ja kärsimyksen lievittäminen, sairaanhoitaja pyrkii työssään tukemaan ja lisäämään yksilöiden, perheiden ja yhteisöjen voimavaroja sekä parantamaan heidän elämänsä laatua. (Sairaanhoitajaliitto, 2014.) Kättilön tehtävänä EU:n kättilödirektiivin 80/155/EEC Artiklan 4 mukaan muun muassa on antaa luotettavaa perhesuunnittelutietoa ja -neuvontaa, seurata normaalia raskautta, laatia vanhempien valmennusohjelma, seurata äitiä ja toipumista synnytyksen jälkeen sekä antaa äidille lapsen hoitoon liittyviä neuvoja, jotta vastasyntyneellä olisi mahdollisimman hyvät kehittymismahdollisuudet (Sirviö ym. 2004, 4). Olemme myös saaneet ammatillista tietoa ja kasvua siitä, kuinka raskausaikana, synnytyksessä sekä sen jälkeen voimme havainnoida voimavarojen riittävyyttä sekä



kuinka tukea niitä. Olemme saaneet paljon tietoa teoriaosuutta luodessa ja vanhempia haastatellessa siitä, millaisia lapsiperhepalveluja on tarjolla ja tarjottu sekä, kuinka voimme tarvittaessa ohjata lapsiperheitä oikeiden palveluiden piiriin.

#### 7.4 Jatkotutkimusaiheet ja hyödynnettävyys

Tässä tutkimuksessa oli kohderyhmänä 0-2- vuotiaiden lasten vanhemmat, joiden perheeseen kuuluu isä ja äiti. Jatkossa voisi tutkia perheiden voimavaroja esimerkiksi yksinhuoltajavanhempien, naisparien tai miesparien sekä muiden perhemuotojen näkökulmasta. Voimavarojen riittävyttä voisi tutkia perheissä, joissa on isompia lapsia, kuten kouluikäisiä tai murrosikäisiä lapsia. Olisi myös mielenkiintoista tietää millaiset voimavarat ovat esikoisten vanhemmilla tai perheissä, joissa on useita lapsia.

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin voimavarojen riittämättömyyden vaikutusta syntyvyyteen perheellisten näkökulmasta. Jatkossa voisi myös tutkia syntyvyyteen ja lapsitoiveisiin liittyviä tekijöitä lapsettomien sekä vapaaehtoisesti lapsettomien näkökulmasta. Tutkimuksessa myös ilmeni, että äidin synnytyskokemus vaikutti lapsitoiveisiin. Jatkotutkimuksena voisi siis myös tutkia kuinka äidit ovat kokeneet vaikean synnytyskokemuksen vaikuttaneen lapsitoiveisiin.

Terveystieteiden ammattilaiset voivat hyödyntää tätä tutkimusta työssään. Tutkimuksen tuloksista terveydenhuollon ammattilaiset kuten neuvolatyöntekijät, kättilöt tai muut lapsiperheiden kanssa työskentelevät henkilöt saavat tietoa siitä millaisiin asioihin lapsiperheet tarvitsevat tukea sekä, miten he toivoisivat, että heidät kohdattaisiin terveydenhuollossa. Tutkimuksessa ilmeni, että toivottiin neuvolatyöntekijän parempaa pysyvyyttä, luottamussuhteen vahvistumista sekä avointa keskusteluympäristöä lapsiperheen ja työntekijän välillä. Tulosten antamaan tietoa voitaisiin siis myös hyödyntää neuvolatoiminnan kehittämisessä.

Tutkimuksen tuloksissa ilmeni, että kaivattaisiin matalan kynnyksen tukea ja apua, joka ennaltaehkäisisi mahdollista uupumista ja tukisi voimavarojen riittävyttä lapsiperhearjessa. Tutkimuksen tuloksia voitaisiin hyödyntää matalan kynnyksen palveluiden kehittämisessä ja luomisessa. Yhteiskunnalliset päättäjät voivat hyödyntää vanhempien kehittämistoiveita lapsiperhepalveluiden kehittämisessä.

Tutkimuksen tuloksille voidaan saada näkyvyyttä esimerkiksi julkaisemalla artikkelin tuloksista. Artikkelin julkaisemalla tavoitettaisiin oikeaa kohdeyleisöä kuten terveydenhuollon ammattilaisia ja yhteiskunnan päättäjiä.

## LÄHTEET

- ALASUUTARI, Pertti 2011. Laadullinen tutkimus [verkkokirja]. Tampere: Vastapaino. [Viitattu 2019-12-16.] Saatavissa: <https://www.elliblibrary.com/reader/9789517685030>
- ARENE RY 2018. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset [verkkodokumentti]. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto. [Viitattu 2019-03-20.] Saatavissa: [http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene\\_ammattikorkeakoulujen-opinnaytetoiden-eettiset-suositukset.pdf?t=1526903222](http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene_ammattikorkeakoulujen-opinnaytetoiden-eettiset-suositukset.pdf?t=1526903222)
- AROLA, Anni 2019. Vanhemmuus- rakasta ja raskasta? Huomio uupuviin äiteihin ja iseihiin [verkkojulkaisu]. Vanhemmuuden voimavara- ja kuormitustekijät. [Viitattu:2019-11-29.] Saatavissa: <http://www.tukeavanhemmille.fi/blogi/2019/3/25/vanhemmuus-rakasta-ja-raskasta-huomio-uupuviin-iteihin-ja-iseihin>
- AULA, Maria Kaisa, JUURIKALA, Virva, KALMARI, Hanne, KAUKONEN, Päivi, LAVIKAINEN, Marjo, PELKONEN, Marjaana ja STM 2016. Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma [verkkodokumentti]. Helsinki: Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. [Viitattu 2019-12-04.] Saatavissa: [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74904/Rap\\_ja\\_muist\\_29\\_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74904/Rap_ja_muist_29_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- EHYT ry 2014. Voimavarat ja voimavaraistuminen [verkkodokumentti]. Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. [Viitattu: 2019-03-11.] Saatavissa: <http://www.ehyt.fi/sites/default/files/03-voimavara-kompassi-netti-malli-2017.pdf>
- ERIKSSON Esa, ARNKIL, Tom Erik 2012. Huoli puheeksi. Opas varhaisista dialogeista [verkkodokumentti]. 8.painos. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus. Tampere. [Viitattu:2019-11-12.] Saatavissa: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90845/URN\\_ISBN\\_978-951-33-1792-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90845/URN_ISBN_978-951-33-1792-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- EVL 2019. Kirkon perheneuvonta auttaa maksutta [verkkojulkaisu]. Suomen ev.lut. kirkko. [Viitattu 2019-03-16.] Saatavissa: <https://evl.fi/apua-ja-tukea/ihmissuhteet/kirkon-perheneuvonta-auttaa-maksutta>
- HASTRUP, Arja, HAKKARAINEN, Pirjo, HEINONEN, Hanna, HYYTINEN, Riitta, IHANUS, Mirja, KERPPOLA, Jenni, KOKKONEN, Jarmo, LAMPINEN, Pauliina, MARTIKAINEN, Airi, PAJU, Petri, RAPELI, Terhi, SAARISTO, Anne-Maria, SAIRISALO, Heljä, SATULI-KUKKONEN, Tarja, SUOMU, Katariina, SÄRKELÄ, Riitta, TUOMINEN, Minna, WILLMAN, Arto ja THL 2019. Lasten ja perheiden palvelujen tuottaminen yhteistyössä järjestöjen ja seurakuntien kanssa. Toimivat rakenteet ja sopimuskäytännöt [verkkodokumentti]. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus. Työpöytäkirja. [Viitattu 2019-11-30.] Saatavissa: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137497/URN\\_ISBN\\_978-952-343-284-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137497/URN_ISBN_978-952-343-284-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- HIRSJÄRVI, Sirkka, REMES, Pirkko ja SAJAVAARA, Paula 2007. 13. uudistettu painos. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi. [Viitattu 2019-09-25.]
- HÄMEENAHONEN, Päivi ja THL 2014. Hyvinvoinnin verkostot maaseudulla asuvien äitien arjessa. Etnologinen tutkimus palvelujen käytöstä ja hyvän arjen rakentumisesta [verkkodokumentti]. Tampere: Terveystieteiden tutkimuskeskus. Väitöskirja. [Viitattu 2019-11-30.] Saatavissa: [https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/43445/1/THL\\_TUT129\\_2014WERKKO.pdf](https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/43445/1/THL_TUT129_2014WERKKO.pdf)
- JUHELA, Tuija 2006. Isovanhempien antama tuki ja lapsiperheen arjessa selviytyminen [verkkodokumentti]. Tampereen yliopisto. Hoitotieteiden tutkimuskeskus. Pro gradu- tutkielma. [Viitattu 2019-11-29.] Saatavissa: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/93803/gradu01308.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO 2019. Vanhemmuuden voimavara- ja kuormitustekijät- tutkimus (VoiKu) [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2019-03-16.] Saatavissa: <https://www.jyu.fi/edupsy/fi/laitokset/psykologia/tutkimus/tutkimusalueet/perhetutkimus/voiku-tutkimus>
- KELA 2019. Lapsilisä [verkkojulkaisu]. Kansaneläkelaitos. [Viitattu 2019-03-10.] Saatavissa: <https://www.kela.fi/lapsilisa>
- KELA 2019. Lastenhoidon tuet [verkkojulkaisu]. Kansaneläkelaitos. [Viitattu 2019-03-10.] Saatavissa: <https://www.kela.fi/lastenhoidon-tuet>
- KELA 2019. Vanhempainpäiväraha [verkkojulkaisu]. Kansaneläkelaitos. [Viitattu 2019-03-10.] Saatavissa: <https://www.kela.fi/vanhempainpaivaraha>
- KELA 2019. Vanhempainraha [verkkojulkaisu]. Kansaneläkelaitos. [Viitattu 2019-04-18.] Saatavissa: <https://www.kela.fi/vanhempainraha>

KELA 2019. Äitiysavustus [verkkojulkaisu]. Kansaneläkelaitos. [Viitattu 2019-03-10.] Saatavissa: <https://www.kela.fi/aitiysavustus>

KELA 2019. Äitiyspakkaus [verkkojulkaisu]. Kansaneläkelaitos. [Viitattu 2019-04-18.] Saatavissa: <https://www.kela.fi/aitiyspakkaus>

KLEMETTI, Reija, HAKULINEN-VIITANEN, Tuovi, KANSALLINEN ÄITIYSHUOLLON ASIANTUNTIJARYHMÄ ja THL 2013. Äitiysneuvolaopas. Suosituksia äitiysneuvolatoimintaan [verkkodokumentti]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2019-11-12.] Saatavissa: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110521/THL\\_OPA2013\\_029\\_verkko.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110521/THL_OPA2013_029_verkko.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

KOIVUMÄKI, Terhi 2011. Isien kokemuksia isyyden muuttumisesta, lastenenuvolasta ja terveysneuvonnasta [verkkodokumentti]. Tampereen yliopisto. Terveystieteiden yksikkö. Pro gradu- tutkielma. [Viitattu 2019-12-16.] Saatavissa: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/83032/gradu05456.pdf?sequence=1>

KONTULA, Osmo 2016. Lemmen Paula. Seksuaalinen hyvinvointi parisuhdeonnan avaimena. Perhebarometri 2016 [verkkodokumentti]. Helsinki: Väestöliitto. [Viitattu 2019-03-15.] Saatavissa: [http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/22de5aac17a1e07139fd5ca6edb151cb/1552659478/application/pdf/6081349/Perhebarometri\\_2016\\_netti.pdf](http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/22de5aac17a1e07139fd5ca6edb151cb/1552659478/application/pdf/6081349/Perhebarometri_2016_netti.pdf)

KONTULA, Osmo 2018. 2020-luvun perhepolitiikkaa. Perhebarometri 2018 [verkkodokumentti]. Helsinki: Väestöliitto. [Viitattu: 2019-11-30.] Saatavissa: [http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/76c962ebbc61f0d0ecf408c28244aaca/1552505815/application/pdf/9136344/netti%202020-luvun%20perhe\\_Bar02018.pdf](http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/76c962ebbc61f0d0ecf408c28244aaca/1552505815/application/pdf/9136344/netti%202020-luvun%20perhe_Bar02018.pdf)

KREYENFELD, Michaela ja ANDERSSON, Gunnar 2013. Socioeconomic differences in the unemployment and fertility nexus: Evidence from Denmark and Germany [verkkojulkaisu]. Germany. Max Planck Institute for Demographic Research and Hertie School of Governance. Sweden. Stockholm University Demography Unit. [Viitattu 2019-03-15] Saatavissa: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1040260814000082?via%3Dihub>

LAATIKAINEN, Riitta ja VIKSTRÖM-HYTÖNEN, Kirsi 2018. "Kuka superihminen muka pystyy...?" Vanhemmuuden uupumuksen yhteys perhetyyppiin, koulutukseen, koettuun perheen toimeentuloon, lastenhankintaan ja stressitekiöihin sekä vanhempien vanhemmuuteensa toivoma tuki [verkkodokumentti]. Jyväskylän yliopisto. Psykologian laitos. Pro gradu- tutkielma. [Viitattu 2019-11-29.] Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/59041/URN%3ANBN%3Afi%3Aju-201808013669.pdf?sequence=1>

LAITINEN, Marjo, AHO, Anna Liisa, SALONEN, Anne H ja KAUNONEN, Marja 2012. Äitien neuvolan terveydenhoitajalta saama sosiaalinen tuki lapsivuodeaikana [verkkodokumentti]. Hoitotiede 3/2013, 25, 171-182. [Viitattu:2019-11-30.] Saatavissa: <http://web.b.ebscohost.com.ezproxy.savonia.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=3&sid=0ae641da-afc5-4419-b645-c50f8474e406%40pdc-v-sessmgr02>

LAMMI-TASKULA, Johanna, KARVONEN, Sakari, AHLSTRÖM, Salme ja THL 2009. Lapsiperheiden hyvinvointi [verkkodokumentti]. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2019-12-06.] Saatavissa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80047/0e6f5676-9ccf-4490-8496-45c7b3acce5f.pdf?sequence=1&isAllowed=y#page=39>

LAMMI-TASKULA, Johanna, KARVONEN, Sakari ja THL 2014. Lapsiperheiden hyvinvointi 2014 [verkkodokumentti]. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu: 2019-11-29.] Saatavissa: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116712/THL\\_2014\\_21Teema.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116712/THL_2014_21Teema.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

MIETTINEN, Anneli ja VÄESTÖLIITTO 2015. Miksi syntyvyys laskee? Suomalaisten lastensaantiin liittyviä toiveita ja odotuksia. Perhebarometri 2015 [verkkodokumentti]. Helsinki: Väestöliitto. [Viitattu: 2019-03-13.] Saatavissa: [http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/4d00a54c8116e65337582aedc9e4b7de/1548939463/application/pdf/4876090/Perhebarometri2015\\_netti.pdf](http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/4d00a54c8116e65337582aedc9e4b7de/1548939463/application/pdf/4876090/Perhebarometri2015_netti.pdf)

NÄPÄRÄ, Liisa 2018. Haastateltavien löytäminen. Spoken". [Viitattu: 2019-04-18.] Saatavissa: <https://www.spoken.fi/haastateltavien-loytaminen/>

- OKM 2019. Aamu- ja iltapäivätoiminta [verkkojulkaisu]. Opetus- ja kulttuuriministeriö. [Viitattu 2019-04-19.] Saatavissa: <https://minedu.fi/esiopetus>
- OKM 2019. Esiopeus [verkkojulkaisu]. Opetus- ja kulttuuriministeriö. [Viitattu 2019-04-19.] Saatavissa: <https://minedu.fi/esiopetus>
- OKM 2019. Varhaiskasvatus [verkkojulkaisu]. Opetus- ja kulttuuriministeriö. [Viitattu 2019-04-19.] Saatavissa: <https://minedu.fi/varhaiskasvatus>
- OKM 2019. Varhaiskasvatuspalvelut [verkkojulkaisu]. Opetus- ja kulttuuriministeriö. [Viitattu 2019-04-19.] Saatavissa: <https://minedu.fi/varhaiskasvatuspalvelut>
- PAAVOLA, Juho-Matti 2015. Perheystävällinen työpaikka. Perheen ja työelämän yhteensovittamisen parhaita käytäntöjä tanskalaisilta työpaikoilta [verkkodokumentti]. Helsinki: Oxford Research. [Viitattu: 2019-04-20.] Saatavissa: [https://oxfordresearch.fi/wp-content/uploads/2017/10/oxford\\_research\\_perheyst\\_vllinen\\_ty\\_paikka\\_raportti\\_final.pdf](https://oxfordresearch.fi/wp-content/uploads/2017/10/oxford_research_perheyst_vllinen_ty_paikka_raportti_final.pdf)
- PERÄLÄ, Marja-Leena, SALONEN, Anne, HALME, Nina, NYKÄNEN, Sirpa ja THL 2011. Miten lasten ja perheiden palvelut vastaavat tarpeita? Vanhempien näkökulma [verkkodokumentti]. Tampere: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu: 2019-04-25.] Saatavissa: <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80090/27f8cf8eb-8fa8-402a-b3a0-e26dd8a7ba6d.pdf?sequence=1>
- ROTKIRCH, Anna, TAMMISALO, Kristiina, MIETTINEN, Anneli ja BERG, Venla 2017. Miksi vanhemmuutta lykätään? Nuorten aikuisten näkemyksiä lastensaannista. Perhebarometri 2017 [verkkodokumentti]. Helsinki: Väestöliitto. [Viitattu 2019-03-14.] Saatavissa: <http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/4816ec66eb3183f00a6774ada44949b7/1552553261/application/pdf/7659544/vanhemmuutta%20lyka%CC%88ta%CC%88a%CC%88n%20netti%20iso.pdf>
- SAIRAAHOITAJAT 2014. Sairaanhoidajien eettiset ohjeet [verkkojulkaisu]. Sairaanhoidajaliitto. [Viitattu 2019-11-16.] Saatavissa: <https://sairaanhoitajat.fi/jasenpalvelut/ammattillinen-kehittyminen/sairaanhoitajan-eettiset-ohjeet/>
- SALMI, Minna 2007. Pienten lasten vanhemmat haluavat säilyttää subjektiivisen päivähoito-oikeuden [verkkoinen]. Yhteiskuntapolitiikka 72, 2007/2. [Viitattu 2019-11-30.] Saatavissa: <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/101342/072salmi.pdf?sequence=1>
- SALMI, Minna ja NÄRVI, Johanna 2014. Perhepoliittiset uudistukset ja pienten lasten vanhempien mielipiteet [verkkoinen]. Yhteiskuntapolitiikka 79 (2014): 4. [Viitattu 2019-11-30.] Saatavissa: <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116685/salmi.pdf?sequence=2>
- SIRVIÖ, Eeva-Liisa, AUMO, Oili, KORKIAMÄKI, Kirsi, LUNABBA, Mirja, NURMINEN, Leena, NÄRVÄ, Helena, PAJU-KANGAS, Maija, PALMQVIST, Siv ja Suomen Kätilöliitto 2004. Laatusuoritus- ja kättilötyön eettiset ja laadulliset perusteet [verkkodokumentti]. Pori: Kätilöliitto. [Viitattu 2019-11-19.] Saatavissa: [https://asiakas.kotisivukone.com/files/suomenkatiloliitto.kotisivukone.com/tiedostot/tiedolla\\_taidolla\\_tunteella.pdf](https://asiakas.kotisivukone.com/files/suomenkatiloliitto.kotisivukone.com/tiedostot/tiedolla_taidolla_tunteella.pdf)
- STM 2019. Adoptio [verkkojulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 2019-04-23.] Saatavissa: <https://stm.fi/adoptio>
- STM 2019. Huoltajuus [verkkojulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 2019-04-23.] Saatavissa: <https://stm.fi/huoltajuus>
- STM 2019. Kasvatus- ja perheneuvonta [verkkojulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 2019-04-20.] Saatavissa: <https://stm.fi/kasvatus-perheneuvonta>
- STM 2019. Kouluterveydenhuolto [verkkojulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 2019-04-19.] Saatavissa: <https://stm.fi/kouluterveydenhuolto>
- STM 2019. Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma [verkkojulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 2019-12-11] Saatavissa: <https://stm.fi/hankkeet/lapsi-ja-perhepalvelut>
- STM 2019. Lastensuojelu [verkkojulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 2019-04-23.] Saatavissa: <https://stm.fi/lastensuojelu>
- STM 2019. Neuvolat [verkkojulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 2019-04-19.] Saatavissa: <https://stm.fi/neuvolat>

- STM 2019. Opiskeluterveydenhuolto [verkkajulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 2019-04-19.] Saatavissa: <https://stm.fi/opiskeluterveydenhuolto>
- STM 2019. Palvelut perheille [verkkajulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 2019-03-13.] Saatavissa: <https://stm.fi/palvelut-perheille>
- STM 2019. Suun terveydenhuolto [verkkajulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 2019-04-19.] Saatavissa: <https://stm.fi/suun-terveydenhuolto>
- STM 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena-opas työntekijöille [verkkodokumentti]. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 2019-03-09] Saatavissa: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74223/Opp200414.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- SVT 2018. Väestöennuste [verkkajulkaisu]. Helsinki: Tilastokeskus. [Viitattu: 2019-04-24.] Saatavissa: [https://www.stat.fi/til/vaenn/2018/vaenn\\_2018\\_2018-11-16\\_tie\\_001\\_fi.html](https://www.stat.fi/til/vaenn/2018/vaenn_2018_2018-11-16_tie_001_fi.html)
- SVT 2017. Syntyneet [verkkajulkaisu]. Helsinki: Tilastokeskus. [Viitattu 2019-04-25.] Saatavissa: [https://www.stat.fi/til/synt/2016/02/synt\\_2016\\_02\\_2017-12-04\\_tie\\_001\\_fi.html](https://www.stat.fi/til/synt/2016/02/synt_2016_02_2017-12-04_tie_001_fi.html)
- SVT 2019. Väestöennuste [verkkajulkaisu]. Helsinki: Tilastokeskus. [Viitattu 2019-11-19.] Saatavissa: [https://www.stat.fi/til/vaenn/2019/vaenn\\_2019\\_2019-09-30\\_tie\\_001\\_fi.html](https://www.stat.fi/til/vaenn/2019/vaenn_2019_2019-09-30_tie_001_fi.html)
- SVT 2019. Syntyneet [verkkajulkaisu]. Helsinki: Tilastokeskus. [Viitattu 2019-12-15.] Saatavissa: [https://www.stat.fi/til/synt/2018/synt\\_2018\\_2019-04-26\\_tie\\_001\\_fi.html](https://www.stat.fi/til/synt/2018/synt_2018_2019-04-26_tie_001_fi.html)
- SVT 2019. Syntyneet [verkkajulkaisu]. Kokonaishedelmällisyyskuvio kunnittain vuosilta 2014-2018. Helsinki: Tilastokeskus. [Viitattu 2019-12-15.] Saatavissa: [https://www.stat.fi/til/synt/2018/synt\\_2018\\_2019-04-26\\_kuv\\_003\\_fi.html](https://www.stat.fi/til/synt/2018/synt_2018_2019-04-26_kuv_003_fi.html)
- TAMMEKAS, Tarja, HAARANEN, Ari, PIETILÄ, Anna-Maija ja HÄGGMAN-LAITILA, Arja 2018. Perheen voimavarat ja tuen tarpeet lastenneuvolassa puolitoistavuotiaan lapsen laajoissa terveystarkastuksissa [verkkoaineisto]. Tutkiva Hoitotyö 2018/2, 29-37. [Viitattu 2019-03-15.] Saatavissa: <http://tuhto.emagz.fi.ezproxy.savonia.fi/reader/issue/10228/195751/28>
- TANNINEN, Hanna-Mari 2015. Resource-enhancing nursing at home for families with small children. Evaluation of early interventions [verkkodokumentti]. Kuopio: University of Eastern. Faculty of Health Sciences. [Viitattu 2019-04-23.] Saatavissa: [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_isbn\\_978-952-61-1882-6/urn\\_isbn\\_978-952-61-1882-6.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-1882-6/urn_isbn_978-952-61-1882-6.pdf)
- THL 2019. Lapset, nuoret ja perheet. Lapsiperheiden kotipalvelu [verkkajulkaisu]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2019-12-04.] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/sosiaalipalvelut/kotipalvelu>
- THL 2019. Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma (LAPE) [verkkajulkaisu]. Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos. [Viitattu 2019-12-11.] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/lapsi-ja-perhepalveluiden-muutosohjelma-lape->
- THL 2018. Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma (LAPE). Matalan kynnyksen palvelut [verkkajulkaisu]. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. [Viitattu 2019-12-04.] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/lapsi-ja-perhepalveluiden-muutosohjelma-lape-/matalan-kynnyksen-palvelut>
- THL 2018. Voimavaralähtöiset menetelmät [verkkajulkaisu]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2019-11-12.] Saatavissa: [https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon\\_tueksi/menetelmat/voimavaralahtoiset\\_menetelmat](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/menetelmat/voimavaralahtoiset_menetelmat)
- TUOMI, Jouni ja SARAJÄRVI, Anneli 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusyhtiö Tammi. 88-156. [Viitattu 2019-09-24.]
- TUOMI Jouni, ÄIMÄLÄ, Anna-Mari ja Tampereen ammattikorkeakoulu 2017. Viisaat valinnat. Terveeksi raskaana ja hyvä synnytys. Tampereen ammattikorkeakoulu. [Viitattu: 2019-04-25.] Saatavissa: <http://julkaisut.tamk.fi/PDF-tiedostot-web/A/22-Viisaat-Valinnat.pdf>
- VAARAMA, Marja, KARVONEN, Sakari, KESTILÄ, Laura, MOISIO, Pasi, MUURI, Anu ja THL 2014. Suomalaisten hyvinvointi [verkkodokumentti]. Tampere: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu: 2019-03-15.] Saatavissa: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125340/THL\\_TEE022\\_2014verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125340/THL_TEE022_2014verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

VAITTINEN, Pirjo 2011. Luottamus terveydenhoitajan ja perheen asiakassuhteen moraalisenä ulottuvuutena [verkkodokumentti]. Itä-Suomen yliopisto. Hoitotieteen laitos. [Viitattu 2019-12-16.] Saatavissa: [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_isbn\\_978-952-61-0574-1/urn\\_isbn\\_978-952-61-0574-1.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0574-1/urn_isbn_978-952-61-0574-1.pdf)

VARANTOLA, Krista, LAUNIS, Veikko, HELIN, Markku, SPOOF, Sanna Kaisa ja JÄPPINEN, Sanna 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa [verkkodokumentti]. Helsinki: Tutkimustieteellinen neuvottelukunta. [Viitattu 2019-12-16.] Saatavissa: [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

VILJANEN, Terhi 2010. "Eniten mä pelkäsin että mä jään yksin". Tutkimus sosiaalisen tuen tarpeesta äitiyden ensimmäisen vuoden aikana [verkkodokumentti]. Tampereen yliopisto. Sosiaalityön tutkimuksen laitos. Pro gradu - tutkielma. [Viitattu 2019-12-06.] Saatavissa: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/81874/gradu04516.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

VUORENMAA Maaret, PERÄLÄ M.-L., HALME N., KAUNONEN M. ja ÅSTEDT-KURKI P. 2016. Associations between family characteristics and parental empowerment in the family, family service situations and the family service system [verkkójulkaisu]. Child: Care, Health & Development 2016/1, 42, 25-35. [Viitattu: 2019-03-15.] Saatavissa: <https://onlinelibrary-wiley-com.ezproxy.savonia.fi/doi/full/10.1111/cch.12267>

YLE 2018. Aamu-tv. Mistä perheille rohkeutta lapsentekoon [video]? Yle Areena: Yleisradio Oy. [Viitattu 2019-03-15.] Saatavissa: <https://areena.yle.fi/1-50014300>

## LIITE 1: HAASTATTELUKYSYMYKSET

Koulutusaste?

Voimavarat

1. Oletko kokenut voimavarojen riittämättömyyttä, kuten väsymistä ja uupumista lapsiperhearjessa?
2. Millaiset asiat saavat kokemaan voimavarojen riittämättömyyttä?
3. Miten koet uupumuksen ja vauvavuosien kokemusten vaikuttaneen lapsitoiveisiin?

Yhteiskunnan tuki

1. Millaista tukea sait voimavarojen riittämättömyyteen, väsymiseen ja uupumiseen vai jäitkö ilman tukea?
2. Millainen prosessi tuen saaminen tai saamatta jääminen oli?
3. Saitko neuvolasta kaipaamasi tukea ja kuinka tarpeesi otettiin huomioon, tulitko kuulluksi?
4. Kuinka perheiden voimavaroja voitaisiin tukea paremmin ja mitä yhteiskunta voisi tehdä sen eteen?

VAU-seula

1. Millaiseksi koet Vanhemmuuden uupumisseulan (VAU-seula)?

## LIITE 2: TIEDOKSIANTO HAASTATTELUUN OSALLISTUVILLE

## Tiedoksianto

Tutkimus on Savonia ammattikorkeakoulun opinnäytetyö. Tutkimus käsittelee 0-2 vuotiaiden lasten vanhempien voimavaroja ja niiden vaikutusta syntyvyyteen. Tutkimuksen tarkoituksena on saada tietoa lapsiperheiden voimavaroista ja niiden tukemisesta ja miten se vaikuttaa Suomessa syntyvyyteen haastattelemalla. Tarkoituksena on myös saada tietoa, kuinka voitaisiin yhteiskunnassa tukea paremmin lapsiperheitä ja sitä kautta vaikuttaa positiivisesti syntyvyyteen. Tutkimuksen tavoitteena on saada tietoutta lapsiperheiden kanssa ja heidän asioitaan hoitavien kanssa työskenteleville, miten syntyvyyttä voitaisiin tukea tukemalla perheiden voimavaroja.

Tutkimusta tekee kättilöopiskelijat Mirka-Liisa Väänänen ja Sini Siimes ja tutkimusta ohjaa kättilön tutkinto-ohjelman vastaava kättilötyön lehtori ja seksuaaliterapeutti Päivi Hoffrén. Tutkimuksen tiilaja on Jyväskylän yliopisto, Voimavarojen ja kuormitustekijöiden Voiku-tutkimus. Voikututkimuksen vastuulliset tutkijat ovat professori Kaisa Aunola ja tutkimustohtori Matilda Sorkkila.

Haastattelu toteutetaan Savonian tiloissa haastattelemalla isät ja äidit erikseen. Haastattelut toteutetaan vapaaehtoisesti ja nimettömästi. Vapaaehtoisuus tarkoittaa, että tutkittavilla on oikeus kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen tai keskeyttää mukanaolonsa, milloin tahansa tutkimuksen aikana sekä tutkittavalla on oikeus kieltää jälkikäteen itseään koskevan materiaalin käyttö tutkimuksessa ja on oikeus tietää nämä oikeutensa.

Opinnäytetyö julkaistaan syksyllä 2019, jonka jälkeen tutkimustuloksista kirjoitetaan artikkeli, jossa edelleen nimettömyys säilyy.

Haastattelut äänitetään ja ne puretaan kirjoittamalla. Haastattelujen materiaali hävitetään asianmukaisesti.

Kättilöopiskelijat Savonia AMK

Mirka-Liisa Väänänen

Sini Siimes

Ohjaava opettaja

Kättilötyön lehtori Päivi Hoffrén



## LIITE 3. SISÄLLÖNANALYYSI TAULUKOT: ÄIDIT JA ISÄT

TAULUKKO 1. Äitien haastattelujen sisällönanalyysi

Alkuperäisilmaisu	Redusointi	Klusterointi	Abstrahointi
<i>Ehkä juuri se, jos on nukkunut muutaman yön huonosti niin saattaa tuntua siltä, että ei jaksa tehdä, vaikka kotitöitä, mutta se on mielestäni ihan normaalia.”</i>	Huonosti nukutut yöt vaikuttavat voimavarojen riittävyyteen.	Ajoittaista voimavarojen riittämättömyyttä.	Ajoittaista voimavarojen riittämättömyyttä lapsiperheessä.
<i>”No en. Ehkä jos on, että vaikka muutamaan yöhön ei saa nukuttua niin sitten tietenkin väsyttää, mutta se on ohimenevää.”</i>	Voimavaroja vie huonosti nukutut yöt, ohimenevää.	Ajoittaista voimavarojen riittämättömyyttä.	
<i>”No ajoittain. Sillä tavalla, että hetkittäin.”</i>	Ajoittain voimavarojen riittämättömyyttä.	Ajoittaista voimavarojen riittämättömyyttä.	
<i>”No ei, ei oikeastaan silleen. Meidän kohdallamme ehkä se, kun on niin epäsäännölliset työajat. Sitten lapsiin vaikuttaa sillä tavalla, että ne ehkä ikävöivätkin sitä toista vanhempaa, kun se ei ole samaan aikaan. Niillä saattaa esimerkiksi nukkumaanmeno viivästyä, kun he odottavat äitiä kotiin se on semmoinen isoin kuormittava asia, jos nyt pitää mainita, mutta en minä niin kun ei muuten.”</i>	Vuorotyö vaikuttaa voimavarojen riittävyyteen.	Hetkittäistä voimavarojen riittämättömyyttä.	
<i>”Tietysti jos on kun on, että itse tekee vuorotyötä, no puoliso ei onneksi tee vuorotyötä mikä mahdollistaa sen, että lapset voi olla ihan semmoisessa päivähoitopaikassa, ettei tarvitse olla missään vuorohoidossa.”</i>	Puoliso on päivätyössä, jolloin lasten ei tarvitse olla vuoropäivähoidossa.	Voimavarojen riittävyyttä tukee puolison päivätyö.	Voimavaroja tukevat tekijät lapsiperheessä.
<i>”Ehkä se tuo se oma työ, kun on niin vaihtelevaa niin pitää suunnitella omaa lepoaika, lapset on hoidossa silloin kun itse tarvitsee lepoa tai kun on yövuoroja tai muuta, että hetkittäin joskus on, mutta ei se ole jatkuvaa tai pysyvää.”</i>	Oma lepoaika tukee jaksamista.	Oma lepo vahvistaa voimavaroja.	
<i>”Oikeastaan siellä on ehkä siihen, että kun kysytään, että no miten on mennyt ja sitten kun siihen vastaa, että hyvin tai vähän on väsyttänyt tai, että nyt tulee hampaita, että on nukuttu vähän huonommin niin sitten kyllä ne korostavat sitä, että on myös se toinen vanhempi, että ei pitäisi pelkästään äidin ottaa, että on myös isä olemassa Myös antaa vastuuta myös isille, vaikka ne ovat niitä työssäkäyviä niin silti se on myös työtä mitä siellä kotona tehdään, että välillä isikin valvoo sitten yön. Että semmoista se on ollut, että ei ole muunlaista.”</i>	Neuvolassa korostettu kummankin vanhemman vastuuta ja sen vaikutusta voimavarojen riittävyyteen.	Vanhempien toimiva yhteistyö tukee voimavarojen riittävyyttä.	
<i>”Ja varmasti yhteiskunta panostaa siihen ihan rahallisestikin tukien. Kaikilla tuilla, ettei leikattaisi enää, vaan päinvastoin tuettaisiin perheiden jaksamista rahallisestikin.”</i>	Yhteiskunnan taloudellinen tuki tukee perheiden voimavarojen riittävyyttä.	Taloudellinen tuki tukee voimavarojen riittävyyttä.	

<i>"Onhan sitä välillä semmoista, mutta ei mitenkään, saattaa just joku päivä olla milloin olisi hirveästi kaikkea tehtävää ja sitten jos on vaikka semmoinen, että tyttö vaan roikkuu jalassa kiinni, niin silloin on vähän semmoinen, mutta välillä, ei aina, harvoin."</i>	Paljon tehtävää lasten hoidon lisäksi, voimavarat välillä eivät riitä.	Työn määrä kotona ja lapsen kanssa vaikuttaa voimavarojen riittävyyteen.	
<i>"Mutta sitten kun on lapsiarjessa kaikki lasten jutut ja kaikki vaikuttaa kaikkeen jaksamiseen."</i>	Lapsiarki vaikuttaa jaksamiseen.	Lapsiarki vaikuttaa voimavarojen riittävyyteen.	<b>Voimavaroja kuormittavat tekijät lapsiperhearjessa.</b>
<i>"Just, jos tuntuu, että on monta asiaa, jotka pitää hoitaa ja sitten ei ole sitä, että pitäisi auttaa, vaikka poikaa läksyissä ja tyttö huutaa siinä, sitten on ruoka hellalla ja pitäisi lämmittää taloa ja kaikki semmoiset, mutta onneksi nykyään osaa sillä tavalla, että tehdään ensin tämä ruoka, syödään ja sitten tehdään läksyt ja ei tule liian usein sellaista, mutta silleen, että on liian paljon kaikkia asioita niin silloin se tulee."</i>	Arjen hyvä suunnittelu vaikuttaa voimavarojen riittävyyteen.	Hoidettavien asioiden paljous vaikuttaa voimavarojen riittävyyteen.	
<i>"En."</i>	Ei ole ollut voimavarojen riittämättömyyttä.	Ei voimavarojen riittämättömyyttä.	<b>Voimavarat ovat riittävät lapsiperhearjessa.</b>
<i>"No tyttö on ollut niin helppo lapsi, että ei ole kyllä ollut mitään sellaisia vaikeita aikoja vielä ainakaan."</i>	Lapsi on ollut helppo, ei voimavarojen riittämättömyyttä.	Ei voimavarojen riittämättömyyttä.	
<i>"No ei näillä näkymin ainakaan tämä vauvavuosi, mutta synnytys kyllä. Ei tämä ole ollut yhtään vaikeaa."</i>	Synnytyskokemus vaikuttanut lapsitoiveisiin, mutta vauvavuosi ei ole vaikuttanut lapsitoiveisiin.	Synnytyskokemus vaikuttanut lapsitoiveisiin.	<b>Synnytyskokemus vaikuttanut lapsitoiveisiin.</b>
<i>"No ei, ja meilläkin saattaa joskus ehkä tullakin lisää vielä lapsia, että ei se ole vaikuttanut siihen, että olisin jotenkin kielteinen hankkimaan lisää lapsia."</i>	Vauvavuosien kokemukset eivät ole vaikuttaneet lapsitoiveisiin negatiivisesti. Mahdollisesti saattaa tulla lisää lapsia.	Ei ole vaikuttanut lapsitoiveisiin.	<b>Voimavarojen riittämättömyys ei ole vaikuttanut lapsitoiveisiin.</b>
<i>"Ei ole sillä tavalla vaikuttanut, aika hyvin aika kultaa muistot."</i>	Ei ole vaikuttanut lapsitoiveisiin.	Ei ole vaikuttanut lapsitoiveisiin.	
<i>"No en välttämättä ole tarvinnut sellaista tukea tai, että kun se on niin sellainen hetkittäinen, mutta yhteiskunta, mitä se nyt tässä käsittää?"</i>	Ei ole tarvinnut tukea voimavarojen riittämättömyyteen. Voimavarojen riittämättömyys hetkittäistä.	Ei ole tarvinnut tukea voimavarojen riittämättömyyteen.	<b>Voimavarojen riittävyyteen vaikuttava tuki riittävä.</b>

<p><i>"Niin, joo ei ole ollut silleen, että ennemmin se on ollut sitä, että on vaikka soittanut mummulle, että tuletko nyt, että nyt pitäisi saada tämä asia tehtyä, että tuletko katsomaan tyttöä nyt pariin tunniksi, vaikka tai joku semmoinen, että ei."</i></p>	<p>Saanut apua voimavarojen riittämättömyyteen mummolta.</p>	<p>Saanut tukea voimavarojen riittävyyteen läheisiltä.</p>	<p><b>Läheisiltä tai muualta saanut apua voimavarojen riittävyyteen.</b></p>
<p><i>"No oikeastaan en ole apua niinkään tarvinnut. Jos tarvitsisin, niin olisi omat vanhemmat ne kehen turvautuisin."</i></p>	<p>Läheisiltä saanut apua tarvittaessa.</p>	<p>Saanut apua voimavarojen riittävyyteen läheisiltä.</p>	
<p><i>"En ehkä ensimmäisenä menisi neuvolaan tai muualle, että sitten on lukenut niitä juttuja, että on lastensuojeluilmoitukset ja kaikki sellaiset tehty, että en heti ensimmäisenä sinne menisi."</i></p>	<p>Ei turvautuisi ensimmäisenä neuvolan apuun luottamuksen puutteen vuoksi.</p>	<p>Turvautuisi tarvittaessa muuhun apuun ennen neuvola.</p>	
<p><i>No meillä on molempien vanhemmat siis ja isovanhemmat ovat olleet ihan korvaamattomia. Molemmat asuvat tässä toiset Kuopiossa ja toiset Siilinjärvellä eli lähellä ja ovat molemmat hyvin ottautuneita ja haluavat olla mukana ja hoitaa ja ottaa lapsia hoitoon."</i></p>	<p>Läheiset asuvat lähellä ja voivat siten helposti auttaa tarvittaessa.</p>	<p>Saanut tukea läheisiltä voimavarojen riittävyyteen.</p>	
<p><i>"Sitten ystävät ja omat sisarukset kanssa, että tukiverkko on tosi hyvä."</i></p>	<p>Tukiverkosto auttaa tarvittaessa.</p>	<p>Saanut tukea läheisiltä voimavarojen riittävyyteen.</p>	
<p><i>"Kun päivätoimintaa on ollut hirveästi tarjolla, niin on me nyt käytykin ja ihan virkistää aina kun pääsee muiden äitien kanssa ja lasten kanssa."</i></p>	<p>Päivätoiminta tukee voimavarojen riittävyyttä.</p>	<p>Päivätoiminta tukee voimavarojen riittävyyttä.</p>	
<p><i>"Seurakunnallakin on perhekerho niin siellä me on käyty aina, että se on hyvä. Ja sitten ne ovat hyvät ne seurakunnan työntekijät myös, että sitten kyselevät vointia ja huomaa kanssa, jos on jotain huonoa. En oikein tiedä, kun en ole ollut sellaisessa tilanteessa, että olisin tarvinnut apua. Joo ja siellä seurakunnan ryhmässä on seurakunnan tati, joka voi olla lasten kanssa, vaikka sen aikaa, jos vanhemmat haluavat juoda kahvit. Se on varmasti yksinhuoltajillekin hyvä, jos kerran viikossa saa edes sen kahvikupin juoda."</i></p>	<p>Seurakunnan tuki tukee voimavarojen riittävyyttä.</p>	<p>Seurakunnan tuki tukee voimavarojen riittävyyttä.</p>	
<p><i>"No, mitähän siihen sanoisi. En oikein tiedä. Minusta Kuopiossa on hirveän hyvin kaikkia vauvaryhmiä ja semmoista päivätoimintaa, että varmasti pääsee mukaan vaan, jos haluaa lähteä. Ja seurakunnallakin on ilmaisia kaikki niin ei ole rahasta kiinni. Päivätoimintaa kyllä on hyvin."</i></p>	<p>Kuopiossa hyvät lapsiperhepalvelut.</p>	<p>Kuopiossa tuetaan hyvin lapsiperheitä.</p>	

<p><i>"No kyllä, meillä on sattunut tosi hyvät neuvolantädit molemmille, no nyt se vaihtui, mutta on aina eikä minulla ole ollut sellaista vaikeutta kysyä tai tuoda asioita ilmi ehkä juuri siksi kun on ollut helposti lähestyttävä ja itsekin kyselyt jaksamista ja tuonut sellaisia vaihtoehtoja jaksamiseen esille. Todella hyvä ollut meillä aina se ja semmoinen, jolle on ollut helppo puhua."</i></p>	<p>Neuvolasta saanut apua tarvittaessa. Asioita on ollut helppo tuoda ilmi, koska neuvolantäti on ollut helposti lähestyttävä.</p>	<p>Neuvolasta on ollut helppo saada apua.</p>	<p><b>Neuvola tukenut voimavarojen riittävyyttä.</b></p>
<p><i>"Ja sitten esimerkiksi lääkäriässä, missä on joutunut lapsia käyttämään ja ehkä omasta halustakin kiinni, että mulla ei ole ollut vaikeutta tuoda semmoisia omia riittämättömyyden tunteita esille, että kun vaan on uskaltanut avata suunsa niin kyllähän apua saa."</i></p>	<p>Kun on ollut helppo tuoda omia riittämättömyyden tunteita esille, on ollut helppo saada lääkäristä apua.</p>	<p>Lääkäristä saanut helposti apua.</p>	
<p><i>"Ja olen kokenut, että sitä on aina ollut tarjolla ja jopa neuvolan kautta tuotu sillä tavalla paljon tarjottu vaikei sitä ole pyydetty esimerkiksi jotain sellaista kotiapua."</i></p>	<p>Pyytämättäkin tarjottu apua neuvolasta.</p>	<p>Neuvolasta saanut apua ja tukea.</p>	
<p><i>"Silloin kun tyttö syntyi puolitoista vuotta sitten, niin sanoi, että Kuopiossa on tällainen kotiapu, oliko se nyt alle kympin vai kympin tunti, että jos tarvitsee sellaista niin ne voi tulla, vaikka lapsien kanssa olemaan, että saa tehtyä kotisivousta tai ihan mitä tahansa, että sitä on kyllä tarjottu pyytämättäkin. Mielestäni hyvin on toiminut."</i></p>	<p>Pyytämättäkin tarjottu apua neuvolasta vaikeassa elämäntilanteessa.</p>	<p>Neuvolasta saanut apua ja tukea vaikeassa elämäntilanteessa.</p>	
<p><i>"Kyllä, siis ihan todella. Varsinkin silloin tytön syntymän jälkeen, tai se oli muutenkin niin erilainen tapaus, kun oltiin vauvateholla kuukausi."</i></p>	<p>Saanut neuvolasta hyvin tukea.</p>	<p>Saanut neuvolasta tukea.</p>	
<p><i>"Siellä kun sai sitä vielä ja sitten kun oli neuvolakäyntejä niin minulle, kävin varmaan sen pari kertaa sen kuukauden aikana ihan itsekseen neuvolassa, koska sitten kun tyttö jäi kuukaudeksi teholle ja se neuvola oli lähellä niin se itse sanoi, että tule käymään niin jutellaan. Oli todella hyvää apua ja sitten semmoista, että sai vaan jutella ja vähän purkaa omia ajatuksia. Tarjottiin niin ettei itse olisi osannut pyytää."</i></p>	<p>Neuvolasta tuettiin keskusteluavulla haastavassa elämäntilanteessa vauvan ollessa teholla.</p>	<p>Neuvolasta tarjottiin apua voimavarojen riittävyyteen.</p>	
<p><i>"Minusta hyvin on ollut neuvolassa puhetta siitä, että aivan siellä kysellään, että mitenkä voit ja kyllä varmasti apua on saatavilla, jos semmoista tarvitsee. En oikein osaa muuta sanoa."</i></p>	<p>Neuvolassa otetaan huomioon voimavarojen riittävyys.</p>	<p>Neuvolassa huomioidaan voimavarojen riittävyys.</p>	
<p><i>"No ihan semmoinen aika helppo tai niin kun neuvolasta on tuotu esille vaihtoehtoja mitä voi olla tai sitten on annettu minulle suoraan esitteitä ja puhelinnumeroita."</i></p>	<p>Voimavaroihin saanut tukea helposti neuvolasta.</p>	<p>Neuvolasta saanut helposti tukea voimavaroihin.</p>	<p><b>Voimavarojen riittävyyteen saanut helposti tukea.</b></p>
<p><i>"Todella helpoksi ja vaivattomaksi tehty se ainakin meidän kohdallamme."</i></p>	<p>Tuen saaminen tehty helpoksi ja vaivattomaksi.</p>	<p>Tuen saaminen helppoa ja vaivatonta.</p>	
<p><i>"Se on ollut helppoa ja sitten itsekin on tullut kysytyä ja saatua hyviä vinkkejä ja neuvoja ja mistä pyytää apua lisää, jos tarvitsee."</i></p>	<p>Tuen saaminen ollut helppoa kysyttäessä.</p>	<p>Tuen saaminen ollut helppoa.</p>	

<p><i>"Ei oikeastaan, että on huomannut nyt tässä kun näiden lapsien välillä on tämä reilut kahdeksan vuotta, mutta silloin kun poika oli niin silloin ei puhuttu mitään synnytyksen jälkeisestä masennuksesta tai uupumuksesta ja kaikki oli hyvin hyökkääviä varsinkin, kun itse oli nuori ja semmoista epäilevää, että oletko sinä varmasti, mutta nyt kun tyttö on niin on tullut neuvolaan kaikki esimerkiksi kaavakkeet, just esimerkiksi masennuskyselyt ja kaikki tällaiset, että huomaa, että on mennyt jo avoimeksi tuo keskustelu. Hyvä juttu, että niin on."</i></p>	<p>Neuvolan tuki voimavarojen riittävyteen parantunut.</p>	<p>Neuvolan tuki voimavarojen riittävyteen parantunut.</p>	<p><b>Neuvola tukee aiempaa paremmin voimavaroja.</b></p>
<p><i>"Yksikin äiti sanoi, että on tuntenut syyllisyyttä siitä, että on käynyt sanomassa siellä ja sittenhän on niitä ääripäitä, että tehdään heti lastensuojeluilmoitukset ja sellaiset, mutta ehkä siitä on jäänyt sellainen, että ei voi koskaan luottaa mihinkään noihin. Mutta ehkä minä olen ääripää ihmisissä, kun en luota mihinkään terveydenhuollon henkilökuntaan enkä mihinkään niin sitten en ehkä menisi juuri sinne neuvolaan."</i></p>	<p>Toisten kokemukset vaikuttaneet luottamukseen terveydenhuoltoa kohtaan.</p>	<p>Luottamuksen puutetta terveydenhuoltoon.</p>	<p><b>Luottamussuhteen muodostamisen haaste terveydenhuollon kanssa.</b></p>
<p><i>"No, ehkä se on sitten juuri se, että kun on lukenut niitä juttuja just netistä ja meillä on Kuopion äidit whatsapp-ryhmä niin siellä on ollut paljon niitä, että jos on käynyt neuvolassa pyytämässä jonkinlaista apua, vaikka on sanonut, että on unettomuutta mikä ei välttämättä liity vauvaan vaan on saattanut olla unihäiriöitä jo ennen vauvaa niin sitten heti on oltu hirveän huolissaan vauvan voinnista."</i></p>	<p>Toisilta kuullut kokemukset avunhakemisesta neuvolasta herättäneet luottamuksen puutetta.</p>	<p>Luottamuksen puutetta terveydenhuoltoon.</p>	
<p><i>"Perheitä on erilaisia ja ihmisiä on erilaisia eikä sitten tuomita, koska se voi vetää vielä kauemmaksi siitä, ettei apua uskalla pyytää."</i></p>	<p>Avoin suhtautuminen erilaisiin perheisiin vaikuttaa uskallukseen pyytää apua.</p>	<p>Avoin suhtautuminen tukee asioiden esille tuomista.</p>	
<p><i>"No kyllä. Ainut mikä on huono niin neuvolassa vaihtuu aina, melkein joka kerralla on ollut eri tati siellä, että jos olisi sama niin voisi syntyä sellainen luottamussuhde siellä omaan neuvolatätiin, mutta jos se on joka kerta eri niin ei siinä kehtaa ruveta puhumaankaan mistään asioista, jos on ensi kerralla eri taas."</i></p>	<p>Neuvolan työntekijän vaihtuminen vaikeuttaa asioiden esille tuomista.</p>	<p>Neuvolan työntekijän pysyvyys helpottaa asioiden esille tuomista.</p>	
<p><i>"No varmaan ehkä semmoinen, että jos oikeasti tulisi semmoinen tilanne, että olisi niin uupunut, että ei kerta kaikkiaan jaksaisi, että se ei olisi sellainen asia mitä pitäisi tai mikä tuntuisi siltä, että sitä pitäisi hävetä, tai, että olisi huono vaan, että se olisi helpommin julki tuotava asia, että sen uskaltaisi sanoa, vaikka siellä neuvolassa tai jossain."</i></p>	<p>Yhteiskunnan avoimempi suhtautuminen rohkaisisi tuomaan esille voimavarojen riittämättömyyden.</p>	<p>Yhteiskunnan avoimuus.</p>	<p><b>Avoimen ja luottettavan ilmapiirin luominen yhteiskunnassa ja terveydenhuollossa.</b></p>
<p><i>"Kaikki ei ole niin avoimia, tai kaikki ihmiset ja perheet ei ehkä halua puhua niin avoimesti ja tuoda omia semmoisia puutteita tai missä tarvitsee apua, kun toiset."</i></p>	<p>Kaikki eivät tuo voimavarojen puutetta yhtä avoimesti esille.</p>	<p>Voimavarojen riittämättömyydestä kertomisen kynnyksen madaltaminen.</p>	
<p><i>"Ehkä tehdä siitä semmoista mahdollisimman helppoa, on mulla semmoisia kokemuksia esimerkiksi kavereilta, joilla ei</i></p>	<p>Työntekijän helposti lähestyttävyyden tukea voi-</p>		

<p><i>ole ollut niin mukavia neuvolan terkkaritädit, että siihen panostettaisiin, että siinä työssä pitäisi olla mahdollisimman hienovarainen ja semmoinen helposti lähestyttävä, mahdollisimman empaattinen ja ennakkoluuloton.”</i></p>	<p>mavarojen riittämättömyydestä kertomista neuvolassa.</p>	<p>Työntekijöiden helposti lähestyttävyyden tukeen asioiden esille tuomista.</p>	
<p><i>”Kyllä se varmaan jollain tasolla sitten näkyikin, jos on ihan poikki, mutta jotenkin se on varmaan semmoinen, että sitä ei uskalla niin helposti sanoa tai sekin, että monet varmasti ajattelevat, että tämä on varmasti tätä, että tämä on normaalia ja sitten vaan väsyä ja väsyä enemmän.”</i></p>	<p>Ei tiedetä millainen, uupumus tai väsymys on normaalia- ei osata hakea apua ajoissa.</p>	<p>Tietoisuuden lisääminen väsymyksestä ja uupumisesta.</p>	
<p><i>”En oikein osaa sanoa. Ehkä monella on se pelko, että jos käy sanomassa väsymyksestä niin heti paukkuu lastensuojeluilmoitukset. Olisiko jotain semmoista kynnyksen alentamista. ”</i></p>	<p>Voimavarojen riittämättömyydestä kertomisen kynnyksen madaltaminen rohkaisisi kertomaan väsymyksestä.</p>	<p>Voimavarojen riittämättömyydestä kertomisen kynnystä pitäisi madaltaa.</p>	
<p><i>”Mutta itse ajattelin ainakin, kun olin vielä raskaana, että mitä sitten päivät tehdään vauvan kanssa ja, että syrjäytykö sitä ihan totaalisesti, kun ei kavereilla vielä ole lapsia.”</i></p>	<p>Raskaana ollessa huoli syrjäytymisestä vauvan synnyttyä.</p>	<p>Huoli syrjäytymisestä.</p>	<p>Raskaudenaikainen huoli syrjäytymisestä.</p>
<p><i>” Vaikka Suomessa hyvin on verrattuna muihin maihin, mutta Suomessakin on ollut vaikka näitä lapsen surmatapahtumia niin kyllähän se jostain sieltä väsymyksestä ja uupuksesta lähtee.”</i></p>	<p>Väsymys ja uupumus voivat ajaa äärimmäisiin tekoihin, kuten perhesurmiin.</p>	<p>Väsymys ja uupumus voivat ajaa äärimmäisiin tekoihin.</p>	<p>Huoli voimavarojen riittämättömyyden vaikutuksista.</p>

TAULUKKO 2. Isien haastattelujen sisällönanalyysi

Alkuperäisilmaisu	Redusointi	Klusterointi	Abstrahointi
<i>"Harvoin, puolison kanssa tehdään yhdessä asioita, silloin jaksaa paljon paremmin. Tietysti aina silloin tällöin on väsynyt, mutta hyvin on jaksettu."</i>	Harvoin voimavarojen puutetta, puolison kanssa tekeminen auttaa.	Ajoittain voimavarojen puutetta.	Ajoittaista voimavarojen riittämättömyyttä lapsiperhearjessa.
<i>"No tottakai joskus välillä, kun töissä käypi."</i>	Ajoittain voimavarojen riittämättömyyttä.	Ajoittain voimavarojen riittämättömyyttä.	
<i>"Kyllä olen. Varsinkin silloin, kun nuorempi lapsi syntyi, se ajankohta oli yllättävä, kun hän tuli etuajassa. Siinä sitten kun yksin huolehti vanhemmasta lapsesta ja sitten kun käytiin katsomassa pikusiskoa ja muuta niin silloin oli vähän semmoinen, että tuossa kuvattiin automaattirobottimoodi niin silloin oli semmoinen. Silloin meni 4 viikkoa aika hujauksessa, silloin oli semmosta, että nyt on vähän raskasta."</i>	Kokenut voimavarojen riittämättömyyttä kuormittavassa elämäntilanteessa.	Voimavarojen riittämättömyyttä.	
<i>"Varmaan työ, työ kuormittaa. Kotiasiat, omakotiloasuminen jonkin verran kuormittaa ja tietysti elämäntilanteessa tulee muutoksia. Siinä pääasiat."</i>	Työ, kotiasiat ja elämäntilanteen muutokset kuormittavat voimavaroja.	Kuormittavat tekijät aiheuttavat voimavarojen riittämättömyyttä.	Voimavaroja kuormittavat tekijät lapsiperhearjessa.
<i>"Väsymys, huono nukkuminen, liika kiire arjessa, ei sen suurempia."</i>	Unenpuute ja kiire aiheuttaa voimavarojen riittämättömyyttä.	Kuormittavat tekijät aiheuttavat voimavarojen riittämättömyyttä.	
<i>"Eipä oikeastaan juurikaan. Tietenkin uni, jokainen tarvitsee unta, mutta jos sitä ei saa niin sittenhän sitä ollaan."</i>	Unenpuute aiheuttaa voimavarojen riittämättömyyttä.	Väsymys aiheuttaa voimavarojen riittämättömyyttä.	
<i>"Silloin kun on semmoinen tilanne, että pitäisi levätä niin puolison tuki, isovanhempien tuki, siinä ne lähimmät. Ja sitten tehdä asioita, jos ei jaksaa kotona tehdä kotitöitä niin lapset mukaan ja puistoon ja sekin auttaa."</i>	Puolison ja isovanhempien tuki auttaa jaksaamaan.	Saanut tukea läheisiltä voimavarojen riittävyteen.	Voimavaroja tukevat tekijät.
<i>"No en, sukulaishan ne hoitaa sitten, jos on tarve. En tiedä sitten millaista kunnilla on tarjota, ei oo siihen kokemusta."</i>	Sukulaiset auttavat.	Saanut tukea läheisiltä voimavarojen riittävyteen.	
<i>"Niin, vähän vaikea vastata, kun ei ole tullut semmoista tarvetta. Toki nyt perhepäivähoito on tavaltaan semmonen tuki. Mutta muuten en osaa vastata."</i>	Perhepäivähoitosta saanut tukea.	Perhepäivähoito tukee voimavarojen riittävyttä.	
<i>"Varmaan semmoista perheille yhteistä tekemistä, että se ei olisi pelkkää arkea. Tuonne syrjäkylällekin, onhan siellä se vauvakerho ja tämmöiset, mutta voisihan sinne jotain muutakin virikettä. Jos on vain aikaa perheillä käydä niin se voisi piristää mukavasti."</i>	Syrjäseudulla lapsiperheiden palvelut ovat rajalliset.	Syrjäseudulle pitäisi saada enemmän lapsiperhepalveluita voimavarojen lisäämiseksi.	

<p><i>"Yksi mikä, ehkä auttaisi sitä jaksamista, niin maksuton päivähoito ilman rajoitteita, esim. jos on 2 lasta ja vanhempi on kotona, niin toisen hoitoaika on rajoitettu, se on yksi semmoinen asia mikä vaikuttaa jaksamiseen. Varmaan on olemassa tuettuja perhelomia, semmoinen systeemi varmasti auttaa ja semmonen niinkun, huono on perheiden pyytää aikuisten kahdenkeskistä aikaa, mutta sitäkin tarvii, ehkä se ei kuulu yhteiskunnan hommiin. Hankala kysymys."</i></p>	<p>Maksuton päivähoito tukisi voimavarojen riittävyyttä.</p> <p>Perheille ja vanhemmille viriketoimintaa.</p>	<p>Subjekttiivinen päivähoito-oikeus tukisi voimavarojen riittävyyttä.</p> <p>Perheiden ja vanhempien viriketoiminta tukisi voimavarojen riittävyyttä.</p>	
<p><i>"Oisko se sitten jollain tapaa sitä rahallista apua ja voisiko sitä rahallista tukea käyttää tai siirtää siihen virkistystoimintaan. Eihän ne niinkun, jos haluaa olla lapsen kanssa kotona pidempään, vaikka äiti jää hoitovapaalle niin eihän se tuki ole kummoinen."</i></p>	<p>Taloudellinen tuki tuo voimavaroja lapsiperheeseen.</p>	<p>Taloudellinen tuki lisää voimavaroja lapsiperheessä.</p>	
<p><i>"Sitten tottakai, apua vaikka kodinhoitoon apua, mitä on tietääkseni saatavilla ja mikä antaa sitä aikaa ja vapauttaa perheelle aikaa."</i></p>	<p>Apu kodinhoitoon tukisi voimavaroja lapsiperheessä.</p>	<p>Apu kodinhoitoon toisi lisää voimavaroja lapsiperheeseen.</p>	
<p><i>"Sitä edelleenkin painotan, että tuonne vähän niin kuin syrjempään asutuskeskukseen sitä apua voisi enemmänkin keskittää. Sieltä on ne kulkuyhteydet tänne isompaan kaupunkiin aina vaikeammat. Se auttaisi rahallisesti, ei menisi rahaa siihen kulkemiseen, palvelut olisivat lähellä, että ei vietäisi niitä palveluita pois sitten."</i></p>	<p>Lapsiperhepalveluiden lisääminen syrjäseudulle toisi lisää voimavaroja.</p>	<p>Voimavaroja lisäisi lapsiperhepalveluiden saaminen syrjäseudulle.</p>	
<p><i>"Ei minun mielestäni ole vaikuttanut."</i></p>	<p>Voimavarojen riittämättömyys ei ole vaikuttanut lapsitoiveisiin.</p>	<p>Ei ole vaikuttanut lapsitoiveisiin.</p>	<p><b>Voimavarojen riittämättömyys ei ole vaikuttanut lapsitoiveisiin.</b></p>
<p><i>"Niin, ei todellakaan."</i></p>	<p>Voimavarojen riittämättömyys ei ole vaikuttanut lapsitoiveisiin.</p>	<p>Ei ole vaikuttanut lapsitoiveisiin.</p>	
<p><i>"Vastaisin, että ei. Koska se on ohimenevä ja helpottaa. Mutta vastaan tähän, ehkä koska ihan heti ei tekisi mieli."</i></p>	<p>Ehkä vaikuttanut lapsitoiveisiin hetkellisesti.</p>	<p>Vaikuttanut lapsitoiveisiin hetkellisesti.</p>	<p><b>Voimavarojen riittämättömyys vaikuttanut hetkellisesti lapsitoiveisiin.</b></p>



<i>"No sitä ei oikein ole tarvinnut sitä tukea, kun ei ole hakenut."</i>	Ei tuen tarvetta.	Voimavarat olleet riittävät.	<b>Voimavarat ovat riittävät lapsiperhearjessa.</b>
<i>"Kun mä en oikein tiedä miten ne tukee esim. just uupumusta, kun ei ole mitään kokemusta, niin ei tiä. Kun en tiedä miten ne tällä hetkellä tukee niin en voi tietää miten ne vois paremminkaan sitten tukea."</i>	Ei omaa kokemusta voimavarojen tukemisesta neuvolassa.	Voimavarat olleet riittävät.	
<i>"No, perusneuvola käynnillä on käyty läpi asioita, muuten ei ole tarvinnut käydä neuvolassa. Hyvin on ottauduttu kaikkiin asioihin."</i>	Neuvolassa ottauduttu asioihin hyvin.	Neuvolassa tuettu voimavarojen riittävyttä.	<b>Neuvola tukenut voimavarojen riittävyttä.</b>
<i>"Tietysti neuvolassa neuvotaan lapsen kehittymiseen ja tämmöiseen vaikuttavia asioita. Meillä on toiminut neuvola hyvin."</i>	Neuvolassa tuettu hyvin.	Neuvolassa tuettu voimavarojen riittävyttä.	
<i>"Neuvolahan, se on hyvä systeemi. Tykkään siitä, että siellä käydään asioita läpi ja opastetaan ja voi kysyä, semmoinen niinkun hyvä systeemi."</i>	Positiivinen kokemus neuvolan toiminnasta.	Neuvolassa tuen saamisesta positiivinen kokemus.	
<i>"No, en ainakaan muista. Kyllä ne aina kysyvät minäkälaiset voimavarat on tällä hetkellä ja mitenkä on menny, mutta en tiä onko ne tarjonnu sieltä mitään sitten, mutta eipä tässä oo akuuttia tarvetta ollutkaan. Varmaan sitten, jos lähtisi kyselemään niin sitten löytyisi jotakin."</i>	Neuvolassa huomioitu voimavarojen riittävyys.	Perheiden voimavarojen riittävyys huomioitu neuvolassa.	
<i>"Kyllä. Kyllä ne ottavat hirveen hyvin huomioon ainakin meillä. En tiä, ihmisissä sitten on varmaan erilaisia, mutta meillä ainakin on neuvolatäti, että se on ottanut hyvin huomioon."</i>	Neuvolassa otettu voimavarojen riittävyys hyvin huomioon.	Neuvolassa huomioitu voimavarojen riittävyys.	
<i>"On ottauduttu asioihin, jostain asioista on ehkä saatettu soittaa, niin minusta sieltä on aika hyvät neuvot tulleet ja hyvin semmoinen maanläheinen ottautuminen asioihin."</i>	Neuvolassa ottauduttu hyvin asioihin.	Neuvolassa ottauduttu hyvin.	
<i>"Olen tullut kuulluksi ja itseltä kuulumisia kysytään."</i>	On tullut neuvolassa kuulluksi.	Neuvolassa tulee kuulluksi.	
<i>"Varmasti, jos olis semmonen tarve niin varmasti saisi, mutta ehkä semmoseen, väittäisin, että ihan semmoseen normaaliin arkeen voi olla vähän hankala saada. Ehkä asiat pitäisi olla jotenkin huonommin, että yhteiskunta näkee, että nyt pitäis niinku, ei oo oikein semmosta tahoaa, kukaan ei niin kuin tarkkaile sitä perheen arkea. Jos itse hakee niin varmasti saa apua, mutta mikä on se kynnyks, että milloin sitä hakea, se on jokaisen oma vastuu."</i>	Jos ei itse hae tukea, niin sitä ei välttämättä tarjota tarpeeksi ajoissa. Avuntarpeen hakemisen kynnyksen madaltaminen.	Varhaisessa vaiheessa voimavarojen riittämättömyyden tukeminen.	<b>Voimavarojen riittämättömyyden varhainen tukeminen.</b>
<i>"Itse en ole hakenut, oletan, että se on helppoa."</i>	Oletus, että tuen saaminen helppoa.	Tuen saamisesta voimavaroihin helppo kuva.	<b>Kuva siitä, että voimavaroihin on helppo saada tukea.</b>

