



# Äidin raskausajan ahdistuneisuuden yhteys lapsen psykososiaaliseen kehitykseen -Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Fadumo Abdirahman Ibrahim & Aisha Mohamed

Laurea-ammattikorkeakoulu

# Äidin raskausajan ahdistuneisuuden yhteys lapsen psykososiaali- seen kehitykseen- Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Fadumo Abdirahman Ibrahim & Aisha Mohamed

Terveystieteiden AMK

Opinnäytetyö

Syyskuu, 2022

Fadumo Abdirahman Ibrahim & Aisha Mohamed

**Äidin raskausajan ahdistuneisuuden yhteys lapsen psykososiaaliseen kehitykseen -Kuvaileva kirjallisuuskatsaus**

Vuosi

2022

Sivumäärä

38

---

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kerätä tutkittua tietoa aikaisemmin tehdyistä tutkimuksista sekä selvittää äidin ahdistuneisuuden esiintymistä raskaudenaikana ja sen yhteyttä lapsen psykososiaaliseen kehitykseen. Opinnäytetyössä keskitytään alle kouluikäisiin eli noin 0-6vuotiaisiin lapsiin. Tavoitteena oli lisätä omaa ammattitaitoa aiheesta, jotta tulevina terveydenhoitajina neuvolassa työskennellessä osattaisiin opastaa odottavia äitejä. Tätä aihetta voidaan hyödyntää monella tapaa neuvolatyön arjessa.

Teoreettisessa viitekehyksessä selitetään raskauteen liittyviä fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia muutoksia. Raskaus aiheuttaa ristiriitaisia tuntemuksia, kuten pelkoa, jännittämistä ja mielialan laskua, jonka oireina voi esiintyä esimerkiksi pahoinvointia, väsymystä, unen tarpeen lisääntymistä ja turvotusta.

Opinnäytetyö tehtiin kuvailevalla kirjallisuuskatsauksen menetelmällä. Tiedonhaussa tutkimusartikkeleita etsittiin viidestä eri tietokannasta: Medic, Finna, Cinahl, Pubmed ja Google scholar. Analysoitavaksi valikoitui kuusi artikkelia. Opinnäytetyössä käytettiin kotimaisia ja kansainvälisiä tutkimusartikkeleita. Tutkimusten tuloksia analysoitiin induktiivisella sisälönanalyysillä.

Tuloksista muodostui viisi alaluokkaa. Tuloksista nousi esille, että äidin raskaudenaikainen ahdistuneisuus on yhteydessä lapsen haastavaan temperamenttiin, pelkoärsykkeeseen reagointiin, mielenterveysongelmiin, tunne- ja itsesäätelyn pulmiin sekä itku- ja syömisiongelmiin.

Asiasanat: Raskausaika, ahdistuneisuus, masennus, stressi, psykososiaalinen

Fadumo Abdirahman Ibrahim & Aisha Mohamed

**The effects of maternal prenatal anxiety to the child's psychosocial development - a descriptive literature review**

Year

2022

Pages

38

---

The purpose of this thesis was to collect researched evidence-based information from previous studies and to find out the connection between the mother's anxiety during pregnancy and the child's psychosocial development. This thesis focused on children who were under 6 years of age.

The aim was to increase one's own professional skills so that when working as future public health nurses the students would have the ability to guide the expecting mothers in maternity clinics.

The theoretical framework discussed the social, physical and mental changes that are associated with pregnancy. Pregnancy may cause fear, tension and low mood, whose symptoms may include as for example nausea, fatigue, swelling and increased need for sleep.

This thesis was done using descriptive literature review method. Information retrieval was done from five different databases: Medic, Finna, Cinahl, Pubmed and Google scholar. Six articles were selected for the analysis. Domestic and international sources were used in this thesis. The results of the study were analyzed using inductive content analysis.

This thesis investigated the relationship between maternal anxiety and the child's psychosocial development. The results formed five subcategories. The results also showed that maternal anxiety during pregnancy is associated with a child's challenging temperament, reaction to fear stimulus, mental health problems, emotional and self-regulation problems, crying and eating problems.

Keywords: Pregnancy, anxiety, depression, stress, psychosocial

## Sisällys

1	Johdanto .....	6
2	Raskausaika .....	7
3	Mielenterveyshäiriöt raskaudenaikana .....	8
3.1	Ahdistuneisuus .....	8
3.2	Masennus .....	9
3.3	Stressi .....	10
4	Lapsen psykososiaalinen kehitys .....	11
4.1	Itsesäätelytaitojen kehittyminen .....	12
4.2	Tunnesäätelytaitojen kehittyminen .....	12
5	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymys .....	13
6	Opinnäytetyön menetelmät .....	13
6.1	Kuvaileva kirjallisuuskatsaus .....	13
6.2	Tiedonhakuprosessi .....	14
6.3	Aineiston valinta .....	16
6.4	Aineiston analyysi .....	20
7	Tulokset .....	23
7.1	Tunne- ja itsesäätelyn pulmat .....	23
7.2	Reagointi pelkoärsykkeeseen .....	23
7.3	Itku- ja syömisongelmat .....	24
7.4	Lapsen mielenterveysongelmat .....	24
7.5	Haastava temperamentti .....	24
8	Johtopäätökset ja pohdinta .....	25
8.1	Luotettavuus .....	26
8.2	Eettisyys .....	27
9	Jatkokehittämissuhteet .....	27
	Taulukot .....	31
	Liitteet .....	32

## 1 Johdanto

Raskauteen kuuluu monia fyysisiä, sosiaalisia ja psyykkisiä muutoksia. Tehtävänä on valmistaa vanhempia vanhemmuuteen ja varmistaa odottavan äidin terveys synnytyksessä. Raskauden fyysiset tuntemukset ovat normaalia ja eivät ole uhka äidin hyvinvoinnille. Raskaus aiheuttaa ristiriitaisia tunteita, kuten jännittämistä, pelkoa ja mielialan laskua. Oireina voi esiintyä esimerkiksi väsymystä, pahoinvointia, turvotusta ja unen tarpeen lisääntymistä. (Terveyskirjasto 2020; 2021.)

Odottava äiti voi kokea masennusta, ahdistuneisuutta ja stressiä. Masennus voi vaikuttaa synnyvän lapsen sekä äidin mielenterveyteen. Masennus lisää äidin kortisolintuotantoa, jolloin siikin kortisolitaso alkaa nousemaan. Kortisolipitoisuuden nousu voi vahingoittaa hermoyhteyksien muodostumista ja vähentää hermoston välittäjäaineiden aktiivisuutta sekä keskushermoston plastisuutta. Lisäksi masennus saattaa vaikuttaa äidin epätarkkaan käyttäytymiseen, kuten tupakoimiseen, unettomuuteen ja ruokahaluttomuuteen. (Soininen 2017.)

Raskaudenaikana koettu synnytyspelko voi aiheuttaa esimerkiksi ahdistuneisuutta, jolloin se vaikuttaa työ- ja perhe-elämään sekä estää äidin normaalia valmistautumista synnytykseen. Odottavat äidit pelkäävät lapsen, tai- omaa kuolemaa, vaurioitumista ja kipua synnytyksessä. Myös synnytyspelkoa lisäävät aikaisempi synnytyksenkokemus, kuten avustettu alatiesynnytys, runsas verenvuoto, huonokuntoisen lapsen syntyminen tai traumaattinen synnytys. (Rouhe & Saisto 2013; Hakulinen-Viitanen & Klemetti 2013.)

Jotkut odottavat äidit voivat kokea stressiä raskaana. Stressiä aiheuttavia asioita voivat olla elämässä tapahtuvat muutokset, kuten muutokset työelämässä, ihmissuhteissa, huoli omasta ulkonäöstä ja sosiaaliturvan saamisesta, muut taloudelliset ongelmat sekä huoli omasta terveydestä. (Halme, 2015.)

Opinnäytetyön aihe on äidin raskausajan ahdistuneisuuden yhteys lapsen psykososiaaliseen kehitykseen. Opinnäytetyö tehdään kuvailevan kirjallisuuskatsauksen menetelmällä. Tarkoituksena on kerätä tutkittua tietoa aikaisemmin tehdyistä tutkimuksista sekä selvittää äidin ahdistuneisuuden esiintymistä raskaudenaikana ja sen yhteyttä lapsen psykososiaaliseen kehitykseen. Opinnäytetyössä keskitytään alle kouluikäisiin eli noin 0-6 vuotiaisiin lapsiin. Tavoitteena on lisätä omaa ammattitaitoa aiheesta, jotta tulevana terveydenhoitajina neuvolassa työskennellessä osattaisiin opastaa odottavia äitejä. Tätä aihetta voidaan hyödyntää monella tapaa neuvolatyön arjessa. Opinnäytetyö sopii hyvin tiedonlähteeksi odottavalle äidille tai osaamisen kehittämiseen työelämään.

Aineistonvalinnan prosessi toteutetaan systemaattisen kirjallisuuskatsauksen tavoin, eri tietokannoista, valituista lehdistä, jonka haut ohjaavat tutkimuskysymykseen. (Kangasniemi 2013.)

## 2 Raskausaika

Raskauteen kuuluu monia fyysisiä ja psyykkisiä muutoksia ja näiden tarkoituksena olisi turvata sikiön kehitystä sekä kasvua ja tukea äidin kehoa kestäämään raskaudesta aiheutuvaa raskautta. Raskauden tehtävä on valmistaa vanhemmuuteen ja varmistaa äidin terveys synnytyksessä. Useat raskauteen kuuluvat fyysiset tuntemukset ovat monesti normaalia ja eivät ole uhka äidin hyvinvoinnille. Näiden tuntemuksien ja oireiden tunnistaminen auttaa käsittämään, että kyseessä on naisen elimistön normaali tila ja ei sairautta. Kuitenkin raskaus ei suojaa varsinaisesti psyykkiseltä oireilulta, vaan ne voivat hyvinkin uusiutua, jatkua tai alkaa raskauden aikana. (Terveyskirjasto 2020.)

Raskauden kolme psykologista vaihetta ovat Sulautuminen: Fuusio, Eriytyminen: Differentiaatio ja Eroaminen: Separaatio.

Raskauden ensimmäinen vaihe eli sulautumisen vaiheelle olennaista on se, että äiti kokee varalonsa muuttumisen sekä raskauteen kuuluvat ajatukset tulevat esiin. Ajatukset tulevasta lapsesta ja identiteetti muutoksesta esimerkiksi äitiyteen liittyen tulevat raskauden varmistuttua mieleen. Raskauden kuluessa myös usko raskauden jatkumiseen lisääntyy, jolloin tunneta-son sitoutumisen tulevaan lapseen on todennäköistä keskittyä. Sulautumisvaiheeseen liittyy useasti pelko kohtuvauvan kuolemasta. Tässä vaiheessa äiti alkaa myös kiinnittämään huomiota raskautensa itseen sekä tulevaan lapseen. Elintapojen muutokset tulevat tässä vaiheessa usein ajankohtaisiksi, jolloin äiti alkaa seuraamaan tarkemmin ruokavaliotaan sekä lopettamaan mahdollisesti tupakoinnin ja muun päihteiden käytön. Lisäksi selvittää itselleen käytössä olevien lääkkeiden ja niiden mahdollisia vaikutuksia tulevaan lapseen. (Lindroos ym. 2015.)

Eriytymisvaihe alkaa siitä, kun vauvan liikkeet käynnistyvät ja äiti alkaa tekemään mielessä eroa itsensä sekä tulevan lapsen kohdalla. Tässä vaiheessa muistikuva ja pohdinta omaa äiti-suhdetta kohtaan tulevat esiin ja mielikuvitus vauvasta alkaa rakentua. Raskauden keskivaiheessa vauvan rytmiä ja liikettä voi seurata. Todellisuus vauvasta ja raskaana olemisen sekä vauva käsite alkavat eriytyä toisistaan, jolloin tulevaan lapseen on helpompaa kiintyä. (Sarkkinen 2012.)

Raskauden viimeisessä vaiheessa eli eroaminen alkaa silloin, kun äiti voi miettiä vauvan selviytyvän hengissä syntymän jälkeen. Vauva tulee konkreettisemmaksi ja todellisemmaksi, jolloin äidin huomio siirtyy pois mielikuva- ja fantasiavauvasta. Useasti raskaana oleva voi tässä

vaiheessa kysyä itseltään erilaisia kysymyksiä liittyen synnytykseen ja äitinä olemiseen. Huoli synnytyksestä, synnytyksen käynnistymisestä sekä vauvan terveys voivat olla mielen päällä. (Sarkkinen 2012.)

Varhaisia raskausoireita ovat kohdun kasvun sekä verekkyyden lisääntyminen ja niiden aiheuttamat muutokset pahoinvoinnin lisäksi. Kohdun paino kasvaa raskauden kuluessa n. 100 gram-masta yli kiloon. Alussa kohdun seinämä on paksua sikiöpussiin verrattuna ja myöhemmässä vaiheessa raskauden edetessä sekä sikiön kasvaessa enemmän seinämä alkaa venyä, jolloin se on n. puoli senttimetriä paksu. Viimeisen raskauskolmanneksen aikana tai raskauden melko loppupuolella n. 32 raskausviikon jälkeen sikiö voidaan tunnustaa kohdun seinämän sekä äidin vatsanpeitteiden kautta ja seurata sikiön asentoa sekä sen kasvamista neuvolakäynneillä (Terveyskirjasto 2020.)

Lähes jokainen odottava äiti tuntee joskus pahoinvointia, joka on yleensä voimakkaimmin ensimmäisen raskauskolmanneksen aikana ja se on normaalia. Sikiö alkaa myös liikkua ensimmäisen raskauskolmanneksen aikana, mutta äiti alkaa tuntemaan sikiön liikkeet vasta noin viikoilla 18-20. Alkuraskauden aikana esiintyy yleensä väsymystä ja unentarve kasvaa. Väsymys laskee raskauden toisella kolmanneksella, jolloin monet myös alkavat tuntemaan itsensä energisiksi ja hyvävointisiksi. Loppuraskauden aikana voi esiintyä virtsaamisen tarvetta, kun kohtu painaa virtsarakkoa ja aiheuttaa virtsankarkailua. Myös turvotuksia voi tulla ja ne voivat tehdä olon raskaaksi (Tapanainen ym. 2019, 354.)

### 3 Mielenterveyshäiriöt raskaudenaikana

#### 3.1 Ahdistuneisuus

Ahdistuneisuus liittyy lähes kaikkiin mielen sairauksiin. Kun ahdistuneisuuteen ei kuulu esimerkiksi psykoottisia oireita tai vakava masennusentila, niin kyseessä saattaa olla silloin yleistynyt ahdistuneisuudenhäiriö tai jokin muu ahdistuneisuudenhäiriö. Yleistyneellä ahdistuneisuushäiriöllä viitataan ahdistuksen tunteella, joka ei liity ainoastaan tietynlaiseen tilanteeseen. Yleistyneessä ahdistuneisuudenhäiriöstä puhutaan silloin, kun ahdistuneisuus on jatkuva, voimakas ja alkaa haittaa arkea. (Huttunen 2018.)

Käypähoito-suosituksen (2019) mukaan ahdistus ja ahdistuneisuus ovat pelon tunteita, jotka johtuvat sisältä tai ulkoa uhkaavan, huonosti tiedostetun vaaran ennakoimisesta. Oireina ovat pelokkuus, levottomuus, unihäiriöt, keskittymiskyvyn puute, sydämentykytys, pahoinvointi, tihentynyt virtsaamisentarve, vapina ja ilman loppumisen tunne. Ahdistuneisuus voi esiintyä myös väsymyksenä, kovana pahoinvointina tai esimerkiksi supisteluherkkyytenä.



Ahdistuneisuudenoireita vanhemmilla ei ole tutkittu yhtä paljon kuin esimerkiksi masennuksen aiheuttamia oireita. Arvion mukaan kuitenkin joka viides äideistä sairastuu ahdistuneisuushäiriöön. Ahdistuneisuuden aiheuttamat oireet voivat olla fyysisiä tai psykologisia. Esimerkiksi psykologiset oireet voivat näkyä jatkuvana huolena, tyhjän tunteena, tilanteiden välttelynä sekä käyttäytymishäiriöinä. (Pietikäinen ym. 2020.)

Synnytyksen pelko aiheuttaa myös ahdistusta raskauden aikana. Sillä on vaikutusta työ- ja perhe-elämään ja se voi estää normaalin valmistautumisen synnytykseen. Synnytyspelosta kärsineillä on todettu vaikeuksia vanhemmuudessa ja varhaisen vuorovaikutussuhteen muodostumisessa ja lisääntynyt riski lapsivuodemasennukseen. Lisäksi ahdistuneisuus voi vaikuttaa raskauden kestoon. (Klemetti ym. 2013.)

Synnytyksen pelkoa voi olla kipu ja huoli siitä, että jotakin menee väärin. Jotkut pelkäävät lapsen, -tai omaa kuolemaa sekä vaurioitumista synnytyksessä. Kun taas toiset ovat huolissaan synnytyksessä altistavansa omilla toimillaan itsensä sekä lapsensa vaaralle. Myös synnytyksen pelkoa lisäävät huono aikaisempi synnytyksenkokemus. Aikaisemmat synnytyksen ongelmat, kuten avustettu alatiesynnytys, runsas verenvuoto, huonokuntoisen lapsen syntyminen sekä traumaattinen synnytys voivat aiheuttaa seuraavassa synnytyksessä huolta raskauden aikana (Rouhe & Saisto 2013; Hakulinen-Viitanen & Klemetti 2013.)

### 3.2 Masennus

Masennus ilmenee noin 10-18 prosentilla raskaana olevista naisista. Odottavan äidin masennus vaikuttaa moneen eri tavoin syntyvän lapsen tulevaan terveyteen etenkin mielenterveyteen. Äidin mielenterveys välittyy lapsen mielenterveyteen jo raskauden aikana. Äidin raskausaika on aikaa myös valmistautua uusiin sosiaalisiin ja psyykkisiin rooleihin sekä synnytykseen ja uudenlaiseen fyysiseen rasitukseen lapsen synnytyksen jälkeen, joten äidin psyykkiset voimavarat ovat tärkeitä. (Ämmälä 2015; Soininen 2017.)

Äiti on herkkä raskauden aikana ja raskauden jälkeen. Herkkyys voi altistaa äidillä masennukselle, joka on haitallinen äidille sekä syntyvälle lapselle. Sikiön kortisolitaso alkaa nousemaan, kun masennus lisää kortisolin tuotantoa. (Soininen 2017.) Masennus aktivoi hypotalamus- aivolisäke- lisämunuaisakselin (HPA) toimintaa ja suurentaa elimistön kortisolipitoisuuksia. Kortisolipitoisuuden nousu voi vahingoittaa hermoyhteyksien muodostumista ja vähentää hermoston välittäjäaineiden aktiivisuutta ja keskushermoston plastisuutta sekä vaikuttaa lapsen stressinsietokykyyn myöhemmin. (Korhonen ym. 2017.)

Masennus saattaa vaikuttaa äidin epätarkkaan käyttäytymiseen esimerkiksi tupakoimiseen, päihteiden käyttöön, unettomuuteen sekä ruokahaluttomuuteen. Myös äidin masennus johtaa näköalattomuuteen ja toivottomuuden tunteeseen tulevaisuudessa. Raskauden aikainen masennus lisää lapsen kognitiivisen ja sosiaalisen toimintakyvyn vaikeuksien, tunne-elämän

oireiden sekä käytös oireiden riskiä. Lisäksi aikaisempi psykiatrinen historia on uusimiskiteijä ja se kaksinkertaistuu. Masennuksen riskitekijä saattaa olla kaksisuuntainen mielialahäiriö, lapsuusajan kaltoinkohtelu, äidin nuori ikä ja vanhemmuus. Lisäksi muita riskitekijöitä raskausajan masennukselle ovat perheväkivalta, ei-toivottu raskaus, yksinhuoltajuus, taloudelliset vaikeudet, kuormittavat elämäntapahtumat ja alttius ahdistuneisuuteen. (Soininen 2017.)

### 3.3 Stressi

Stressi uhkaa tai muuttaa elimistön sisäistä tasapainoa. Stressiin voivat vaikuttaa ulkoiset tekijät esimerkiksi kylmyys, fyysinen vamma, tai sisäinen rasitus, kuten sairaus, psyykinen rasitus tai kipu. Stressiin, jokainen reagoi kuitenkin yksilöllisesti. (Sand 2015, 204.)

Raskaana oleva voi kokea raskaudenaikana stressiä muiden tavoin. Raskaudenaikainen stressin esiintyminen eroaa toisaalta yleisestä stressistä, sillä se painottuu monesti raskaudenaikaan ja sen aikaisiin kokemuksiin sekä tapahtumiin ja muihin stressitekijöihin. Äidin raskaudenaikainen stressi on laajakäsite, johon voi kuulua koettu stressi eli raskaana olevan äidin henkilökohtainen kuva stressistä muun muassa raskauteen liittyvästä ahdistuksesta, masennuksen oireista ja stressaavista elämäntapahtumista.

Stressiä aiheuttavia tekijöitä saattaa olla mitä tahansa, kuten merkittävistä negatiivisista elämäntapahtumista lähtien arkipäiväisiin välikohtauksiin. Aiemmasta kokemuksesta, sosiaalisen tuen määrästä, geneettisistä tekijöistä sekä käytettävissä olevista selviytymiskeinoista johtuvat stressireaktion tasosta. Stressin aiheuttavia tekijöitä ovat myös elämän muutokset esimerkiksi muutoksia töissä, ihmissuhteissa, huoli omasta ulkonäöstä, sosiaalisen tuen saatavuudesta sekä terveydestä. (Halme 2015.)

Fysiologiset stressivasteet syntyvät HPA-akselin eli neuroendokriinisten hypotalamus-aiivolisäke-lisämunuaiskuori-akselin sekä SAM- järjestelmän aktivoitumisesta. Sympaattisen lisämunuaisydin järjestelmän eli SAM- järjestelmä ja HPA-akseli aktivoituvat ja ne tuottavat stressihormoneja. Katekoliamiinit ja glukokortikoidit ovat stressin erittyviä hormoneita ja niiden määrät vaihtelevat stressintasosta johtuen. (Kurtti 2016.)

Odottavan äidin kokemalla stressillä on merkittäviä vaikutuksia esimerkiksi tulevan lapsen kehitykseen ja lapsen temperamenttiin. Koettuun stressiin voi vaikuttaa erilaiset negatiiviset elämäntapahtumat muun muassa elämässä tapahtuneet muutokset sekä menetykset. Lisäksi siihen vaikuttaa paljon raskauden vaihe sekä se, että kuinka stressaavana odottava äiti kokee negatiiviset elämäntapahtumat. Arvion mukaan noin 78 % raskaana olevista äideistä on kokenut raskaudenaikana vähäistä tai maltillista stressiä ja noin 6 % on kokenut suurta stressiä. On saatu selville, että kehittyvä sikiö reagoi vähäiseenkin äidin stressiin fysiologisesti. Stressi on

ollut yhteydessä sikiön vähentyneeseen liikkeeseen kohdussa ja sydämen lyöntitiheyden vaihteluun. Pitkäkestoisen stressi on kerrottu lisäävän lapsen ennenaikaista syntymistä ja alhaista syntymäpainoa. Joidenkin tutkimusten mukaan odottavan äidin ahdistus tai stressi on antanut kuvan siitä, kuinka merkittävästi ne vaikuttavat lapsen aivojen kehitykseen esimerkiksi kielessiin taitoihin, käyttäytymiseen sekä ADHD-oireisiin. Lapsella äidin stressi näkyy pelon lisääntymisenä, emotionaalisen sekä käyttäytymisen vaikeuksina uudessa tilanteessa. (Halme 2015.)

#### 4 Lapsen psykososiaalinen kehitys

Lapsen kasvua ja kehitystä säätelevät hormonit, perimä ja ympäristötekijät. Jokaisella vauvalla on synnynnäinen tarve ja taito vuorovaikutukseen. Vuorovaikutussuhteessa oleminen perheen kanssa on olennaista lapsen psyykkisen kehityksen kannalta. Varhaisessa vuorovaikutuksessa erotetaan toisistaan kolme tasoa: Ensimmäinen taso on käyttäytyminen, joita ovat ruumiillinen taso, koskettaminen, äänet, puhuminen ja katse. Tämä tarkoittaa, että kosketuksen, katsekontaktin ja puheen avulla vauvaan otetaan kontakti. Toinen taso on tunteellinen, jossa vauva kohdataan vuorovaikutuksessa muun muassa vastaamalla vauvan tarpeisiin. Kolmas on psykologinen taso tiedostamattomat ja tiedostettavat tekijät. Nämä tekijät näkyvät, kun ulkopuolinen tarkkailee vauvan ja äidin välistä vuorovaikutusta (Storvik- Sydänmaa 2019, 18-19.)

Ensimmäisen vuoden aikana lapsi alkaa hymyillä tutulle ja pyrkii koskettelemaan lähellä olevaa toista samanikäistä lasta. Lisäksi hän pystyy tunnistamaan oman nimensä ja aistii toisen ihmisen kasvoilta ajatuksia ja tunteita. Lapsi haluaa myös hellästi, kuten leluja. (Storvik- Sydänmaa 2019,22.)

Leikki-ikäisen psykososiaalisen kehityksen aikana lapsi haluaa olla mukana arjen toiminnassa ja toisten huomioinen kehittyä. Lapsi alkaa kaipaamaan samanikäisten seuraa, esikuvat ja kaverit ovat myös tärkeitä. Lapsi opettelee sääntöjä leikissä ja keskinäistä kilpailua. (Storvik- Sydänmaa 2019, 25.)

Psykososiaalinen kehitys paneutuu kouluikäisellä minäkäsitykseen, psyykkiseen itsesäätelyyn, sosiaalisiin suhteisiin ja tunne-elämään. Psyykkinen itsesäätely koskee sitä, että lapsen pitää oppia sietämään epäonnistumista, siitä huolimatta vanhemmilta ja opettajilta saatu tunnustus onnistumisesta on merkityksellistä. Tunne-elämän osalta lapsi oppii peittelemään tunteitaan, jotta hän käsittelee hyvin asioita omassa mielessään. (Storvik- sydänmaa 2019, 27.)

#### 4.1 Itsesäätelytaitojen kehittyminen

Lapsen kyky säädellä omia tunteitaan ja toimintaansa kehittyy asteittain lapsuuden aikana toistuvissa vuorovaikutustilanteissa. Vanhemman lohduttaminen, rajoittaminen ja ilon jakaminen opettaa lasta hallitsemaan kielteisiä tunteita esimerkiksi kiukkua, pettymystä ja surua. Lisäksi se opettaa lasta hallitsemaan ja suuntaamaan omaa toimintaa ja tarkkaavuutta sekä jakamaan myötätuntoa ja iloa. Vanhempien toiminta ja lapsen yksilöllinen ominaisuus vaikuttavat hallinnan oppimiseen. (THL 2018.)

Voidaan nähdä eri ikäisten lasten itsesäätelyn kehityksen vaiheet, kun kiinnitetään huomiota tai tarkkailtaessa lasten toimintaa. lapsen itsesäätelytaitojen kehittyminen ilmaantuu ennen esiopetusikää. Itsesäätelytaitojen kehityksen vaiheessa lapsi alkaa ensin turvautumaan säätelyssään ympärillä oleviin ihmisiin. Lapsen itsesäätelytaitojen vaikuttavat tekijät ovat vanhemman ja lapsen välisen suhteen laatu, kiintymissuhteen laatu ja vanhempien kasvatuskäytännöt. (Jokinen 2019.)

Jokinen (2019) on todennut, että lapsuudessa itsesäätelytaitojen kehityksen ongelmat voivat aiheuttaa erilaisia häiriöitä, jotka näyttäytyvät tunteiden ja käyttäytymisen yli- tai alisäätelynä. Kun arvioidaan lapsen kehitystä, on tärkeää huomioida lapsen temperamentti, elämäntilanne, yleinen kehitys ja muut tilannetekijät, sillä nämä kaikki vaikuttavat siihen. Myös itsesäätely vaikeutuu lasten ollessa vertaisryhmässä ikäistensä kanssa, joten on hyvä muistaa nämä asiat.

#### 4.2 Tunnesäätelytaitojen kehittyminen

Tunteiden säätelyä ja säätelykykyä tarkastellaan monesta näkökulmasta. Aivojen syvissä osissa on tunteiden heräämisen osalta olennaisia alueita, joista yksi tärkeimmistä on amygdala eli mantelitumake. Amygdalan toiminta vaikuttaa moneen tunnereaktioihin, josta lähtee viestejä esimerkiksi autonomiseen hermostoon ja elimistön fysiologisia vasteita säätelviin järjestelmiin. Etu-otsalohkon toiminta ja hermoverkostojen yhteistyö aiheuttavat tunteiden säätelykykyyn ja reaktioiden hillitsemiseen. Aivot kehittyvät voimakkaasti lapsuus- ja nuoruusiässä (Riihonen ym. 2020,31.)

Ympäristötekijät ja varhaisen vuorovaikutuksen laatu on tärkeä lapsen tunnesäätelykyvyn kehityksessä. Ihmisen aivoissa on kolme järjestelmää, jotka ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Aivojen tunnesäätelykeskus aktivoituu, kun koemme vaaraa tai uhkaa. Sillä saa aikaan kehonreaktioita ja valpastumista. Toinen tunnesäätelyyn järjestelmä on mielihyvään ja saavuttamiseen suuntautunut systeemi, jonka tarkoituksena on tuottaa myönteisiä tunteita. Motivoinen ja palkitseminen edistää voimavarojen löytämistä. Kolmas järjestelmä on turvallisuuden kokemukseen, yhteyteen pyrkivä ja rauhoittumiseen suuntautunut systeemi. Yhteyteen pyrkivän systeemin aktivoimisessa tunnetaan rauhaa, tyyntymistä, lohtua ja turvaa. Näitä

järjestelmiä kutsutaan mentalisointiverkostoksi, jotka tukevat ihmisten mielen, ajatusten, tunteiden ja aikomusten ymmärtämistä. (Koskinen ym. 2020, 31-34.)

## 5 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymys

Opinnäytetyö tehdään kuvailevan kirjallisuuskatsauksen menetelmällä. Tarkoituksena on kerätä tutkittua tietoa aikaisemmin tehdyistä tutkimuksista sekä selvittää äidin ahdistuneisuuden esiintymistä raskaudenaikana ja sen yhteyttä lapsen psykososiaaliseen kehitykseen. Opinnäytetyössä keskitytään alle kouluikäisiin eli noin 0-6 vuotiaisiin lapsiin. Tavoitteena on lisätä omaa ammattitaitoa aiheesta, jotta tulevana terveydenhoitajina neuvolassa työskennellessä osattaisiin opastaa odottavia äitejä. Aiheen valintaan vaikutti opinnäytetyöntekijöiden kiinnostus aihetta kohtaan ja myös sen ajankohtaisuus. Tätä aihetta voidaan hyödyntää monella tapaa neuvolatyön arjessa. Opinnäytetyö sopii hyvin tiedonlähteeksi odottavalle äidille tai osaamisen kehittämiseen työelämään.

Opinnäytetyön tutkimuskysymys on:

1. Millainen yhteys äidin raskausajan ahdistuneisuudella on lapsen psykososiaaliseen kehitykseen?

## 6 Opinnäytetyön menetelmät

### 6.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Opinnäytetyö toteutetaan kirjallisuuskatsaus menetelmällä. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on yleiskatsaus, jonka avulla pystytään kuvaamaan laajoja kokonaisuuksia ilman tiukkoja rajoja, joita systemaattisessa katsauksessa tai meta-analyysissä edellyttää onnistuiksi. Erilaisia kirjallisuuskatsauksia ovat systemaattinen kirjallisuuskatsaus, kuvaileva kirjallisuuskatsaus ja meta-analyysi. (Salminen 2011, 6-7.)

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tavoitteena on tutkia tietoa, tunnistamaan, kyseenalaistamaan sekä vahvistamaan aikaisemman tutkimuksen esiin nostamia kysymyksiä. Kirjallisuuskatsauksen avulla löydetään erilaisia tai uusia näkökulmia ilmiöön. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen ideana on aiheeseen liittyvän tiedon esittäminen sekä ongelmien tunnistaminen. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen menetelmää jaetaan neljään vaiheeseen, johon kuuluu: tutkimuskysymyksen muodostuminen, kuvailun rakentaminen, aineiston valitseminen sekä tuotetun tuloksen tarkasteleminen. (Kangasniemi ym. 2013.)

## 6.2 Tiedonhakuprosessi

Jotta, voitaisiin saavuttaa tutkimuksen luotettavuutta, käytettiin aineiston etsimisessä tietokantahakua. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen aineisto haettiin eri tietokannoista ja tavoitteena oli löytää aineistoa, jolla vastaa asetettuun tutkimuskysymykseen. Tiedonhaussa hyödynnettiin näitä tietokantahakujärjestelmiä: Medic, Finna, Cinahl, Pubmed ja Google scholar.

Aineiston keräämisessä käytettiin Laurea ammattikorkeakoulu kirjaston omia tietokantoja ja hakusanoina käytettiin “ (raskaana oleva nainen tai naiset)” OR odottavat\* OR raskaus\* “(pregnant woman or pregnant women)” OR expecting mother OR pregnancy AND Ahdistuneisuus\* OR masennus\* OR depression\* OR anxiety\* AND lapsi\* OR child\*. Lisäksi etsittiin psykososiaalisesta kehityksestä tutkimusta ja hakusanoina käytettiin “ Psykososiaalinen kehitys” OR “Psychosocial development” Rajattiin haku vuosiin 2011-2022. Otettiin huomioon, kuuluivatko tutkimukset omaan alaansa sekä sopivatko siihen. Aineisto tulee koostumus väitöskirjoista, Gradu-tutkielmista, tieteellisistä artikkeleista sekä alkuperäistutkimuksista. Tietoa haikiessa tarkistettiin, että käytettiin vähintään 5-15 sivun pituisia tutkimusartikkeleita. Tiedonhaku toteutettiin kevään 2022 aikana ja opinnäytetyön aineiston hakuun perehdyttiin jo opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa. Tiedonhakuprosessin aikana ne kaikki tulokset kirjattiin ylös, joita saatiin hakujen jälkeen eri tietokannoista. Tutkimuksen aineistot valittiin ensin niiden otsikoiden perusteella, jonka jälkeen seuraavaksi tiivistelmien mukaan. Ensisijaisesti huomiota kiinnitettiin siihen, että artikkelit vastasivat asetettuun tutkimuskysymykseen. Haku suoritettiin sisäänotto ja- poissulkukriteereitä käyttäen aineiston rajaamisessa. Sisäänottokriteerissä ovat 2011-2022 julkaistut tutkimukset. Opinnäytetyössä käytettiin suomen- ja englanninkielisiä tutkimuksia. Poissulkukriteeriin kuuluvat ennen 2011 julkaistut tutkimukset ja ne tutkimukset, jotka eivät vastaa tutkimuskysymykseen. Poissulkukriteerissä ovat myös ne lyhyet tutkimukset, jotka eivät täytä tutkimuksen pituuden tavoitteita ja sikiön kehitystä kuvailevat artikkelit. Lisäksi poissulkukriteeriin kuuluvat ne tutkimusartikkelit, jotka ovat maksullisia sekä muut amk-pohjaiset opinnäytetyöt.

Taulukko 1: Sisäänotto- ja poissulkukriteerit

Sisäänottokriteerit	Poissulkukriteerit
Vuonna 2011-2022 julkaistut tutkimukset	Tutkimusartikkelit, jotka julkaistu ennen vuotta 2011
Tutkimukset, jotka vastaavat tutkimuskysymykseen	Tutkimukset eivät vastaa tutkimuskysymykseen
Alle kouluikäisen noin 0-6 vuotiaan lapsen psykososiaalista kehitystä kuvailevat tutkimukset	Sikiön kehitystä kuvailevat artikkelit
Tieteelliset artikkelit, alkuperäistutkimukset, väitöskirjat ja pro-gradu tutkielmat	AMK- opinnäytetyöt (Theseus)
Suomen tai englannin kielellä julkaistut artikkelit	Muut kansainväliset artikkelit kuin suomen tai englannin kielellä julkaistut
Vähintään 5-15 sivun pituiset tutkimusartikkelit	Vähemmän kuin 5 sivun pituiset tutkimusartikkelit
Maksuttomat artikkelit	Maksulliset artikkelit

### 6.3 Aineiston valinta

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa aineiston valinta toteutetaan systemaattisen kirjallisuuskatsauksen tavoin eli aineistoa etsitään eri tietokannoista, valituista lehdistä ja varmistetaan, että haut ohjaavat tutkimuskysymykseen. Lisäksi hyödynnetään aineiston aika- ja kielirajauksia. Löydetyt alkuperäiset tutkimukset yhdistetään ja sen jälkeen analysoidaan sisältöä. Tavoitteena on tutkimuskysymykselle vastauksen löytäminen laadullisena kuvailuna. (Kangasniemi ym. 2013.)

#### **MEDIC**

Ensimmäisenä hakulausekkeena käytettiin Pregnancy\* and anxiety\* and psychosocial development\*. Kokeiltiin rajauksen kanssa eli valittiin Suomen-, ja englanninkieliset ja kaikki julkaisu-tyypit sekä vain kokoteksti ja asiasanojen synonyymit käytössä, jolloin tuli 5 osumaa. Käydessä läpi artikkeleita huomattiin, että mikään näistä saaduista artikkeleista eivät olleet sopivia vastaamaan tutkimuskysymykseen otsikon, tiivistelmän tai lopuksi koko sisällön perusteella.

Seuraavassa haussa kokeiltiin hieman muuttaa hakutermejä sillä, jos lisäsi psykososiaalinen kehitys, niin tuli vähemmän sellaisia artikkeleita, jotka keskittyivät raskaudenaikaiseen ahdistukseen ja sen yhteyttä lapsen psykososiaaliseen kehitykseen. Nämä artikkelit eivät myös kuvailleet lapsen kehitystä ja sen yhteyttä äidin ahdistukseen, vaan liittyivät enimmäkseen äidin synnytyspelkoon sekä äidin masennukseen tai ahdistuneisuuteen.

Toinen hakulauseke oli rajausten kanssa: Pregnant women\* And Anxiety\* And Child\*, jolloin saatiin 15 osumaa. Hakutulokset eivät kuitenkaan eronneet aikaisemmasta hausta, sillä tuloksissa oli samoja artikkeleita kuin edellisessä haussa. Yksi englanninkielinen artikkeli haun joukossa vaikutti kuitenkin otsikon perusteella sopivan aiheeseen, jonka vuoksi se valittiin jatkoon. (Anxiety and depression during pregnancy and their influence on birth outcomes.) Tämän jälkeen luettiin artikkeli ja huomattiin tiivistelmän luettua, että se ei vastannut tutkimuskysymykseen. Tutkimus tehtiin kuopion synnytyssairaalassa ja osallistujina oli yhteensä 921 henkilöä, jossa masennusta ja ahdistuneisuutta esiintyvillä synnyttäneiltä ja raskaana olevilta äideiltä kerättiin EPDS-kysely. Tutkimuksesta ei noussut esille raskaana olevien äitien ahdistuneisuuden yhteys lapsen kehitykseen.

#### **FINNA**

Laurea finnan hakuterminä käytettiin Raskaus\* AND ahdistuneisuus\* AND lapsi\*. Osumia tuli 17 ilman rajoituksia. Seuraavaksi rajattiin hakua vuosiin 2011-2022, jolloin tulokseksi tuli 13. Käytiin läpi kaikki artikkelit ja jouduttiin tiivistelmän perusteella valitsemaan yhtä artikkelia jatkoon, joka näytti vastaavan tutkimuskysymykseen.



## EBSCO

Ensin valittiin ja rajattiin tietokannassa CINAHL With full Text, MEDLINE ja APA PsycArticle, jotta löydettäisiin terveysalan sekä mielenterveydenhäiriöitä kuvaavia artikkeleita. Hakulauseena käytettiin ilman rajausta pregnant women or pregnant woman or pregnancy or expecting mother AND anxiety or depression, jolloin tulokseksi tuli 3000. Tämän jälkeen uskallettiin vielä lisätä hakutermiksi AND child development\*. Tällöin tulokseksi saatiin 61. Rajattiin haku tämän jälkeen vielä vuosiin 2011-2022 ja sitten valittiin Full text ja Academic journals. Rajauksien jälkeen osumia tuli 22. Näistä artikkeleista valittiin lopuksi vain kaksi, jotka näyttivät otsikon perusteella sopivilta artikkeleilta.

## PUBMED

Etsittiin englanninkielisiä artikkeleita Pubmedista ensin rajaamalla haku 2011-2022 ja sen jälkeen valitsemalla englannin kielellä olevat termit associated data ja full text. Hakulausekkeeksi laitettiin pregnant women or pregnant woman or pregnancy or expecting mother\* AND anxiety and child development\*. Haku tuotti yhteensä 499 tulosta. Haussa oli mukana sellaisia artikkeleita, jotka eivät vastanneet tutkimuskysymykseen ja käsittelivät esimerkiksi koronaviruspandemian yhteyttä raskauteen, ravitsemusongelmia tai synnytyksen jälkeisiä psyykkisiä häiriöitä. Käytiin huolellisesti läpi artikkelit, mutta mikään näistä artikkeleista eivät vastanneet tutkimuskysymykseen. Tämän vuoksi ei valittu haun joukosta artikkeleita.

Kokeiltiin tehdä toinen haku samassa tiedonhakukannassa. Rajattiin haku 2011-2022 ja muutettiin hakulausekkeita hieman. Käytettiin kuitenkin samoja rajaustermejä kuin aikaisemmassa haussa. Hakulausekkeeksi laitettiin pregnant women or pregnant woman or pregnancy\* AND anxiety\* AND child development\*. Tämän jälkeen saatiin 25 tulosta. Hausta löydettiin yksi tiivistelmän perusteella sopiva artikkeli, joka kuvaili raskaudenaikana esiintyvää ahdistusta ja lasten aivojen rakennetta ja toimintaa. Tässä tutkimusartikkelissa mainittiin, että ” Varhaisesta lapsuudesta myöhäiseen nuoruuteen havainnot viittaavat aivojen rakenteen ja toiminnan muutoksiin frontaalilla, temporaalisilla ja limbisilla aivojen alueilla niillä lapsilla, joiden äideillä on esiintynyt raskaudenaikana ahdistusta. Kuitenkin artikkeli jouduttiin jättämään pois, sillä se oli maksullinen ja sitä ei pystytty lukemaan tarkemmin. Analysoitavaksi ei saatu kuitenkaan yhtään artikkeleita, jonka vuoksi jouduttiin jatkamaan etsintää muista tietokannoista sekä löydettyjen artikkeleiden kanssa.

## GOOGLE SCHOLAR

Hakulauseena käytettiin raskausajan ahdistuneisuuden yhteys lapsen psykososiaaliseen kehitykseen, Google scholarissa osumia tuli yhteensä 833 ilman rajausta. Seuraavaksi rajattiin haku 2011- 2022 vuosiin, jolloin tuloksena oli 696 osumaa. Osumissa oli mukana opinnäyte-työitä, Lehtiä, pro-gradu tutkielmia. Yritimme vielä rajata, mutta valikosta ei löytynyt rajaus-termejä. Etsittiin alkuperäistutkimuksia ja jouduttiin valitsemaan muiden artikkeleiden joukosta yhteensä 6 artikkelia, jotka kaikki olivat pro-gradututkielmia. Käytiin näitä tutkielmia läpi huolellisesti ja katsottiin vielä otsikon perusteella niitä, mitkä voisivat olla mahdollisia artikkeleita käyttää kirjallisuuskatsauksen analyysissä.

## MANUAALINEN HAKU

Seuraavaksi tehtiin manuaalinen haku. Manuaalinen haku tarkoittaa, kun hyödynnetään suoran haun logiikkaa noudattavia hakukoneita esimerkiksi Google Scholaria ja Finnan ulkomaiset e-aineistot hakua. Manuaalisessa haussa käydään huolellisesti läpi määrätyt aihealueen tieteelliset lehdet ja muut julkaisut, jolloin lopuksi valitaan tiedonhaun tuloksista osuvimmat ja käydään vielä läpi niiden lähdeluettelot. (Oulun yliopisto 2022.) Haun tuloksista käytiin huolellisesti lähdeluettelot läpi. Löydettiin paljon samankaltaisia artikkeleita, kuin aikaisemmissa hauissa, mutta joukossa oli myös uusia artikkeleita. Etsinnän jälkeen mukaan saatiin manuaalisen haun avulla kaksi artikkelia, jotka vastasivat tutkimuskysymykseen.

Taulukko 2: Tiedonhaku- ja aineiston valinta

TIETO-KANTA	HAKU	RAJAUKSET	TULOKSET	VALITUT	HYVÄKSY-TYT
MEDIC	1.Haku: Pregnancy* AND anxiety* AND psychoso- cial develop- ment*  2. Haku: Pregnant women* AND Anxiety* AND Child*	2011- 2022  Suomen- ja eng- lanninkieliset kaikki julkaisu- tyypit, koko- teksti ja asia- sanojen syno- nyymit	5  15	0  1	0
FINNA	Raskaus* AND ahdistuneisuus* AND lapsi*	2011-2022 Suo- menkielisiä ar- tikkeleita	13	1	1
EBSCO (CI- NAHL, MED- LINE & APA PsycArti- cle)	Pregnant women or pregnant woman or pregnancy or expecting mother AND anxiety or de- pression	2011-2022  Full text ja aca- demic journals	22	2	1
PUBMED	1. Haku Preg- nant women or pregnant or pregnancy or expecting mother *AND anxiety AND child develop- ment*  2. Haku:  Pregnant women or pregnancy* AND anxiety* AND child de- velopment*	2011-2022  Englannin-kieli- siä  Rajaus termit: Associated ja full text	499  25	0  0	0

GOOGLE SCHOLAR	Hakulause: Raskausajan ahdistuneisuuden yhteys lapsen psykososiaaliseen kehitykseen	2011-2022	696	6	2
MANUAALINEN HAKU					2

#### 6.4 Aineiston analyysi

Tiedonhaun suorittamisen jälkeen saadulle aineistolle tehdään laadullinen sisällönanalyysi, joka toteutetaan induktiivisena. Sisällönanalyysillä pyritään järjestämään aineisto selkeään sekä tiiviiseen muotoon ilman, että kadotetaan sen sisältämä informaatio. Laadullisen aineiston analysoinnin tarkoituksena on informaatioarvon lisääminen, sillä hajanaisesta aineistosta pyritään luoda selkeää, mielekästä ja yhtenäistä tietoa tutkittavasta ilmiöstä. Analyysillä voidaan luoda luotettavia ja selkeitä johtopäätöksiä tutkittavasta aiheesta. Laadullisessa aineistossa käsittely perustuu loogiseen päättelyyn sekä tulkintaan. Analyysia suoritetaan tutkimusprosessin jokaisessa vaiheessa. (Tuomi & Sarajärvi 2017.)

Sisällönanalyysin prosessi etenee kolmeen eri vaiheeseen, johon kuuluu aineiston pelkistäminen, ryhmittely ja yleiskäsitteiden muodostaminen. Aineiston pelkistäminen eli redusointi tarkoittaa, että aineistosta etsitään tutkimukselle oleelliset kohdat, jolloin ne merkitään alleviivauksilla ja tämän jälkeen merkityt kohdat kirjoitetaan uudelleen tiivistettyyn muotoon. Ryhmittely eli klusterointi, jossa samaa tarkoittavat asiat yhdistetään ja sen jälkeen sisältöä nimetään kuvaavalla otsikolla. (Leinonen 2018.)

Aineiston klusteroinnin jälkeen edetään abstrahointi vaiheeseen eli käsitteellistämiseen. Abstrahoinnissa erotetaan tutkimuksen kannalta tärkeä tieto ja valikoidun tiedon perusteella muodostetaan teoreettisia käsitteitä. (Tuomi & Sarajärvi 2017.) Ryhmittelyvaiheessa tehdyt alaluokat yhdistellään yläluokiksi ja yläluokista muodostetut pääluokiksi. Lopuksi vielä pääluokista tehdään yksi yhdistävä luokka. (Leinonen 2018.)

Ensin luettiin huolella kerättyjä tutkimuksia ja läpikäytiin kaikki aineistot. Luettua aineistoa pilkottiin osiin ja tutkimuksesta otettiin muu epäolennainen teksti pois. Aineistosta etsittiin alkuperäisilmauksia peilaten tutkimuskysymykseen ja käytiin nämä huolellisesti läpi. Löydetyt

samaa kuvaavat alkuperäisilmaukset alleviivattiin ja näin eroteltiin ne myös tekstistä. Tavoitteena on ollut alleviivauksien avulla pitää löydettyä tekstiä tallella. Tämän jälkeen tehtiin pelkistys, jolloin löydetty teksti yhdistettiin omiksi ryhmiksi. Huomioon otettiin pelkistämävaiheessa se, että yhdestä lausunnasta voidaan tehdä tai löytää useampia pelkistettyjä ilmauksia. Pelkistämävaiheen jälkeen siirryttiin ryhmittely eli klusterointi vaiheeseen, jolloin käytiin aineistosta löydetty alkuperäisilmaukset tarkasti läpi ja lisäksi aineistosta etsittiin samanlaisia kuvaavia käsitteitä. Seuraavaksi pelkistetyistä ilmauksista ryhmiteltiin alaluokkia, jonka jälkeen aineisto nimettiin sisällön mukaan. Aineiston ryhmittelyä päädyttiin rajaamaan laajan ja spesifin aiheen vuoksi alaluokkaan asti, sillä tarvittaisiin enemmän aineistoa yläluokan tai pääluokan muodostamiseen. Tämä lisää myös luotettavuutta tutkimukselle. Tuomisen & Sarajärvin(2017) mukaan abstrahointia jatketaan yhdistelemällä luokituksia niin kauan kuin aineiston sisällön näkökulmasta on mahdollista. Koko analyysin ajan tarkkaillaan, että aineistossa säilyy polku alkuperäistutkimukseen.

**Taulukko 3:** Aineiston ryhmittely

Alkuperäisilmaukset	Pelkistetyt ilmaukset	Alaluokka
<p>“Äidin raskaudenaikaisen ahdistuneisuuden on todettu olevan yhteydessä lapsen haastavaan temperamenttiin tutkimuksissa, joissa mittarina on käytetty vanhemman arviota lapsen temperamentista”</p> <p>“Lapset vetäytyvät tilanteesta kohdatessaan uusia ärsykeitä, sopeutuvat hitaasti muutoksiin ja itkevät usein ja äänekkäästi”</p>	<p>Raskaudenaikainen ahdistuneisuus on yhteydessä lapsen haastavaan temperamenttiin.</p> <p>Lapset vetäytyvät uusia ärsykeitä kohdatessaan, sopeutuvat hitaasti muutoksiin ja itkevät äänekkäästi.</p>	Lapsen haastava temperamentti
<p>“Äidin synnytykseen liittyvät pelot olivat yhteydessä tyttövauvojen voimakkaampaan pelkoärsykkeisiin suuntautumiseen”</p> <p>“Vauvat siirsivät katseensa todennäköisemmin kontrollikuvien kohdalla ja vähiten todennäköisesti pelokkaiden kasvojen kohdalla”</p>	<p>Tyttöjen voimakas kasvoinouma on yhteydessä pelokkaisiin kasvovoihin.</p> <p>Vauvat siirsivät katseensa kontrollikuvien kohdalla kuin pelokkaiden kasvojen kohdalla.</p>	Reagointi pelkoärsykkeeseen

<p>“Äidin raskauteen liittyvän ahdistuksen on havaittu olevan yhteydessä muun muassa lapsen negatiiviseen tunnereaktiivisuuteen, kuten voimakkaampiin pelko-, suru- ja turhautumisreaktioihin”</p> <p>“Voi myös olla, että ahdistuneisuus vaikuttaa äidin ja lapsen väliseen varhaiseen vuorovaikutukseen ja sitä kautta muokkaa sitä, millä tavalla lapsi reagoi ympäristöönsä”</p>	<p>Äidin raskauteen liittyvä ahdistuneisuus on yhdistetty lapsen pelko-, suru- ja turhautumisreaktioihin.</p> <p>Ahdistuneisuus voi vaikuttaa myös äidin ja lapsen väliseen varhaiseen vuorovaikutukseen.</p>	<p>Lapsen mielenterveysongelmat</p>
<p>“Äidin jatkuva ahdistuneisuus on yhteydessä lapsen positiivisen reaktiivisuuden eri puoliin eri tavoin: Lapsen korkeampaan motoriseen levottomuuteen, impulsiivisuuteen sekä vähäisempään positiiviseen tunneilmaisun.”</p> <p>”Aiemmat tutkimukset antavat viitteitä siitä, että liiallinen positiivinen reaktiivisuus saattaa olla yhteydessä lapsen tuleviin käytösongelmiin ja liian vähäinen positiivinen reaktiivisuus taas on alustavasti yhdistetty tunne-elämänongelmiin”</p>	<p>Äidin jatkuva ahdistuneisuus aiheuttaa lapsen korkean motorisen levottomuuden, impulsiivisuuden ja vähäisen positiivisen tunneilmaisun.</p> <p>Liiallinen positiivinen reaktiivisuus on liitetty lapsen tuleviin käytösongelmiin ja liian vähäinen positiivinen reaktiivisuus tunne-elämänongelmiin.</p>	<p>Tunne- ja itsesäätelyn pulmat</p>
<p>“Maternal anxiety disorders consistently predicted an increased risk for excessive infant crying and feeding problems at all three considered time frames, while no significant associations were found for depressive problems”</p>	<p>Raskaudenaikainen ahdistuneisuushäiriö ennustaa lisääntyneitä vauvan voimakasta itku- ja syömisongelmaa.</p> <p>Masennusongelmille ei löydetty merkittäviä yhteyksiä tarkastelujaksolla itku- ja syömisongelmiin.</p>	<p>Itku- ja syömisongelmat</p>

## 7 Tulokset

Tuloksista muodostui viisi alaluokkaa, joista tulivat keskeiset tulokset: lapsen haastava temperamentti, reagointi pelkoärsykkeeseen, lapsen mielenterveysongelmat, tunne- ja itsesäätelyn pulmat sekä itku- ja syömisongelmat.

### 7.1 Tunne- ja itsesäätelyn pulmat

Äidin raskaudenaikaisen ahdistuneisuuden on liitetty olevan yhteydessä lapsen käytöksen eri osa-alueisiin 12 ja 30 kuukauden iässä. Leppänen (2018) totesi tutkimuksessaan, että positiivinen reaktiivisuus voi toimia lapsen kehityksessä suojaavana tekijänä sen sijaan vähäinen tai voimakas positiivinen reaktiivisuus voivat molemmat altistaa myöhemmän iän käytösongelmille tai tunne-elämänongelmille. Positiivisessa reaktiivisuudessa lapsi osaa iloita asioista ja hymyillä. Vähäinen tai voimakas positiivinen reaktiivisuus saattaa aiheuttaa lapsella impulsiivisuutta ja levottomuutta.

Tutkimuksessa todettiin myös, että äidin jatkuva ahdistus on liitetty suurempaan positiiviseen reaktiivisuuteen kuin vähäisempään lapsen havaittuun positiiviseen reaktiivisuuteen. Vähäinen havaittu positiivinen reaktiivisuus ahdistuneisuuden äitien lapsilla voi liittyä pelokkuuden lisääntymiseen. Lisäksi lapsen ollessa 2,5 vuoden ikäinen lapsi saattaa ottaa mallia äidin jatkuvasta ahdistuneisuudesta. Lapsi voi tällöin olla pelokas ja vetäytyä eikä uskalla silloin lähestyä uusia asioita sekä iloita niistä. (Leppänen 2018.)

Laineen (2020) tutkimuksessa kävi ilmi, että keski- ja loppuraskaudessa voimakkaasta ahdistuneisuudesta kärsineiden äitien lapsilla oli havaittu enemmän negatiivista reaktiivisuutta noin 6 kuukauden iässä. Negatiivisessa reaktiivisuudessa lapsi ilmaisee pelkoa, surua ja vihaa. Lisäksi lapsella saattaa olla vaikeampaa palautua stressitilanteista, kiihtymyksestä. Lapsi voi myös turhautua, jos hänen toimintaansa rajoitetaan. Negatiivinen reaktiivisuus on tutkimuksen mukaan lapsen kehityksessä olennaista, sillä se on varhainen temperamenttipiirre, joka on liitetty lapsen myöhempään tarkkaavaisuus- ja käytöshäiriöihin, ahdistuneisuuteen sekä masennukseen.

### 7.2 Reagointi pelkoärsykkeeseen

Kanasen (2020) tutkielman mukaan äidin ahdistuneisuuden ja vauvan kasvojen ilmeisiin suuntautuvan tarkkaavaisuuden välillä ei voida tehdä kovin pitkiä johtopäätöksiä. Kananen, kuitenkin painottaa ahdistuneisuuden merkityksen ja äidin ahdistuneisuuden olevan riskitekijä lapsen myöhemmälle kehitykselle. Äidin raskausaikana esiintyvällä synnytykseen liittyvällä pelolla on löydetty yhteys tyttöjen voimakkaaseen kasvovinoumaan pelokkaita kasvoja kohti. Tulokset antavat myös viitteitä siitä, että äidin raskaudenaikaisella ahdistuneisuudella saattaa olla yhteyksiä tarkkaavaisuusprosesseihin. Vauvat siirsivät katseensa todennäköisemmin

kontrollikuvien kohdalla ja vähiten pelokkaita kasvoja näytettäessä. Kolmen- ja kahdeksan kuukauden iässä vauvan tarkkaavaisuussäätely heikkenee äidin raskaudenaikaisen ahdistuneisuuden vaikutuksesta. Vauvavaiheessa tarkkaavaisuuden säätelyllä on tärkeä rooli varhaiselle itsesäätelylle. Lisäksi tutkielmassa tuodaan esille äidin psyykkisen hyvinvoinnin tärkeys ja se, että olisi hyvä tarjota matalalla kynnyksellä apua tarvitseville äideille.

### 7.3 Itku- ja syömisongelmat

Petzoldt, Wittchen, Einsle & Martini (2015) ovat selvityksessään huomanneet, että äidin raskaudenaikainen ahdistus aiheuttaa vauvan itku-, ja syömisongelmia. Tutkimuksessa todetaan, että etenkin ahdistuneet nuoret ja matalasti koulutetut ensisynnyttäjät äidit voivat olla tunkeileviä, epäjohdonmukaisia tai omaavat liiallista vanhemmuuden käyttäytymistä, mikä puolestaan lisää vauvan itkua. Syömisongelmat liittyivät vauvan syntymäpainoon. Syntymäpaino oli alhaisempi vauvoilla, joiden äideillä oli raskaudenaikana ahdistuneisuutta. Tähän vaikutti se, että äidit olivat usein huolissaan riittämättömästä ravinnonsaannista.

### 7.4 Lapsen mielenterveysongelmat

Äidin raskaudenaikaisen huumeriippuvuuden aiheuttaman ahdistuneisuuden myötä lapsella huomattiin erilaisia psykososiaaliseen kehitykseen liittyviä ongelmia. Äidin ja vauvan välisessä vuorovaikutuksessa esiintyi neljän kuukauden iässä vuorovaikutuksen liittyviä ongelmia. Vuoden iässä lapsen aloitteellisuudessa ja responsiivisuudessa oli myös pulmia. (Flykt ym. 2021.)

Lapsella ilmeni tutkimuksen mukaan myöhemmin kouluiässä tarkkaavaisuuden ongelmia, vakavia psyykkisiä oireita. Yli kolmanneksella lapsella oli kliinisiä oireita, kuten ahdistus-, masennus- ja aggressio oireita. Neljännellä lapsella oli myös vakavia dissosiaatio- oireita. (Flykt ym. 2021.)

### 7.5 Haastava temperamentti

Äidin raskaudenaikaisen ahdistuneisuuden ja lapsen haastavan temperamentin välillä on löydetty tutkimuksessa yhteys. Temperamenttipiirteet alkavat näkymään lapsessa ensimmäisen ikävuoden aikana. Tutkimuksessa temperamenttityypit jakautuvat kolmeen luokkaan eli helppoon temperamenttiin, hitaasti lämpenevään sekä haastavaan temperamenttiin. Helppossa temperamentissa lapsi suhtautuu myönteisesti muutoksiin hymyillen sekä omaksuu helpommin säännöllisen ruokailu- ja unirytmien. Hitaasti lämpenevä lapsi ilmaisee lievästi negatiivisia tunteita, kun kohtaa uusia asioita sekä sopeutuu tilanteisiin hitaasti. Lisäksi hitaasti lämpenevä lapsi ilmaisee positiivisia tunteita kohtalaisesti. Haastavassa temperamentissa lapsella ruokailu- ja unirytmien ovat epäsäännöllisiä. Tällöin lapsi myös sopeutuu hitaasti muutoksiin ja kohdatessaan uusia ärsyksiä lapsi vetäytyy. Haastava temperamentti ilmenee usein lapsilla itkuna ja ääntelyinä. (Ketolainen & Leminen 2016.)



## 8 Johtopäätökset ja pohdinta

Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevalla kirjallisuuskatsauksen menetelmällä. Tarkoituksena oli kerätä tutkittua tietoa aikaisemmin tehdyistä tutkimuksista sekä selvittää äidin ahdistuneisuuden esiintymistä raskaudenaikana ja sen yhteyttä lapsen psykososiaaliseen kehitykseen. Tavoitteena oli myös se, että tulevana terveydenhoitajina neuvolassa työskennellessä osattaisiin opastaa odottavia äitejä. Opinnäytetyöhön asetettiin tutkimuskysymys, johon pyrittiin saamaan vastaus kerättyjen tutkimusartikkeleiden avulla. Opinnäytetyön tutkimuskysymyksenä oli "Millainen yhteys äidin raskausajan ahdistuneisuudella on lapsen psykososiaaliseen kehitykseen?". Tutkimuskysymyksen saatiin hyvin vastauksia tutkimusartikkeleiden avulla. Aikaisempia tutkimuksia tästä aiheesta ei ole riittävästi, mikä aiheutti haasteen löytää sopivia tutkimusartikkeleita, jotka vastasivat tutkimuskysymykseen. Tiedonhakuprosessissa kului enemmän aikaa tutkimusartikkeleiden keräämiseen, jotta löydettäisiin sopivia artikkeleita.

Leppäsen (2018) tutkimuksessa kävi ilmi, että äidin raskaudenaikainen ahdistus altistaa lapselle myöhemmän iän käytös- ja tunne-elämän ongelmille. Vähäinen tai voimakas positiivinen reaktiivisuus voi aiheuttaa lapsella levottomuutta ja impulsiivisuutta. Lapsi saattaa ottaa 2,5 iässä mallia äidiltä äidin jatkuvan ahdistuneisuuden vuoksi. Lapsi voi olla vetäytyvä ja pelokas eikä uskalla silloin lähestyä uusia asioita tai iloita niistä.

Ketolainen & Leminen (2016) totesivat lapsen temperamentti- ja käyttäytymispiirteiden alkavan näkymään ensimmäisen ikävuoden aikana. Opinnäytetyön tulosten perusteella haastavassa temperamentissa uni- ja ruokailurytmit ovat epäsäännöllisiä. Lisäksi lapsen haastavan temperamentin kuvaillaan ilmenevän itkuna ja ääntelyä.

Kananen (2020) on selvityksessään huomannut, että äidin raskaudenaikainen ahdistuneisuus voi heikentää kolmen- ja kahdeksan kuukauden iässä vauvan tarkkaavaisuussäätelyä. Tutkimuksen mukaan vauvavaiheessa tarkkaavaisuussäätelyllä on tärkeä rooli varhaiselle itsesäätelylle.

Voidaan todeta tutkimusten perusteella, että äidin raskaudenaikaisella ahdistuneisuudella on yhteyksiä lapsen kehityksen eri osa-alueisiin. Tutkimuksista selviää, että äidin ahdistuneisuus voi aiheuttaa lapselle erilaisia käytös- ja tunnesäätelyn pulmia. Äidin raskaudenaikaisen ahdistuneisuuden ja psyykkisen hyvinvoinnin tukeminen on tärkeää sekä avun tarjoaminen matalalla kynnyksellä. Esimerkiksi neuvolassa terveydenhoitajina ollessa voidaan kohdata usein erilaisia mielenterveydenhäiriöitä. Näillä mielenterveydenhäiriöillä saattaa olla suuria merkityksiä odottavan perheen hyvinvoinnissa. Siksi myös neuvolan keskeisenä tehtävänä on tunnistaa ajoissa jo raskausaikana erilaisia äidin mielenterveyteen liittyviä ongelmia ja ohjata oikean avun piiriin.

Opinnäytetyön valintaan vaikutti sen ajankohtaisuus ja opinnäytetyöntekijöiden kiinnostus aihetta kohtaan. Masennuksesta ja stressistä on tehty paljon tutkimuksia ja näin ollen ajateltiin, että valittu aihe on myös aiheellista tutkia. Opinnäytetyössä haluttiin tuoda esille raskausajan ahdistuneisuuteen liittyviä asioita, jotta tietous niiden vaikutuksesta lapsen kehitykseen lisääntyisi. Tätä opinnäytetyötä voivat hyödyntää esimerkiksi työntekijät neuvolatyössä sekä odottavat äidit.

Opinnäytetyötä tehtäessä ajankäyttö oli haastavaa. Teoriaopinnot ja harjoittelut venyttivät hieman aikataulua, jonka vuoksi aikaisempi suunnitelma muuttui. Tiedonhakuprosessiin ja analyysivaiheeseen keskityttiin tarkasti ja opinnäytetyön aikana käytettiin paljon aikaa näihin vaiheisiin. Yhteistyössä kokoonnuttiin tekemään opinnäytetyötä kaksi kertaa viikossa etänä Teams-sovelluksen välityksellä ja välillä koulussa. Onneksi aikataulun sopiminen onnistui ja opinnäytetyö eteni hyvin ajankäytöstä huolimatta.

### 8.1 Luotettavuus

Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuuden arvioinnissa voidaan käyttää luotettavuuskriteeriä. Näitä ovat uskottavuus, vahvistettavuus, refleksiivisyys sekä siirrettävyys. Uskottavuudella tarkoitetaan tutkimuksen että tuloksen uskottavuutta sekä sen osoittamista tehtävässä tutkimuksessa. Uskottavuus on tärkeää tulosten kannalta ja se myös helpottaa lukijan ymmärtämään tekstiä. Vahvistettavuus painottuu toisaalta koko tutkimuksenprosessiin ja velvoittaa tutkimusprosessin kirjaamista, niin että toinenkin tutkija voi seurata prosessin etenemistä. Refleksiivisyys vaatii tutkimuksen tekijältä tietoisuutta omista lähtökohdista tutkimuksen tekijänä. Tutkimuksessa siirrettävyydellä tarkoitetaan tulosten siirrettävyyttä esimerkiksi muihin vastaavanlaisiin tilanteisiin. (Kylmä & Juvakka 2007, 127-129.)

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus vaatii huolellista syventämistä, koska sillä voidaan tuottaa luotettavaa tietoa. Siksi kuvaileva kirjallisuus on luonteeltaan aineistolähtöistä ja ymmärtämiseen edellyttävää kuvausta. Aineiston valinnassa on otettava huomioon alkuperäisen tutkimuskysymyksen rooli suhteessa tutkimuskysymyksiin. Siihen, kuinka ne täsmentävät, jäsentävät, kritisoivat tai avaavat tutkimuskysymystä ja mikä niiden näkemys on ja miten ne muodostuvat suhteessa muuhun valittuun kirjallisuuteen. (Kangasniemi ym. 2013.)

Opinnäytetyön aikana seurattiin tarkasti luotettavuuskriteeriä ja tietoa hankittiin luotettavista lähteistä. Syvennyttiin huolellisesti analyysiin ja tutkimuskysymyksen vastauksen saamiseen. Opinnäytetyön vaiheet on kuvattu selkeästi ja tarkasti, joka lisää luotettavuutta. Lähteet ja lähdeviitteet on merkitty asianmukaisesti lähdeluetteloon sekä tekstiviitteisiin Laurean ohjeen mukaisesti. Tiedonhakuprosessissa on käytetty taulukkoa kuvaamaan ja kirjallista tekstiä selkiyttämään aineiston valintaa. Tulokset on myös raportoitu asianmukaisesti ja

huomioitu sitä, että oleellisia tietoja ei ole jäänyt pois. Luotettavuutta voi heikentää opinnäytetyön tekijöiden aikaisempi kokemattomuus opinnäytetyön teosta.

## 8.2 Eettisyys

Yleistä tarkkuutta ja huolellisuutta tutkimusetiikan näkökulmasta ovat noudattaminen tietoyhteisön tunnistamia toimintatapoja eli rehellisyyttä. Nämä ovat hyvän tieteellisen käytännön keskeisiä lähtökohtia tutkimustyössä. Opinnäytetyö prosessi tulee olemaan eettisesti toteutettu, tieteellisen tutkimuksen kriteeriä vastaava, jossa käytetään tiedonhankintaa, tutkimusta ja lisäksi arviointimenetelmiä. Huomioidaan ja lisäksi kunnioitetaan muiden tutkijoiden työtä, kuten suorituksia ja julkaisuja asianmukaisella tavalla. Opinnäytetyön tutkimukset suunnitellaan ensin ja sitten toteutetaan. Tämän jälkeen valmis opinnäytetyö tallennetaan tieteelliselle tiedolle, noudattaen ehdotetut säännöt. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.)

Opinnäytetyöprosessin aikana noudatetaan tekijänoikeuslain säännökset. Aineiston käyttäminen velvoittaa oikeudenhaltijan lupaa. Alkuperäistutkimuksia ei muuteta sekä tekstiin merkitään lähteet hyvän tutkimustavan mukaisesti. Opinnäytetyön raportoinnissa toimitetaan yksityisyyden suojan toteutuminen sekä sen huomioiminen. (Arene 2020.)

Opinnäytetyöprosessi toteutettiin rehellisesti ja eettisesti kunnioittamalla muiden tutkijoiden töitä. Aineiston analysoinnissa alkuperäisilmauksia ei muutettu. Muiden tekemiä töitä ei myös plagioitu opinnäytetyöhön. Opinnäytetyötä mietittiin ja suunniteltiin huolellisesti jo ennen opinnäytetyön toteuttamista.

## 9 Jatkokehittämisehdotukset

Opinnäytetyötä tehdessä huomasimme, että äidin raskausajan ahdistuneisuuden yhteys lapsen kehitykseen liittyviä tutkimuksia oli niukasti saatavilla. Tämän lisäksi kiinnitimme huomiota siihen, että masennukseen, stressiin ja synnytyksen jälkeiseen ahdistukseen liittyviä aikaisempia tutkimuksia oli enemmän. Toivoisimme, että jatkossa tehtäisiin lisää tutkimuksia äidin raskausajan ahdistuneisuuteen ja sen yhteydestä lapsen tunnesäätelyyn, tarkkaavaisuus- ja käytöshäiriöistä.

## Lähteet

### Painetut

Tapanainen, J. Heikinheimo, O & Mäkikallio, K. 2019, 354. Naistentaudit ja synnytykset, Duodecim. Helsinki.

Sand, O. Sjaastad, Ö, V. Haug, E. Bjåle Jan, G. 2016. Ihminen fysiologia ja anatomia. Sanoma pro Oy.

Kylmä, J. Juvakka, T. 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Edita publishing Oy.

Stovik-Sydänmaa S. Tervejärvi, L. Hammar- A-M. 2019. Lapsen ja perheen hoitotyö. Helsinki: Sanoma pro

Riihonen, R. Koskinen, M. 2020. Kuinka kiukku kesytetään? Lasten aggressiokasvatus. Jyväskylä: Ps kustannus.

### Sähköiset

Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopisto. Viitattu 15.1.2022.

[https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/7961/isbn\\_978-952-476-349-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/7961/isbn_978-952-476-349-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Kangasniemi, M. Utriainen, K. Ahonen, S-M. Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: Eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsennettyyn tietoon. Hoitotiede.

S-K, A. Puusniekka. A. 2009. Menetelmäopetuksen tietovaranto KvaliMOTV. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 15.1.2022. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/tietoarkisto/julkaisut/kvalimotv.pdf>

Leinonen, P. 2018. Sisällönanalyysi. Viitattu 15.1.2022. <https://spoken.fi/sisallonanalyysi/>

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 15.1.2022. [https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

Arene 2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Viitattu 15.1.2022. <https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=1578480382>

Terveyskirjasto 2020. Raskauden aiheuttamat muutokset äidin elimistössä. Odottavan äidin käsikirja, Duodecim. Viitattu 21.1.2022. <https://www.terveyskirjasto.fi/odk00012>

Tiitinen, A. 2021. Raskaus (Normaali kulku). Lääkärikirja, Duodecim. Viitattu 21.1.2022. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00159>

Halme, A. 2015. Raskaudenaikaisen stressin yhteydet äidin ja isän arvioimaan lapsen temperamenttiin kuuden kuukauden iässä. Pro gradu-tutkielma. Helsingin yliopisto. Viitattu 24.1.2022. [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/158876/Gradu\\_AH\\_2015\\_lopulinen.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/158876/Gradu_AH_2015_lopulinen.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

- Ämmälä, A-J. 2015. Neuvolapsykiatrisia. Lääketieteellinen aikakauskirja. Kustannus Duodecim. Viitattu 25.1.2022. <https://www.duodecimlehti.fi/duo12167>
- Korhonen, M. Luoma, I. 2017. Äidin masennuksen vaikutus lapsen kehitykseen. Lääkärelehti. Viitattu 25.1.2022. <https://www.potilaanlaakarilehti.fi/site/assets/files/0/12/38/896/sll152017-1005-1.pdf>
- Soininen, S. 2017. Äidin raskauden aikaisen masennuksen vaikutus kokemukseen äitiydestä Pro gradu- tutkielma. Viitattu 25.1.2022. [https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/18731/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20171183.pdf](https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/18731/urn_nbn_fi_uef-20171183.pdf)
- Käypä hoito-suositus 2019. Ahdistuneisuushäiriöt. Viitattu 25.1.2022. <https://www.kaypa-hoito.fi/hoi50119>
- Kurtti, S. Stressin fysiologisen vaikutus uneen, muistiin ja oppimiseen. LuTK- kandidaatin tutkielma. Viitattu 25.1.2022. <http://jultika.oulu.fi/files/nbnfioulu-201701251104.pdf>
- Lindroos, A. Ekholm, E & Pajulo, M. 2015. Raskaudenaikainen kiintymys sikiöön- äitiyshuollon mahdollisuus ja haaste. Raskausajan psykologinen kehitys. Viitattu 10.2.2022. <https://www.duodecimlehti.fi/duo12052>
- Sarkkinen 2012. Raskausajan vuorovaikutuspsykologiaa. Viitattu 10.2.2022. <http://www.mir-jasarkkinen.fi/wp-content/uploads/2012/06/Raskausajan-vuorovaikutuspsykologiaa.pdf>
- Pietikäinen, J. Hakulinen, T. Holopainen, A. 2020. Raskausajan ja synnytyksen jälkeisen masennuksen ja ahdistuneisuuden varhaista hoitoa tulee tehostaa. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 57:192. Viitattu 10.2.2022. <https://laurea.finna.fi/Record/journalfi.article89553>
- Jokinen, M. 2019. Lasten itsesäätelytaidot esiopetuksessa. Pro gradu-tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 10.2.2022. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/65633/1/URN%3ANBN%3Afi%3Aju-201909254252.pdf>
- Huttunen, M. 2018. Ahdistuneisuus. Lääkärikirja, Duodecim. Viitattu 15.2.2022. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00188>
- Oulun yliopisto. 2022. Systemaattinen tiedonhaku: Manuaalinen haku. Viitattu 17.4.2022. <https://libguides.oulu.fi/c.php?g=689390&p=4934743>
- Ketolainen, M & Leminen, N. 2016. Äidin raskaudenaikaisen stressin ja ahdistuneisuuden yhteys lapsen tunne-elämän kehitykseen kahden ensimmäisen ikävuoden aikana. Pro gradu-tutkielma. Tampereen yliopisto, yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö.
- Kananen, I. 2020. Äidin raskausspesifin ahdistuksen yhteys 8-kuukauden ikäisen vauvan kasvojen ilmeisiin suuntautuvaan tarkkaavaisuuteen. Pro gradu-tutkielma. Turun yliopisto, psykologian ja logopedian laitos. Turku.
- Laine, M. 2020. Äidin synnytyspelon yhteys vauvan negatiiviseen reaktiivisuuteen kuuden kuukauden iässä. Pro gradu-tutkielma. Turun yliopisto, yhteiskuntatieteellinen tdk.
- J.Petzoldt, Wittchen, H.-U, F. Einsle & J. Martini. 2015. Maternal anxiety versus depressive disorders: specific relations to infants crying, feeding and sleeping problems. Original Article. Institute of Clinical Psychology and Psychotherapy. Germany

Flykt, M. Belt, R & Punamäki, R-L. 2021. Raskaudenaikainen huumeriippuvuus heijastuu äidin hyvinvointiin ja lapsen sosioemotionaaliseen kehitykseen. Lääkärilehti 37/2021, 1964-1968. Alkuperäistutkimus.

Leppänen, M. 2018. Äidin raskaudenaikaisten ja synnytyksen jälkeisten psyykkisten oireiden yhteys lapsen positiiviseen reaktiivisuuteen 12 ja 30 kuukauden iässä. Pro gradu-tutkielma. Turun yliopisto, yhteiskuntatieteellinen tdk.

## Taulukot

<b>Taulukko 1:</b> Sisäänotto- ja poissulkukriteerit .....	15
<b>Taulukko 2:</b> Tiedonhaku- ja aineiston valinta.....	19
<b>Taulukko 3:</b> Aineiston ryhmittely.....	21

## Liitteet

Liite 1: Tutkijan taulukko .....	33
----------------------------------	----



Liite1: Tutkijan taulukko

Tutkimuksen tekijät/Nimi ja Julkaisu-vuosi	Tutkimuksen tarkoitus	Aineisto ja Menetelmät	Tutkimuksen keskeiset tulokset
<p><b>Ketolainen, M &amp; Leminen, N. 2016.</b></p> <p><b>Äidin raskaudenaikaisen stressin ja ahdistuneisuuden yhteys lapsen tunne-elämän kehitykseen kahden ensimmäisen ikävuo-</b> <b>den aikana</b></p>	<p>Tarkoituksena oli selvittää, miten äidin raskaudenaikainen stressi ja ahdistuneisuus ovat yhteydessä lapsen pelokkuuteen viiden ja kahdeksan kuukauden iässä.</p>	<p>Tutkimus toteutettiin Pirkanmaan sairaanhoitopiirin sekä Itä-Suomen ja Tampereen yliopistojen tutkimusryhmien kanssa. Kohderyhmänä on vuonna 2011-2012 syntyneet lapset perheineen.</p> <p>Tutkimus tehtiin Stranger Approach- menetelmällä.</p>	<p>Tutkimuksen tuloksista ilmeni, että lasten pelokkuus lisääntyy 5 ja 8 kuukauden välillä, mutta äidin raskaudenaikaisella stressillä ja ahdistuneisuudella ei todettu olevan yhteyttä lapsen pelokkuuteen.</p>
<p><b>Kananen, I. 2020.</b></p> <p><b>Äidin raskausspesifin ahdistuksen yhteys 8-</b> <b>kuukauden ikäisen vauvan kasvojen il-</b> <b>meisiin suuntautu-</b> <b>vaan tarkkaavaisu-</b> <b>teen</b></p>	<p>Tutkia äidin raskausspesifin ahdistuksen yhteyttä vauvan kasvojen ilmeisiin suuntautuvaan tarkkaavaisuuteen ikäkuutena, jolloin vauvalla on vahva taipumus suunnata tarkkavaisuus kasvoihin ja</p>	<p>Käytettiin osa fokuskohtorttia, joiden koehenkilöt kuuluvat FinnBrainin kehityspsykologiseen osatutkimukseen, johon on kutsuttu 8kk-ikäisiä vauvoja ja heidän äitejään tarkemmille tutkimuskäynneille.</p>	<p>Äidin raskaudenaikaisella ahdistuneisuudella voi olla yhteyksiä vauvan tarkkaavaisuusprosesseihin ja yhteyksiä voi ohjata lisäksi vauvan sukupuoli.</p>

	<p>etenkin pelkoa ilmaiseviin kasvoihin sekä yleistä häiriöherkkyyttä.</p> <p>Myös sitä, että lisääkö äidin raskausspesifi ahdistus vauvan yleistä häiriöherkkyyttä tai tarkkaavaisuuden vinoumaa uhkaärsykkeisiin kokeessa.</p>	<p>Toteutettiin overlap paradigma eli silmänliike tutkimusmenetelmällä, kokeessa vauvalle esitettiin iloisia, pelokkaita ja neutraaleja kasvoja sekä kasvojenmuotoisia kontrollikuvia.</p>	<p>Äidin raskausspesifin ahdistuksen ja vauvan kasvovinouman väliltä ei löytynyt yhteyttä.</p>
<p><b>Laine, M. 2020.</b></p> <p><b>Äidin synnytyspelon yhteys vauvan negatiiviseen reaktiivisuuden kuuden kuukauden iässä</b></p>	<p>Tutkia, onko äidin synnytyspelolla yhteyttä lapsen negatiiviseen reaktiivisuuden kuuden kuukauden iässä.</p>	<p>Turun yliopiston Finn-Brain-syntymäkohorttitutkimusta</p> <p>toteutettiin kyselylomakkeilla raskauden aikana viikoilla (14,24,34) - ja synnytyksen jälkeen vauvan ollessa kuuden kuukauden ikäinen.</p>	<p>Äidin synnytyspelodiagnoosi ei ole yhteydessä lapsen negatiiviseen reaktiivisuuden kuuden kuukauden iässä.</p> <p>Äidin raskauteen liittyvään ahdistuksen ja yleisen ahdistuneisuuden huomattiin olevan yhteydessä lapsen korkeampaan negatiiviseen reaktiivisuuteen.</p>

<p><b>Englannin kielinen tutkimus</b></p> <p><b>Alkuperäisilmaus</b></p> <p><b>J. Petzoldt, Wittchen, H.-U, F. Einsle &amp; J. Martini. 2015. Maternal anxiety versus depressive disorders: specific relations to infants' crying, feeding and sleeping problems</b></p>	<p>“In this prospective longitudinal study, the specific associations of maternal anxiety and depressive disorders prior to, during and after pregnancy and infants' crying, feeding and sleeping problems were investigated in the context of maternal parity”.</p>	<p>“In the Maternal Anxiety in Relation to Infant Development (MARI) Study, n = 306 primiparous and multiparous women were repeatedly interviewed from early pregnancy until 16 months postpartum with the Composite International Diagnostic Interview for Women (CIDI-V) to assess DSM-IV anxiety and depressive disorders”.</p>	<p>“Findings from this study revealed syndrome-specific risk constellations for maternal anxiety and depressive disorders as early as prior to pregnancy: Excessive infant crying (10.1%) was specifically associated with maternal anxiety disorders, especially in infants of younger and lower educated first-time mothers. Feeding problems (36.4%) were predicted by maternal anxiety (and comorbid depressive) disorders in primiparous mothers and infants with lower birth weight. Infant sleeping problems (12.2%) were related to maternal depressive (and comorbid anxiety) disorders irrespective of maternal parity”.</p>
<p><b>Käännetty suomenkielinen teksti</b></p>	<p>Tutkia prospektiivisellä pitkittäistutkimuksella äidin ahdistuneisuus- ja</p>	<p>Haastattelumuodossa suoritettuun äidin ahdistuneisuus suhteessa vauvan kehitykseen (MARI)-</p>	<p>Tutkimuksen tulokset osoittavat, että on olemassa oireyhtymäspesifisiä</p>

	<p>masennushäiriöiden erityisiä yhteyksiä raskaudenaikana sekä sen jälkeen ja vauvojen itku, ruokinta ja uni-ongelmien yhteyttä äidin synnyttäneisyyteen.</p>	<p>tutkimukseen osallistui yhteensä 306 naista, jotka olivat ensisynnyttäjiä ja uudelleensynnyttäjiä. Haastattelut tehtiin toistuvasti alkuraskaudesta aina 16kk synnytyksen jälkeen kansainvälisellä diagnostisella yhdistelmähaastattelulla (CIDI-V) ja arvioimaan DSM-IV avulla ahdistuksen- ja masennuksen häiriöitä.</p> <p>Tutkimus suoritettiin prospektiivisellä menetelmällä.</p> <p>(Prospektiivinen pitkäaikaistutkimus)</p>	<p>riskiryhmiä äidin raskaudenajan ahdistuneisuuden- ja masennuksen- häiriöillä jo ennen raskautta.</p> <p>(10,1%) vauvan itkusta liittyi erityisesti äidin raskaudenaikaiseen ahdistuneisuushäiriöön ja sitä esiintyi erityisesti nuoremmilla, matalasti koulutetuilla ja ensisynnyttäneillä äideillä.</p> <p>Vauvan syömishäiriöistä (36,4%) oli enustettu olevan yhteydessä äidin raskaudenaikaiseen ahdistukseen ja samanaikaisesti myös masennukseen etenkin ensisynnyttäjäillä ja niillä vauvoilla, joilla oli alhaisempi syntymäpaino.</p> <p>Vauvan unihäiriöistä taas (12, 2%) liittyivät äidin raskaudenaikaiseen</p>
--	---	---	---

			masennukseen ja samanaikaisesti myös ahdistukseen riippumatta äidin aikaisemmista synnytyksistä.
<p><b>Flykt, M. Belt, R &amp; Punamäki, R-L. 2021.</b></p> <p><b>Raskauden-aikainen huumeriippuvuus heijastuu äidin hyvinvointiin ja lapsen sosioemotionaaliseen kehitykseen.</b></p>	<p>Tarkoituksena oli tutkia 51 avohoidossa interventioita saavia huumeriippuvaisia äitejä ja 50 normatiivista verrokkia loppuraskaudesta lapsen kouluikään asti. Lisäksi äidin huumeriippuvuuden lyhyt- ja pitkäaikaisvaikutuksia äidin sekä lapsen hyvinvoinnissa ja lapsen kehityksessä.</p>	<p>Tutkimuksessa äidin mielenterveyttä tutkittiin kyselomakkeilla, äidin- ja lapsen välistä vuorovaikutusta emotionaalisen saatavilla olon videonetelmällä.</p> <p>Lapsen sosioemotionaalista ja kognitiivista kehitystä tutkittiin äidin raporttoimana ja psykologisin testein vauva- ja kouluikässä.</p> <p>(Tieteellinen- tutkimusartikkeli)</p>	<p>Tulosten mukaan huumeriippuvaisilla äideillä oli enemmän ahdistus- ja masennusoireita varhaisvaiheessa sekä enemmän vakavia päihde- ja mielenterveysongelmia lasten ollessa kouluikässä kuin verrokeilla. Heillä oli myös enemmän vuorovaikutusongelmia lapsen kanssa sekä vauva- ja kouluikässä. Vuoden iässä lasten kehityksessä ei ollut eroja, mutta kouluikässä huumeriippuvien lapsilla oli enemmän tarkkaavuus- ja mielenterveysoireita.</p>

<p>Leppänen, M. 2018.</p> <p><b>Äidin raskaudenai- kaisten ja synnytyk- sen jälkeisten psyyk- kisten oireiden yh- teys lapsen positiivi- seen reaktiivisuuteen 12 ja 30 kuukauden iässä</b></p>	<p>Tarkoituksena oli tutkia äidin raskaudenai- kaisen ja synnytyksen jälkeisen masennus- ja ahdistuneisuusoireilun yhteyttä lapsen positiiviseen reaktiivisuuteen 12 ja 30 kuukauden iässä.</p>	<p>Aineistossa käytettiin Turun yliopiston FinnBrain-kohorttitutkimusta.</p> <p>Tutkimukseen osallistui psyykkisesti oireilevista äideistä n. 61 ja verrokkiäideistä n. 94. Raskaudenaikaista psyykkistä oireilua mitattiin kolme kertaa raskaudenaikana viikoilla (14, 24 ja 32) ja kaksi kertaa synnytyksen jälkeen (3kk, 6kk). Vanhemmat arvioivat kyse- lyllä lapsen temperamenttia 12kk iässä ja lapsi osallistui tutkimuskäynnille, jossa tarkasteltiin lapsen positiivista reaktiivisuutta 30kk iässä.</p>	<p>Voimakasta, jatkuvaa ahdistusoireilua kokeneiden äitien lapset erosivat tutkimuksen mukaan sekä äidin raportoidussa että havaitussa positiivisessa reaktiivisuudessa verrattuna niihin äitien lapsiin, joilla ei ollut ollenkaan ahdistusoireilua.</p> <p>Äidin ahdistusoireilu psyykkisesti oireilevien äitien ryhmässä raskausviikolla 24 oli yhteydessä vähäisempään lapsen positiiviseen reaktiivisuuteen observoidussa tilanteessa.</p>
---	---	---	---