



Karelia-ammattikorkeakoulu
Sosionomi (AMK)

Varhaiskasvatusikäisten lasten vanhempien hyvinvointi Kon- tiolahden kunnassa

Heli Hassinen
Titta Litmanen

Opinnäytetyö, syyskuu 2022

www.karelia.fi



OPINNÄYTETYÖ
Syyskuu 2022
Sosionomi koulutus

Tikkarinne 9
80200 JOENSUU
+358 13 260 600 (vaihde)

Tekijät
Heli Hassinen
Titta Litmanen

Nimeke
Varhaiskasvatusikäisten lasten vanhempien hyvinvointi Kontiolahden kunnassa

Toimeksiantaja
Kontiolahden kunta

Tiivistelmä

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää kontiolahtelaisten lapsiperheiden kokemaa hyvinvointia sekä arjen haasteita. Lisäksi kartoitettiin perheiden tuen ja palveluiden tarvetta sekä tietämystä eri tukipalveluvaihtoehdoista. Näitä asioita tutkittiin perheissä joissa lapset osallistuvat varhaiskasvatukseen. Varhaiskasvatuspalveluihin Kontiolahdella kuuluu päiväkotitoiminta, avoin varhaiskasvatus, perhepäivähoidon palvelut sekä esiopetus.

Metodina toimi kvantitatiivinen kyselytutkimus, jonka tarkoituksena oli saada kartoitettua mahdollisimman monen Kontiolahdella asuvan lapsiperheen elämäntilannetta. Kysely lähetettiin varhaiskasvatusikäisten lasten vanhemmille tai huoltajille. Opinnäytetyössä käytetty tutkimusaineiston keruu on määrällinen, sisältäen joitakin laadullisia kysymyksiä avoimina kysymyksinä. Tutkimusaineisto kerättiin sähköisellä Webropol – kyselyllä.

Tulosten perusteella voidaan todeta, että suurin osa Kontiolahden kunnan lapsiperheistä voi hyvin ja heidän arkensa on melko sujuvaa. Tukiverkostot koettiin riittäviksi. Ilmeni, että vaikka arki olisikin sujuvaa, vanhemmat kokevat väsymystä, eikä siihen välttämättä osata tai kehdata hakea apua. Vanhemmat kokivat kaipaavansa enemmän kasvatusyhteistyötä ja kumppanuutta varhaiskasvatuksen kanssa. Muita arjen tukipalveluita kaivattiin, vaikka niiden käyttö oli vähäistä.

Kieli
suomi

Sivuja 48
Liitteet 3
Liitesivumäärä 10

Asiasanat
varhaiskasvatus, hyvinvointi, arki, vanhemmuus



THESIS
September 2022
Degree Programme in Bachelor of Social Services

Tikkarinne 9
80200 JOENSUU
FINLAND
+358 13 260 600 (switchboard)

Authors

Heli Hassinen
Titta Litmanen

Title

Welfare of parents with children of early childhood education in the municipality of Kontiolahti

Toimeksiantaja
municipality of Kontiolahti

Abstract

The aim of this thesis was to find out about the everyday well-being and challenges experienced by families with children in the municipality of Kontiolahti. The thesis further explores the needs for family support and services, as well as their knowledge of different support service options. These factors were researched in families that have a child or children in the early childhood education system. Early childhood education services in Kontiolahti include kindergarten, open early childhood education and care, family day care and preschool education.

The research was carried out with an electronic survey which aimed to map the day to day lives of as many families with children living in Kontiolahti as possible. The questionnaire was sent to parents who have a child or children in early childhood education in Kontiolahti. The research material used in the thesis is quantitative, including some qualitative open-ended questions. The research material was collected from parents through a Webropol survey.

The results indicate that most of the families with children in Kontiolahti are doing well and their daily lives run quite smoothly. They also feel that they have enough of a support network around them. However, even if the everyday life was going well, the parents experienced fatigue to which they may not be able or encouraged to seek help. Parents feel that they need more educational co-operation and partnership with early childhood education, as well as everyday support services.

Language
Finnish

Pages 48
Appendices 3
Pages of Appendices 10

Keywords

early childhood education, welfare, everyday, parenthood

Sisältö

1	Johdanto	5
2	Varhaiskasvatus toimintaympäristönä.....	6
2.1	Varhaiskasvatus suomalaisessa yhteiskunnassa	6
2.2	Varhaiskasvatussuunnitelma työtä ohjaavana asiakirjana	7
3	Lapsiperheiden arjen hyvinvointi.....	8
3.1	Perhe ja vanhemmuus	8
3.2	Lapsiperheiden hyvinvointi.....	9
3.3	Vanhempien arjen hyvinvointia kuormittavat tekijät	10
3.4	Vanhempien arjen hyvinvointia tukevat tekijät	12
4	Vanhemmuuden tukeminen	13
4.1	Vanhemmuuden tukeminen varhaiskasvatuksessa	13
4.2	Vanhemmuuden tukeminen muiden palveluiden avulla.....	14
4.3	Vanhemmuuden tukeminen Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksessa.....	16
5	Aikaisemmat opinnäytetyöt	17
6	Tavoite ja tutkimuskysymykset	19
7	Menetelmävalinnat.....	20
7.1	Määrällinen tutkimus.....	20
7.2	Kyselytutkimus.....	21
7.3	Aineiston käsittely	23
8	Kysely	24
8.1	Kyselyn tulokset.....	24
8.2	Perustiedot.....	24
8.3	Lapsiperheiden tuki.....	26
8.4	Arjen hyvinvointi.....	29
8.5	Vanhemmuuden tuki.....	32
8.6	Avoimet kysymykset	34
9	Johtopäätökset	35
9.1	Tärkeimmät tutkimustulokset	35
9.2	Hyvinvointia edistävät tekijät.....	38
9.3	Hyvinvointia kuormittavat tekijät.....	38
10	Pohdinta.....	40
10.1	Luotettavuus ja eettisyys	40
10.2	Tulosten vertaaminen aiempiin tutkimuksiin	43
10.3	Oma oppiminen ja ammatillinen kehittyminen.....	44
10.4	Jatkokehitysideat	45
	Lähteet.....	47

Liitteet

Liite 1	Saatekirje
Liite 2	Opinnäytetyön kysely
Liite 3	Kysymys 11 tulostaulukko

1 Johdanto

Useassa nykyajan perheessä varhaiskasvatus on olennainen osa perheen arkea. Sen merkitys lasten ja perheiden hyvinvoinnin edistämiseen ja tukemiseen on suuri. Varhaiskasvatuksessa korostuvat lapsi ja hänen tarpeensa, mutta tärkeänä osana lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia on myös huomioitava perheen vanhempi/vanhemmat tai muut huoltajat. Varhaiskasvatuksen voidaan katsoa olevan tärkeä osa ennaltaehkäisevää työtä, jossa tunnistetaan lapsen kasvuun, kehitykseen ja oppimiseen liittyvät tarpeet mahdollisimman varhain. (Heinonen, Iivonen, Korhonen, Lahtinen, Muuronen, Semi & Siimes 2016, 180–181.)

Lapsiperheiden hyvinvoinnin edistäminen on tärkeä ja hyvin ajankohtainen teema. Riskitekijöiden etsimisen sijaan on hyödyllisempää keskittyä lapsiperheiden hyvinvointia edistäviin tekijöihin ja niiden tukemiseen. Opinnäytetyössämme tutkimme Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksen asiakasperheiden vanhempien jaksamista arjessa. Rajasimme aihetta toimeksiantajamme kanssa keskusteltuaamme hyvinvointia kuormittaviin ja tukeviin tekijöihin sekä vanhemmille tarjottaviin tukipalveluihin, sisältäen varhaiskasvatuksen. Opinnäytetyömme tavoitteena on saada kyselyn avulla tietoa, jonka avulla kunnan varhaiskasvatusta ja muita perheille tarjottavia palveluita voidaan tulevaisuudessa kehittää entistä paremmin vanhempien tarpeita ja toiveita vastaaviksi.

Opinnäytetyömme teoriaosuus avaa opinnäytetyöllemme tärkeimpiä käsitteitä ja teemoja kirjallisuuteen pohjautuen. Opinnäytetyömme tietoperusta pohjautuu perheen ja vanhemmuuden käsitteisiin, vanhemmuuden tukemiseen sekä lapsiperheiden hyvinvointiin. Lisäksi käsittelemme arjen hyvinvoinnin eri osatekijöitä. Avaamme opinnäytetyössämme aiempia aiheeseen liittyviä tutkimuksia ja kerromme menetelmällisistä valinnoista, joiden perusteella sähköinen kyselymme toteutettiin. Kyselystä saamiemme vastausten analysointi ja johtopäätöksien avaaminen ovat opinnäytetyömme loppuosassa, kuten myös oman ammatillisuuden kehittymisen ja työn luotettavuuden sekä eettisyyden pohdinta.

2 Varhaiskasvatus toimintaympäristönä

2.1 Varhaiskasvatus suomalaisessa yhteiskunnassa

Varhaiskasvatus muodostaa kokonaisuuden, jonka tarkoituksena on toteuttaa 0–6-vuotiaiden lasten ohjattua toimintaa suunnitelmallisesti ja tavoitteellisesti. Toimintaa voidaan toteuttaa avoimessa varhaiskasvatuksessa, päiväkodeissa, perhepäivähoidossa tai esiopetuksessa. Kasvatuksessa ja opetuksessa painotuu erityisesti pedagogiikka. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet on laadittu tukemaan ja ohjaamaan varhaiskasvatuksen järjestämistä. Tarkoituksena on edistää laadukkaan ja yhdenvertaisen varhaiskasvatuksen toteutumista. (Opetushallitus 2018a, 6.)

Varhaiskasvatuksessa edistetään lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista sekä tuetaan vanhemmuutta. Lisäksi varhaiskasvatuksessa voidaan ennaltaehkäistä mahdollisia haasteita tarjoamalla tukea ja ohjausta. Myös lapsen ja perheen ohjaaminen eteenpäin toisten palveluiden piiriin kuuluu tarvittaessa varhaiskasvatuksen tehtäviin. (Heinonen ym. 2016, 181.)

Varhaiskasvatuksen henkilöstö on lapsen ja huoltajien elämässä mukana lähes päivittäin. Siksi voidaan todeta, että neuvolapalveluiden ohella varhaiskasvatuksella on lapselle ja perheelle olennaisen tärkeä merkitys kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemisessa. Varhaiskasvatuksen voidaankin katsoa olevan tärkeä osa laajempaa yhteiskunnallista lapsiperheiden tukijärjestelmää ja sillä voidaan vaikuttaa ennaltaehkäisevästi lapsen hyvinvointiin. (Kangas, Lastikka & Karlsson 2021, 26.)

Suomalaisen varhaiskasvatusjärjestelmän tavoitteena on edistää koko yhteiskunnan yhteisiä arvoja, kuten kansalaisten yhdenvertainen kohtelu, tasa-arvo ja moninaisuus. YK:n lapsen oikeuksien sopimus luo arvoperustan pohjan, jossa korostuvat lapsen edun mukainen toiminta, lapsen oikeus hyvinvointiin, huolenpitoon ja suojeluun. YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen, Suomen varhaiskasvatuslain ja YK:n vammaisten henkilöiden sopimuksen mukaisesti myös lapsen

mielipiteen huomioiminen, lasten yhdenvertainen ja tasa-arvoinen kohtelu sekä lasten syrjintäkielto ovat osa yhteistä arvoperustaa, jonka puitteissa varhaiskasvatus työtä tehdään. (Kangas ym. 2021, 52–53.)

Varhaiskasvatuksen työn tukena ovat muun muassa sosiaalihuoltolaki (1301/2014), vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista annettu laki (380/1987) sekä lastensuojelulaki (417/2007). Lisäksi varhaiskasvatuksessa sovelletaan tarpeen mukaan muita sosiaali- ja terveydenhuollon alaisia lakeja. Näiden lakien velvoittamana varhaiskasvatuksen järjestäjän ja muiden toimijoiden tulee toimia yhteistyössä lapsen ja perheen tarvitseman tuen ja palveluiden kokonaisuuden havaitsemiseksi, arvioimiseksi sekä toteuttamiseksi. (Pihlaja & Viitala 2018, 28.)

2.2 Varhaiskasvatussuunnitelma työtä ohjaavana asiakirjana

Varhaiskasvatussuunnitelma on Suomen lakiin pohjautuva, varhaiskasvatuksen järjestäjä oikeudellisesti velvoittava asiakirja. Varhaiskasvatuksen järjestäjällä tarkoitetaan kuntaa, kuntayhtymää tai yksityistä palveluntuottajaa. Järjestäjien velvollisuutena on laatia valtakunnalliseen varhaiskasvatussuunnitelmaan perustuen paikallinen varhaiskasvatussuunnitelma. Velvoite koskee kunnan järjestämän päiväkotitoiminnan lisäksi avointa varhaiskasvatusta, yksityistä päiväkotitoimintaa ja perhepäivähoitoa. Laatiminen tulee toteuttaa siten, että se huomioi paikalliset erityispiirteet, pedagogiset painotukset, lasten tarpeet sekä arviointitiedon ja kehittämistyön tulokset. (Opetushallitus 2018b, 7–8.)

Varhaiskasvatuslaki (540/2018) ja Opetushallituksen luomat varhaiskasvatussuunnitelman perusteet antavat raamit varhaiskasvatukselle lapsen kasvatuksen, opetuksen ja hoidon toteuttamiseksi. Laki korostaa lasten ja vanhempien osallisuutta sekä vanhempien mahdollisuuksia osallistua suunnittelun toteutukseen ja arviointiin. Lain (540/2018) tavoitteena on muun muassa edistää lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia, tukea lapsen oppimisen edellytyksiä monipuolisesti useita eri pedagogisia keinoja käyttäen sekä edistää sukupuolten tasa-arvoa. Laissa edellytetään myös lapsen yksilöllisen tuen tarpeen tunnistamista

sekä lapsen vanhempien tai muun huoltajan tukemista kasvatustyössään. (Pihlaja & Viitala 2018, 23–24.)

Varhaiskasvatussuunnitelmakokonaisuus muodostuu kolmesta eri tasosta: valtakunnallisesta varhaiskasvatussuunnitelman perusteista, paikallisesti muokautuvista varhaiskasvatussuunnitelmista sekä lapsen yksilöllisestä varhaiskasvatussuunnitelmasta. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa määritellään keskeiset tavoitteet ja sisällöt suomalaiselle varhaiskasvatukselle, varhaiskasvatuksen järjestäjien ja huoltajien välinen yhteistyö, monialainen yhteistyö eri toimijoiden kanssa sekä lasten henkilökohtaisten varhaiskasvatussuunnitelmien sisällöt. (Opetushallitus 2018, 7–8.)

3 Lapsiperheiden arjen hyvinvointi

3.1 Perhe ja vanhemmuus

Perheen määritelmä on nyky-yhteiskunnassa monimuotoisempi kuin ennen. Perheellä voidaan tarkoittaa esimerkiksi kahden vanhemman perhettä, jossa on vähintään yksi lapsi, uusperhettä, yksinhuoltajaperhettä tai samaa sukupuolta olevien perhettä. Kokemus siitä, ketkä kuuluvat omaan perheeseen, voi vaihdella jopa perheen sisällä eri perheenjäsenten ajatuksissa. Perheenjäsenten on myös mahdollista asua eri osoitteissa, vaikka he tuntevatkin olevansa osa perhettä. (Pihlaja & Viitala 2018, 122–123.)

Tilastokeskuksen määritelmä perheestä on, että kaksi henkilöä ovat rekisteröineet parisuhteensa. Siihen voi kuulua lapsia tai parisuhde voi olla lapseton, mutta kyseessä on silti perhe. Myös avio- tai avoliitossa yhdessä asuvat muodostavat perheen. Tässäkin perheen määritelmä muodostuu sekä lasten kanssa että ilman lapsia. Perheeksi kutsutaan yhdenkin vanhemman muodostamaa taloutta, jossa on lapsi tai lapsia. Lapsiperheiden määrä Suomessa on Tilastokeskuksen mukaan vähentynyt, mutta perheiden määrä lisääntynyt. Lapsiperheen määritelmä on myös laajentunut, mistä seuraa, että yksinhuoltaja-,

yhteishuoltaja- ja uusperheiden määrä on lisääntynyt. (Seppänen, Simola & Liukkonen 2021, 186.)

Vanhemmuutta voidaan tarkastella monesta eri näkökulmasta. Vanhemman ja lapsen välisessä kaksisuuntaisessa prosessissa molemmat vaikuttavat toisiinsa. Tosin vanhempien toimintatavoilla on enemmän vaikutusta lapsen myöhempään elämään ja kehitykseen. Näkökulma voi olla myös laajemmin vanhemmuuden mahdollisuuksia arvioiva, jolloin huomio kohdistuu vanhempien työoloihin, taloudelliseen asemaan ja elämäntavan piirteisiin. Nämä heijastuvat lapsen elämään vanhempien käyttäytymisen ja perhe-elämän kautta, vaikka vanhemmat eivät tietoisesti näitä asioita lapsen tietoisuuteen toisikaan. Työhönsä väsynyt, työtön tai rahahuolien rasittama vanhempi ei jaksa olla kiinnostunut lapsen asioista samalla tavalla kuin vanhempi, jolla nämä asiat kunnossa, ja elämä muutenkin tasapainoista ja hyvää. (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila 2018, 214–215.)

3.2 Lapsiperheiden hyvinvointi

Erik Allardt on jakanut hyvinvoinnin kolmeen eri osa-alueeseen jo vuonna 1976. Tämä jaottelu on edelleen hyvin ajankohtainen. Allardtin mukaan hyvinvointi koostuu elintasosta (having), yhteisyysuhteista (loving) ja itsensä toteuttamisesta (being). Elintason määrittelyyn liittyvät tulot, asuminen, työllisyys, koulutus ja terveys. Yhteisyysuhteet ovat perhe- ja ystävyysuhteita. Itsensä toteuttaminen on alue, johon liittyvät kokemukset omaan elämään vaikuttamisesta, korvaamattomuudesta sekä mielekkäistä elämän sisällöistä. (Allardt 1976, 9.)

Nykyajan lapsiperheistä suurin osa voi hyvin, mutta huonosti voivien perheiden tilanne on entistä huonompi. Huonosti voivilla perheillä on usein taustalla ylisukupolvisia haasteita, jotka heijastuvat perheen arkeen monin eri tavoin. (Pihlaja & Viitala 2018, 122–123.)

2000-luvun lapsiperheiden yhteiskunnalliset elinolojen muutokset ovat tavalla tai toisella osa kaikkien perheiden arkea, mutta vaikutukset hyvinvointiin

vaihtelevat. Muutoksia on tapahtunut useiden vuosien saatossa: näitä ovat muun muassa muuttoliike kaupunkeihin, kaukana olevat läheisverkostot, työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen, perherakenteiden monimuotoisuus, sekä toimeentulo-ongelmat sekä avo- ja avioerot. (Halme, Kekkonen & Perälä 2012, 16.)

Viime vuosina yhteiskunnalliseen keskusteluun on vahvasti noussut huoli lasten ja nuorten syrjäytymisestä sekä vanhempien voimavarojen riittävydestä. Vanhemmat mainitsevat vanhemmuuden ja perhe-elämän haasteiksi stressin, epävarmuuden vanhempana, haasteet vanhemman roolin sovittamisessa muuhun elämään, työn ja perhe-elämän yhdistämisen sekä vuorovaikutuksen haasteet tunnetasolla. (Halme ym. 2012, 16.)

Nykyisin sosiaalinen media ja internet tarjoavat vanhemmille paljon ajanvietettä, vertaistukea ja informaatiota, joita he voivat halutessaan hyödyntää omaan elämäänsä. Perheet kokevat tarvitsevansa paikkoja ja palveluita, joissa heillä on mahdollisuus saada tutkittua tietoa hyvinvointia ja terveyttä edistävästä asioista. (Halme ym. 2012, 16.)

Lapsiperheissä keskeinen hyvinvoinnin tekijä on perhe-elämän ja työn yhdistäminen. Työssäkäynti tarjoaa taloudellisen turvan lisäksi vanhemmalle mielekästä tekemistä ja itsensä toteuttamisen mahdollisuutta. Perhe-elämä puolestaan antaa läheisyyttä, rakkautta, turvallisuutta ja jatkuvuutta. Näiden yhteensovittaminen on lapsiperheessä erityisen haasteellista. Lasten hyvinvoinnin ja työn vaatimusten välisen tasapainon löytäminen ei ole helppoa. Tätä tasapainoa haikessaan vanhempi voi kokea syyllisyydentunteita omasta riittämättömyydestään suhteessa kotitöihin ja perheen kanssa vietettyyn aikaan. (Lammi-Taskula & Salmi 2009, 46.)

3.3 Vanhempien arjen hyvinvointia kuormittavat tekijät

Nykyajan vanhemmuudessa kuormittavia tekijöitä on paljon: stressi, vanhemmuuteen liittyvä epävarmuus, huoli taloudellisesta tilanteesta, työn ja perheen

yhteensovittaminen, terveydentila tai parisuhteen haasteet. Terveyden- ja hyvinvoinnin epätasa-arvoisuus on lisääntynyt. Tämä tulee ilmi useimmiten yhden huoltajan perheissä ongelmina yleisessä hyvinvoinnissa. Usein lasten haasteet ovat yhteydessä perheen hyvinvointiin, johon vaikuttavat negatiivisesti muun muassa niukka sosiaalinen verkosto, päihteet, masentuneisuus tai heikko taloudellinen tilanne. (Heinonen ym. 2016, 184.)

Varhaiskasvatuksen tavoitteena ei ole vanhempien haasteiden tai ongelmien ratkaiseminen, mutta on kuitenkin lapsen hyvinvoinnin kannalta tärkeää ymmärtää lapsen kotiympäristön tilanne ja mahdolliset olemassa olevat haasteet. Perheen arki heijastuu suoraan lapsen käytökseen ja hyvinvointiin tilanteesta riippuen hyvinvointia edistävästi tai huonontavasti. Varhaiskasvatuksen tehtävänä on yhdessä vanhempien kanssa luoda lapselle mahdollisimman turvallinen ja toimiva arki. (Heinonen ym. 2016, 184.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos on tuottanut kyselyn, jossa on selvitetty lasten ja perheiden palvelujen tarvetta sekä mitä tukea ja apua on saatu. Lisäksi kyselyssä on selvitetty palvelujen käyttöä, laatua ja yhteensovittamista sekä vanhempien kokemuksia osallisuudesta ja kumppanuudesta. Kysely toteutettiin keuhalla 2009 ja siihen osallistui vanhempia ympäri Suomen. Kyselyssä yli neljännes vanhemmista koki perheen yhteisen ajan riittämättömäksi ja yli viidenneksellä oli jokin oma pitkäaikainen sairaus, joka vaikutti heikentävästi heidän hyvinvoinnin tunteeseensa. Lapsen kehitys, terveys, tunne-elämä sekä sosiaaliset suhteet aiheuttivat vanhemmille huolta. (Perälä, Salonen, Halme & Nykänen 2011, 9.)

Vanhempana toimimiseen liittyen vanhempien oma jaksaminen nousi kyselyssä esille. Oman jaksamisen huoli kosketti yli puolta vastaajista. Muita huolenaiheita olivat yhteisen ajan riittävyys lapsen kanssa, omat taidot vanhemmuudessa sekä maltin menettäminen ristiriitatilanteissa. Yleisiä perhettä koskettavia huolia olivat myös parisuhdeongelmat, työttömyys ja siihen liittyvät vaikeudet taloudessa. (Perälä ym. 2011, 9.)

Vanhemmista yli 80 % oli vähintään yksi lapseen tai vanhempana toimimiseen liittyvä huoli. Kyselyssä selvisi myös, että äidit olivat huolestuneempia kuin isät. Tavallisimmat syyt avun saamiseen liittyivät lapsen terveyteen, arjessa jaksamiseen sekä henkiseen tukeen ja lapsen tuen tarpeisiin. Vastaajat kokivat tuen olleen riittämätöntä monella osa-alueella. Neljännes vanhemmista ei ollut hakenut ollenkaan apua, koska olivat saaneet apua läheisiltä ihmisiltä. Syyt, joiden takia apua ei haettu, olivat: koettiin asian olevan perheen sisäinen, vastaaja koki pysyvänsä ratkaisemaan huolen itse tai vastaajalla ei ollut riittävää uskoa avun saamiseen. Vanhempien vastauksista kävi ilmi, että avun riittävyys vanhempana toimimiseen vaihteli runsaasti. (Perälä ym. 2011, 9.)

3.4 Vanhempien arjen hyvinvointia tukevat tekijät

Lapsen hyvinvointiin vaikuttavat useat eri tekijät. Toimivat ja turvalliset vuorovai-
kutussuhteet perheen kesken, ystävät, harrastukset ja perheen yhdessä viet-
tämä aika ovat jokaisen perheenjäsenen jaksamista ja hyvinvointia edistäviä te-
kijöitä, oli perhemuoto millainen tahansa. Perheen voimavarojen riittävyyden
vaikutus lapsen psyykkiseen terveyteen voi olla elämässä pitkälle kantava
voima. Perheen vanhempien hyvinvoinnilla on iso merkitys lapsen hyvinvointiin.
Perhesuhteet voivat olla myönteisiä ja kannattelevia tai niiden vaikutus voi olla
lasta laiminlyövä ja vahingoittava. (Koivula, Siippainen & Eerola-Pennanen
2017, 81–82.)

Lapsen turvallisuuden tunnetta säätelevät sisäiset työskentelymallit muotoutu-
vat usein toistuvista lapsuuden kokemuksista. Näissä kokemuksissa lapsi pei-
lää kokemuksiaan suhteessa häntä hoivaaviin ihmisiin. Varhaisissa ihmissuh-
teissa lapsen oppimat mallit läheisyydestä, turvasta ja omasta arvosta ovat yh-
teydessä siihen, miten lapsi reagoi myöhemmin elämässään esimerkiksi uusiin
tilanteisiin. Arjessa tunnetasolla läsnä olevat vanhemmat vahvistavat lapsen
myönteistä mielikuvaa itsestään ja omista mahdollisuuksistaan. Huoltajien välin-
pitämätön tai tunteeton suhtautuminen lapseen voi saada aikaan sen, että lapsi
kokee itsensä arvottomaksi. (Nurmi ym. 2018, 35.)

Hyvinvoinnin kannalta tärkeitä tekijöitä ovat työ ja perhe. Työn kautta ihmisellä on itselleen mielekästä toimintaa, hän voi toteuttaa itseään ja ylläpitää sosiaalisia suhteita. Perhe-elämän ytimessä olevat läheiset tunne- ja hoivasuhteet tuottavat hyvinvointia. Toisaalta sekä ansiotyö että perhe-elämä vaativat aikaa ja henkisiä voimavaroja. Ihmisen kokemaan hyvinvointiin liittyy olennaisesti tunne-elämän eri osa-alueiden tasapainosta, jolloin aikaa ja voimia riittää tasaisesti kaikille alueille. Perheessä, joissa molemmat vanhemmat käyvät töissä, perheen vapaa-ajan sosiaaliset suhteet sekä yhdessä viettämä aika nousevat tärkeiksi tekijäksi. Ansiotyö mahdollistaa perheille monesti taloudellista turvaa. Työn ja perheen yhteensovittamiseen liittyy myös haasteita, jotka ovat olennaisia koko yhteiskunnan näkökulmasta. Miten kyetään yhdistämään korkea työllisyysaste, riittävä syntyvyys sekä sukupuolten tasa-arvo? Lainsäädännön keinoin yhteensovittamista pyritään helpottamaan tarjoamalla esimerkiksi mahdollisuutta pitää perhevapaita. Työn ja perhe-elämän tasapainoa voidaan tukea myös varhaiskasvatuksen avulla. (Lammi-Taskula & Salmi 2009, 38–39.)

4 Vanhemmuuden tukeminen

4.1 Vanhemmuuden tukeminen varhaiskasvatuksessa

Varhaiskasvatustyö rakentuu lapsen ja hänen perheensä tarpeiden pohjalle yhteistyössä eri tahojen kanssa. Lapsen omat toiveet on huomioitava hänen asiissaan iän ja kehitystason mukaisesti. Yhteistyön tarkoituksena on lapsen ja perheen tilanteen kokonaisvaltainen hahmottaminen, jotta perhettä pystytään auttamaan ja tukemaan moniammatillisesti heille parhaalla mahdollisella tavalla. (Heinonen ym. 2016, 185.)

Perheiden reaktiot tarjottuihin tukimuotoihin voivat olla hyvin erilaisia: toiset ottavat mielellään avun ja tuen vastaan, toiset puolestaan kokevat tuen tarjoamisen olevan uhka lapsen tulevaisuudelle. Perheille on tärkeää saada välitetyksi tietoa ja tunne siitä, että apua on saatavilla ja mahdollisista haasteista voi kertoa avoimesti varhaiskasvatuksen työntekijöille. (Kangas ym. 2021, 134–135.)

Suomalaisessa lapsi- ja perhepolitiikassa tavoitteena on mahdollistaa ja turvata lapsille turvallinen sekä tasapainoinen kasvu- ja kehitysympäristö sekä tukea vanhempia heidän kasvatustehtävässään. Perhepoliittisten tukitoimien avulla voidaan muodostaa kokonaisuus, johon sisältyvät varhaiskasvatus, erilaiset sosiaaliturvaetuudet, muu taloudellinen tuki, perhevapaat sekä myös muut työn ja perheen yhteensovittamiseen liittyvät kysymykset. Lapsiperheet saavat eniten tukea lapsilisien ja varhaiskasvatuksen kautta. On kuitenkin aina muistettava, että kyse on kokonaisuudesta. Lasten ja perheiden hyvinvoinnin edistäminen moniammatillisessa yhteistyössä edellyttää eri alojen ammattilaisilta suunnitelmallisuutta ja johdonmukaisuutta sekä toimivaa lapsi- ja perhepolitiikkaa. (Heinonen ym. 2016, 174–175.)

Mahdollisimman varhaisessa vaiheessa toteutettu tuki lapsiperheille on koko yhteiskunnan tavoite. Tukea tulisi tarjota ja antaa jo ennen kuin ongelmat kasaantuvat ja palveluiden käyttäminen vaikeutuu. Palveluiden yhdistäminen osaksi perheen arkea hyödyttää perhettä eniten. On myös merkityksellistä, että eri tuen muotojen välillä siirtyminen olisi tarkoituksenmukaista ja sujuvaa. (Heinonen ym. 2016, 174–175.)

4.2 Vanhemmuuden tukeminen muiden palveluiden avulla

Mikäli varhaiskasvattaja huomaa lapsen terveydessä ja hyvinvoinnissa puutteita, hän on velvollinen selvittämään asiaa yhdessä lapsen vanhempien kanssa ja etsimään ratkaisua perheen auttamiseksi. Näissä tilanteissa perheen eteenpäin saattaminen muihin lapsi- ja perhepalveluihin on ehdottoman tärkeää. Varhaiskasvattajan roolina on toimia yhteistyökumppanina ja tukijana perheelle. Jotta perheille löytyvät oikeat palvelut, on varhaiskasvatuksen ammattilaisilla oltava tietoa oman alueensa sen hetkisistä lapsi- ja perhepalveluista sekä muista tarvittavista toimijoista, kuten järjestöistä ja seurakunnista. (Heinonen ym. 2016, 184.)

Sosiaalihuoltolaki (1301/2014) määrittelee sen, että lapsella ja hänen perheellään on mahdollisuus saada välttämättömät sosiaalihuollon palvelut ilman lastensuojelun asiakkuutta. ”Palvelujen on tuettava vanhempia, huoltajia ja muita

lapsen hoidosta ja kasvatuksesta vastaavia henkilöitä lapsen kasvatuksessa ja huolenpidossa.” (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014, 13 §.)

Sosiaalihuoltolaissa (1301/2014) 18 §: ssä säädetään perhetyöstä. Tämän pykälän mukaista perhetyötä voidaan tehdä ennaltaehkäisevänä esimerkiksi neuvolan, koulun ja varhaiskasvatuksen yhteydessä. Työhön sisältyvät muun muassa vanhemmuuden ja arkirutiinien hallinnan tukeminen, kasvatuksen ohjaaminen, perheen toimintakyvyn vahvistaminen ja vuorovaikutustaitojen tukeminen sekä syrjäytymisen ehkäiseminen. (Hämeen-Anttila 2017, 218–221.) Sosiaalihuoltolain 19 §:ssä määritelty lapsiperheille tarkoitettu kotiin annettava palvelu on vanhemmuuden tukemista ja arjessa selviytymisen taitojen vahvistamista. Tavoitteena on palvelun avulla vahvistaa perheen voimavaroja. (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014, 19 §.)

Perhetyöllä voidaan tarkoittaa perheen kanssa tehtävää työtä esimerkiksi koulujen tai varhaiskasvatuksen kautta tai toiminta voi sijoittua perheiden kotiympäristöön. Perhetyö voi näyttäytyä asiakasperheiden epävirallisena tukena, mutta se voi olla myös perheiden laajempaa tukemista sekä puuttumista tarvittaessa virallisten väliintulojen avulla. Virallisilla väliintuloilla tarkoitetaan lastensuojelullisia, perheterapeuttisia tai ennalta-ehkäiseviä palveluja. (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Virolainen 2012, 12–13.)

Perhetyössä työntekijä työskentelee ammatillisesti ja tavoitteellisesti tukien perheitä heidän erilaisissa elämäntilanteissaan. Perheen tukemisessa lähtökohtana ovat perheen tarpeet ja niihin vastaaminen. Perhetyötä toteutetaan tarvelähtöisesti ja asiakkaiden erilaisiin tilanteisiin mukautuen. (Järvinen ym. 2012, 12.) Perheiden kanssa tehtävään työhön on kehitetty erilaisia työmuotoja, tapoja ja menetelmiä. Koska asiakkaat voivat olla hyvin erilaisia tarpeiltaan ja ominaisuuksiltaan, tarvittavan avun ja tuen määrä voi vaihdella. Työtä voidaan toteuttaa esimerkiksi perhetapaamisina, keskusteluina yksittäisen perheenjäsenen kanssa, kotikäynteinä, kerho- ja ryhmätoimintana, retki- ja leiritoimintana sekä perhekuntoutuksena. Yhteistä näille kaikille on, että perhetyötä tehdään suunnitelmallisesti ja tavoitteellisesti tunnistuen perheen tarpeet yksilöllisesti. (Järvinen ym. 2012, 15.)

Perhetyö on määritelty lastensuojelulaissa (417/2007) ehkäiseväksi lastensuojeluksi, jota kunta ja hyvinvointialue järjestävät yhteistyössä. Tavoitteena on, että perhetyön kautta perheiden haastavat ja vaikeat tilanteet tulevat näkyviksi, jolloin niihin on helpompi kohdistaa apua ja tukea. Perhetyöllä on iso merkitys lasten kasvun ja kehityksen turvaamisessa. Perhetyön toivotaan myös vähentävän huostaanottoja. Vaikka lastensuojelun näkökulmasta perhetyöllä ei saavutettaisikaan huostaanottojen vähenemistä, sen merkittävyyttä perheiden hyvinvoinnin tukemisessa ja turvaamisessa ei pidä väheksyä. Varhainen tuki ja ennaltaehkäisy ovatkin keskeisiä toiminta-ajatuksia perhetyötä toteutettaessa. Perhetyössä pyritään vaikuttamaan arjen pieniin asioihin, tukemaan perheen jaksamisesta ja saamaan selviytymisen kokemuksia arjesta. (Järvinen ym. 2012, 12–13.)

Perheet voivat saada tukea ja apua erilaisiin elämäntilanteisiin myös yhdistysten, järjestöjen ja seurakuntien kautta. Sosiaali- ja terveystieteiden äärellä toimii monia järjestöjä, jotka tarjoavat usein maksutonta ja matalan kynnyksen palvelua. Näitä järjestöjä ovat muun muassa Pelastakaa lapset Ry ja Mannerheimin lastensuojeluliitto. Näiltä järjestöiltä voi hakea esimerkiksi tukea harrastuksista aiheutuneisiin kuluihin, vertaistukea ja tukiperhettä tai lastenhoitoapua. Mannerheimin lastensuojeluliitto toimii aktiivisesti yhteistyössä neuvoloiden kanssa etsien uusia tapoja tukea vanhempia kasvatustyössään. (Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri 2021.) Kontiolahden evankelisluterilaisessa seurakunnassa järjestetään erilaisia vanhemmuutta ja perheiden hyvinvointia tukevia kerhoja, joita ovat muun muassa perhe- ja eka vauva -kerhot, perheiden iltatoiminta ja elämän puu -messut. Kontiolahden seurakunnassa tarjotaan myös perheneuvontapalveluita, jonka avulla pyritään tukemaan parisuhteen ja perheen haasteissa sekä elämän kriisitilanteissa. (Kontiolahden seurakunta 2021.)

4.3 Vanhemmuuden tukeminen Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksessa

Varhaiskasvatuksen perheohjaaja avaa Kontiolahden kunnassa toteuttamaansa työskentelyä perheiden kanssa vuoden 2020–2021 toimintakertomuksessa. Työntekijä toimii kunnassa vakituksena perheohjaajana ja hänen työnkuvaansa kuuluu vanhemmuuden tukeminen voimavaralähtöisesti. Hänen tehtäviinsä kuuluu työskentely yhteistyössä varhaiskasvatuksen kanssa perheiden hyväksi. Vanhemmuuden tukemisessa keskeisenä toiminta-ajatuksena on maksuttomuus ja luottamuksellisuus sekä palvelun saatavuus kaikille Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksessa olevien lasten perheille. Työskentely ei vaadi asiakkuutta. (Reentie 2021, 2–3.)

Perheohjaajan työskentely kuuluu ennaltaehkäisevänä ja maksuttomana palveluna kaikille Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksen asiakasperheille, sisältäen päiväkodit, avoimen varhaiskasvatuksen, perhepäivähoidon sekä esikoulun. Perheohjaajan palvelu on matalan kynnyksen palvelua, jossa ei tehdä asiakassopimuksia eikä -kirjauksia järjestelmiin. (Kontiolahden kunta 2022.) Perheohjaajan asiakastyöhön kuuluvat muuan muassa vanhempien ohjaus ja neuvonta, asiakastapaamiset, muiden yhteistyötahojen kanssa moniammatillinen työskentely perheen tarpeisiin liittyen sekä vertaistukiryhmien koordinoiminen ja järjestäminen. Perheohjaajan työnkuvaan sisältyy myös varhaiskasvatuksen henkilöstön konsultointi vanhemmuuden tukemiseen liittyvissä asioissa. (Reentie 2021, 3.)

5 Aikaisemmat opinnäytetyöt

Veera Kestin (2013) tekemässä opinnäytetyössä käsitellään varhaiskasvatuksen roolia vanhempien tukena. Tässä opinnäytetyössä asiaa tarkastellaan vanhempien näkemyksien kautta. Veera Kesti tuo työssään esille muutoksen, joka suomalaisessa varhaiskasvatuksessa on tapahtunut 2000-luvun aikana. 2000-luvun Suomessa lasten kasvun ja kehityksen turvaajina ovat ensisijaisesti edelleen vanhemmat, mutta yhä enemmän myös yhteiskunta varhaiskasvatuspalveluineen. Nykypäivän palveluissa kiinnitetään yhä enemmän huomiota koko lapsen elinpiiriin ja kokonaisuuteen lapsen ympärillä. (Kesti 2013, 24.)

Opinnäytetyössämme pyrimme selvittämään, mitkä ovat vanhempien tarpeita ja toiveita arjen hyvinvoinnin lisäämiseksi. Kokemuksemme mukaan usein vanhemmat yrittävät selviytyä yksin tai perheen kesken kiireisestä arjesta, vaikka apua ja tukea olisikin tarjolla. Opinnäytetyössämme pyrimme kyselyn avulla karjoittamaan näitä tarpeita, jotta palveluita voidaan tulevaisuudessa kohdistaa oikein ja mahdollisesti lisätä palveluvalikoimaa.

Kestin opinnäytetyössä kysyttiin muun muassa vanhempien kokemuksia päivähoidon merkityksestä vanhemmuuden tukemisessa. Kysely toteutettiin Päiväkoti Sinilinnussa Parkanossa. Tässä päiväkodissa vanhemmat kokivat, että päivähoidon merkitys on suuri ja sen merkitys lapsen kasvun ja kehityksen edistäjänä erittäin suuri. Tämä joukko edustaa vain hyvin pientä osaa vanhemmista edes Parkanon alueella, koska kyseessä yksi päiväkotit, mutta kyselyn tulos antaa suuntaa sille, miten vanhemmat päivähoidon merkityksen kokevat. (Kesti 2013, 38–39.)

Kestin opinnäytetyöhön perehtyessämme havaitsimme, että vastaavia asioita on tutkittu ja pohdittu muuallakin Suomessa. Varhaiskasvatuspalvelut yhdessä muiden lapsiperheille tarjottavien palveluiden kanssa ovat olennainen osa tulevaisuuden lapsiperheiden hyvinvointia ja elämää. Yritämme omalta osaltamme opinnäytetyömme avulla edesauttaa ennaltaehkäisevien palveluiden tarjontaa sekä mahdollistaa vanhempia ajattelemaan avun ja tuen pyytämistä.

Tarja Järvelän (2015) opinnäytetyö tutkii päivähoidon merkitystä vanhemmille. Järvelä tuo työssään esille varhaiskasvatuspalvelut osana sosiaalipoliittista tehtävää, jossa päivähoidon perustehtävänä on huolehtia lapsen kasvusta ja kehityksestä ja olla vanhempien tukena kasvatustehtävässä. Tämän voidaan Järvelän mukaan ajatella olevan myös osa lastensuojelullisia toimia, jossa varhaiskasvatuksen keinoin yhteistyöllä vanhempien kanssa voidaan ennaltaehkäistä syntyviä ongelmia, jolloin erityistä lastensuojelun tarvetta ei pääse syntymään. Toisaalta myös varhaiskasvatuksen keinot havaita ja tarttua lapsiperheiden vaikeuksiin ja haasteisiin tarpeeksi ajoissa ovat avain varhaiseen tukeen, jolla voidaan ennalta ehkäistä ongelmien suurenemista. Perhepoliittisena näkökulmana

Järvelä nostaa esille nimenomaan vanhempien tukemisen kasvatustyössä. (Järvelä 2015, 19–20.)

Tarja Järvelä pohtii tutkielmassaan samankaltaisia teemoja, kuten me omassa opinnäytetyössämme. Perhe on lapsen elämässä tärkein yksikkö, jonka avulla hän saa elämänsä rakennusaineet. Yhteiskunnan näkökulmasta perhe on Järvelän mukaan yksikkö, jota eri keinoin tukemalla voidaan edistää lasten hyvinvointia. (Järvelä 2015, 21.) Jotta palveluita voidaan kehittää ja lisätä tarpeita vastaaviksi, tarvitaan tietoa siitä, miten perheet ja vanhemmat voivat. Tähän kysymykseen myös me haemme vastauksia omassa opinnäytetyössämme.

Järvelän mukaan yhteiskunnassamme on viime vuosikymmeninä tapahtunut muutos tukiverkostoissa. Aiemmin suku ja naapurit osallistuivat nykyistä enemmän lasten kasvatustyöhön. Vanhemmilla oli suurempi joukko ihmisiä ympärillään huolehtimassa lapsista. Nykyisin tämänkaltainen yhteisöllisyys on vähenevässä, ja siksi tarvitaankin entistä enemmän yhteiskunnan tarjoamaa tukea ja palveluita. (Järvelä 2015, 21.)

6 Tavoite ja tutkimuskysymykset

Tutkimusaiheenamme oli Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksen asiakasperheiden vanhempien hyvinvointi lapsiperhearjessa. Kohdejoukkona olivat Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksen asiakasperheet, jotka ovat olleet asiakaina vähintään syksystä 2021 alkaen. Kontiolahden kunnan alueella toimivat yksityiset päiväkodit eivät olleet otannassa mukana.

Opinnäytetyömme tavoitteena oli, että kerätystä tiedosta saadaan selville vanhempien ajatuksia, kuinka he kokevat jaksamisen arjessaan ja millaista tukea he kokevat tarvitsevansa arjen hyvinvoinnin lisäämiseksi. Opinnäytetyömme sisältää kolme tutkimuskysymystä:

1. Millaiseksi lapsiperheiden vanhemmat kokevat arjen hyvinvoinnin?

2. Millaista tukea lapsiperheiden vanhemmat tarvitsevat arjessa?
3. Millaista tukea lapsiperheiden vanhemmat toivovat varhaiskasvatuksesta?

Toimeksiantajana opinnäytetyössä oli Kontiolahden kunta, jossa asukasluku on ollut vuonna 2021 15 035. Tilastokeskuksen vuoden 2020 tilaston mukaan perheitä Kontiolahdella oli 4 325. (Tilastokeskus 2022.) Näistä perheistä kyselymme lähetettiin 780 perheelle. Yhteyshenkilönämme toimi Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksen perheohjaaja.

7 Menetelmävalinnat

7.1 Määrällinen tutkimus

Valitsimme opinnäytetyössämme käytettäväksi määrällisen tutkimuksen menetelmän. Mukana on myös muutamia laadullisia kysymyksiä avoimine vastausvaihtoehtoineen. Tämä mahdollistaa tekstimuotoisen aineiston keräämisen auttaen ymmärtämään ilmiötä tarkemmin ja kuvailevammin (Heikkilä 2014, 15).

Laadullisen ja määrällisen tutkimuksen yhdistäminen mahdollistaa monipuolisen aineiston tarkastelun. Käyttämämme menetelmä on niin sanottu monimetodisuus, jossa on yhdistetty määrällistä ja laadullista tutkimusta. Menetelmätriangulaatio tarkoittaa, että tutkimuksessa on yhdistetty määrällistä ja laadullista tutkimusta. Aineistotriangulaatio on aineistojen yhdistämistä monipuolisemman ymmärryksen saamiseksi kohdejoukostamme. (Vilka 2021, 101.)

Määrällisessä tutkimuksessa eli kvantitatiivisessa menetelmässä tutkittavia asioita ja ominaisuuksia tarkastellaan numeerisesti. Numeerisen tiedon tulkitseminen tapahtuu sanallisesti kuvaillen, millä tavoin eri asiat liittyvät toisiinsa tai eroavat toisistaan. (Vilka 2007,14.) Määrällinen tutkimus toimii menetelmänä silloin, kun halutaan saada vastauksia kysymyksiin, kuinka paljon tai miten usein jokin asia ilmenee tai miksi asiat ilmenevät tutkimuksen kuvaamalla tavalla. Menetelmän tavoitteena on ihmistä koskevien asioiden, ominaisuuksien,

kokemusten tai ilmiöiden selittäminen, kuvaaminen, kartoittaminen tai vertailu. (Vilka 2021, 23.)

Määrällisen tutkimuksen keinoin on mahdollista saada numeraalista tietoa, mikä ei tulkinnallisilla metodeilla ole mahdollista. Määrällisessä tutkimuksessa oleellista on, että tutkittava asia on mahdollista muuttaa mitattavaan muotoon. Tällä tarkoitetaan sitä, että teoreettiset käsitteet on saatu muutettua empiiriselle tasolle, jotta aineisto saadaan analysoitua kyselyllä. (Vilka 2021, 23–25.)

7.2 Kyselytutkimus

Määrällisen tutkimuksen prosessissa olennaista on asiaongelman tunnistaminen ja nimeäminen, jotta saadaan tavoitteen mukaisesti täsmällistä, eikä vain satunnaista tietoa. Kyselytutkimuksen suunnitteluvaiheessa on tärkeää huomioida taustateorian lisäksi kyselyyn osallistujiin liittyvät ominaisuudet eli muuttujat sekä tutkimuskohteen luonne ja kieli. Määrällisessä tutkimuksessa objektiivisuus eli puolueettomuus toteutuu, kun kyselyn tekijä pitää itsensä tutkittavasta kohteesta sekä vastaustilanteesta mahdollisimman etäällä. Näin aineistosta saadaan mahdollisimman luotettavaa, eikä se ole riippuvaista tutkijasta tai vastaustilanteesta. (Vilka 2021, 25–26.)

Tutkittavat asiat on määrällisessä tutkimuksessa muutettu rakenteellisesti siten, että asiat operationalisoidaan ja strukturoidaan. Operationalisoinnin tarkoituksena on muuttaa teoreettiset käsitteet arkikielelle, jotta kyselyyn vastaajan on mahdollista ymmärtää kysymykset oikein. Strukturoinnissa on olennaista kysymysten ja vaihtoehtojen vakioiminen lomakkeeseen siten, että jokaiselta on mahdollisuus kysyä kysymykset samalla tavalla ja vastaajat ymmärtävät kysymykset samalla tavalla. Kyselylomakkeessa tutkittavat asiat eli muuttujat ilmoitetaan arvoina, kuten kirjaimina tai numeroina. (Vilka 2007, 14–15.)

Kysely toteutettiin Webropol-kyselytyökalulla, jonka avulla saatiin muodostettua sähköinen kyselylomake (liite 2). Webropol-kysely lähetettiin vastaajille sähköisenä linkkinä, ja siihen vastaaminen oli mahdollista sekä verkko- että

mobiiliversiossa. Kyselyn saattaminen perusjoukolle tapahtui toimeksiantajamme välityksellä. Toimeksiantajamme edustaja lähetti sähköisen linkin keskitetysti kaikille varhaiskasvatuksen asiakasperheille, jotka ovat liittyneet varhaiskasvatuksen yhteiseen DaisyFamily-järjestelmään tai Wilma-järjestelmään riippuen siitä, onko lapsi alle esikouluikäinen vai esiopetuksen piirissä. Työskennellessämme ihmisten parissa tarvitsimme tutkielmaamme tutkimusluvut. Tutkimusluvut myönsi ennen kyselyn jakoon laittamista Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksen päällikkö.

Määrällisessä tutkimuksessa kyselyä käytetään tutkimusaineiston keräämiseen, ja sille on tyypillistä, että vastaajien määrä on suuri. Suuren aineiston etuna on tutkijan mahdollisuus muodostaa havaintoja, jotka puolestaan tekevät mahdolliseksi asioiden selittämisen numeerisesti. (Vilka 2007, 17.) Aineiston otantamenetelmänä käytimme kokonaisotantaa, joka tarkoittaa, että koko perusjoukko otetaan mukaan kyselyyn (Heikkilä 2014, 31). Kokonaisotanta ei kuitenkaan ole varsinainen otantamenetelmä (Vilka 2021, 71). Kyselyssämme oli tarkoituksenmukaista toimeksiantajan toiveet ja tarpeet huomioiden käyttää otannassa koko perusjoukkoa.

Tutkielmamme kysymystyyppinä käytimme havaintojen mittaamiseen muun muassa Likertin asteikkoa. Likertin asteikko on asenneasteikko, jolla voidaan mitata esimerkiksi henkilön asennetta tai mielipidettä. (Vilka 2007, 45–46.) Mitattaessa asenteita, arvoja ja mielipiteitä on hyvä korostaa sitä, mitä kyselyyn vastaajat todella ajattelevat. Kysymykset voivat olla joko avoimia tai suljettuja, jolloin Likertin asteikon käyttäminen on perusteltua. Suljetuissa kysymyksissä annetaan vastaajalle valmiit vastausvaihtoehdot, joista vastaaja valitsee itselleen sopivimman. Suljettujen kysymysten avulla saadaan minimoitua virheitä ja yksinkertaistettua vastausten käsittelyä. Valmiiden vastausvaihtoehtojen etuna on esimerkiksi se, että vastaaminen ei esty kielivaikeuksien takia. Vastaaminen on myös nopeaa. Haittojakin on: vastauksia voidaan antaa harkitsematta, jokin vastausvaihtoehdoista saattaa puuttua tai vaihtoehdot ja niiden esittämisjärjestys voivat johdatella vastaajaa, eikä epäonnistunut kysymyslomakkeen luonti ole korjattavissa enää sen julkaisun jälkeen. (Heikkilä 2014, 49–54.)

Kysely- ja haastattelututkimuksissa on usein mukana muutamia avoimia kysymyksiä. Ne ovat perusteltuja ja tarkoituksenmukaisia käytettäväksi, silloin kun vaihtoehtoja ei tunneta tarkasti. Avoimille kysymyksille on ominaista, että niiden avulla voidaan saada vastauksia, joita ei etukäteen osattu huomioida. Näitä voivat olla esimerkiksi hyvät ehdotukset, ideat ja uudet näkökulmat. Toisaalta ne voivat myös houkuttaa vastaamatta jättämiseen. (Heikkilä, 2014, 47–48.) Käytimme kyselylomakkeessa pääasiassa suljettuja kysymyksiä, jolloin aineiston käsitteleminen oli sujuvaa. Kyselyssä käytettiin muutamia avoimia kysymyksiä, joilla vastaajilta saatiin spontaaneja mielipiteitä aiheesta.

Tuloksia analysoitaessa tulee huomioida monivalintakysymysten vastausmäärät, jotka saattavat olla tavallisiin suljettuihin kysymyksiin verrattuna moninkertaisia. Nämä tulee avata lukijalle ymmärrettävään muotoon. (Heikkilä 2014, 49, 135–136.) Suljetuissa kysymyksissä meillä oli monen erityyppisiä kysymyksiä. Vastaaja pystyi valitsemaan joko yhden tai useamman vaihtoehdon, jotka olivat monivalintakysymyksiä.

7.3 Aineiston käsittely

Määrällisen tutkimuksen prosessi voidaan jakaa suunnitteluun, kokoamiseen, tutkimusaineiston käsittelyyn sekä analysointiin ja tulkintaan. Aineiston käsittely aloitetaan, kun kyselyn vastaamisaika on sulkeutunut. Tavallisesti kyselyt ovat avoinna 10–14 päivää. (Vilka 2021, 135.) Laadullisen tutkimuksen analyysissä pyritään etsimään vastauksia asetettuihin tutkimuskysymyksiin teemoittelun avulla. Tehdyn teemoittelun avulla pystytään tiivistämään vastaukset tutkimuksen tulokseksi. (Vilka 2021, 153.)

Määrällisen tutkimuksen tulokset muodostuvat aineistoa analysoitaessa. Opin- näytetyömme aineiston analysointi tapahtui Webropolin omalla taulukointiohjelmalla kyselyn sulkeuduttua. Analysoinnin tarkoituksena on, että tulokset eivät jää vain numeerisiksi. Olennaista on pystyä esittämään tulokset ja niiden merkitys tutkimusongelman kannalta. Tarkoituksena on tulosten esittäminen siten, että tutkimuksen lukijan on mahdollista ymmärtää sisältö ja laatu. Analysoinnissa on koottava yhteen tulosten olennaiset pääseikat sekä olennaiset

vastaukset, joilla vastataan sekä tutkimusongelmaan että kysymyksiin. (Vilka 2007, 147.)

8 Kysely

8.1 Kyselyn tulokset

Kysely lähetettiin sähköisesti Daisy- ja Wilma -kirjausjärjestelmien kautta 780:lle Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksen asiakasperheelle, joissa vastaajia saattoi olla yksi tai kaksi. Tämä johtuu siitä, kuinka monet käyttäjätunnukset perheeseen oli luotu ja vastasivatko kyselyyn esimerkiksi molemmat vanhemmat. Vastauksia saatiin 107 kappaletta, joten kyselyn vastaanottajista 13,7 % vastasi lähetettyyn kyselyyn.

Kyselymme jaettiin kolmeen eri osaan. Ensimmäisessä osassa kartoitettiin vastaajan perustietoja, kuten lasten ikää ja varhaiskasvatuksen palvelumuotoa. Toisen osion kysymykset liittyivät tuen tarpeeseen ja tukipalveluihin. Kolmannessa osiossa selvitettiin vastaajien arjen hyvinvoinnin tekijöitä. Kyselyn lopussa vastaajan oli mahdollista kirjoittaa vapaasti ajatuksiaan.

8.2 Perustiedot

Taustatiedoissa selvitettiin vastaajien roolia vanhempana, huoltajuussuhdetta, lasten lukumäärää perheessä, lasten ikää sekä lasten hoitomuotoa varhaiskasvatuksessa. Vastaajista 17 (16 %) oli isejä ja äitejä 88 (83 %). Yksi vastaaja (1 %) ilmoitti kuuluvansa ” muu huoltaja” kategoriaan. Yhteishuoltajuus oli lähes kaikilla vastaajilla (105) ja yksi vastaaja ilmoitti olevansa yksinhuoltaja (0,9 %). Yksi vastaajista ei ollut vastannut tähän kysymykseen.

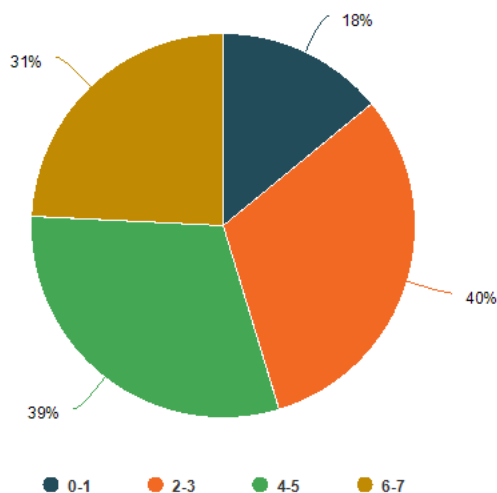
Varhaiskasvatusikäisten lasten lukumäärää perheessä selvitettiin perustieto-osiossa (taulukko 1). Vastaajista yli puolet 58 (54 %) ilmoitti perheessä olevan yksi

varhaiskasvatusikäinen lapsi. Kahden varhaiskasvatusikäisen lapsen perheitä oli toiseksi eniten, ja vähemmistöön jäivät kolmen, neljän ja viiden lapsen perheet.

Taulukko 1. Varhaiskasvatusikäisten lasten lukumäärä perheessä (n= 107).

Lasten lukumäärä	n	%
1	58	54,21
2	42	39,25
3	3	2,8
4	2	1,87
5	2	1,87

Selkeä enemmistö lapsista olivat iältään kategoriassa 2–3-vuotiaita (40 %) ja 4–5-vuotiaita. (39 %) Vajaa viidennes oli yksivuotiaita tai sen alle. Esiopetusikäisiä lapsia vastaajien perheissä oli 33 vastaajalla (30 %) (kuvio 1).



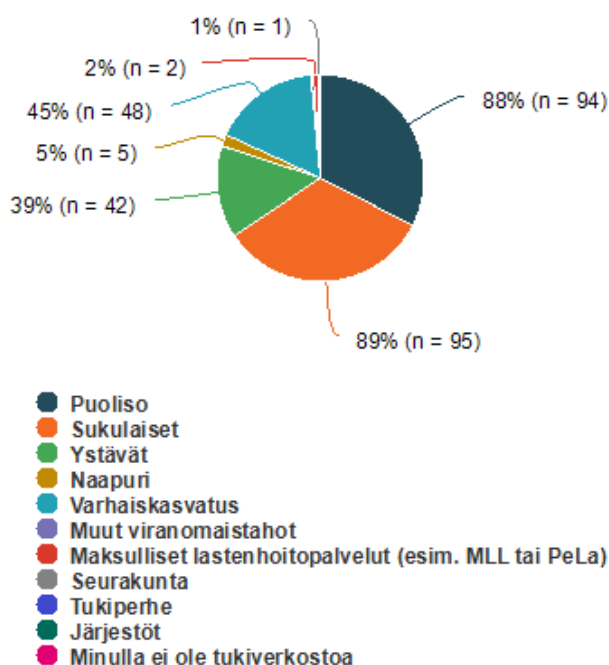
Kuvio 1. Perheessä olevien varhaiskasvatusikäisten lasten ikä (n=107).

Suurin osa kyselyyn vastanneiden lapsista käyttävät varhaiskasvatuksen palveluita päiväkotiympäristössä (78 %). Esiopetuksessa oli toiseksi eniten lapsia (26 %). Perhepäivähoidon käyttäjiä oli seitsemän vastaajaa ja neljä ilmoitti lapsen olevan avoimessa varhaiskasvatuksessa.

8.3 Lapsiperheiden tuki

Kyselyn kysymykset kuudesta kymmeneen käsittelivät vastaajien tukiverkostoa ja tukipalveluja. Tässä osiossa selvitettiin tukiverkoston laajuutta; onko tukiverkostoa ”ei ollenkaan”, ”vähän”, ”jonkin verran” vai paljon. Vastaajista lähes kolmannes (32 %) ilmoitti tukiverkostoa olevan paljon. Vain yksi (0,9 %) ilmoitti, että tukiverkostoa ei ole lainkaan. Jonkin verran tukiverkostoa oli 45 vastaajalla (42 %) ja 27 vastaajaa koki, että tukiverkoston riittävyys on vähäinen (25 %).

Kysymyksessä seitsemän vastaajan oli valittava tukiverkostoista enintään kolme itselle tärkeintä vaihtoehtoa (kuvio 2). Suurin osa vastaajista määritteli itselleen tärkeimmäksi tukiverkostoksi sukulaiset (89 %) ja puolison (88 %). Varhaiskasvatus nostettiin kolmanneksi tärkeimmäksi tukiverkostoksi (45 %). Näiden jälkeen tuli ystävät ja muut tukiverkoston mahdollisuudet. Vastausvaihtoehdot tukiperhe, järjestöt ja minulla ei ole tukiverkostoa eivät saaneet yhtään vastausta.



Kuvio 2. Tukiverkoston tärkeysjärjestys (n=107).

Tietoisuutta lapsiperheille tarkoitetuista tukipalveluista selvitettiin kyselyn kahdeksannessa kysymyksessä (taulukko 2). Vastaaja pystyi valitsemaan yhden tai

useamman vaihtoehdon. Vastaajat olivat hyvin tietoisia neuvolapalveluista (95 %). Kasvatus- ja perheneuvolan palveluista oli tietoisia kaksi kolmasosaa vastaajista. Puolet vastaajista olivat tietoisia seurakunnan, lastensuojelun ja varhaiskasvatuksen perheohjaajan palveluista. Vähiten oltiin tietoisia lapsiperheiden kotipalvelun, varhaisen tuen ja järjestöjen tarjoamista tukipalveluista.

Taulukko 2. Tietoisuus tukiverkostoista (n = 107).

Mistä lapsiperheille tarkoitettuja tukipalveluista olet tietoinen? Valitse yksi tai useampi	n	%
Kasvatus- ja perheneuvola	78	72,9
Neuvola	102	95,3
Lapsiperheiden kotipalvelu	46	43,0
Seurakunta	61	57,0
Järjestöt	36	33,6
Lastensuojelu	57	53,3
Varhainen tuki	46	43,0
Varhaiskasvatuksen perheohjaaja	59	55,1

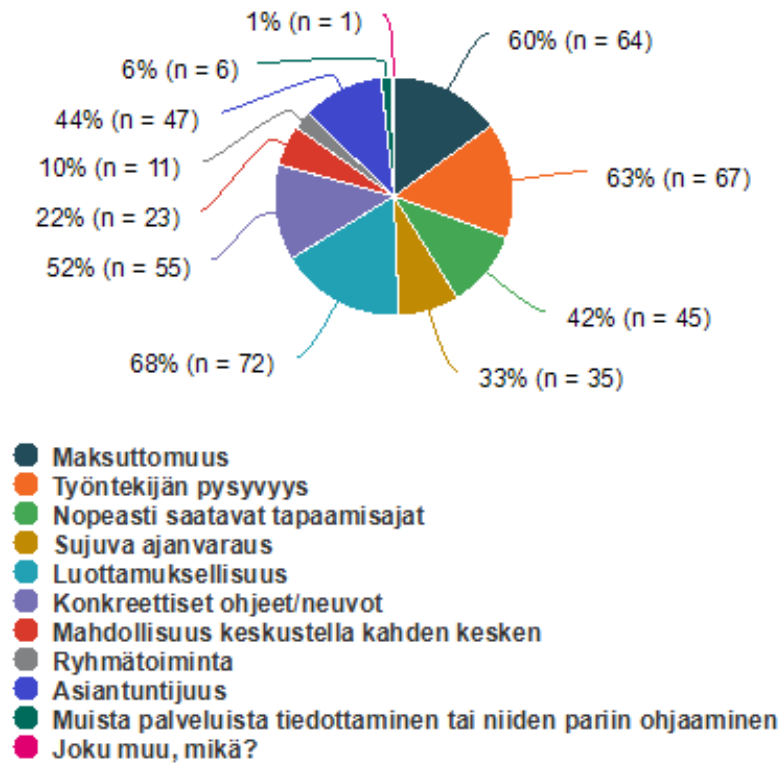
Yhdeksännessä kysymyksessä (taulukko 3) kysyttiin, miten usein vastaaja on käyttänyt tukipalveluja. Vastaajan tuli valita vaihtoehdoista itselleen parhaiten sopiva. Vastausvaihtoehdot olivat: *en ole käyttänyt palvelua, olen käyttänyt palvelua kerran, olen käyttänyt palvelua 2–4 kertaa tai olen käyttänyt palvelua enemmän kuin viisi kertaa*. Vastauksista tuli ilmi, että neuvolan palvelut ovat suurimmalle osalle vastaajista eniten käytettyjä tukipalveluja. Vastaajista 67,9 % oli valinnut vastausvaihtoehdon ”enemmän kuin viisi kertaa”. Lapsiperheiden kotipalvelua ei ollut vastaajista käyttänyt ollenkaan 90,6 %. Seurakunnan palveluita oli käyttänyt kolmasosa vastaajista. Vähiten käytettyjä tukipalveluja olivat järjestöjen tukipalvelut, lastensuojelun palvelut sekä varhaisen tuen palvelut, joita ei ollut käyttänyt ollenkaan 92 % vastaajista. Vastausvaihtoehdon ”joku muu, mikä” kohdalle vastauksiin oli kirjoitettu Alisa-projekti, perheryhmä

Punaposki, puheterapia ynnä muut kuntoutukseen liittyvät palvelut. Kyseisiä palveluita oli käytetty enemmän kuin kerran.

Taulukko 3. Tukipalveluiden käyttö (n = 107).

Miten usein olet käyttänyt alla olevia tukipalveluita?	En ole käyttänyt palvelua	Kerran	2-4	Enemmän kuin viisi kertaa
Varhaiskasvatuksen perheohjaaja	88,8	2,8	5,6	2,8
Kasvatus- ja perheneuvola	87,5	2,9	7,7	1,9
Neuvola	21,7	1,9	8,5	67,9
Lapsiperheiden kotipalvelu	90,6	0,0	3,8	5,6
Seurakunta	74,5	4,7	12,3	8,5
Järjestöt	90,6	1,9	2,8	4,7
Lastensuojelu	97,2	1,0	0,9	0,9
Varhainen tuki	91,6	1,8	4,7	1,9
Joku muu, mikä?	90,6	0	1,9	7,5

Kysymyksessä kymmenen selvitettiin mitkä asiat ovat tärkeitä lapsiperheiden tukipalveluissa (kuvio 3). Vastaajan oli valittava enintään viisi itselle tärkeintä vaihtoehtoa. Eniten valintoja sai ”luottamuksellisuus” (72 vastaajaa). Vastausvaihtoehto ”työntekijän pysyvyys” sai toiseksi eniten valintoja (67 vastaajaa). ”Maksuttomuus” nousi kolmanneksi (64 vastaajaa). Neljänneksi tuli ”konkreettiset ohjeet/neuvot” -vaihtoehto (55 vastaajaa) ja ”asiantuntijuus” (47 vastaajaa) oli viidenneksi eniten valittu vaihtoehto. Vastausvaihtoehto ”joku muu, mikä” sai yhden valinnan, johon oli kirjoitettu: yhteydenottamisen helppous/ matala kynnyksen ottaa yhteyttä.



Kuvio 3. Mitkä asiat ovat tärkeitä tukipalveluissa (n=107).

8.4 Arjen hyvinvointi

Kysymyksessä 11 selvitettiin, millaiseksi vastaajat kokevat hyvinvointinsa tällä hetkellä (taulukko 4, liite 3). Vastausvaihtoehdot kysymyksessä olivat ”täysin eri mieltä”, ”jokseenkin eri mieltä”, ”jokseenkin samaa mieltä” ja ”täysin samaa mieltä”. Tässä kysymyksessä tulokset on jaettu samaa ja eri mieltä oleviin vastauksiin. Tuloksia on esitelty tarkemmin liitteessä 3.

Väitteeseen ”selviydyn arjen askareista (lasten kasvatus, työ/opiskelu, kotityöt)” samaa mieltä oli 89 % vastaajista ja 11 % oli eri mieltä väitteen kanssa. Väitteen ”koen tarvitsevani tällä hetkellä apua” eri mieltä -kohdan valitsi 74 % vastaajista. Samaa mieltä asiasta oli 26 % vastaajista. ”Koen arkeni kuormittavaksi” -väitteen kanssa samaa mieltä vastaajista oli 57 % ja 43 % oli eri mieltä.

Väitteeseen ”koen voivani hyvin” 85 % vastanneista oli samaa mieltä väitteen kanssa ja eri mieltä 15 %. ”Perheemme arki on sujuvaa” – väitteessä 80 % vastaajista oli samaa mieltä ja 12 % valitsi eri mieltä vastausvaihtoehdon.

”Läheisten kanssa viettämäni aika antaa minulle voimavaroja (parisuhde, ystävät, sukulaiset)” -väitteessä huomattavan suuri osa vastaajista 91 %, valitsi kohdan samaa mieltä ja 9 % oli täysin eri mieltä. ”Minulla on hyvä olla parisuhteesani” -väitteessä 87 % oli samaa mieltä ja 13 % koki olevansa eri mieltä.

Väitteeseen ”Kaipaen tukea omien tai lapsen tunteiden hallintaan” vastaajista oli väitteen kanssa eri mieltä 71 % ja samaa mieltä 29 %. ”Minulla on vaikeuksia huolehtia omasta jaksamisesta” -väitteessä 70 % vastaajista oli eri mieltä ja 30 % samaa mieltä.

”Väsyt perhearjesta” -väitteessä 41 % oli samaa mieltä, 59 % oli eri mieltä. ”Perheemme taloudellinen tilanne on hyvä” -väitteessä suurin osa vastaajista oli samaa mieltä 82 % ja 18 % oli eri mieltä väitteen kanssa.

Kysyttäessä työn ja perheen yhdistämisestä kohdassa ”Minulla on vaikeuksia yhdistää työ- ja perhe-elämä” eniten vastauksia sai kohta eri mieltä, 77 % vastaajista. Samaa mieltä oli 23 % vastaajista väitteen kanssa. ”Olen huolissani omasta jaksamisestani vanhempana” -väite sai eniten vastauksia kohtaan eri mieltä 76 % ja samaa mieltä 24 % vastaajista.

”Perheen kanssa viettämäni aika on riittävä” -väitteessä samaa mieltä koki vastaajista olevansa 75 % ja eri mieltä oli puolestaan 25 % vastaajista. Väitteessä ”Minulla ei ole aikaa omiin harrastuksiin” 59 % oli samaa mieltä väitteen kanssa. Eri mieltä väitteen kanssa oli 41 % vastaajista.

Kysymyksessä 12 kysyttiin, mitä asioita vastaaja huomaa itsessään, kun tuntee olonsa kuormittuneeksi (taulukko 5). Kysymyksessä oli mahdollista valita niin monta vaihtoehtoa kuin koki tarpeelliseksi. Eniten koettiin väsymystä (95 valintaa) ja ärtyneisyyttä (92 valintaa). Kohtaan ”minulla on univaikeuksia” tuli 43 valintaa. Kehon fyysisiä oireita (pää- ja vatsaoireet, tuki- ja liikuntaelinten kivut,

kutina, painon vaihtelu) koki 42 vastaajaa. Mielenkiinnon väheneminen kosketti 29 vastaajaa, ja 22 vastaajaa koki vaikeuksia päätöksien teossa sekä ongelmien ratkaisussa. Vastaajista 21 ilmaisi, että kuormittuneena ihmissuhteet heikkenevät. Vastaajista 15 kokee kuormittuneena kiihtyneisyyttä ja yhdeksällä (9) kiinnostus lasten asioihin vähenee. Yksi (1) vastaaja ilmaisi päihteidenkäyttönsä lisääntyvän. Kolme (3) vastaajaa valitsi kohdan ”jotain muuta, mitä”. Nämä vastaukset olivat: ”Suutun herkästi, tiuskin, kärsivällisyys vähenee”, ”Ylisuoritan”, ”Puristava tunne rinnassa, ahdistus”.

Taulukko 5. Kuormittavuuden tuomat tunteet vastaajalla (n= 107).

Mitä asioita huomaat itsessäsi, kun tunnet itsesi kuormittuneeksi?	n	%
Olen väsynyt	95	89,6
Koen itseni kiihtyneeksi	15	14,2
Tunnen itseni ärtyneeksi	92	86,8
Minulla on univaikeuksia	43	40,6
Päihteidenkäyttöni lisääntyy	1	0,9
Mielenkiintoni harrastuksia kohtaan vähenee	29	27,4
Päätöksien tekeminen ja ongelmanratkaisu on vaikeampaa	22	20,8
Ihmissuhteeni heikkenevät	21	19,8
Kiinnostukseni lasten asioihin vähenee	9	8,5
Kehossani ilmenee fyysisiä oireita (pää- ja vatsakivut, vatsaoireet, tuki- ja liikuntaelinten kivut, kutina, painon vaihtelu)	42	39,6
Jotain muuta, mitä?	3	2,8

8.5 Vanhemmuuden tuki

Kysymyksessä 13 selvitettiin, mitkä asiat vaikuttavat avun pyytämiseen (vaikka vastaaja ei juuri tällä hetkellä tarvitsisi apua/tukea) (taulukko 6). Vastaaja pystyi valitsemaan enintään kolme itselleen merkityksellisintä kohtaa. Vastauksista tuli ilmi, että tärkeimpänä pidettiin tuen helppoa saatavuutta. Vastaajista 80 oli valinnut tämän vaihtoehdon. Hieman yli puolet vastaajista (51) piti tärkeänä, että avun saaminen on vaivatonta. Kolmanneksi (45 vastaajaa) tärkeimmäksi nousi, että riittävä tieto tuesta on löydettävissä helposti. Neljänneksi (41 vastaajaa) nousivat tuen löytyminen läheltä ja luottamus palveluntarjoajaan.

Muita asioita oli valittu huomattavasti vähemmän. Tuen saamista kasvotusten piti tärkeänä 20 vastaajaa. Ajanvaraus on sujuvaa, nousi 12 vastaajan mielestä kolmen tärkeimmän asian joukkoon. Seitsemän (7) vastaajaa nosti ”tukea on suositeltu minulle” -kohdan tärkeäksi ja kolme (3) vastaajaa ”saan tarvittaessa tukea etänä” -vaihtoehdon.

Taulukko 6. Avun pyytämiseen vaikuttavat asiat (n=107).

Mitkä asiat vaikuttavat avun pyytämiseen, vaikka et juuri tällä hetkellä tarvitsisi apua/tukea? Valitse enintään kolme tärkeintä.	n	%
Riittävä tieto tuesta on löydettävissä helposti	45	42,1
Tuki on helposti saatavilla	80	74,8
Tukea löytyy läheltä	41	38,3
Saan tarvittaessa tukea kasvotusten	20	18,7
Saan tarvittaessa tukea etänä	3	2,8
Avun saaminen on vaivatonta	51	47,7
Voin luottaa palveluntarjoajaan	41	38,3
Ajanvaraus on sujuvaa	12	11,2
Tukea on suositeltu minulle	7	6,5

Kyselyn viimeisessä kysymyksessä selvitettiin, minkälaista tukea vanhemmuuteen vastaajat toivovat varhaiskasvatukselta (taulukko 7). Vastaaja pystyi valitsemaan itselleen kolme tärkeintä kohtaa. Eniten vastauksia keräsi ”toivon toimivaa kasvatusyhteistyötä” -kohta, jonka valitsi 75 vastaajaa. Toiseksi eniten valintoja sai kohta ”saan tarvittaessa neuvoja” (68 vastaajaa). Puolet vastaajista nosti kolmen tärkeimmän joukkoon ”saan tarvittaessa keskusteluaikaa” -kohdan. Vertaistuen saaminen muilta vanhemmilta varhaiskasvatuksen avulla nousi 16 henkilön kohdalla kolmen tärkeimmän joukkoon. ”Haluaisin saada tietoa yhteistyötahoista ja muista palveluista” sekä ”asiantuntijoiden vierailuja vanhempainilloissa” saivat 15 vastausta. Jokin muu, mikä -kohtaan tuli viisi vastausta. Näitä olivat: ”avoin keskustelu lapsen asioista”, ”kotiin saatava apu, esim. hoitoapu”, ”konkreettisia tekoja, kuten lasten jumppaa iltaisin Lehmon koululla ja vanhempi voisi käydä lenkillä sillä aikaa.”, ”Konkreettinen apu, esim. lastenhoito” ja ”Punaposken toiminnan jatkuminen. Tärkeä tuki!”.

Taulukko 7. Tuki varhaiskasvatukselta (n=107).

Minkälaista tukea vanhemmuuteen toivot varhaiskasvatukselta? Valitse enintään kolme tärkeintä.	n	%
Saan tarvittaessa neuvoja	68	64,2
Toivon toimivaa kasvatusyhteistyötä	75	70,8
Haluaisin saada tietoa yhteistyötahoista ja muista palveluista	15	14,2
Saan tarvittaessa keskusteluaikaa	49	46,2
Asiantuntijoiden vierailuja vanhempainilloissa	15	14,2
Vertaistuen saaminen muilta vanhemmilta varhaiskasvatuksen avulla	16	15,1
Jokin muu, mikä?	5	4,7

8.6 Avoimet kysymykset

Avoimessa kysymyksessä vastaajien on mahdollista kertoa ajatuksiaan aiheeseen liittyen. Avointen kysymysten etuna on, että niistä voidaan saada lisätietoa vastaajien ajatuksista sekä jopa parannusehdotuksia aiheeseen liittyen. Niissä voi myös tulla ilmi asioita, joista ei ole ollut etukäteen tietoa. Avoimet kysymykset on hyvä sijoittaa kyselyn loppuun, jolloin vastaajan on mahdollista tuoda esille asioita, joita on mahdollisesti miettinyt lomaketta täyttäessä. (Heikkilä 2014, 48.) Vastauksia saimme 13 henkilöltä.

Vastauksista tuli esille, että avun pyytäminen on vaikeaa ja oma avuntarve on välillä vaikea tunnistaa tai myöntää. Siihen koetaan voivan liittyä voimakasta häpeän ja epäonnistumisen tunnetta. ”En pyytäisi apua vaikka sitä tarvitsisin, pyristelisin vain itsekseni.”

Jos vanhempana kokee olevansa väsynyt ja kuormittunut, sitä on todella vaikeaa myöntää. Siihen liittyy hyvin voimakasta häpeän ja epäonnistumisen tunnetta, vaikka se onkin täysin normaalia ja varmasti myös melko yleistä. Sen vuoksi tukipalveluita tulisi saada hyvinkin matalalla kynnyksellä, ja mielestäni tämä kunnassamme onnistuukin. Tiedän, että jos kokisin tarvitsevani apua, voisin hakea sitä monelta ero taholta. Esim. varhaiskasvatuksen puolelta eri vaihtoehdoista on tiedotettu kohteihin todella hyvin! Vertaistukea voisi mielestäni hyödyntää vielä enemmän, esim. järjestää keskusteluryhmiä vanhemmille, joilla on haasteita arjessa jaksamisen kanssa tai äideille, jotka kamppailevat äitiyden haastavien tunteiden ja tilanteiden kanssa.

Vertaistuen merkitystä korostettiin neljässä vastauksessa. Vertaistukea voisi hyödyntää vastaajien mukaan vielä nykyistä enemmän ja vaihtoehtoja vertaistuelle voisi olla enemmän. Keinoja tähän olisivat esimerkiksi erilaiset keskusteluryhmät ja vanhempainilloissa tapahtuva kohtaaminen. ”Vertaistuen mahdollisuudet ovat heikot eli mielelläni haluaisin näitä lisätä!”

Toivoisin varhaiskasvatukselta vanhempainiltoja, että tapaisi ja tutustuisi toisiin vanhempiin, tiedottamista erilaisista palveluista, matalan kynnyksen ja maksutonta apua.

Vastauksista ilmeni, että Kontiolahden kunnan palveluihin ollaan tyytyväisiä, kuten myös varhaiskasvatukseen. Vastaukset korostivat muidenkin palveluiden

merkitystä tuen antajina. Erityisesti tuotiin esille toimintaterapia, jota on ollut hankala saada. Neuvolapsykologin palvelut koettiin auttavana tahona. Myös lastenhoitopalveluiden merkitys koettiin tärkeäksi. ”Olisi toivottavaa, että apu olisi perhelähtöistä, että kysyttäisiin millaista apua tarvitsen ja pyritäisiin siinä auttamaan ja apua järjestämään.”

Lisäksi vastauksissa mainittiin, kuinka tärkeä tämä aihe ja siitä keskustelu on, sillä kyse on asioista, jotka heijastuvat koko perheen hyvinvointiin ja jaksamiseen. Eräs vastaaja toi esiin myös avoimen varhaiskasvatuksen kerhotoimintaa, toivoen vasukeskusteluja myös siihen ympäristöön.

9 Johtopäätökset

9.1 Tärkeimmät tutkimustulokset

Ensimmäiseen tutkimuskysymykseen ”Millaiseksi lapsiperheiden vanhemmat kokevat arjen hyvinvoinnin?” vastaukseksi saatiin, että kokonaisuutena vanhemmat kokevat lapsiperhearjen hyvänä. He kokevat selviytyvänsä arjen askareista, perheen arki on sujuvaa, he saavat voimavaroja läheisistään, suurin osa voi hyvin parisuhteessaan ja suurimmalla osalla perheistä taloudellinen tilanne on hyvä.

Haasteena vanhemmat kokevat väsymisen perhearjessa. Joitakin koskettaa myös työ- ja perhe-elämän yhdistämisen vaikeus. Lapsiperhearjessa tyypillistä on, että aikaa omaan harrastukseen ei juuri ole. Tämäkin tulee kyselyssä esille ja ilmenee myös vanhempien omassa jaksamisessa vanhempana. Huoli voimavarojen riittävydestä on esillä myös yhteiskunnallisesti; vanhemmat mainitsevat vanhemmuuden ja perhe-elämän haasteiksi stressin, epävarmuuden vanhempana ja työ- ja perhe-elämän yhdistämisen sekä vuorovaikutuksen haasteet tunnetasolla (Halme, Kekkonen & Perälä 2012, 16). Toisaalta suurin osa vastaajista kokee, että perheen kanssa vietetty aika on riittävä. Voidaan siis ajatella, että tasapaino perhearjessa on olemassa suurimmalla osalla perheistä.

Toinen tutkimuskysymys oli ”Millaista tukea lapsiperheiden vanhemmat tarvitsevat arjessa?”. Vanhemmat ilmaisivat, että tukiverkostoista tärkeimmät ovat puoliso, sukulaiset, ystävät ja varhaiskasvatus. Näiden tukiverkostojen avulla vanhemmat jaksavat perhearjen pyörittämistä. Varhaiskasvatuksen yhteistyö ja kasvatuskumppanuus ovat tärkeitä niin lapsen kuin vanhemman jaksamisen kannalta.

Kolmas tutkimuskysymys oli ”Millaista tukea lapsiperheiden vanhemmat toivovat varhaiskasvatukselta?”. Eniten toivottiin toimivaa kasvatusyhteistyötä, neuvoja ja keskusteluaikaa. Avoimien vastausten perusteella vertaistuki nousi merkittäväksi tarpeeksi. Vanhemmat toivoivat konkreettista apua, kuten esimerkiksi lastenhoitoa ja iltaisin tapahtuvaa kerhomaista toimintaa sekä keskusteluryhmiä vanhemmille. Varhaiskasvatus ei voi kaikkea tätä kaikkea mahdollistaa toimintansa puitteissa, mutta yhteistyö eri tahojen välillä voisi edistää vanhempien tietoisuutta näistä palveluista ja rohkaista vanhempia erilaisien palveluiden nykyistä parempaan hyödyntämiseen.

Vastauksista tuli ilmi, että suurimmalla osalla on tukiverkostoa jonkin verran tai paljon, mikä on positiivinen asia vanhempien jaksamisen ja arjen hyvinvoinnin kannalta. Huomioitavaa on kuitenkin myös se, että vastaajista neljännes ilmoitti tukiverkostoa olevan vain vähän. Vastaajista yksi ilmoitti, ettei hänellä ole ollenkaan tukiverkostoa, mikä on huolestuttava ilmiö mahdollisesti laajetessaan. Tukiverkoston vähyys ja sen tarve on kuitenkin subjektiivista. Osalle ihmisistä vähäinen määrä tukiverkostoa on jo täysin riittävä, kun taas toisille puolestaan paljonkaan ihmisiä ympärillä ei ole riittävästi oman jaksamisen näkökulmasta. Puoliso ja sukulaiset koettiin tärkeimmiksi tukiverkostoiksi, mutta myös varhaiskasvatuksen merkitys tärkeänä tukiverkostona vanhemmille korostuu vastauksissa nousten kolmanneksi puolison ja sukulaisten rinnalle. On tärkeää ottaa tämä asia huomioon suunniteltaessa tulevaisuuden varhaiskasvatusta ja ajateltaessa sen merkitystä yhteiskunnallisesti. Neuvolapalvelut nousivat tilastossa käytetyimmäksi tukipalveluksi. Tämä on loogista, kun ajatellaan neuvolapalveluiden nykyistä asemaa suomalaisessa hyvinvointiyhteiskunnassa. Yhteistyö neuvolan ja perheen välillä alkaa yleensä jo raskauden alkumetreillä ja kulkee perheen sekä lapsen mukana läpi lapsuuden. Yhteistyö neuvolan ja varhaiskasvatuksen

välillä alkaa lapsen aloittaessa varhaiskasvatuksessa. Yhteistyön tarkoituksena on lapsen ja perheen tilanteen kokonaisvaltainen hahmottaminen, jotta perhettä pystytään auttamaan moniammatillisesti parhaalla mahdollisella tavalla (Heinonen ym. 2016, 185).

Kyselyn vastaajat kokivat, että avun pyytämiseen tärkeimpinä kriteereinä ovat seuraavat asiat: tuki on helposti saatavilla, avun saaminen on vaivatonta ja riittävä tieto tuesta on löydettävissä helposti. Tästä voi vetää johtopäätöksiä, että varhaiskasvatuksessa tukea on mahdollista vaivattomasti tarjota ja varhaiskasvatuksen kautta tukea on helpointa pyytää, koska luottamussuhde on jo olemassa. Varhaiskasvatuksen henkilöstö ja vanhemmat kohtaavat lähes päivittäin, joten asioiden esiin ottaminen on luontevaa puolin ja toisin. Tätä tukevat myös vastaajien valinnat, joita seuraavaksi eniten oli valittu; ”tukea löytyy läheltä” ja ”voin luottaa palveluntarjoajaan”. Varhaiskasvatus ei tietenkään voi kaikkea tarvittavaa tukea ja apua vanhemmalle/ perheelle tarjota, mutta varhaiskasvatuksessa voidaan toimia asioiden eteenpäin viejänä sekä tiedon antajana.

Vastausten perusteella vanhemmat toivoivat varhaiskasvatukselta toimivaa kasvatusyhteistyötä, neuvojen saamista sekä keskusteluaikaa. Vastauksissa nämä kolme nousivat selkeästi tärkeimmiksi, mikä tuo ilmi nykyajan varhaiskasvatuksen ideologiaa kasvatuskumppanuudesta. Vastaajista osa toivoi vertaistukea myös muilta vanhemmilta. Tässä kohdassa voi pohtia, onko viime vuosien pandemia-aika vaikuttanut vertaistuen kaipuuseen, sillä yhteisiä vanhempainiltoja ja tapahtumia on ollut huomattavasti vähemmän kuin ennen pandemiaa.

Avoimiin kysymyksiin kyselyn lopussa vastasi 13 vanhempaa, mikä on vain noin 10 % kyselyn kokonaisvastaajamäärästä. Tämä 10 % edustaa hyvin pientä osaa vastaajamäärästä, joten ei voi ajatella, heidän ajatuksiensa edustavan kaikkien vastaajien mielipidettä. On kuitenkin olennaista huomioida yksilöiden vastaukset, sillä niissäkin voi olla tärkeää informaatiota tulevaisuuden palvelujen suunnittelua varten. Avoimista vastauksista tärkeimpinä asioina nousivat esiin ennaltaehkäisevä apu ja tuki, perhelähtöisyys, vertaistuen merkitys ja matkan kynnyksen tukipalveluiden saaminen. Kaikissa näissä korostuvat moniammatillisuus ja yhteistyöverkoston merkitys. Toimijoiden yhteistyöllä voidaan

lapsiperheiden hyvinvointia edistää ja ennaltaehkäistä haasteiden ja vaikeuksien tuomaa kuormitusta.

9.2 Hyvinvointia edistävät tekijät

Kyselyn vastauksista käy ilmi, että reilusti yli puolelle vastaajista läheisten kanssa vietetty aika antaa voimavaroja arkeen sekä auttaa jaksamaan perhearjen pyörittystä. Tämä tulos tukee läheisten ihmisten merkitystä hyvinvointia tukevana tekijänä ja on linjassa tutkimuskysymykseen lapsiperheiden tarvitsemasta tuesta arjessa liittyen. Vastaajista 85 % kokee voivansa kokonaisuudessaan hyvin omassa elämäntilanteessaan. Ihmisen kokonaisvaltainen hyvinvointi on tärkeää, vaikka jokaisella yksilöllä ja perheellä on toisinaan jokin elämän osa-alue muita heikompana. Parisuhteen tila heijastelee myös hyvinvointia. Yli puolet vastaajista koki, että heillä on hyvä olla omassa parisuhteessaan. Kuitenkin on huomioitavaa, että lähes 30 % vastaajista valitsi kohdan ”jokseenkin samaa mieltä”, mikä tarkoittaa, että he eivät ole aivan täysin varmoja parisuhteensa tilasta oman hyvinvointinsa edistäjänä.

Perheen taloudellisella tilanteella voi olla suuri merkitys hyvinvointiin joko edistävästi tai heikentävästi. Kyselyssä lähes puolet koki perheensä taloudellisen tilanteen olevan hyvä. Suurin osa vastaajista koki perheen arjen olevan sujuvaa. Nämä vastaukset eivät kuitenkaan poista sitä seikkaa, että vaikka arjen koetaan olevan sujuvaa, siinä voi silti väsyä. Omasta jaksamisesta vanhemmat kuitenkin huolehtivat melko hyvin, mikä on positiivista vanhempien hyvinvoinnin kannalta.

9.3 Hyvinvointia kuormittavat tekijät

Arjen askareet (kuten lasten kasvatus, työ/opiskelut, kotityöt) voivat olla hyvinvointia kuormittavia asioita, jos ne eivät suju. Kymmenes vastaajista ilmaisi näissä asioissa olevan itsellään haasteita. Arkensa kuormittavaksi koki vastaajista yli puolet, mikä on huolestuttavaa koko perheen jaksamisen ja hyvinvoinnin kannalta. Tämä kertoo, että perhearki on isolle osalle perheitä väsyttävää.

Kyselyn vastausten perusteella kaikki, jotka kokevat väsyvänsä perhearjesta, eivät kuitenkaan koe tarvitsevänsä tilanteeseensa apua.

Yleensä työ- ja perhe-elämän yhdistäminen on koettu vaikeaksi ja sen vaikutukset voivat olla hyvinvointia heikentäviä. Vaikuttaisi siltä, että vastaajat ovat eri mieltä näiden kahden osa-alueen yhdistämisestä. Vastausten perusteella Kontiolahden kunnan vanhemmat ovat onnistuneet työn ja perhe-elämän yhdistämisessä. Vastaajista noin viidennes kokee, että heillä on haasteita työn ja perhe-elämän yhdistämisessä. Positiivista kuitenkin on, että vanhemmat eivät olleet pääsääntöisesti erityisen huolissaan omasta jaksamisestaan vanhempina. Vain kaksi prosenttia koki olevansa huolissaan omasta jaksamisestaan. Omasta jaksamisesta huolehtimisella on tärkeä merkitys koko perheen hyvinvointia ajatellen. Yli puolet vanhemmista totesi, että heillä ei ole aikaa omiin harrastuksiin. Vaikka vanhempi kokee tällä hetkellä, että hänellä ei ole aikaa tai tarvetta omiin harrastuksiinsa, tämä voi näkyä myöhemmin oman hyvinvoinnin heikentymisenä ja sitä kautta vaikuttaa koko perheen jaksamiseen sekä hyvinvointiin.

Omien tai lapsen tunteiden hallinta voi aiheuttaa haasteita ja kuormittaa arkea, jos tunteidenpurkaukset ovat toistuvia ja niihin ei löydy ratkaisu- tai hallintakeinoja. Kyselyssä tuli ilmi, että 5,6 % vastaajista ilmaisee kaipaavansa tukea tunteiden hallintaan. Vaikka prosenttiluku on tässä kyselyssä pieni, olisi tärkeää, että näihin asioihin kiinnitettäisiin huomiota esimerkiksi varhaiskasvatusympäristössä. Varhaiskasvatussuunnitelmakeskusteluissa varhaiskasvattaja esimerkiksi voisi huomioida ja ottaa näitä asioita keskusteltavaksi vanhempien kanssa.

Ihmiset kokevat erilaisia asioita ja tunteita, kun ovat kuormittuneita. Arjessa tämä voi näkyä monin eri tavoin. Kyselyn vastausten perusteella iso osa vastaajista koki väsymystä, ärtyneisyyttä, univaikeuksia tai kehon erilaisia fyysisiä oireita (kuten pää- ja vatsaoireet, tuki- ja liikuntaelinten kivut, kutina sekä painon vaihtelu) olleessaan kuormittuneessa tilassa. Nämä kaikki oireet ovat hyvin fyysisiä kokemuksia, joilla voi olla iso vaikutus arjessa jaksamiseen. Esimerkiksi toistuvat päänsäryt tai jatkuva univaje voivat vaikuttaa heikentävästi muun muassa ihmisen kognitiivisiin suorituksiin. Monesti näiden kaltaiset fyysiset oireet huomataan ensin. Vastauksistakin tuli ilmi, että esimerkiksi ihmissuhteiden

heikkeneminen, päätöksien tekeminen ja mielenkiinto harrastuksia kohtaan saivat paljon vähemmän valintoja. Tämä kertoo kenties siitä, että nämä asiat tulevat usein ilmi vasta paljon myöhemmin kuin kehon fyysiset oireet, jotka huomataan aiemmin.

Vanhemmat pyrkivät yleensä huolehtimaan kuormittuneenakin lapsen asioista sivuuttaen oman jaksamisen. Vastauksissa tämä tuli ilmi siten, että vain yhdeksän vastaajaa ilmaisi kiinnostuksen lapsen asioihin vähenevän. Positiivinen yllätys vastauksissa oli, että vain yksi vastaaja ilmaisi päihteiden käytön lisääntyvän kuormittuneessa tilassa. Olisi hyvin mahdollista, että päihteidenkäyttö kasvaisi etenkin silloin kun on vaikeuksia.

10 Pohdinta

10.1 Luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksen tärkein tehtävä on mitata sitä, mitä halutaan tutkimuskysymyksessä selvittää. Validiteetin eli pätevyyden toteutuminen on varmistettava huolellisella suunnittelulla jo etukäteen. Tiedon keruuseen on kiinnitettävä erityistä huomiota ja tutkimuslomakkeen suunnitteluun on panostettava, jotta tutkimuksen kysymykset mittaavat tarkoituksenmukaisia asioita. (Heikkilä 2014, 27.)

Reliabiliteetilla tarkoitetaan tutkimuksen kykyä antaa ei-sattumanvaraisia tuloksia eli tutkimuksen toistettavuutta. Reliabiliteetissa tarkastellaan erityisesti mittaukseseen liittyviä asioita ja tutkimuksen toteutuksen tarkkuutta. Reliabiliteetti tulee huomioida osana tutkimusta sekä tutkimuksen teon jälkeen. (Vilka 2007, 149.)

Opinnäytetyössämme onnistuimme mielestämme luomaan kattavan kyselylomakkeen yhteistyössä toimeksiantajan edustajan kanssa. Kyselymme otos koski Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksen asiakasperheitä. Kyselyn tulokset eivät edusta kaikkia kontiolahtelaisia lapsiperheitä. Se edustaa vain niitä

perheitä, joilla on lapsi tai lapsia kunnallisen varhaiskasvatuksen piirissä asiakkaana.

Kokonaisuutena kyselyn asettelu ja kysymykset olivat näkemyksemme mukaan toimivat. Kuitenkin tuloksia analysoitaessa mietimme, olisiko joitakin kysymyksiä voinut jättää pois tai olisiko ollut tarpeen tiivistää joitakin asioita. Määrällisen tutkimuksen mahdollisena haasteena onkin, että kysymyksiä ei voi enää muokata niiden julkaisemisen jälkeen, toisin kuin laadullisessa tutkimuksessa, jossa haastattelutilanne antaa tämän mahdollisuuden. Tavoitteenamme oli, että kerätyistä tiedoista saadaan selville vanhempien jaksamisesta perhearjessa sekä milaista tukea he tarvitsevat arjen hyvinvoinnin lisäämiseksi. Saimme mielestämme koottua kyselystä saamiemme vastausten perusteella kattavan kuvauksen kontiolahtelaisten vanhempien arjen hyvinvoinnista, sekä kartoittamaan tuen tarpeita ja toiveita kunnan tulevaisuuden kehitystyötä ajatellen.

Puuttuvien lomakkeiden määrä tutkimuksessa tarkoittaa katoa. Etenkin kyselytutkimuksessa kadon määrä voi olla suuri ja se tulee huomioida jo kyselyä suunniteltaessa. (Heikkilä 2014, 28.) Kato tarkoittaa kyselytutkimuksessa kyselyyn vastaamatta jättäneiden määrää, tyypillisesti vastaajien määrä jää alle 20 %:iin otokseen valituista (Taanila 2019). Kadon määrän muodostumiseen voi vaikuttaa puutteellisesti suunniteltu kyselylomake, teorian tai käsitteiden riittämättömän avaaminen sekä vastausmuistutuksen lähettämättä jättäminen (Vilkkä 2021, 137). Opinnäytetyömme kyselyssä kadon määrä muodostui melko suureksi kyselyyn vastaamatta jättäneiden vuoksi. Kyselyymme liittyen emme voineet lähettää muistutusta vastaajille henkilötietosuojan vuoksi. Tämä saattoi osaltaan vaikuttaa myös kadon määrään.

Validius tutkimuksessa tarkoittaa sitä, että on onnistuttu avaamaan teoreettiset käsitteet arkikielelle. Tutkimus on validiteetti, kun se perustuu tutkittuun teoriatietoon ja tutkimuksen kysymykset on asetettu vastaamaan teoriakäsitteistöä. (Vilkkä 2007, 150.)

Kokonaisuutettavuus muodostuu tutkimuksen realibiliteetista ja validiteetista. Luotettavuutta voidaan tutkimusprosessin aikana parantaa esimerkiksi siten,

että menetelmä- ja perusjoukkovalinnat tehdään huolellisesti sekä perustellusti. Tähän kuuluvat olennaisesti myös kyselylomakkeen testaaminen ja mahdollinen korjaaminen sekä tutkimusajankohdan huolellinen valinta. (Vilkkä 2007, 152–153.)

Opinnäytetyössämme noudatimme Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjetta hyvistä tieteellisistä käytännöistä (HTK), ja huolehdimme, ettei kenenkään yksityisyyttä loukata. Hyvien tieteellisten käytäntöjen toimintatapoihin kuuluvat rehellisyys, yleinen huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa, esittämisessä sekä arvioinnissa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2021.) Avoimuus opinnäytetyössä tarkoittaa sitä, että kyselyyn osallistuville selvitetään tutkimuksen tarkoitus ja käytötapa ja raportissa tuodaan esille kaikki tärkeät sekä olennaiset tulokset, ilman toimeksiantajan vaikuttamista tuloksiin (Heikkilä 2014, 29). Tulokset ja johtopäätökset esittelemme niin, että vastaajia ei voida niistä tunnistaa. Kysely toteutettiin anonyymisti, joten emme lähettäneet vastausmuistutuksia kyselyn kohdejoukolle.

Laadukkaan toiminnan tuottamisen edellytyksenä on, että toimintaa tarkastellaan kriittisesti ja sitä pystytään kehittämään. Toiminnan kehittämiseksi on oleellista saada tietoa varhaiskasvatuksen toimivuudesta sitä käyttävien asiakkaiden näkökulmasta. Toimintatapojen ja niiden seurausten tunnistaminen on toiminnan kehittämisen kannalta keskeistä. (Kangas ym. 2021, 26–27.) Toivomme, että toimeksiantajamme Kontiolahden kunta pystyisi opinnäytetyöstämme saatujen havaintojen ja tuloksien avulla kehittämään varhaiskasvatus- ja lapsiperhepalveluitaan vastaamaan entistäkin paremmin asiakasperheiden tarpeita ja toiveita.

Pohdimme paljon opinnäytetyömme laajuutta ja aiheen rajaamista. Aihetta olisi voinut lähestyä monesta eri näkökulmasta huomioiden erilaisia ulottuvuuksia. Lähestyimme opinnäytetyömme teoriakatsausta aiheeseemme liittyvien pääkäsitteiden kautta: mitä varhaiskasvatuksella tarkoitetaan ja mitkä ovat varhaiskasvatuksen taustalla olevat velvoitteet, kuten varhaiskasvatussuunnitelma. Hyvinvoinnin käsitteen alla avasimme perhekäsitetä, perheiden hyvinvointia sekä sitä tukevia että kuormittavia tekijöitä. Vanhemmuuden tukemista tarkastelimme

yleisesti varhaiskasvatuksessa, Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksessa sekä muiden perheille saatavilla olevien palveluiden osalta.

Halusimme saada esiin vanhempien aitoa kokemusta heidän hyvinvoinnistaan sekä arjen tukipalveluiden riittävydestä ja tuen tarpeesta. Jätimme tarkoituksella ympärillä vallitsevan Covid-19-tilanteen huomiotta, sillä koimme, että kyseisestä aiheesta saisi erillisen opinnäytetyön. Emme halunneet niin ikään lähestyä asiaa lasten erityisen tuen näkökulmasta tai siihen liittyvistä erilaisista perhetilanteista, koska nämäkin aiheet ovat todella laajoja kokonaisuuksia jo itsessään.

10.2 Tulosten vertaaminen aiempiin tutkimuksiin

Kestin (2013, 24) opinnäytetyön mukaan nykypäivän palveluissa kiinnitetään yhä enemmän huomiota lapsen elinpiiriin ja kokonaisuuteen hänen ympärillään. Tämän merkitys on kuluneina kymmenenä vuotena entisestään kasvanut. Lapsen ja perheiden hyvinvointi nähdään varhaiskasvatuksen yhtenä perusarvona. Lapsi ja hänen perheensä on kokonaisuus. Lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen tukeminen on vanhempien kanssa tehtävän yhteistyön tulos.

Kesti toi (2013, 23–25) esille ajatuksen vanhempien passiivisuuden vähentämisestä ja heidän tukemisestaan palveluiden käytön aktiivisuuteen. Tässä onkin vuoden 2013 ja 2022 välillä tapahtunut muutoksia ja parannuksia. Vuoden 2022 vanhemmat ovat aiempaa enemmän tietoisia erilaisista palveluista, ja vanhemmat on otettu entistä paremmin mukaan varhaiskasvatuspalveluiden toiminnan suunnitteluun ja päätöksentekoon. Tämä on lisännyt vanhempien osallistumista ja osallisuutta lapsen tärkeiden varhaiskasvatusvuosien kehitykseen ammattikasvattajien tukena. Lapsen kehitystä tuetaan kokonaisvaltaisesti tehden yhteistyötä eri tahojen kanssa. Kesti ilmaisi jo tuolloin, että perhekeskeisen työn tekeminen ei ole helppoa, vaan se vaatii yhteisiä lähtökohtia ja tavoitteita. Vanhempien asemana perhelähtöisessä työskentelyssä on oltava kumppanuus. Periaate pätee yhä edelleen ja on entisestään vahvistunut.

Järvelän opinnäytetyössä (2015, 19–20) varhaiskasvatuspalvelut määritellään osaksi sosiaalipoliittista tehtävää, jonka perustehtävä on huolehtia lapsen kasvusta ja kehityksestä sekä tukea vanhempia kasvatustyössä. Järvelän mukaan varhaiskasvatuksen keinoin voidaan ennaltaehkäistä syntyviä ongelmia. Tässä olennaista on haasteiden huomaaminen ajoissa ja niihin reagoiminen. Tämä tuli esille myös meidän pohdinnoissamme ja johtopäätöksissämme.

10.3 Oma oppiminen ja ammatillinen kehittyminen

Opinnäytetyön aihe oli meille molemmille mielenkiintoa herättävä ja koimme sen tärkeäksi tulevaisuuden työmme kannalta. Idea lähti liikkeelle omista pohdinnoistamme, koska olemme molemmat työskennelleet varhaiskasvatuksessa useiden vuosien ajan. Otimme yhteyttä Kontiolahden varhaiskasvatukseen ja kysyimme, olisiko heillä tarvetta tämänkaltaiselle tiedon hankinnalle ja selvitykselle. Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksen perheohjaaja osoitettiin meille toimeksiantajan puolesta yhteyshenkilöksemme. Hänen kanssaan mietimme yhdessä, millaista tietoa perheistä Kontiolahdella tällä hetkellä kaivataan ja miten voisimme olla avuksi opinnäytetyömme kautta.

Kysely oli vastattavana aikavälillä 31.1.2022 – 13.2.2022. Webropol-nettialustalla, johon Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksessa olevien lasten vanhemmat saivat suoran nettilinkin Daisy ja Wilma -järjestelmien kautta. Pääkäyttäjät lähettivät nettilinkin samanaikaisesti kaikille vastaajille. Nettilinkki suljettiin 14.2.2022 kello 00.01, mikä mahdollisti kyselyyn vastaamisen vielä viimeisenkin vuorokauden ajan. Kyselyn vastausprosentti oli 13,72 %. Olisimme toivoneet vieläkin enemmän vastauksia, mutta tämäkin tulos oli hyvä ottaen huomioon perheiden kiireet ja lyhyehkön vastausajan. Pohdimme jälkikäteen, olisiko pidempi vastausaika tuonut enemmän vastauksia kyselyyn. Lähetimme päiväkotiryhmiin, esiopetukseen sekä avoimen varhaiskasvatuksen ryhmiin etukäteen kirjeet, joita henkilökunta välitti tiedotuskanaviensa kautta vanhemmille. Kirjeessä kerrottiin kyselystä perustiedot ja kyselyn tarkoitus. Eettisyyteen perustuen emme muistuttaneet vanhempia asiasta enää kyselyn auki ollessa.

Koemme kehittyneemme ammatillisesti monipuolisesti, erityisesti kyselyn pohdinnan ja analysoinnin työstämisvaiheissa. Vastaukset pistivät ajatukset liikkeelle esimerkiksi sen tiimoilta, miten perheitä voisi omassa työssä entistä paremmin tukea ja auttaa. Yhteistyön merkitys moniammatillisesti eri tahojen kanssa korostui, jotta saisimme mahdollisimman kattavan tukiverkon vanhempien ja lasten tueksi.

Tulevaisuudessa voisimme nähdä itsemme työskentelemässä varhaiskasvatuksen lisäksi enenevässä määrin hyvinvoinnin edistäjinä ja ennaltaehkäisevissä tehtävänkuvissa. Kaiken kaikkiaan saimme opinnäytetyön tekemisestä paljon uutta kokemusta ja tietoa, joka oli erittäin opettavaista. Kyselyn luomisvaihe opetti meille kärsivällisyyttä ja pitkäjänteistä työskentelyotetta. Koemme, että tämä vaihe kannatti käydä läpi, jotta saimme tutkimuskysymyksiimme tarvittavat vastaukset.

10.4 Jatkokehitysideat

Toivomme, että opinnäytetyömme avulla Kontiolahden kunta saa hyvää informaatiota varhaiskasvatuksen asiakasperheiden hyvinvoinnista. Kyselymme olisi mahdollista toteuttaa uudelleen samanlaisena, jolloin Kontiolahden kunta saisi pidemmältä aikaväliltä tietoa siitä, miten kontiolahtelaiset varhaiskasvatuksen asiakasperheiden vanhemmat voivat. Kyselyn voisi laittaa vanhemmille jakoon esimerkiksi kerran kahdessa vuodessa ja verrata siitä saatavia tuloksia aina edellisiin tuloksiin. Näin saataisiin ajantasaista tietoa vanhempien hyvinvoinnista, jotta Kontiolahden tarjoamia palveluita voitaisiin kehittää perheiden tarpeita vastaaviksi. Lapsen ja vanhemman kokonaisvaltainen hyvinvointi on myös yhteiskunnallisesti merkittävä asia. Mitä enemmän haasteisiin pystytään vastaamaan ja vaikeuksia ennaltaehkäisemään, sitä parempi perheiden hyvinvointi on tulevaisuudessa. Tämä olisi yhteiskunnan kannalta taloudellisesti järkevää.

Vastauksista voi päätellä, että vaikka palveluita on tarjolla, niitä käytetään edelleen melko vähän. Olisi hyvä pohtia, miten tietoisuutta ja käyttöastetta voitaisiin tulevaisuudessa lisätä. Olisiko esimerkiksi resurssien lisäämisestä

perheohjaukseen hyötyä tai voisiko yhteistyötä eri palveluiden välillä entistä enemmän tehostaa? Kyselyssä oli väite ”Kaipaamme tukea lapsen tai omien tunteiden hallintaan”. Tämän tiimoilta mietimme, olisiko esimerkiksi varhaiskasvatuksen perheohjaajan työpanosta ja osaamista mahdollista hyödyntää nykyistä enemmän myös tunnetutkimuksissa yhteistyössä vanhempien kanssa. Pohdimme lisäksi, voisivatko varhaiskasvatus ja perheohjaus tulevaisuudessa toimia entistä enemmän tiedottajina näiden palveluiden mahdollisuuksista hyvinvoinnin ja jaksamisen edistäjinä sekä ennaltaehkäisevänä apuna.

Varhaiskasvatus on tällä hetkellä suurien muutoksien äärellä viimeisimpien lakimuutosten myötä. Varhaiskasvatuksen sosionomien työnkuva ei ole vielä täysin selvillä. Tulevaisuudessa työnkuvien muotoutuessa ja selkiytyessä, sosionomien työpanos perheiden hyvinvoinnin edistämiseksi tulee mahdollisesti hyvin ratkaisevaan asemaan ja tätä osaamista tulisi monipuolisesti hyödyntää.

Kontiolahdella asukasmäärä on ollut kasvava ja lapsiperheitä on alueella paljon. Varhaiskasvatuksen vakituisen perheohjaajan toimi on Kontiolahdella perustettu vasta äskettäin. Tarve tälle työlle tulee varmasti tulevaisuudessa kasvamaan, joten olisi tärkeää selvittää, miten perheohjaajan tehtäviä tulevaisuudessa kehitetään ja jaetaan alueen lapsiperheiden tarpeita vastaaviksi ja hyvinvointia edistäviksi.

Varhaiskasvatuksen näkökulmasta panostusta tarvitaan edelleen perheiden osallistamiseen ja tukemiseen sekä elämäntilanteiden kartoittamiseen. Menetelminä tällä hetkellä ovat muun muassa vasukeskustelut, Lapset puheeksi -keskustelut ja matalan kynnyksen moniammatillisten palveluiden hyödyntäminen (erityisopettajat ja neuvolat). Näiden jo olemassa olevien menetelmien lisäksi tulisi vanhempien osallisuutta kehittää tarjoamalla yhteisöllistä tekemistä. Vanhemmat kaipaavat yhteisöllisyyttä ja vertaistukea toisilta vanhemmilta. Varhaiskasvatuksen kautta yhteisöllisyyden tukeminen on mahdollista esimerkiksi vanhempainiltojen ja tapahtumien avulla. Tällainen toiminta on kuitenkin viimeisten vuosien aikana ollut tauolla maailman tilanteesta johtuen. Tämänkaltaisen toiminnan jatkumiselle ja lisäämiselle on selkeästi tarvetta. Asian edistämiseen ja kehittämiseen tarvitaan mielestämme ehdottomasti tukea entistä enemmän.

Lähteet

- Allardt, E. 1976. Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Porvoo: Werner Söderström Osa-
keyhtiön laakapaino.
- Halme, N., Kekkonen, M. & Perälä M-L. 2012. Perhekeskukset Suomessa. Pal-
velut, yhteisötoiminta ja johtaminen. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
Tampere. Suomen yliopistopaino Oy.
- Heikkilä, T. 2014. Tilastollinen tutkimus. Porvoo: Edita Publishing Oy.
- Heinonen, H., Iivonen, E., Korhonen, M., Lahtinen, N., Muuronen, K., Semi, R.
& Siimes, U. 2016. Lasten oikeudet ja aikuisten vastuut varhaiskas-
vatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri. 2021. Perheiden tukeminen.
[https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/Tietopankki/sosiaalipalve-
lut/Pages/perheiden_tukeminen.aspx](https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/Tietopankki/sosiaalipalve-
lut/Pages/perheiden_tukeminen.aspx). 2.11.2021.
- Hämeen- Anttila, L. 2017. Teoksessa Kananoja, A., Lähteinen, M. & Marjamäki,
P. Sosiaalityön käsikirja. Helsinki: Tietosanoma Oy, 218-221.
- Järvelä, T. 2015. Päivähoidon merkitys vanhemmille. Opinnäytetyö. Kymenlaak-
son ammattikorkeakoulu. Luettavissa osoitteessa:
[https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/87558/jar-
vela_tarja.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/87558/jar-
vela_tarja.pdf?sequence=1&isAllowed=y). 7.10.2021.
- Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2012. Per-
heen parhaaksi. Perhetyön arkea. Porvoo: Edita Publishing Oy.
- Kangas, J., Lastikka, A-L., & Karlsson, L. 2021. Voimauttava varhaiskasvatus.
Leikkivä, osallinen ja hyvinvoiva lapsi. Keuruu: Otava kirjapaino.
- Kesti, V. 2013. Päiväkoti kasvattajan tukena. Vanhempien näkemyksiä Par-
kanossa sijaitsevistä Sinilinnun ja Kallion päiväkodeista. Opinnäyte-
työ. Vaasan ammattikorkeakoulu. Luettavissa osoitteessa:
[https://www.theseus.fi/bitstream/han-
dle/10024/63092/Kesti_Veera.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/han-
dle/10024/63092/Kesti_Veera.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
7.10.2021.
- Koivula, M., Siippainen, A., Eerola-Pennanen, P (toim.) 2017. Valloittava var-
haiskasvatus. Oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia. Tampere: Vas-
tapaino Oy.
- Kontiolahden kunta. 2022. Perheohjaus. <https://www.kontiolahti.fi/perheohjaus>.
2.6.2022.
- Kontiolahden seurakunta. 2021. Perheryhmät. [https://www.kontiolahdenseura-
kunta.fi/lapsille-ja-lapsiperheille/perheryhmat](https://www.kontiolahdenseura-
kunta.fi/lapsille-ja-lapsiperheille/perheryhmat). 2.11.2021.
- Lammi-Taskula, J., Salmi, M. 2009. Työ, perhe ja hyvinvointi. Teoksessa
Lammi-Taskula, J., Karvonen, S. & Ahlström, S.(toim.) 2009. Lapsi-
perheiden hyvinvointi. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinninlaitos.
- Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L., Ruoppila, I.
2018. Ihmisen psykologinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Opetushallitus. 2018a. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Joensuun seu-
dun varhaiskasvatussuunnitelma. [https://www.joensuu.fi/docu-
ments/144181/3958508/Uusi+seutu-vasu+1.4+Joensuun+tarkennuk-
silla.pdf/81662570-6219-6f5a-83ac-5423e6ff55c5](https://www.joensuu.fi/docu-
ments/144181/3958508/Uusi+seutu-vasu+1.4+Joensuun+tarkennuk-
silla.pdf/81662570-6219-6f5a-83ac-5423e6ff55c5). 21.8.2021.
- Opetushallitus. 2018b. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet.
[https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuun-
nitelman_perusteet.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuun-
nitelman_perusteet.pdf). 22.10.2021.

- Perälä, M-L., Salonen, A., Halme, N. & Nykänen, S. 2011. Miten lasten ja perheiden palvelut vastaavat tarpeita? Vanhempien näkökulma. Terveiden ja hyvinvoinninlaitoksen julkaisema raportti 36/2011. <https://thl.fi/documents/10531/95613/Raportti%202011%2036.pdf>. 7.10.2021.
- Pihlaja, P. & Viitala, R. (toim.) 2018. Varhaiserityiskasvatus. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Reentie, E. 2021. Vanhemmuuden tukeminen Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksessa. Toimintakertomus.
- Seppänen, H., Simola, T., Liukkonen, T. 2021. Lapsen ja perheen tukena. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Sosiaalihuoltolaki 1301/2014.
- Taanila, A. 2019. Kato. Akin menetelmäblogi. 31.3.2019. Blogi. <https://tilastoapu.wordpress.com/2012/03/13/kato/>. 17.7.2022.
- Tilastokeskus. 2022. Kuntien avainluvut. <https://www.stat.fi/tup/alue/kuntienavainluvut.html#?active1=SSS&year=2021>. 2.6.2022.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2021. Hyvä tieteellinen käytäntö (HTK). <https://tenk.fi/fi/tiedevilppi/hyva-tieteellinen-kaytanta-htk>. 7.10.2021.
- Vilka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Vilka, H. 2021. Näin onnistut opinnäytetyössä. Ratkaisut tutkimuksen umpikujiin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Saatekirje

Hyvä Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksen asiakas

Olemme Karelia-ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijoita ja toteutamme opinnäytetyönämme kyselytutkimuksen Kontiolahden kunnan varhaiskasvatuksen asiakasperheille. Opinnäytetyömme toimeksiantaja on Kontiolahden kunta. Tavoitteenamme on selvittää kyselyn avulla varhaiskasvatusikäisten lasten vanhempien hyvinvointia ja jakamista arjessa sekä millaista tukea vanhemmat toivoisivat arjen hyvinvoinnin lisäämiseksi.

Opinnäytetyön tarkoituksena on saada teiltä tietoa, jonka avulla Kontiolahden kunta voi tulevaisuudessa kehittää varhaiskasvatuksen palveluita paremmin perheiden tarpeita vastaaviksi. Lapsiperheiden hyvinvointi on tärkeässä asemassa, kun kunnassa mietitään erilaisia tukipalveluita.

Kyselyyn vastataan anonymisti ja vastaajaa ei voida vastauksista tunnistaa. Aineistoa käsitellään luottamuksellisesti ja kyselyn aineisto poistetaan analysoinnin jälkeen.

Kyselyyn vastaamiseen menee noin 10–15 minuuttia. Kysely on avoinna aikavälillä 31.1. 2022. – 13.2.2022. ja kyselyyn pääset vastaamaan oheisesta linkistä. Kiitos vastaamisesta.

Ystävällisin terveisin,

Sosionomiopiskelijat Heli Hassinen ja Titta Litmanen

Heli Hassinen, heli.hassinen@edu.karelia.fi

Titta Litmanen, titta.litmanen@edu.karelia.fi

Varhaiskasvatusikäisten lasten vanhempien hyvinvointi kysely

Seuraavat kysymykset liittyvät perheenne perustietoihin

1. Vastaaajana.

- Isä
- Äiti
- Muu huoltaja

2. Huoltajuus.

- Yhteishuoltajuus
- Yksinhuoltaja

3. Perheen varhaiskasvatusikäisten lasten lukumäärä.

Kirjoita
kent-
tään
perhee-
si lapsi-
määrä

4. Varhaiskasvatuksessa olevien lasten ikä. Valitse yksi tai useampi.

- 0-1
- 2-3
- 4-5

6-7

5. Varhaiskasvatuksessa olevien lasten hoitomuoto. Valitse yksi tai useampi.

- Päiväkoti
- Perhepäivähoito
- Avoin varhaiskasvatus (perhe- tai leikkikerho)
- Esiopetus

Lapsiperheiden tuki

6. Koetko että sinulla on tukiverkostoa?

- Ei ollenkaan
- Vähän
- Jonkin verran
- Paljon

7. Valitse alla olevista tukiverkostoista enintään kolme tärkeintä.

- Puoliso
- Sukulaiset
- Ystävät
- Naapuri
- Varhaiskasvatus
- Muut viranomaistahot
- Maksulliset lastenhoitopalvelut (esim. MLL tai PeLa)

Opinnäytetyön kysely

- Seurakunta
- Tukiperhe
- Järjestöt
- Minulla ei ole tukiverkosta

8. Mistä lapsiperheille tarkoitetuista tukipalveluista olet tietoinen? Valitse yksi tai useampi.

- Kasvatus- ja perheneuvola
- Neuvola
- Lapsiperheiden kotipalvelu
- Seurakunta
- Järjestöt
- Lastensuojelu
- Varhainen tuki
- Varhaiskasvatuksen perheohjaaja

9. Miten usein olet käyttänyt alla mainittuja tukipalveluja?

	En ole käyttänyt palvelua	Kerran	2-4 kertaa	Enemmän kuin 5 kertaa
Varhaiskasvatuksen perheohjaaja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kasvatus- ja perheneuvola	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Neuvola	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lapsiperheiden kotipalvelu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Seurakunta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Järjestöt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	En ole käyttänyt palvelua	Kerran	2-4 kertaa	Enemmän kuin 5 kertaa
Lastensuojelu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Varhainen tuki	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Joku muu, mikä? <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**10. Mitkä asiat ovat sinulle tärkeitä lapsiperheiden tukipalveluissa?
Valitse enintään 5 tärkeintä.**

- Maksuttomuus
- Työntekijän pysyvyys
- Nopeasti saatavat tapaamisajat
- Sujuva ajanvaraus
- Luottamuksellisuus
- Konkreettiset ohjeet/neuvot
- Mahdollisuus keskustella kahden kesken
- Ryhmätoiminta
- Asiantuntijuus
- Muista palveluista tiedottaminen tai niiden pariin ohjaaminen
- Joku muu, mikä?

Arjen hyvinvointi

11. Millaiseksi koet hyvinvointisi tällä hetkellä?

Täysin eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
----------------------	--------------------------	----------------------------	---------------------------

Opinnäytetyön kysely

	Täysin eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
Selviydyn arjen askareista (Lasten kasvatusta, työ/opiskelu, kotityöt)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen tarvitsevani tällä hetkellä apua	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen arkeni kuormittavaksi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen voivani hyvin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Perheemme arki on sujuvaa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Läheisten kanssa viettämäni aika antaa minulle voimavaroja (parisuhde, ystävät, sukulaiset)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on hyvä olla parisuhteessani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kaipaen tukea lapsen tai omien tunteiden hallintaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on vaikeuksia huolehtia omasta jaksamisesta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Väsyn perhearjesta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Perheemme taloudellinen tilanne on hyvä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on vaikeuksia yhdistää työ- ja perhe-elämä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen huolissani omasta jaksamisestani vanhempana	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Perheen kanssa viettämäni aika on riittävä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla ei ole aikaa omiin harrastuksiin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

12. Mitä asioita huomaat itsessäsi, kun tunnet olosi kuormittuneeksi?

Olen väsynyt

Opinnäytetyön kysely

- Koen itseni kiihtyneeksi
- Tunnen itseni ärtyneeksi
- Minulla on univaikeuksia
- Päihteidenkäyttöni lisääntyy
- Mielenkiintoni harrastuksia kohtaan vähenee
- Päätöksien tekeminen ja ongelmanratkaisu on vaikeampaa
- Ihmissuhteeni heikkenevät
- Kiinnostukseni lasten asioihin vähenee
- Kehossani ilmenee fyysisiä oireita (pää- ja vatsakivut, vatsaoireet, tuki- ja liikuntaelinten kivut, kutina, painon vaihtelu)
- Jotain muuta, mitä?

Vanhemmuuden tuki

13. Mitkä asiat vaikuttavat avun pyytämiseen? (Vaikka et juuri tällä hetkellä tarvitsisi apua/tukea) Valitse enintään kolme tärkeintä.

- Riittävä tieto tuesta on löydettävissä helposti
- Tuki on helposti saatavilla
- Tukea löytyy läheltä
- Saan tarvittaessa tukea kasvotusten
- Saan tarvittaessa tukea etänä
- Avun saaminen on vaivatonta
- Voin luottaa palveluntarjoajaan
- Ajanvaraus on sujuvaa
- Tukea on suositeltu minulle

**14. Minkälaista tukea vanhemmuuteen toivot
varhaiskasvatukselta? Valitse enintään kolme tärkeintä.**

- Saan tarvittaessa neuvoja
- Toivon toimivaa kasvatusyhteistyötä
- Haluaisin saada tietoa yhteistyötahoista ja muista palveluista
- Saan tarvittaessa keskusteluaikaa
- Asiantuntijoiden vierailuja vanhempainilloissa
- Vertaistuen saaminen muilta vanhemmilta varhaiskasvatuksen avulla
- Jokin muu, mikä?

15. Ajatuksia aiheeseen liittyen

Jos sinulla heräsi huoli jaksamisestasi, tai haluat keskustella vanhemmuuteen liittyvistä asioista, otathan rohkeasti yhteyttä.

Elina Reentie
Varhaiskasvatuksen perheohjaaja
Kontiolahden kunta
040 140 8072
Elina.Reentie@edu.kontiolahti.fi

Opinnäytetyön kysely

Millaiseksi koet hyvinvointisi tällä hetkellä?	Täysin eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
Selviydyn arjen as- kareista (Lasten kasvatus, työ/opis- kelu, kotityöt)	2,8%	8,4%	35,5%	53,3%
Koen tarvitsevani tällä hetkellä apua	43%	30,8%	20,6%	5,6%
Koen arkeni kuor- mittavaksi	22,4	20,6	44,9	12,1
Koen voivani hyvin	2,8	12,2	51,4	33,6
Perheemme arki on sujuvaa	1,9	10,3	49,5	38,3
Läheisten kanssa viettämäni aika an- taa minulle voimava- roja (parisuhde, ys- tävät, sukulaiset)	1,9	7,5	23,3	67,3
Minulla on hyvä olla parisuhteessani	3,8	9,4	28,3	58,5
Kaipaan tukea lap- sen tai omien tuntei- den hallintaan	39,2	31,8	23,4	5,6
Minulla on vaikeuk- sia huolehtia omasta jaksamisesta	30,8	39,3	25,2	4,7
Väsyt perhearjesta	27,1	31,8	34,6	6,5
Perheemme talou- dellinen tilanne on	3,7	14,0	37,4	44,9

Opinnäytetyön kysely

hyvä				
Minulla on vaikeuksia yhdistää työ- ja perhe-elämä	41,1	35,5	20,6	2,8
Olen huolissani omasta jaksamisestani vanhempana	40,2	35,5	22,4	1,9
Perheen kanssa viettämäni aika on riittävä	4,7	20,5	34,6	40,2
Minulla ei ole aikaa omiin harrastuksiin	14,0	27,1	41,1	17,8