

OPINNÄYTETYÖ

”Mitä sitten kun hidastan vauhtia ja huomaan, että olen ihan poikki”

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin
lastenhoitopalvelua käyttäneiden vanhempien jaksaminen

Jere Saarilampi

Yhteisöpedagogin koulutus (AMK)

(210 op)

Arvioitavaksi jättämisaika

(3/2023)

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Yhteisöpedagogin koulutus

Tekijä: Jere Saarilampi

Opinnäytetyön nimi: ”Mitä sitten kun hidastan vauhtia ja huomaan, että olen ihan poikki” - Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin lastenhoitopalvelua käyttäneiden vanhempien jaksaminen

Sivumäärä: 71 ja 6 liitesivua

Työn ohjaaja(t): Minna Rajalin

Työn tilaaja(t): Mannerheimin Lastensuojeluliitto Uudenmaan piiri

Vanhempien hyvinvointi on laskenut eri mittareiden perusteella 2010-luvulta alkaen. Tällä vuosikymmenellä tätä laskua on entisestään kiihdyttänyt maailmalla olevat kriisit kuten korona, sota, inflaatio ja sähkökriisi. Työni tarkoituksena oli selvittää työni tilaajan Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin lastenhoitopalvelua käyttäneiden vanhempien jaksamisen tilaa ja niitä asioita mitkä siihen vaikuttavat, sekä myönteisesti että kielteisesti. Työssäni esittelen MLL:n lastenhoitopalvelun ja tarkastelen vanhempien palvelusta saamaa hyötyä heidän jaksamiseensa huomioiden kehittämisenäkökulman lastenhoitopalvelulle. Edeltämainitut näkökulmat olen työssäni nostanut esiin, sekä perheiden kautta joissa ei ole erityistä tukea tarvitsevaa lasta, sekä niiden joissa on.

Pohjustan työtäni tarkestelemalla keskeisiä hyvinvointinäkökulmia aiempia tutkimuksia hyödyntämällä. Tätä kautta olen työssäni pyrkinyt tuomaan lukijalle laajempaa kuva suomalaisten vanhempien hyvinvoinnista ja sen kehityksestä vuosien varrella. Olen katsonut myös kriittisesti yhteiskuntaamme ja sen suomalaisille perheille antamaa tukea. Toteutin opinnäytetyöni laadullisena tutkimuksena, jossa hyödynsin aineistonkeruun menetelminä puolistrukturoitua haastattelua sekä kyselylomaketta. Kyselyssä pääpaino oli avoimissa vastauksissa, jotta vanhempien ääni tuli mahdollisimman todenmukaisena kuuluviin työssäni. Aineiston materiaalit keräsin 2022 marraskuussa.

Työni tulokset osoittivat vanhempien tiedostavan, sekä ymmärtävän monipuolisesti jaksamiseen ja hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä. Näiden toteuttaminen ei kuitenkaan ollut yksiselitteistä vanhempien kiireisessä arjessa. Tämä johti tilanteisiin, joissa vanhemmat hankkivat arkeensa lisää aikaa vähentämällä omaa hyvinvointiansa edistäviä tekijöitä. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin lastenhoitopalvelu koettiin pääsääntöisesti jaksamista edistävänä tekijänä. Lastenhoitopalvelusta löytyi kuitenkin useampia puutteita jotka nostivat vanhemmilla kynnystä käyttää palvelua. Näistä keskeisimpiä olivat saatavuusongelmat, palkanmaksuun liittyvät haasteet ja lastenhoitajien tuntemattomuus. Näihin olen työssäni tuonut konkreettisia kehittämis ehdotuksia.

Asiasanat: hyvinvointi, jaksaminen, vanhemmat, kehittäminen, kriisit, Mannerheimin Lastensuojeluliitto

Abstract

Humak University of Applied Sciences
Name of the Degree Programme

Author: Jere Saarilampi

Title: "What if I slow down and realize that I'm completely exhausted"- Mannerheim League for Child Welfare Uusimaa district coping who has used the child care service

Number of Pages: 71 and 6 attachment pages

Supervisor(s): Minna Rajalin

Commissioned by: Mannerheim League for Child Welfare

The well-being of parents has decreased based on various statistics since the 2010s. However, the situation has further escalated due to the current world crises. The purpose of the thesis was to find out the state of coping of the parents who used the childcare service of Mannerheim League Uusimaa district. In order to find this out, the aim of the thesis was to find out the factors that affect parents' coping positively and negatively. The thesis brings up their childcare service and what kind of benefit the parents experienced from the childcare service. The thesis also been looking for development targets for the childcare service and these are brought forward in the thesis. Previously mentioned perspectives have been brought to the fore in the thesis, both through families who do not have a child in need of special need support, and those who do.

The thesis has been grounded by examining key well-being aspects by utilizing previous research. By utilizing these in my work, the thesis tries to bring the reader a broader picture of the well-being of Finnish parents and its progress over the years. The thesis has been also looked critically at our society and the support it provides in relation to Finnish families. The thesis has been implemented as qualitative research, by using semi-structured interviews and a questionnaire as data collection methods. Material has been collected with open answers, so that the parents' voice could be heard as truthfully as possible. These materials were collected from the database in November 2022.

The results of my work showed that parents are aware of and understand the various factors affecting coping and well-being. However, implementing these was not simple in the parents' busy everyday life. This led to situations where parents gain more time for their everyday life by reducing factors that promote their own well-being. Mannerheim League for Child Welfare Uusimaa district childcare service was mainly perceived as the main factor contributing to coping. However, several shortcomings were found in the childcare service, which raised the threshold for parents to use the service. The most important of these were availability problems, challenges related to salary payment and the fact that babysitters were not known well enough. The thesis brought development suggestions to those.

Keywords: wellbeing, coping, parents, development, crises, Mannerheim League for Child Welfare

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	6
2	MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIIITTO	9
	2.1 Mannerheimin Lastensuojeluliiton arvot, periaatteet ja tavoitteet.....	10
	2.2 Mannerheimin Lastensuojeluliiton lastenhoitopalvelu	11
3	HYVINVOINTI JA JAKSAMINEN	13
	3.1 Hyvinvoinnin määritelmä	13
	3.2 Vanhemman arjen hyvinvointi.....	15
	3.3 Vanhempien arjen voimavarat	18
	3.4 Vanhempien jaksaminen Suomessa.....	20
4	ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVAT LAPSET	24
	4.1 Erityistä tukea tarvitsevan lapsen määritelmä.....	24
	4.2 Erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien jaksaminen.....	26
5	KEHITTÄMISTYÖN MENETELMÄT.....	31
	5.1 Kyselylomake	32
	5.2 Puolistrukturoitu haastattelu	35
	5.3 Aineiston analyysi menetelmät	38
6	AINEISTON ANALYYSI	41
	6.1 Kyselyn tulokset perheistä, joissa ei ole erityistä tukea tarvitsevaa lasta	41
	6.2 Kyselyn tulokset erityistä tukea tarvitsevista lapsiperheistä.....	45
	6.3 Puolistrukturoidun haastattelun tulokset.....	47
7	KEHITTÄMISEHDOTUKSET LASTENHOITOPALVELULLE	53

8	YHTEENVETO	57
9	POHDINTA.....	60
	9.1 Toiminnan eettisyys	62
	LÄHTEET	65
	LIITTEET.....	71

1 JOHDANTO

Maailmamme kohtaa ennen näkemättömiä kriisejä juuri tällä hetkellä. Kaikki alkoi vuonna 2019 Kiinasta liikkeelle lähteneestä COVID-19 viruksesta, joka jatkui pahana vuoden 2021 loppuun saakka. Tämän jälkeen, kun vihdoinkin pandemia oli saatu paremmin hallintaan, Venäjä aloitti julman hyökkäyssotansa kohti Ukrainaan. Tämä kriisi taas kiihdytti käyntiin inflaation ja lopulta sähkökriisin. Kaikilla näillä on ollut merkittävä vaikutus perheiden hyvinvointiin ja jaksamiseen.

Opinnäytetyöni aiheidea sai alkunsa vuonna 2021 jolloin osana opintoihini liittyvää yrittäjyyden kurssia perustin lastenhoitopalvelua tarjoavan yrityksen. Yrityksen kannattavuuden ja tarpeellisuuden perustelemiseksi loin kyselylomakkeen, jossa kartoitin vanhempien tarvetta vapaa-ajan lastenhoitopalvelulle, sekä vanhempien uupumista. Kyselyn vastausten perusteella huomasin suurimmanosan vanhemmista kärsivän uupumisesta sekä siitä, ettei tarvittavaa lastenhoitoapua ollut mahdollista saada. Kyselyyn vastasi silloin 65 eri perheistä tulevaa vanhempaa. Nostan seuraavaksi esiin muutaman kysymyksen, jotka koen olevan olennaisia tutkimuksen perustelemisen kannalta. Kyselyssä kysyttiin seuraavalla tavalla ”Oletko kokenut väsymystä/uupumusta vanhemmuudesta johtuen?”. Kyselyyn vastannasta 56 olivat vähintään josakin elämänsä vaiheessa kokenut vanhemmuudesta tulevaa uupumusta. Tämän lisäksi kyselyssä kysyttiin ”Oliko/onko lastenhoitoapua hankala saada sinusta?”. Kyselyyn vastanneista 51 totesi lastenhoitoavun saamisen olevan vähintään ajoittain hankalaa.

Tämän kyselyn pohjalta lähdinkin selvittämään asiaa tarkemmin ja huomasin erinäisten tutkimuksen tuovan samankaltaisia viitteitä asiasta kuin omani. Esimerkiksi vuonna 2018 tehdyssä lasten terveys ja hyvinvointipalveluiden kyselyssä, 35 % vanhemmista tarvitsi tukea omaan jaksamiseensa liittyen, tämän lisäksi 29 % vanhemmista koki tarvitsevänsä tukea vanhemmuuteensa. Kyseisen tutkimuksen otanta oli n. 17 000 perhettä (THL 2019). Viitteitä vanhempien jaksamisen heikkenevästä tilasta on ollut jo pidemmän aikaa, vuoden 2012 lapsiperhekyselyyn vastanneista äideistä noin kaksi viidestä, sekä isistä joka kolmas olivat täysin tai jokseenkin samaa mieltä väittämästä, jossa todettiin ”olen huolissani omasta jaksamisestani vanhempana”. (THL 2020.) Näitä ja monia muita tutkimuksia tarkastelen tarkemmin tulevassa työssäni. Koen kuitenkin näiden muutaman esimerkin perustelevan työni tärkeyttä juuri tällä hetkellä.

Opinnäytetyöni idean synnyttyä otin yhteyttä Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piiriin. Olen aikaisemmin toiminut Mannerheimin Lastensuojeluliiton lastenhoitोजना, joten

koin luontevaksi ehdottaa työni aihetta juuri heille. Mannerheimin Lastensuojeluliitto on laaja valtakunnallinen toimija, joka pyrkii edistämään lasten, nuorten ja perheiden hyvinvointia, joten koin Mannerheimin Lastensuojeluliiton organisaation päämäärien sopivan työni tavoitteisiin. Mietittyämme yhdessä työni tarkempaa rajausta muodostui työni tavoitteeksi selvittää niitä hyvinvoinnin ja voimavarojen kulmakiviä, jotka ovat tällä hetkellä läsnä Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin lastenhoitoapua käyttäneiden vanhempien arjessa sekä myös niitä tekijöitä, jotka vaikuttavat vanhempien hyvinvointiin negatiivisesti. Tällä pyrin tuomaan Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirille ajankohtaista tietoa heidän asiakasperheidensä jaksamisen tilasta. Tutkin myös työssäni heidän lastenhoitopalvelunsa merkitystä vanhempien arjessa jaksamiseen ja pyrin toimenpiteiden avulla selvittämään, onko lastenhoitopalvelussa kehittämisenkohteita ja toisaalta myös niitä asioita, mitkä lastenhoitopalvelussa toimivat hyvin.

Opinnäytetyössäni näen tärkeäksi tuoda molempien perheiden äänet kuuluviin sekä perheiden, joissa on erityistä tukea tarvitseva lapsi, että niiden perheiden, joissa ei ole. Tämä siksi, koska tutkimusten mukaan erityistä tukea tarvitsevien lasten määrä on ollut runsaassa kasvussa. Esimerkiksi vuonna 2020 toteutetussa Tilastokeskuksen tutkimuksessa lähes joka viides peruskoulun oppilaista sai tehostettua tai erityistä tukea opinnoissansa, tämä tarkoittaa siis noin 21,3 % osuutta peruskoulun opiskelijoista (Tilastokeskus 2021). Tämän lisäksi aihe on itseäni hyvin lähellä, koska olen aikaisemmalta koulutukselta lähihoitaja ja tätä kautta olen itse työskennellyt erityistä tukea tarvitsevien lasten sekä aikuisten parissa. Olen siis nähnyt läheltä mitä se on, ja mitä se voi perheiltä vaatia. Toisaalta koen erityistä tukea tarvitsevien lasten perheiden materiaalin olevan tärkeää myös Mannerheimin Lastensuojeluliitolle, koska tämän kaltaista materiaalia heiltä ei juurikaan löydy. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaanpiirin lastenhoitopalvelun toiminnassa voidaan kuitenkin olettaa olevan vähemmän erityisen tuen tarpeen lapsiperheitä. Tästä syystä en heitä työssäni pysty käsittelemään yhtä kattavasti kuin perheitä, joissa ei ole erityisen tuen tarpeen lasta. Näin ollen erityisen tuen lapsiperheet näyttäytyvät työssäni enemmän sivuroolissa johtuen saadun materiaalin vähyydestä.

Saavuttaakseni aiemmin mainitut tavoitteet rakensin tulevalle työlleni kaksi eri toimenpidettä. Ensimmäisenä toimenpiteenä toteutin vanhempien yksilöhaastattelut. Alkuperäisessä suunnitelmassani tarkoitukseni oli haastatella neljää perhettä, joista kaksi tulisivat perheestä, joissa on erityistä tukea tarvitseva lapsi ja kaksi perheistä, joissa ei ole. Materiaalin keräämisvaiheessa en kuitenkaan saanut haastatteluihin erityisen tuen tarpeen lapsiperheiden vanhempia,

joten tämä osa jäi työstäni pois. Haastattelin työssäni kahta vanhempaa, jotka molemmat tulivat perheistä, joihin ei kuulunut erityistä tukea tarvitsevaa lasta. Haastatteluilla pyrin syventymään tarkemmin perheisiin ja heidän taustoihinsa ja pohtimaan minkälaisia vaikutuksia näillä on perheiden kokemuksiin ja hyvinvointiin. Toisena toimenpiteenä olin laatinut kyselylomakkeen, jossa kartoitin vanhempien hyvinvointiin ja voimavaroihin vaikuttavia tekijöitä, sekä kysyin palautetta MLL:n lastenhoitopalvelusta. Kyselylomakkeen tarkoituksena oli saada määrällisesti isompaa otantaa tutkimuksen aiheeseen, sekä selvittää minkälaiset asiat perheiden arjessa nousevat voimavaratekijöiksi ja mitkä taas heikentävät hyvinvointia.

Olen rakentanut opinnäytetyöni hyvin pitkälle hyvinvoinnin määritelmän pohjalta ja siihen liittyviin alakäsitteisiin. Työni alussa kerron tarkemmin Mannerheimin Lastensuojeluliitosta organisaationa, sen arvoista ja tavoitteista, sekä lastenhoitopalvelusta. Tämän jälkeen nostan esille tutkimuksen aiheeseen olennaisesti liittyvät käsitteet ja avaen ne. Käyn myös läpi käsitteisiin liittyviä tekijöitä kuten millä hyvinvointia sekä voimavaroja voidaan kehittää perheiden näkökulmasta. Otan tutkimuksessani kantaa Suomessa tehtävään perhepolitiikkaan ja sen toimivuuteen, sekä perehdyn vanhempien hyvinvoinnin historiaan, että nykypäivän tilanteeseen eri tutkimusten avulla. Tämän jälkeen käyn läpi tarkemmin mitä tutkimuksessani tarkoitan erityistä tukea tarvitsevalle lapselle, sekä perehdyn siihen minkälaisista asioista erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien hyvinvointi ja jaksaminen voi kuormittua. Lopussa nostan esiin oman tutkimuksellisen työni ja sen tulokset, sekä reflektoin omaa työtäni ja kuinka siinä onnistuin.

2 MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITTO

Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL) on avoin kansalaisjärjestö, jonka tarkoituksena on edistää lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia (MLL 2017a). MLL pyrkii yhdessä yhteistyökumppaneidensa kanssa rakentamaan lapsiystävällistä yhteiskuntaa, jossa lapsuutta arvostetaan ja jossa kaikilla on oma vastuunsa lasten hyvinvoinnista. Mannerheimin Lastensuojeluliiton työtä ohjaa perustamisjulistus, säännöt, MLL:n suunta 2024 strategia, sekä YK:n lasten oikeuksien sopimus. (MLL 2017a.)

MLL pitää tärkeänä lapsen oikeutta onnelliseen lapsuuteen. Se korostaa toiminnallansa perheen hyvinvoinnin merkitystä sekä peruspalveluiden kuten varhaiskasvatuksen, koulun ja harrastusten tärkeyttä lasten ja nuorten arjessa. (MLL 2017a.) Toiminnassa nähdään tärkeänä lapsuusajan hyvinvointi, koska tämä vaikuttaa vahvasti myös myöhempään hyvinvointiin. Suomen tulevaisuus perustuu hyvinvoiviin lapsiin, nuoriin ja perheisiin. (MLL 2017a.) MLL pyrkiikin toiminnallansa olemaan lasten, nuorten ja perheiden asiantuntija.

MLL:n organisaation rakenne muodostuu keskusjärjestöstä, 10 piirijärjestöstä ja 548 paikallisyhdistyksestä. Tämän lisäksi paikallisyhdistyksissä on n. 85 000 jäsentä. Organisaation ylin päättävä elin on kolmen vuoden välein kokoontuva liittokokous. Liittokokouksen tehtävänä on linjata Mannerheimin Lastensuojeluliiton toimintaa, sekä hyväksyä MLL:n toimintasuunnitelma seuraavaksi kolmeksi vuodeksi eteenpäin. Tämän lisäksi liittokokous valitsee liittovaltuuston, johon kuuluu puheenjohtajan lisäksi 38 jäsentä, sekä liittohallituksen puheenjohtaja. Liittovaltuuston tehtävä on taas muodostaa liittohallitus, johon kuuluu puheenjohtajan lisäksi yhdeksän jäsentä. Liittokokouksessa äänioikeus kuuluu paikallisyhdistyksille, sekä piirijärjestöille. Keskusjärjestön siis muodostaa itse Mannerheimin Lastensuojeluliitto ry ja tämän alle kuuluvat paikallisyhdistykset, sekä piirijärjestöt. Piirijärjestöjen tehtävänä on toimia alueensa paikallisyhdistysten tukena, sekä alueellisena vaikuttajana. Paikallisyhdistys taas toimii omalla alueellansa MLL:n arvojen, linjausten ja toimintaperiaatteiden mukaan. Paikallisyhdistyksen tehtävä on paikallisesti edistää lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia jäsentensä valitsemilla tavoilla. (MLL 2020a.)

Keskusjärjestö, piirijärjestöt ja paikallisyhdistykset ovat rekisteröityjä yhdistyksiä ja ne tekevät itse omat hallintoon ja talouteen liittyvät päätökset (MLL 2017a). Mannerheimin Lastensuojeluliiton toiminnan volyymi oli vuonna 2019 noin yhdeksän miljoonaa euroa. Merkittävin Mannerheimin Lastensuojeluliiton rahoittaja on Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus

(STEA). STEA rahoittaa Mannerheimin Lastensuojeluliiton toiminnasta noin 34 %. Loput tulevat sijoitus- ja rahoitustoiminnasta (22 %), jäsenmaksuista (5 %), korvauksista ja maksutuotoista (3 %), Lasten päivän säätiöltä (6 %), muista avustuksista (8 %) ja muusta varainhankinnasta (7 %). (MLL 2020b.) MLL:n keskusjärjestöllä työskentelee n. 50 työntekijää ja tämän lisäksi jokaisella piiri järjestöllänsä on palkattua henkilökuntaa (MLL 2020a). Mannerheimin Lastensuojeluliiton toiminnan alaisena on 845 lastenhoitajaa, 27 000 vapaaehtoista, 1000 toimivaa kerhoa, 655 perhekahvilaa, 11 000 tukioppilasta ja 2500 perhekummaa, sekä muuta tukihenkilöä (MLL 2018). MLL toimiikin koko maan laajuisesti.

2.1 Mannerheimin Lastensuojeluliiton arvot, periaatteet ja tavoitteet

MLL:n toiminta pohjautuu neljään arvoon, joita ovat *lapsen ja lapsuuden arvostus, yhteisvastuu, inhimillisyys ja yhdenvertaisuus* (MLL 2017a). Tämän lisäksi MLL on määritellyt toimintansa periaatteet, jotka pohjautuvat *avoimuuteen, iloon, kumppanuuteen, osallisuuteen ja arjen arvostukseen*. Käyn seuraavaksi läpi lyhyesti mitä MLL tarkoittaa kullakin periaatteellaan.

Avoimuudella organisaatio tarkoittaa helposti lähestyttävyyttä toimintaa, jossa eri-ikäiset ja erilaisissa elämäntilanteissa olevat lapset, nuoret ja perheet otetaan huomioon, sekä pyritään tavoittamaan. *Ilolla* tarkoitetaan yhdessä tekemisen tuomaa iloa, osallisuutta ja luottamusta koko yhteiskuntaan. *Kumppanuudella* korostetaan yhteistyön merkitystä, jossa pyritään yhdessä rakentamaan lapsiystävällistä yhteiskuntaa. *Osallisuudella* organisaatio tarkoittaa kohtaamisia, jossa lapset, nuoret, vanhemmat ja isovanhemmat nähdään aktiivisina toimijoina ja tekijöinä. Tämän perustana on pyrkiä kuuntelemaan lapsia, nuoria, ja perheitä ja kehittää heidän mahdollisuuksiensa päästä vaikuttamaan ja suunnittelemaan toimintaa. Tämän lisäksi MLL tarjoaa kaikille avoimia ja maksuttomia kohtauspaikkoja, jonka tarkoituksena on torjua yksinäisyyttä ja ulkopuolisuutta. *Arjen arvostuksella* MLL korostaa olevansa lasten, nuorten ja perheiden arjen asiantuntija. Tässä tärkeänä nähdään lasten ja nuorten hyvinvointi, joka syntyy arjessa eli perheessä, peruspalveluissa ja vertaissuhteissa. MLL tarjoaa tukea niin kasvokkain kuin puhelin- ja verkkopalveluissa. Näillä vahvistetaan lasten, nuorten ja vanhempien kykyä kohdata elämän muutostilanteita, sekä erilaisia vaiheita ja selvittää niistä. Tämän lisäksi työssä näkyy vahvasti työmenetelmien kehittäminen vapaaehtoisille, sekä ammattilaisille ja myös erilainen vaikuttaminen lapsia, nuoria ja lapsiperheitä koskevaan päätöksentekoon. (MLL 2017a.)

”Suomi on lapsiystävällinen yhteiskunta, jossa lasten etu asetetaan etusijalle ja jossa lapset ja nuoret voivat hyvin” (MLL 2017b, 6).

Näin määrittelee MLL tahtotilansa, johon pyritään pääsemään vuoteen 2024 mennessä. Suunta 2024 strategian toteuttaminen on jaettu kolmeen eri toiminta-alueeseen, näitä ovat vapaaehtois-toiminta lasten, nuorten ja perheiden kanssa, lasten, nuorten ja vanhemmuuden tuki sekä vaikuttaminen lasten, nuorten ja perheiden hyväksi. MLL on määrittänyt strategian toteutumiselle seitsemän eri tavoitetta. Ensimmäisellä tavoitteella korostetaan helposti lähestyttävää ja innostavaa kumppania lapsille, nuorille ja perheille. Toisena tavoitteena MLL haluaa kohdata perheitä erilaisissa elämäntilanteissa ja olla tärkeä osa lapsiperheiden arkea. Kolmantena tavoitteena on olla lähellä lapsia, nuoria ja perheitä. Neljäntenä tavoitteena on olla vetovoimainen järjestö kaikenlaisille perheille. Viidentenä tavoitteena on olla kannustava, monipuolista osaamista ja tietoa hyödyntävä organisaatio. Kuudentena tavoitteena on kyetä toimimaan ja olla läsnä koko Manner-Suomen alueella ja viimeisenä eli seitsemäntenä tavoitteena on kyetä vahvistamaan vapaaehtoistoiminnalla lasten, nuorten ja perheiden hyvinvointia ja tätä kautta ehkäistä ongelmien muodostumista. (MLL 2017a.)

2.2 Mannerheimin Lastensuojeluliiton lastenhoitopalvelu

Tutkimuksellisessa työssäni isossa osassa toimii Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin tarjoama lastenhoitopalvelu. Perehdyin tässä luvussa tarkemmin lastenhoitopalvelun toimintaan ja siihen mitä tarjottavaa sillä on perheille. MLL järjestää monipuolista apua ja tukea lapsiperheille. Yhtenä merkittävän osana tätä kokonaisuutta on MLL:n tarjoama lastenhoitoapu, jonka tarkoituksena on mahdollistaa vanhemmille aikaa töihin, opintoihin tai vaikka vapaa-aikaan liittyvistä syistä, jos vanhempi haluaa hetken hengähtää omasta arjestansa. Tärkeää on, että perhe voi käyttää lastenhoitoapua omien tarpeidensa mukaan silloin kun he sitä tarvitsevat. Tämän takia lastenhoitoapua tarjotaankin kaikkina vuorokauden aikoina. (MLL Uudenmaan piiri 2022.)

Lastenhoitopalvelussa tärkeänä MLL pitää luotettavia ja koulutettuja hoitajia. MLL:n lastenhoitopalvelun hoitajat ovat käyneet Mannerheimin Lastensuojeluliiton järjestämän lastenhoitokurssin tai he ovat Sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteiden ammattilaisia, tai kyseisten alojen viimeisen vaiheen opiskelijoita, joille kuuluu MLL:n järjestämä perehdytys toimintaan. (MLL Uudenmaan piiri 2022.) Kaikilta toimintaa osallistuvilta katsotaan myös lain mukaan rikosrekisteriote. Lastenhoitajien tehtävänä on huolehtia lasten turvallisuudesta, hoidosta ja viihdyttämisestä vanhempien toiveiden mukaisesti. (MLL Uudenmaan piiri 2022.) Mannerheimin Lastensuojeluliiton lastenhoitopalvelu tarjoaa lastenhoitajia, myös erityistukea tarvitseville lapsille.

Jotta lastenhoitaja voi toimia erityistä tukea tarvitsevan lapsen kanssa, täytyy hänellä olla riittävät valmiudet. MLL tarjoaakin lastenhoitajilla lisäkoulutusta erityistä tukea tarvitsevien lasten kanssa toimimiseen. Tämän lisäksi hoitajan tausta vaikuttaa olennaisesti siihen onko hänellä riittävät valmiudet toimia erityistä tukea tarvitsevan lapsen kanssa. Taustalla viitataan esimerkiksi aikaisempaan kokemukseen erityistä tukea tarvitsevista lapsista tai saatuun koulutukseen. Joissain tapauksissa on myös mahdollista, että perhe ohjeistaa lastenhoitajaa toimimaan oman erityistä tukea tarvitsevan lapsensa kanssa. (Hämäläinen 2022.)

MLL toimii siis hoitajien kouluttajina, ohjaajina ja välittäjinä, mutta työnantajana toimii lastenhoitoapua tilannut perhe. Lastenhoitajat eivät siis toimi työsuhteessa Mannerheimin Lastensuojeluliittoon, eivätkä he laskuta perheitä. Perhe maksaa itse lastenhoitajalle palkan tehdystä hoidosta. Mannerheimin Lastensuojeluliitolla on oma lastenhoitopalvelun varausjärjestelmä, johon lastenhoitajat saavat omat tunnuksensa koulutuksen tai perehdytyksen jälkeen. Tämän jälkeen he voivat merkata järjestelmään, milloin ovat perheiden käytettävissä. Perhe itse voi jättää tilauksen välityksen hoidettavaksi tai hakea itse omalta alueelta vapaita hoitajia. Tällä pyritään mahdollistamaan toiminta, myös iltaisin ja viikonloppuisin kun välityspalvelu on kiinni. (MLL Uudenmaan piiri 2022.)

3 HYVINVOINTI JA JAKSAMINEN

Hyvinvointi, arki, voimavarat ja jaksaminen ovat tutkimukseni viitekehyksen kannalta oleellisia termejä. Pyrin tässä luvussa käsittelemään, sekä avaamaan kyseisiä termejä hyödyntäen aiheeseen liittyvää kirjallisuutta. Tuon esille termejä monipuolisesti, sekä niiden vaikutusta vanhempien jaksamiseen ja pyrin johdattamaan tällä lukijaa omaan tutkimukseeni.

3.1 Hyvinvoinnin määritelmä

Kun puhumme vanhemmuudesta ja vanhempien jaksamisesta on hyvinvointi kaiken tämän lähtökohta. Hyvinvoiva perhe jaksaa arjessa, sekä kykenee selviytymään haasteista ja vastoin käymisistä. Hyvinvointi ei kuitenkaan ole niin yksiselitteinen asia, ja hyvinvoinnissa täydellisyteen pyrkimistä voidaankin pitää mahdottomana. Hyvinvointi voidaan nähdä hyvin laajana käsitteenä ja sillä voidaan viitata moniin eri asioihin, kuten elinoloihin, terveyteen, toimintakykyisyyteen, yksilön sijoittamiseen yhteiskunnassa, sekä hänen kykynsä ja motivaatioonsa toimia yhteisössä. Hyvinvoinnin vastakohtana voidaankin nähdä pahoinvointi, jonka käsitteestä puhutaan yleensä silloin, kun puhutaan onnesta, mielenterveydestä, elämänhallinnasta, turvallisuudesta tai turvattomuudesta. Hyvinvointia rakennetaan ja pidetään yllä läpi elämän, eikä sitä pystytä takamaan kovin pitkäksi aikaa eteenpäin. Yleisesti ottaen tärkeänä hyvinvoinnissa voidaankin pitää omaa yksilöllistä kokemusta elämän mielekkyydestä. Tämä voidaankin nähdä ihmisen kokonaisvaltaisena arviona suhteestaan itseensä, sekä maailmaan juuri tällä hetkellä. (Suoninen, Pirttilä-Backman, Lahikainen & Ahokas 2013, 291.)

Suomessa hyvinvointi käsitteen pioneerina voidaan pitää yhteiskuntatieteilijä Erik Allardtia. Erik Allardt oli yksi Suomen ja pohjoismaiden tunnetuimpia ja merkittävimpiä yhteiskuntatieteilijöitä. Hänen vuosina 1976 ja 1993 julkaisemansa teokset ovat saaneet merkittävää huomiota pohjoismaissa ja näitä onkin käytetty hyvinvointi määritelmän perustana. Käsittelenkin tässä kappaleessa ensin Erik Allardtin (1976, 1993) luomaa hyvinvoinnin määritelmää ja tämän jälkeen otetaan katselmus siihen, miltä hyvinvoinnin määritelmä näyttää nykypäivänä ja kuinka paljon se eroaa Erik Allardtin luomasta teoriasta.

Vaaraman ym. (2014) mukaan Allardt (1976, 1993) tiivistää hyvinvoinnin rakentuvan kolmeen eri ulottuvuuteen, joita ovat *Having*, *Loving* ja *Being* (Vaarama, Karvonen, Kestilä, Moisio & Muuri 2014, 145). Allardt (1976, 1993) on tiivistänyt Vaarama ym. (2014) mukaan nämä kolme ulottuvuutta seuraavanlaisesti. *Having* edustaa terminä kaikkia niitä aineellisia oloja, jotka ovat

välttämättömiä hengissä pysymiselle ja kurjuuden välttämiseksi. Näillä tarkoitetaan saamiastuloja, varallisuutta, asuinoloja, työssäoloa ja terveyttä. *Loving* viittaa ihmisen tarpeeseen olla suhteessa toisiin ihmisiin. Tässä suhteiden käsitteenä hän käytti esimerkiksi rakkautta ja toveruutta. Suhteet voitiin jakaa paikallisyhteisöön, perheeseen, ystäviin, työtovereihin ja organisaatioihin. *Being* eli itsensä toteuttaminen kuvasi tarvetta kiintyä yhteiskuntaan ja toimia sen kanssa. Tämän vastakohtana Vaaraman ym. (2014) käsityksen mukaan Allardt (1976, 1993) piti vieraantumista. Tällä ulottuvuudella tarkoitettiin esimerkiksi osallistumista omaan elämään vaikuttaviin asioihin, poliittista vaikuttamista ja mahdollisuus tehdä itselleen mielekkäitä asioita. (Vaarama ym. 2014, 581.)

Nykyisessä hyvinvoinnin määritelmässä voidaankin nähdä paljon yhteneväisyyksiä Erik Allardtin teoriaan, mutta toisaalta myös eroavaisuuksia. Käsitteet ja tutkimustieto ovat jonkin verran muuttuneet ja asioita nähdään hiukan eri tavalla kuin ennen. Nykyään hyvinvointi jaetaan kolmeen osatekijään, joita ovat terveys, materiaallinen hyvinvointi ja koettu hyvinvointi. (THL 2022.) Avaan seuraavaksi lyhyesti jokaisen osatekijän.

Maailman terveysjärjestö (WHO) on määritellyt terveyden täydellisenä fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilana. Tämä määritelmä on kuitenkin saanut paljon kritiikkiä, koska tämän kaltaista tilaa on mahdotonta saavuttaa täysin. WHO onkin muuttanut määritelmäänsä painottamalla terveyden dynaamisuutta ja spiraalisuutta. Tässä korostetaan terveyttä jatkuvasti muuttuvana tilana, johon vaikuttaa monet eri asiat kuten sairaudet, fyysinen ja sosiaalinen elinympäristö, sekä omat kokemukset, arvot ja asenteet. (Huttunen 2020.) Terveys on käsitteenä hyvin henkilökohtainen asia, ja näin ollen vain yksilö itse voi määritellä miten kokee terveytensä. Tällä tarkoitan sitä, että kaksi ihmistä, jotka molemmat kärsivät samasta pitkäaikaissairaudesta voivat kokea tilanteen hyvinkin eri tavalla. Toinen voi ajatella itsensä täysin terveeksi, kun taas toinen voi pitää terveyttään hyvin heikkona, vaikka sairaus olisi täysin sama.

Materiaalisella hyvinvoinnilla tarkoitetaan lähtökohtaisesti aineellisten elinolojen, sekä taloudellisuuden tuomaa hyvinvointia (Lammi-Taskula & Karvonen 2014, 13). Näitä ovat esimerkiksi toimeentulo, asuminen, palvelut ja ympäristö. Elintaso ei kuitenkaan loputtomasti edistä hyvinvointia. Ihmisen saavuttaessa riittävä elintaso voidaan ajatella, ettei elintason nousu enää vaikuta tai edistä yksilön hyvinvointia. (Teppo 2015.) Monesti materiaalisesta hyvinvoinnista nouseekin esille hypoteesi, jossa ajatellaan suomalaisten lapsiperheiden tilanteen olevan hyvä. Kuitenkin voimme nähdä jo 1990-luvulla alkanutta eriarvoisuuden kasvua, joka on heijastunut

lapsiperheiden tulokehitykseen. 1990-luvulla pinnan alla tapahtunut polarisoituminen ja lapsiperheiden tulokehityksen heikkeneminen on noussut vahvasti pinnalle 2020-luvulla yhteiskuntamme kohdatessa isoja kriisejä. (Lammi-Taskula & Karvonen 2014, 107.)

Koettuun hyvinvointiin vaikuttaa vahvasti kaksi aiemmin esille nostettua osatekijää. Koetulla hyvinvoinnilla tarkoitetaan tyytyväisyyttä omaan elämään. Tyytyväisyyteen vaikuttaa merkittävästi osallisuuden kokemukset, ihmissuhteet, laadukas asuinympäristö, kokemus oikeudenmukaisuudesta ja mielekäs tekeminen. Taloudellisen, yhteistyön ja kehityksen järjestö (OECD) pitää tärkeänä onnellisuuden ja elämään tyytyväisyyden merkitystä osana hyvinvointia. (Lammi-Taskula & Karvonen 2014, 13.) Varsinkin nykyään koettua hyvinvointia mitattaessa onnellisuutta pidetään oleellisena osana kokonaisuutta. Tämän lisäksi yhtenä koetun hyvinvoinnin mittarina pidetään elämänlaatua. Elämänlaatua mitataan yleensä seuraavilla asioilla: Terveys, materiaallinen hyvinvointi, odotukset hyvästä elämästä ja omanarvontunto. (THL 2022.)

3.2 Vanhemman arjen hyvinvointi

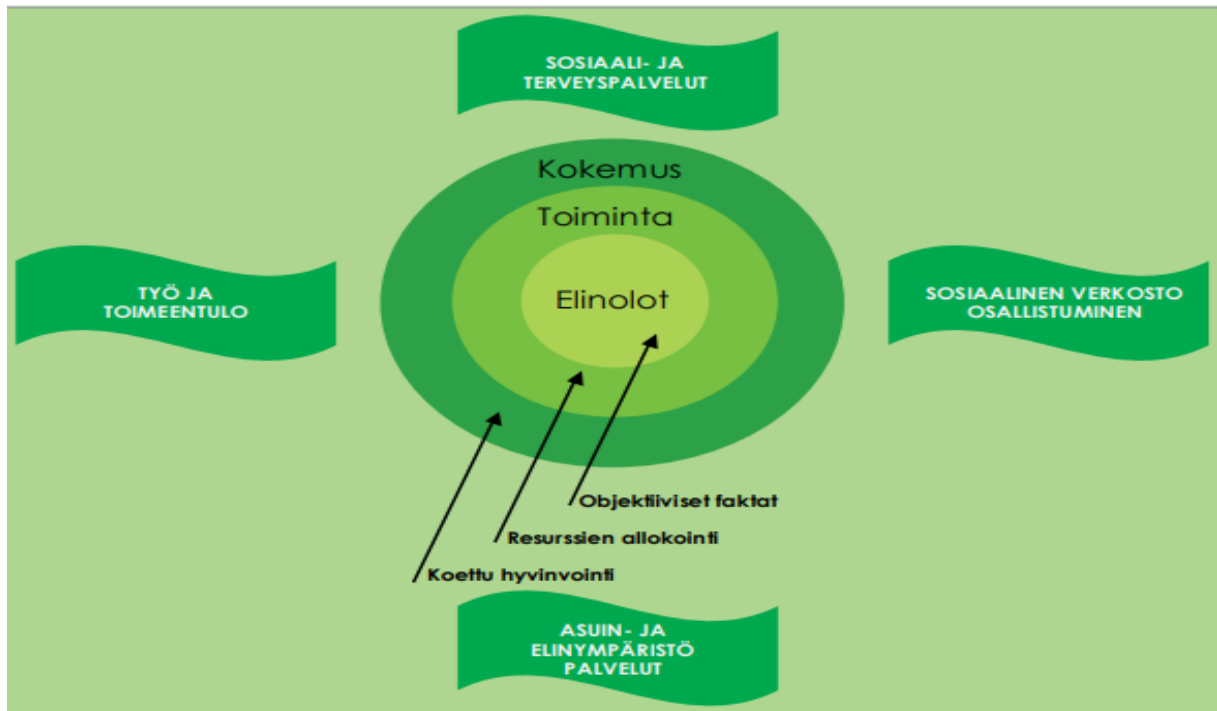
Jos verrataan vuoteen 1976 on hyvinvointi saanut monenlaisia ja yhä moniulotteisempia näkökulmia. Nostan tässä kappaleessa esiin niistä tärkeimmän huomioiden kehittämiskohteenani olevan kohderyhmän. Tämä kappale on myös oiva johdatus seuraavaan aiheeseemme, jossa käsitellään tarkemmin arjen voimavaroja. Arjen hyvinvoinnilla tarkoitetaan niitä tekoja, jotka vaikuttavat oleellisesti arjessa jaksamiseen. Arjen hyvinvointia katsoessa voidaan ajatella vanhemmilla olevan monenlaisia vastuita ja asioita, joita pitää pystyä hoitamaan. Nykyinen yhteiskuntamme painottuu vahvasti suorittamiseen ja sen luomiin paineisiin. Vanhemmuuden voimavara- ja kuormitustekijät (VoiKu)- tutkimushankkeen tuloksista voidaan päätellä vanhempien kohtaavaan epärealistisia odotuksia yhteiskunnalta. Vanhemmat kokivat yhteiskunnan käsityksen ihannevanhemmista pitävän sisällänsä ristiriitaisia ominaisuuksia, suorituskeskeisyyttä, sekä taloudellista menestymistä. Tutkimuksessa koettiin, että vanhemman pitää samaan aikaan pystyä olemaan urasuuntautunut, kouluttautunut, aikaansaava ja varakas, mutta myös toisaalta läsnä oleva ja epäitsekäs. (Jyväskylän yliopisto 2021.) Jokainen voi varmasti miettiä kohdalleen samanlaisen tilanteen, kuinka epärealistisilla odotuksilla luodaan vanhemmille paineita onnistua. Nämä paineet onnistua vaikuttavat vanhempien mielen hyvinvointiin, jolla on taas vaikutus suoraan siihen, miten arjessa voi.

Silloin kun ihmisen elämässä on kaikki hyvin, arki etenee ilman suuria murheita. Arjen hyvinvointi koostuu työstä, koulusta, kotitöistä, asioiden hoitamisesta, harrastuksista, sosiaalisista suhteista ja levosta. (Mielenterveystalo.fi 2022.) Elämä on jatkuvaa tasapainottelua velvollisuuksien, vaatimusten ja hyvää oloa tuottavien asioiden välillä. Kaiken lähtökohtana on pystyä kiinnittämään huomiota tasapainoon sinulle kuormittavien tekijöiden, sekä sinulle voimaa tuovien tekijöiden kanssa. Yksi varsin yleinen toimintapa, kun ylikuormittavuus arjessa alkaa kasvamaan isoksi, on ruveta tinkimään hyvinvointia tukevista asioista esimerkiksi sosiaalisista suhteista tai omista harrastuksista. (Luustoliitto.fi 2020.) Tästä ei voida ketään vanhempaa syyttää, vaan enemmänkin kohdistaa katseita yhteiskuntaan ja sen asettamiin odotuksiin. Vanhempana aina haluat olla mahdollisimman riittävä ja hyvä omille lapsille ja kun odotukset on asetettu yhteiskunnan toimesta noin korkealle, ei vanhemmille jää muuta vaihtoehtoa kuin lähteä tinkimään asioista, jotka edistävät omaa hyvinvointia. Näissä hetkissä on tärkeää kuitenkin pysyä pysähtymään, tiedostamaan tilanne ja pohtia oman arjen hyvää oloa tuottavia asioita ja pitämään niistä kiinni. Toisaalta on myös hyvä miettiä niitä asioita, jotka tuottavat ahdistusta sekä kuormittavat jaksamistasi ja pyrkiä vähentämään niitä. (Luustoliitto.fi 2020.)

Käytän seuraavaksi tarkemmassa arjen hyvinvoinnin viitekehyksen määrittelyssä hyödyksi hyvinvoinnin 3D-mallikuvaa (kuva 1), joka on julkaistu aikanaan Alueellinen hyvinvointibaroometri julkaisussa vuonna 2003 (Raijas 2008,13). Vaikka julkaisu onkin vanha, koen sen silti määrittävän hyvin nykyaikaisen käsityksen arjen hyvinvoinnista ja siitä mitä siihen kuuluu. Ympyrän kehikko muodostuu neljästä eri kohdasta, joita ovat sosiaali- ja terveyspalvelut, työ ja toimeentulo, sosiaalinen verkosto, osallistuminen, sekä asuin- ja elinympäristö. Näillä tarkoitetaan meitä ympäröivää yhteiskuntaa rakenteineen ja elinoloineen, joka luo puitteet meidän kaikelle toiminnalle. (Raijas 2008,13.) Tämä on siis peruspohja kaikelle meidän ympärillämme rakentuvalle hyvinvoinnille.

Näiden pohjalta muodostuu ympyrä, joka koostuu kolmesta eri kohdasta. Sisimpänä on elinolot, josta muodostuu pohja myöhemmin ympyrässä esille tuleville toiminnalle ja kokemuksille. Elinoloilla eli tässä tapauksessa objektiivisilla faktoilla, tarkoitetaan asuinpaikkaa, kotitaloustyyppiä, tuloja ja varallisuutta. Seuraavana ympyrässä tulee toiminta, jolla tarkoitetaan olemassa olevien resurssien kohdentamista itselle ja perheelle hyödyksi oleviin asioihin. Resursseilla tarkoitetaan elinolojen muodostamia tuloja, varallisuutta, sosiaalista pääomaa ja terveyttä. Resurssien kohdentaminen ja hallinta riippuu ympäristön tarjoamista elinoloista ja puitteista.

(Raijas 2008, 13.) Vanhempana resurssien allokointi eli kohdentaminen jakautuu eri ajankohdina useammalle eri henkilölle kotitaloudessa ja tällä voidaanakin nähdä olevan suuri vaikutus kehän uloimpana olevaan asiaan eli koettuun hyvinvointiin. Kokemus arjen hyvinvoinnista muodostuu siis elinolojen mahdollistamista resursseista ja niiden kohdentamisesta oikealla tavalla perheessä.



Kuva 1: Hirvonen & Haapola & Karisto 2003

Haluan vielä loppuun nostaa kaikista tärkeimmän seikan, jotta hyvä arjen hyvinvointi voi toteutua. Kaiken aikaisemmin mainitun tasapainottelu tarvitsee onnistuakseen hyvää ajanhallintaa. Hyvällä ajanhallinnalla tarkoitetaan arjen ajankäytön järjestämistä, niin että suurimman osan ajasta sinulla on mahdollisuus käyttää niihin asioihin, jotka ovat sinulle tärkeitä ja mielekkäitä. Hyvällä ajanhallinnalla ei siis tarkoiteta toimintaa, jolla pyrittäisiin saamaan yhä enemmän valmiiksi ja niin tehokkaasti kuin suinkin mahdollista. (Nyyti.fi 2022a.) Vanhempana ollessa voi monesti herätä tuska, jossa ajatellaan, ettei mitään ole tehtävissä ja aika ei yksinkertaisesti riitä kaikkeen. Ajankäytöstä on kuitenkin olemassa kahta eri muotoa, on tehotonta ajankäyttöä ja tehokasta ajankäyttöä. Tehoton ajankäyttö johtaa monesti stressiin ja loppuun palamiseen. Tällöin on mahdollista, että perheen lapset jäävät vaille yhteistä vuorovaikutusta. Hyvässä ajanhallinnassa korostuu asioiden tärkeysjärjestykseen laittaminen, tehtävien jakaminen yhdessä perheen kanssa, sekä pyrkimys luopua täydellisyydestä ja harjoitella sanomaan ei, jos tiedostaa, että asioita on jo muutenkin liikaa meneillään. (MLL 2020c.)

3.3 Vanhempien arjen voimavarat

”Vanhempana on auttanut jaksamaan arjessa hyvä parisuhde, iloiset ja sosiaaliset lapset, mahtavat isovanhemmat sekä koira, joka on vienyt ulos ja luontoon. Lopulta vanhemmat ovat ymmärtäneet ottaa omaa aikaa ja lähteä liikkumaan. Vertaistuki samankaltaisilta perheiltä on korvaamatonta sekä sairaalasta tullut vauvaperhetyöntekijän tuki. Sopeutumisvalmennuskurssit ovat olleet huippuja koko perheelle. Kurseilta on saanut tukea, tietoa, saman kokeneita kavereita kaikille ja vapaa-aikaakin vielä” (Anttila 2020,71)

Tässä esimerkkinä yhden vanhemman kertomus omista arjen voimavaroista erityistä tukea tarvitsevan lapsen vanhempana. Tämä kappale käsittelee vanhempien arjen voimavaroja käsitteenä ja sitä minkälaisia voimavaroja vanhemmilla on tai voisi olla, jotka edistävät vanhempaa jaksamisessa. Voimavaroja voidaankin pitää jokaisen henkilökohtaisina ominaisuuksina, joiden tarkoituksena on auttaa selviytymään arjessa antamalla tukea sekä voimaa (Terveyskylä.fi 2020.) Usein kun puhutaan voimavaroista, nousee esiin käsite voimavarakeskeinen lähestymistapa tai voimavara-ajattelu. Voimavarakeskeisen lähestymistavan tai ajattelun ideana on rakentaa arkea omien vahvuuksien varaan. Kun ihminen pääsee arjessa toteuttamaan niitä asioita, joissa on hyvä ja lahjakas hän panostaa samalla asioihin, joilla on mahdollisuus tuottaa pitkäkestoista mielihyvää. (Mielenterveystalo.fi 2020.) Olennainen osa voimavarakeskeisessä lähestymistavassa on tunnistaa omia voimavaroja eli niitä asioita, jotka antavat virtaa ja vievät asioita hyvään suuntaan. Näitä voivat esimerkiksi olla hyvät ihmissuhteet, järjestelmällinen luonne, työ, harrastukset, perhe tai kyky suunnitella tulevaa. (Nyyti.fi 2022b.) Omien voimavarojen tunnistaminen on tärkeää, jotta niistä pystytään pitämään kiinni ja niitä on mahdollista hyödyntää arjessa. Osa voimavaroista voi olla hyvin selkeästi näkyvillä, kuten paras kaverisi, joka auttaa sinua muutossa. Kun taas osa voimavaroista voi olla hyvin piilossa tai vaikeasti heräteltävissä, kuten vanha harrastuksesi, jossa olet ollut hyvä, mutta olet joutunut lopettamaan sen. (Terveyskylä.fi.)

Arjen voimavarat ovat tärkeä osa vanhemmuutta. Parhain lähtötilanne kasvatukselle on, että vanhempi voi hyvin ja näin käydessä suurin osa lapsen oppimisesta tulee seuraamalla aikuisen mallia. Hyvänä esimerkkinä tästä toimii monelle lentokoneesta tuttu malli, jossa happinaamari laitetaan aina ensin itselle ennen kuin voit auttaa muita. (Trogen 2020.) Sama pätee myös vanhemmuuteen ja sen voimavaroihin, on tärkeää edistää ja hyödyntää omia voimavaroja ensin vanhempana ennen kuin voit edistää oman lapsesi voimavaroja. Suurin merkitys lapselle kas-

vamisessa on, että vanhemmalla on hyvät voimavarat. Silloin kun vanhemmalla on hyvät voimavarat voivat ne siirtyä eteenpäin, myös lapselle. Lapsuuden tärkeimpiä asioita on hyvinvoivat vanhemmat, jotka jaksavat olla läsnä ja vuorovaikutuksessa lapsen kanssa.

Yhtenä keskeisimpinä vanhempien voimavaroina voidaan pitää vanhempien tyytyväisyyttä parisuhteeseensa ja vanhempien jaksamista. THL:n vuonna 2012 toteuttamassa lapsiperhekselyssä selvitettiin vanhempien voimavaroja vahvistavia, sekä heikentäviä tekijöitä tutkimalla miten vanhempien toimeentulokokemukset, kotitöiden jakaminen ja työstä johtuva ajan puute ovat yhteydessä vanhempien voimavaroihin. (THL 2014.) Lapsiperhekselyyn vuonna 2012 vastanneista työssäkäyvistä pienen lapsen vanhemmista lähes kolmasosa koki, että heidän työhönsä kuluva aika on liian suuri ja näin ollen heillä on joko usein tai jatkuvasti liian vähän aikaa lapsillensa, myös koululaisperheissä vanhemmat kokivat ajan puutetta lapsiinsa, joskin vähän vähemmän. Moni vanhemmista koki työstä johtuvan ajanpuutteen johtavan myös ajanpuutteenseen puolisonsa kanssa. (Lammi-Taskula & Karvonen 2014, 41.) Tutkimuksessa isona haasteena nousi esille myös kotityöt, jotka kuormittavat runsaasti perheiden vanhempia. Erityisesti naiset ovat kokeneet kotitöihin liittyvän työnjaon olevan epäreilua. Tämä nousee vahvasti esiin pikkulapsiperheissä, jossa kiistely kotitöiden jakamisesta heikensi, niin äitien kuin isienkin tyytyväisyyttä heidän parisuhteeseensa. (Lammi-Taskula & Karvonen 2014, 76–79.)

Toimeentulokokemuksilla voidaan tämän tutkimuksen mukaan nähdä olevan selkeä vaikutus vanhempien voimavaroihin. Vanhemmilla olevat voimavarat ovat harvemmin hyvät, jos toimeentulo perheessä koetaan hankalaksi. Tutkimuksessa voidaankin nähdä selkeä lasku, jos toimeentulot koetaan heikoiksi. Tutkimuksen mukaan 32 prosenttia äideistä koki voimavaransa olevan hyvät, jos toimeentulo oli helppoa, kun taas toimeentulo koettiin hankalaksi, kyseinen prosentti luku laski 15 prosenttiin. Isien puolella sama luku oli 37 prosenttia, kun toimeentulo koettiin hyväksi, mutta se laski 25 prosenttiin, kun toimeentulo koettiin hankalaksi. Tämän lisäksi tutkimuksessa nousi esille kotitöiden jakaminen tasaisesti vanhempien kesken ja vanhempien riittäväksi koettu yhteinen aika. Näillä molemmilla koettiin olevan yhteys hyviin voimavaroihin. (THL 2014.)

Äskeinen tutkimus osoittaa hyviä näkökulmia parisuhteessa tai liitossa olevien vanhempien voimavara tekijöihin. Nykyään on kuitenkin paljon vanhempia, joilla ei ole samanlaista mahdollisuutta jakaa kotitöitä tai lasten kasvatukseen liittyviä asioita kumppanin kanssa. Tämä korostuu erityisesti yksinhuoltaja perheissä. Nykyään myös työmahdollisuudet ovat laajentuneet merkittävästi. On hyvin mahdollista, että toinen vanhemmista tekee töitä missä pitää olla useita

viikkoja poissa kotoa ja tätä kautta samanlaista mahdollisuutta jakaa arjen asioita ei ole. Syitä voi olla monia muitakin, mutta olennaista on tietää, että vanhemmilla on monenlaisia voimavaroja, jotka eivät liity parisuhteeseen tai siihen kasvatatko lasta yhdessä vai yksin.

Yhtenä isoimpana tekijänä liittyen vanhempien voimavaroihin voidaan pitää sosiaalista tukea. Tällä tarkoitetaan kaikkia niitä läheisiä ja ystäviä, joita perheellä on mahdollista hyödyntää omassa arjessaan. Suomalaisissa perheissä monesti keskeistä kuvaa näissä näyttää isovanhemmat ja heidän roolinsa lasten kasvatuksessa (Broberg 2010, 74). Monille perheistä ne ovat jopa suurin voimavara ja ensimmäinen osoite, josta lähdetään pyytämään apua, kun sitä tarvitaan (MLL 2017c). Isovanhemmilta on mahdollista saada tärkeää vertaistukea, sekä peiliä vanhemmuuteen ja lasten kasvatukseen. Lähiverkoston rooli korostuu eritoten juuri niissä perheissä, jossa vanhempia on yksi arjen keskellä. Lähiverkoston avulla vanhemmalla on mahdollisuus saada itselleen omaa-aikaa ja päästä toteuttamaan itselleen mieleisiä asioita arjen keskellä. Näitä voivat esimerkiksi olla liikunta, luonto, kirjoittaminen, lukeminen ja opiskelu. Näitä kaikkia voidaan pitää vanhempien arjen voimavaroina, jotka edistävät heidän hyvää oloa ja arjessa jaksamista. Tämän lisäksi voimavaroina voidaan nähdä lapset ja heidän kehityksensä, keskustelutuki, tukipalvelut, hyvä olo (hieronta, saunominen), työ ja työjärjestelyn joustavuus. (Anttila 2020,72.)

3.4 Vanhempien jaksaminen Suomessa

Vuonna 2022 Suomessa eletään hyvinvointivaltiossa, jossa pyritään toteuttamaan vanhempia ja lapsia tukevaa perhepolitiikkaa. Vuonna 2013 tehdyssä Sosiaali- ja terveysministeriön (STM) julkaisussa todetaan Suomalaisen perhepolitiikan tavoitteena olevan luoda lapsille turvallinen kasvuympäristö, sekä turvata vanhemmille riittävät aineelliset ja henkiset mahdollisuudet perheen perustamiseen ja lasten kasvattamiseen. Tämän lisäksi Suomalaisessa perhepolitiikassa on korostettu vanhempien mahdollisuuksia viettää aikaa lastensa kanssa, helpottaa vanhempien työssäkäyntiä ja kannustaa isejä hyödyntämään perhevapaita nykyistä enemmän. (STM 2013, 6.) Vuonna 2018 tehdyssä Väestöliiton tutkimuksessa Suomalaisen perhepolitiikan viimeaikaiset onnistumiset saivat perheiltä kritiikkiä. 71 % naisista ja 65 % miehistä olivat Väestöliiton tutkimuksessa sitä mieltä, että perheiden kahtiajako hyvä- ja huono-osaisiin oli voimistunut. Tämän lisäksi perheissä nousi esiin, että valtiolta oli kokonaan unohtanut perheiden tukemisen. (Kontula 2018, 118.) Vuoden 2013 Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisussa esiintyvissä perhepolitiikan tavoitteissa ei ainakaan tämän tutkimuksen perusteella vielä vuonna

2018 ollut onnistettu kovinkaan mairittelevasti. Perehdynkin seuraavaksi siihen, minkälainen jaksamisen tilanne suomalaisilla vanhemmilla on tällä hetkellä ja miten perhepolitiikka onnistunut tukemaan perheiden hyvinvointia.

Osana kansainvälistä International Investigation of Parental Burnout (IIPB) (2020) tutkimusta, selvitettiin missä tutkimukseen osallistuneista maista oli kaikista uupuneimmat vanhemmat. Tutkimukseen osallistui kokonaisuudessaan 42 eri maata. Tutkimuksen kyselylomakkeessa oli 23 kysymystä ja ne edustivat neljää eri näkökulmaa: uupumuksen tunne, vertailu aikaisempaan tilanteeseen, mielihyvän menetys ja tunteiden ilmaisun vaikeus. Kutakin neljää näkökulmaa edusti kyselyssä yksi väite, näitä olivat ”olen täysin väsynyt vanhemmuuteen”, ”minusta tuntuu, että en ole enää sellainen vanhempi kuin olin aikaisemmin”, ”en nauti lasteni kanssa olemisesta”, ja ”en kykene osoittamaan lapsilleni, että rakastan heitä”. (Pulkkinen 2022, 20–21.) Tutkimuksessa täysin uupuneiksi määriteltiin henkilöt, jotka olivat vastanneet kaikkiin 23 kysymykseen ”vähintään kerran viikossa” tai ne, jotka olivat vastanneet vähintään 16 kysymykseen ”joka päivä”. Suomalaisista kyselyyn osallistuneista vanhemmista tutkimuksen mukaan 4,9 % luokiteltiin täysin uupuneiksi. Pääsimme tutkimuksessa siis hyvin lähelle kärkeä, joka ei tässä tapauksessa ollut niinkään hyvä asia. Suomen edellä 42 maasta tuli vain kuusi maata. Tämä tarkoittaa siis sitä että 42 maasta Suomessa on seitsemänneksi uupuneimman vanhemmat. Tuloksissa paremmin pärjäsi esimerkiksi naapurimaamme Ruotsi, jossa samainen prosentti luku oli vain 2,0 % eli yli puolet vähemmän. (Pulkkinen 2022, 20–21.) Tutkimukseen osallistui yhteensä yli 17 000 perhettä ympäri maailmaa. Nämä luvut voidaankin nähdä hyvinvointitaliollemme hyvinkin karuina ja nostattaa kriittistä katselmusta yhteiskunnassamme tehtävään perhepolitiikkaan. Tutkimuksen tultua julki, monet uutismediat julkaisivat uutisia, jossa todettiin Suomalaisten vanhempien kuuluvan maailman uupuneimpien joukkoon. Ylen tekemässä julkaisussa Jyväskylän yliopiston dosentti Matilda Sorkkila totesi suomalaisvanhempien vastuissa korostuneen yksinäisyys ja luontaisten tukiverkoston puute. (Pallonen 2020.)

Tämä ei suinkaan ole ainoa tutkimus, jossa Suomalaisten vanhempien jaksamisessa on nähty huolestuttavia tuloksia. Vuonna 2018 julkaistussa Jyväskylän yliopiston artikkelissa todetaan, että noin 60 % Suomalaisista vanhemmista kärsii unenpuutteesta (Jyväskylän yliopisto 2018). Unenpuute ei suoranaisesti kerro vanhempien jaksamisesta, mutta niin kuin aikaisemmin olemme todenneet, on unella ja levolla merkittävä osuus hyvinvoinnissa, sekä arjen voimavaroissa. Tämän lisäksi monet tutkimukset ovat lukuisia kertoja yhdistäneet unenpuutteen vaikutuksen arjessa jaksamiseen.

Aikaisemmin esille nostetuissa tutkimuksissa on tärkeää myös huomioida ajankohta, milloin aineisto on kerätty. Yhteiskuntamme on kohdannut, sekä kohtaa valtavia kriisejä tällä hetkellä. Koronapandemian tuottamat haasteet perheiden jaksamiseen eivät näy vielä aiemmin esille nostetuissa tutkimuksissa. Vuonna 2020 tehdyssä FinLapset-kyselytutkimuksessa tutkittiin vauva-perheiden vanhempien jaksamista. Tutkimuksessa huomattiin koronapandemian vaikuttaneen negatiivisesti vanhempien jaksamiseen. Koronapandemia oli nostattanut uudenlaisia huolia vanhemmissa, joita olivat esimerkiksi synnytyksen ja synnytyssairaalassa oloajan sujuminen. Tämän lisäksi koronapandemiasta johtuneet rajoitukset olivat nostaneet vanhempien yksinäisyyden tunnetta ja heikentänyt mahdollisuutta olla yhteydessä tukiverkoston. Tutkimuksen mukaan joka kolmannella molemmista vanhemmista nähtiin uupumisen oireita ja synnyttäneistä vanhemmista puolet tarvitsivat ammattilaisen apua jaksamiseen liittyvissä asioissa. Tutkimus osoitti, myös haasteita palveluiden saamisessa, koska tukea tarvitsevista synnyttäneistä vanhemmista viidesosa jäi ilman riittävää ammatillista apua. (THL 2022a.)

Koronapandemia ei ole myöskään ainut kriisi, jolla on ollut vaikutusta vanhempien jaksamiseen. Venäjän aloittama hyökkäyssota Ukrainaan on nostattanut erilaisia huolia perheissä tulevaisuudesta. Huolia on varmasti perheissä monenlaisia kuten huoli ukrainalaisista, huoli siitä, miten sota jatkuu ja kuinka kauan, sekä huoli siitä miten käsitellä asiaa lasten kanssa. Toistaiseksi tutkimustietoa kyseistä aiheesta on tullut hyvin vähän, mutta pyrin seuraavaksi ottamaan esille huolen, joka vaikuttaa tällä hetkellä kaikkein oleellisimmin vanhempien jokapäiväiseen arkeen eli inflaatio. Inflaatiolla tarkoitetaan rahan arvon laskua, joka johtaa kuluttaja hintojen nousuun eli esimerkiksi kaupassa ostettavan ruuan hinnan nousemiseen (OP-Media 2022). Inflaation takia monet vanhemmat miettivät tällä hetkellä hyvin tarkasti mihin rahaa voi käyttää ja kuinka paljon. Suomessa on tällä hetkellä noin 120 000 pienituloista perhettä (Sipola 2021).

Köyhissä perheissä asuvien lapsien määrä eli lapsiköyhyys alkoi kasvamaan merkittävästi vuonna 1994. Se kasvoi merkittävästi vuoteen 2007 asti ja silloin se kävi myös korkeimmillaan ollessaan 13,7 %. Tämän jälkeen ilmiö lähti pienoiseen laskuun ja laski vuoteen 2012 mennessä 11,2 prosenttiin. (Lammi-Taskula & Karvonen 2014, 86.) Kuitenkin vuoden 2012 jälkeen lapsiköyhyys on jälleen lähtenyt nousuun. Tämän taustalla on nähty olevan niukka koulutus, työttömyys, verojen ja kustannusten nousu, sekä työelämän muutos. (Karvonen & Salmi 2016, 3.) Inflaation takia on vaara, että nyt myös ne perheet, jotka ovat kuuluneet aiemmin keskituloisiin alkavat kärsimään toimeentulon kanssa. Puhumattakaan pienituloisten perheiden tilanteesta.

Niin kuin aikaisemmin totesin, on pahentunut inflaatio ilmiönä hyvin tuore, joten opinnäytetyön kirjoittamishetkellä tämän vaikutuksista lapsiperheisiin on vielä hyvin vähän tutkimusmateriaalia.

Nostan seuraavaksi esiin MTV uutisten (2022) tekemän artikkelin, jossa käsitellään hintojen vaikutusta lapsiperheiden arkeen. On kuitenkin hyvä suhtautua kyseiseen lähteeseen kriittisesti, koska lähteenä toimii uutisartikkeli eikä tilastoihin painottuva tuotettu tutkimus. Kyseisessä MTV:n tuottamassa artikkelissa todetaan erilaisten lapsiperheille tukea antavien järjestöjen kysynnän kasvaneen merkittävästi inflaation takia. Esimerkiksi SOS-lapsikylän kehitysjohtaja Kati Palsanen toteaa artikkelissa heidän saavan tällä hetkellä monin kerroin enemmän tukihaemuksia lasten harrastuksiin kuin aikaisemmin. Tämän lisäksi Takuusäätiön viestintäjohtaja Minna Mattila tukee samaa teoriaa. Säätiö näkee päivittäin toiminnassa, kuinka elinkustannusten nousu näkyy huolestuneina yhteydenottoina. Huoli korostuu eritoten yksinhuoltajaperheissä. (MTV uutiset 2022.)

Tämän kokonaisuuden pohjalta voimmekin nähdä perhepolitiikallamme olevan paljon haasteita tulevaisuudessa, jotta perheet voisivat hyvinvointivaltiossamme mahdollisimman hyvin. Vuonna 2012 uudelleen nousuun lähtenyt lapsiköyhyys tulee todennäköisesti samaan lisää kasvua menneillä olevien kriisien takia. Kaikki nämä kriisit luovat lisäkuormitusta perheille ja haastavat perheiden arjessa jaksamista. Aiemmin esille nostetussa Väestöliiton perhepolitiikan tutkimuksessa keskeisiksi 2020-luvun perhepolitiikan toiveiksi nostettiin joustavuuden ja vaihtoehtoisuuden lisääminen perhetuki ja -palvelujärjestelmään (Kontula 2020, 119). Jos kysely tehtäisiin nyt uudelleen, voisi monella olla erilaiset toiveet mielessä. Nyt on korkea aika suomalaisen perhepolitiikan aloittaa keksimään tukimuotoja perheille, jotta näistä kriiseistä voidaan selvitä ja perheillä on tulevaisuudessa varaa lämmittää kotinsa.

4 ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVAT LAPSET

Tutkimukseni yhtenä teemana on erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien jaksaminen, näen oleellisena asiana käydä läpi, mitä tutkimuksessani tarkoitetaan erityistä tukea tarvitsevilla lapsilla. Tuon tässä luvussa esille miten Suomen laki määrittää erityistä tukea tarvitsevat lapset ja mitä tällä termillä tarkoitetaan tutkimuksessani. Pysin tässä luvussa myös tuomaan ymmärrystä siitä, minkälaisia haasteita erityistä tukea tarvitsevat lapsiperheet kohtaavat arjessa ja minkälainen on heidän jaksamisensa tilanne tällä hetkellä.

4.1 Erityistä tukea tarvitsevan lapsen määritelmä

Suomessa tarkan määritelmän erityistä tukea tarvitsevasta lapsesta antaa sosiaalihuoltolain pykälä 3§. Tässä laissa erityistä tukea tarvitsevalle lapselle ”tarkoitetaan lasta, jonka kasvuolosuhteet vaarantavat tai eivät turvaa lapsen terveyttä tai kehitystä tai joka itse käyttäytymisellään vaarantaa terveyttään tai kehitystään, tai joka on erityisen tuen tarpeessa 3 kohdassa mainituista syistä” (Laki sosiaalihuollosta 2014/1301, 3§). Kohdassa 3 mainitut syyt tarkoittavat syitä, joiden takia henkilöllä on erityisiä vaikeuksia hakea tai saada tarvitsemiaan sosiaali- ja terveyspalveluja. Näitä voivat esimerkiksi olla kognitiivisen tai psyykkinen vamma, sairaus, päihteiden ongelmakäyttö, usean yhtäaikainen tuen tarve tai jokin muu vastaava syy. (Laki sosiaalihuollosta 2014/1301, 3§.) Määritelmä on hyvin laaja, sekä omasta mielestäni hyvin ympäröity. Tämän takia haluankin seuraavaksi täsmentää, sekä rajata tarkemmin sitä, mitä tutkimuksessani on tarkoitettu erityistä tukea tarvitsevalle lapselle.

Tässä tutkimuksessa näkemykseni erityistä tukea tarvitsevasta lapsesta poikkeaa hiukan yleisestä termistä. En käsittele tässä tutkimuksessa perheitä, joiden lapsilla on jokin pitkäaikaissairaus, päihdeongelma tai mielenterveyteen liittyviä haasteita. Sen sijaan tutkimuksen kohderyhmään kuuluvalla perheellä on vähintään yksi lapsi, jolle on todettu jokin seuraavista diagnooseista kehitysvamma, CP-vamma, neuropsykiatrinen erityispiirre kuten ADHD, ADD, Aspergerin oireyhtymä, Touretten oireyhtymä, kehityksellinen kielihäiriö tai muu autismikirjon diagnoosi. Käyn seuraavaksi läpi jokaista termiä ja sitä mitä ne tarkemmin tarkoittavat.

Monesti CP-vamma ja kehitysvamma sekoitetaan toisiinsa tai pidetään samana asiana. Näin ei kuitenkaan ole. CP-vammalla tarkoitetaan aivoihin tullutta vauriota, joka vaikuttaa aivojen liikettä, asentoa ja tasapainoa säätelevissä osissa (CP-liitto 2022). Yleensä näistä aivovaurioista noin 75–80 % tapahtuu raskauden aikana, kun taas 10 % tapahtuu synnytyksen yhteydessä ja

12–21 % syntymän jälkeen ennen kolmatta ikävuotta. Suomessa CP-vamma on yleisin liikuntavammaisuuden syy lapsilla. (Terveyskylä.fi 2022.) Kehitysvammaisuudella taas lähtökohtaisesti tarkoitetaan vaikeutta oppia ja ymmärtää asioita. Tämän lisäksi monilla kehitysvammalla ilmenee erinäisiä haasteita sosiaalisissa, kielellisissä ja motorisissa taidoissa. Kehitysvammaa ei siis voida pitää liikuntavammana, kun taas CP-vammaa voidaan. Kun CP-vamman vaikuttavuus johtuu vauriosta aivojen osassa, joka säätelee liikettä, asentoa ja tasapainoa, kehitysvammaisuus taas johtuu isoaivojen kuorikerroksen poikkeavasta toimintakyvystä, joka johtaa haasteisiin asioiden ymmärtämisen ja oppimisen kanssa. On kuitenkin hyvä huomioida, että aivokuoren eri osa-alueet osallistuvat monien eri osa-alueiden säätelyyn, joten näin olen voi kehitysvammaisuudessakin ilmentyä monen kaltaisia häiriöitä, sekä muita liitännäissairauksia, kuten epilepsia tai autismikirjon häiriöt. (Aivosäätiöt.fi 2022.)

Viime vuosina käsite nepsy-lapsi on yleistynyt arkikielessä hyvin paljon ja moni meistä onkin saattanut törmätä siihen aikaisemmin. Termi on lähtenyt vahvasti yleistymään 2000-luvulla, kun tietoisuutta nepsyyn liittyvistä asioista on löydetty yhä enemmän, sekä nepsy lapsien määrä on ollut kasvussa. Nepsy termi on lyhenne neuropsykiatrisista erityispiirteistä, joissa aivojen toiminnan ja rakenteiden pienet poikkeavuudet muodostavat erinäisiä haasteita havainnointiin, toiminnanohjaukseen, sosiaalisiin taitoihin, sekä tunteiden ja käyttäytymisen säätelyyn (Savikuja & Leppämäki 2022). Kun viitataan termiin nepsy lapsi tarkoitetaan tällä lasta, joka omaa neuropsykiatrisia erityispiirteitä. Yleensä nepsy piirteet ovat kehityksellisiä häiriöitä, eli neurobiologisia. Tämä tarkoittaa oireiden ilmenemistä jo lapsuusiän aikana. Jossain tapauksissa on myös mahdollista, että oireet alkavat myöhemmin, jolloin tapahtumaan on johtanut esimerkiksi vakava onnettomuus, jossa aivojen osat ovat vahingoittuneet. Tällöin puhutaan sekundaarisesta neuropsykiatrisesta häiriöstä, koska häiriö ei ole synnynnäinen vaan se on tullut jostakin syystä kuten vakava onnettomuus tai aivosairaus. (Savikuja & Leppämäki 2022.)

Nepsy termin alle muodostuu kattokäsite nimeltään autismikirjon häiriöt. Sanalla autismikirjo viitataan oireiden moninaisuuteen, yksilöllisyyteen, sekä vaikeusasteiden vaihtelevuuteen (Duodecim Terveyskirjasto 2020b). Häiriöllä taas viitataan toimintaan, jossa neuropsykiatriset haasteet vaikuttavat oleellisesti arkielämään ja arjen sujuminen ilman tukea tai apua on haastavaa.

Tässä kohdassa pidän tärkeänä erotella termit toisissaan, kun puhutaan kehitysvammaisuudesta, cp-vammaisuudesta tai neuropsykiatrisista erityispiirteistä, on tärkeä muistaa, että ne eivät ole

sairauksia. Monesti näiden yhteydessä saattaa vieläkin kuulla sanan sairaus ja tämä ei ole oikeanlainen termi kuvaamaan kyseisiä asioita. Näitä paremmin kuvaavat termit ovat haaste, vaurio, vamma tai piirre. Oleellista on myös huomata, että Autismikirjon aikaisempi ICD-10 luokitus on ollut muutoksessa ja tilalle on tullut ICD-11 luokitus, jossa korvataan aikaisemmat diagnoosit, joita ovat lapsuusiän autismi, Aspergerin oireyhtymä, disintegratiivinen kehityshäiriö ja epätyypillinen autismi ja liitetään ne yhteiseen diagnoosiin, joka on autismikirjon häiriö diagnoosi (Autismiliitto 2022). Autismikirjon häiriöön monesti kuuluu kasvanut riski muihin liitännäisiin häiriöihin näitä ovat ADHD, ADD, Kehityksellinen kielihäiriö ja Touretten oireyhtymä, jotka myös kuuluvat neuropsykiatriisiin erityispiirteisiin (Duodecim Terveyskirjasto 2020b). On tärkeää kuitenkin tiedostaa, että näitä häiriöitä voi esiintyä, myös ilman autismikirjon diagnoosia. Nämä aiemmin mainitut piirteet, sekä vammat muodostavat tutkimuksessani käsityksen erityistä tukea tarvitsevasta lapsesta.

4.2 Erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien jaksaminen

Olen nostanut aikaisemmin esille paljon erilaisia vanhempien hyvinvointiin ja voimavaroihin liittyviä näkemyksiä. Nämä ovat olleet hyvin yleispäteviä ja koen näiden asioiden merkityksen olevan läsnä sekä niillä vanhemmilla, joilla on erityistä tukea tarvitseva lapsi ja niillä, joilla ei ole. Erityistä tukea tarvitsevien lasten perheissä on kuitenkin monenlaisia jaksamiseen liittyviä haasteellisia tekijöitä, joita ne perheet, joissa ei ole erityistä tukea tarvitsevaa lasten eivät välttämättä tunnista tai ymmärrä. Tämän kappaleen tarkoitus on perehtyä näihin tekijöihin.

Jo ensimmäisissä tutkimuksissa 1990-luvulla on todettu erityislasten vanhempien kohtaavan pitkäaikaista kuormitusta mitä muut eivät välttämättä tunnista. Tämän kaltaisia viitteitä saatiin esimerkiksi 1993-luvulla tehdyssä tutkimuksessa, jossa psykologian tohtori Hautamäki Airi tutki suomalaisia perheitä, joissa lapsella oli Downin oireyhtymä. Tässä tutkimuksessa kyseisten perheiden elämäntapa kapeutui, sekä elämänkulku poikkesi muista perheistä merkittävästi. (Anttila 2020, 17.) Luonnollisesti tästä tutkimuksesta on vierinyt jo useita vuosikymmeniä ja tänä aikana erityistä tukea tarvitseville lapsille suunnatut palvelut ovat kokeneet merkittävän muutoksen. On kuitenkin todettava, että tänäkin päivänä neopsy-piirteisten hoitopoluissa, että koulupoluissa on runsaasti puutteita, jotka kuormittavat vanhempien jaksamista. Nämä johtavat monesti tilanteisiin, jossa lapsen haasteet tulkitaan vanhemmuuteen ja kasvatukseen liittyviksi haasteiksi, vaikka todellisuudessa kyse on hoitoa vaativista neuropulmista. (#näeNepsy ry 2022a.)

Yhteiskunnallisessa, sekä laillisessa ajattelussa vanhemman kasvatuksellinen vastuu päättyy, kun lapsi täyttää 18 vuotta. Tällöin Suomen lain mukaan lapsi on täysi-ikäinen ja itse vastuussa asioistansa, sekä teoistansa. Tästä huolimatta suurin osa vanhemmista näkee, ettei vanhemmuus pääty siihen, kun lapsi on täysi-ikäinen. Erityisesti kun vanhempi on erityistukea tarvitsevan lapsen huoltaja, voidaan vanhemmuuden nähdä olevan koko elämän mittainen matka (#näeNepsy 2022a). Tämä siksi, että lähtökohtaisesti erityistä tukea tarvitseva lapsi tarvitsee tukea läpi elämänsä, myös aikuisiässä. On myös monia tilanteita, jossa vanhempi voi toimia erityistä tukea tarvitsevan lapsen edunvalvojana aikuisiällä, jos lapsella itsellään ei ole riittäviä taitoja huolehtia asioistansa itsenäisesti.

Erityistukea tarvitsevien lapsiperheiden elämänkaareissa voidaankin nähdä erilaisia haasteita mitä muut perheet eivät kohta. Lapsen elämänkaaren alussa tapahtuu näistä merkittävin vaihe vanhempien saadessa tiedon lapsen erityisen tuen tarpeesta ja siihen liittyvästä diagnoosista. Sikiödiagnostiikan kehityttyä merkittävästi tällä vuosisadalla, voidaan tieto saada jo ennen lapsen syntymää tai vastaavasti lapsuuden aikana. (Anttila 2020, 24–25.) On myös mahdollista, että tuen tarve löydetään vasta nuoruudessa tai aikuisiässä. Nykyisen tiedon valossa tämä on kuitenkin harvinaisempaa, koska erityistä tukea tarvitsevien lapsien haasteista on tullut runsaasti tietoa tällä vuosisadalla ja näin ollen esimerkiksi sosiaali- ja kasvatusalalla toimivia ammattilaisia koulutetaan jatkuvasti parempaan varhaiseen puuttumiseen, jossa neuropsykiatrisia haasteita pyritään huomaamaan ja ottamaan esille jo varhaisessa vaiheessa. Kun diagnoosi lapsen vammaisuudesta tai neuropsykiatrisesta piirteistä lopulta saavuttaa vanhemman, käsittelee jokainen vanhempi tullutta tietoa eri tavalla. Tilanteesta heränneet tunteet voivat olla monenlaisia. Tilanteeseen voi esimerkiksi liittyä itsesyytöksiä, surua ja pelkoa tulevaisuudesta. Tilanteen hyväksyminen vaatii aikaa, muutoksia arkeen ja sopeutumista. Prosessin eteneminen vähitellen kohti tilanteen hyväksymistä on kuitenkin ensiarvoisen tärkeä kohta erityisen tuen tarpeen lapsiperheiden elämänkaareissa. (#näeNepsy 2022a; Anttila 2020, 24–25.)



Kuva 2: Erityislapsiperheiden arjen rattaat (Anttila 2020).

Sosiaalipsykologi Ulla Anttila kuvaa teoksessaan Erityislapsen vanhempana: voimavaroja hyvään elämään (2020), erityislapsiperheiden arkea rattaina, joiden kolme osaa vaikuttavat kaikki toisiinsa. Tärkeimpänä rattaistossa toimii perheen tilanne ja voimavarat. Perheen tilanne ja voimavarat voivat kuitenkin muuttua erinäisten vastoinkäymisten myötä ja näiden vastoinkäymisten hallitsemiseen voi olla tarpeen erilaiset tukitoimet ja saatavilla olevat palvelut. (Anttila 2020, 35.) Vastoinkäymisten hallintaan ja niistä selviämiseen vaikuttaa olennaisesti myös perheen resilienssi. Käsitteen resilienssi alkuperä tulee latinankielisestä sanasta *resilire*, jolla tarkoitetaan palautumista ennalleen. Oman tutkimukseni näkökulmasta voidaan termiä tarkemmin rajata ja puhua perheen resilienssistä, jolla tarkoitetaan toimintakykyisyyden pysymistä perheen kohdatessa kriisejä ja vastoinkäymisiä. Toimintakyvyn pysymisen lisäksi on olennaista, kuinka hyvin perhe pystyy palautumaan tulleista vastoinkäymisistä. (Pulkkinen 2022, 194.) Resilienssi on siis tärkeä osa rattaistoa. Voimavarat, tukitoimet ja palvelut vaikuttavat olennaisesti siihen kuinka hyvä perheen resilienssi on.

Perheiden tukitoimista ja palveluista on tässä opinnäytetyössä puhuttu aikaisemminkin ja silloin todettiin suomalaisten perheiden olevan suhteellisen tyytyväisiä palvelujen saantiin. Kyseisessä näkökulmassa ei kuitenkaan huomioitu erikseen erityistä tukea tarvitsevia lapsiperheitä ja jos näin olisi tehty, lukemat olisivat todennäköisesti olleet paljon kriittisempiä. Siksi tämä kappale on omistettu erityistä tukea tarvitseville perheille ja aionkin seuraavaksi katsoa palveluiden saatavuutta heidän näkökulmastansa.

Erityislasten perheet käyttävät runsaasti sosiaali- ja terveyspalveluita ja heillä tarve näille on paljon suurempi kuin perheillä, joissa ei ole erityistukea tarvitsevaa lasta. Tämä johtaa tilanteeseen, jossa perheet, joissa ei ole erityistukea tarvitsevaa lasta, ja jotka ovat suurempi enemmistö kuin perheet, joissa on erityistä tukea tarvitseva lapsi, näkevät palvelut hyvinä ja riittävinä, jolloin vähemmistön eli erityistä tukea tarvitsevien perheiden ääni jää kuulematta. Tämä johtaa siihen, että palveluidentuottajat eivät tunnista palveluiden hakemisesta ja käytöstä aiheutuvia haasteita erityistä tukea tarvitseville lapsiperheille. (Helsingin Yliopisto 2022.)

Suurimpana haasteena on perheiden joutuminen keskelle sosiaali- ja terveysasiantuntijoiden monimutkaista verkostoa, jossa oletetaan perheiden osaavan muodostaa käsitys palveluverkostosta ja heidän piiriinsä kuuluvista ammattilaisista. Ulla Särkikangas tutki väitöskirjassaan sosiaali- ja terveyspalveluiden toimivuutta erityistä tukea tarvitsevien lasten perheiden arjessa. Tutkimuksellisen työn pohjalta selvisi, että esimerkiksi Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin (HUS) palveluita käyttäneet erityistukea tarvitsevat lapsiperheet kokivat palvelut hyvin sekavaksi. Kyseisessä väitöskirjassa todetaan perheiden palveluilla olevan lukuisat eri ammattilaiset tulkitsemassa perheen tilannetta, joilla on myös yleensä eri toimintamallit. Tämä johti tilanteeseen, jossa oletettiin perheiden oppivan jokaisen palvelun toimintamallin erikseen. Tämän lisäksi perheitä ohjattiin palveluista toiseen olettaen heidän hallitsevan kokonaiskuvan tilanteesta ja siitä miksi näin tehdään. Joissakin tapauksissa perhettä ei edes ohjattu seuraavaan palveluun vaan heidän piti etsiä se itse. Tämä monimutkainen verkosto ajaa perheet kuormittaviin tilanteisiin, hankaloittaa perheiden arjen rytmin muodostamista ja näin ollen heikentää perheiden hyvinvointia. (Anttila 2020, 36–37; Helsingin Yliopisto 2020; Särkikangas 2020 92–93.)

Palvelujen ja tukitoimien haastavuus ei ole ainoita vastoinkäymisiä mitä erityistukea tarvitsevat lapsiperheet kohtaavat arjessansa. Usein haasteet tai vastoinkäymiset erityistä tukea tarvitsemissa lapsiperheissä muodostuvat parisuhteeseen, jossa yhteinen aika, sekä vuorovaikutus voivat jäädä vähäiselle lapsen hoidon vaatiessa paljon huomiota. Tämän lisäksi lapsen aikaa ja kärsivällisyyttä vaativat hoidot vaikuttavat olennaisesti perheen arkeen. Nämä voivat herättää monenlaisia tunteita kuten avuttomuutta tai suurta huolta lapsen tulevaisuudesta. Myös yhteiskunnallinen taistelu oman lapsensa puolesta, siitä minkälaiseen apuun ja hoitoon lapsi on oikeutettu, on valitettavan tuttua monille erityistukea tarvitseville lapsiperheille. Moni elämänsä kaareen liittyvä prosessi, kuten lapsen koulun aloittaminen tai nuoruuteen siirtyminen voi herättää paljon suurempaa huolta, mitä välttämättä ne perheet, joissa ei ole erityistä tukea tarvitse-

vaa lasta eivät koe. (Anttila 2020, 47–48; Ensi- ja turvakotienliitto 2018a, 6–7.) Tässä kappaleessa olen halunnut nostaa joitakin haasteita esiin, mitä erityistä tukea tarvitsevat lapsiperheet voivat kohdata. On kuitenkin hyvä muistaa, että jokainen perhe on yksilönsä, joten kaikki perheet kokevat asiat hyvin eri tavalla. Kyseisiä aiemmin esille nostettuja haasteita on varmasti lukuisia muitakin, mutta nostin näistä esille omasta mielestäni merkittävimpiä.

5 KEHITTÄMISTYÖN MENETELMÄT

Opinnäytetyöni on toteutettu laadullisena eli kvalitatiivisena tutkimuksena. Laadullisella tutkimuksella on yleensä tulevaisuuteen painottuva näkökulma. Sen tavoitteisiin kuuluu parantaa, kehittää tai uudistaa tutkittavaa kohdetta. Toisaalta se voidaan myös nähdä tutkimuksena, jonka tehtävänä on lisätä ymmärrystä, mahdollistaa erilaisia tulkintoja, antaa asioille merkityksiä ja tuottaa asioista mallinnuksia. (Pitkäranta 2014, 9.) Näiden tavoitteiden kautta valitsinkin omaksi tutkimus näkökulmaksi laadullisen tutkimuksen. Varsinkin nykypäivänä laadullisen ja määrällisen tutkimusten vastakkainasettelua katsotaan hyvin kriittisesti ja monissa tapauksissa sitä pidetään tarpeettomana. Tästä huolimatta aion kuitenkin tuoda esille tätä vastakkainasettelua, koska molemmilla tutkimusmuodoilla on selkeitä eroja ja näiden erojen avulla pystyn perustelemaan miksi minä olen juuri tähän työhön valinnut laadullisen tutkimuksen. Toisaalta tutkimuksessani esiintyy hiukan myös määrällisen tutkimuksen näkökulmaa materiaalinkeruumenetelmissäni, joten haluan perustella, miksi olen päättänyt myös yhdistää näitä kahta menetelmää pitäen työni kuitenkin laadullisena tutkimuksena.

Lähtiessäni rakentamaan opinnäytetyötäni ja sen toteutusmuotoa halusin kohderyhmään kuuluvien perheiden äänen tulevan mahdollisimman todenmukaisena kuuluviin. Koin työni kaikista isoimpana haasteena olevan sen, että saan perheiden äänen kuuluvinkin sellaisenaan kuin se on minulle esitetty. Vertaillessani määrällistä ja laadullista tutkimusta toteutusmuotona, on määrällinen tutkimus toteutuksessaan hyvin suoraviivainen. Sitä ohjaa jokin konkreettinen tutkimusongelma, johon etsitään johtopäätöksiä tai ratkaisuja. (Pitkäranta 2014, 13–14.) Omasta mielestäni tämä kuulostaa hyvin mustavalkoiselta ajattelulta eli joko on tai ei ole. Omassa työssäni en halunnut lähteä tekemään johtopäätöksiä siitä mikä on autenttinen totuus vanhempien jaksamiseen liittyvissä kulmakivissä, koska en usko, että tällaisessa kysymyksessä sitä voisimme koskaan löytääkään.

Juuri tämän takia halusin lähteä katsomaan perheiden hyvinvointia ja jaksamista laadullisen tutkimuksen kautta. Työni tarkoitus ei ole niinkään luoda autenttista johtopäätöstä tutkimustuloksista, vaan luoda ymmärtävää tutkimusta eli ymmärtää kyseisen ilmiön syitä ja seurauksia paremmin. (Sarajärvi & Tuomi 2018, 18.) Haen siis tällä tutkimuksella näkemystä siihen minäkäläinen on Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin vanhempien jaksamisen tila ja mitkä tekijät siihen vaikuttavat. En sitä mikä yksittäinen keino auttaa kaikista eniten vanhempia jaksamaan, niin kuin määrällisen tutkimuksen lähtökohtana voisi olla.

Niin kuin aikaisemmin jo mainitsin laadullisen ja määrällisen tutkimuksen eroa sekä vastakkainasettelua usein korostetaan. Monesti tätä vastakkainasettelua pidetään turhana, koska molempia suuntauksia on mahdollista käyttää samassa tutkimuksessa. Tämä etuna on mahdollisuus selittää tutkimuskohdetta eri tavoin. (Jyväskylän yliopisto 2022.) Olen omaa tutkimusta luodessani huomionut myös tämän näkökulman. Vaikka työni profiloituukin laadulliseksi tutkimukseksi ja halusin perustella valintani tietynlaisen vastakkainasettelun kautta, olen työssäni huomionut myös määrällisen näkökulman. Tämä siksi, että laadullisen tutkimuksen haasteena voidaan monesti nähdä sen raapaisevan tutkittua kohdetta vain pintapuolisesti (KvaliMOTV 2022a).

Työni menetelmiä rakentaessa ajattelin ensin, että toteutan työssäni neljä yksilöhaastattelua ja tätä kautta kerään materiaalin työhöni. Koin kuitenkin neljän yksilöhaastattelun antavan liian suppean kuvan kyseisestä tutkimuksenkohteesta ja näin ollen työn tavoite eli ilmiön ymmärtäminen olisi haastavaa. Loin siis yksilöhaastatteluiden lisäksi kyselylomakkeen, jonka tarkoituksena oli saada määrällisesti lisää vastauksia ja tätä kautta parempaa kokonaiskuvaa tilanteesta. Koin tämän hyödyttävän ilmiön ymmärtämisessä, sekä luovan laajempaa kuvaa siitä, mitkä asiat todellisuudessa auttavat kohderyhmään kuuluvia vanhempia hyvinvoinnin ja jaksamisen kanssa. Pureudun seuraavaksi tarkemmin kyseisiin menetelmiin ja perustelen, miksi olen kyseiset menetelmät valinnut ja miten analysoin niiden tuottamia tutkimusmateriaaleja.

5.1 Kyselylomake

Laadullisen tutkimuksen yleisimpinä aineistonkeruumenetelminä voidaan pitää kyselyä ja haastattelua. Näitä kahta menetelmää on mahdollista käyttää rinnan tai vaihtoehtoisesti eri tavoin yhdisteltynä riippuen tutkittavasta asiasta, sekä käytettävissä olevista resursseista. (Sara-järvi & Tuomi 2018, 62.) Näin päätiin tehdä myös omassa työssäni. Kyselylomake lähetettiin perheille 1.11.2022 ja se oli avoinna aina 30.11.2022 asti. Tutkimuksen kannalta näin tärkeäksi julkaista kyselylomakkeen ennen kuin olin pitänyt yhtäkään yksilöhaastattelua. Tällä tavoin pystyin hyödyntämään kyselylomakkeeseen tulleita vastauksia haastatteluissani eli minulla oli mahdollisuus esimerkiksi kohdentaa kysymyksiä tiettyihin asioihin, jotka olivat nousseet selkeästi esille kyselylomakkeessa ja saada niihin vielä tarkempia ja syvällisempiä vastauksia miksi asiat on koettu juuri näin ja toisaalta myös vertailla perheiden eroja tutkimukseen liittyvissä kysymyksissä.

Kyselylomake lähetettiin 7029 perheelle, jotka kaikki kuuluivat Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin lastenhoitopalvelun asiakkaisiin. Kyselyssä oli yhteensä kolmetoista kysymystä, joista kymmenen oli varsinaisia teemaan liittyviä kysymyksiä. Kolmessa ensimmäisessä kysymyksessä kysyttiin “lupaa käyttää vastauksia tutkimuksellisessa työssäni”, “kuuluuko perheeseesi erityistä tukea tarvitseva lapsi” ja “missä MLL:n lastenhoitopalvelua tarjoavista Uudenmaan piirin kunnista perheesi asuu”. Loput kyselylomakkeessa esitetyt kysymykset olivat kyselyyn muotoiltu seuraavalla tavalla.

“Minkälaisia asioita tekemällä pidät huolta omasta hyvinvoinnistasi?”

“Minkälaisista asioista koet vanhempana jaksamisesi kuormittuvan eniten?”

“Minkälaisista asioista olet kokenut hyötyä omaan jaksamiseesi vanhempana?”

“Mikä vanhempana olemisessa huolettaa sinua eniten?”

“Onko nykyinen maailmantilanne (esim. Korona, Ukrainan sota, inflaatio) vaikuttanut jollakin tavalla sinun jaksamiseesi vanhempana?”

“Minkälaisia vinkkejä sinulla olisi muille perheille arjessa jaksamiseen?”

“Saako perheesi jotain lapsiperheille suunnattuja palveluita, kuten esimerkiksi kotipalvelu, sosiaaliohjaus, kasvatusohjaus tai perhetyö, Jos saa niin mitä? Ja oletko kokenut näistä hyötyä omaan jaksamiseesi?”

“Minkälaista hyötyä olet kokenut saaneesi MLL:n lastenhoitopalvelusta omaan jaksamiseesi?”

“Tuleeko mieleesi jotakin kehitettävää, miten MLL:n lastenhoitopalvelua voisi parantaa?”

“Miten MLL:n lastenhoitopalvelu toimii, jos perheessäsi on erityistä tukea tarvitseva lapsi, Voit pohtia vastauksessasi esimerkiksi sitä: onko hoitajia, joilla on riittävät valmiudet toimia erityistä tukea tarvitsevan lapsen kanssa saatavilla perheenne tarpeiden mukaan? (jos sinulla ei ole erityistä tukea tarvitsevaa lasta voit jättää vastaamatta kysymyksen)”

Kyselylomakkeita pidetään yleensä määrällisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelmänä, jos se rakennetaan valmiilla vastausvaihtoehdoilla, eikä tutkimukseen vastaavalla henkilöllä ole itse mahdollisuutta määritellä vastausta. Tällä tavoin pyritään hakemaan mahdollisimman isoa vastausprosenttia ja yleensä se onnistuukin valmiiksi annetuilla vastausvaihtoehdoilla paremmin. (Sarajärvi & Tuomi 2018, 64.) Tämän kaltaisen kyselyn voi kuitenkin toteuttaa siinä tilanteessa, jos tutkimuksen kohdetta ymmärretään riittävästi. Kun lähdin toteuttamaan omaa tutkimuksellista työtäni, en voinut etukäteen tietää minkälaisia asioita perheiltä nousee esiin liittyen heidän jaksamiseensa ja hyvinvointiinsa. Näin ollen kyselylomake on toteutettu avoimin kysymyksin. Määritin ennalta kysymykset, jotta aihe pysyy rajattuna tutkimukseni kannalta eikä

lähde rönsyilemään asioihin mitkä siihen eivät kuulu. En antanut perheille ennalta määritettyjä vastausvaihtoehtoja. Pidin tärkeänä, että perheet saivat tuoda kyselylomakkeessa asiat esiin omin sanoin ja niin kuin he itse ovat ne kokeneet. Niin kuin aikaisemmin jo totesin, avointen kysymysten haasteena usein on vastausprosentin jääminen hyvin matalaksi. Tämä haaste nousi esille myös omassa työssäni. Kokonaisuudessaan vastauksia kyselylomakkeeseen tuli 40 vanhemmalta. Suhteessa siihen määrään kuinka monelle kysely oli lähetetty, jäi vastausprosentti hyvin matalaksi. Tässä kohtaa voidaan kriittisesti katsoa, sitä oliko kyselyn toteutustapa oikeanlainen.

Kyselylomakkeen isoimpana haasteena voidaan pitää kysymysten asettelua ja muotoilua. Kysymykset luovat perustan koko tutkimuksen onnistumiselle ja on tärkeää pyrkiä luomaan kysymykset niin, että perheet eivät käsitä ennalta määritettyjä kysymyksiä eri tavalla kuin olen itse ne miettinyt. Tämän kaltainen tilanne voi johtaa väärinkäsityksiin ja virheellisiin tutkimustuloksiin. (Raine 2018, luku ”Aineistonkeruu kyselylomakkeella”.) Tämän lisäksi kysymyksissä on tärkeää miettiä mitä kysyt. Kyselylomakkeessa ei voi kysyä mitä tahansa, vaan kysymykset on muotoiltava niin, että ne ovat tutkimuksen kannalta oleellisia ja ne pureutuvat tutkimuksen viitekehykseen. (Sarajärvi & Tuomi 2018, 64.) Näitä kahta asiaa tasapainottelemalla lähdin rakentamaan kyselylomakkeeseen tulevia kysymyksiä. Olen pyrkinyt rakentamaan kysymykset niin, että ne ovat ymmärrettävässä muodossa vanhemmille, mutta toisaalta niin, että työtä ohjaavat käsitteet tulevat esille, myös kyselylomakkeessa. Kyselyä rakentaessa muotoilin ja muutin monia kysymyksiä lukuisia kertoja ja tämän jälkeen näytin kysymykset useammalle tutkimuksen ulkopuoliselle henkilölle, jotta sain varmuutta kysymysten oikein asettelussa.

Kyselylomakkeeni alussa on jo aiemminkin mainitut kolme kysymystä, jotka eivät niinkään liittyneet kyselylomakkeeseen vaan kartoittivat taustatietoja ja lupaa vastausten käyttämiseen tutkimuksessani. Näitä kutsutaan niin sanotuiksi taustakysymyksiksi, jotka samalla lämmittelevät vastaajaa kyseiseen aiheeseen. Monesti näissä kysymyksissä kartoitetaan haastattelijan taustatietoja esimerkiksi ikää, sukupuolta ja koulutusta. (Raine 2018, ”Aineistonkeruu kyselylomakkeella”.) Joku voikin ihmetellä miksi en itse lisännyt tämän kaltaista kysymystä kyselyyni, jossa kysyisin kyselylomakkeeseen osallistuneiden taustatietoja. Koen tärkeäksi perustella valintani kyseiseen asiaan liittyen. Tämän kaltainen idea kävi mielessäni työtä tehdessä, mutta ajattelin perhetaustojen olevan toissijaisia asioita tutkimukseni aiheen kannalta. Tämä sen takia, koska tutkimukseni tarkoitus on avata ja ymmärtää kyseistä tilannetta, eikä esimer-

kiksi vertailla onko perheissä, joissa on enemmän lapsia, myös enemmän haasteita hyvinvoinnin kanssa tai onko perheissä, jossa koulutustaso on heikompi, vähemmän voimavaroihin positiivisesti vaikuttavia tekijöitä. Tämä olisi kokonaan toisen tutkimuksen aihe, joten näin ollen en kokenut tämän tiedon antavan tutkimukselleni lisäarvoa. Kyselylomakkeen kannalta oli kuitenkin oleellista tietää vastaako kyselyyn erityistä tukea tarvitsevan lapsiperheen vanhempi vai ei, jotta pystyn tutkimuksessa huomiomaan molemmat näkökulmat. Myös kysymys siitä mistä kunnasta kyselyyn vastannut vanhempi tulee, oli tärkeä työntilaajan eli Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin kannalta. Tämä siksi, jos kyselyssä herää kehitysehdotuksia lastenhoitopalvelulle pystyvät he vertailemaan näkyvätkö nämä kyseiset kehittämisenkohteet vain tietyssä kunnassa vai mahdollisesti useammassa kunnassa.

Kyselylomakkeella voidaan siis nähdä olevan paljon haasteita, mutta toisaalta paljon hyviäkin puolia, joiden pohjalta päädyinkin valitsemaan kyselylomakkeen osaksi materiaalin keruuta. Kyselylomake on hyvin aikaa säästävä muoto kerätä tutkimusaineistoa ja toisaalta se mahdollistaa laajan tutkimusaineiston keräämisen, jossa isolta määrältä ihmisiä voidaan kysyä useampia asioita. (Raine 2018, ”Aineistonkeruu kyselylomakkeella”; Ojasalo, Ritalahti & Moilainen 2015, 121.) Kyselylomakkeen voidaan, myös nähdä madaltavan kynnystä osallistua tutkimukseen, kun osallistumisen voi tehdä, vaikka omalta kotisohvalta eikä se vaadi sen kummempaa sosiaalista kanssakäymistä. Tämä on monelle kyselyihin osallistuneille paljon vaivattomampi tapa toimia. (Ojasalo, Ritalahti & Moilainen 2015, 128.) Kyselylomakkeen avoimet kysymykset antavat vastaajille mahdollisuuden ilmaista itseään, sekä sanoittaa tuntemuksiaan juuri sellaisena kuin haluavat, eivätkä ennalta määritetyt vastausvaihtoehdot kahlitse heitä vain tiettyihin vastauksiin (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 201).

5.2 Puolistrukturoitu haastattelu

Puolistrukturoidussa haastattelussa tarkoituksena on määritellä haastattelussa esitetyt kysymykset ennalta tutkimuksesi teemaan liittyen, kuitenkin niin, että valmiit vastausvaihtoehdot puuttuvat. Puolistrukturoitu haastattelu on strukturoitua haastattelua vapaampi ja näin ollen se soveltuukin laadulliseen tutkimukseen paremmin. (Näpärä 2022.) Työni aineiston keruumenetelmiä suunnitellessani pallottelin haastatteluissa puolistrukturoidun ja teemahaastattelun välillä. Nämä kaksi aineiston keruumenetelmää ovat hyvin lähellä toisiaan, ja niillä on paljon samoja piirteitä. Lähtökohtaisesti puolistrukturoidussa haastattelussa kaikille haastateltaville esitetään samat kysymykset samassa järjestyksessä, kun taas teemahaastattelussa aihepiirit ovat

ennalta määritettyjä, mutta aiheiden esittämisellä ei ole tiukkaa järjestystä. Teemahaastattelussa mahdollinen kysymysrunko toimii lähinnä muistilistana haastattelijalle ja sitä sovelletaan tilanteen mukaan. Tästä huolimatta nykyään joidenkin määritelmien mukaan, myös puolistrukturoidussa haastattelussa voidaan vaihtaa kysymysjärjestystä haastattelun aikana. (Näpärä 2017; KvaliMOTV 2022b.) On myös hyvä huomata, että nykypäivänä, jossain tapauksissa puolistrukturoitua haastattelua ja teemahaastattelua pidetään synonyymina toisilleen. Esimerkiksi Tuomi ja Sarajärvi (2018) kirjassaan *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* kirjoittavat teemahaastattelusta ja puolistrukturoidusta haastattelusta samaa tarkoittavana asiana. (Sarajärvi & Tuomi 2018, 64.) Tässä tutkimuksessa puhun tekemästäni haastattelumateriaalista kuitenkin puolistrukturoituna haastatteluna.

Rakensin haastattelulleni pohjan tekemällä ennalta määritetyt kysymykset valmiiksi. Tällä pyrin siihen, että saan tutkimuksen kannalta oleellisia vastauksia tutkimukseen liittyviin aiheisiin. En kuitenkaan halunnut seurata kysymyslistaa täydellisesti, vaan tilanteen mukaan riippuen siitä miten haastattelu etenee. Tällä tavoin pidin itselläni, myös mahdollisuuden kysyä tarkentavia kysymyksiä tarvittaessa ja mahdollisesti jättää jotain kysymättä, jos en koe sitä oleelliseksi juuri kyseisen haastateltavan kanssa.

Aineistonkeruumenetelmänä haastattelut perustuvat ajatukseen, jossa tavalliset ihmiset ovat samalla tiedon kohteita ja tiedon lähteitä (Ruusuvuori & Tiittula 2005, 48). Haastattelujen etuna voidaankin nähdä mahdollisuus tarkentaa ja syventää kysymyksiä haastateltavien vastauksiin perustuen. Tämä mahdollistaa asioihin hyvin syvällisesti pureutumisen ja toisaalta, myös mahdollisten epäselvyyksien selventämisen. (Sarajärvi & Tuomi 2018, 64; Ojasalo, Ritalahti, & Moilainen 2015, 106.) Asioiden syventäminen sekä selkeyttäminen olivat vahvoja teemoja, miksi halusin toteuttaa haastattelut kyselylomakkeen rinnalla. Toteutin haastattelut Zoomin välityksellä, jotta haastatteluiden pitäminen ei olisi paikkaan sidonnainen. Tavoitteenani oli saada neljä vanhempaa tulemaan haastatteluun, joista kaksi vanhempaa tulisi erityistä tukea tarvitsevista lapsiperheistä ja kaksi eivät. Haastattelukutsut lähtivät samassa viestissä 1.11.2022, jossa oli myös kutsu täyttämään kyselylomake. Hyvin nopeasti tajusinkin, että neljän vanhemman tavoitteesta on joustettava, koska vapaaehtoisia haastatteluun tulijoita ei ilmaantunut. Lopulta haastattelinkin kahta vanhempaa, jotka molemmat tulivat perheestä, johon ei kuulunut erityistä tukea tarvitsevaa lasta. Vapaaehtoisia vanhempia, joilla olisi erityistä tukea tarvitseva lapsi ei siis ilmaantunut, joten valitettavasti tämä näkökulma jäi pois työstäni. Päätin kuitenkin, että

kaikki haastattelut huolimatta siitä, montako niitä tulisi ovat tutkimukselleni ensiarvoisen tärkeitä ja haluan ne pitää.

Pidin haastattelut 11.11.2022 ja 23.11.2022. Molemmat haastatteluni alkoivat samaa kaavaa noudattamalla. Lähetin haastatteluun tulevalle vanhemmalle sähköpostiin haastattelulinkin ennen haastattelun alkua. Laitoin Zoom huoneen yksityiseksi, jotta kukaan ei pääsisi huoneeseen ilman lupaani ja näin yksityisyydensuoja säilyy haastatteluun tulleella vanhemmalla. Heti haastattelun alkuun kysyin lupaa saada tallentaa haastattelu. Saatua luvan, haastattelun tallentamiseen laitoin nauhoituksen päälle, ja tämän jälkeen vielä varmistin uudelleen, että haastattelun nauhoittaminen käy varmasti haastattelussa olevalle vanhemmalle. Kun nauhoittamisluvasta olin saanut varmuuden aloitin haastattelun esittelemällä itseni ja varmistin, että vanhempi on tietoinen siitä mitä pyrin tutkimuksessa selvittämään. Kävin myös läpi kaikki tietoturvaan liittyvät asiat eli kuinka säilytän tallennettua materiaalia ja miten se hävitetään, kun tutkimus on valmis.

Halusin myös selventää vanhemmalle heti alussa, ettei kaikkiin kysymyksiin ei ole pakko vastata. Tämä siksi, koska monesti haastatteluun voi sisältyä virhelähteitä, jotka voivat aiheutua tilanteesta, jossa haastateltava kokee haastattelun uhkaavaksi tai pelottavaksi (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 206). Halusin luoda haastattelusta mahdollisimman turvallisen ja jos vanhempi kokee jonkin kysymyksistä liian henkilökohtaiseksi ei tähän olisi pakko vastata. Tämän jälkeen aloitin haastattelut kyselemällä perheen taustatietoja. Perustelin jo aikaisemmin työssäni, miksi kyselylomakkeessa en näitä taustatietoja kysynyt. Näin kuitenkin tärkeäksi kysyä ne yksilöhaastatteluissa, koska halusin päästä haastatteluissa kyselylomaketta syvemmälle, jotta se olisi mahdollista, oli tässä kohtaa oleellista tietää perheen taustoista enemmän.

Ennen siirtymistä virallisiin tutkimuskysymyksiin, painotin haastattelussa olevalle vanhemmalle, että vastaukset saavat olla juuri sinunlaisia ja sellaisia kuin itse olet asiat kokenut. Monesti haastattelun yhtenä suurempina haasteina voidaan pitää, haastateltavan taipumusta vastata kysymyksiin sosiaalisesti suotavasti (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 207). Tämän mahdollisuuden koin nousevan esille omassa työssäni, koska tutkimusten mukaan vanhemmat kokevat vahvaa yhteiskunnallista painetta vanhemmuuteensa liittyen, enkä halunnut tämän vaikuttavan tullesiin vastauksiin. Haastattelukysymyksiin olin laatinut pohjan valmiiksi, jotka löydät liitteestä 4. Haastattelupohja toimi runkona haastatteluun, mutta en antanut sen määrillä tarkasti haastattelun sisältöä, vaan toteutin haastattelua enemmän haastateltavan ehdoilla

ja seurasin mihin hänen kertomuksensa keskustelua vievät. Joitakin kysymyksiä jätin myös kysymättä riippuen siitä koinko sitä tarpeelliseksi enää kysyä ja oliko jonkin toisen kysymyksen yhteydessä samalla tullut vastaus, myös tähän pois jätettyyn kysymykseen, jolloin sitä ei ollut enää tarpeellista kysyä uudelleen. Käyn tarkemmin kysyttyjä kysymyksiä ja vastauksiin liittyvää analyysia läpi aineiston analyysiluvussa.

5.3 Aineiston analyysi menetelmät

Laadullisen tutkimuksen vaikeampana asiana voidaan pitää aineiston analyysia. Tämän kaltainen ajattelu on lähtöisin yleisestä laadullisen analyysiin viitekehyksestä, jossa nähdään laadullisella tutkimuksella olevan hyvin paljon erilaisia analyysimenetelmävaihtoehtoja, eikä näissä ole tiukkoja sääntöjä siitä, miten analyysi kuuluisi toteuttaa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 224.) Näin ollen oikeanlaisen analyysimenetelmän löytäminen voi olla haastavaa ja toisaalta myös se, miten sitä tulkitaan. Väärin tulkitseminen saattaa johtaa tilanteisiin, jossa heittäytyään kokonaan ilmiöiden tai kohteiden havainnointiin ja tehdään näistä johtopäätöksiä tai tietoväittämiä, useinkaan tietämättä miksi näin tehdään. Tämän kaltaisissa tilanteissa tutkimukseen liittyvät käsitteet, periaatteet ja teoriat unohtuvat, joita kuitenkin olennaisesti tarvittaisiin, jotta voidaan ymmärtää, miksi tämän kaltaisiin johtopäätöksiin tai analyysiin on päädytty. (Pitkäranta 2014, 101.) Olen pyrkinyt välttymään työssäni näiltä kompastuskiviltä rakentamalla työstäni mahdollisimman systemaattisen ja analyysiä rakentaessa pitämään mielessä tutkimuksen käsitteiden periaatteet ja teoriat ja sen mitä todellisuudessa haluan selvittää.

Heti tutkimuksen alussa oli työni kannalta tärkeä määrittää, minkälainen asema teorialla olisi omassa työssäni. Laadullisessa tutkimuksessa teoriaa yleensä käytetään työn apuvälineenä tulkintojen tekemiseen saadusta aineistosta. Näin tein myös omassa tutkimuksessani. Tutkimukseni toteutusta voidaan siis pitää aineistolähtöisenä, joilla tarkoitetaan tutkimuksen pääpainon olevan saadussa aineistossa, jota teoria tukee ja antaa mahdollisuuksia erilaisten johtopäätösten ja tulkintojen tekemiseen. (KvaliMOTV 2022d.)

Ennen kuin tarkemmin menemme analyysissa käytettyyn menetelmään, on tutkimuksessa hyvä määritellä se tapa, millä analysoit tullutta materiaalia. Perinteisessä jaossa voidaan tutkimustavat jakaa selittämiseen ja ymmärtämiseen. Selittävässä tavassa käytetään yleensä tilastollista analyysia, sekä päätelmien tekoa. Kun taas ymmärtävässä tavassa hyödynnetään laadullista analyysia ja päätelmien tekoa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 224.) Tässä kyseisessä tut-

kimuksessa käytän ymmärtävää tapaa analysoida saatuja tuloksia. Tämän tutkimustavan aineiston analyysimenetelmänä voidaan pitää sisällönanalyysia, joka on eräänlainen kattokäsite laadullisessa tutkimuksessa toteutetulle aineiston analyysille. Sisällönanalyysi on väljä teoreettinen kehys, joka on mahdollista liittää erilaisiin analyysikokonaisuuksiin. (Sarajärvi & Tuomi 2018, 78.)

Sisällönanalyysia lähdin toteuttamaan litteroinnilla. Lyhykäisyydessään litterointi tarkoittaa puheen tai toiminnan purkamista kirjoitettuna olevaan muotoon. Arkikielessä tutumpana terminä voidaan käyttää niin sanottua puhtaaksi kirjoittamista (Tietoarkisto 2022; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 222). Tällä tapaa ilmaistuna saattaa tämä kuulostaa hyvinkin yksinkertaiselta. Litteroinnissa on kuitenkin paljon asioita, joita on hyvä ottaa huomioon. Yleisesti litterointi on hyvä aloittaa tekemällä päätös, millä tarkkuudella aineisto litteroidaan.

Ennen kuin lähdin käymään tarkemmin kyselylomakkeeseen tulleita vastauksia läpi laitoin ne kahteen eri tekstitiedostoon. Toisessa tekstitiedostossa oli perheiden vastaukset, joihin ei kuulunut erityistä tukea tarvitsevaa lasta ja toisessa perheiden, johon kuului erityistä tukea tarvitseva lapsi. Näin sain heti alkuun eroteltua nämä kaksi asiaa keskenään toisistaan, jotta niiden analysointi erillään olisi mahdollista. Varsinainen luokittelu tapahtui kysymyksien mukaan molemmissa tekstitiedostoissa. Tämän jälkeen muodostin viereen taulukon asioista mitkä olivat vastauksissa toistuneet eniten, sekä väri koodasin nämä, jotta niitä oli helpompi tulkita. Ne olivat järjestyksessä, jossa eniten toistuneet teemat olivat ylimpänä ja vähiten toistuvat teemat alimmaisina. Tämän koin helpottavan yhteenvedon tekemistä, sekä tämä mahdollisti minulle näkemyksen siitä, mitkä tekijät vaikuttivat vanhempien hyvinvointiin ja jaksamiseen kaikista eniten. Tällä pystyin myös todentamaan tutkimuksen reliabiliteettia, josta kerron myöhemmin lisää. Kyselylomaketta analysoidessani olen pyrkinyt menemään tutkija Timo Laineen esittämällä rungolla, jossa ensin olen käynyt materiaalin läpi ja tarvittaessa jättänyt pois ne asiat, jotka eivät olennaisesti liity tutkimukseeni. Tämän jälkeen olen erotellut ne ja vienyt toiseen tiedostoon, jonka jälkeen olen pyrkinyt ensin luokittelemaan, sitten teemoittamaan ja lopuksi tyypittelemään aineiston. (Sarajärvi & Tuomi 2018, 78.)

Puolistrukturoidut haastattelut pyrin analysoimaan saman tapaisesti. Huomasin kuitenkin heti alkuun, kuinka paljon haastavampaa haastatteluiden käsittely oli verrattuna kyselylomakkeeseen. Kyselylomakkeen vastaukset olivat jo valmiiksi kirjoitetussa muodossa, kun taas haastattelussa ne pitivät litteroida pyrkien siihen, että vanhemman haastattelussa kerrottu asia tulee mahdollisimman totuudenmukaisena esiin. Tämä ei ole yksiselitteinen asia, sillä jatkuvasti piti

olla hyvin tarkkana siitä, ettei poista mitään tutkimuksen kannalta oleellista. Olenkin pyrkinyt alussa litteroimaan materiaalin hyvin tarkasti ja vasta analyysissa sulkemaan pois asioita, joilla en kokenut olevan tutkimuksen kannalta suurta merkitystä. Pyrin analyysia tehdessä poimaan haastatteluista kaikista keskeisimmät asiat. Toistin haastatteluiden tallenteet useaan otteeseen läpi, tällä pystyin myös varmistumaan, etten poista tutkimuksen kannalta mitään oleellista.

6 AINEISTON ANALYYSI

Tässä luvussa on tarkoitus käsitellä tarkemmin saatuja tuloksia aineistonkeruu analyysistä. Pyrin tuomaan esille tutkimuksen tavoitteiden kannalta oleellisia asioita, kuten selvittämään tarkemmin vanhempien voimavaroihin ja hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä, sekä tuomaan esille niitä seikkoja, jotka kuormittavat vanhempien jaksamista. Olen tässä luvussa erotellut tarkemmin erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien vastaukset perheistä, joissa ei ole erityistä tukea tarvitsevaa lasta.

6.1 Kyselyn tulokset perheistä, joissa ei ole erityistä tukea tarvitsevaa lasta

Kyselyyn vastasi 37 vanhempaa, joilla ei ollut erityistä tukea tarvitsevaa lasta perheessä. Käsitellen tässä kappaleessa tarkemmin kyselyyn tulleita vastauksia hyödyntäen aiemmin teoriapohjassa esille tulleita termejä ja määritelmiä. Tarkemmat kysymykset löydät liitteestä (3).

Perheen elämäntilanteesta riippumatta jokainen vanhempi tarvitsee arjessa perustarpeita voidakseen hyvin. Perustarpeilla tarkoitetaan lepoa, ruokaa, unta, rentouttavia asioita, sekä ihmissuhteita. (Mieli ry 2022.) Kysymyksiin neljä ja kuusi tulleet vastaukset osoittavat, että myös tässä tutkimuksessa kyseiset teemat nousevat korkeaan arvoon vanhempien nostaessa esille heidän hyvinvointiinsa ja jaksamiseen positiivisesti vaikuttavia tekijöitä. Perusasioita ei kannata sivuuttaa ja niiden luoma pohja tarjoaa hyvän mahdollisuuden kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille. Vastaajista 21 nosti esille liikunnan merkityksen hyvinvointia edistävänä tekijänä. Tämän jälkeen useammassa vastauksessa nostettiin esille unen (11) ja riittävän ravinnon merkitys (7). Näiden kolmen perustarpeen lisäksi moni vanhempi nosti omaa hyvinvointia edistäväksi voimavaraksi ystävät, kotitöiden jakamisen puolison kanssa, harrastukset, puolison kanssa vietetyn kahden keskeisen ajan, riittävän oman ajan ja lastenhoitoavun. Harrastuksissa vanhemmat nostivat esille ulkoilun, lenkkeilyn, kuorossa käymisen, käsityöt ja joogan. Näiden ohella omaa aikaa tykättiin viettää esimerkiksi lukien, äänikirjoja kuunnellen, elokuvissa tai saunassa.

“Oma terapia oli merkittävin tuki, jonka olen tähän astisessa elämässäni saanut. Toinen on vertaistuki. Se että pääsee keskustelemaan muiden äitien kanssa niistä vaikeista äitiyteen liittyvistä tunteista, auttaa hyväksymään oman ihmisyytensä ja olemaan itselle armollisempi” (Kyselylomakkeeseen osallistunut toinen vanhempi, 2022)

Niin sanottujen “perustarpeiden” ulkopuolelta nousi kaksi hyvin merkittävää teemaa esille. Nämä kaksi teemaa nousevat esille yllä olevassa sitaatista, joka on tullut vastauksena kyselylomakkeeseen. Kyseinen vanhempi korostaa hänen olennaisena hyvinvointiansa ja jaksamista edistäneenä teemana olleen terapiaa, sekä vertaistuki muilta vanhemmilta. Erityisesti vertaistuen merkitystä korosti useampi vanhempi (9) vastauksissansa. Vertaistuellla vanhemmuuteen voidaan nähdä olevan voimavaroihin ja jakamiseen positiivisesti vaikuttavia tekijöitä. Moni vanhempi voi kokea, että vain toinen vanhempi, joka elää samanlaista arkea päivästä toiseen, voi ymmärtää hänen tilannettansa. Vertaistuen tärkeimpänä asiana voidaankin pitää yhteisten kokemusten jakamista, joka luo vanhemmille ymmärretyksi tulemisen tunteen. (Erityisvoimia.fi 2022; Terveyskylä.fi 2022.)

Kyselyn vastauksista voi päätellä vanhempien tiedostavan, sekä toteuttavan juuri oikeanlaisia asioita, millä myös tutkimusten mukaan on todettu olevan hyvinvointia edistävää vaikutusta. Kysymyksessä viisi kysyessäni vanhempien jaksamista kuormittavia tekijöitä voidaan kuitenkin huomata, ettei näiden toteuttaminen ole yksinkertaista kiireisen perhe arjen keskellä. Vanhempien unen puute on keskeisimpiä jaksamiseen liittyviä haasteita Suomessa. Tutkimukset osoittavat, että yli puolet suomalaisista vanhemmista kärsivät unen puutteesta. (Jyväskylän yliopisto 2018.) Tekemäni kyselylomake osoittaa tuloksillaan samankaltaista yhteneväisyyttä. Kysyessäni vanhemmilta asioita millä he pitivät huolta omasta hyvinvoinnista, nosti moni vanhempi (11) esille unen ja levon merkityksen. Kuitenkin kysymyksessä kaksi vastaus kääntyivät pääläelleen ja useampi vanhempi (12) koki kärsivän vähäisestä unesta ja levosta. Vanhempien vastauksissa unen ja levon puutteen syyksi nousi arjen kiireellisyys, joka johti tilanteisiin, jossa unta ja lepoa ei ollut mahdollista saada riittävästi. Toisaalta esille nostettiin myös lapset, joiden nukuttaminen koettiin haasteelliseksi, sekä lasten toistuva yöllinen herääminen. Useampi vanhemmista oli kyselylomakkeen mukaan hankkinut itselleen lapsenvahdin, jotta voisi nukkua päiväunet ja saada hetken lepoa.

Useassa vastauksessa jaksamista kuormittavana tekijänä nousi esille asia, jota en tutkimusta tehdessäni osannut ajatella. Tätä kyseistä asiaa ei tullut vastaan perehtyessäni eri materiaaleihin liittyen vanhempien hyvinvointiin ja jaksamiseen. Kyselylomakkeeseen vastanneista vanhemmista yhdeksän nosti esille lasten sairastelun olevan merkittävä vanhempien jaksamista kuormittava tekijä. Lääketieteellinen aikakausikirja Duodecim (2001) toteaa, että lasten sairastelu voi aiheuttaa vanhemmille merkittävää taloudellista, henkistä ja jopa fyysistä rasitusta.

Muutama vanhempi kertoikin vastauksissaan perheen jääneen sairastelukierteeseen syksyn aikana, kun koulu- ja päiväkotiarkei oli alkanut kesän jälkeen rullaamaan.

Yhteiskunnan asettamat kohtuuttomat odotukset nousivat myös esille vanhempien jaksamista kuormittavana tekijänä. Niin kuin aiemmin jo opinnäytetyön teoriapohjassa viittasin, ei tämän kaltaiset näkemykset ole suinkaan uusia. MLL tekemässään Vanhemman ääni-kyselyssä (2019) toteaaakin vanhempien riittämättömyyden tunteet olevan kyselyn mukaan suurin huolenaihe vanhemmilla. Tähän huoleen liittyi olennaisesti ulkopuolelta tulevat liian monet vaatimukset. Tämän kaltaisia näkemyksiä kertoivat myös kyselyyni osallistuneet vanhemmat. Nostankin seuraavaksi esille kahden vanhemman vastaukset, jotka tulivat kyselylomakkeeseen kohtaan viisi

”Yhteiskunnasta tulevat paineet siitä, millainen on hyvä äiti. Pitäisi olla siisti koti, harrastaa, syödä terveellisesti, lapsilla pitäisi olla harrastukset jne.” (Kyselylomakkeeseen osallistunut toinen vanhempi, 2022)

”Siitä, että olen yksin vastuussa kaikesta, ihan kaikesta. Ei voi missään olla heikko tai väsynyt. Kaikkien tärkeiden asioiden on oltava kunnossa (raha, koti, oma mielentila, terveys, lapsen harrastukset ja kehitys jne jne).” (Kyselylomakkeeseen osallistunut kahdestoista vanhempi, 2022)

Näiden edeltä mainittujen syiden lisäksi vanhemmat nostivat jaksamista heikentävinä tekijöitä esille oman ajan puutteen, kotitöiden tekemiseen liittyvät haasteet, lapsen käytökseen liittyvät haasteet ja vähäisen tukiverkoston.

”Mitä sitten kun hidastan vauhtia ja huomaan, että olen ihan poikki.” (Kyselylomakkeeseen osallistunut ensimmäinen vanhempi, 2022)

Näin totesi eräs kyselylomakkeeseen vastannut vanhempi kysyttäessä hänen huolistansa vanhemmuuteen liittyen. Kysymykset seitsemän ja kahdeksan oli kohdistettu vanhempien huoliin, johon liittyi olennaisesti nykyinen maailmantilanteemme. Keskeisempänä huolena vanhemmilla oli huoli heidän lapsestansa ja lapsen tulevaisuudesta. Kyseiset huolet lapsesta ja lapsen tulevaisuudesta johtuivat vanhempien vastausten mukaan monista eri tekijöistä. Näissä tekijöissä nousi esille nykyinen maailmantilanne, terveys, talous, nuorten pahoinvointi, kiusaaminen, oma jaksaminen lapsen kanssa, sekä asuinalueen turvallisuuteen liittyvät pelot. Omaan kasvatukseen liittyvät huolet nousivat myös esille useammassa (7) vanhempien vastauksissa. Kyseisiin vastauksiin liittyi olennaisesti pelot, olenko vanhempana tarpeeksi hyvä ja pystynkö kasvattamaan lapsista tasapainoisia aikuisia.

Maailmantilanteeseen liittyvistä vaikutuksista perheiden jaksamiseen ja hyvinvointiin selkeästi korkeimmalle nousi korona-aika ja sen vaikutus jaksamiseen. Korona-ajan takia perheiden turvaverkkoihin tuli merkittävä katkoksia, kun varhaiskasvatus, koulut, harrastukset sekä lasten ja perheiden palvelut eivät olleet käytettävissä samalla tavalla kuin ennen. Tämän lisäksi tärkeimmät eli ihmissuhteet, kuten isovanhemmat ja ystävät eivät olleet käytettävissä samalla tavalla kuin ennen. (Valtioneuvosto 2021,102.) Kyselylomakkeeseen tulleista vastauksista paistaa vanhempien vahva yksinäisyys ja uupumus, jonka korona-aika jätti jälkeensä.

”Kyllä, paljonkin. Sain nuoremman lapsen pari kk ennen lock downia, olimme juuri muuttaneet Helsinkiin, emme tunteneet vielä paljon ketään ja sisaruspuolet eristäytyivät perheineen koteihinsa. Kukaan ei tullut käymään, tilanne oli painostava ja uuvuin yksin vauvan kanssa, ei ollut mitään perhekerhoja tms. Töihin palaaminen helpotti. Ukrainan sotaa välillä toki miettii, mutta koitan olla miettimättä sen enempää lasten kannalta, olisimme molemmat vanhemmat sodassa etulinjassa. Inflaatio vaikuttaa siihen, että miettii, mihin olisi rahaa lomalla. Ruoka on todella kallista nyt ja tankkaaminen älytöntä” (Kyselylomakkeeseen osallistunut kolmaskymmenesviides vanhempi, 2022).

Näin kommentoi tilannetta eräs kyselylomakkeeseen vastannut vanhempi. Vaikka korona-ajalla oli ollut suurin vaikutus vanhempien hyvinvointiin ja jaksamiseen, nousi vastauksissa kuitenkin esiin, myös ilmastonmuutos, sota ja inflaatio. Ilmastonmuutoksen vaikutusta pelättiin erityisesti omien lasten kannalta ja sitä, miten maapallon kantokyky kestää. Inflaatio oli aiheuttanut vanhemmille taloudellista stressiä siitä, miten tulevaisuudessa rahat riittävät ruokaan ja elämiseen. Sota taas aiheutti huolta vanhemmissa ja myös Suomen turvallisuustilanne nostettiin esille huolenaiheena. Toisaalta on myös hyvä todeta, että yhdeksän kyselyyn vastannutta vanhempaa totesi, ettei nykyinen maailmantilanne ole vaikuttanut heidän elämäänsä millään tavalla.

Kysymyksessä yhdeksän pyysin vanhempia jakamaan vinkkejä muille vanhemmilla arjessa jaksamiseen. Koen tärkeäksi, että eritoten tässä kysymyksessä vanhempien ääni pääsee sellaisenaan kuuluviin, joten haluan alkuun jakaa neljä kyselylomakkeeseen tullutta vastausta, jotta kaikki ne vanhemmat, jotka tätä työtä lukevat, voivat napata nämä vinkit itsellensä.

”Uskaltakaa sanoa ei, jos yhtään siltä tuntuu. Kun arki on kiireinen, ei ole pakko lähteä mukaan kaikkiin kissanristiäisiin, mikäli ei koe niitä itse voimaannuttavaksi” (Kyselylomakkeeseen osallistunut ensimmäinen vanhempi, 2022)

”Antakaa pölyn kerääntyä ja tavaroiden jäädä lattialle. Arkea ei pitäisi vain suorittaa ja ajatella että näin pitää tehdä, koska sitten olen hyvä äiti tms. Pitkää itsestänne huolta. Kun vanhemmat voi hyvin, niin silloin lapset voi hyvin.” (Kyselylomakkeeseen osallistunut toinen vanhempi, 2022)

”Suosittelen hakeutumaan muiden ihmisten seuraan, avun pyytäminen rohkeasti, vaatimusten laskeminen, lasten seurasta nauttiminen” (Kyselylomakkeeseen osallistunut kahdeskymmeneskolmas vanhempi, 2022)

”Sopikaa yhdessä kummallekin vanhemmalle omaa aikaa ja (esim. uni) järjestelyt, joilla kumpikin jaksaa arjessa. Hyödyntää tarpeeksi matalalla kynnyksellä lasten-vahteja, jos taloudellisesti mahdollista. Tarvittaessa hakee kotipalvelua tarpeeksi ajoissa.” (Kyselylomakkeeseen osallistunut seitsemäs vanhempi, 2022)

Vanhempien vinkeissä muille vanhemmille korostui riman alentaminen sekä avun pyytäminen. Vanhemmat halusivat nostaa esille, ettei kukaan ole täydellinen ja joskus on myönnettävä, että myös vanhempi tarvitsee lepoa ja omaa aikaa. Monelle vanhemmalla avun pyytäminen saattaa tuottaa haasteita kovan vaatimustason takia. Vanhemmat kuitenkin vinkeissään kannustivat hyödyntämään tukiverkostoja ja jos tukiverkostoja ei ole saatavilla, niin erinäisiä palveluita kuten esimerkiksi MLL:n lastenhoitopalvelu. Aikataulun suunnittelemista kalenteriin suositeltiin ja huomautettiin, että suunnitellessa kalenterin aikataulua on sinne hyvä merkata riittävästi aikaa itselleen, sekä tarvittaessa parisuhteelle.

Loppuja kolmea kysymystä, jotka liittyvät Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin lastenhoitopalveluun, en käy tässä kappaleessa läpi, vaan hyödynnän niitä tarkemmin kohdassa kehittämisehdotukset lastenhoitopalvelulle.

6.2 Kyselyn tulokset erityistä tukea tarvitsevista lapsiperheistä

”Jokainen lapsi on lahja, mutta erityinen lapsi on erityinen lahja” (Anttila 2020, 74).

Käyn tässä luvussa tarkemmin läpi kyselylomakkeeseen tulleet vastaukset erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmilta. Kyselyssä kohdassa kaksi kysyin vanhemmilta kuuluko heidän perheeseensä erityistä tukea tarvitsevaa lasta saadakseni eroteltua erityistä tukea tarvitsevien lapsiperheiden vastaukset muista perheistä. 40 tulleesta vastauksesta kolme vanhempaa oli vastannut kysymykseen kyllä. Heti alkuun haluan sanoa, että tähän lukuun on lukijan hyvä suhtautua kriittisesti. Kolmesta tulleesta vastauksesta on hankala saada niin syvää analyysia, kuin olisin halunnut saada. Kolme kyselyyn tullutta vastausta ei vielä kerro koko totuutta siitä, mitkä tekijät vaikuttavat erityistä tukea tarvitsevien lapsiperheiden vanhempien hyvinvointiin ja jaksamiseen. Yritän kuitenkin parhaani mukaan saada näillä kolmella tulleella vastauksella mahdollisimman kattavan analyysin siitä, mitkä haasteet nousevat esille ja toisaalta mitkä tekijät vaikuttavat positiivisesti vanhempien hyvinvointiin ja jaksamiseen. Pyrin myös tuomaan jotain vertailukohtia aikaisempaa lukuun, jossa käsiteltiin samoja kysymyksiä perheiden kannalta, joissa ei ole erityistä tukea tarvitsevaa lasta.

Alkuun todettakoon kysymysten neljä ja kuusi vastausten olevan hyvin samanlaisia mitä perheet, joissa ei ole erityistä tukea tarvitsevaa lasta olivat vastanneet. Vastauksissa korostuivat liikunta ja omat harrastukset. Erilaisina voimavaratekijöinä mainittiin jooga, museot, konsertit, kahvilat, musiikki ja vapaaehtoistyö. Kysymyksessä viisi kysyttäessä vanhemmilta jaksamista kuormittavia tekijöitä alkoi löytymään enemmän jakautumista, jos verrataan perheisiin, joihin ei kuulunut erityistä tukea tarvitsevaa lasta. Vahvana teemana esille nousi erityislasten piirteisiin liittyvät arjen haasteet. Yksi kyselyyn vastanneista kolmesta vanhemmasta totesi nepsy piirteisen lapsen erityispiirteiden arjessa huomioimisen olevan yksi jaksamista kuormittava tekijä. Nepsy piirteisillä henkilöillä on usein monia arkeen vaikuttavia erityispiirteitä, näitä voivat esimerkiksi olla poikkeavuudet aistihavainnoissa, keskittymisen, toiminnanohjauksen ja tarkkaavuuden vaikeudet, tic-oireet, hahmottamiseen liittyvät haasteet, sekä syy ja seuraus suhteen ymmärtämisen haasteet. (#näeNepsy 2022b.) Monesti neuropsykiatrisia piirteitä omaavilla lapsilla arjen sujuvuutta ja oirehallintaa voidaan kehittää muokkaamalla ympäristöä, käyttämällä erilaisia apukeinoja, sekä muuttamalla oman toiminnan tai lapsen ohjaamisen tapaa. (Savikuja & Puustjärvi 2022, 65.) Nämä ovat kuitenkin asioita, jotka vaativat vanhemmilta voimavaroja ja toisaalta myös kasvatuksellista tukea ammatilliselta, jotta keinoja arjen muokkaamiseen lapselle sopivaksi voidaan löytää sekä tiedostaa. Näiden lisäksi jaksamista kuormittavaksi tekijöiksi nousi tukiverkkojen vähäinen määrä, vähäinen oma-aika, toimeentulo, sekä omat terveydelliset haasteet.

Kyselylomakkeessa erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien huolissa näkyi kaksi eri tekijää. Kaksi kyselyyn vastanneista vanhemmista oli huolissaan omasta jaksamisestaan ja yhden vanhemman huolet liittyivät kasvatukseen ja siihen kykeneekö hän kasvattamaan lapsista hyvinvoivia ja pärjääviä aikuisia. Nämä voidaankin nähdä hyvin tyypillisinä huolina erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien keskuudessa. Tutkimusten mukaan monet erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmat elävät voimavarojensa äärirajoilla (Ensi- ja turvakotienliitto 2018b). Tämän lisäksi lasten erityispiirteet tuovat usein monia kasvatuksellisia pulmia, jotka luovat vanhemmille pelkoa siitä osaavatko he kasvattaa lastansa oikealla tavalla. Kyseisiä haasteita helpottamaan valtio tarjoaa lapsiperheille erilaisia palveluita, joiden käytön tarpeellisuus voidaan nähdä korostuvan erityistä tukea tarvitsevista lapsiperheistä. Kyseisiä palveluita on esimerkiksi kasvatus- ja perheneuvonta, sekä perhetyö (STM 2022).

Kysymyksessä kymmenen kysyin perheiltä saavatko he jotakin lapsiperheille suunnattuja palveluita. Kaksi vanhemmista kertoi saaneensa useampia palveluita, joiden hyödyissä oli ollut

paljon vaihtelevuutta. Toinen vanhemmista kommentoi saaneensa palveluita seuraavalla tavalla kyselylomakkeessani.

“Kotipalvelu, sosiaalityön asiakkaita. On saatu myös perheneuvolaa ja perhetyötä. Kotipalvelusta on ollut hyötyä. Perhetyöstä olisi voinut olla hyötyä, jos se olisi ollut aiemmin ja jos henkilö olisi osannut sanoa mitään erityislasten kanssa toimimiseen. Nyt ollaan kaikki keinot jouduttu itse keksimään kantapään kautta ja voimat loppuneet” (Kyselylomakkeeseen osallistunut seitsemästoista vanhempi, 2022).

Aikaisemmin työssäni puhuin erityistä tukea tarvitsevien lapsiperheiden suurimpana haasteena olevan palveluverkoston hukkumisen ja näin ollen kunnollisen avun saamatta jäämisen. Kyselylomakkeeni vastausten perusteella voidaan kuitenkin pääteellä, vanhempien saanen erilaisia tukipalveluita, mutta niiden laadun vaihdelleen merkittävästi. Vastausten perusteella vaikuttaa siltä, että kyseisten palveluiden järjestäjillä ei ole ollut riittävästi tietotaitoa erityistä tukea tarvitsevien lasten kasvatuksellisesta tukemisesta ja näin ollen konkreettinen apu on jäänyt saamatta. Toisaalta on myös mahdollista, että kyseisissä tukipalveluissa ei riitä resurssit antamaan kyseistä kasvatuksellista tukea erityislasten vanhemmille. Tämä lisäksi on mahdollista, että perheet ovat hukkuneet palveluverkoston, mutta eivät välttämättä täysin itse tiedosta sitä. Tämä on johtanut tilanteisiin, jossa heitä on ohjattu tai he ovat joutuneet väärän palvelun piiriin, joka ei todellisuudessa pysty tukemaan perheiden erityistä tukea tarvitsevia lapsia. On kuitenkin hyvä huomioda kyseisen otannan olleen hyvin pieni tutkimuksessani, joten suoria johtopäätöksiä on mahdotonta vetää.

Erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien vinkeissä muille vanhemmille korostui hyvin samankaltaiset asiat kuin perheillä, joilla ei ole erityistä tukea tarvitsevaa lasta. Vanhemmat mainitsivat vinkeissään oman ajan ottamisen, lastenhoitoavun hankkimisen, sekä asioista kieltäytymisen, jos ei koe niitä itselleen voimaannuttavaksi. Maailmantilanteen vaikutuksista yksi vanhemmista oli kokenut, ettei nykyisellä maailmantilanteella ole ollut vaikutusta heidän elämänsä. Kaksi muuta vanhempaa nosti esille ilmastonmuutoksen, inflaation ja sodan, jotka ovat tuottaneet ahdistusta ja haasteita elämään.

6.3 Puolistrukturoidun haastattelun tulokset

Käyn tässä luvussa tarkemmin läpi puolistrukturoitujen haastatteluiden tulokset. Haastatteluihin osallistui kaksi vanhempaa, jotka molemmat kuuluivat MLL:n Uudenmaan piiriin lastenhoitopalvelun asiakkaiksi. Haastatteluiden tarkoituksena oli päästä hieman pintaa syvemmälle ja pyrinkin haastatteluissa tuomaan kyselylomakkeessa esille nousseita asioita ja samaan niistä

lisätietoa. Haastatteluiden litterointia tehdessä olen poistanut vastauksista samankaltaiset vastaukset, jotka ovat tulleet esille tekemässäni kyselylomakkeessa. Tällä pyrin tuomaan esille uusia asioita ja välttämään asioiden toistamisen.

Käyn ensimmäisenä läpi haastatteluun osallistuneiden vanhempien taustatietoja. Ensimmäinen vanhempi tuli perheestä, johon kuului hänen puolisonsa, sekä kaksi lasta. Molemmat lapsista olivat päiväkotikäisiä. Perheessä molemmat vanhemmista kävivät töissä. Haastatteluun osallistunut vanhempi teki vuorotyötä ja hänen puolisonsa päivätyötä. Arjessa ei heillä ollut juuri-kaan tukiverkostoa käytettävissä. Isovanhemmat asuivat kauempana, joten heidän hyödyntämisensä onnistui harvoin. Toinen vanhempi toimi itsellisenä äitinä ja hänellä oli yksi lapsi, joka oli reilu vuoden vanha. Vanhempi ei tällä hetkellä käynyt töissä. Tukiverkosto heillä oli hyvin pieni, koska vanhempi ei ole syntynyt Suomessa, joten suurin osa heidän sukulaisistaan eivät asuneet Suomessa. Vanhempi kuitenkin kertoi heidän hyödyntävän muutamaa järjestöä, joiden kautta he olivat saaneet esimerkiksi perhementorin.

Kyselylomakkeessa vahvana jaksamista kuormittavana teemana esille nousi lasten sairastelu. Halusinkin kuulla tästä lisää vanhemmilta haastattelussani ja kysyinkin heiltä, onko lasten sairastelu ollut merkittävä tekijä heidän arjessansa. Ensimmäinen haastatteluun osallistunut vanhempi nosti esille sairastelun näkyneen kaikista eniten silloin kun lapset aloittivat päiväkodin. Lääketieteen tohtori Schüz-Havupalo (2022) toteaaakin päivähoiton aloittamisen lisäävän merkittävästi infektioiden riskiä, mutta kertoo tilanteen yleensä tasoittuvan muutamassa kuukaudessa. Samankaltaisia viitteitä voitiin nähdä, myös toisen vanhemman haastattelu kertomuksessa, jossa ensimmäiset sairastelut olivat alkaneet juuri lapsen aloitettua päivähoiton. Ensimmäinen haastatteluun osallistunut vanhempi kertoi sairastelun kuormituksen tulevan siitä, mitä enemmän lapset olivat kotona päivisin, sitä vähemmän hänellä jäi oma-aikaa. Taas jos molemmilla vanhemmilla oli töitä haasteeksi, nousi sumpliminen siitä, kumpi menee töihin ja kumpi jää kotiin lasten kanssa. Tässä kohtaa vanhempien täytyi priorisoida, kummalla oli tärkeämpi meno töissä ja kumpi pystyi jäämään töistä pois. Ensimmäinen vanhempi kertoi miehellä olevan työn, jota kukaan muu ei hoida hänen poissa ollessaan, eli työt jäävät, jos niitä ei itse hoitanut ja ne pitää jossain vaiheessa kuitenkin itse hoitaa loppuun. Toinen haastatteluun osallistunut vanhempi kertoi, ettei mitään radikaalia tilannetta ole lapsen sairastelun takia muodostunut. Suurimmaksi haasteeksi hän nosti esille sairastumisen yhtä aikaa lapsen kanssa. Hän kertoi pystyvänsä huolehtimaan hyvin lapsestansa, jos lapsi on kipeä, mutta kertoi pelkäävänsä itse sairastuvan samalla. Tällaisissa tilanteissa lapsesta huolehtiminen on paljon hankalampaa.

Avun pyytäminen voidaan nähdä yhtenä tärkeimpänä vanhemmuuden taidoista. Tämän voi erityisesti korostua niissä tilanteissa, joissa kasvatat lastasi yksin. (MLL 2017d.) Monella vanhemmista voi kuitenkin olla haasteita avun pyytämisessä. Tämä voi monesti johtua jo aikaisemmin teoriapohjassa mainitusta yhteiskunnan asettamista odotuksista, joka voi johtaa tilanteisiin, jossa avunpyytämisestä koetaan huonommuuden tunnetta. Halusinkin haastattelussa tarkemmin selvittää, onko tämänkaltaisia haasteita haastatteluuni osallistuneilla vanhemmilla. Ensimmäinen haastatteluun osallistunut vanhempi kertoi, ettei omat avun pyytämiseen liittyvät haasteet liity niinkään siihen, että kokisi huonommuutta vanhempana tämän takia vaan siitä ettei halua kuormittaa muita. Vanhempi kertoi omilta isovanhemmiltaan avun pyytämiseen olevan korkea kynnyks, koska he asuvat niin kaukana. Hän totesi myös heillä olevan lähistöllä yksi kaveripariskunta, joilta ovat ennen pyytäneet apua, mutta kynnekseen nousseen, kun molemmat perheet saivat toisen lapsen. Vanhempi koki tuttavaperheellä olevan arjen yhtä kuormittavaa, kun heillä, joten he eivät halua vaivata heitä enempää. Toisaalta vanhempi myös koki avun pyytämisen haasteiden liittyvän siihen, kun aina ennenkin kaikki on hoidettu itse, joten olisi hyvin vaikeaa pyytää tuntematonta ihmistä laittamaan lapset nukkumaan. Vanhempi koki, ettei tämä olisi kivaa lapsille. Toinen haastatteluun osallistunut vanhempi kertoi aikaisemman huonon kokemuksen saadusta palvelusta nostaneen kynnystä pyytää apua. Hän koki toimenpiteiden, sekä reaktioiden olleen saadusta palvelusta täysin vääränlaiset ja myöhemmin kyseinen palvelu olikin myöntänyt tehneensä virheen heidän tapauksessaan. Tämän jälkeen vanhemman on ollut vaikeampi pyytää apua, mutta kertoi kuitenkin hyödyntävänsä neuvolaa, muita äitejä ja perhementoria.

Seuraavana esitetty kysymys koski haastattelussa olevien perheiden resilienssiä. Kysyinkin molemmilta vanhemmilta, miten näet resilienssin toimivuuden perheessänne, sekä itselläsi. Tällä pyrin selvittämään miten vanhemmat kokevat heidän perheensä toimintakyvyn säilyvän kriisien tai vastoinkäymisten aikana, sekä niistä palautuessa. (Pulkinen 2022, 194.) Resilienssi on hyvin merkittävä osa perheiden arkea. Erilaiset arjen haasteet, muutokset ja vastoinkäymiset voidaankin nähdä hyvin yleisinä perheiden arjessa. (Mieli ry 2022b). Kysyessäni kyseistä kysymystä, molemmat vanhemmat olivat kuulleet käsitteestä ennenkin, selvensin vielä kuitenkin vanhemmille lyhyesti mitä sillä tässä tutkimuksessa tarkoitetaan.

Ensimmäinen haastateltu vanhempi kertoi, ettei heidän perheensä ole kokenut suurempia vastoinkäymisiä. Hän koki kuitenkin itsensä reagoivan herkemmin, jos arjessa tulee painetta tai

kuormaa verrattuna puolisoonsa. Tämä ei kuitenkaan vanhemman mukaan ole johtanut tilanteisiin, joissa hän ei pystyisi toimimaan. Vanhempi kertoi, ettei vastoinkäymiset lamaannuta heidän perheensä toimintaa ja totesi myös, että kyllä heidän perheellensä jonkin verran resilienssiä on. Toinen haastatteluun osallistunut vanhempi kertoi heillä olevan paljon resilienssiä. Hän kertoi aikaisemman taustansa opettaneen hänelle paljon ja sanoi että perheenä he selviävät kyllä kaikesta.

Kyselylomakkeeseen tulleiden vastausten perusteella useampi vanhempi koki arjen keskeisenä jaksamista kuormittavana tekijänä olevan liian kiireisen arjen. Vanhemmat kokivat, ettei päivässä riittä tunnit kaikkeen. Keskeisempänä ongelmana tässä voidaan nähdä suomalaisten epäedullisen aseman kokopäivätyön yleisyydessä verrattuna muihin pohjoismaihin. Suomalaisten vanhempien kokopäivätyö on asetettu normiksi, vaikka tutkimusten mukaan yhä useampi vanhempi haluaisi yhdistää osa-aikatyön ja lastenhoidon. (Pulkkinen 2022, 22.) Halusinkin kysyä haastatteluun osallistuneilla vanhemmilla, loppuuko heillä päivässä tunnit kesken ja jos loppuu mistä tämä voisi johtua.

Ensimmäinen haastatteluun osallistunut vanhempi tunnisti ongelman, mutta kertoi ratkaisseensa asian kuuntelemalla hyvin herkästi itseänsä. Hän kertoi näkevänsä oman levon merkityksen hyvin tärkeänä ja totesi että käytännön syistä hänen lapsensa eivät käy harrastuksissa tällä hetkellä. Vanhempi kertoi lasten viemisen harrastuksiin olevan hyvin hankalaa, koska perheessä on vain yksi auto ja toinen vanhemmista tekee vuorotyötä ja toinen päivätyötä. Harrastuspaikojakaan heidän lähellänsä ei ole joten, lasten vieminen harrastuksiin vaatisi aina autoa. Vanhempi kuitenkin kertoi tämän säästävän paljon aikaa heidän arkeensa, kun pakollisia harrastusmenoja ei ole. Vanhempi kertoi myös joutuneensa joustamaan omasta liikunnastaan perhearjen keskellä, jotta aikaa ja jaksamista riittää kaikkeen. Hän myös korosti vuorotyön merkitystä arjessansa ja kertoi tämän mahdollistavan hänelle paljon oma-aikaa. Tämän lisäksi hän näki tärkeänä arjessa, kykynsä pystyä olemaan itselle armeliaampi. Aiemmin teoriapohjassa viittasin vuonna 2012 tehtyyn lapsiperhekyselyyn, jossa vanhemmat kokivat epätasaisen töiden jakamisen olevan keskeinen kuormittavuutta lisäävä tekijä (Lammi-Taskula & Karvonen 2014, 76–79). Haastateltavani mukaan he olivat kuitenkin kumppaninsa kanssa onnistuneet hyvin keskeisessä työnjaossa, joten tästä oli muodostunut heille keskeinen voimavaratekijä. Hän kertoi ajan riittämisen yhtenä isona tekijänä olevan hänen kumppaninsa ja tasainen vastuun jakaminen. Tästä konkreettisena esimerkkinä hän toi esille olleensa aikaisemmin perheen esikoisen

kanssa kotona, mutta jossakin vaiheessa oman jaksamisensa tulleen vastaan, jolloin heillä oli mahdollisuus vaihtaa paikkoja ja hänen kumppaninsa pystyi jäämään kotiin hoitamaan lasta.

Toinen haastatteluun osallistunut vanhempi kertoi toimineensa yrittäjänä ennen lapsen syntymää ja kun äitiysloma päättyi, jäi hänelle mahdollisuus päättää mitä haluaa tehdä. Hän totesi priorisoineensa lapsen etusijalle ja kaiken muun tullessa vasta tämän jälkeen. Hän kertoi, ettei tällä hetkellä tee töitä ja näin ollen aikaa jää hyvin kaikkeen olennaiseen. Vanhempi kuitenkin totesi, ettei tiedä miten pystyisi sovittamaan työn ja yksinhuoltajuuden keskenään toistensa kanssa.

Yhteiskunnan kohdatessa isoja kriisejä, halusin selvittää haastatteluun osallistuneilta vanhemmilta kokevatko he saavansa riittävästi kasvatuksellista tukea yhteiskunnalta. Kyseissä kysymyksessä haastateltavien vanhempien vastauksissa voitiin nähdä eroavaisuutta. Toinen haastatteluun osallistunut vanhempi totesi elämäkokemuksensa myötä omaavansa kokemusta ja näin ollen ei ole tuntenut, että olisi tarvinnut enempää kasvatuksellista tukea lapsensa kanssa. Vanhempi kertoi myös perheensä kohdanneen joitakin kasvatuksellisia pulmia, mutta selvittäneen ne perehtymällä ammattilaisten kirjoituksiin kyseisestä asiasta.

Ensimmäinen haastatteluun osallistunut vanhempi kertoi pohtineensa kyseistä teemaa äskettäin kumppaninsa kanssa. Vanhempi totesi, että ennen lapsen syntymää perheet saavat hyvin tukea synnytysvalmennuksen muodossa. Synnytysvalmennuksella tarkoitetaan perhevalmennuksen kokonaisuuteen kuuluvaa tukitoimea, joka on tarkoitettu ensimmäistä lasta odottaville vanhemmille. Lain mukaan kaikille ensimmäistä lasta odottaville perheille on tarjottava perhevalmennusta, johon kuuluu vanhempainryhmätoiminta, sekä synnytysvalmennus. (THL 2022c.) Lapsen syntymän jälkeen vanhempi koki, ettei perheen hyvinvointiin enää panosteta riittävästi. Hän peräänkuulutti neuvolalta lisää tukea keskeisiin lapsen kehitysvaiheisiin, tässä esimerkkinä mainittiin uhmaikä. Tämän lisäksi vanhempi korosti varhaista puuttumista ja tukea vanhemmille vanhemmuuteen.

Viimeisempänä halusin kuulla haastatteluun osallistuneilta vanhemmilta, miten he kokevat suomalaisten vanhempien jaksamisen tällä hetkellä. Ensimmäinen haastatteluun osallistunut vanhempi kertoi, ettei ole niinkään yllättänyt, että suomalaisilla vanhemmilla on jaksamisen kanssa haasteita. Hän perusteli näkemyksensä kulttuurilla, jossa näki suomalaisen kulttuurin olevan vähemmän perhekeskeinen, kuin monissa muissa maista. Tällä hän tarkoitti, että Suomessa harvemmin kaikki sukulaiset kokoontuvat samaan paikkaan. Tämän lisäksi vanhempi nosti esille

suorituskeskeisyyden, joka on pahentunut sosiaalisen median yleistyttyä. Hän näki sosiaalisen median antavan vanhemmille täydellisyyden kuvaa, jossa kaikilla on siistit kodit, harrastukset ja sitä sun tätä. Toinen haastatteluun osallistunut vanhempi kertoi kuullensa vanhemmilta, että monella on jaksamisen kanssa haasteita. Hän kuitenkin korosti Suomen valtion tarjoamaa tukea ja varhaiskasvatuksen hyvää laatua. Hän myös koki, että vanhemmuuteen kuuluu joskus olla väsyneempi.

7 KEHITTÄMISEHDOTUKSET LASTENHOITOPALVELULLE

Tuon tässä luvussa esille kehittämisehdotuksia Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin toimintaan. Olen pyrkinyt kehittämisehdotuksissa ottamaan huomioon pääsääntöisesti lastenhoitopalvelun ja sen kehittämisen, mutta tuon tekstin lopussa kehittämisehdotuksen myös koko MLL Uudenmaan piirille. Tässä kappaleessa vahvana teemana näkyy kyselylomakkeen kolme viimeisintä kysymystä, jossa kysyin tarkemmin mitä vaikutusta MLL:n lastenhoitopalvelulla on ollut vanhempien jaksamiseen, sekä mitä kehitettävää siinä vielä nähdään. Tuon luvussa esille omia kehittämisideoitani, sekä niitä ideoita mitkä nousivat kyselylomakkeessa esille. Olen pyrkinyt tekstissä selkeästi tuomaan esille mitkä ideat ovat omiani ja mitkä taas vanhemmilta nousseita ideoita.

Alkuun todettakoon, että pääsääntöisesti Mannerheimin Lastensuojeluliiton lastenhoitopalveluun on oltu tyytyväisiä. Useampi vanhempi (4) totesi kyselylomakkeessa löytäneen lastenhoitopalvelun kautta luotettavan vakiohoitajan, jota on mahdollista käyttää tarpeen tullen. Vanhemmat totesivat lastenhoitopalvelun mahdollistavan heille enemmän omaa aikaa (10), sekä yhteistä aikaa puolison kanssa (4). Tämän lisäksi kyselyssä mainittiin lastenhoitopalvelun mahdollistavan ystävien näkemisen, harrastuksissa käymisen, levon ja muiden pakollisten tai tärkeiden asioiden hoitamisen. Muutama (2) vanhempi kertoi lastenhoitopalvelun olevan ainoa mahdollisuus viettää yhdessä aikaa puolison kanssa tai muuten saada itselleen omaa-aikaa. Näin ollen voidaan todeta lastenhoitopalvelulla olevan merkittävä vaikutus vanhempien jaksamisen edistämisessä.

Vaikka palvelu oli pääsääntöisesti koettu hyväksi, nousi vanhempien vastauksissa esille myös kehittämiskohteita. Kyselylomakkeessa nousi esille hoitajien saatavuusongelmat, hoitajien tuntemattomuus, sekä palkanmaksuun liittyvät haasteet. Käyn seuraavaksi jokaista kehittämisehdotusta läpi ja pyrin nostamaan esille konkreettisia kehittämisideoita.

Useampi vanhempi nosti kyselyssä hoitajien saatavuuden olevan heikkoa. Tämän kaltaisia tuloja oli tullut ainakin Espoon, sekä Helsingin suunnalta. Haasteena vaikuttaa selkeästi olevan, että hoitajia ei ole tarpeeksi kysyntään nähden tai niitä ei juuri silloin ole saatavilla, kun vanhemmat olisivat hoitajaa tarvinneet. Tähän omana kehittämisideana nostaisin esille rekrytointin kehittämisen ja paremman markkinoinnin. Näkisin tässä konkreettisena kehittämisideana

olevan yhteistyön luomisen eri tahojen kanssa. Voisiko olla esimerkiksi mahdollista tehdä yhteistyötä Uudellamaalla toimivien ammattioppilaitosten tai korkeakoulujen kanssa. Potentiaalisina yhteistyötahoina voisi esimerkiksi olla sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijat. Itse opiskellessani sosiaali- ja terveystieteitä aloitin toimimaan MLL:n lastenhoitajana. Silloin kuitenkin selvitin kyseisen mahdollisuuden itse, eikä siitä kukaan ollut kertomassa. Uskon, että monia alalla olevia opiskelijoita voisi kiinnostaa saada sekä kokemusta lasten parista että myös rahallista tuloa. Toisena ehdotuksena nostan esille kyselylomakkeessa nousseen idean ”varamummi” järjestelmästä, jota osaltansa MLL Uudenmaan piiri toteuttaakin perheille, joilla ei ole isovanhempia tai he eivät ole helposti tavoitettavissa. Lastenhoitopalvelun näkökulmasta tämänkaltaista yhteistyötä voitaisiin miettiä eri eläkeikäisille suunnattujen järjestöjen kanssa. Tätä kautta voitaisiin saada eläkeikäisiä henkilöitä mukaan, myös lastenhoitopalvelun toimintaan ja saada tätä kautta lisättyä lastenhoitajien määrää.

Kyselylomakkeessa useampi vanhempi koki lastenhoitajiin tutustumisen etukäteen olevan hyvin haastavaa. Tämä nosti vanhempien kynnystä pyytää lastenhoitopalvelusta apua, koska hoitajat olivat täysin tuntemattomia vanhemmille. Näiden epävarmuuksien lievittämiseen nostan seuraavaksi esille muutamia omia ehdotuksiani. Yhtenä tutustumista edistävänä mahdollisuutena näkisin olevan esittelyvideoiden laatimisen hoitajista. Jokainen MLL:n hoitaja kuvaisi itsestään lyhyen noin minuutin kestävä esittelyvideon, jossa hoitajat esittelisivät tarkemmin itseään. Videoissa hoitajat voisivat kertoa omista vahvuuksistaan ja aikaisemmasta kokemuksesta lasten parissa toimimisesta. Tämä video voitaisiin liittää hoitajan omaan profiiliin järjestelmässä. Uskoisin jo tämän kaltaisen lyhyen esittelyvideon helpottavan vanhempien hoitajan etsimisessä. Yhtenä epävarmuutta helpottavana tekijänä voisi myös olla mahdollisuus pyytää hoitajia lyhyeen haastatteluun etäyhteydellä, jota kautta vanhempien olisi mahdollista tutustua hoitajaan etukäteen paremmin.

Tähän voisi liittää vielä mahdollisuuden vanhemmille jättää ilmoituksen lastenhoitopalveluun, jossa he voisivat kertoa etsivänsä pidempiaikaista lastenhoitosuhdetta, eli vakituista lastenhoitajaa, jota vanhemmat kysyisivät hoitoavuksi aina ensisijaisesti tarpeen tullen. Tällöin kiinnostuneet hoitajat voisivat ilmoittaa kiinnostuksensa ja vanhemmat voisivat pyytää hoitajaa lyhyeen haastatteluun. Näiden ehdotusten lisäksi haluan nostaa vielä esiin muutaman idean, mitkä nousivat esille vanhempien kyselylomakkeeseen tulleissa vastauksissa. Näissä korostettiin, että olisi hyvä, jos oman kuvan laittaminen olisi pakollista lastenhoitajan profiiliin, jotta vanhemmat

tietäisivät, kuka ovelle on saapumassa. Tämän lisäksi ehdotettiin, että profiilissa näkyisi kuinka monta MLL:n lastenhoitotuntia hoitaja on tehnyt.

Kolmantena haasteena vanhemmat nostivat esille palkanmaksuun liittyvät vaikeudet. Kyseiset vaikeudet nostivat selkeästi vanhempien kynnystä käyttää palvelua. Vanhemmat näkivät nykyisissä ohjeissa olevan puutteita ja niiden ymmärtäminen oli ollut haastavaa. Tämän asian korjaamiseksi näkisin tarpeelliseksi tehdä selkeä opetusvideo nykyisten kuvaohjeiden lisäksi. Videolla MLL:n työntekijä kävisi kaikki palkanmaksuun liittyvät kohdat läpi ja neuvoisi konkreettisesti ja selkeästi, miten palkanmaksu tapahtuu ja mitä siinä on hyvä ottaa huomioon. Tämä helpottaisi vanhempien työtä vero asioiden selvittelyssä ja madaltaisi edelleen kynnystä käyttää palvelua.

Haluan vielä lopuksi nostaa esille kaksi kehitysehdotusta, jotka on kohdistettu erityistä tukea tarvitseville lapsiperheille. Haluan ensin nostaa esille kyselylomakkeessa heränneen kehittämisehdotuksen, jossa toivottiin lastenhoitopalvelun mahdollistavan kahden hoitajan kutsumisen kotiin samaan aikaan. Tämän mahdollistamisella erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmat pystyisivät varamaan kaksi hoitajaa kotiinsa ja näistä toinen voisi keskittyä kokonaan erityistä tukea tarvitsevaan lapseen ja toinen hoitaja voisi hoitaa muita perheessä olevia lapsia. Näin ollen erityistä tukea tarvitseva lapsi saisi tarvitsevansa tuen hoitokäynnin aikana, kun toisella hoitajista olisi mahdollisuus keskittyä pelkästään häneen ja samalla huomioida paremmin lapsen tarpeet.

Toisessa kehittämissuosituksessa haluan nostaa esille oman ajatukseni, joka perustuu kyselylomakkeessa esille nousseeseen vertaistuen merkitykseen. MLL:n tarjoaakin mahdollisuuksia vertaisryhmiin, jossa samassa elämäntilanteessa olevat vanhemmat pääsevät jakamaan asioita toistensa kanssa. Tämän lisäksi Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piiri tarjoaa valmennuksellista vertaisryhmää, joka on suunnattu ADHD ja ADD diagnoosin omaaville lasten vanhemmille. Uskoisin tämänkaltaisen toiminnan laajentamisen koskemaan myös muita erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempia olevan hyvin merkityksellistä perheille. Niin kuin työssäni on jo aikaisemmin nostettu esille, korostuu erityistä tukea tarvitsevilla lapsiperheillä vertaistuen merkitys. Näiden vertaistukiryhmien laajentaminen koskettamaan kattavammin erilaisia diagnooseja saaneita perheitä, olisi ensiarvoisen tärkeää erityisen tuen lapsiperheille. Tämän lisäksi olisi hienoa, jos MLL organisaationa tekisi laajemmin materiaalia myös perheille, joihin kuuluu erityistä tukea tarvitsevia lapsia. Uskoisin tämänkaltaisella materiaalilla olevan

kysyntää ja toivonkin työni olevan alku sille, että myös erityistä tukea tarvitsevat lapsiperheet otetaan entistä paremmin huomioon.

Kehittämisehdotukset Lastenhoitopalvelulle

1.Saatavuus ongelmat	2.Palkanmaksun haasteet	3. Tuntemattomat hoitajat	4.Muut kehitysideat
-Yhteistyön edistäminen eri järjestöjen kanssa	-Selkeä opetusvideo palkanmaksun vaiheista	-Esittelyvideot -Lyhyet haastattelut	-Kahden hoitojan mahdollisuus -MLL hoitotunnit näkyviksi

Kuva 3: Mannerheimin Lastensuojeluliiton lastenhoitopalvelun kehittämisehdotukset

8 YHTEENVETO

Teoriapohjassa hyödyntämieni lähteiden perusteella voitiin nähdä suomalaisten vanhempien jaksamisen olevan osaltaan hyvin kriittisessä tilanteessa. Useammassa tutkimuksessa on nähtävillä huolestuttavia asioita vanhempien tämänhetkiseen hyvinvointiin liittyen. Tekemäni tutkimus antoi hyvin samankaltaisia viitteitä. Johtopäätöksenä voidaankin nähdä vanhempien jaksamisen olevan nykyisen maailmantilanteen keskellä hyvin kriittisessä tilanteessa ja moni vanhempi toikin tutkimuksessani esiin olevansa jaksamisen äärirajoilla.

Tutkimukseni perusteella voidaan kuitenkin nähdä suomalaisilla vanhemmilla olevan tietämystä hyvinvointiin ja voimavaroihin vaikuttavista tekijöistä. Tietämystä siis on, mutta keinoja näiden asioiden toteuttamiseen ei ole. Suomalainen yhteiskunta on laadukkaalla sosiaali- ja terveyshuollollaan pystynyt rakentamaan kansaa, joka tiedostaa omaan hyvinvointiinsa vaikuttavia tekijöitä ja niitä asioita, jotka ovat tärkeitä oman jaksamisen kannalta. Selkeänä haasteena kuitenkin on, että pelkkä tiedostaminen ei riitä, vaan hyvinvointiin vaikuttavia asioita pitäisi pystyä myös arjessa toteuttamaan ja tällä hetkellä vaikuttaa siltä, että vanhempien arjessa tämä ei ole mahdollista. Vanhemmat ovat tutkimukseni mukaan liian kiireisiä ja aika ei yksinkertaisesti riitä kaikkeen. Tämä johtaa tilanteisiin, jossa vanhemmat lähtevät ensimmäisenä karsimaan tekijöistä, jotka edesauttavat hyvinvointia.

Tutkimuksen mukaan voidaan nähdä selkeä syy siihen, miksi juuri itselleen tärkeistä asioista vanhemmat karsivat ensimmäisenä. Osakseen katseita voidaan suunnata yhteiskuntaan. Moni vanhempi kokee yhteiskunnan asettavan liian korkeita odotuksia vanhemmille. Tämän lisäksi karsintaan vaikuttaa vertailukulttuuri, joka nousi esille tekemässäni haastattelussa. Vertailukulttuuri on kasvanut eritoten sosiaalisen median kasvun myötä. Kaikki näyttää sosiaalisessa mediassa täydelliseltä, joka entisestään kasvattaa vanhempien paineita. Tämä edesauttaa tilanteita, jossa vanhemmat pyrkivät toiminnallaan täydelliseen vanhemmuuteen ja kun täydellisyyteen pyritään, vaatii se luonnollisesti paljon panostusta ja uhrauksia. Tämä johtaa tilanteeseen, jossa ensimmäisenä karsitaan omista hyvinvointia edistävästä asioista, jotta voidaan olla vanhempina täydellisiä.

Suorittavan ja vertailevan kulttuurin lomassa vanhemmat eivät välttämättä pysty näkemään, että todellisuudessa lasten hyvinvointi lähtee vanhempien hyvinvoinnista. Eli panostamalla itseensä ja omaan jaksamiseensa vaikkapa sillä viikoittaisella joogatunnilla, joka on itselleen tärkeä, panostat samalla lapsesi hyvinvointiin. Moni vanhempi kuitenkin näki vanhemmuuteen

kuuluvan tietynlaisen omista asioista karsimisen, jotta aika riittää kaikkeen. Tämän lisäksi esille nousi myös näkökulma, jossa todettiin vanhemmuuteen kuuluvan olla ajoittain väsyneempi. Nämä ovat mielenkiintoisia näkökulmia ja jos lähtisin kyseisestä aiheesta tekemään jatkotutkimusta, se varmasti koskisi juuri tätä, eli kuuluko vanhemmuuteen omista itselleen tärkeistä asioista karsiminen, jotta lapsi voi voida hyvin ja toisaalta kuuluko vanhemman olla väsyneempi.

Molempia aineistoja analysoidessani huomasin selkeän kaavan toistuvan vanhempien vastauksissa, riippuen siitä oliko vanhemmalla haasteita jaksamisen kanssa vai ei. Jos vanhemman vastauksessa näkyi selkeät haasteet oman jaksamisensa kanssa, oli vanhemman haastavampi nähdä lasta voimavaratekijänä. Kun taas vanhempi, joka voi paremmin ja joka jaksoi arjessa vähintään kohtuullisesti, oma lapsi nähtiin selkeästi useammin vahvistavana voimavarana, kuin jaksamista kuormittavana tekijänä. Näen tämän kuitenkin olevan hyvin inhimillistä. Kun vanhemmalla on paljon negatiivisia asioita elämässä, eli tässä tapauksessa oma jaksaminen on kortilla, on vaikeampi nähdä positiivisia asioita, mitä esimerkiksi juuri lapset tuo elämään. Kun vanhemmalla on voimavarat vähissä, usein lapsen haastava käyttäytyminen saa isomman arvon, kuin mitä lapsen hyvää tuomat asiat saa. Ihmisillä on luontainen tapa muistaa negatiiviset asiat paremmin, kuin positiiviset asiat. Kun katsot esimerkiksi taaksepäin omaan lapsuuteen kuinka paljon helpompi, on muistaa ne asiat, kun sinua on kohdeltu huonosti, kuin taas ne asiat, kun sinua on kohdeltu hyvin. Tämän uskon näkyvän myös vanhempien tilanteessa, jossa jaksaminen on viety äärirajoille, on hyvin vaikeaa nähdä positiivisia asioita verrattuna negatiivisiin asioihin. Näin ollen lapsen haasteellisella käyttäytymisellä saattaa antaa hyvinkin ison arvon ja se saattaa peittää ne kaikki hyvät asiat, mitä lapsi tekee ja tuo elämään. Sosiaalipsykologi Ulla Anttila (2022) toteaa teoksessaan Erityislapsen vanhempana: voimavaroja hyvään elämään seuraavanlaisesti

”Rakkaus lapsiin on vanhemmille tärkeää. Lasten kanssa tekeminen vie voimia, mutta myös antaa niitä. Huolimatta monenlaisista haasteista on tärkeää tunnistaa ja ymmärtää, että lapset ovat vanhemmille tärkeä voimavarojen lähde. Tämä pätee sekä perheen erityislapsiin että muihin lapsiin”. (Anttila 2022, 73.)

Tämä on omasta mielestäni erittäin hyvin sanottu ja tämän onkin tärkein viesti, minkä myös minä haluan tekemälläni työllä välittää kaikille tätä opinnäytetyötä lukeville vanhemmille.

Kyselylomakkeen perusteella voidaankin nähdä vanhempien välittämisen omia lapsiaan kohtaan korostuneen kysyttäessä vanhempien suurimpia huolia. Valtaosa vanhempien huolista kohdistuivat jollakin tavalla omiin lapsiin ja heidän pärjäämiseensä. Nämä vastaukset osoittavat, että vaikka aina ei ole helppoa nähdä lapsia voimavaratekijöinä ovat ne kuitenkin jokaisen

vanhemman tärkein asia maailmassa ja siinä kohtaa, kun kysyin vanhempien suurimpia huolia, jäivät omat huolet sivuun ja enemmistö vanhemmista korosti erilaisia huolia lapsiinsa liittyen. Vaikka sitä voi olla haastava nähdä, uskon kuitenkin siihen, että monilla vanhemmilla ainut asiat mikä kannustaa jaksamaan omassa arjessa on lapset ja heidän hyvinvointinsa. Vanhempien vastauksissa pohjimmiltaan näkyy, että lasten hyvinvoinnin eteen ollaan valmiita tekemään mitä vaan. Tämä ajattelutapa kuitenkin vaikuttaa ajaneen monen vanhemman umpikujaan, jossa oma jaksaminen rupeaa kärsimään ja tämä taas jossain vaiheessa alkaa vaikuttamaan myös lapseen.

Kyselylomakkeessa oli kuitenkin hienoa nähdä suomalaisten vanhempien lähtökohtaisesti kykenevän pystyvän pyytämään matalalla kynnyksellä apua. Tiivistettynä johtopäätöksenä voidaan vetää vanhempien tekevän kaikkensa lapsiensa eteen ja ehkä vähän liikaakin, jolloin sumentuu ajatus siitä, että todellisuudessa kun vanhempi itse voi hyvin, samalla hyvinvoinnilla on mahdollisuus siirtyä lapseen. Tämän lisäksi voidaan nähdä suomalaisten vanhempien tietävän hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä kiitettävästi, mutta niiden toteuttamisen jäävän suorittavan kulttuurin ja täydellisen vanhemmuuden taakse. Lopuksi haluan välittää viestin kaikille vanhemmille. Niin kuin kyselylomakkeessa ja haastatteluissa jo todettiin, vanhemmat olkaa armollisia itsellenne, laskekaa suorittamisen rimaa alemmaksi ja muistakaa lapsen hyvinvoinnin lähtevän aina vanhemmista.

9 POHDINTA

Kokonaisuudessaan olen tyytyväinen tekemäni työn antiin. Saavutin työlläni sille määritettyjä tavoitteita, sain selvitettyä vanhempien jaksamiseen liittyviä kulmakiviä eli niitä asioita, mitkä keskeisesti vaikuttavat vanhempien jaksamiseen sekä negatiivisesti että positiivisesti. Tämän lisäksi sain työlläni tärkeää tietoa Mannerheimin Lastensuojeluliiton lastenhoitopalvelusta. Siitä minkälainen vaikutus sillä on vanhempien jaksamiseen ja toisaalta löysin työlläni myös kehittämisen kohteita toiminnalle.

Omasta mielestäni toteuttamani tutkimusmateriaali oli vanhempien jaksamista edistävää ja uskon, että moni vanhempi työtä lukiessaan saa työstäni joitakin vinkkejä omaan arkeensa. Tutkimuksellisen työni avulla löysin työni edetessä mielenkiintoisia havaintoja mitä ennen aineistonkeruuvaihetta en osannut ottaa huomioon. On myös hyvä tiedostaa, ettei työni tarkoitus ollut keksiä ihmelääkettä siihen kuinka suomalaisessa yhteiskunnassa vanhempien jaksaminen saadaan hyvälle tasolle. Työni pyrkimyksenä oli luoda ymmärrystä Mannerheimin Lastensuojeluliiton lastenhoitopalvelua käyttäneiden vanhempien hyvinvoinnin ja jaksamisen tilanteesta ja niistä tekijöistä mitkä siihen vaikuttavat. Vastausprosentin jäädessä hyvin matalaksi voidaan katsoa kriittisesti sitä, kuinka hyvin tässä on onnistuttu. Olen kuitenkin pyrkinyt tekemään parhaani saadakseni mahdollisimman ison vastausprosentin työlleni niillä tiedoilla sekä taidolla mitä minulla oli kyselyn laatimisen hetkellä saatavilla. Niiden vastaus puitteessa mitä tutkimukseeni on tullut, olen mielestäni onnistunut kiitettävästi tuomaan esille työni tavoitteissa määriteltyjä asioita. Halusin luoda tutkimuksen, jossa vanhempien ääni tulee mahdollisimman autenttisenä kuulluksi ja että se myös näkyy työssäni. Tässä koen myös onnistuneeni kiitettävästi. Itse koen oppineeni hyvin paljon siitä mitkä ovat keskeiset haasteet vanhempien hyvinvoinnissa ja jaksamisessa. Uskon työstäni saamista opeista olevan paljon hyötyä tulevaisuuden ammatissani.

Pidin työni kannalta tärkeänä, että myös erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmat otetaan huomioon. Aineistonkeruuvaiheessa kuitenkin huomasin saadun materiaalin jäävän hyvin suppeaksi erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien kohdalla. Valitettavasti en saanut haastatteluun yhtään näiden perheiden edustajaa ja kyselylomakkeeseen tulleet vastaukset näiden perheiden osalta jäivät myös hyvin suppeaksi. Osakseen voidaan olettaa tämän johtuvan siitä, ettei Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin toiminnassa ole niin paljon erityisen tuen

tarpeen lapsiperheitä, vaikka tätä ei ole mahdollista todentaa. Toisaalta tämä kuitenkin jätti itselleni kysymyksiä olisiko jotain pitänyt tehdä toisin, jotta myös erityisen tuen tarpeen lapsiperheitä olisi saatu vastaamaan kyselyyn enemmän. Yhdessä vaiheessa työtä tehdessäni oli ajatus, jossa erityisen tuen tarpeen lapsiperheille lähetettäisiin erikseen viestiä tutkimuksestani, mutta MLL viestintäjärjestelmä ei taipunut tämänkaltaiseen viestintään, joten idea jäi ajatuksen tasolle. En tiedä olisiko tämänkaltaisella toiminnalla voinut kasvattaa erityisen tuen tarpeen lapsiperheiden vastausprosenttia.

Työni yhtenä selkeänä haasteena voitiin nähdä sen laajuus. Työni aiheen rajaamisesta kävimmekin paljon keskustelua työntilaajan kanssa työn alkuvaiheessa. Käsittelin työni teemassa kahta eri tekijää eli vanhempien jaksamista sekä perheiden kannalta, joissa on erityistä tukea tarvitseva lapsi, sekä niiden perheiden, joissa ei ole. Tämä osaltaan lisäsi jo työn laajuutta, koska en työni suuntauksessa valinnut vain toista aihetta vaan halusin tuoda esille molemmat näkökulmat. Tämä oli tietoinen haaste, joka työni aloitusvaiheessa olin valmis ottamaan. Vaikka äsken harmittelin, että en saanut niin paljoa vastauksia erityisen tuen tarpeen lapsiperheiltä, voidaan tästä kuitenkin hakea myös jotain positiivista. Materiaalin jäädessä hyvin suppeaksi erityisen tuen tarpeen lapsiperheistä rajasi tämä automaattisesti työni laajuutta.

Tämän lisäksi halusin työssäni toteuttaa kaksi eri aineistonkeruumenetelmää eli haastattelut, sekä kyselylomakkeen. Näin jälkikäteen ajateltuna olen positiivisesti yllättynyt kuinka kattavia ja monipuolisia vastauksia sain kyselylomakkeeseeni, vaikka vastausprosentti jäikin hyvin matalaksi suhteessa siihen, kuinka monelle kyselylomake oli lähetetty. Tämä johti tilanteeseen, jossa jopa koen haastatteluiden annin, jään kyselylomakkeen varjoon, vastausten ollessa kyselylomakkeessa hyvin monipuolisia ja kattavia. Nyt jos tekisin saman uudelleen, jättäisin haastattelut kokonaan pois ja keskittyisin pelkästään kyselylomakkeeseen. Tämä siis tilanteessa, jos tekisin tutkimukseni uudestaan. Tällaisenaan en kuitenkaan haluaisi vaihtaa mitään pois, koska koen haastatteluiden tuoneen hyviä näkökulmia työhöni, mutta suhteessa tehtyyn työmäärään oli kyselylomake toteutukseltaan järkevämpi.

Toisaalta tässä kohtaa voidaan myös katsoa kriittisesti teettämiäni kysymyksiä haastatteluisani. Kysymysten laatiminen haastatteluihin tuntui hyvin vaikealta, koska koin saaneeni jo hyvin kattavat vastaukset aiheeseeni liittyen kyselylomakkeessani. En siis täysin tiennyt mitä voisin enää kysyä lisää. Osa laatimistani kysymyksistä haastatteluisa koen kuitenkin olleen hyviä ja palvelleeni työni, sekä haastatteluiden tarkoitusta. Toisaalta oli myös paljon kysymyksiä, jotka näin jälkikäteen jätteisni pois tai muuttaisin niiden toistaessa hyvin paljolti samaa mitä

kyselylomakkeessani. Kokonaisuudessaan koen, että kysymyksiä muuttamalla tai haastatteluiden pitämisenä ryhmähaastatteluina, olisin voinut saada haastatteluista enemmän irti mitä nyt sain, tämän näen selkeänä kehityksen kohteena. Tämä siksi koska ryhmähaastattelut olisivat voineet luoda vuorovaikutusta ja keskustelua vanhempien välillä, joka olisi voinut edesauttaa vastausten kehittymistä.

Työni sai paljon hyvää palautetta työni tilaajalta ja erityisesti kehittämishdotuksiin oltiin tyytyväisiä. Työni pääsikin jalkautumaan heti konkreettisen käyttöön, kun työnitilaaaja pyysi saada lähettämään tekemäni alustava opinnäytetyö heidän opiskelijalleen luettavaksi, joka suunnittelee parhaillaan markkinointiin ja rekrytointiin liittyviä asioita. Työlläni uskottiin olevan edellä mainittuihin asioihin jotakin annettavaa. Tarkoitukseni on myös mennä esittelemään työtäni Mannerheimin Lastensuojeluliiton lastenhoitotoiminnan valtakunnalliseen työkokoukseen 22.3 ja uskon tätä kautta mahdollisuuteen, jossa työni tekemistä tuotoksista voisivat hyötyä, myös muut Mannerheimin Lastensuojeluliiton piirit.

Työni ajankohtaisuuden vuoksi voidaan työlläni nähdä olevan merkitystä koko ammattialalle. Monissa tulevaan ammattiini liittyvissä työpaikoissa tulet toimimaan jollakin tavalla yhteistyössä perheiden kanssa. Koen työni antaa syvempää ymmärrystä koko ammattialalle siitä, minkälaisia haasteita meillä on tällä hetkellä vanhempien keskuudessa ja myös siitä, miten niillä on mahdollisuus pahentua tulevaisuudessa kriisien jatkuessa. Uskon työni antavan itselleni ja myös koko ammattialalle avaimia vanhempien hyvinvoinnin edistämiseen. Toivon työni herättelevän järjestöjä, organisaatioita ja kaikkia muita, jotka alalla työskentelevät ottamaan vanhempien hyvinvoinnin vakavasti, koska jos näin ei tehdä ei myöskään lapset voi voida hyvin. Toivon myös työni lisäävän keskustelua erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien huomiomisesta ja tukemisesta niin yhteiskunnallisesti kuin eri ammattialoilla ja myös Mannerheimin Lastensuojeluliiton sisällä, jotta erityisen tuen lapsiperheille suunnattua materiaalia voitaisiin lähteä toteuttamaan organisaation sisällä.

9.1 Toiminnan eettisyys

Pohdittaessa tutkimukseni luotettavuutta voidaan tämä näkökulma jakaa kolmen eri käsitteen alle. Käsitteet ovat *uskottavuus*, *luotettavuus* ja *eettisyys*. Nämä kolme käsitettä kytkeytyvät vahvasti toisiinsa, mutta ovat tärkeitä asioita mietittäessä tutkimuksen kokonaisuutta, jos yksi näistä käsitteistä jää uupumaan, putoaa tutkimukselta pohja pois. (Puusa & Juuti 2020, 167.)

Uskottavuudella tarkoitetaan sitä miten niin sanottu suuri yleisö ottaa tutkimukseni vastaan. Ajattelevatko esimerkiksi työntilaaja, tutkimukseen osallistuneet henkilöt ja muut työhöni perehtyvät työni olevan asianmukaisesti tehty ja analysoitu huolellisesti. Toisaalta työn uskottavuuteen voidaan nähdä myös liittyvän se, kuinka toteutat työssäsi kriittistä ja arvioivaa työasennetta. *Luotettavuudella* tarkoitetaan, sitä kuinka hyvin tutkija on pysynyt vakuuttamaan lukijan omasta ammattitaidostaan, sekä siitä, että tutkija on valinnut työnsä kannalta merkitykselliset lähestymistavat ja menetelmät. Tutkijan on siis oleellista pystyä vastaamaan kysymykseen miksi teen näin? *Eettisyydellä* tarkoitetaan, että työssä on noudatettu hyvän tutkimuksen periaatteita eli kyseinen tutkimus voi toimia minkä tahansa hyvin tehdyn tutkimuksen ohjenuorana. (Puusa & Juuti 2020, 167; KvaliMOTV 2022e.)

Tutkimusmenetelmien luotettavuutta käsitellään yleensä laadullisessa tutkimuksessa *validiteetti* ja *reliabiliteetti*inä. *Validiteetti* tarkoittaa onko tutkimuksessa tutkittu niitä asioita mitä on määriteltä ja *reliabiliteetti* tarkoittaa tutkimustulosten toistettavuutta. (Sarajärvi & Tuomi 2018, 119.)

Kokonaisuudessaan koen tutkimukseni noudattaneen hyvän tutkimuksellisen työn periaatteita. Kaikilta tutkimukseen osallistuneilta on kysytty tarvittavat luvat tutkimukseen osallistumisesta, sekä varmistettu, että jokainen tutkimukseen osallistuva ymmärtää mitä tutkimuksessani käsitellään. Kaikkia materiaaleja on säilytetty asianmukaisesti ja olen huolehtinut, että kaikilla tutkimukseen osallistuneilla säilyy täysi anonymiteetti. Nauhoittaessani haastatteluista tallenteet, olen varmistanut luvan haastatteluihin osallistuneilta. Kyselylomakkeessa olen heti ensimmäisessä kysymyksessä kysynyt lupaa käyttää vastauksia tutkimuksellisessa työssäni, muutama kyselylomakkeeseen vastannut henkilö oli laittanut kyseiseen kysymykseen ”ei” jolloin heidän vastauksiansa ei ole käytetty työssäni.

Työni aiheen ollessa hyvin sensitiivinen olen haastatteluissa varmistanut, että mihinkään kysymyksiin ei ole halutessaan pakko vastata. Kyselylomakkeessa olen mahdollistanut vapailla vastauksilla, että vanhemmat saavat kertoa asiasta juuri sen verran kuin itse haluavat. Tutkimuksessa on ollut myös mahdollista jättäytyä pois ennen työni julkaisua. Tutkimuksen *reliabiliteetti*ä olen pyrkinyt todentamaan laittamalla aina tarvittaessa kertomieni asioiden perään lukumäärän, kuinka monta vanhempaa on näin vastannut. Tällä olen pyrkinyt välttymään epämääräisiltä ”jonkin verran” tai ”muutama” lausahduksilta, jotka jättävät kysymysmerkin lukijalle, kuinka monta vanhempaa todellisuudessa näin on vastannut. On myös hyvä muistaa, että vastauksia tuli kyselylomakkeeseen hyvin runsaasti, joka vaikutti hyvin paljon materiaalien litterointiin

joidenkin vastausten ollessa hyvin pitkiä ja toisaalta, joidenkin vastausten jättäytyessä auki, mitä tällä todellisuudessa vanhempi on tarkoittanut. Kyseisten asioiden takia annetuissa luvuissa saattaa todellisuudessa olla muutamia heittoja. Tämän lisäksi kyselylomakkeessani vain kolme ensimmäistä niin sanottua lämmittelykysymystä ovat olleet pakollisia, jonka takia osa vanhemmista ovat valikoineet mihin haluavat vastata ja mihin eivät. Kaikkien kysymysten vastaajamäärä ei ole niin iso kuin koko kyselyyn vastanneiden määrä. Tutkimusmenetelmien valinnassa koen kuitenkin kokonaisuudessaan onnistuneeni ja niiden tuoneen minulle tutkimuksen kannalta tarpeellisia vastauksia. Sain kerättyä menetelmillä kattavasti materiaalia, jopa hiukan liikaakin. Toivon tutkimukseni antaneen vanhemmille avaimia ja keinoja oman hyvinvointinsa ja jaksamisen edistämiseen.

LÄHTEET

- Aivosäätiöt.fi. Mitä on kehitysvammaisuus. Viitattu 20.10.2022. <https://www.aivosaatio.fi/diagnoosi/kehitysvammat/>
- Anttila, Ulla 2020. Erityislapsen vanhempana: voimavaroja hyvään elämään. Helsinki: Kirjapaja.
- Autismiliitto.fi. Autismikirjon diagnosointi. Viitattu 20.10.2022. <https://autismiliitto.fi/autismi/diagnosointi/#title-0>
- Broberg, Mari 2010. Uusperheen voimavarat ja lasten hyvinvointi. Väestötutkimuslaitos: julkaisusarja D 52/2010. 74. Viitattu 15.10.2022. <https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/63343/diss2010broberg.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- CP-liitto.fi. CP-vamma. Viitattu 20.10.2022. <https://cp-liitto.fi/cpvamma/>
- Duodecim – Aikakausikirja 2001. Lapsen infektiokierre. Viitattu 15.11.2022. <https://www.duodecimlehti.fi/duo92177>
- Duodecim – Terveyskirjasto 2020a. Mitä terveys on? Viitattu 5.10.2022. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00903>
- Duodecim - Terveyskirjasto 2020b. Autismikirjon häiriöt. Viitattu 20.10.2022. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00355>
- Ensi- ja turvakotienliitto 2018a. Parisuhde, vanhemmuus ja ero erityistä tukea tarvitsevan lapsen perheissä. (E-kirja.) 6–7. Viitattu 27.10.2022. <https://ensijaturvakotienliitto.fi/wp-content/uploads/2018/10/Parisuhde-vanhemmus-ja-ero-raportti-2018-P%C3%A4hkkin%C3%A4ns%C3%A4rkij%C3%A4t.pdf>
- Ensi- ja turvakotienliitto 2018b. Erityislapsiperheissä vanhemmat ovat usein voimavarojensa ääri rajoilla. (E-kirja.) Viitattu 24.11.2022. <https://ensijaturvakotienliitto.fi/erityislapsiperheissa-vanhemmat-ovat-usein-voimavarojensa-aarirajoilla/>
- Erityisvoimia.fi 2018. Vanhempien vertaistuki pelastaa. Viitattu 15.11.2022. <https://erityisvoimia.fi/vanhemmuus/kuuleeko-kukaan/>
- Hämäläinen, Anu 2022. Suullinen tiedonanto 28.10.2022
- Helsingin yliopisto 2022. Erityisperheet ovat muuttuneet sote-palveluiden asiakkaista palvelujärjestelmän palvelijoiksi. Viitattu 27.10.2022. <https://www.helsinki.fi/fi/uutiset/talous/erityisperheet-ovat-muuttuneet-sote-palveluiden-asiakkaista-palvelujarjestelman-palvelijoiksi>
- Hirsjärvi, Sirkka & Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino.
- Jyväskylän yliopisto 2022. Määrällinen tutkimus. Viitattu 31.10.2022. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/maarallinen-tutkimus>
- Jyväskylän yliopisto 2018. Uuvuttavan vanhemmuuden tabuja rikkomassa. Viitattu 18.10.2022. <https://jyunity.fi/tieteessa/uuvuttavan-vanhemmuuden-tabuja-rikkomassa/>

- Jyväskylän yliopisto 2021. Suomalaisvanhemmat näkevät yhteiskunnan asettavan epärealistisia odotuksia vanhemmille. Viitattu 6.10.2022. <https://www.jyu.fi/fi/ajankohtaista/arkisto/2021/07/suomalaisvanhemmat-nakevät-yhteiskunnan-asettavan-eparealistisia-odotuksia-vanhemmille>
- KvaliMOTV 2022a. 1.2 Mitä laadullinen tutkimus on: lyhyt oppimäärä. Viitattu 31.10.2022. https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L1_2.html
- KvaliMOTV 2022b. 6.3.3 Strukturoitu ja puolistrukturoitu haastattelu. Viitattu 5.11.2022. https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_3.html
- KvaliMOTV 2022c. 7.2.1 Litterointi. Viitattu 10.11.2022. https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_2_1.html
- KvaliMOTV 2022 d. Aineisto- ja teorialähtöisyys. Viitattu 9.12.2022. https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L2_3_2_3.html
- KvaliMOTV 2022e. Tutkimuksen arviointi – reflektointia. Viitattu 14.12.2022. https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_3_3.html
- Karvonen Sakari & Salmi, Minna 2016. Lapsiköyhyys Suomessa 2010-luvulla. Helsinki: Juvenes print – Suomen yliopistopaino.
- Lammi-Taskula, Johanna & Karvonen, Sakari 2014. Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino.
- Luustoliitto.fi 2020. Arjen hyvinvointi. Viitattu 7.10.2022. <https://luustoliitto.fi/arjen-hyvinvointi/>
- MLL 2017a. MLL:n strategia. Viitattu 22.9.2022. <https://www.mll.fi/tietoa-mllsta/organisaatio/mlln-strategia/>
- MLL 2017b. MLL:n Suunta 2024. Hämeen kirjapaino. 5–6. Viitattu 9.10.2022. https://cdn.mll.fi/prod/2018/10/16093929/MLLn_Suunta_2024_nettiin.pdf
- MLL 2017c. Sujuvat suhteet sopimalla. Viitattu 15.10.2022. <https://www.mll.fi/lapsemme-lehti/sujuvat-suhteet-sopimalla/>
- MLL 2017d. 10 ohjetta vanhemmuuteen. Viitattu 6.12.2022. <https://www.mll.fi/blogi/10-ohjetta-vanhemmuuteen/>
- MLL 2018. MLL organisaatiokuva. Viitattu 8.10.2022. https://cdn.mll.fi/prod/2018/10/31142958/mll_kunta_kuvitus_paivitetty_2020.pdf
- MLL 2019. Vanhemman ääni -kysely: Raportti vanhemmuutta kuormittavista huolista. 6. Viitattu 18.11.2022. https://cdn.mll.fi/prod/2019/09/30110304/MLL_Vanhemman_aani_kysely_2019.pdf
- MLL 2020a. Organisaatio. Viitattu 8.10.2022. <https://www.mll.fi/tietoa-mllsta/organisaatio/>
- MLL 2020b. Rahoitus. Viitattu 8.10.2022. <https://www.mll.fi/tietoa-mllsta/organisaatio/rahoitus/>

- MLL 2020c. Vanhemman hyvä ajanhallinta. Viitattu 9.10.2022. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemman-hyvinvointi/vanhemman-hyva-ajanhallinta/>
- MLL Uudenmaan piiri 2022. Lastenhoitopalvelu. Viitattu 9.10.2022. <https://uudenmaanpiiri.mll.fi/https-uudenmaanpiiri-mll-fi-perheil/>
- Mielenterveystalo.fi. Arjen hyvinvointi. Viitattu 7.10.2022. https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/maahanmuuttajat/Pages/arjen_hyvinvointi.aspx
- Mielenterveystalo.fi. Voimavarat. Viitattu 12.10.2022. https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/itsehoito/tyokaluja_itsehoito/Pages/Harjoitusnro6Lahjasi.aspx
- Mieli ry 2022a. Mielenterveys ja hyvinvointi eri elämänvaiheissa. Viitattu 15.11.2022. <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/hyvinvointi-ja-mielenterveys-elaman-eri-vaiheissa/>
- Mieli ry 2022b. Resilienssi suojaa perheitä muutoksissa. Viitattu 8.12.2022. <https://mieli.fi/artikkeli/resilienssi-suojaa-perheita-muutoksissa/>
- MTV uutiset 2022. Hintojen nousu pakottaa lapsiperheitä hakemaan tukea arkeensa: “Lapset huolehtivat, että mitenköhän perhe pärjää”. Mtv uutiset 24.9.2022. Viitattu 18.10.2022. <https://www.mtvuutiset.fi/artikkeli/hintojen-nousu-pakottaa-lapsiperheita-hakemaan-tukea-arkeensa-lapset-huolehtivat-etta-mitenkohan-perhe-parjaa/8520376>
- Näpärä, Liisa 2017. Haastattelun lajityypit. Spoken 12.4.2017 Viitattu 4.11.2022. <https://spoken.fi/2180/>
- Nyyti.fi 2022a. Ajanhallinta. Viitattu 9.10.2022. <https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/ajanhallinta/>
- Nyyti.fi 2022b. Voimavarat. Viitattu 9.10.2022. <https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/uupumus-2/voimavarat/>
- #näeNepsey 2022a. Neuroepätyypillinen lapsi ja vanhempien tunteet. Viitattu 18.10.2022. <https://naenepsey.fi/tietoa/nepsylapsen-vanhemmille/>
- #näeNepsey 2022b. Tietoa kaikille nepsey-piirteistä. Viitattu 23.11.2022. <https://naenepsey.fi/tietoa/tietoa-kaikille-nepsyille/>
- Kontula, Osmo 2018. 2020-luvun perhepolitiikka. Helsinki: Väestöliitto ry. 118–119. Viitattu 28.10.2022
- Ojasalo, Katri & Moilanen, Teemu & Ritalahti, Jarmo 2015. Kehittämistyön menetelmät: uudenlaista osaamista liiketoimintaan. (E-kirja.) Helsinki: Sanoma Pro Oy. Viitattu 3.11.2022. <https://humak.finna.fi/Record/hurma.69130>
- OP-Media 2022. Mitä on inflaatio ja mistä se johtuu? Tämä inflaatiosta kannattaa tietää nyt. Viitattu 18.10.2022. <https://www.op-media.fi/talous/mita-inflaatio-tarkoittaa-ja-mista-se-johtuu/>
- Pitkäranta, Ari 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä: työkirja ammattikorkeakouluun. (E-kirja.) Jokioinen: e-oppi. Viitattu 31.10.2022. <https://humak.finna.fi/Record/hurma.69130>

- Pauli, Juuti & Puusa Anu 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. (E-kirja) Helsinki: Gaudeamus. Viitattu 14.12.2022. <https://humak.finna.fi/Record/hurma.82210>
- Pallonen, Kalle 2020. Yksilökeskeisyys uuvuttaa vanhemmat-suomalaisvanhemmat maailman uupuneimpien joukossa. Yleisradio 18.12.2020. Viitattu 16.10.2022. <https://yle.fi/uutiset/3-11704630>
- Pihlajalinna 2022. Kun lapsi sairastaa, koko perhe on kovilla. Viitattu 8.12.2022. <https://www.pihlajalinna.fi/tietoa-meista/blogi/kun-lapsi-sairastaa-koko-perhe-on-kovilla>
- Pulkinen, Lea 2022. Lapsen hyvinvointi alkaa kodista. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Raine, Valli 2018. Ikkunoita tutkimusmetodeihin. 1, Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittavalle tutkijalle. (E-kirja.) Jyväskylä: PS-kustannus. Viitattu 3.11.2022. <https://humak.finna.fi/Record/hurma.75750?imgid=1>
- Raijas, Anu 2008. Arjen hyvinvointi ja mahdollisuudet sen mittaamiseen. (E-kirja.) Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus. 13–15. Viitattu 12.10.2022. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/152397/Arjen_hyvinvointi_ja_mahdollisuudet_sen_mittamiseen.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Suoninen, Eero & Pirttilä-Backman, Anna-Maija & Lahikainen, Anja Riitta & Ahokas, Marja 2013. Arjen sosiaalipsykologia. Helsinki: Sanoma pro Oy.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2013. Lapsi- ja perhepolitiikka Suomessa. Viitattu 16.10.2022. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/69914/URN_ISBN_978-952-00-3374-3.pdf
- Sipola, Timo 2021. Onko lapsiperheköyhyys kiusallinen asia? Vähäarvoisuus eriarvoistaa lapsia, mutaa Suomi ei halua korvamerkittyä miljoonatukea ongelman torjumiseksi. Yleisradio 7.3.2021. Viitattu 18.10.2022. <https://yle.fi/uutiset/3-11817429>
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2022. Palvelut perheille. Viitattu 24.11.2022. <https://stm.fi/palvelut-perheille>
- Sosiaalihuoltolaki 1301/2014, 3§.
- Särkikangas, Ulla 2020. Sosiaali- ja terveyspalveluiden käyttö erityisperheiden arjessa: toiminnan ja ajankäytön näkökulma. Helsinki: Unigrafia. 92–93. Viitattu 27.10.2022. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/314663/SOSIAALI.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Savikuja, Tuula & Puustjärvi Anita 2022. Nepsy-opas: Tukea neuropsykiatrisiin haasteisiin. Jyväskylä: PS-kustannus. Viitattu 20.10.2022
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. (E-kirja) Uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi. Viitattu 14.12.2022. <https://humak.finna.fi/Record/hurma.74268>
- Trogen, Tiia. Positiivinen kasvatus 2020. (E-kirja.) Jyväskylä: PS-kustannus. Viitattu 12.10.2022. <https://humak.finna.fi/Record/hurma.77807>
- Tietoarkisto 2022. Litterointi. Viitattu 10.11.2022. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/metelmaopetus/kvali/laadullisen-tutkimuksen-prosessi/litterointi/>

- THL 2014. Lapsiperheiden vanhempien voimavaroja voidaan vahvistaa. Viitattu 14.10.2022. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/lapsiperhekysely/tuloksia/lapsiperheiden-vanhempien-voimavarat>
- THL 2019. Suurin osa nelivuotiaista ja heidän perheistään voi hyvin: monissa perheissä myös kuormittavia tekijöitä. Viitattu 27.10.2022. https://thl.fi/fi/-/suurin-osa-nelivuotiaista-ja-heidan-perheistaan-voi-hyvin-monissa-perheissa-myo-kuormittavia-tekijoita?redirect=https%3A%2F%2Fthl.fi%2Ffi%2Fetusivu%3Fp_p_id%3D101_IN-STANCE_tcsSJTqcGl0N%26p_p_lifecycle%3D0%26p_p_state%3Dnormal%26p_p_mode%3Dview%26p_p_col_id%3Dcolumn-2-1-3%26p_p_col_pos%3D1%26p_p_col_count%3D2
- THL 2020. Lasten ja lapsiperheiden hyvinvointi. Viitattu 28.10.2022. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/hyvinvointi-ja-terveys/lasten-ja-lapsiperheiden-hyvinvointi>
- THL 2022a. Vauvaperheiden hyvinvointi- Finlapset kyselytutkimus 2022. Viitattu 18.10.2022. <https://thl.fi/fi/tilastot-ja-data/tilastot-aiheittain/lapset-nuoret-ja-perheet/vauvaperheiden-hyvinvointi>
- THL 2022b. Hyvinvointi. Viitattu 5.10.2022. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveys-erot/eriarvoisuus/hyvinvointi>
- THL 2022c. Perhevalmennus. Viitattu 8.12.2022. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/sote-palvelut/aitiys-ja-lastenneuvola/aitiysneuvola/perhevalmennus>
- Teppo, Ulla 2015. Mitä hyvinvointi on? Hyvinvoinnin käsitteen tarkastelua yksilön näkökulmasta. Viitattu 5.10.2022. <https://peda.net/hankkeet/oov/kh/1hkjpv/materiaali/klm/utt:file/download/b41c6afd76f64a285b8f9934710b5e9db81d0cbd/Ty%C3%B6hyvinvointi%2022%209%20.pdf>
- Tilastokeskus 2021. Tehostettu tai erityinen tuki joka viidennellä peruskoululaisella. Viitattu 28.10.2022. https://www.stat.fi/til/erop/2020/erop_2020_2021-06-08_tie_001_fi.html
- Terveyskylä.fi 2020. Mistä on kyse, kun puhutaan voimavaroista?. Viitattu 12.10.2022. <https://www.terveyskyla.fi/kuntoutumistalo/kuntoutujalle/oma-hyvinvointi/opas-omien-voimavarojen-tunnistamiseen-ja-vahvistamiseen/mist%C3%A4-on-kyse-kun-puhutaan-voimavaroista>
- Terveyskylä.fi 2022. Tietoa CP-vammasta. Viitattu 20.10.2022. <https://www.terveyskyla.fi/lastentalo/tietoa-lasten-sairauksista/liikuntavammaisuus/cp-vamma/tietoa-cp-vammasta>
- Uusitalo, Hannu & Simpura Jussi 2020. Erik Allardt hyvinvoinnin tutkijana. Viitattu 5.10.2022. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140729/YP2005-6_Uusitalo&Simpura.pdf?sequence=1
- Vaarama, Marja & Karvonen, Sakari & Kestilä, Laura & Moisio, Pasi & Muuri, Anu 2014. Suomalaisten hyvinvointi 2014. (E-kirja.) Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino. Viitattu 5.10.2022. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125340/THL_TEE022_2014verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Valtioneuvosto 2021. Lapset, nuoret ja koronakriisi. Valtioneuvoston julkaisuja: Helsinki.102.
Viitattu 18.11.2022. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162647/VN_2021_2.pdf?sequence=1&isAllowed=y

LIITTEET

Liite 1. Tiedote tutkimuksesta

Tiedote tutkimuksesta



TIEDOTE TUTKIMUKSESTA

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin lastenhoitoapua käyttäneiden vanhempien jaksaminen ja sen edistäminen.

Pyyntö osallistua tutkimukseen

Teitä pyydetään mukaan tutkimukseen, jossa tutkitaan Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin lastenhoitoapua käyttäneiden vanhempien jaksamisen tilannetta ja sitä, miten sitä voitaisiin kehittää. Tämän lisäksi tutkimuksessa isona osana näkyy Mannerheimin Lastensuojeluliiton tarjoaman lastenhoitopalvelu ja minkälainen merkitys sillä on vanhempien jaksamiseen, sekä mitä kehitettävää siinä voisi olla. Olemme arvioineet, että sovellutte tutkimukseen, koska olette lapsiperhe, joka on hyödyntänyt Mannerheimin Lastensuojeluliiton tarjoamaa lastenhoitopalvelua. Tämä tiedote kuvaa tutkimusta ja teidän osuuttanne siinä. Pehdyttyänne tähän tiedotteeseen teille järjestetään mahdollisuus esittää kysymyksiä tutkimuksesta, jonka jälkeen teiltä pyydetään suostumus tutkimukseen osallistumisesta.

Vapaaehtoisuus

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Kieltäytyminen tutkimuksesta ei vaikuta teidän asiakkuuteenne Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin asiakkaana. Voitte myös keskeyttää tutkimuksen koska tahansa syytä ilmoittamatta. Mikäli keskeytätte tutkimuksen tai peruutatte suostumuksen, teistä keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

Tutkimuksen tarkoitus

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, minkälainen on Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin lastenhoitoapua käyttäneiden vanhempien jaksamisen tilanne ja millä kaikilla keinoilla vanhempien jaksamista voitaisiin edistää nykyisessä maailmantilanteessa. Lisäksi tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, miten Mannerheimin Lastensuojeluliiton lastenhoitoapu palvelee vanhempia ja miten se edistää vanhempien jaksamista. Tämän lisäksi tutkimuksessa otetaan huomioon, erityistä tukea tarvitsevien lasten perheet ja heidän arjensa jaksaminen.

Tutkimuksen toteuttajat

Tutkimuksen toimeksiantaja toimii Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piiri. Tutkimuksesta vastaa Jere Saarilampi, opinnäytetyön tekijänä. Opinnäytetyö tehdään osana Humanistisen ammattikorkeakoulun, yhteisöpedagogi opintoja.

Tutkimusmenetelmät ja toimenpiteet

Tutkimusmenetelmät on jaettu kahteen osaan. Ensimmäisenä on tutkimuksellinen kysely, johon pääset vastaamaan seuraavasta linkistä <https://forms.gle/G4vd7UdiLnNqcfKBA>. Lomakkeen täyttämisen vie aikaa n. 20 minuuttia ja kaikki vastaukset tulevat minulle täysin anonyymeina, joten perheitä ei niistä voida tunnistaa. Kyselyyn tulleet vastaukset hävitetään asianmukaisesti tutkimuksen valmistuttua 5/2023.

Toisena osana toimii Zoomissa etänä pidettävä yksilohaastattelu, jotka toteutetaan marras-joulukuun aikana. Tässä haastattelun neljää kohderyhmään kuuluvaa vanhempaa teemaan liittyvillä kysymyksillä. kaksi vanhemmista tulee erityistä tukea tarvitsevan lapsen perheestä ja kaksi eivät tule.

Tiedote tutkimuksesta



Kohderyhmään kuuluvalla vanhemmalla jäsenellä tarkoitetaan, että olet lapsiperheen vanhempi ja tämän lisäksi käytät tai olet käyttänyt Mannerheimin Lastensuojeluliiton lastenhoitopalvelua. Haastattelut nauhoitetaan ja säilytetään asianmukaisella tavalla. Viralliseen julkaistavaan tutkimukseen ei tule perheistä mitään henkilötietoja, mistä heidät voitaisiin tunnistaa. Perheillä säilyy siis täysi anonymiteetti. Haastattelumateriaalit hävitetään asian mukaisesti tutkimuksen valmistuessa 5/2023.

Kustannukset ja niiden korvaaminen

Tutkimukseen osallistuminen ei maksa teille mitään. Osallistumisesta ei myöskään makseta erillistä korvausta.

Tutkimustuloksista tiedottaminen

Tutkimustuloksia ei jaeta sellaisenaan osallistujille, vaan ne tulevat osaksi tekemääni kehittämis- ja opinnäytetyötäni. Tutkimus julkaistaan sen valmistuttua julkisesti Theseus-tietokannassa.

Tutkimuksen päättyminen

Tutkimuksen valmistuttua Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piiri lähettää tiedon tutkimuksen valmistumisesta elastenhoito järjestelmän asiakasperheille

Lisätiedot

Mikäli haluat osallistua Zoomissa etänä pidettäviin haastatteluihin, olethan minuun tutkimuksen suorittajaan yhteydessä joko puhelimitse tai sähköpostitse, myös muista tutkimukseen liittyvistä kysymyksistä voit olla minuun yhteydessä.

Yhteystiedot

Tutkimuksen suorittaja
Nimi: Jere Saarilampi
Puh. 050 5023133
Sähköposti: jere.saarilampi@humak.fi

Opinnäytetyön ohjaaja
Titteli: Lehtori
Nimi: Minna Rajalin
Humanistinen Ammattikorkeakoulu/ Jyväskylän kampus
Puh. 040 0349356
Sähköposti: Minna.rajalin@humak.fi

Liite 2. Saate viesti tutkimukseen osallistuville vanhemmille

Moikka kaikille!

Nimeni on Jere Saarilampi ja tulen alun perin Tampereen suunnilta. Olen aikaisemmalta koulutukseltani lähihoitaja ja tällä hetkellä opiskelen Jyväskylässä Humanistisessa ammattikorkeakoulussa yhteisöpedagogiksi viimeistä vuotta. Teen tällä hetkellä tutkimusta Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirille, jonka teemana on lastenhoitoapua käyttäneiden vanhempien arjessa jaksaminen ja sen edistäminen. Tämän lisäksi tutkimuksessani vahvana teemana näkyy Mannerheimin Lastensuojeluliiton lastenhoitopalvelu ja sen merkitys vanhempien arjessa.

Tarvitsisinkin nyt teidän apuanne materiaalin keruuseen. Olen tehnyt avoimen anonyymien kyselyn kaikille lastenhoitopalvelua käyttävien perheiden vanhemmille. Kyselyyn vastaaminen veisi aikaa n. 20 minuuttia ja siitä olisi suuri apu työni edistämiseksi. Kyselyyn pääset seuraavasta linkistä <https://forms.gle/u67iqdHUnkiBsw1EA> , muistathan lukea kyselyn kuvauksen ennen kuin täytät sen. Kysely sulkeutuu 30.11.2022.

Tämän lisäksi etsin yhteensä neljää vanhempaa Zoomissa pidettäviin yksilöhaastatteluihin, jossa käsitellään aikaisemmin mainittuja teemoja kahdesta eri näkökulmasta. Näkökulmat ovat perheet, joissa on vähintään yksi erityistä tukea tarvitseva lapsi, sekä ne perheet, joissa ei ole erityistä tukea tarvitsevaa lasta. Näin ollen haastatteluihin tulevista vanhemmista kaksi tulisi erityistä tukea tarvitsevasta lapsiperheestä ja kaksi perheestä, joissa ei ole erityistä tukea tarvitsevaa lasta. Erityistä tukea tarvitsevalla lapsella tutkimuksessani tarkoitan lasta, jolla on jokin seuraavista: Kehitysvamma, CP-vamma, tai jokin neuropsykiatrinen piirre kuten ADHD, ADD, Aspergerin oireyhtymä, Touretten oireyhtymä, Kehityksellinen kielihäiriö, tai muu autismin kirjoon liittyvä diagnoosi. Ilmoittahan yhteydenotossasi kummasta perheestä tulet.

Haastatteluiden kesto olisi arviolta n. 20–30 minuuttia ja haastattelut toteutettaisiin marras-joulukuun aikana. Haastattelut toteutetaan luottamuksella ja opinnäytetyöhön tulevat materiaalit haastatteluista tulevat anonyymisti, jotta perheitä ei olisi mahdollista niistä tunnistaa. Olisi mahtavaa saada teidät mukaan ja päästä yhdessä tekemään lapsiperheiden hyvinvointia edistävää materiaalia. Olethan yhteydessä minuun sähköpostitse tai puhelimitse mikäli kiinnostuksesi heräsi. Iso kiitos teille jo etukäteen.

Sähköpostin liitteenä olevasta tiedostosta löydät tarkemmat tiedot tutkimukseen liittyen. Mikäli sinulla on kysyttävää liittyen tutkimukseen voit olla minuun yhteydessä alla olevin tiedoin, jos taas sinulla heräsi kysymyksiä liittyen lastenhoitopalvelun tai Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin toimintaan voit olla yhteydessä Anu Hämäläiseen, jonka tavoitat sähköpostista anu.hamalainen@mll.fi

Ystävällisin terveisin

Jere Saarilampi

Puh: 0505023133

Liite 3. Kyselylomakkeen kysymykset

Annan luvan käyttää vastaustani tutkimuksellisessa työssäni? *

- ☐ Kyllä
- ☐ Ei

Kuuluuko perheeseesi erityistä tukea tarvitseva lapsi? *

- ☐ Kyllä
- ☐ Ei

Missä MLL:n lastenhoitopalvelua tarjoavista Uudenmaan piirin kunnista perheesi asuu? *

- ☐ Espoo
- ☐ Helsinki
- ☐ Järvenpää
- ☐ Kauniainen
- ☐ Kirkkonummi
- ☐ Lohja
- ☐ Porvoo
- ☐ Sipoo
- ☐ Vantaa
- ☐ Vihti

Minkälaisia asioita tekemällä pidät huolta omasta hyvinvoinnistasi?

Oma vastauksesi

Minkälaisista asioista koet vanhempana jaksamisesi kuormittuvan eniten?

Oma vastauksesi

Mistä asioista olet kokenut hyötyä omaan jaksamiseesi vanhempana?

Oma vastauksesi

Mikä vanhempana olemisessa sinua huolettaa eniten?

Oma vastauksesi

Onko nykyinen maailmantilanne (esim. korona, Ukrainan sota, inflaatio) vaikuttanut jollakin tavalla sinun jaksamiseesi vanhempana?

Oma vastauksesi

Minkälaisia vinkkejä sinulla olisi muille perheille arjessa jaksamiseen?

Oma vastauksesi

Saako perheesi jotain lapsiperheille suunnattuja palveluita, kuten esimerkiksi kotipalvelu, sosiaaliohjaus, kasvatusohjaus tai perhetyö, Jos saa niin mitä? Ja oletko kokenut näistä hyötyä omaan jaksamiseen?

Oma vastauksesi

Minkälaista hyötyä olet kokenut saaneesi MLL:n lastenhoitopalvelusta omaan jaksamiseen?

Oma vastauksesi

Tuleeko mieleesi jotakin kehitettävää, miten MLL:n lastenhoitopalvelua voisi parantaa?

Oma vastauksesi

Miten MLL:n lastenhoitopalvelu toimii, jos perheessäsi on erityistä tukea tarvitseva lapsi? Voit pohtia vastauksessasi esimerkiksi sitä: onko hoitajia, joilla on riittävät valmiudet toimia erityistä tukea tarvitsevan lapsen kanssa saatavilla perheenne tarpeiden mukaan? (jos sinulla ei ole erityistä tukea tarvitsevaa lasta voit jättää vastaamatta kysymykseen)

Oma vastauksesi

Liite 4. Puolistrukturoitujen haastatteluiden kysymysrunko

Kerrotko perheesi tauistoista? Montako lasta? Oletko yksinhuoltaja vai kasvatatko lapsia yhdessä jonkun kanssa? Työssä käynti?

Minkälainen tukiverkosto teillä on käytettävissä?

Onko sinun vaikea pyytää apua vanhemmuuteen liittyvissä asioissa ja jos on, pystytkö kuvailemaan miksi?

Onko sinulla arjessa kiire, loppuuko tunnit päivästä kesken, mistä tämä voi johtua?

Onko puolison kanssa vastuunjakaminen helppoa vai tuottaako se teillä jotain haasteita?

Miten käsite resilienssi toimii teidän arjessanne?

Miten näet Suomalaisten vanhempien jaksamisen Suomessa?

Onko lastensairastelu kuormittava tekijä arjessanne?

Onko sinulla paineita vanhemmuuteesi liittyen ja jos on miten nämä vaikuttavat jaksamiseesi? Miten koet yhteiskunnalta tulevan paineen? Onko yhteiskunnallinen tuki riittävää sinusta?

Koetko että sinulle jää riittävästi aikaa itsellesi arjen keskellä? Miten raivaat tilaa omalle-ajallesi

Koetko saaneesi riittävästi kasvatuksellista tukea lapsiesi ollessa pieniä?

Mikä tuottaa sinulle eniten haasteita arjessa jaksamiseesi?

Mitkä keinot ovat auttanut teitä eniten jaksamaan arjessa?

Onko lastenhoitopalvelulla ollut vaikutusta jaksamiseenne. Onko se esimerkiksi mahdollistanut enemmän aikaa itsellesi tai parisuhteellesi?

Onko sinulla jotakin kehitettävää liittyen Mannerheimin lastensuojeluliiton lastenhoitopalvelun toimintaan?