



**TURUN
YLIOPISTO**

Vauvaonnea ja toiveita vertaistuesta

Kotona lastaan hoitavien ensikertalaisten äitien kokemuksia hyvinvoinnistaan ja saamastaan sosiaalisesta tuesta koronapandemian aikana

Sosiaalityö

Pro gradu -tutkielma

Sosiaalitieteiden laitos

Turun yliopisto

Katriina Takkinen

Ohjaajat:

Professori Kirsi Günther

Sosiaalityön opettaja Anne Puuronen

Professori Katja Forssén

Huhtikuu 2023

Turku

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu

Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

Pro gradu -tutkielma

Oppiaine: Sosiaalityö

Tekijä: Katriina Takkinen

Otsikko: Vauvaonnea ja toiveita vertaistuesta. Kotona lastaan hoitavien ensikertalaisten äitien kokemuksia hyvinvoinnistaan ja saamastaan sosiaalisesta tuesta koronapandemian aikana

Ohjaajat: Sosiaalityön professori Kirsi Günther, sosiaalityön opettaja Anne Puuronen, sosiaalityön professori Katja Forssén.

Sivumäärä: 91 s, 2 liites.

Päivämäärä: 23.4.2023

Tässä sosiaalityön pro gradu- tutkielmassani tutkin koronapandemian aikana esikoislapsensa saaneiden vanhempien kokemuksia hyvinvoinnistaan koronapandemian aikana. Lisäksi tarkastelen vanhempien kokemuksia heidän saamastaan sosiaalisesta tuesta, jolla on tutkimustiedon mukaan suuri merkitys erityisesti ensikertalaisille vanhemmille.

Koko maailman väestöä koetellut koronapandemia vaikutti sekä perheiden arkiseen hyvinvointiin että heidän saamaansa sosiaaliseen tukeen ja sitä kautta vanhempien kokemukseen jaksamisestaan. Tutkielmani kiinnittyy lapsiperheiden hyvinvoinnin tutkimukseen ja koronapandemiasta tehtyyn tutkimustietoon, formaalin ja informaalin sosiaalisen tuen käsitteisiin sekä laadullisen tutkimuksen kenttään.

Olen haastatellut tutkielmaani varten viittä koronapandemian aikana esikoislapsensa saanutta pääkaupunkiseudulla asuvaa äitiä. Aineiston keruumenetelmänä käytin haastatteluja. Haastateltavia etsin sekä haastattelupyyntöjen avulla, jotka kiinnitin leikkipuistoihin pääkaupunkiseudulla, että sosiaalisten verkostojeni kautta käyttämällä lumipallomenetelmää. Toteutin haastattelut puolistrukturoituina teema-haastatteluina.

Aineistoni analyysimenetelmänä olen käyttänyt laadullista sisällönanalyysia. Analyysimenetelmäni on teoriaohjaava, jossa aloitan analyysin aineistolähtöisesti, mutta teoria auttaa analyysin tekemisessä.

Tutkielmani tulokset osoittavat, että äitien koettu hyvinvointi näyttäytyi melko hyvänä, vaikka koronapandemialla ja sen johdosta asetetuilla rajoituksilla oli merkitys heidän arkielämäänsä ja kokemuksiinsa vanhemmuuden alussa aiheuttaen huolta ja pelkoa. Hyvinvointiin näyttivät vaikuttavan äitien ja heidän läheistensä suhtautuminen koronarajoituksiin ja heidän kokemuksensa omista persoonallisuuspiirteistään. Resilienssin ja äitien omien voimavarojen merkitys korostui hyvinvoinnin kokemuksissa. Formaali tuki, esimerkiksi neuvolapalvelut, koettiin tärkeiksi, mutta palvelujen järjestämisessä oli osin puutteita äitien kokemuksen mukaan. Puolison ja läheisten tuki koettiin tärkeäksi, mutta pandemiaan liittyvät rajoitukset vähensivät läheisten tapaamisia. Äidit kertoivat kaipaavansa erityisesti vertaistukea muilta samassa tilanteessa olevilta äideiltä. Vertaistukea saatettiin etsiä myös sosiaalisesta mediasta. Vertaistuen puuttuminen aiheutti äideille osin yksinäisyyttä. Vaikka pandemia aiheutti huolta ja oli äideille haastavaa aikaa, onnellisuus lapsesta ja uuden elämänvaiheen merkityksellisyyden kokemukset nousivat tuloksissa vahvasti esille.

Tulosten perusteella olisi hyvä jatkossa tutkia, miten pandemian seuraamukset ovat vaikuttaneet ensikertalaisiin vanhempiin sekä heidän lapsiinsa pidemmällä aikavälillä, ja kuinka heitä voisi huomioida lapsiperheiden palveluissa. Tarvitaan myös tutkimusta siitä, miten palveluja ja erityisesti vertaistuen järjestämistä voidaan kehittää vastaisuuden varalle uuden mahdollisen kriisitilanteen koittaessa.

Avainsanat: Covid-19-pandemia, koronapandemia, koronarajoitukset, korona-aika, yhteiskunta, lapsiperheiden hyvinvointi, ensikertalaiset vanhemmat, yksinäisyys, kokemus, sosiaalinen tuki, formaali tuki, neuvolapalvelut, informaali tuki, läheiset, vertaistuki, resilienssi, onnellisuus.

Sisällysluettelo

1	Johdanto	1
2	Lapsiperheiden hyvinvointia tutkimassa	5
2.1	Hyvinvoinnin määritelmiä	5
2.2	Hyvinvointi lapsiperheissä	9
2.3	Pikkulapsiperheiden hyvinvointi koronapandemian aikana	14
3	Pikkulapsiperheiden sosiaalinen tuki koronapandemian aikana	23
3.1	Sosiaalinen tuki	23
3.2	Formaali tuki ja palvelut pikkulapsiperheille pandemian aikana	24
3.3	Informaali tuki läheisiltä ja sosiaalisesta mediasta	27
3.4	Vertaistuki ensikertalaisille vanhemmille	28
4	Tutkimuksen toteutus	30
4.1	Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset	30
4.2	Kokemuksen tutkiminen	30
4.3	Aineiston kerääminen ja haastattelujen toteutus	32
4.4	Sisällönanalyysi	34
4.5	Tutkielman eettisyys ja luotettavuus	38
5	Koronapandemia vaikutti ensikertalaisten vanhempien hyvinvointiin ja sosiaalisen tuen saamiseen	41
5.1	Huoli koronasta varjosti ensikertalaisten vanhempien hyvinvointia	41
5.2	Sosiaalisen tuen kokemukset koronapandemian aikana	55
6	Yhteenveto ja johtopäätökset	71
	Lähteet	83
	Liitteet	92
	Liite 1. Kutsukirje haastatteluun	92
	Liite 2. Teemahaastattelurunko	93

1 Johdanto

Tässä sosiaalityön pro gradu -tutkielmassani tarkastelen koronapandemian aikana esikoislapsensa saaneiden vanhempien kokemuksia hyvinvoinnistaan ja heidän saamastaan sosiaalisesta tuesta. Tutkielmani kirjoittamisen aikana koronaviruspandemiaa on eletty jo yli kahden ja puolen vuoden ajan. Pandemian aikana on kohdattu erilaisia aaltoja ja pandemian kehittymisen vaihteita. Aiemmat tutkimukset kertovat jo lapsiperheiden kohtaamista haasteista pandemia-aikana. Niiden mukaan koronapandemian aiheuttama palvelujen rajoitettu saatavuus ovat tuottaneet monenlaisia muutoksia perheiden arkielämään heikentäen perheiden mahdollisuuksia saada varhaista tukea ja kohtaamisia sekä vertaisten että ammattilaisten kanssa (Aalto-Setälä ym. 2021, 7). Tutkielmallani pyrin tuottamaan lisää tietoa lisätäkseni ymmärrystä lapsiperheiden hyvinvoinnin kokemuksista. Tarkastelen työssäni myös pikkulapsiperheiden palveluja niiden toteutumisen ja antaman sosiaalisen tuen näkökulmasta. Aiheesta on tehty jo määrällistä tutkimusta ja tutkimusta ammattilaisten näkökulmasta, mutta omalta osaltani haluan nostaa esiin juuri vanhempien kokemuksia.

Katson tutkielmassani pandemian alkaneeksi siitä, kun Maailman terveysjärjestö WHO julisti Covid-19-viruksen aiheuttaman koronataudin maailmanlaajuiseksi pandemiaksi 11.3.2020 (WHO 2020). Koronavirus on ylähengitystieinfektio, joka aiheuttaa moninaisia oireita, mukaan lukien vakavaa koronatauti. Nykyisen tietämyksen mukaan tauti lähti leviämään Kiinan Wuhanista vuoden 2019 lopulla. Suomessa ensimmäiset tautitapaukset vahvistettiin ensin kiinalaisturistilla ja sen jälkeen matkalta palanneilla Suomen kansalaisilla. Tautitilanne huononi maailmalla nopeasti ja Suomeen julistettiin taudin johdosta poikkeusolot ajalle 17.3.–16.6.2020, ja uudelleen vuotta myöhemmin ajalle 1.3.–27.4.2021. Poikkeusoloista säädetään Valmiuslain (1552/2011) kolmannessa pykälässä, jossa mainitaan poikkeusolojen tarkoittavan muun muassa laajalle levinnyttä vaarallista tartuntatauti, jollaiseksi koronaviruksen aiheuttama sairaus tulkittiin. (Valtioneuvosto 2020b). Tämä oli hyvin poikkeuksellinen tilanne Suomessa, jossa poikkeusolot oli viimeksi julistettu sodan takia.

Koronapandemian alussa kansalaisia kehoitettiin erityisesti poikkeusolojen aikana voimakkaasti välttämään kaikenlaisia sosiaalisia kontakteja oman kodin ja perhekunnan ulkopuolella.

Poikkeusolojen voimassaolon aikaan yhteiskunnan toiminnan kannalta kriittisillä aloilla työskentelevien vanhempien lapset saivat osallistua varhaiskasvatukseen sekä 1.–3.-luokka-asteen opetukseen, mutta muilla aloilla työskentelevien tuli mahdollisuuksien mukaan hoitaa lapsia kotona. Opetus peruskouluissa sekä muissa oppilaitoksissa järjestettiin etäopetuksena. Valtioneuvosto asetti rajoituksia julkisiin ja yksityisiin kokoontumisiin, vierailuihin sairaaloissa ja palvelutaloissa, sekä sosiaali- ja terveystoimen palveluihin. Rajoituksilla suljettiin julkisia tiloja, kuten museoita ja kirjastoja, ja kansalaisia kehoitettiin välttämään turhaa oleilua julkisilla paikoilla. Voimaan astui myös maanlaajuinen etätyösuositus. (Valtioneuvosto 2020a & b.)

Koronapandemian johdosta Uudenmaan lääni suljettiin 28.3.-15.4.2020 niin, ettei läänin rajaa saanut ylittää ilman painavaa syytä. Liikkumisrajoitusten purkamisen jälkeenkin valtioneuvosto suositteli tautitilanteen vuoksi välttämään vapaa-ajan matkoja ja muuta tarpeetonta matkustamista myös Suomen sisällä. Suomen sisärajoille asetettiin valvontaa ja rajat suljettiin. (Valtioneuvosto 2020a & b.) Koronapandemian johdosta asetetut rajoitukset koskivat koko Suomen väestöä, mutta erityisesti Uudellamaalla sekä pääkaupunkiseudulla asuvia liikkumisrajoitusten osalta pandemian alkuvaiheessa. Kohdistan tutkielmassani kiinnostukseni pääkaupunkiseudulla asuvien pikkulapsiperheiden vanhempien kokemuksiin, sillä koronarajoitukset ovat koskettaneet heitä muun muassa Uudenmaan sulun myötä mahdollisesti vieläkin enemmän kuin muualla Suomessa asuvia. Käsitän pääkaupunkiseudun koskevan Kotimaisten kielten keskuksen määritelmän mukaisesti neljää kaupunkia; Helsinki, Vantaa, Espoo ja Kauniainen (Kotimaisten kielten keskus).

Koronapandemian aikana on koettu useita aaltoja, joiden aikana tartuntojen määrä on kasvanut huomattavasti. Viruksen nopeasti leviävä omikronmuunnos on ollut Suomessa pitkään valtavirus, ja tautitapauksia kirjattiin vuonna 2022 pahimmillaan yli 14 000 päivässä. (THL 2022a.) Pääkaupunkiseudun oma koronakoordinaatioryhmä on antanut alueellisia suosituksia muun muassa kasvomaskien käytöstä sekä etätöiden tekemisestä. Yleinen maskisuositus purettiin 14.4.2022 lukuun ottamatta poikkeustilanteita, esimerkiksi tilannetta, jossa henkilö hakeutuu koronatestiin koronaepäilyn vuoksi (THL 2022b).

Koronapandemia on maailmanlaajuisesti vaikuttava kriisi, joka on vaikuttanut eri ihmisryhmien arkipäiväiseen elämään ja hyvinvointiin monin eri tavoin. Poikkeuksellista onkin

pandemian laajuus; se on koskettanut jokaista henkilöä joko oman tai läheisen sairastumisen, sairastumisen pelon tai taudin johdosta asetettujen rajoitusten muodossa. Poikkeusolojen aikana lapsiperheiden vanhempien saamaa sosiaalista tukea tutkineiden Heinon ja Karan (2020) mukaan pandemia eroaakin muista kriiseistä sillä, että pandemia ei kosketa vain paikallisyhteisöjä, kuten esimerkiksi luonnonkatastrofit. Pandemia on uhannut monenlaisia tärkeitä inhimillisiä resursseja, ihmiselämän perustarpeita, taloudellisia resursseja, terveyttä sekä sosiaalisia suhteita. (Heino & Kara 2020, 254.)

Koronapandemian vaikutuksia on tärkeää tarkastella juuri hyvinvoinnin ja sosiaalisen tuen kannalta, sillä sosiaalisen eristäytymisen myötä tuen muodot vähenivät, ja perheet joutuivat uudenlaisten haasteiden eteen etätöiden lisääntyttyä ja perheiden yhteisen ajan lisääntyttyä. Varsinkin kevään 2020 ensimmäiset poikkeusolot vaikuttivat suuresti perheiden arkeen ja koko yhteiskuntaan ja sen toimintaan. (Heino & Kara 2020, 256; Paju 2020 & 2021.) Koronapandemian hillitsemiseksi asetetut rajoitustoimenpiteet ovat vähentäneet sosiaalisia kontakteja ja sitä myötä ihmisten välistä sosiaalista tukea. Muun muassa Hiilamo (2021, 6) on esittänyt, että koronakriisi ja sen hillitsemiseksi asetetut rajoitustoimenpiteet ovat aiheuttaneet sosiaalista velkaa, sekä vajeita ja velkaa ihmisten hyvinvointiin. Pandemian pitkäaikaisia seurauksia tulee kuitenkin vielä tutkia tulevaisuudessa, sillä pandemian vaikutukset tulevat näkyviin vasta myöhemmin (emt. 2021, 6). Rajoitusten vaikutuksista eri ihmisryhmien elämään ja hyvinvointiin tarvitaan lisää tutkittua tietoa ja tähän tarpeeseen pyrin osaltani vastaamaan tällä gradututkielmallani.

Oma kiinnostukseni aiheeseen heräsi työskenneltyäni erilaisissa tehtävissä lapsiperheiden hyvinvoinnin parissa yli kymmenen vuoden ajan, sekä saatuaani omakohtaista kokemusta pienen lapsen vanhemmuudesta koronapandemian aikana. Sosiaalityössä tarvitaan tietoa pandemian kokonaisvaikutuksista lapsiperheisiin, sillä sosiaalialalla työskentelevien tulee tunnistaa pandemian aiheuttamia haasteita eri ihmisryhmille tarjotakseen oikeanlaista apua. Suomessa on syntynyt koronapandemian aikana vuonna 2020 yhteensä 19 545 ja vuonna 2021 miltei 21 000 äitiensä esikoislasta (Tilastokeskus 2021a & 2022), joiden perheitä tutkielmani aihe tavalla tai toisella koskettaa.

Tutkimuskysymykseni ovat: 1) Millaisia kokemuksia ensimmäistä kertaa vanhemmaksi tulleilla on hyvinvoinnistaan koronapandemian aikana? 2) Millaista sosiaalista tukea vanhemmat ovat kokeneet saaneensa pandemian keskellä?

Tutkielmani teoriaosuus koostuu kahdesta käsittelyluvusta. Luvussa kaksi tarkastelen hyvinvoinnin määritelmiä erilaisten näkemysten ja hyvinvointia koskevien teorioiden pohjalta sekä hyvinvoinnin osa-alueita. Tämän jälkeen keskityn erityisesti pikkulapsiperheiden hyvinvointiin liittyviin tekijöihin sekä kirjoitan tarkemmin lapsiperheiden hyvinvoinnista korona-aikana aiemmin tehtyjen tutkimusten pohjalta. Pandemia on tutkimusten mukaan (mm. Aalto-Setälä ym. 2021; Klemetti ym. 2021) ollut haastavaa aikaa monille lapsiperheille, vaikkakin se on vaikuttanut lapsiperheisiin hyvin eriarvoistavasti niin, että negatiivisia vaikutuksia on kertynyt niille, joilla oli haastavaa jo ennen pandemian alkua. Kolmannessa luvussa tarkastelen ensin sosiaalisen tuen määritelmiä. Sitten kirjoitan sosiaalisen tuen muodoista yhteiskunnan tarjoaman formaalin ja läheisten antaman informaalin tuen sekä vertaistuen käsitteiden kautta.

Neljännessä luvussa kirjoitan tutkielmani teon vaiheista ja tutkielmani toteuttamisesta. Tutkin vanhempien hyvinvoinnin kokemuksia, joten työni kiinnittyy kokemuksen tutkimisen kautta fenomenologishermeneuttiseen tietoperinteeseen. Luvussa avaan myös aineistoni keräämistä-pää sekä aineiston analyysia. Analysoin aineistoa teoriaohjaavalla sisällönanalyysilla. Keräsin tutkielmani aineiston haastattelemalla kevään 2022 aikana viittä koronapandemian aikana esi-koislapsensa saanutta, pääkaupunkiseudulla asuvaa äitiä.

Luvussa viisi esittelen tutkielmani tuloksia hyvinvoinnin ja sosiaalisen tuen näkökulmasta. Kuudennessa luvussa teen yhteenvetoa ja johtopäätöksiä tutkielmani keskeisimmistä tuloksista teorian pohjalta. Tarkastelen viimeisessä luvussa myös tutkielmani eettisiä kysymyksiä ja rajoitteita sekä tutkielmani perusteella nousseita jatkotutkimuksen aiheita.

2 Lapsiperheiden hyvinvointia tutkimassa

2.1 Hyvinvoinnin määritelmiä

Ymmärtääkseni hyvinvointia tarkastelen ensin, millä tavoin hyvinvointia on pyritty määrittelemään ja tutkimaan. Hyvinvointia pidetään laajana ja melko vaikeasti määriteltävissä sekä tutkittavissa olevana käsitteenä, joka voi pitää sisällään monenlaisia näkemyksiä. Hyvinvoinnista ei ole olemassa yhtä selkeää määritelmää tai mittaristoa, josta tutkijat olisivat yhtä mieltä, minkä takia hyvinvointitutkimus on moniulotteista ja monitieteistä. Hyvinvointia kuvaamaan löytyykin erilaisia määritelmiä, jotka korostavat erilaisia osa-alueita riippuen alasta ja tutkimuksen painopisteistä. Tutkimuksissa painottuvat erilaiset objektiiviset ja subjektiiviset mittarit, pahoinvointi tai sen poissaolo sekä elämänlaadun ja onnellisuuden tutkiminen. (Ks. Allardt 1976, 9; Saari 2011, 9; Törrönen 2012, 33; Minkkinen 2015, 14–15.)

Terveyden ja Hyvinvoinnin laitos THL (2016) määrittelee hyvinvoinnin osatekijöiden jaettavan kolmeen ulottuvuuteen: terveyteen, materiaaliseen hyvinvointiin sekä koettuun hyvinvointiin. Hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä ovat elinolot, työllisyys, toimeentulo, sosiaaliset suhteet, onnellisuus ja sosiaalinen pääoma. Suomen kielessä hyvinvointi voi käsitteenä viitata sekä yksilön että yhteisön hyvinvointiin. (THL 2016.) Minkkinen (2015, 15, 21) esittää, että WHO:n perustamisasiakirjassa käytetty terveyden määritelmä on niin laaja, että sen voidaan nähdä määrittelevän myös hyvinvoinnin. WHO (1946) määrittelee terveyden seuraavasti: ”*Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity*”, todeten terveyden olevan fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila, eikä pelkästään sairauden tai heikkouden poissaoloa (oma suomennos). Pulkkisen (2022, 17) näkemyksen mukaan hyvinvointitutkimuksen taustana voidaankin pitää tätä WHO:lle asetettua tehtävää edistää kaikkien yksilöiden fyysistä, henkistä ja sosiaalista hyvinvointia.

Pohjoisen hyvinvoinnin tutkija Erik Allardt (1976, 21) taas määrittelee hyvinvoinnin tilana, jossa on mahdollista saada tyydytetyksi keskeiset tarpeensa (ks. myös Uusitalo & Simpura 2020, 580). Saaren (2011) mukaan hyvinvointitutkimuksen peruskysymyksenä voidaan pitää

sitä, mitä ja mikä on hyvä elämä, ja onko olemassa yhtä hyvän elämän mitta. Hyvinvointitutkimuksessa tärkeää on hyvinvoinnin arvopohjaisuuden ymmärtäminen, hyvinvointivajeiden välttäminen, hyvinvoinnin suhteellisuus, hyvinvointierojen epäoikeudenmukaisuus ja hyvinvoinnin politisoiminen. (Saari 2011, 11–18.)

Hyvinvointitutkimus

Hyvinvointitutkimus on saanut kritiikkiä siitä, että hyvinvoinnin sijaan mitataan usein hyvinvoinnin kääntöpuolta; syrjäytymisen riskejä, huono-osaisuutta ja hyvinvoinnin vajeita (THL 2016). Simpura ja Uusitalo (2011, 114) toteavat pohjoismaisen hyvinvointitutkimuksen piirteinä olevankin enemmän huonoihin oloihin keskittymistä kuin hyvän elämän määrittelemistä, sillä on helpompaa muodostaa yhteinen näkemys huonoista oloista kuin hyvästä elämästä.

Minkkinen (2015, 18) tuo esiin, että sosiaalityössä työskennellään yleensä heikommassa asemassa ja marginaalissa olevien henkilöiden kanssa, jolloin negatiiviset vaikutukset hyvinvointiin ovat usein sekä käytännön työn että tutkimuksen keskiössä. Sosiaalityön ongelmakeskeisyyden voidaan katsoa sopivan paremmin pahoinvoinnin kuin hyvinvoinnin mittaamiseen. (Minkkinen 2015, 18.) Sosiaalityö on kuitenkin Talentian (2022) sosiaalialan ammattieettisten ohjeiden mukaan hyvinvointityötä, jonka tavoitteena on mukaan edistää sekä laaja-alaisesti osallisuutta ja hyvinvointia että yksilöiden mahdollisuuksia hyvään elämään. Hyvinvointitutkimuksen taustalla on käsitys siitä, että hyvinvointi kuuluu kaikille (Bardy 2009, 229) ja Niemelän (2010, 61) mukaan sosiaalityön yhtenä keskeisenä tavoitteena on väestön hyvinvoinnin määrän ja laadun edistäminen.

Hyvinvoinnin edistämisen velvoite on kirjattu lakiin sosiaalihuollon ammattihenkilöistä, jossa todetaan ammattihenkilön eettisenä velvollisuutena ja ammatillisen toiminnan päämääränä olevan ”*sosiaalisen toimintakyvyn, yhdenvertaisuuden ja osallisuuden edistäminen sekä syrjäytymisen ehkäiseminen ja hyvinvoinnin lisääminen*” (Laki sosiaalihuollon ammattihenkilöistä 817/2015, § 4). Myös sosiaalihuoltolaissa (1301/2014 § 15) todetaan sosiaalityön olevan muutoista tukevaa asiantuntijatyötä, jonka tavoitteena on lieventää muun muassa elämäntilanteen vaikeuksia sekä vahvistaa yksilöiden ja perheiden omia toimintaedellytyksiä. Sosiaalityössä ja

sosiaalityön tutkimuksessa on siis oleellista keskittyä paitsi pahoinvoinnin poistamiseen, myös hyvinvointiin ja sen edistämiseen sosiaalityön ollessa hyvinvointityötä.

Hyvinvoinnin tutkimisessa käytetään usein sekä objektiivisia, ulkoapäin määriteltyjä hyvinvoinnin tekijöitä ja mittareita, että subjektiivisia, yksilökeskeisen hyvinvoinnin kokemuksen mittareita. Saari (2011, 23) määrittelee objektiiviset mittarit ihmisen havainnoista riippumattomiksi, kun taas subjektiiviset mittarit kertovat koetusta hyvinvoinnista. Hirvilammin (2015, 27) mukaan objektiivisia arvioita tehdessä hyvinvointia arvioidaan ulkopuolelta määriteltyjen hyvinvoinnin tekijöiden kautta, kun taas subjektiivisissa arvioissa katsotaan hyvinvoinnin riippuvan henkilön kokemuksista ja mielen sisällöstä. Törrönen (2012, 33) toteaa objektiivisesti mitattavissa olevia elämän laatua kuvaavia tekijöitä olevan muun muassa asuminen, terveys, koulutus, tulot ja varallisuus, kun taas subjektiivisella kokemuksella ei ole selkeitä mittareita.

Törrösen (2012) mukaan koetun hyvinvoinnin tutkiminen perustuu haluun tietää yksilöihmisten hyvinvoinnin kokemuksista ja siitä, miten ihmiset todella voivat ja tuntevat, eivätkä mittarit taloudellisesta hyvinvoinnista silloin riitä. Tutkimuksessa tuodaan esiin moniulotteinen ja subjektiivinen hyvinvoinnin käsite, johon vaikuttavat sekä yleisemmät ilmiöt että yksilöön liittyvät asiat, kuten persoonallisuus. Törrönen korostaa hyvinvoinnin kokemuksen olevan vaihtelevaa liittyen elämäkokemuksiin ja elintason, joten kokemus hyvinvoinnista liittyy aina senhetkiseen elämäntilanteeseen. Kokemukseen liittyvät olennaisesti tunteet, jotka syntyvät nykyhetkessä ja ihmisen psyykkisessä toiminnassa auttaen yksilöä sopeutumaan eteen tuleviin asioihin. (Törrönen 2012, 11–12.) Niemelä (2010, 18) kirjoittaa Allardtin tuoneen hyvinvointikeskusteluun subjektiivisen hyvinvoinnin kokemuksia onnellisuuden ja tyytymättömyyden ilmaisujen avulla. Hän toteaa objektiivisen elintason ja subjektiivisen hyvinvoinnin hieman yllättävästi olevan hyvin erillään toisistaan. (Allardt 1976, 9–10.) Uusitalon ja Simpuran (2020, 579–580) mukaan Allardtin näkemys korostaa ihmisen omien arvioiden ja tuntemusten merkitystä.

Allardt (1976, 32–33) toi hyvinvointitutkimukseen käsitejärjestelmään erottelun hyvinvointi–onnellisuus sekä elintaso–elämänlaatu. Hän kirjoittaa hyvinvoinnin asteen määräytyvän tarpeentyydytyksen asteesta, kun taas onnellisuus on subjektiivisempi kokemus; onnellisuuden aste riippuu siitä, miten onnelliseksi ihmiset kokevat itsensä. Sosiaalisten ja itsensä toteuttamisen tarpeita taas määrittellään inhimillisten suhteiden laadun perusteella, mitä kutsutaan

elämänlaaduksi. Elämänlaatua on Allardtin mukaan usein käytetty subjektiivisen näkemyksen painottamisessa materiaalsen elintason vastakohtana. (Allardt 1976, 32–33.)

Allardt (1976, 32–33) muodosti hyvinvoinnin erilaisten ulottuvuuksien mittaamiseksi termit *having*, *loving* ja *being* kuvaamaan erilaisia hyvinvoinnin osa-alueita. *Having* kuvaa elintaso ja materiaalista hyvinvointia, osoittimina ovat muun muassa tulot, työssäolo ja koulutus (emt. 1976, 39–42). *Loving*-ulottuvuudella viitataan yhteisyys-suhteisiin ja tarpeella olla merkityksellisessä suhteessa toisiin, kuten läheisiin ja sukulaisiin sekä paikallisyhteisöön (Allardt 1976, 42–46). Kolmas ulottuvuus on *being*, joka kuvaa tarvetta kiinnittyä yhteiskuntaan sekä kokea henkilökohtaista kasvua. Osoittimena on muun muassa osallistuminen päätöksentekoon. (emt. 1976, 46–50.) Myöhemmin teoriaan on lisätty myös ulottuvuus *doing* kuvaamaan mahdollisuutta mielekkääseen vapaa-aikaan ja työhön (Uusitalo & Simpura 2020; Hirvilammi 2015; Hiilamo 2021).

Miten hyvinvointi ja hyvinvoinnin vajeet sitten tulevat esiin koronapandemian kaltaisessa poikkeustilanteessa, ja miten näihin vajeisiin vastataan? Hiilamon (2021, 6–8) mukaan hyvinvointivelan määrittelyssä tulee ottaa huomioon se, millaisena ajatellaan valtion vastuu kansalaisistaan, sekä millaisena valtion ja yksilön vastuu nähdään pandemian kaltaisissa olosuhteissa. Pohjoismaisessa hyvinvointiyhteiskunnassa katsotaan valtiolla olevan suuri vastuu yksilöiden hyvinvoinnista. Sosiaalinen velka liittyykin koko yhteiskuntaan ja sen toimintaan niin, että yhteiskunta on ikään kuin ottanut velkaa kansalaisiltaan, ja joka sen tulee maksaa takaisin. Sosiaalinen velka voidaan nähdä työkaluna, jolla voidaan arvioida koronakriisin aiheuttamia hyvinvointivajeita. Useat hyvinvointiin vahingollisesti vaikuttavat haasteet tulevat esiin kuitenkin vasta ajan kuluessa, mikä vaikeuttaa sosiaalisen velan määrän arviointia. (Hiilamo 2021, 6–7.) Yhteiskunnan yhtenä tavoitteena voidaan Allardtin mukaan pitää hyvinvoinnin tuottamista kansalaisilleen (1976, 68–69), missä pandemian aikana on ollut vajuusta yhteiskunnan vähennettyä tukitoimia ja suljettua palveluita, vaikka hyvinvoinnin kokemuksiin vaikuttavat myös yksilölliset seikat (ks. Törrönen 2012).

Hyvinvointia voidaan siis ymmärtää ja tutkia eri tavoin, kuten olen edellä kuvannut. Tässä tutkielmassani keskityn ensikertalaisten vanhempien kokemuksiin subjektiivisesta hyvinvoinnistaan. Tähän liittyvät myös konkreettiset tekijät, joihin koronapandemia on saattanut vaikuttaa,

kuten työ ja sitä kautta taloudellisen toimeentulon vaikutukset koettuun hyvinvointiin. Edellä esittelemieni näkemysten valossa ymmärrän tässä tutkielmassani hyvinvoinnin muodostuvan monista osa-alueista, joihin sisältyvät fyysisten tarpeiden täyttyminen ja materiaallinen hyvinvointi, sosiaalinen ulottuvuus ja suhteet muihin, sekä tyytyväisyyden ja onnellisuuden kokemukset.

Tutkielmaani liittyy olennaisesti ensikertalaisten vanhempien sosiaalisten suhteiden toteutuminen ja kokemukset sosiaalisiin suhteisiin liittyvän sosiaalisen tuen muodoista. Sosiaaliset suhteet kiinnittyvät vahvasti hyvinvoinnin määritelmiin esimerkiksi Allardtin yhteisyysulottuvuudessa (*loving*) sekä THL:n määrittelemissä hyvinvointiin vaikuttavissa tekijöissä. (Allardt 1976; THL 2016). Leino toteaaakin, että sosiaalinen tuki on erityisesti läheisten ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa syntyvä prosessi, joka sisältää hyväksyntää ja yhteenkuuluvuuden tunnetta, mikä välittää tukea ja edistää psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista hyvinvointia (Leino 2011, 42; Viljamaa 2003, 24–25). Sosiaalisesta tuesta kirjoitan lisää kolmannessa luvussa.

2.2 Hyvinvointi lapsiperheissä

Hyvinvointitutkimus keskittyi pitkään aikuisiin ja tiettyihin marginaalisiin ryhmiin lapsuuden jäädessä tutkimusalueena taustalle (Forssén ym. 2002, 81), mutta 2000-luvulta alkaen lapsiperheiden asiat ja hyvinvointi nousivat yhteiskunnalliseen keskusteluun. Tämä näkyi kiinnostuksena sekä lasten että nuorten ja heidän perheidensä asioita sekä lapsiperheiden subjektiivista hyvinvoinnin kokemusta kohtaan. Muun muassa lapsiasiainvaltuutetun virka perustettiin vuonna 2005. (Bardy 2009, 227; Sosiaali- ja terveysministeriön tiedote 2004; Toikka & Haanpää 2020, 120). Yksi lasten ja lapsiperheiden hyvinvoinnin kannalta tärkeä kehys on ollut myös YK:n Lapsen oikeuksien sopimus, jonka Suomi on ratifioinut vuonna 1991. Lapsiperheiden arjen ja hyvinvoinnin parissa työskentely ovat sosiaalityön keskeinen osa-alue ja tutkimusaihe.

Lapsiperheiden hyvinvoinnin tutkimuksessa lähtökohtana Pughin (2010) mukaan on kaikkien lasten aseman parantaminen. Tällä näkökulmalla on perinteet ekologisessa lähestymistavassa, jossa nähdään lasten elämä kokonaisuudessaan perheiden ja yhteisöjen kontekstissa, jossa

lapset arkielämäänsä elävät (emt. 2010, 11). Lasten hyvinvointi ei ole irrallaan aikuisten hyvinvoinnista, vaan moni asia vaikuttaa siihen, että hyvinvointi olisi mahdollinen sekä aikuisille että lapsille. Vornanen (2001, 23) tuo esiin, että perheiden hyvinvointiin vaikuttavat suuresti vanhempien oma hyvinvointi sekä perheen arkiympäristö. Vanhempien hyvinvointi, työelämään liittyvät asiat ja yhteiskuntapolitiikka muodostavat hyvää ja turvallista arkea sekä hyvinvointia aikuisille ja lapsille (emt. 2001, 23).

Tutkimusten perusteella lapsiperheiden hyvinvointi on kuitenkin nykypäivänä polarisoitunutta, sillä suurin osa lapsiperheistä voi hyvin, mutta osa perheistä voi aiempaa huonommin. Hyvinvointierot lapsiperheissä ovat kasvaneet viime vuosikymmenten ajan ja lasten osuus sekä köyhissä että hyvätuloisissa perheissä on kasvanut. (Eskola 2014, 3; Halme & Perälä 2014, 216; Helminen 2006, 28.)

Pikkulapsiperheen arkea tutkittaessa huomio kiinnittyy paljolti arkielämään ja kotiin, jossa arkea vietetään. Törrönen (2012) kirjoittaa kodin sitovan yhteen perheen arkea ja hyvinvointia samalla konkretisoiden ihmisen ja yhteiskunnan vuorovaikutusta ja hyvinvoinnin osa-alueita. Hän käyttää nimitystä ”*arkinen hyvinvointi*”, joka ilmentää perheen hyvinvoinnin kokonaisuutta, perheen taloutta, sosiaalisia suhteita ja mahdollisuuksia toteuttaa itseään. Pikkulapsiperheen elämänvaiheelle tunnuksenomaista on, että lapset vaativat paljon huolehtimista, hoivaa ja läsnäoloa. (Törrönen 2012, 9–10, 16.) Vauvat ja pienet lapset vaativat vanhemmilta paljon aikaa ja voimavaroja perushoidon ja hoivan antamisen ollessa vanhemmuudessa suuressa roolissa, sillä mitä pienemmästä lapsesta on kyse, sitä riippuvaisempi hän on vanhempiensa hoidosta ja huolenpidosta (MLL 2018; Sorkkila & Aunola 2021). Pienistä lapsista huolen pitäminen siis vaikuttaa myös vanhempien muihin elämän osa-alueisiin, kun arkea järjestellään uudeksi lapsen hoitamisen johdosta.

Lapsiperheiden hyvinvointitutkimuksen tärkeä piirre on, että vanhempien kokemus hyvinvoinnista heijastuu myös lasten hyvinvointiin. Forssénin ym. (2002) mukaan vanhempien ja perheen voimavarat ja resurssit voivat toimia joko lapsen hyvinvoinnin suhteen suojaavina tekijöinä tai riskitekijöinä. Ulkoisilla resursseilla viitataan taloudelliseen asemaan, asumistasoon, vanhempien koulutukseen sekä ammattiin, kun taas perheen sisäiset resurssit viittaavat perheen historiaan, sosiaaliseen verkostoon, yksilöiden persoonallisuuteen, sekä perheenjäsenten keskeisiin

suhteisiin. Näillä resursseilla on suora yhteys vanhempien ja lasten hyvinvointiin sekä lasten kehitykseen. Hyvinvointi muodostuu muun muassa sen kautta, millaiseksi vanhemmat hyvinvointinsa kokevat, ja millaiset lähtökohdat vanhemmat pystyvät resurssien puolesta lapsilleen tarjoamaan. Suojaavat ja riskitekijät voivat kasautua yksilön elämänkulun aikana aiheuttaen syrjäytymisen uhkaa. Toisaalta uhkatekijät voivat myös muuttua myönteiseksi voimavaraksi yksilön elämässä, ja myönteiset tekijät negatiivisella tavalla vaikuttaviksi. (Forssén ym. 2002, 87–88; Helminen 2006, 28.)

Lammi-Taskulan ja Salmen (2014) sekä Törrösen (2012) mukaan kahden vanhemman perheissä vanhempien parisuhde nousee keskeiseksi perheenjäsenten hyvinvoinnin kannalta. Työnjako pikkulasten vanhempien välillä voi olla epätasainen äitien tehdessä suurimman osan palkattomasta hoiva- ja kotityöstä isien ollessa ansiotyössä. Pienten lasten äidit käyttävät jopa tunteja enemmän aikaa kotitöiden tekemiseen viikossa kuin miehet, kun taas isien käyttämä aika palkkatyön tekemiseen kasvaa lapsen syntyessä. (Lammi-Taskula & Salmi 2014, 72–73; Törrönen 2012, 52–61.)

Työnjakoa pienten lasten vanhempien keskuudessa voidaan kuvailla osin perinteiseksi (Lammi-Taskula & Salmi 2014). Naiset käyttävät edelleen suurimman osan vanhempainvapaista hoitaen pieniä lapsia kotona. Työnjaolla on suuri merkitys uudessa elämäntilanteessa, jossa kotitöiden määrä kasvaa merkittävästi lapsen syntymän myötä. Törrösen (2012, 69) mukaan tärkeää on, että vanhemmat pystyvät pikkulapsiperheissä keskustelemaan ja neuvottelemaan arjen asioista, kuten kotitöiden oikeudenmukaisesta jakamisesta, mikä taas johtaa suurempaan tyytyväisyyteen ja hyvinvointiin parisuhteessa. Hyvinvoinnin kannalta oleellisia asioita pikkulapsiperheissä ovat myös yhteinen aika ja tekeminen sekä puolisolta saatu emotionaalinen tuki. (Lammi-Taskula & Salmi 2014, 72–73, 75, 79; Törrönen 2012, 69.)

Lapsen syntymä vaikuttaa oleellisesti perheen taloudelliseen tilanteeseen vanhempainvapaiden, työstä poissaolon ja lasta varten mahdollisesti tehtävien hankintojen myötä. Suomessa lapsiperheen saavat tulonsiirtoja muun muassa lapsilisien ja muiden lapsiperheille tarkoitettujen tukien kautta. Salmi (2020, 64) kirjoittaa poliittisten päätösten vaikuttavan oleellisesti lapsiperheiden tulotasoon, sillä lapsiperheiden tulonsiirtojen reaaliarvo on vähentynyt 1990-luvun lama-ajasta lähtien, kun samalla lapsiperheiden etuudet ovat heikentyneet. Laman aikana lapsiperheiden

etuuksia, lapsilisää, vanhempainpäivärahoja ja kotihoidontukea leikattiin, eivätkä ne ole nousseet korotustenkaan jälkeen samalle tasolle reaaliarvoltaan kuin ennen lamaa. Muun muassa lapsilisistä on leikattu tämän jälkeenkin, ja lapsiperheisiin ovat kohdistuneet monet muutkin valtion säästötoimet. (Salmi 2020, 64.) Suhteessa pienentyneet lapsiperheiden tuet vaikuttavat useisiin lapsiperheisiin heikentäen toimeentuloa ja lapsiperheiden elintaso.

Esimerkiksi Helsinki poisti kesäkuun 2021 alusta alkaen aiemmin maksamansa kotihoidontuen Helsinki-lisän yli 1-vuotiailta lapsilta (Helsingin kaupunki 2022b). Päätös vaikeuttaa entisestään pikkulapsiperheiden tilannetta pääkaupungissa, jossa asuminen ja eläminen ovat monia muita Suomen kaupunkeja kalliimpaa muun muassa korkeiden asumiskustannusten vuoksi. Lisäksi odotettavissa on, että etujen pienentyessä vanhemmat joutuvat palaamaan työelämään aikaisemmin ja laittamaan lapsensa yhä nuorempina varhaiskasvatukseen. Salmi (2020, 65–66) tuo esiin, etteivät poliittiset päättäjät ole lapsiperheiltä leikatessaan välttämättä ymmärtäneet toimeentuloon ja hyvinvointiin vaikuttavien leikkauksien seurauksia muun muassa palvelujen tarpeen lisääntymisenä.

Bardy (2009) tuo kuitenkin esiin, ettei taloudellinen hyvinvointi enää paranna hyvinvointia sen jälkeen, kun elintaso tyydyttää perustarpeet. Bardy hahmottaa hyvinvointia Allardtin kolmen hyvinvoinnin ulottuvuuden mukaisesti ja toteaa, että kokemus hyvinvoinnista syntyy, kun kaikki kolme ulottuvuutta ovat kunnossa; elinolot ovat riittävät, yhteisyssuhteet ovat toimivia ja osallisuus maailmaan orientoitumisessa on kunnossa (emt. 2009, 235).

Lapsiperheiden hyvinvointia tutkiessa tulisi Salmin ja Lammi-Taskulan (2014) mukaan tehdä Allardtin (1976) hyvinvoinnin teemojen uudelleensijoittelua. Esimerkiksi perhe hyvinvointien ulottuvuuksissa sijoitettu kuuluvaksi loving-ulottuvuuden piiriin, vaikka perheeseen liittyy paljon myös suurimmaksi osaksi usein naisten tekemää, palkatonta työtä lastenhoidon ja kotitöiden muodossa. Tällöin perhe kuuluisi myös doing-ulottuvuuteen, johon Allardt näki kuuluvan vapaa-ajan toiminnan. (Salmi & Lammi-Taskula 2014, 39–40.) Bardyn (2009, 230) mukaan nämä hyvinvoinnin ulottuvuudet ovatkin päällekkäisiä ja kietoutuvat toisiinsa, vaikka mikään ulottuvuus ei korvaa toista.

Lapsuuden olosuhteilla on merkitystä yksilölle sekä nykyhetkessä että tulevaisuudessa lasten kasvaessa aikuisiksi, mutta niillä on myös kauaskantoisia yhteiskunnallisia vaikutuksia. Margolis ja Myrskylä (2015) ovat tutkineet vanhempien subjektiivisen hyvinvoinnin kokemusten laskun yhteyttä siihen, saavatko vanhemmat tulevaisuudessa lisää lapsia. Tutkijat huomasivat yhteyden erityisesti korkeasti koulutettujen ja vanhemmalla iällä ensimmäisen lapsensa saaneiden vanhempien kohdalla. Vanhempien hyvinvointi siis vaikuttaa paitsi lapsen hyvinvointiin nyt ja myöhemmässä elämässä, sillä voi olla yhteiskunnallisia vaikutuksia kokonaissyntyvyyteen. (Margolis & Myrskylä 2015.)

Vanhemmaksi ensimmäistä kertaa

Ensimmäistä kertaa vanhemmaksi tuleminen on kokemus, joka usein muuttaa ihmisen identiteettiä ja koko elämää aikataulujen ja prioriteettien muuttuessa. Tämän muutoksen suuruutta voi Törrösen (2015, 20) sanoin kuvata mielen, ruumiin ja sosiaalisten suhteiden maanjäristykseksi. Punamäki (2011, 95) taas toteaa vanhemmaksi tulon olevan psyykkisen, mielensisäisen maailman sekä sosiaalisen, näkyvän todellisuuden kohtauspaikka, ja lapsen syntymisen merkitsevän paitsi synnyttävälle vanhemmalle suuria biologisia muutoksia, myös uusia kehityshaasteita molemmille vanhemmille. Myös Viljamaa (2003) kirjoittaa vanhemmuuden kehitystehtävistä. Hänen mukaansa vanhemmaksi tullessa ja lasta hoidettaessa vanhemman tulee työstää muuttuvaa suhdetta itseen ja puolisoon, suhdetta lapseen, muuttuvaa suhdetta omiin vanhempiin sekä muuttuneita elämänolosuhteita. (Viljamaa 2003, 14.)

Vanhemmuuden alun ja pikkulapsivaiheen voidaan katsoa olevan vanhemmille paitsi mahdollisesti odotettu ja iloa tuova vaihe, myös rankka elämäntilanne, jossa vanhemmille tulee paljon uutta opeteltavaa uusien roolien ja lapsen hoidon intensiivisyyden myötä. Pulkkinen (2022, 148) kuvaa vanhemmuuden aloittavan ajan jakamisen uudelleen, sillä vanhemmat ovat sen edessä, miten aika riittäisi kaikkeen vauvan sitouttaessa vanhemmat hoivaamaan itseään ympäri vuorokauden.

Lapsen syntymä muuttaa vanhempien elämää perustavanlaatuisesti ja voi Mieli ry:n (2021a) mukaan aiheuttaa vanhemmille kehityskriisin elämänvaiheesta toiseen siirtyessä. Näin voi

käydä myös silloin, kun lapsen saaminen on ollut pitkään toivottu asia. (Mieli ry 2021a.) Malinen ja Sevon (2009, 153–154) toteavatkin ensimmäisen lapsen syntymän olevan parisuhteen muutosvaihe, jossa arjen velvollisuudet astuvat keskiöön aikaisemman romanttisen rakkauden sijasta. Parisuhteelle tämä voi olla haastavaa aikaa lapsen tarpeiden mennessä etusijalle puolisoitten tarpeiden sijaan (emt. 2009, 153–154). Ruoppila (2014, 110) nostaa esiin, että elämäntapateorian mukaisesti perheen ja pariskunnan elämässä tapahtuu olennainen siirtymä esikoislapsen raskausaikana ja vauvan synnyttyä perheen rakenteen muuttuessa, ja tässä siirtymässä vanhemmat tarvitsevat usein apua ja tukea verkostoilta ja yhteisöltään.

Ensimmäisen lapsen saanut vanhempi käy siis läpi merkittäviä ja laaja-alaisia muutoksia omak-suessaan uutta rooliaan vanhempana. Elämässä avautuu vanhemmuuden myötä uusi tehtävä, jossa tarvitaan läheisten ja yhteisön tukea. Lapsen odotusaika kasvattaa naista ja miestä vanhemmuuteen eri tahdissa johtuen äidin biologisesti suuresta roolista raskauden ja synnytyksen takia. (Punamäki 2011, 96.) Korja (2017) kirjoittaa blogissaan vanhemmaksi tulosta ja siitä, miten monenlaisilla tunteilla on paikkansa ja tehtävänsä vanhemmuuden alussa, vaikka tunteiden kirjo saattaa yllättää tuoreet vanhemmat voimakkuudellaan. Vanhemmuuden alussa positiivisten tunteiden, rakkauden, kiintymyksen ja ilon rinnalla kulkee usein huolia, pelkoa ja ahdistusta sekä syyllisyyden tunteita. Pikkulapsiajan vaatavuus ja oman vapaa-ajan menettäminen voivat nostaa esiin myös pettymyksen tunteita. (Korja 2017.)

2.3 Pikkulapsiperheiden hyvinvointi koronapandemian aikana

Koronapandemian vaikutuksista lapsiperheisiin on jo tehty sekä suomalaista että kansainvälistä tutkimusta. Useassa tutkimuksessa todetaan koronapandemiolla olleen negatiivisia vaikutuksia lapsiin ja lapsiperheiden tilanteeseen ympäri maailman, mutta pitkäaikaiset vaikutukset eivät ole vielä näkyvillä. Muun muassa Aalto-Setälän ja kumppanien (2021) sekä Pajun (2020 & 2021) mukaan vanhemmat ovat tuoneet esiin muun muassa uupumusta ja väsymystä, yksinäisyyttä, taloudellisia haasteita, sekä haasteita lastenhoidon ja töiden yhteensovittamisessa. Toisaalta lapsiperheiden kertomat tuen tarpeet ovat pitkälti samoja, joita perheillä on tutkittu olleen jo ennen korona-aikaa (mm. Heino & Kara 2020). Nolvin ja kumppanien (2021, 6) mukaan

pandemia ja siihen liittyvät rajoitustoimet aiheuttavat psyykkistä kuormitusta, joka voi olla vaingollista etenkin monien pienten lasten vanhemmille.

Jopa kolmannes lapsiperheistä on arvioinut taloudellisen tilanteensa huonontuneen pandemian aikana (Aalto-Setälä ym. 2021, 123). Myös osa vuoden 2020 vauvaperheiden FinLapset -kyselyyn vastanneista vanhemmista kertoi kohdanneensa taloudellisia haasteita (Klemetti ym. 2021, 3). Yhdysvaltalaistutkimuksen (Karpman ym. 2020) mukaan osa lapsiperheistä on koronapandemian takia kohdannut mittaviakin taloudellisia haasteita. Puutteita on ollut jopa perustarpeista työn menettämisen tai työtuntien vähenemisen takia. Tämä on johtanut tarpeellisten hankintojen, kuten asumiskustannusten, lääkkeiden ja jopa ruuan hankinnan vaikeuksiin. (Karpman ym. 2020, 1–2.) Suomessa koronapandemiarajoitusten taloudelliset vaikutukset ovat osuneet erityisesti ravintola-, matkailu- ja kulttuurialan töissä työskenteleviin, ja muihin ammattikuntiin, joiden työntekoa pandemian johdosta asetetut rajoitukset ovat hankaloittaneet tai estäneet.

Pandemia on tuonut lapsiperheiden tuen tarpeisiin erityispiirteitä ja korostanut näitä haasteita. Joissain tutkimuksissa onkin tullut esiin koronapandemian hyvät puolet muun muassa lisääntyneen perheen yhteisen ajan muodossa. Tämänhetkisen tutkitun tiedon mukaan koronapandemia on vaikuttanut lapsiperheisiin eriarvoistavalla tavalla; pandemian negatiiviset vaikutukset kasaantuvat niille perheille, joilla on ollut haastava elämäntilanne, kuten huono työllisyystilanne tai erityistarpeisia lapsia, jo ennen pandemian alkua. Haasteita on ollut useissa perheissä, ja rajoitukset ovat lisänneet koettua yksinäisyyttä ja näin tuoneet haasteita lapsiperheiden vanhemmille. Pikkulapsiperheissä koronapandemia on heikentänyt monien vanhempien jaksamista muun muassa masennusoireilun ja yksinäisyyden lisääntymisenä, mutta vanhemmat ovat silti monelta osin tyytyväisiä perhe-elämään ja arkeen. (Aalto-Setälä ym. 2021; Heino & Kara 2020; Klemetti ym. 2021; Nolvi ym. 2021; Salin ym. 2020; Sorkkila & Aunola 2021).

Vanhempien jaksaminen ja resilienssin merkitys

Koronapandemian, kuten muidenkin haastavien tilanteiden kohtaamisessa tärkeään merkitykseen nousee yksilön resilienssi. Suomen mielenterveys ry:n (Mieli ry) sivuilla määritellään

resilienssin olevan psyykkistä selviytymiskykyä, joustavuutta eri elämäntilanteissa, sitkeyttä ja tulevaisuudenuskoa (Mieli ry 2021 a & b). Resilienssi viittaa myös kykyyn palautua stressistä ja selviytyä vaikeista tilanteista elämän varrella (Sorkkila & Aunola 2021).

Mieli ry:n (2021 a & b) mukaan resilienssin kannalta on tärkeää nähdä omia vaikutusmahdollisuuksiaan haastavissa tilanteissa. Tämä kyky selviytyä ja sopeutua rakentuu kasvuympäristössä ja muokkautuu myös myöhemmin elämässä. Resilienssiä voi myös kehittää elämän varrella, ja se vaikuttaa merkittävästi mielenterveyteen ja koettuun terveyteen, ja se vahvistuu ja rakentuukin samoista suoja- ja riskitekijöistä kuin mielenterveys. Suojaavia tekijöitä ovat muun muassa sosiaalinen tuki ja ystävät, kyky ylläpitää tyydyttäviä ihmissuhteita, hyväksytyksi tulemisen tunne, kuulluksi tuleminen ja vaikuttamismahdollisuudet, työ, sekä turvallinen elinympäristö. Riskitekijöinä mainitaan esimerkiksi uupumus, yksinäisyyden kokemus ja kuormittavat ihmissuhteet. (Mieli ry 2021 a & b.)

Sorkkilan ja Aunolan (2021) tutkimuksessa nostetaan esiin vanhempien persoonallisuuspiirteet resilienssiä vahvistavina tai uupumusta edistävinä tekijöinä koronapandemian aikana. Heidän mukaansa tärkeää stressaavassa tilanteessa on vaatimusten ja resurssien tasapaino, joka estää uupumista. Pandemian ja siitä seuranneiden rajoitustoimenpiteiden seurauksena vanhempia kohtaavat vaatimukset ovat kasvaneet, ja resurssit taas vähentyneet, kun sukulaisia ja läheisiä ei ole voinut tavata, harrastukset ovat olleet tauolla ja vanhempia on saattanut kohdata työttömyys yritysten alasajon takia. Vanhempien loppuun palamista voi yhtenä tekijänä estää resilienssi. Vanhempien persoonallisuuspiirteillä on myös suuri merkitys uupumukselle erityisesti, jos vanhemmalla on perfektionismin piirteitä, tai hän kokee, että muut ihmiset ympäristössä asettavat hänelle korkeita vaatimuksia. Lasten nuori ikä sekä isommille kaupungeille tyypilliset ahtaat asuinolot olivat myös mahdollisia vanhempien uupumuksen selittäviä tekijöitä. Mitä pienemmistä lapsista oli kyse, sen enemmän ja intensiivisempää huolehtimista ja huolenpitoa he tarvitsevat, mikä vaikuttaa myös vanhempien kuormitukseen. (Sorkkila & Aunola 2021.)

Tutkimusten mukaan koronapandemia sekä siihen liittyvät rajoitustoimet ovat vaikuttaneet heikentävästi kansalaisten mielialaan. Väestön mielialaan rajoitukset ovat vaikuttaneet muun

muassa psyykkisen kuormittuneisuuden ja stressin kokemisen muodossa, erityisesti pandemian pitkittyessä psyykkisen kuormittuneisuuden on havaittu lisääntyneen 18–50-vuotiailla (Suvisaari ym. 2021, 22). Tähän työikäisten ikäryhmään kuuluu myös suuri osa ensimmäisen lapsensa saaneista vanhemmista. Suomessa ensisynnyttäjien keski-ikä vuonna 2020 oli 29,7 vuotta ja miesten ikä ensimmäisen lapsen syntyessä keskimäärin 31,6 vuotta (Tilastokeskus 2021 b; 2021 c).

Raskaus ja vauva-aika voivat itsessään altistaa vanhempia mielenterveyden häiriöille, kuten masennukselle tai ahdistukselle. Syntymän jälkeinen emotionaalinen herkistyminen auttaa osaltaan vanhempia ymmärtämään pienen vauvan tarpeita ja tunteita, mikä taas on lapsen ja vanhemman vuorovaikutussuhteen syntymiselle elintärkeää. (Korja 2017.) Jopa 80 prosenttia vastasyntyneistä äideistä kokee mielialan voimakkaitakin muutoksia, jotka voivat johtua hormonasapainon muutoksista, väsymyksestä ja jännityksen purkautumisesta. Tätä muutaman viikon kestävää alavireisyyttä ja mielialojen vaihtelua kutsutaan baby bluesiksi, ja sen tarkoituksena ohjata äitiä sopeutumaan uuteen elämäntilanteeseen. Oireiden jatkuessa pidempään voi olla kyse synnytyksen jälkeisestä masennuksesta, johon sairastuu 10–20 prosenttia synnyttäneistä äideistä. Synnytyksen jälkeistä masennusta voi kuitenkin esiintyä myös isillä. (Äimä ry; Hertzberg 2022; Korja 2017.)

Nolvin ja kumppanien (2021) mukaan erityisesti pikkulapsen vanhemmuus on ollut yksi osatekijä lisääntyneen psyykkisen oireilun taustalla pandemian aikana. Tämän johtuu mahdollisesti siitä, että pienten lasten vanhemmat joutuvat tasapainoilemaan työelämän ja lastenhoidon kanssa, eikä lastenhoitoapua ole saatavilla koronarajoitusten takia yhtä paljon kuin ennen. Vanhempien psyykkisen kuormituksen tutkiminen on merkittävää, sillä vanhempien kokema kuormitus voi vaikuttaa lasten hyvinvointiin pitkäaikaisesti vaikuttamalla muun muassa vanhemmuuden laatuun ja kaltoinkohtelun riskiin. (Nolvi ym. 2021, 1–2.)

Lapsiperheet ovat pandemian aikana joutuneet venymään monella tapaa ja löytämään erilaisia tapoja selviytyä ja huolehtia jaksamisestaan mahdollisesti sekä läheisten että yhteiskunnan antaman sosiaalisen tuen vähennyttyä. Salin ja kumppanit (2020) tutkivat suomalaisten lapsiperheiden selviytymisstrategioita koronapandemian aiheuttaman poikkeustilan aikana keväällä

2020. Heidän aineistostaan nousee esiin yhtenä strategiana myös henkilökohtainen asenne tilanteeseen, jonka nähtiin olevan jotain, mihin yksilönä ei voi vaikuttaa. Strategiassa poikkeusaika otettiin vastaan väliaikaisena vaiheena, jonka jälkeen koittaa paluu normaaliin. (Salin ym. 2020.) Myös Fegert ym. (2020, 8) tuovat esiin sosiaalisen eristäytymisen, perheisiin kohdistuneen lisääntyneen paineen ja tukipalveluihin pääsemisen vähenemisen olevan huolenaiheita sekä lasten että aikuisten mielenterveydelle.

Vanhempien kokema yksinäisyys

Eri elämäntilanteissa olevien yksinäisyyden kokemukset nousevat pandemia-ajan tutkimuksissa esiin. Saari (2016, 10) määrittelee yksinäisyyden olevan ”*sosiaalisten suhteiden vajavaisuutta kuvaava tila*”. Yksinäisyys kytkeytyy olennaisesti siihen, kuinka paljon ja kuinka merkityksellisiä ihmissuhteita henkilöllä on suhteessa niiden toivottuun määrään ja laatuun. Yksinäisyyden kokemus vaikuttaa siis vahvasti hyvinvointiin.

Vanhemmaksi tulo voi itsessään altistaa yksinäisyyden kokemuksille. Tiilikaisen (2016, 141) mukaan varsinkin naisille lapsen syntymä ja vanhemmaksi tulo voi olla tilanne, jossa koetaan yksinäisyyttä tai merkityksellisten ystävyyssuhteiden puutetta. Naiset käyttävät edelleen huomattavasti useammin hoitovapaita kuin miehet, esimerkiksi vuonna 2021 kaikista maksetuista vanhempainrahapäivistä korvattiin isille vain kolme prosenttia (Kela 2021). Lasta hoitavat äidit voivat kokea kotona lapsen kanssa olemisen yksinäiseksi tai jopa kahlitsevaksi. Entiset ystävät saattavat olla erilaisessa elämäntilanteessa, eikä ole vielä välttämättä löytynyt uusia, samassa tilanteessa olevia ystäviä, joiden kanssa omia tunteitaan voisi jakaa. (Tiilikainen 2016, 141.)

Erityisen haastavaa uusien ystävyyssuhteiden luominen on voinut olla juuri koronapandemian aikana, jolloin sosiaalisia suhteita on jouduttu rajoittamaan. Yhä suurempi osa tuoreista vanhemmista on saattanut kokea yksinäisyyttä, kun pandemian myötä tulleet rajoitukset ovat vähentäneet entisestään sosiaalisia suhteita sekä verkostojen mahdollisuutta olla mukana perheiden arjessa. Tämä näkyy muun muassa vuoden 2020 FinLapset-kyselytutkimuksessa, jonka

tuloksista käy ilmi vanhempien olevan tyytyväisiä elämäänsä ja vanhemmuuteensa, mutta jakamisen haasteina mainittiin yksinäisyyden kokemukset ja uupuminen. (Klemetti, ym. 2021, 1.)

Sosiaaliset verkostot ja vuorovaikutuksen muodot kannattelevat ihmisiä heidän siirtyessään elämänvaiheesta toiseen, kuten siirtymisessä lapsen syntymän kautta itsenäisten aikuisten elämästä perhe-elämään (Saari 2016, 9–10; Ruoppila 2014, 110). Yksinäisyyden kokemisen kannalta merkittäviä ovat juuri elämänkulun nivelkohdat, jolloin arkielämä ja sosiaaliset suhteet muuttuvat, ja joissa vertaistuellalla on suuri merkitys yksinäisyyden vähentämiseen (Tiilikainen 2016, 148). Ensimmäisen lapsen syntymä ja vanhemmaksi tulo onkin merkittävä nivelkohta elämänkulussa ja alku uudelle elämänvaiheelle.

Aalto-Setälän ym. (2021) sekä Klemetin ym. (2021) mukaan koronapandemiaan ja koronarajoituksiin on suhtauduttu lapsiperheissä vakavasti. Pandemian johdosta pikkulapsiperheet ovat viettäneet enemmän aikaa perheen kesken, kun yhteydenpito isovanhempiin ja ystäviin on rajoitusten myötä vähentynyt. Rajoitukset ovat kuitenkin lisänneet merkittävästi yksinäisyyden tunnetta synnyttäneillä vanhemmilla, ja tuen tarve oman mielenterveyden johdosta on lisääntynyt. Lapsiperheiden tuen tarpeet ovat kasvaneet perheiden elintapojen heikkenemisen sekä stressin, yksinäisyyden, terveysongelmien sekä vanhemmuuden ja parisuhteiden ongelmien lisääntyä. (Aalto-Setälä ym. 2021, 124–125; Klemetti ym. 2021.) Kuitenkin tutkimusten mukaan pandemia-aikana neuvolan tuki vanhemmille on vähentynyt, vaikka samalla masennusoireilu lisääntyi odottavilla äideillä (Valtioneuvosto 2021, 94). Myös Heinon ja Karan (2020, 252–254) mukaan sosiaalinen tuki on vahvasti yhteydessä hyvinvointiin ja varsinkin emotionaalisen tuen puute voi ennustaa huonompaa mielenterveyttä.

Lastensuojelun Keskusliiton selvityksessä (Paju 2020, 4) todettiin, että korona-aika koettiin raskaana ja vaikeana, mutta siihen myös sopeuduttiin nopeasti. Pandemia on siis voinut vaikuttaa positiivisillakin tavoilla pikkulapsiperheiden elämään. Toisaalta Fegert ja kumppanit (2020) kirjoittavat tutkimuksessaan pandemian kuormituksesta lapsiperheissä ja sen negatiivisista vaikutuksista mielenterveyteen. Heidän mukaansa koronakriisi on vaikuttanut globaalisti maiden psykososiaaliseen ympäristöön, ja sosiaaliset rajoitukset sekä taloudelliset haasteet saattavat

vaarantaa sekä aikuisten että lasten mielenterveyttä. Tutkijat näkevät myös, että vaikka kriisi on tuottanut paljon hyvää, kuten perheiden yhteistä aikaa, kriisin haittavaikutukset saattavat kumota hyvien puolten vaikutusta. (Fegert ym. 2020, 1.) Tutkimuksissa todettiin vanhempien koulutuksen, tuloasteen ja parisuhteen olevan suojaavia tekijöitä lasten hyvinvoinnille. Lasten ja nuorten hyvinvointi näyttäytyi parempana ydinperheissä, joissa oli molemmat vanhemmat, sekä hyvätuloisissa perheissä. (Paju 2020; Aalto-Setälä ym. 2021.)

Koronarajoitukset ja pienten lasten kehitys

Vanhempien hyvinvoinnilla ja jaksamisella sekä sosiaalisten suhteiden vähäisyydellä voi olla vaikutusta myös korona-aikana syntyneiden lasten kehitykselle. Pikkulapsiaika on merkittävää aikaa ihmisen kehitykselle, ja tämän vuoksi pikkulasten vanhempien kokemat haasteet sekä ympäröivän yhteiskunnan tapahtumat vaikuttavat myös lapsiin. Keltikangas-Järvinen (2012) kirjoittaa lapsen kolmen ensimmäisen elinvuoden olevan merkityksellistä aikaa kokonaisvaltaisen kehityksen kannalta. Tällöin tapahtuu persoonan perusrakenteen muodostumista ja se on myös aivojen kannalta kiihkeän kehityksen aikaa. (Keltikangas-Järvinen 2012, 8; MLL 2021.)

Keltikangas-Järvisen (2012, 8, 21) mukaan varhaislapsuudessa muodostuu perusta lapsen minäkäsitykselle, käsitykselle ihmisten välisestä vuorovaikutuksesta, kyvystä luottaa itseensä, tehdä yhteistyötä, sietää stressiä sekä tulla muiden ihmisten kanssa toimeen. Tämä vaatii läheistä vuorovaikutusta sensitiivisten ja lapselle tärkeiden hoitajien kanssa, jotta lapselle muodostuu varhaisissa vuorovaikutussuhteissa perusturvallisuuden ja luottamuksen kokemuksia (MLL 2021). Puhuttaessa varhaislapsuudesta kyseessä on Keltikangas-Järvisen (2012, 8, 21) mukaan paitsi yksilön hyvinvointi, myös koko yhteisön sosiaalinen pääoma sen myötä, millaisia yksilöitä ja yhteiskunnan jäseniä lapsista kasvaa.

Pandemian ja siihen liittyvien rajoitustoimenpiteiden johdosta pienet lapset ovat joutuneet olemaan erossa suuremmasta yhteisöstä ja lähiperheen ulkopuolisista ihmisistä, kuten isovanhemmistaan ja muista lähisukulaisistaan. Ikääntyneet ovat koronavirustaudin erityinen riskiryhmä, ja yli 70-vuotiaiden keskuudessa on raportoitu eniten koronaan liittyviä kuolemia (Kehusmaa

ym. 2021, 116). Erityisesti pandemian alkuaikoina korostettiin taudin vaarallisuutta ikääntyneemmälle väestölle, joita myös kehoitettiin erityiseen varovaisuuteen ja sosiaaliseen eristäytymiseen. Tämä onkin monissa tapauksissa vähentänyt isovanhempien läsnäoloa lastenlasten elämässä pandemian aikana (Paju 2020, 36).

Paanasen ja Gisslerin mukaan lapsuuden olosuhteilla, perheen ilmapiirillä sekä kehitysympäristöillä voi olla vaikutusta lapsen myöhempään kehitykseen ja terveyteen (2014, 212). Santa-lahti ja Marttunen (2014, 184–185) nostavat esiin, että raskausaika ja ensimmäiset elinvuodet nähdään nuoruusiän ohella hyvin tärkeinä vaiheina mielenterveyden kehittämisessä pienen vauvan keskushermoston voimakkaan kehityksen takia.

Varhaislapsuus nähdään koko myöhemmän elämän kannalta hyvin merkittävänä aikana ja varhaisen vuorovaikutussuhteen merkitys on nykytiedon valossa tärkeä. Koskenvuon (2010, 294) mukaan yhteiskuntaan ja elinympäristöön liittyvät tekijät sekä altistuminen erilaisille sosiaalisille ja emotionaalisille olosuhteille sikiöaikana ja varhaislapsuudessa voivat elämänkaarinäkökulman mukaisesti vaikuttaa yksilöön tulevaisuudessa. Maailmanlaajuisella koronapandemialla ja sen vuoksi asetetuilla rajoituksilla voi olla seurauksia lasten myöhempään elämään muun muassa vanhempien epävarmuustekijöistä johtuvan stressin johdosta, sillä lapsi kehittyy vuorovaikutuksessa siinä elämyksellisessä ympäristössään, jossa hän arkeaan elää. Mielenterveyden kehittämiseen vaikuttavat Paanasen ja Gisslerin (2014, 187–188) mukaan arkiympäristöt, joita pienten lasten elämässä ovat muun muassa koti ja päivähoido. Useiden riskitekijöiden kasaantuminen voi altistaa jopa mielenterveyden häiriöiden kehittymiselle (emt. 2014, 187–188).

YLE:n uutisessa (Vähäsarja 2021) on haastateltu Kallandia, joka ottaa kantaa koronapandemian aikana syntyneiden lasten tilanteeseen. Hänen mukaansa olisi hyvä, että lapsi saisi olla omien vanhempiensa läheisyyden lisäksi osa laumaa ja yhteisöä, mikä on saattanut jäädä vähemmälle korona-aikana rajoitusten ja etäisyyden pitämisen takia. Pienten lasten perheet tarvitsevat Kallandin mukaan ”*lauman tukea*”, ja hän pohtii, hakeutuvatko lapset kasvaessaan enemmän yksinoloon tämän poikkeuksellisen ajanjakson johdosta, johon he ovat syntyneet. Kasvomaskien pidempiaikaisen käytön seuraukset askarruttavat tutkijoita, sillä vauvat ja pienet lapset hakevat ilmeistä vahvistusta sille, suhtautuuko aikuinen häneen lämpimästi. Vauvojen tunne-elämä

kehittyy ilmeitä imitoimalla, mikä voi jäädä vähemmälle, kun aikuisten kasvot ovat kasvomas-
kien takana peitettyinä. Kallandin haastattelun mukaan vieraiden aikuisten ilmeiden vähäinen
näkeminen tuokin entistä enemmän paineita pienten lasten vanhemmille, joiden tulisi antaa
enemmän vuorovaikutusta ja huomiota lapsille kotona. (Vähäsarja 2021).

3 Pikkulapsiperheiden sosiaalinen tuki koronapandemian aikana

3.1 Sosiaalinen tuki

Kuten olen jo tuonut esiin, lapsen syntymä on suuri elämänmuutos, jossa tuoreet vanhemmat tarvitsevat tukea ja apua läheisiltä (ks. Ruoppila 2014). Tutkimukset korostavatkin sosiaalisen tuen merkitystä uusille vanhemmille heidän tehtävässään vanhempina (ks. Viljamaa 2003; Ruoppila 2014). Sekä Leino (2011), että Heino ja Kara (2020) nostavat esiin sosiaalisen tuen käsitteen olevan subjektiivista tunnetta hyväksytyksi tulemisesta ja yhteenkuuluvuudesta. Sosiaalinen tuki nähdään myös emotionaalisena ulottuvuutena, jossa yksilö saa hyväksyntää, huolenpitoa, rakkautta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Sosiaalinen tuki viittaa Leinon (2011, 42) mukaan vuorovaikutuksessa syntyviin prosesseihin, jotka edistävät hyvinvointia ja joista välittyy tukea.

Leinon (2011) sekä Heino ja Karan (2020) mukaan sosiaalista tukea voidaan lähestyä muun muassa Antonuccin (1990) teorian mukaisesti tarkastellen ihmisten välisiä suhteita eri tasoisina. Ensimmäisellä tasolla ovat perheenjäsenet, toisella muut sukulaiset ja ystävät, ja kolmannella satunnaiset kohtaamiset sekä muodolliset palvelut, kuten sosiaali- ja terveydenhuollon työntekijät. Sosiaalisen tuen muotoja ovat emotionaalinen, tiedollinen ja konkreettinen tuki. (Antonucci 1990 Heino & Kara 2020, 253 mukaan; Leino 2011, 41–44.)

Leinon (2011) mukaan sosiaalista tukea voi tarkastella tuen antajan ja saajan välisenä suhteena. Sosiaalista tukea voi saada monesta lähteestä, kuten viranomaisilta tai sosiaaliselta verkostoilta, perheeltä, läheisiltä tai vertaisilta. (Leino 2011, 43.) Sosiaalista tukea saadakseen ihmisen tulee kuulua johonkin sosiaaliseen verkostoon, eli hänellä tulee olla ympärillään ihmisiä, joiden puoleen voi tarvittaessa kääntyä ja saada tyydyttävää tukea (Viljamaa 2003, 25).

Merkittävää on, että Leinon (2011, 43) mukaan useat sosiaaliset kontaktit eivät kuitenkaan välttämättä ole tae riittävälle tuelle, ja toisaalta taas myös yksi merkityksellinen ihmissuhde voi

antaa riittävää tukea. Sosiaalisen tuen kokemisessa on siis kyse paitsi läheisten ihmisten ja vertaistuen saatavuudesta, myös kunkin yksilön subjektiivisesta kokemuksesta sosiaalisen tuen laadusta ja sen riittävydestä. Tämä on merkityksellistä oman tutkielmani kannalta, sillä olen kiinnostunut tutkimaan juuri vanhempien subjektiivisia kokemuksia sosiaalisen tuen muodoista ja riittävydestä. Tärkeää on kuitenkin muistaa, kuten Leino huomauttaa, ettei sosiaalinen tuki ole aina pelkästään positiivista, vaan se voi olla myös negatiivista tukea (2011, 43).

Sosiaalinen tuki on näiden näkemysten valossa siis läheisten ja vertaisten antamaa tukea, hyväksyntää ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Yhteinen näkemys sosiaalisen tuen määrittelyssä on siitä, että sosiaalisissa suhteissa annettu tuki vaikuttaa positiivisesti hyvinvointiin. Sosiaalisen tuen ytimessä on sen stressiä vähentävä vaikutus ja sitä kautta myönteiset vaikutukset yksilön psyykkiseen, fyysiseen tai sosiaaliseen hyvinvointiin. (Leino 2011, 41; Viljamaa 2003, 24–25.) Sosiaaliset suhteet vaikuttavat siis kiinteästi hyvinvoinnin kokemukseen ja ensimmäisessä luvussa kuvailemani hyvinvoinnin määritelmät nostavatkin sosiaalisen ulottuvuuden tärkeäksi tekijäksi hyvinvoinnille. Tämä kytkeytyy esimerkiksi Allardtin (1976) loving-ulottuvuuteen tai THL:n (2016) hyvinvoinnin osatekijöihin, joissa esiin nostetaan sosiaalisten suhteiden tärkeys yksilön koetulle hyvinvoinnille.

3.2 Formaali tuki ja palvelut pikkulapsiperheille pandemian aikana

Ensisijaisesti vastuussa lasten hyvinvoinnista ovat lapsen vanhemmat ja huoltajat (Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 361/1983 § 3). Lastensuojelulaissa (417/2007 § 2) korostetaan lasten ja lapsiperheiden kanssa työskentelevien viranomaisten tehtävää antaa tukea ja apua vanhemmille heidän kasvatustehtävässään, sekä tarvittaessa ohjata heitä avun piiriin. Kutsun yhteiskunnan antamaa tukea formaaliksi, muodolliseksi tueksi, jota toteutetaan erityisesti terveydenhuollon ja sosiaalialan kentällä sekä varhaiskasvatuksessa. Koko perheen hyvinvoinnin näkökulmasta vanhemmuuden tukeminen on olennaista varsinkin, kun kyseessä ovat hyvin pienet lapset, jotka ovat täysin riippuvaisia vanhempien hoidosta. Suomessa on monitoimijainen palveluverkosto, johon kuuluu sekä sosiaali- että terveysalan toimijoita, ja joka pyrkii tukemaan perheitä arjessa ja kasvatustehtävässään (Helminen 2006, 29).

Perheiden varhaisen tuen tarpeisiin vastaaminen ja ennaltaehkäisevät toimenpiteet on kirjattu sosiaalihuoltolakiin (1301/2014). Universaali, matalan kynnyksen apu sekä varhainen tuki ja huolten tunnistaminen ovat tärkeitä ja vaikuttavia lapsiperheiden tukemisen kannalta. Tutkimukset osoittavat tuen olevan vaikuttavinta, mitä varhaisemmassa vaiheessa perhe sitä tarvittaessa saa. Edistävät ja ehkäisevät palvelut ovat suuressa roolissa varhaisessa puuttumisessa perheen huoliin ja haasteisiin. Näitä ovat muun muassa avoin varhaiskasvatus, kerhojen ja yhdistysten toiminta, leikkipuistot sekä lakisääteiset palvelut, kuten lastenneuvola. Kohdennettua tukea ovat muun muassa kasvatus- ja perheneuvoloiden toiminta, kotipalvelun tuki ja perhetyö. (Halme & Perälä 2014, 216–218; Helminen 2006, 29.)

Lastenneuvolan tarkastusten yhtenä tehtävänä on arvioida lapsen psykososiaalista kasvua ja perheen tilannetta (Halme & Perälä 2014, 184–185). Tämän johdosta on erityisen haastavaa, jos lasten neuvolakäynnit eivät ole toteutuneet suunnitellusti tai perheet eivät ole saaneet tarvitsemaansa tukea neuvolasta pandemian aikana. Hyvinvoinnin tukemisen pitäisikin alkaa varhain, sillä yhteiskuntaan kiinnittyminen alkaa jo syntyessä tai jopa raskauden aikana (Paananen & Gissler 2014, 208).

Halmeen ja Perälän (2014, 216) mukaan vanhempien huolten tunnistaminen ja niihin avun antaminen varhaisessa vaiheessa on keskeistä perheiden tukemisessa. Varhainen puuttuminen on tutkimusten valossa myös kaikkein vaikuttavinta apua, joten vanhempien ilmaisemiin huoli tulisi aina ottaa vakavasti. Kirjoittajien mukaan useat arkipäiväiset huolet voivat olla haastavampia kuin yhden isomman vaikeuden kohtaaminen. (Emt. 2014, 216).

Ensiksi mainitut ovat universaaleja, kaikille saatavilla olevia palveluja, jotka tavoittavat suuren osan lapsiperheistä, ja toiseksi mainitut kohdennettua tukea niille perheille, joilla on sille erityinen tarve. Nämä palvelut ovat ehkäisevää lastensuojelua sen tehtävän mukaan, mikä yhteiskunnalla on lasten kasvun ja kehityksen tukemisessa erotuksena lapsi- ja perhekohtaisesta lastensuojelusta (Lastensuojelulaki 417/2007 § 2, § 3 & § 3a). Tärkeässä roolissa perheille ovat leikkipuistot, avoin varhaiskasvatus, kerhot sekä lastenneuvola, jotka ovat pienten, kotihoivossa oleville lasten perheitä tukevia palveluita.

Perälä ja kumppanit (2014, 230) toteavat pikkulapsiperheiden käyttävän yleisesti paljon muun muassa kerhotoimintaa ja leikkipuistojen palveluja tai osallistuvan perhekahviloihin ja -kerhoihin, jotka sijaitsevat usein lähellä perheitä ja ovat maksuttomia palveluja. Perheet ovat myös pääosin tyytyväisiä näiden palvelujen saatavuuteen. Merkittävää perheille onkin yleensä päästä näissä palveluissa tutustumaan muihin, samassa elämäntilanteessa oleviin perheisiin ja saada lapsille saman ikäistä seuraa. (Perälä ym. 2014, 230.)

Pääkaupunkiseudun kaupungeissa järjestetään normaalioloissa lapsiperheille paljon matalan kynnyksen toimintaa. Tällaisia ovat muun muassa perhekahvilat ja avoin varhaiskasvatuksen toiminta, kuten leikkipuistojen kerhot ja pikkulapsiperheille suunnatut toimintatuokiot. (Helsingin kaupunki 2022a.) Pandemian aikana vanhemmaksi tulleiden on voinut olla vaikeampi saada ammattilaisten organisoimaa vertaistukea, sillä pikkulapsiperheille tarkoitettuja palveluja ei ole järjestetty tai niiden toimintaa on supistettu huomattavasti rajoitusten johdosta. Koronapandemian takia suljettiin monia kanavia, joista tuoreet vanhemmat olisivat saaneet tukea ja apua. Monessa kaupungissa siirryttiin etäyhteyksin järjestettävään perhevalmennukseen, mutta heti koronan alkuvaiheilla perhevalmennuksia ei välttämättä järjestetty lainkaan. Neuvolat ja muut lapsiperheiden matalan kynnyksen palvelut, kuten perhekahvilat ja avoin varhaiskasvatus, sekä perusterveydenhuolto, kuten terveysasemat ja sairaalat joutuivat supistamaan toimintaansa keskittäessään henkilöstöä akuuttiin tarpeeseen. (Aalto-Setälä ym. 2021, 123–126, 129.)

Syksyllä 2020 toteutetussa kyselyssä terveydenhuollon henkilökunnalle (Hakulinen ym. 2020) nousee esiin neuvolapalvelujen ennaltaehkäisevä luonne, josta ei olisi henkilöstön mukaan saanut karsia koronapandemian vuoksi siirtämällä aikoja sekä henkilökuntaa muihin tehtäviin. Neuvolahenkilöstö toi esiin lisääntyntä huolta lapsiperheiden tilanteesta ja hyvinvoinnista. Heidän mukaansa vanhemmilla esiintyi edellistä vuotta enemmän oireita uupumuksesta, turhautumisesta ja toivottomuudesta sekä haasteita mielenterveyden sekä parisuhteeseen liittyvien ongelmien suhteen. Vanhempien koettiin myös tarvitsevan enemmän keskustelua, psyykkistä tukea ja ohjausta. Julkaisussa todettiin lisäksi perhevalmennuksen karsimisen heikentävän vanhemmuuden tukea ja vertaistukea. Tämä kertoo vahvasti pienten lasten vanhempien lisääntyneestä tuen tarpeesta ennaltaehkäisevissä palveluissa. Koronapandemia on neuvolan

henkilöstön näkemyksen mukaan selkeästi vaikuttanut pikkulapsiperheiden hyvinvointiin, ja he ovat tunnistaneeet tuen tarpeiden lisääntymisen. (Hakulinen ym. 2020, 22, 25.)

3.3 Informaali tuki läheisiltä ja sosiaalisesta mediasta

Ruoppilan (2014) mukaan muutos pariskunnasta perheeksi vaatii perheeltä voimavaroja, joista tärkeimpiä on vanhempien välinen tunnesuhde ja toimiva sosiaalinen verkosto. Heino ja Kara (2020) tutkivat lapsiperheiden vanhempien kuvauksia saamastaan sosiaalisesta tuesta kevään 2020 aikana. Tällöin Suomeen oli julistettu poikkeusolot ja kansalaisia kehoitettiin vakavasti pitämään sosiaalista etäisyyttä perheen ulkopuolisiin henkilöihin, varsinkin iäkkäämpiin, joille koronatauti voi olla vakavampi. (Heino & Kara 2020, 252–253; Kehusmaa ym. 2021.) Tähän riskiryhmään kuuluvat ikänsä puolesta myös monet pandemia-aikana syntyneiden lasten isovanhemmat, mutta etäisyyttä pidettiin myös muihin läheisiin ja sukulaisiin. Läheisten, sukulaisten sekä ystävien antamaa tukea nimitän tutkielmassani informaaliksi tueksi.

Olellaisia tässä uusien vanhempien verkostossa ovat muun muassa lapsen isovanhemmat. (Ruoppila 2014, 110–111). Isovanhemmuutta ja isovanhempien lapsiperheille antamaa tukea on tutkittu erityisesti viime vuosina, ja isovanhempien osallistumisella on todettu olevan merkitystä lasten hyvinvoinnille. Tanskanen (2014, 51) mukaan isovanhempien läsnäololla ja hoidolla on todettu olevan positiivisia vaikutuksia lastenlasten hyvinvointiin. Tutkimuksista on löydetty viitteitä siihen, että isovanhemmilta saatu emotionaalinen tuki vaikuttaisi jopa lastenhoitoapua enemmän vanhempien lastenhankintaa koskeviin päätöksiin. Merkittävimpiä isovanhempien osallistumisen ja investoinnin estävistä asioista on maantieteellinen etäisyys. (Tanskanen 2014, 51, 67.)

Salinin ym. (2020) tutkimuksen mukaan koronapandemian aikana suomalaisten vanhempien selviytymisstrategioissa tärkeimmäksi nousivat selviytymisstrategiat suhteiden tasolla. Ympäristöön tai yksilöön liittyviä selviytymisstrategioita peilattiin usein suhteiden tason kautta, kuten työasioiden järjestelyä lastenhoidon kannalta, mistä keskusteltiin yhteisesti puolison kanssa.

Yhtenä perheiden selviytymisen strategiana oli sukulaisilta saatu lastenhoitoapu, joka auttoi perheitä selviytymään haastavasta ajasta. (Salin ym. 2020.)

Tanskalaisten tutkijoiden Carlsenin ym. (2021) mukaan pian pandemian alettua kansalaisyhteiskunta aktivoitui ja yksilöt alkoivat tarjota sosiaalisten verkostojen ja sosiaalisen median ryhmien avulla sosiaalista tukea sekä käytännön apuna että henkisenä tukena korvaten yhteiskunnan antaman, formaalin tuen puutetta. Heidän mukaansa tukiryhmiä perustettiin kiihtyvällä tahdilla heti pandemian alkamisen ja niin kutsutun *lockdownin* julistuksen jälkeen Tanskassa. Huomionarvoista on, että sosiaalisen median kautta saadun sosiaalisen tuen koettiin olevan yhtä vaikuttavaa kuin kasvotusten saadun tuen. (Carlsen ym. 2021.)

Carlsenin ja kumppanien (2021) mukaan sosiaalisen median tukiryhmissä hyvänä puolena on, että tuen saaminen ei ollut kiinni henkilökohtaisista verkostoista, vaan pelkästään sosiaalisen median profiilin luominen riitti ryhmään liittymiseen. Lisäksi sosiaalisessa mediassa tapahtuva tuki on tutkijoiden mukaan tehokasta ja nopeasti muokkautuvaa (emt. 2021). Myös Suomessa lapsiperheiden vanhemmat ovat kokeneet etäyhteyksien ja videopuheluiden, sekä internet-sisällön, kuten blogien ja keskustelupalstojen, toimineen tärkeinä sosiaalisen tuen kanavina poikkeusolojen aikana. Etäyhteydet ovat mahdollistaneet yhteyden pitämisen perheenjäseniin ja muihin läheisiin silloin, kun heitä ei ole voinut tavata kasvotusten. (Heino & Kara 2020; Paju 2020, 70; Salin ym. 2020.)

3.4 Vertaistuki ensikertalaisille vanhemmille

Vertaistuen käsitteen voidaan nähdä kuuluvan sosiaalisen tuen käsitteen alaisuuteen (Leino 2011, 42, Mikkonen 2009, 28). Terveyskylän (2022) mukaan vertaistuki on kokemusten jakamista toisen, saman kokeneen henkilön kanssa. Uudessa elämäntilanteessa kaivataan usein kokemuksia ja vertaistukea samanlaisessa tilanteessa olevilta, kuten ensikertalaiset vanhemmat, joille moni asia lapsen hoidossa ja vanhemmaksi kasvamisessa on uutta. Viljamaan (2003, 18) mukaan erityisesti ensikertalaisilla vanhemmilla on tarvetta sekä viralliselle että epäviralliselle

sosiaaliselle tuelle, joka edistää vanhempien suoriutumista vanhemmuuden tehtävistä. Koronapandemian ja siihen liittyvien rajoitusten takia monella vanhemmalla on kuitenkin saattanut olla saatavilla kaivattua vähemmän sosiaalista tukea, kun sukulaisiin ja läheisiin on täytynyt pitää etäisyyttä. Mikkosen (2009, 30) mukaan merkittävää vertaistuksessa on, että vertaissuhteessa toisen kokemusmaailma avautuu oman kokemuksen kautta, kun oma kokemus annetaan vastavuoroisesti toisten käyttöön.

Sourander ja kumppanit (2021) tutkivat mentalisaatio-perustaista ryhmää ensikertalaisille vanhemmille, jonka tarkoituksena oli tukea vanhempaa ymmärtämään lapsen näkökulmaa ja mielentiloja vanhemman ja lapsen välisessä suhteessa. Tutkimuksen tuloksista selvisi, että vanhemmille tärkeimpiä ryhmän anteja oli se, että ensikertalaiset vanhemmat saivat ryhmässä toisiltaan vertaistukea ja sosiaalista tukea. Vanhemmat kaipasivat kuulla toisten vanhempien kokemuksia ja ajatuksia, josta he saivat uusia näkökulmia ja ideoita omaan tilanteeseensa. (Sourander ym. 2021, 82–83.)

Souranderin ja kumppanien (2021) mukaan vanhempia auttoi sen kuuleminen, että muillakin vanhemmilla oli vaikeita hetkiä ja että on normaalia kokea myös negatiivisia tunteita vanhemmuutta kohtaan. Ryhmään osallistuminen auttoi vähentämään yksinäisyyden tunnetta. Tutkijat toteavat tuen olevan tärkeää nykyajan moderneissa yhteiskunnissa, jossa perheet elävät kaukana toisistaan ja ennaltaehkäisevän tuen järjestämisen olevan suositeltavaa nimenomaan ensimmäistä kertaa vanhemmaksi tuleville. (Sourander ym. 2021, 86–88.) Pulkkinen (2022) toteaaakin ydinperheelle jäävän nykypäivänä yhä suurempi vastuu lasten hyvinvoinnista. Monien perheiden epäviralliset turvaverkot ovat heikentyneet, kun yhteydet sukulaisiin ja lähiyhteisöön ovat vähentyneet perheenjäsenten asuessa usein kaukana toisistaan. (Emt. 2022, 164).

4 Tutkimuksen toteutus

4.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Tutkimustehtäväni on selvittää vanhemmaksi koronapandemian aikana tulleiden kokemuksia hyvinvoinnistaan ja heidän saamastaan sosiaalisesta tuesta. Aiheeni on ajankohtainen ja yhteiskunnallisesti merkittävä koronapandemian vaikutusten ymmärtämiseksi pikkulapsiperheiden hyvinvoinnin kokemusten sekä tuen tarpeiden kannalta.

Tutkimuskysymykseni ovat:

1. Millaisia kokemuksia ensimmäistä kertaa vanhemmaksi tulleilla on hyvinvoinnistaan koronapandemian aikana?
2. Millaista sosiaalista tukea vanhemmat ovat kokeneet saaneensa pandemian keskellä?

4.2 Kokemuksen tutkiminen

Laadullinen tutkielmani pohjautuu fenomenologishermeneuttiseen tietoperinteeseen, jossa Tuomen ja Sarajärven (2009, 34–35) mukaan tutkimuksen kohteena ovat ihminen ja hänen kokemusmaailmansa. Tutkimuksen kohteena on ihmisen elämämaailma ja merkitykset, jotka luovat kokemusta, ja tärkeitä käsitteitä ovat kokemus, merkitys ja yhteisöllisyys. Tieteenperinteen mukaan tutkimuksen tavoitteena on tehdä jo tunnettu asia tiedetyksi käsitteellistämällä kokemuksen merkitys tutkittavan ilmiön osana. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 34–35.)

Tutkielmassani annan äänen tutkittaville ja pyrin ymmärtämään heidän subjektiivisia kokemuksiaan. Jokisen (2014) mukaan todellisuus ei ole universaalinen, yksilöihmisistä riippumaton, vaan subjektiivinen ja moniulotteinen. Se, mikä toisen haastateltavan kokemus on

todellisuudesta, ei ole sitä välttämättä toiselle samanlaisessa tilanteessa olevalle. Kokemusnäkökulman mukaisesti olenkin kiinnostunut haastateltavieni yksilöllisistä kokemuksista, joista ei ole välttämättä tarpeen tai mahdollista saada aikaan objektiivista tietoa. (Jokinen 2014.)

Kukkola (2018, 42, 46) toteaa, että laadullisten tutkimusmenetelmien avulla on mahdollista jäsentää kokemusten sisältöjä. Huomioitavaa on, että kokemuksen luonne on kuitenkin varsin epävarma, eikä siihen voi luottaa automaattisesti totuutena, vaikka usein oman kokemuksen ajatellaan vastaavan tosiasioita (emt. 2018, 42, 46). Juutin ja Puusan (2020) mukaan aineistosta tulee löytää sekä yhteneväisiä, että erilaisia näkökulmia tutkittavasta ilmiöstä. Laadullisia tutkimusmenetelmiä käyttämällä uskonkin löytäväni monipuolisia näkemyksiä tutkimastani ilmiöstä. Tuomen ja Sarajärven (2018) sekä Eskolan ja Suorannan (2008) sanoin tavoitteenani on ymmärtää ja kuvata ilmiötä, enkä pyri tekemään siitä tilastollisia yleistyksiä. Harkinnanvarainen aineisto, omassa tapauksessani ensikertalaisten vanhempien kokemukset, toimivat apunani, kun yritän rakentaa ymmärrystä tutkittavasta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 98; Eskola & Suoranta 2008, 61–62.)

Näen vanhemmaksi tulon inhimillisenä ja luonnollisena tapahtumana, jossa on yhteisiä piirteitä ympäri maailman, mutta kokemus on myös erilainen eri maissa ja erilaisissa kulttuureissa. Kokemukset vanhemmaksi tulosta pandemian aikana voivat siis samaan aikaan olla sekä jaettu ja yhteisiä, että hyvin henkilökohtaisia ja subjektiivisia. Kokemuksen määritelmän ja tutkimisen haastavuudesta kirjoittavat Toikkanen ja Virtanen (2018, 9), joiden mukaan kokemus sanana herättää ”*tuttuuden tunnetta ja muistoja*”, joista voi olla myös omakohtaista kokemusta. Siten kokemus voi olla samaan aikaan sekä subjektiivinen ja ainutkertainen, että yhdistävä ja tunnistettavissa oleva ilmiö.

Tutkielmaani tehdessäni pidän mielessäni Toikkasen ja Virtasen näkemyksen (2018, 9) siitä, että kokemusta tutkiessa tulee kiinnittää huomiota sen ainutlaatuihin rooliin; yksilö voi kertoa kokemuksestaan osallistuen yhteiseen ja jaettuun tietoon, mikä taas voi antaa mahdollisuuden korottaa mielipide tiedon kaltaiseen rooliin. Minun on tärkeää muistaa, että haastateltavieni kokemukset ovat heidän omiaan, eikä niitä voi yleistää koskemaan kaikkia samassa elämäntilanteessa olevia. Vanhempien kokemuksiin vaikuttavat paitsi yhteiset tekijät, kuten suunnilleen

samoihin aikoihin syntyneet lapset ja koronapandemian tuomat haasteet, mutta myös kunkin yksilölliset ja henkilökohtaiset elämäntilanteet ja kokemukset.

4.3 Aineiston kerääminen ja haastattelujen toteutus

Keräsin tutkielmani aineiston haastattelemalla ensikertalaisia vanhempia. Pohdin aluksi hankivani aineistoa esimerkiksi kirjoituspyynnön kautta, mutta koin saavani paremmin selville haastateltavien ajatuksista ja kokemuksista haastattelun keinoin. Ajattelin myös, että kirjoituksia voi olla haastavaa saada kiireisiltä pikkulasten vanhemmilta, joilla oma aika on usein vähäistä. Haastattelu oli mielestäni parempi tapa kerätä aineistoa, sillä haastatteluja tehdessä voi joustavammin kysyä haastateltavalta tarkennuksia ja lisäkysymyksiä. Kuten Tuomi ja Sarajärvi (2009) toteavat, haastattelua käytetään usein tiedonkeruun menetelminä laadullisessa tutkimuksessa, sillä jos tutkija haluaa tietää jonkun henkilön ajatuksista ja toiminnasta, on järkevää kysyä asiasta henkilöltä itseltään. Haastattelu nähdään myös joustavana aineistonkeruumenetelmänä, jossa haastattelijalla on mahdollisuus toistaa kysymyksiä, selventää sanamuotoja, oikaista väärinymmärryksiä ja muutoin keskustella haastateltavan kanssa. (Emt. 2009, 71–73.) Myös Puusa (2020, 104) toteaa haastattelun olevan ainoa keino, jolla voidaan kerätä aineistoa ihmisten asioille antamista merkityksistä, ja saada mukaan subjektiivisia kokemuksia. Haastattelussa on myös mahdollista luoda haastateltaviin luottamuksellisempaa suhdetta sekä kuulla heidän kokemuksiaan mahdollisesti vaikeistakin tunteista.

Etsin haastateltavia tutkielmaani kahdella tavalla. Ensin kiinnitin kutsukirjeen haastatteluun (Liite 1) ilmoitustaululle kahteen pääkaupunkiseudulla sijaitsevaan leikkipuistoon, joissa tiesin järjestettävän toimintaa pikkulapsiperheille. Pyysin kutsukirjeessä haastateltavaksi tulosta kiinnostuneita ottamaan yhteyttä yliopiston sähköpostiosoitteeseeni. Tein haastattelupyynnön suomeksi, mikä saattoi osin rajata haastattelukutsun lukeneita ja siihen vastanneita vanhempia. Haastattelupyynnö oli nähtävillä leikkipuistoissa reilun kuukauden ajan keväällä 2022. Leikkipuistoon jätettyjen ilmoitusten kautta sain yhden haastatteluun johtaneen yhteydenoton.

Lisäksi päätin etsiä haastateltavia myös sosiaalisista verkostoistani, sillä huomasin graduni aiheen herättävän paljon kiinnostusta niissä, joilla on kokemus vanhemmaksi tulosta pandemian aikana. Käyttämällä niin kutsuttua lumipallo-otantaa, sain neljä haastateltavaa lisää. Sain lisäksi yhden yhteydenoton, joka ei lopulta johtanut haastatteluun. Tuomen ja Sarajärven (2018, 99) mukaan lumipallo-otannalla tarkoitetaan tilannetta, jossa haastattelujen aluksi tiedetään yksi avainhenkilö, joka johdattaa tutkijan seuraavan haastateltavan pariin. Lähetin kutsukirjeen haastatteluun tuttavalleni, joka lähetti sen eteenpäin omiin verkostoihinsa, ja tutkielmasta kiinnostuneet vanhemmat ottivat minuun yhteyttä. En pyytänyt enää viimeisiä haastateltavia jakamaan kutsukirjettäni, sillä huomasin, että samankaltaisia asioita ja kokemuksia alkoi toistua vanhempien kertomuksissa, ja olin tältä osin saavuttanut aineiston saturaation. Tutkimuksessa puhutaan kylläntymis-, eli saturaatiopisteestä, kun aineiston analyysi ei enää tuota uutta tietoa ja aineistoa on kertynyt tarpeeksi (Tuomi & Sarajärvi 2018, 71, 99).

Aineistoni koostuu siis viidestä teemahaastattelusta. Haastattelut olivat melko pitkiä, kestoltaan noin 55 minuutista yhteen tuntiin ja 24 minuuttiin, ja litteroituna aineistoa on yhteensä noin 80 sivua rivivälillä 1,5. Toteutin haastattelut yksilöhaastatteluina kevään 2022 aikana koronapandemiatilanteen takia etäyhteyksien välityksellä. Etäyhteyksien käyttö oli paitsi koronatilanteen kannalta turvallinen vaihtoehto, myös aikataulullisesti helppoa järjestää. Etäyhteydet toivat haastatteluihin jonkin verran haasteita internetyhteyden kantavuuden ollessa vaihteleva, mutta siitä huolimatta pystyin toteuttamaan haastattelut suunnitellusti.

Ennen haastatteluja tein itselleni haastattelurungon (Liite 2), johon kokosin tutkielmani kannalta keskeisiä teemoja ja apukysymyksiä. Pyrin tekemään kysymyksistä avoimia, mutta saadakseni selkeämpää kuvaa aiheesta joukossa on myös joitain tarkentavia kysymyksiä. Eskolan ja Suorannan (1998, 87) mukaan aiheet ovat puolistrukturoidussa teemahaastattelussa ennakkoon suunniteltuja ja kysymykset kaikissa haastatteluissa suunnilleen samat, mutta vastauksia voidaan esittää omin sanoin, eivätkä vastaajat valitse vastauksiaan valmiista vaihtoehdoista. Huomasin, että haastatteluissa eri teemojen laajuus vaihteli. Toiset haastateltavat kertoivat monisanaisesti jostain asiasta, kun taas toiset teemat eivät herättäneet niin paljoa keskustelua. Halusin pitää kuitenkin haastattelutilanteet melko vapaana keskusteluna, enkä esittänyt kaikissa haastattelutilanteissa jokaista suunnittelemani apukysymystä.

Haastattelujen aluksi keräsin taustatietoja tutkittaviltani. Kaikki haastateltavani ovat äitejä, joiden perheisiin kuuluu puoliso ja pandemian aikana syntynyt esikoislapsi. Nuorin haastateltavien äitien lapsista oli haastattelujen tekohetkellä kuuden kuukauden ikäinen ja vanhin lapsista yhden vuoden ja 10 kuukauden ikäinen. Äidit ovat iältään 32–40-vuotiaita ja kaikilla on korkeakoulututkinto. He ovat kotoisin kaikista pääkaupunkiseudun kaupungeista ja kaikki kertoivat haastatteluhetkellä pääsääntöisesti hoitavansa lasta kotona. Koulutus kertoo taustatietoina haastateltavieni sosioekonomisesta taustasta ja on merkittävä asia tutkielmani aiheen kannalta.

Hirsjärven ja Hurmeen (2008, 48) mukaan teemahaastatteluissa pyritään tuomaan haastateltavien kokemukset kuuluviin etenemällä puolistrukturoidusti tutkimuskysymyksen kannalta olennaisten teemojen ja kysymysten avulla. Teemahaastattelu ottaa myös huomioon ihmisten tulkintojen ja asioille antamien merkitysten keskeisyyden (emt. 2008, 48). Haastatteluissa on olennaista käydä kaikki teemat läpi, mutta teemojen käsittelyn järjestys ja laajuus vaihtelevat haastateltavan mukaan. Teemojen järjestys vaihteli haastatteluissa, sillä välillä haastateltavani saattoi oma-aloitteisesti kertoa jonkin aiheen lomassa toiseen teemaan liittyviä asioita, jolloin halusin tarttua jo aiemmin haastateltavani nostamaan aiheeseen. Pyrin haastatteluissa keskustelunomaiseen tilanteeseen ja antamaan haastateltavilleni tilaa puhua vapaasti. Huomasin kuitenkin, että välillä minun oli haastattelijana vaikeaa olla hiljaa ja kuunnella, eikä kysyä haastateltavilta jatkuvasti uusia apukysymyksiä.

4.4 Sisällönanalyysi

Valitsin tutkielmani aineiston analyysimenetelmäksi sisällönanalyysin. Sisällönanalyysia voidaan Tuomen ja Sarajärven (2009, 14) mukaan käyttää aineiston analyysissa muun muassa ihmisten kokemusten kuvaamiseen. Ensikertalaisten vanhempien hyvinvoinnista koronapandemian aikana on vielä tällä hetkellä rajallisesti tutkittua tietoa, joten aiheetta oli hyvä tutkia aineiston ehdoilla. Lisäksi on huomioitavaa, että korona-ajan pidempiaikaisia seurauksia eri ihmisryhmille voidaan tutkia vasta tulevaisuudessa (mm. Hiilamo 2021). Aineiston ehdoilla etenevään tutkimukseen ohjaa myös se, että Tuomen ja Sarajärven (2018, 103, 112) mukaan sisällönanalyysia käyttäen luodaan kuvaus tutkittavasta ilmiöstä tiivistetyssä muodossa, jolloin empiirisestä aineistosta edetään kohti käsitteellisempää näkemystä tutkittavasta ilmiöstä.

Laadullista tutkimusta voi tehdä kolmella analyysitavalla; aineistolähtöisesti, teoriaohjaavasti tai teorialähtöisesti. Tutkielmassani toteutan sisällönanalyysia teoriaohjaavalla analyysimenetelmällä, jossa analyysi ei pohjautu suoraan teoriaan, mutta teoria voi toimia analyysin apuna. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 109–110.) Aikaisempi tutkimustieto lapsiperheiden hyvinvoinnista koronapandemian aikana sekä lapsiperheiden saamasta formaalista ja informaalista sosiaalisesta tuesta osin ohjaa tutkimusprosessiani ja analyysin tekoa.

Teoriaohjaavassa analyysissa teoria ei muodosta analyysille tarkkaa rakennetta, kuten teorialähtöisessä tutkimuksessa, mikä jättää tilaa aineistosta esiin nouseville asioille. Varsinkin vähän tutkittujen aiheiden kohdalla on hyvä varautua siihen, että aineistosta nousee esiin sellaisia asioita, joita ei ole osannut odottaa, tai joista ei ole aiempaa tutkittua tietoa. Teoriaohjaavan analyysin päättelyä kuvataan myös abduktiiviseksi päättelyksi, jossa tutkijan ajattelussa vaihtelevat valmiit teoreettiset mallit ja toisaalta aineistolähtöisyys, joita tutkija pyrkii yhdistelemään toisiinsa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 109–110.) Muodostin haastattelurungon (LIITE 1) pitäen mielessäni tutkielmani teoriaosuudessa kuvattuja hyvinvoinnin osa-alueita, hyvinvoinnin ulottuvuuksia, lapsiperheiden hyvinvoinnin erityispiirteitä sekä tutkimustuloksia koronapandemian vaikutuksista lapsiperheisiin; kokemuksia esikoislapsen syntymästä ja vanhemmaksi tulosta pandemian aikana sekä sosiaalisen tuen saamisesta.

Aineiston keräämisen jälkeen aloitin aineiston analysoimisen kirjoittamalla nauhoittamani haastattelut tekstitiedostoiksi, jolloin ne olivat helpommin käsiteltävässä muodossa. Kunkin haastattelun jälkeen pyrin kuuntelemaan äänityksen ja kirjoittamaan sen puhtaaksi mahdollisimman nopeasti, mieluiten samana tai haastattelua seuraavana päivänä. Koin tämän parhaaksi keinoksi pitää haastattelujen sisältö tuoreena mielessäni, jolloin puhtaaksi kirjoittaminen äänityksen perusteella oli helppoa. Tutkimuskysymykseni ja tutkielmani metodologisten lähtökohtien kannalta ei ollut merkityksellistä kirjoittaa auki jokaista taukoa tai äänenpainoa, joten jätin pois sanojen toistoja ja lisäsanoja, kuten *mm* ja *niinku* tekstin lukemisen helpottamiseksi. Pääsääntöisesti poistin myös omat lyhyet kommenttini haastateltavien puheen keskeltä, joilla pyrin osoittamaan kuuntelevani haastateltavan tarinaa kiinnostuneesti, samalla kannustaen kertomaan lisää. Yhdessä tekstisitaatissa olen merkinnyt oman tarkentavan kysymykseni merkinnällä *K* (*Katriina*) erotukseksi haastateltavan puheesta.

Kirjoitettuani haastattelut puhtaaksi, luin litteroimiani haastatteluja läpi perehtyen niiden sisältöön huolellisesti. Tuomen ja Sarajärven (2018, 123–124) sisällönanalyysin etenemisjärjestyksen mukaan aloin etsiä ja listata pelkistettyjä ilmauksia. Tässä käytin apuna Wordin korostustoimintoa, jolla korostin ne kohdat haastatteluissa, joissa puhuttiin samasta aiheesta. Näistä aineistosta nostamistani alkuperäisistä sitaateista muodostin pelkistetyt kuvaukset. Seuraavaksi etsin pelkistetyistä ilmaisuista samankaltaisuuksia ja erilaisuuksia, minkä jälkeen ryhmittelin pelkistetyt ilmaisut muodostaen niistä teemoja. Tämän teemoittelun jälkeen muodostin yläluokkia kuvaamaan muodostamiani teemoja. Yhdistelemällä yläluokkia muodostin pääluokat. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 123–124.)

Esitän seuraavassa havainnollistavan taulukon tekemästani teoriaohjaavasta sisällönanalyysistä. Sisällönanalyysi etenee aineistolähtöisesti, mutta liitän siihen teoriaa ja valmiita käsitteistöä, kuten hyvinvoinnin ja sosiaalisen tuen käsitteitä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 132–133.) Analyysimenetelmäni on teoriaohjaavaa, sillä käytän teoriaa apuna analyysin tekemisessä ja otan analyysiin valmiita käsitteitä. Perustuen aiempaan tutkimukseen pikkulapsiperheiden elämästä olen ottanut tarkasteltavakseni elämänvaiheeseen olennaisesti liittyviä seikkoja; vanhemmaksi tulo ja hyvinvointi, yksinäisyys, sekä sosiaalisen tuen muodot vertaisilta, läheisiltä ja yhteiskunnan tarjoamilta lapsiperheiden palveluilta koronapandemiasta johtuvien rajoitusten valossa. Taulukossa esittelen analyysini etenemistä sosiaalisen tuen pääluokassa kahden yläluokan kohdalla:

Alkuperäinen sitaatti	Pelkistetty kuvaus	Teema	Yläluokka	Päälouokka
”on ihan äärettömän hieno asia, että sama ihminen on ollut koko siitä ajasta kun lapsi syntynyt, sekin luo sellasta varmuutta uudelle vanhemmalle että hei toi muistaa mun lapsen ja näkee kasvun ja kehityksen, ne ei oo vaan jotain massaa” (H1)	Sama terveydenhoitaja neuvolassa on tuonut varmuutta uudelle vanhemmalle.	Lapsiperheiden palvelujen sosiaalinen tuki	Formaali tuki – Neuvola ja lapsiperheiden palveluiden merkitys ja puutteet	Sosiaalisen tuen kokemukset koronapandemian aikana
”ei oo saatu oikeestaan minkäänlaista perhevalmennusta, et semmosta ei oo ollut. Neuvolasta sanottiin, että kato näitä nettisivuja ja siis et, aina nettisivuille ohjattiin menemään. Niinku vaan itse etsiin netistä. Et sit kun mä olin odottanu että olis jonkinäköistä perhevalmennusta, sellasta että olis vaikka edes yhden kerran joku etäryhmä, missä vois kysyä tai joku sellanen neuvolan järjestämä pienryhmätoiminta edes et ois.” (H4)	Neuvolasta ei saanut perhevalmennusta, vaan ohjattiin tutustumaan itsenäisesti internetsivuihin. Tämä oli pettymys vanhemmalle.			
”mun äiti sano monesti, että vitsi ku ei ois tätä koronaa, niin et vois käydä useemmin ja se kyllä vaikutti siihen, että sitte lastenhoitoapua me ollaan saatu neuvolan kautta ja saatiin semmonen palveluseteli -- just kun meillä ei oo sellasta tukiverkoston joka vois auttaa, niin sit me käytettiin se seteli ja sitä kautta saatiin hoitoapua...” (H5)	Isoäiti ei pystynyt tulemaan auttamaan lapsen kanssa koronarajoitusten vuoksi niin usein kuin olisi halunnut.	Koronarajoitukset vähensivät läheisiltä saatua tukea ja apua	Informaali tuki – koronarajoitukset vaikuttivat läheisten tukeen ja konkreettiseen apuun	
”Mut toki piti miettiä sitte nimiäisiä, et vaan niinku perhe, perheiden kesken vietettiin et ei muita, et silleen tommoset rajoitukset” (H3)	Lapsen nimenantotjuhlat piti järjestää vain perheen kesken	Koronarajoitukset vähensivät läheisten tapaamista		

Taulukko 1. Analyysin eteneminen

Juhilan (2014) mukaan teemoittelu on laadullisen tutkimuksen analyysimenetelmä ja yksi sisällönanalyysin muodoista. Eskola ja Suoranta (2018) kirjoittavat, että teemoittelussa aineistosta nostetaan esiin tutkielman ja tutkimusongelmien kannalta olennaisia teemoja ja usein esiintyviä piirteitä. Teemojen yhteydessä esitetään aineistosta sitaatteja, jotka havainnollistavat lukijalle analyysitapaa ja teemojen muodostumista. Tärkeää teemoittelussa on huomioida, että teemat syntyvät aineiston analyysin tuloksena, eikä tutkijalla tulisi olla valmiita teemoja, joihin hän sijoittelee aineiston palasia. (Juhila 2014.) Onnistuakseen teemoittelu vaatiikin vuorovai- kutusta teorian ja empiirisen aineiston välillä (Eskola & Suoranta 2008, 174–175). Tätä teorian ja empiirisen aineiston vuoropuhelua kirjoitan auki tutkielmani tuloksissa sekä erityisesti tutkielmani viimeisessä luvussa yhteenvedo ja johtopäätökset, jossa esitän tekemiäni johtopäätelmiä ja pohdintaa.

4.5 Tutkielman eettisyys ja luotettavuus

Kuten sosiaalityön ja ihmistieteiden tutkimuksessa yleensäkin, tutkielmassani otan huomioon eettisen pohdinnan merkityksen monessa tutkielmani vaiheessa. Sitoudun tutkijana ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettisiin periaatteisiin, joita ovat muun muassa tutkittavien ihmisarvon ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen ja tutkimuksen toteuttaminen niin, ettei siitä aiheudu haittaa tutkittaville tai heidän läheisilleen (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 7–8.) Sitoudun tutkijana myös noudattamaan hyvää tieteellistä käytäntöä, joka mm. Vuoren (Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja) mukaan tarkoittaa huolellisuutta ja rehellisyyttä tutkimuksen kaikissa vaiheissa. Vanhemmuus ja perhe-elämä ovat henkilökohtaisia ja tunnepitoisia osa-alueita, joiden käsittelyssä minun tuli olla riittävän herkkätunteinen.

Laadullisessa tutkimuksessa ei ole mahdollista pyrkiä täysin arvovapaaseen ja objektiiviseen tutkimukseen, vaan objektiivisuus näkyy muun muassa siinä, että tutkija pyrkii olemaan sekoittamatta omia uskomuksiaan ja asenteitaan tutkimuskohteeseen. Tutkijan objektiivisuus syntyy oman subjektiivisuutensa tunnistamisesta ja sen tiedostamisesta, mikä on ennakkoon aiheesta saadun tiedon ja uskomusten vaikutus. Hyvää tutkimusta voi kuitenkin tehdä myös itselleen läheisestäkin aiheesta, ja kirjailijoiden ohje kirjoittaa tuntemistaan asioista soveltuu Eskolan ja Suorannan (2008, 17–18) sekä Juutin ja Puusan (2020, 143) mukaan myös tutkimustyöhön ”kirjoittaa sellaisista aiheista, jotka sivuavat omaa elämääsi”. Myös Puusa ja Julkunen (2020, 189) toteavat laadullisessa tutkimuksessa olevan tärkeää hyväksyä se lähtökohta, että objektiivisuutta on mahdotonta saavuttaa täydellisesti, ja kaikessa tutkimuksessa on kyse tutkijan tekemistä subjektiivisista valinnoista.

Koska tutkimusaiheeni tulee lähelle omaa kokemustani, tuli minun kiinnittää tutkimusprosessissa ja haastatteluissa erityisesti huomiota tutkijan rooliini. Minun on ollut tärkeää ottaa huomioon tutkielmani kaikissa vaiheissa, etteivät omat ennako-oletukseni ohjanneet haastattelujen kulkua tai analyysin tekemistä. Tutkijana pyrin ymmärtämään haastateltavieni kokemuksia, jotka voivat olla hyvin erilaisia kuin itselläni. Haastatteluissa asetuin itse tutkijana tasavertaiseksi haastateltavieni kanssa ja kerroin tietoisesti, että minulla on ymmärrystä ja omakohtaista kokemusta samankaltaisesta elämäntilanteesta, josta he kertovat. Jokisen (2014) mukaan

kokemusnäkökulmasta tutkimusta tehdessä on tarpeen luoda luottamuksellista suhdetta tutkittaviin ja asettua heidän kanssaan tasavertaiseen suhteeseen. Uskon, että oma kokemukseni tutkittavasta aiheesta auttoi minua ymmärtämään haastateltaviani paremmin ja itse haastattelutilanne saattoi osin olla myös vertaistuellinen keskustelutilanne, vaikka en omista kokemuksistani haastatteluissa puhunutkaan.

Haastatteluissa oli pääsääntöisesti päällä videokamerat, jotta minä ja haastateltavani näimme toisemme ja luontainen vuorovaikutus oli näin helpompaa toteuttaa. Koin tämän tuovan lisää kokemusta yhdessä keskustelemisesta haastateltavien kanssa verrattuna siihen, jos olisimme puhuneet pelkän ääniyhteyden varassa. Koin näköyhteyden merkittäväksi tekijäksi pyrkiessäni saavuttamaan tutkijan roolia Jokisen (2014) mukaan ymmärtävänä kanssakulkijana. Toteutin haastattelut rauhallisessa ja luottamuksellisessa tilassa, jolloin pystyin nauhoittamaan haastattelut ja keskittymään haastattelutilanteessa vuorovaikutukseen haastateltavien kanssa. Pohdin, jäikö haastatteluista puuttumaan jotain etäyhteyksien käytön takia, koska en pystynyt olemaan samassa tilassa haastateltavieni kanssa. Toisaalta koronapandemia on muutenkin ohjannut yhteiskunnan toimintaa etäyhteyksien ja videopuheluiden käyttöön, ja etäyhteyksien käyttäminen oli haastateltavilleni entuudestaan tuttua.

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2019) mukaan eettisten kysymysten merkitys nousee esiin erityisesti haastattelutilanteissa tutkijan ja tutkittavien kohtaamisissa. Erityisen tärkeää on tutkittavan vapaaehtoinen osallistuminen tutkimukseen sekä mahdollisuus kieltäytyä osallistumasta ja keskeyttää tai perua osallistumisensa missä tahansa vaiheessa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 7–8.) Toin esille tutkielmaani osallistumisen vapaaehtoisuuden kutsukirjeessä, jossa kerrotaan, että tutkimukseen osallistumisen saa keskeyttää tai peruuttaa suostumuksensa osallistumiseen missä vaiheessa tahansa. Kerroin tämän lisäksi haastateltaville jokaisen haastattelun alussa. Tutkielmaani varten ei sen luonteen johdosta tarvinnut hakea tutkimuslupaa. Katson haastateltavien kanssa sähköpostitse käydyn sopimuksen haastattelusta ja itse haastattelutilanteeseen osallistumisen suostumukseksi haastatteluun.

Toimitin haastateltavilleni Turun yliopiston EU:n yleisen tietosuoja-asetuksen mukaisen tietosuojalomakkeen, jossa kerroin, miten käsittelen heidän henkilötietojaan. Tutkielmani luonteen johdosta haastatteluissa tuli ilmi arkaluonteisia henkilötietoja, kuten henkilökohtaiseen

elämään ja perhe-elämään liittyviä asioita, ja siksi minun oli Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2019) ohjeiden mukaisesti tärkeää informoida haastateltavia siitä, millä tavalla huolehdin henkilötietojen säilyttämisestä. Tutkielmani aihe ja tutkimuskysymykset ohjasivat henkilökohtaisten asioiden esille tulemiseen, mikä oli perusteena sille, että jouduin työssäni käsittelemään henkilötietoja. Yksityisyyden suoja tulee huomioida julkaisussa, ja suojella tutkimukseen osallistuneiden henkilöllisyyttä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 11–12.) Minun oli tärkeää huomioida tutkielmani teossa ja haastattelutilanteissa myös se, että muutama haastateltavistani oli minulle etukäteen tuttuja, mikä saattoi vaikuttaa siihen, millaisia asioita he kokivat haluavansa nostaa esiin haastatteluissa.

Litteroidessani haastatteluja poistin niistä tunnistetiedot sekä kaikki tiedot, joista heidät tai heidän läheisensä voisi tunnistaa, kuten kaupungit, perheenjäsenten nimet ja muut yksityiskohdat. Minulle on jäänyt yliopiston sähköpostiini joidenkin tutkittavien sähköpostiosoitteet, jotka poistan asianmukaisesti. Tutkielmani valmistuttua tuhoan sekä litteroidut haastattelutiedostot että nauhoitukset, joita olen säilyttänyt salasanalla lukitulla tietokoneella. Tuhoan myös tulostamani litteroidut haastattelut, joita olen käyttänyt apuvälineenä analyysin tekemisessä. Aineiston analyysivaiheessa olen pyrkinyt hyvän tieteellisen tutkimuksen tavoitteeseen esittää tutkielmani tulokset rehellisesti ja avoimesti (Vuori, Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja).

5 Koronapandemia vaikutti ensikertalaisten vanhempien hyvinvointiin ja sosiaalisen tuen saamiseen

5.1 Huoli koronasta varjosti ensikertalaisten vanhempien hyvinvointia

Koronan aiheuttama huoli raskausaikana ja vauvan synnyttyä

Koronapandemia on vaikuttanut ensi kertaa vanhemmiksi tulleiden kokemuksiin monella tavalla. Pandemian alkuvaiheessa edes terveydenhuollon henkilökunnalla ei ollut tarjota tietoa koronaviruksen aiheuttamasta taudista. Tämä aiheutti haastatteluihin osallistuneille äideille pelkoa ja huolta siitä, kuinka vaarallinen tartunta on raskaana olevalle tai pienelle lapselle. Alla olevassa sitaatissa äiti kertoo kokeneensa pelottavana terveydenhuollosta tulleet varoitukset koronatartunnan vaarallisuudesta:

”kättilö suositteli, että mene nyt mökille tai muualle mihin pystyt ja eristäydyt sinne ja oot siellä mahdollisimman pitkälle raskauden loppuun asti. Semmosta pientä pelottelua siitä, että jos sairastuu raskauden aikana tai jos lapsi sairastuu kovin pienenä, et se ois kovin vaarallista, ni oli alkuun enemmän pelkotiloja liittyen siihen, et uskaltaako lasta viedä mihinkään missä on mahdollisuus saada tartunta -- se tuntu tosi, tosi pelottavalta -- mut kättilö sitten sano, että mikäli mä sairastuisin siinä kohtaa raskautta kun olin, ja joutuisin tehohoitoon, niin on mahdollisuus siihen että siis lapsi pitää leikata ennenaikaisesti ulos, jotta mua pystytään hoitamaan.” (H2)

Varsinkin pandemian alkuvaiheessa terveydenhuollosta tuli viestiä äideille siitä, että korona on lapselle ja raskaana olevalle mahdollisesti vaarallinen, mikä aiheutti pelkoa omasta tai pienen vauvan sairastumisesta (myös Klemetti ym. 2021, 14). Tämä vaikutti osin vanhempien käyttäytymiseen niin, että sosiaalisia kontakteja kartettiin voimakkaasti ja äideillä oli myös pelkoa siitä, miten uskalsi liikkua ihmisten parissa lapsen synnyttyä. Äitien kokemaan epätietoisuuteen ja pelkoon vaikutti myös se, että koronaviruksesta oli saatavilla hyvin vähän tietoa ja ohjeistusta:

”ei kauheesti neuvolassa kyllä mistään kerrottu mitään muuta, ku mitä niitä yleisiä ohjeita, joita kuuli radiosta ja lehdistä muutenki, ettei neuvolalla ollu juurikaan lisää tietoa siihen tuoda. Se rokotesuositus muuttu koko ajan, et alkuun sitä rokotetta ei suositeltu raskaana oleville, puolivälissä sitä sai alkaa ottaa oman harkinnan mukaan ja loppuraskaudessa lääkärit melkein sano niinku et ota se, mutta se oli niin loppuraskautta, että sosiaaliset kontaktit laitettiin ihan miniin.” (H4)

Taudin ollessa uusi, puuttuivat suositukset siitä, millä tavoin raskaana olevien ja pienten lasten tulisi suojautua virukselta. Saatavilla oli vain median yleisiä ohjeistuksia koronataudilta suojautumisesta. Koronarokotteiden tullessa saataville rokotesuositukset muuttuivat jatkuvasti, mutta sitaatissa äiti kertoo, että raskauden loppuvaiheessa ollessaan hän jätti kaikki sosiaaliset kontaktit minimiin, eikä ottanut vielä rokotetta.

Puolison läsnäolon merkitys synnytyksen aikana ja sairaalassa

Koronapandemian eri vaiheissa sairaaloiden käytännöt puolisoitten tai muiden tukihenkilöiden mukaan tulosta vaihtelivat ja aineistossani kaikki äidit kokivat jännitystä siitä, pääsevätkö heidän puolisonsa mukaan sairaalaan synnytykseen. Äidit kertoivat, että sairaalassa oli ollut rajoituksia ennen lapsen syntymää, mikä aiheutti haastateltavissa jännitystä ja pelkoa koronatilanteen pahenemisesta ja rajoitusten uudelleen käyttöönotosta.

“kyllähän se koko vuos jännitettiin sitä, että pääseekö isä mukaan, ettei sit käy niin, että mä joudun sinne yksin ja koko ajan seuras sitä, että miten se koronatilanne kehittyy, et pääseeks mies sinne mukaan. -- Sit koko ajan kyllä pelkäs, että entä jos tää korona taas pahenee ja just sitte ennen synnytystä joku kauhee tilanne ja ne sanoo, että ei ketään sinne, mut onneks kaikki meni hyvin.” (H4)

“tuntu että kaikki meni hyvin, mun mies pysty osallistumaan synnytykseen ja olemaan meidän kanssa sairaalassa, että se oli iso asia mikä vaikutti myös näin jälkikäteen ajateltuna siihen, että synnytys jäi kokemuksena aika myönteiseksi.” (H2)

Äidit kertovat kokeneensa jännitystä ennen synnytystä siitä, pääsevätkö heidän puolisonsa, lasten isät, osallistumaan synnytyksiin. Sama todettiin myös vauvaperheiden jaksamista tutkimuksessa FinLapset -kyselytutkimuksessa (Klemetti ym. 2021, 1, 14.) Sitaateissa äidit kuvaavat pelkoaan koronatilanteen pahenemisesta ja rajoitusten tiukkenemisestä, mutta kertovat isien kuitenkin synnytyksen hetkellä päässeensä mukaan sairaalaan ja kaiken sujuneen hyvin. Puolison tuki on siis ollut merkityksellinen asia synnytyksen ja sairaalassa olon aikana. Äitien mukaan isän mukana oleminen ja tuki johti siihen, että heillä jäi melko myönteinen kokemus synnytystä kohtaan pandemiasta huolimatta.

Yhdessä haastattelussa äiti kertoo koronarajoitusten olleen tiukempia hänen synnytyksensä aikana, mikä vaikutti äidin kokemuksiin synnytyksestä ja sairaalassaolajasta:

”Mut sit just se synnytys, tietty siinä oli nää että saako puoliso tulla mukaan synnytykseen, niin se meni meillä silleen, et se tukihenkilö (*isä*) -- pääsee vaan sinne synnytyssaliin mukaan -- sitte synnytyksen jälkeen puoliso sai olla siinä synnytyssalissa vähän aikaa mun kanssa ja me siinä juotiin jotkut teet ja syötiin voileipää, ja sit sen piti lähtee kotiin. Ja sitten mut siirrettiin potilas-hotelliin. -- Ilman koronaa mehän oltas saatu olla yhdessä ja tutustua vauvaan ja saada siihen apua, että siellä se ehkä tuli sit mulle jotenki se semmonen haikeus” (H5)

Äiti kertoo, että heidän lapsensa syntymän aikaan voimassa olivat tiukemmat ohjeistukset pandemian vaiheen takia. Isä pääsi mukaan vain synnytykseen, eikä saanut tulla sen jälkeen äidin ja vauvan kanssa osastolle koronarajoitusten takia, vaan joutui lähtemään kotiin. Tämä aiheutti haikeutta siitä, että isä ei saanut osallistua vauvan ensimmäisiin päiviin ja tutustua vauvaan yhdessä äidin kanssa, kuten olisi tapahtunut ilman koronapandemiaa. Toisen vanhemman osallistumista raskauden aikaisiin tutkimuksiin rajoitettiin terveydenhuollossa voimakkaastikin pandemian vaikeimpina aikoina:

“tietty katkeruutta se kuitenkin herätti, koska nythän viimeisten uutisointien mukaan rajotuksia liittyen toisen vanhemman oloon tässä raskauden aikana tutkimuksissa sekä synnytyksissä ei olis saanu rajottaa, ja niitä on kuitenkin rajotettu tosi paljonki, nii joo, oon vähän katkera, että isä ei päässy meidän esikaisen ultraäänitutkimukseen mukaan -- ja etenään tähän rakenneultraan, mikä ois ollu musta tosi tärkeä kuitenkin, että hän ois saanu olla mukana” (H2)

Yllä olevassa sitaatissa äiti kertoo kokevansa katkeruutta siitä, että lapsen isä ei koronarajoitusten takia saanut osallistua ultraäänitutkimukseen raskausaikana, vaikka nykyisten uutisointien mukaan isien tai tukihenkilöiden läsnäolo ei olisi saanut rajoittaa. Äiti kertoo, että isän mukanaolo olisi ollut hänelle todella tärkeää.

Äidit kuvasivat jännitystään siitä, että rajoitukset muuttuivat jatkuvasti. Tämä aiheutti epävarmuutta ja ahdistusta synnytystä ja sairaalassa oloa kohtaan vanhemmuuden alkuvaiheessa, kun äidit eivät tienneet, voivatko heidän puolisonsa olla heidän tukena (Klemetti ym. 2021, 1). Toisaalta esiin nousee myös näkemys siitä, että turvaa ja varmuutta toi keskittyminen uuteen, kauan odotettuun perheenjäsenen:

“lähipiiristä kukaan ei ollut sairastunu koronaan, niin myös se jo itessään toi semmosta turvaa, että eiköhän tämä mee hyvin ja ei ollu sellasia pelkotiloja suhteessa koronaan -- jotenki se esikoisen syntymä oli niin iso ja odotettu asia, että tuntu, että mä keskityin vaan siihen tulevaan uuteen perheenjäseneseen ja jälkikäteen ajatellen ei edes muista välttämättä kaikkia koronarajoituksia ja miten ylipäätään” (H1)

Sitaatissa äiti kertoo, ettei hänellä ollut pelkotiloja koronaan liittyen, sillä kukaan lähipiiristä ei ollut siihen mennessä sairastanut koronaa, mikä toi hänelle turvaa. Odotus vauvan syntymää kohtaan oli niin suurta, että keskittyessään vain siihen, hän ei jälkikäteen edes muistanut koronarajoituksia.

Uuden elämänvaiheen kriisi ja onni

Äidit kuvaavat haastatteluissa vauva-aikaa ja muutosta pariskunnasta perheeksi haastavaksi ajaksi, johon koronapandemia on tuonut lisähaasteita. Sekä itse pikkulapsivaihe, että erikseen koronapandemia voivat aiheuttaa haasteita vanhemmille lapsen tarpeiden noustessa perhe-elämän keskiöön jättäen vanhempien omat tarpeet taka-alalle, kuten alla olevissa sitaateissa tulee esiin:

“kyl se vaikutti se alku jotenki, se ensimmäinen vauvavuosi oikeestaan, että oli aika koe kyllä parisuhteelle, et ne omat mielenvaihtelut ja muutenki uus arki just yöherätyksineen niin kyl se oli oma koetuksensa” (H3)

“me ollaan oltu aika semmosii itsenäisiä, että on eläny aika semmosta itsekeskeistä elämää, ja on ollu tosi tärkeitä omia harrastuksia ja sitten ku arjessa se on näkyny siinä että ollaan käyty kattoon tosi paljon esityksiä, ja nyt niinku koronan takia kun ei oo mitään sellasta elämää ollu, niin se oli aika iso muutos -- se on niin valtava kriisi parisuhteelle se lapsen tulo, vaikka se on niinku positiivinen kriisi, niin kyl se on ollu tosi haastavaa meille” (H5)

Ensimmäisessä sitaatissa äiti kertoo kokeneensa vauva-ajan olevan koe parisuhteelle omien mielialanvaihteluiden ja uudenlaisten haasteiden, kuten yöllisten herätysten takia. Toisessa sitaatissa äiti kuvaa lapsen tuloa hyvin haastavaksi ajaksi ja kriisiksi parisuhteelle, vaikkakin pohtii sen olevan positiivinen kriisi. Hänen ja puolison elämäntyyliin on tullut suuri muutos siinä, että sekä lapsen syntymän että koronapandemian takia eivät ole enää päässeet kulttuuri-esityksiin tai omiin harrastuksiin samalla tavalla kuin ennen. Tämä on koettu haastavana aikana. Lapsen syntymä voidaankin kokea suurena muutoksena tai jopa kriisinä parisuhteessa (Malinen & Sevón 2009; Mieli ry 2021a).

Sekä vauva-aika että koronapandemia ovat olleet haasteellisia tilanteita esikoislapsensa saaneille äidille. Osin parisuhteen haasteet ovat nousseet enemmän pintaan juuri vauva-aikana sekä koronapandemian lisättyä yhdessä vietettyä aikaa:

“semmonen kriisitilanne tällä hetkellä, jonka vuoksi ollaan hakeuduttu pariterapiaan -- on se (*koronapandemia*) oman teränsä tähän tuonu ihan varmasti, kun yhdessä vietetty aika on vaan lisääntynyt entisestään, niin silloin toki myös ne ärsyttävätkin asiat nousee enemmän pintaan -- nyt sit taas vauvan myötä tilanne on niin eri, et sit niinku on koko ajan yhdessä, niin myöski asiat nousee pinnalle enemmän” (H2)

Sitaatissa äiti kertoo parisuhteen kriisistä, jonka vuoksi vanhemmat ovat hakeutuneet pariterapiaan. Sekä vauva-aika että koronapandemia ovat osaltaan vaikuttaneet siihen, että vaikeat asiat ovat nousseet enemmän pinnalle lisääntyneen yhdessäolon takia, jolloin on syntynyt tarve lähteä käsittelemään asioita yhdessä terapiaan.

Äidit kertoivat vanhemmuuteen liittyvistä haastavista tunteista ja omasta mielialastaan, joka liittyy sekä pikkulapsivaiheeseen, että osittain koronapandemian tuomiin pelkoihin. Äidit kuvastivat omaa mielialaansa:

”se tunnemylläkkä ja hormonit ja kaikki tulee olemaan ihan älytöntä ja sit ku sulla on sitä aikaa olla omissa ajatuksissa, niin sitä tulee paljon ajateltuakin asioita. Must tuntuu, että mä olin tosi herkkä silloin alkuun, kun lapsi syntyi, et mä tykkäsin olla tääl pesässä kotona lapsen kanssa ja ajatus oli se et pitää suojella häntä tältä maailmalta ja mihinkään ei mennä ja mitään ei tehdä, ja nää oli ne mun ensimmäiset ajatukset” (H2)

Yllä olevassa sitaatissa äiti kuvaa ajatuksiaan vauvan syntymän jälkeen siitä, miten hormonit vaikuttivat ajatuksiin vanhemmuuden alkuvaiheessa. Alkuvaiheessa hän olisi halunnut vain olla lapsen kanssa kotona niin, etteivät he mene mihinkään tai tee mitään.

Aineistosta näkyy ensikertalaisten äitien kokemus siitä, että lapsen saamisen myötä tapahtuvat elämänmuutos on suurimpia muutoksia elämässä. Äidit pohtivatkin vanhemman roolin omaksumista sekä yllätykseksi että luonnolliseksi:

“oli hirveen luonnollinen olo vauvan kanssa, että mun tehtävä on nyt olla äiti ja oli hirveen selkeätä -- ekaa kertaa oli jotenki tosi selkeä olo, että mä tiän mitä huomenna tapahtuu suurin piirtein, että taas imetetään ja kakataan ja röyhtäytetään” (H5)

”sehän on isoin muutos elämässä mitä on, se on suurin vastuu ja kunnia, ja mä en tiennyt, että ihmistä voi rakastaa näin paljon, et siis toi pieni ihminen, se on meille kaikki kaikessa. Et kyllähän mä sen tiesin etukäteen, mut se tunne sit yllättää kuitenkin, miten syvä se onki, ja tota niin, suurin muutos” (H2)

Sitaateissa nousee esiin, että lapsen saaminen koettiin suurimmaksi muutokseksi elämässä ja suurimmaksi vastuuksi, jonka voi saada. Vaikka muutos oli suuri, vauvan kanssa oleminen koettiin pääsääntöisesti luonnolliseksi ja arki melko ennakoitavaksi ja selkeäksi. Äidit kuvasivat kokevansa uuden tehtävänsä mielekkäänä ja luonnollisena.

Muutoksessa perheeksi on auttanut se, että on osannut suhtautua pikkulapsivaiheeseen väliaikaisena kautena, joka menee vielä ohitse. Seuraavassa sitaatissa äiti kuvaa hänen ja puolison suhtautumista pikkuvauva-ajan raskauteen ja oman ajan vähenemiseen:

“oma aika on merkittävästi vähentynyt et sitä pitää osata aina suhteuttaa, et kyl mä sanon et meidän parisuhteessa ja avioliitossa voimavara on se, että osaa ajatella pidemmällä tähtäimellä, että tää on yks vaihe meidän (*lapsen*) elämässä ja meidän perheessä, että hän ei tuu ikuisesti olemaan niin riippuvainen meistä” (H1)

Äiti näkee hänen ja puolisonsa vahvuutena olevan sen, että he osaavat ajatella asioita pidemmällä tähtäimellä. Äiti kuvaa heidän tiedostavan, että lapsi ei tule olemaan ikuisesti heistä riippuvainen, vaan pikkulapsivaihe on väliaikainen ja lapsen kasvaessa tilanne tulee muuttumaan.

Uuden elämäntilanteen mahdollisesti aiheuttaman kriisin lisäksi äitien onnellisuuden kokemukset nousevat haastatteluissa voimakkaasti esiin. Monet totesivat, että koronapandemia on ollut hyvä aika saada ensimmäinen lapsi ja toisaalta kotona oleminen on ollut helpottavaa tautitilanteen pahentuessa:

“mä uskon, että se (*lapsi*) on niin iso onnentuoja -- joka tapauksessa tää elämä olis menny sellasessa kuplassa tän ensimmäisen vuoden, kaks, että tavallaan -- tää on ollu tosi hyvä sauma saada lapsi, ettei oo ollu mitään sitä että mistä mä oon nyt jääny paitsi, ku ei oo ollu mitään, niin mä voin täysin antautua tähän vanhemmuuden, tai lapsen äärelle” (H5)

Sitaatissa äiti kuvaa korona-aikaa myös hyvänä aikana saada lapsi ja upota ”kuplaan” vauvan kanssa, sillä koko maailma pysähtyi joka tapauksessa pandemian takia. Koronarajoitusten takia

ei järjestetty tapahtumia, joista olisi jäänyt paitsi, mikä helpotti sitä, että lapsen äärelle ja vanhemmuuteen pystyi antautumaan täysillä. Äiti kuvaa lapsen olevan onnentuoja, joka tuo toivoa ja elämää haastavaan aikaan ja muistuttavan kaikesta hyvästä ja mahdollisuuksista. Äitien kokemuksissa lapset itsessään ovat tuoneet paljon iloa ja toivoa vaikean ajanjakson keskelle. Äidit kertovat myös tyytyväisyydestään siihen, että voivat olla kotona koronapandemian aikana, eikä heidän tarvitse olla töissä, jossa olisi riski tartunnasta:

”Että kyllä mä tästä ajasta oon hyvinki nauttinu enemmän kuin oon kärsiny, et oon tykänny olla kotona. Ja sit toisaalta on kyllä helpottanu se, että nyt ku on ollu se omikronmuunnos ja on ollu niin suuret noi tartuntaluvut, et mun ei oo tarvinnu olla töissä, mistä melkein satavarmasti sen oisin sieltä saanu.” (H4)

Yllä olevassa sitaatissa äiti kuvaa nauttineensa ajasta, sillä hän on tykännyt olla kotona. Lisäksi äidit kuvaavat, että kotona lapsen kanssa oleminen mahdollisti myös sen, että kotona ollessaan vanhempi ei joutunut altistumaan töissä koronavirukselle.

Koronarajoitukset aiheuttivat pelkoa siitä, mitä saa tehdä

Koronarajoitukset vaikuttivat äitien kokemuksiin siitä, mitä he uskalsivat tehdä lapsen synnytyä. Äidit kertovat toivoneensa ennen koronapandemiaa ja lapsen syntymää, että pääsevät harrastamaan ja tekemään vauvaperheille tavanomaisia asioita, jotka pandemian takia jäivät kokonaan kokematta, tai ainakin selkeästi vähäisemmäksi:

”mä luulen et on ollu vähän itelläki semmosta arkuutta, et voiko nyt mennä, ja voiko tehdä. -- Koronan alkuaikoina, ku ei ollu vielä tietoo siitä, että miten vakavasta asiasta on kyse, niin on jätetty tekemättä asioita, joita aivan varmasti ois normaalisti tehty. Mulla oli semmonen ajatus, että lapsen syntymän jälkeen hirveesti käytäis muskareissa ja kerhoissa ja tutustumassa kaikkialla ja leikkiuistoissa ja siellä sun täällä, mut me ollaan aika arasti käyty ja tosi vähän” (H2)

“Minkälaisista se ois ilman koronaa tai minkälaisista elämää me elettäis, minkälaisia valintoja me tehtäis -- Tietenkin on semmosia aavistuksia, et me käytäs paljon jossain lastenteatterissa ja tanssiesityksissä ja konserteissa, mut ei oo tavallaan, se on vaan sellasta spekulatioo” (H5)

Sitaateissa äidit kertovat, että ovat koronarajoitusten ja sairastumisen pelon johdosta jättäneet tekemättä monia asioita, joita toivoivat pystyvänsä tekemään lapsensa vauva-aikana, kuten käymään musiikkileikkikoulussa, kerhoissa ja leikkiuistossa sekä kulttuuritapahtumissa. Äidit

pohtivat, mitä kaikkea he olisivat toivoneet pystyvänsä tekemään, jos pandemia ei olisi estänyt. Myös lapsiperheiden tapahtumien ja erilaisten toimintojen peruminen koronarajoitusten johdosta aiheutti haastattelemissani äideissä pelkoa ja harmitusta, kuten seuraavissa sitaateissa tulee esiin:

”Se oli kyllä ehkä raskain vaihe, koska meillä oli toiveena mennä tällaseen joogakoulun järjestämään synnytysvalmennukseen, niin ne peruttiin. Ja se oli mulle jotenki ehkä isoin vastoinkäyminen, koska se herätti semmosta pelkoo jotenkin” (H5)

”silloin ku oli aika pitkä väli, kun oli ne rajoitteet, et ei päässy just sinne avoimeen päiväkotiin tai mihinkään niihin tapahtumiin, niin kyllä sitä jonku aikaa kestää, mut sit ku se jatku ja jatku, niin oli se vähän semmosta kyl ärsyttävää” (H3)

Koronarajoitukset sulkivat tai rajoittivat toimintoja ja lapsiperheiden palveluja pitkiäkin aikoja pandemian aikana. Äidit kuvailevat näiden tapahtumien perumisen herättäneen negatiivisia tunteita, kuten aiheuttaneen pelkoa ja tuntuneen ärsyttävältä. Nolvi ja kumppanit (2021, 5) toteavatkin tutkimuksessaan koettujen vapaa-ajan rajoitusten lisänneen vanhempien, erityisesti äitien, masennusoireita.

Yksinäisyyden kokemuksia

Äidit kertoivat kokeneensa jonkin verran yksinäisyyden tunteita uudessa elämäntilanteessa, jossa entuudestaan lähipiirissä ei ollut välttämättä sellaisia henkilöitä, joiden kanssa voisi jakaa arkea ja ajatuksia uudesta elämäntilanteesta.

“pienen lapsen ja taaperon hoitaminen on hyvin kokonaisvaltasta ja kyllä on hetkiä myös kun on tuntunut yksinäiseltä” (H1)

“välilä tuntuu että on vaikeeta lähteä (*lapsen*) kans täältä kotoota johonki perhekerhoon, koska mua myös jännittää, et miten mä tuun juttuun siellä niitten muiden vanhempien kans. Et semmonen niinku yksinäisyys ehkä kuitenkin -- vaikka on mulla koko ajan joku, jolle voin soittaa ja näin, niin silti sitä tuntee tietyl tapaa yksinäisyyttä. Ja kun ne ihmiset ei sit kuitenkaan oo täs samas elämäntilantees ja tuntuu että kulkee tuolla ihan omaa reittiä ja arki on ihan erilaista muilla, niin välillä on semmonen yksinäinen olo” (H2)

Yllä olevissa sitaateissa äidit kuvaavat yksinäisyyden liittyvän elämäntilanteeseen, jossa ollaan hyvin kokonaisvaltaisesti vauvan ja pienen lapsen kanssa paljon kotona, eikä lähipiirissä välttämättä ole samassa elämäntilanteessa olevia ystäviä. Äiti (H2) kuvaa, että vaikka ympärillä

olisi periaatteessa ihmisiä, joille soittaa, yksinäisyys voi syntyä siitä tunteesta, etteivät muut ole samanlaisessa elämäntilanteessa kuin itse on. Synnyttäneiden vanhempien yksinäisyyden tunne on myös vuoden 2020 FinLapset –tutkimuksessa ollut jonkin verran yleisempää vuoteen 2017 verrattuna (Klemetti ym. 2021, 5, 15). Kaikilla äideillä ei kuitenkaan ollut yksinäisyyden kokemuksia pikkulapsivaiheesta. Sen sijaan he kokivat yksin olemisen olleen enemmän oma valinta tai muuten sopineen heille hyvin:

“se ei oo sellasta pakonomasta, että se on ollu oma valinta tää tällanen eristyneisyys ja tällanen niinku ettei oo käyny missään, ku ei oo ollu pakko, että se on ollu enemmän sellanen meidän oma valinta, niin ei sillä lailla oo ahdistanu ollenkaan” (H4)

“ehkä sellanen henkilönäkin oon, että välillä kaipaan sitä omaa tilaa ja omaa aikaa niinku etten kaippaa niin muita, niin mua ei tää korona ehkä niin oo hetkauttanut sitte. Ja sit ku en oo osannu pelätäkään sitä niin paljon, tai kun tää vaan jatkuu ja jatkuu, niin tavallaan sitte et jotaki normaalia pääsis sit omalle lapselle tarjoamaan. Luulen, et oon vähemmistöä, et varmasti on vaikuttanut tosi paljon kyl tää korona-aika, mutta koen että itseeni ei niin kovasti kyllä oo.” (H3)

Yllä olevassa ensimmäisessä sitaatissa äiti kuvaa sosiaalista eristäytymistä ja kotona pysymistä perheen omaksi valinnaksi, jolloin se ei ole tuntunut ahdistavalta. Myös toisessa katkelmassa äiti pohtii kuuluvansa ehkä vähemmistöön, sillä häneen korona-aika ja eristäytyminen ei ole vaikuttanut kovin paljon. Hän kuvaa kaipaavansa omaa tilaa ja aikaa, eikä niin paljon muiden ihmisten seuraa, mikä voi hänen mukaansa selittää sitä, ettei koronapandemia ole vaikuttanut häneen niin paljoa.

Koronapandemia ja lapsiperheiden taloudellinen hyvinvointi

Äidit kertovat, että heidän perheidensä elämään koronapandemia ei ole tuonut taloudellisia haasteita lomautusten tai työn menettämisen takia. Useat äidit toivat päinvastoin esiin pandemia-ajan hyvinä puolina puolison etätyöt ja vähentyneet menot kodin ulkopuolella, mikä on tuonut perheelle myös säästöjä:

”ehkä enemmän (*koronapandemia*) jopa tuonu säästöjä, kun ei oo tarvinnu ajaa autolla työmatkoja tai ei oo tullu matkusteltua tai ravintolassa käytyä, että ehkä enemmän me ollaan oltu onnekkaita kun on ollu toistepäin sitte asiat kun on vakaat, pysyvät työt, eikä oo tullu kuluja oikein ollenkaan.” (H4)

”mun mies on saanu tehdä töitä ja on saanu sen kuukausipalkan, mikä on suunniteltu, että se tulee ja me ollaan oltu onnekkaita, koska ympärillä on hirveesti ihmisiä, jotka on tosi toisenlaisessa tilanteessa” (H5)

”jos ei ois koronatilannetta, niin ehkä kävisin vaikka kahvittelemassa useammin, mutta ihan hyvä lompakolle sit ettei tarvi, ettei sillä tavalla turhuuksiin mene.” (H3)

Moni äiti kuvasi tilannetta niin, että he ovat onnellisessa asemassa, koska sekä monella äidillä itsellään, että heidän puolisoillaan, oli pandemiasta huolimatta töitä ja vakaat tulot. Positiiviseksi vaikutukseksi koettiin, että rahaa ei kulunut rajoitusten estäessä liikkumisen kodin ulkopuolella, vaan rahaa jopa jäi säästöön tavallista enemmän. Äidit pohtivat, että ilman koronapandemian aiheuttamia rajoituksia he olisivat käyneet ravintolassa tai kahviloissa sekä matkustelleet, joten pandemian takia taloudellinen tilanne on pysynyt hyvänä. Tämä tulos on osin ristiriidassa sen kanssa, että koronapandemia on useiden tutkimusten mukaan vaikuttanut kielteisesti monien lapsiperheiden talouteen ja kokemukseen siitä, että käytettävissä olevat varat eivät riitä elämiseen (mm. Aalto-Setälä ym. 2021, 123; Karpman ym. 2020; Klemetti ym. 2021, 3). Erään äidin kokemus oli, että lapsen syntymisen ajoitus koronapandemian aikaan oli erityisen hyvä taloudellisesti ajatellen, sillä äiti työskenteli alalla, johon koronarajoitukset vaikuttivat voimakkaasti:

”Ja tää (*koronapandemia*) ois selkeesti näkyny siinä, et mun työt ois menny ja näin. Nyt mä olin äitiyspäivärahalla et ei siihen vaikuttanu. Et tavallaan jossain määrin mä oon aatellu et tää on niinku tosi hyvä hetki saada lapsi” (H5)

Yllä olevassa sitaatissa äiti kertoo, että hänen työnsä olisivat loppuneet koronarajoitusten takia. Perheen taloudellisen tilanteen takia oli parempi, että juuri koronarajoitusten aikaan hän sai äitiyspäivärahaa, eikä joutunut olemaan työttömänä. Myös hän kuvaa perheensä olleen onnekas siinä mielessä, että hänen puolisonsa on saanut kuukausipalkan, vaikka ympärillä on ollut paljon toisenlaisessa tilanteessa olevia.

Äidit toivat esiin myös tavanomaisempia lapsiperheiden taloudellisia haasteita, kuten kotihoidontuen riittämättömyyden ja Helsingin kaupungin päätöksen poistaa niin kutsuttu Helsinkilisiä yli 1-vuotiaiden lasten perheiltä. Näiden vuoksi perheiden on joissain tapauksissa täytynyt tehdä järjestelyjä taloudellisen tilanteensa turvaamiseksi, kuten seuraavassa otteessa tulee esiin:

”sillä, että oon tehny keikkaa, niin me ollaan pystytty vähän tasapainottaan perheen tuloja – että tota ei ihan täs pelkällä kotihoidontuella elellä, tai sit joutus tehdä niin suuri muutoksia omaan elämään, siihen elämänlaatuun ja ehkä niihin kivoihin juttuihin mitä tekee, että sen takii me ollaan valittu näin että mä teen sitte yövuoroja sen verran että saadaan lisätienestii ja pystytään tavallaan pitämään meidän elämänlaatu samanlaisena ku ennen lapsen syntymää.” (H2)

Äiti kertoo tehneensä keikkatöitä ollessaan lasta hoitamassa kotihoidontuella, jotta perhe on pystynyt pitämään yllä samankaltaista elämänlaatua kuin ennen lapsen syntymää. Hän kuvaa, että perhe joutuisi tekemään suuria muutoksia omaan totuttuun elämänlaatuun, jos hänen tulojensa muodostuisivat pelkästään kotihoidontuesta. Lapsiperheiden tuet ovat Salmen (2020, 64–66) mukaan pieniä verrattuna erityisesti pääkaupunkiseudun hintatasoon, sillä lapsiperheiden tuista on leikattu, eivätkä ne enää vastaa reaaliarvoltaan samaa kuin ennen 1990-luvun lamaa.

Jaksamista toivat oma aika, kodin ulkopuolinen tekeminen ja harrastukset sekä usko

Äidit nostivat esiin useita omaa jaksamistaan ja voimavarojaan vahvistavia asioita. Oman ajan saaminen ja puolison tasapuolinen osallistuminen arkeen ovat äideille tärkeitä voimavaroja:

”Ja sit sitä jaksamista, kyllä sitä tukee seki, että välillä saa ihan puol tuntia, tunti omaa aikaa et mun mies onneks antaa semmosta aikaa mulle ja silloin on tosi tärkeä, että ainaki itselleni, että mä pääsen liikkumaan, että ulkoilu ja liikunta itessään niinku palauttaa arjen stressistä” (H1)

”mä oon saanu kyllä tässä lapsen syntymän jälkeen mennä just niille menoille mihin oon halunnu mennä ja tehdä just niitä asioita mitä oon halunnu tehdä ilman että täytyy mitään perua. Jos halunnu mennä, niin isä kyllä aina kattoo ja on arjessa ihan tasapuolisesti hoitamassa mukana” (H2)

Äidit tuovat esiin sen tärkeyden oman jaksamisensa kannalta, että puoliso antaa heille omaa aikaa osallistumalla arkeen ja lapsen hoitamiseen (ks. Lammi-Taskula & Salmi 2014, 72–73; Törrönen 2012, 52–61). Omat menot ja omien asioiden tekeminen välillä lapsenhoidon lisäksi tukevat jaksamista pienen lapsen hoitamisessa. Myös omien harrastusten sekä opiskelun mainittiin tuovan vaihtelua pikkulapsiarjen keskelle, kuten seuraavassa sitaatissa käy ilmi:

”Sillon ekana vuonna siis, ku mulla oli opintoja, niin se oli kyllä kiva välillä päästä siitä niinku lapsiarjesta niiden opintojen pariin. Ja sitte taas se mahdollisti niinku opinnot tän koronan takia etänä, niin oli helppoo tän pienen lapsen kanssa et pysty osallistuun” (H3)

Yllä olevassa sitaatissa äiti kertoo siitä, että koronapandemian takia etänä järjestetyt opinnot on mahdollista yhdistää pienen lapsen kanssa kotona olemiseen. Ilman pandemiaa opinnot olisivat jääneet kesken siksi ajaksi, kun hän on lapsen kanssa kotona. Tämä toi äidin kokemuksen mukaan hänelle tervetullutta taukoa lapsiarjesta.

Omat harrastukset, kuten liikunta, mainittiin tärkeänä jaksamisen tuojana arjessa. Harrastaminen on saattanut olla tauolla niin kiireisen pikkulapsiarjen kuin koronarajoitustenkin myötä, ja siihen on jouduttu keksimään uusia keinoja. Luonnon ja elinympäristön merkitys on äideille tärkeä voimavara:

”oon just ennen tosi paljon joogannu, mut nyt sit se on ollu vähän hankalampaa, ku korona-aikana kun ei oo ollu niitä joogatunteja niin ei voi mennä, ja meillä on tosi pieni asunto, niin kyl mä oon jonkun verran tehny semmosii just zoomin kautta ohjattuja joogatunteja, mut se on ollu vähän haastavaa, et miten ne sovittaa aikatauluihin, ja voiko puoliso olla lapsen kanssa jossain ulkona ja miten me järjestetään se. Ja sitte luonto on ollu, me asutaan tota semmosella paikalla missä luonnonsuojelualue ihan meidän takapihalta alkaa, ja ihan tossa on sitte metsät, niin se on ollu kyllä ihan mielletön semmonen tuki” (H5)

”On pitäny olla luova. Onneks meillä on netti täynnä jumppavideoita tai maasto ulkona missä voi kävellä ja juosta, että, että luovuus peliin siinäkin, mutta toki aiemmin kyllä harrastin ryhmäliikuntatunteja ja niihin ei oo voinut sittemmin osallistua.” (H1)

Äidit kertovat kokevansa liikuntaharrastukset tärkeiksi itselleen, mutta niiden järjestämisessä on täytynyt korona-aikana käyttää luovuutta. Ryhmäliikuntatunteja ei järjestetty koronarajoitusten vuoksi, eikä kotona ole välttämättä ollut tarpeeksi tilaa harrastaa liikuntaa itsenäisesti. Haasteena mainittiin myös aikataulujen sovittaminen yhteen lapsen aikataulujen ja lapsenhoidon kanssa, mikä saattoi tuottaa haasteita tuoreille vanhemmille, jos perheellä ei ollut saatavilla lapselle hoitoapua. Elinympäristön ja luonnon merkitys korostuu äitien kokemuksissa siitä, että ainakin luontoon on päässyt kävelemään ja virkistäytymään, vaikka muut harrastukset olisivatkin tauolla.

Myös hengellinen ulottuvuus on äideille voimavaroja lisäävä asia. Äiti kertoo seuraavassa otteessa, miten usko on tuonut apua perheelle haastavina aikoina:

”yks merkittävä tekijä meidän perheen elämässä on usko, että se on auttanu meitä jaksamaan. Usko antaa voimaa siihen, että me ymmärretään laajempia merkityksiä elämässä ja korona on vaan yksi

vaihe tässä ihmiskunnan historiassa, ja näitä pandemioita on ollu ennenkin, että niinku suhteuttaa tätä elämää, niin ymmärtää, että loppupeleissä meil on asiat aika hyvin” (H1)

Sitaatissa äiti kertoo, miten usko on auttanut vanhempia jaksamaan ja antanut voimaa siihen, että he ymmärtävät laajempia merkityksiä elämässä ja sitä, että koronapandemia on vain yksi, ohimenevä vaihe historiassa. Äidin kokemuksen mukaan usko on suhteuttanut elämää ja auttanut ymmärtämään, että asiat ovat loppujen lopuksi hyvin.

Huoli lasten kehityksestä koronarajoitusten varjossa

Äidit kertoivat huolestaan siitä, miten korona-aika ja koronarajoitukset vaikuttavat heidän pienten lastensa kehitykseen. Monia mietitytti, miten poikkeukselliset olot, maskien käyttäminen ja vähentynyt sosiaalinen kanssakäyminen vaikuttavat pieniin lapsiin:

”mikä vieläki harmittaa on, että tavallaan kun menee tuolla, niin on se maski, niin se harmittaa kyllä, että vaikuttaako se esimerkiksi johonki tunne-elämään niinku lapselle?” (H3)

”Kyl mä silloin aluks, jotenki yleisesti ottaen mä olin huolissani just noista maskeista, että mä en halua pitää maskia, että mun lapsi ei niinkö, se ei nää mun kasvoja, et se on ihan pieni vauva ja se on elintärkeä et se näkee mun kasvot ja mun ilmeet ja et en mä halua käyttää, et se on väärin sitä kohtaan, et se on turvaton ja näin, mutta nyt ku mä aattelen, niin se on jotenki vähän huvittavaa että se laps leikkii jollain, et se sanoo että 'maski, maski, laita maski' ja laittaa semmosia näkymättömiä maskeja naamaan välillä ja asettelee niitä poskille” (H5)

Äidit kertovat huolestaan liittyen erityisesti maskien käytön vaikutukseen lasten tunne-elämän kehityksen ja turvattomuuden kokemusten kannalta, sillä pienet lapset eivät maskin takaa näe vanhemman kasvoja (ks. Vähäsarja 2021). Toisaalta maskien käyttämisestä on tullut myöhemmin lapsille jopa aihe leikkeihin, kuten toisessa sitaatissa kuvataan.

Pitkään jatkuva sosiaalinen eristäytyminen mietitytti äitejä. Myös muiden ihmisten tapaamisia äidit mieltivät lapsen kannalta; he pohtivat sen tärkeyttä, että lapsi tottuisi siihen, että ympärillä on muitakin ihmisiä kuin vain oma perhe:

”voi olla ihan hyvä -- että alkais näkeen ihmisiä, ettei ihan sitte pelästy ja alkais tottumaan siihen, että on muita ympärillä -- että se lapsi sais sitte niitä sosiaalisia kontakteja ja näkis muita ihmisiä” (H4)

”mä näkisin et varmaan enemmän tää henkisel tasolla on vaikuttanu muhun äitinä kuin ees lapseen, tai lapsi ei välttämättä osaa sitä ottaa sellasena, et hän ois jotenki jääny vaille, ku ei hän voi verrata mihinkään muuhun. Mutta on meidän lapsi arempi kuin mitä hän varmaan ois ollu ilman tätä pandemiaa, koska mä luulen että jos tätä ei ois ollu, me oltais tehty enemmän lapsen kanssa jo siitä lähtien kun hän on pieni, me oltais käyty aktiivisemmin paikoissa ja otettu paremmin kontaktia ihmisiin -- perhekerhossa (*lapsi*) ei uskaltanu ees kattoo keneenkään päin, et hän oli ihan mun sylissä ja puristi oikein, ja piti kiinni, että semmonen ihmispaljous jännittää häntä tosi paljon.” (H2)

Äidit kuvaavat miettivänsä, ovatko lapset arempia sosiaalisissa tilanteissa sen takia, etteivät he ole rajoitusten takia tottuneita siihen, että ympärillä on paljon ihmisiä ja koska perhe ei ole päässyt käymään tapahtumissa ja ihmisten parissa kuten olisivat toivoneet. Samaa ovat tuoneet esiin myös Kalland (Vähäsarja 2021) sekä Keltikangas-Järvinen (2012, 8), joka korostaa kolmen ensimmäisen elinvuoden tärkeyttä lapsen persoonallisuuden kehitykselle sekä käsitykselle ihmisten välisestä vuorovaikutuksesta. Toisaalta vanhemmat pohtivat, että pandemia-aika, maskien käyttäminen ja ihmisten rajoitettu tapaaminen ovat pandemian aikana syntyneille lapsille tavallista, sillä he eivät voi verrata tilannetta muuhun. Äidit pohtivat, että todennäköisesti pienet lapset tulevat selviämään hyvin poikkeuksellisesta ajanjaksosta elämänsä alkuvaiheessa. Äidit tuovat esiin, että haasteita saattaa olla siinä vaiheessa, kun yhteiskunta alkaa avautua, etteivät vähäisiin ihmismääriin tottuneet lapset säikähdä ihmispaljoutta, ja näkevät tärkeäksi, että tilanteita harjoitellaan vähitellen.

Toisaalta sosiaalisessa eristäytymisessä nähtiin myös positiivisia puolia. Äidit näkivät tärkeänä pienten lasten kehityksen kannalta, että perheellä oli mahdollisuus viettää paljon aikaa yhdessä:

”sillon ku lapset on pieniä, niin on tosi hyvä jos heidän kans pystyy viettää mahollisimman paljon aikaa, ja sitähan meillä on nyt ollu sitte, et just tää niinku mainitsin et ku me ollaan perheenä täällä koko ajan, niin mä luulen että (*lapselle*) jää kuitenkin todella ihanat muistot varhaislapsuudesta liittyen siihen, että äiti ja isi on ollu koko ajan siel mukana” (H2)

Yhdessäolo nähtiin positiivisena asiana nimenomaan lapsen kehityksen kannalta, koska äiti ja isä pystyvät olemaan paljon lapsen kanssa varhaislapsuudessa. Yllä olevassa otteessa äiti sanoo uskovansa, että lapselle jää hyviä muistoja varhaislapsuudesta molempien vanhempien ollessa koko ajan läsnä.

5.2 Sosiaalisen tuen kokemukset koronapandemian aikana

Formaali tuki – Neuvola ja lapsiperheiden palveluiden merkitys ja puutteet

Lapsiperheille tarjotaan neuvolassa paitsi terveydenhoitoa, myös yleistä tukea ja neuvontaa. Neuvola on universaali, kaikille tarjottava tuki, joka tavoittaa valtaosan alle kouluikäisistä lapsista. Erityisesti vauva- ja pikkulapsiaikana neuvolan merkitys on suuri ja perheillä on paljon neuvolakäyntejä:

”Eipä siinä sitte, neuvolassahan me käytiin sit aika useesti, ei me oikein sit missään muualla käytykään kuin neuvolassa siinä vaiheessa” (H4)

Koronarajoitusten aikana neuvolakäyntien merkitys korostui äideillä kodin ulkopuolisena kontaktina. Monet äidit kertoivat tilanteen vauvan synnyttyä olleen se, että neuvola oli ainoa tai ainoita paikkoja, jossa he kävivät kodin ulkopuolella koronataudin levitessä. Tämä korostaa entisestään neuvolan suurta roolia. Neuvolan antama tuki onkin tärkeää uusille vanhemmille, joille perhe-elämä ja lapsen hoitaminen ovat vielä uutta (ks. Viljamaa 2003).

Erityisesti se, että neuvolassa olisi pysyvä terveydenhoitaja, joka tuntee perheen ja lapsen, on vanhempien mielestä tärkeä asia. Tuttuun henkilöön pystyy äitien kertoman mukaan luomaan hyvän kontaktin ja luottamuksellisen suhteen:

”se on ihan äärettömän hieno asia, että sama ihminen on ollu koko siitä ajasta kun lapsi syntyny -- sekin luo sellasta varmuutta uudelle vanhemmalle että hei toi muistaa mun lapsen ja näkee kasvun ja kehityksen, ne ei oo vaan jotain massaa” (H1)

”Neuvolassa aina kysyttiin, että mitä kuuluu, niin se oli must kans ihana ele, et meiltä aina kysytään, et ihana, et jotain kiinnostaa ne omat kuulumiset.” (H3)

”neuvolassa siinä aluksihan käydään melko paljon ja meillä oli hyvä kontakti siihen, meillä oli niinku sama henkilö ihan alkuraskaudesta asti, ja siihen oli tullu semmonen tosi jotenki lämmin ja luottamuksellinen suhde” (H5)

Sitaateissa äidit kertovat siitä, miten tuttuun terveydenhoitajaan pystyttiin luomaan luottamuksellinen suhde ja luottamaan siihen, että hän tunsi perheen ja lapsen. Saman terveydenhoitajan vastaanotolla käyminen toi vanhemmille varmuutta lapsen kanssa toimimisessa. Myös

vanhempien huomioiminen ja kuulumisten kysyminen neuvolassa oli äitien kokemusten perusteella ihana ele.

Äidit nostavat esiin toiveen neuvolan henkilökunnan pysyvyydestä. Samaan aikaan äideillä oli myös kokemuksia siitä, että koronapandemian takia neuvolakäyntejä supistettiin ja resurssit olivat vähäiset:

”Ilmeisesti tossa meidän neuvolassa on henkilöstöpulaa ja paljon poissaoloja, että meidät ohjataan jonnekin tonne ihan eri alueelle, jossa tietenki varmaan vaihtuu koko ajan henkilö. Että se tuntuu tosi tylsältä kyllä -- neuvolassa vaihtuu henkilökunta ja ei oo porukkaa, ja tuntuu että neuvolan resurssit on nyt tosi alhaalla” (H4)

”Sit myöskin näin korona-aikaan nii neuvolakäyntejä on supistettu et niitä ei oo ihan yhtä paljon, ku normaalisti, ja niit on myös mahdollisuus käydä etänä, mistä ajatuksesta en pidä lainkaan -- työntekijät nyt on vaihtunu aika tiuhaan ja näin, mut sillehän nyt ei voi mitään, -- että tämmöstä se nyt vaan on sitte. Et toki se ois kiva jos ois semmonen neuvolatäti joka seurais mukana monta vuotta mutta eihän se välttämättä oo niin realistista.” (H2)

Sitaateissa äidit kertovat neuvolakäyntien vähentämisestä ja neuvolan resurssien vähäisyydestä koronarajoitusten takia. Toisilla oli kokemuksia siitä, että henkilöstöpulan takia heitä oli ohjattu kokonaan toisten alueiden neuvoloihin. Koronarajoitukset sekä vähentämistoimenpiteet ovat johtaneet siihen, että työntekijät ovat vaihtuneet useasti, eikä ole enää mahdollista, että olisi yksi ja sama työntekijä pitkän aikaa. Äidit kuvaavat, että muualle ohjaaminen ja työntekijän vaihtuminen tuntuivat heistä tylsältä. Samaa toteavat mm. Hakulinen ja kumppanit (2020, 7).

Äidit kokivat koronapandemian takia neuvolassa osin myös kiirettä ja resurssien vähäisyyttä. Tämä johti kokemukseen siitä, etteivät he välttämättä ole pystyneet ottamaan esiin neuvolassa mieltään askarruttavia asioita, kuten seuraavissa otteissa kuvataan:

”Vähän semmonen kiireen tuntu siellä on aina ollu, tai mä oon aistinu sen kiireen tunnun siellä, niin mulla on tullu semmonen olo, että mä en halua siellä ottaa esille asioita vaan enemmänki, että ne haluaa nyt nopeasti selvitä tästä, koska seuraava on jo tulossa. Että ei valitettavasti oo kyl tullu semmonen olo neuvolasta, et siel vois vapautuneesti ottaa esille jotain asioita, tai he osais ohjata meitä eteenpäin. Ei oo vaan tullu semmonen olo.” (H2)

”neuvolassa sais enemmän olla informaatiota siitä, että miten sitten hakee semmost sit niinkun apua tai keskusteluapua, et neuvolassaki saa niit lääkärinaikoja tosi heikosti, nii et on mun mielestä tosi huono tilanne neuvolassa” (H3)

Äideillä oli kokemuksia siitä, että neuvolakäynneillä oli havaittavissa kiireen tuntua. Tämän takia heille ei syntynyt tunnetta siitä, että olisivat kokeneet voivansa ottaa itseään askarruttavia asioita puheeksi. Neuvolasta ei myöskään välttämättä saanut tarpeeksi tietoa siitä, mistä voisi hakea keskusteluapua tai muuta apua tilanteeseensa sitä tarvitessaan. Äidit kertovat myös kokemuksistaan siitä, että koronapandemian takia paikan päällä järjestettävät perhevalmennukset peruttiin ja siirryttiin vähitellen etänä tapahtuviin verkkovalmennuksiin, mikä ei kaikilta osin ollut toimiva ratkaisu:

”se (*perhevalmennus*) oli just vaihtunu niihin verkkotapahtumiin, ja sit vielä siel ei osattu, että ensinnäki odotettiin puol tuntia et sinne porukkaa tulee, et ei oikein mikään toiminu siel et oli tosi heikot taidot heillä pitää tämmöstä verkossa, et ei jääny hyvää kuvaa siitä hommasta” (H3)

”ei oo saatu oikeestaan minkäänlaista perhevalmennusta, et semmosta ei oo ollu. Neuvolasta sa-nottiin, että kato näitä nettisivuja ja siis et, aina nettisivuille ohjattiin menemään. Niinku vaan itse etsiin netistä. Et sit kun mä olin odottanu että olis jonkinnäköistä perhevalmennusta, sellasta että olis vaikka edes yhden kerran joku etäryhmä, missä vois kysyä tai joku sellanen neuvolan järjes-tämä pienryhmätoiminta edes et ois.” (H4)

Äidit kuvaavat koronapandemian johdosta neuvolan perhevalmennuksen puuttuneen heiltä joko kokonaan tai olleen hyvin vähäistä. Äitejä ohjattiin neuvolasta tutustumaan itse verkkosi-vustoihin, tai järjestettiin verkkotapahtumia, jotka äitien kokemusten mukaan eivät olleet toi-mivia. Perhevalmennusten tai etäryhmän puuttuminen oli pettymys, koska äidit olivat odotta-neet saavansa niistä paljon apua ja mahdollisuuden kysyä heitä mietityttäviä asioita. Nämä tu-lokset ovat yhteneväisiä neuvolapalvelujen toiminnasta korona-aikana tehtyjen tutkimusten kanssa (mm. Hakulinen ym. 2020, 16, 25).

Leikkipuistojen ja avointen päiväkotien järjestämä toiminta koettiin tärkeäksi tueksi sekä lap-sen, mutta myös vanhemman oman jaksamisen kannalta. Avointa toimintaa on pyritty järjestä-mään koronarajoitusten sallimissa rajoissa usein ulkotiloissa. Äidit myös kuvaavat leikkipuis-tojen ja avoimen päiväkodin toimintaan osallistumisen olleen omaan jaksamiseen myönteisesti vaikuttava asia:

”ollaan siis käyty avoimessa päiväkodissa -- ollu tosi kiva kyllä osallistua ja onneksi suurin osa (*tapahtumista*) on toteutunukin. Niistäkin koen, että on ollu hyötyä ja just ehkä omaan jaksami-seen, että kiva että vähän näkee muitakin vanhempia ja vähän erilaisia tapahtumia.” (H3)

”tosi lähellä meidän kotia on semmonen leikkipuisto, että siinä on semmonen sisätila ja sit iso puisto -- siellä on kaikkee ohjattua toimintaa nyt siellä on ollu niinku ulkona, mutta nyt sitte

ehkä kuukausi sitte alko sisätiloissa se toiminta, että siellä on joka päivä jotain maalausta tai musiikkituokiota, loruhetki tai disko tai jotain. Se on ihan siis mahtava, siellä on tosi kivoja työntekijöitä ja siellä on kiva tunnelma niin semmonen, et laps selkeesti tykkää olla siellä ja se on niinku, itekki niinkö, mielellään menee sinne kun siellä on muita ihmisiä” (H5)

Äidit kuvaavat leikkipuistojen, avoimien päiväkotien ja kerhojen toiminnan olleen heidän omalle jaksamiselleen tärkeitä asioita. Avoimessa toiminnassa on voinut tavata muita, samantyyppisessä elämäntilanteessa olevia vanhempia ja nähdä erilaisia tapahtumia (mm. Perälä ym. 2014, 230). Lisäksi työntekijät ovat äitien kokemusten mukaan olleet kivoja ja tunnelma on hyvä, jolloin sekä lapset että vanhemmat ovat viihtyneet toiminnassa. Leikkipuistoissa ja avoimissa päiväkodeissa on tehty erityisjärjestelyjä, kuten järjestetty toimintaa ulkona sisätilojen sijaan koronarajoitusten takia. Vanhemmat toteavat olleensa tyytyväisiä siihen, että toimintaa ylipäätään on järjestetty.

Tukea ja apua muun muassa lapsen uniongelmiin äidit hakivat neuvolasta. Vauvan heräilystä johtuva unenpuute sekä tuoreiden vanhempien herkistynyt mieliala saattavat koetella vanhempien jaksamista:

”meillä oli semmonen vaihe, että meidän (*lapsi*) heräs 6–8 kertaa yössä, mikä on ilmeisesti aika tavallista jopa suurimmassa osassa vauvaperheitä, mutta silloin se kävi mun mielenterveydelle aika raskaaksi, että olin tosi väsynyt, -- niin lähettiin sitten unikoulua toteuttamaan tän uniohjaajan neuvojen perusteella ja se oli oikein hyödyllistä, että jälkikäteen ajatellen niin onneks uskalsi kysyä apua” (H1)

Yllä olevassa sitaatissa äiti kertoo lapsen heränneen vauva-aikana useita kertoja yössä, mikä kävi äidin omalle mielenterveydelle raskaaksi. Vauva-ajan haastavuudesta kirjoittaa myös mm. Korja (2017). Sitaatissa äiti kuvaa perheen saaneen apua neuvolan uniohjaajan neuvojen perusteella toteutetusta unikoulusta ja kertoo kokeneensa neuvot hyväksi. Äiti toteaa olleen hyvä asia, että vanhemmat uskalsivat pyytää apua vaikeaan tilanteeseen.

Äidit mainitsevat saaneensa apua lapsiperheiden palveluista läheisiltä saadun konkreettisen lastenhoitoavun lisäksi. Äiti kertoo tilanteesta, jossa heidän perheensä sai kotipalvelusta lastenhoitoapua:

”mun äiti sano monesti, että vitsi ku ei ois tätä koronaa, niin et vois käydä useemmin ja se kyllä vaikutti siihen, että sitte lastenhoitoapua me ollaan saatu neuvolan kautta ja saatiin semmonen palveluseteli -- just kun meillä ei oo sellasta tukiverkostoo joka vois auttaa, niin sit me käytettiin se seteli ja sitä kautta saatiin hoitoapua, sieltä löyty semmonen vakituinen, tosi kiva hoitaja -- meillä se oli nimenomaan, että oli just sen lapsen kanssa, että sit mä pystyisin käydä ite jossain vähän liikkumassa ja jotain asioita, mitä pitää hoitaa ilman lasta ja näin. Että se oli ihan mahtava, et se oli aivan uskomattoman hieno systeemi ja edullinen, et sitte se ei ollu myöskään siitä rahasta kiinni, että pysty hyödyntää sitä palvelua” (H5)

Sitaatissa äiti kertoo, että lapsen isoäidin toiveena olisi ollut tulla auttamaan enemmän, mutta pandemia esti tai ainakin vähensi merkittävästi vierailuja perheen luona. Oman tukiverkoston puuttumisen johdosta perhe sai konkreettista apua neuvolasta. Lapsiperheiden kotipalvelun työntekijä auttoi perhettä lastenhoidossa, antaen äidille omaa aikaa hoitaa omia asioitaan ja pitää huolta omasta jaksamisestaan. Äiti kertoo perheen hyötyneen avusta ja pitäneen palvelua hienona asiana varsinkin siksi, ettei palvelun hyödyntäminen ollut kiinni rahasta, ja koska heillä oli vakituinen ja kiva hoitaja. Seuraavassa otteessa äiti kertoo perheen saaneen lapsiperheiden kotipalvelusta lapselle hoitajan siksi aikaa, kun vanhemmat kävivät pariterapiassa:

”tää prosessi on menny tosi hienosti, selkeesti vaik jonot pariterapiaan oli yli vuoden, niin me päästiin saman tien, koska oli pieni lapsi -- on tärkeätä et tilanne ratkastaan nyt, päästiin jonon ohi -- ja sitte tää tuen saaminen lapsiperheiden kotipalvelusta -- et tosi sujuvasti hoitunu ja nopeesti, et siitä oon ollu tosi tyytyväinen” (H2)

Sitaatissa äiti kuvaa, että perhe on saanut hoitoapua lapsiperheiden kotipalvelusta, mikä on mahdollistanut vanhempien pariterapiakäynnit. Äidin mukaan lapsiperheiden palvelut toimivat hyvin ja heidän saamansa avun hoituneen koronapandemiasta huolimatta sujuvasti ja nopeasti, mihin hän on ollut tyytyväinen. Terapian nopeaan järjestymiseen vaikutti se, että heillä on pieni lapsi, jolloin nähtiin tärkeänä se, että vanhempien tilanne saadaan ratkaisua nopeasti.

Informaali tuki – koronarajoitukset vaikuttivat läheisten tukeen ja konkreettiseen apuun

Monet äidit kertovat koronapandemian vaikuttaneen siihen, että heidän puolisoillaan oli mahdollisuus tehdä etätöitä. Äidit kokivat isien kotona olemisen tärkeänä tukena itselleen, koska isät pystyivät olemaan kotona auttamassa lapsen kanssa etätöiden ohessa:

”mun mies pystyy tekee etänä täysin töitä, mikä toki liittyy just tähän korona-aikaan, ei hän ennen koronaa niin ihan täysin etänä nyt tietenkää töitä tehny, nii et on koko ajan joku tukena

tääl kotona, et ei oo sitä sellasta et tarvii pidättää pissaa tai muuta et ei niinku pääse tekemään, ku joutuu yksin tääl oleen vaan. Me jaetaan sitä vastuuta arjessa tääl kotona siitäki huolimatta, et mies tekee tos koneella töitä” (H2)

”miehen työhön nyt sinänsä vaikutti, et hän on kotona etätöissä, niin että ollaan oltu kaikki täs kotona mikä on tietysti ollu kivaa vauva-aikana, että on ollu koko ajan toinen siinä talossa läsnä, vaikka toki siinä ollu ite vauvan kanssa” (H4)

Yllä olevissa sitaateissa äidit kertovat, että heidän puolisoillaan oli koronapandemian myötä mahdollisuus tehdä etätöitä kotoa käsin, mikä ei välttämättä aiemmin ollut mahdollista. Tämä koettiin erityisen tärkeänä opetellessa vauva-arkea, koska vauvan toinen vanhempi oli tarvittaessa läsnä päiväaikaan. Äiti kuvasivat, että puolison oleminen kotona toi heille tukea ja varmuutta sen lisäksi, että se vähensi heidän kokemuksestaan yksin vauvan kanssa olemisesta.

Äidit nostivat esiin puolison antaman tuen lisäksi läheisten tapaamisen ja tukiverkoston tärkeyden pikkulapsiaikana. Monen kokemus oli, että omia perheenjäseniä oli tärkeä päästä tapamaan ja se oli onnistunutkin rajoituksista huolimatta. Äidit toivat myös esiin, että olisivat kokeneet itsensä yksinäisemmäksi, jos perhettä ei olisi ollut lähellä:

”jos ydinperhe rajoittuu vaan siihen omaan perheeseen, jos lähisukulaiset puuttuu, isovanhemmat esimerkiksi lähialueelta että pystyis auttaa siinä lapsen hoidossa, niin jos kerhot viedään ja sitten vielä sitä lähipiirin kontakteja, kyllä se käy varmasti hyvin kuormittavaksi -- meillä on ollu sellasta tukiverkostoa hyvin tänä korona-aikana, että mietin sitä vaan että jos ei olis näitä lähiomaisia tässä ihan lähellä, niin olis varmasti ollut aika yksinäistä varsinkin kun oltiin näillä etäyhteyksillä läsnä kerhoissa, et sitä ihan pienintä vauvavaihetta mietin, että kun kun lapsi on alle vuoden niin siinä kyllä tarvii paljon apua.” (H1)

”nähtiin tosi paljon mun siskon kanssa ja lasten kanssa niin sitä kautta sitte en joutunu kuitenkaan yksin oleen, et mul ei oo niinku sit semmosta kokemuksesta, että jos tavallaan ei oiskaan ketään et sit oli just sisko semmonen, josta oli tosi paljon apuu siitä, että pysty lapset näkemään ja näin” (H3)

Sitaateissa äidit kertovat kokemuksistaan siitä, että lähisukulaisia on ollut auttamassa ja heitä on voinut tavata pandemiasta huolimatta. Äidit totesivat huomanneensa, että lapsen ollessa pieni sukulaisten apua ja tukea tarvittiin, ja jos sukulaisten apua tai kerhotoimintaa ei olisi ollut, arki olisi voinut olla hyvin kuormittavaa ja yksinäisempää pienen lapsen kanssa. Osalla äideistä tätä tukea omilta läheisiltä on ollut saatavilla enemmän kuin toisilla.

Äidit pohtivat sitä, millainen heidän tilanteensa oli koronarajoitusten ja erityisesti Uudenmaan sulun ollessa voimassa lapsen ollessa pieni. Uudenmaan sulku mainittiin asiana, joka osin esti sukulaisten ja läheisten tapaamisen ja vähensi heiltä saatua lastenhoitoapua ja muuta tukea:

H5: ”se missä ehkä se korona näky oli se, että ihan heti ei tullu kukaan käymään ja osittain myös siitä syystä, että vanhemmat tosiaan asuu (*toisessa kaupungissa*), että ne nyt ei muutenkaan ois voinu heti tulla. Et sit ku ne tuli, me tavattiin ulkona, ja samoin puolison vanhemmat tuli käymään, niin sit ulkona käytiin kävelyllä ja kahviteltiin...”

K: ”Niin tää Uudenmaan sulku, eiks silloin kun (*lapsi*) syntyy, niin oli just tää sulku?”

H5: ”Joo, ja sehän siinä oli, kun mun vanhemmat ei ees tienny, et pääsee ne tulemaan tänne...”

Äiti kuvaa sitaatissa sitä, että vauvan synnyttyä kukaan ei tullut heti käymään ja katsomaan vauvaa. Tähän vaikuttivat sekä koronarajoitukset ja kehotukset vältellä sosiaalisia tilanteita, mutta myös välimatka isovanhempiin (ks. Tanskanen 2014, 51, 67). Isovanhempien tullessa käymään he eivät tulleet sisälle perheen kotiin, vaan isovanhempien kanssa tavattiin ulkona kahvitellen. Tapaamisissa noudatettiin varovaisuutta, ettei virus tarttuisi esimerkiksi vanhempiin sukulaisiin tai heiltä lapseen, kuten tulee esiin seuraavassa sitaatissa:

”semmonen stressi tulee aina sit siitä ku heit näkee, et ei varmastikaan sairastuta heitä, mikä on sit osittain varmaan kans vaikuttanu siihen et miten paljon on nähty. Sithän jossain kohtaa oli näitä alueellisia rajoituksii, elikä Uudeltamaalta ei päässy liikkumaan, nii meidän lähestulkoon kaikki sukulaiset jäi sinne toiselle puolelle, että toki silloin heitä ei voinut edes nähdä. Varmasti oltas hyvin paljon enemmän tavattu (*sukulaisia*), jos tätä ei ois ollu tätä pandemiaa täs, kyl mä näin arvioisin.” (H2)

Äiti arvioi, että sukulaisten tapaaminen on jäänyt paljon vähemmälle pandemian takia, kuin mitä se olisi ollut ilman pandemiaa. Koronarajoitukset sekä Uuttamaata koskeva sulku rajoittivat konkreettisesti lapsiperheiden läheisten tapaamista ja sitä, kuinka pian ja millä tavoin läheiset pystyivät tapaamaan vastasyntyntä vauvaa. Iäkkäiden sukulaisten tapaamisia vähennettiin erityisesti tartuntojen pelossa, mikä nosti esiin harmitusta jälkikäteen:

”isovanhempia en oo, en nähny vuoteen, olisko ollu pisin aika, niin kyllä sit harmitti että mun-kaan mummi ei sit nähny mun omaa lasta kun oli pieni” (H3)

Äidin omien isovanhempien tapaaminen ei ollut onnistunut vuoteen koronarajoitusten ja tartuntojen pelossa. Tämä aiheutti äidille harmia siitä, että oman lapsen vauva-aika jäi heiltä näkemättä.

Yksi merkittävä asia, joka vaikutti läheisten antamaan tukeen, oli suhtautuminen kulloinkin voimassa oleviin koronarajoituksiin. Suhtautumisessa rajoituksiin oli eroja sekä äitien kesken että heidän sukulaistensa välillä:

”Mut toki piti miettiä sitte nimiäisiä, et vaan niinku perhe, perheiden kesken vietettiin et ei muita, et silleen tommoset rajotukset” (H3)

”on kyllä ollu sellasta, et he (*isovanhemmat*) on ollu tosi varovaisia näkemään, et vaikka he asuu tässä lähellä, niin ei he oo esimerkiksi kertaakaan käyny vaikka meillä sisällä, että he on käyny vaan siinä ulkona, sellasta niinku et, et voidaanko edes nähdä ja on ollu sellasta hyvin pienimuotoista” (H5)

”ihan lähimmät kävi siinä alussa, mutta ei, siinä meni monta kuukautta ennen ku sitte toiset ystävät tuli, eikä oikeestaan sitte nyt puoleen vuoteen ole käyny muita kylässä. -- Nyt sitte alkaa olla varmaan sellanen aika, että ku alkaa olla rokotteet ja vauva ei oo ihan vastasyntyny enää, niin ehkä täytyy alkaa uskaltaa liikkua” (H4)

Yllä olevissa sitaateissa äidit kertovat, että vain läheisimmät perheenjäsenet kävivät katsomassa vauvaa pian syntymän jälkeen, mutta muiden perheenjäsenten kohdalla odotettiin pidempään. Erään äidin (H4) perhe on halunnut itse välttää tartuntojen mahdollisuutta, mutta äiti pohtii, että nyt he voisivat alkaa uskaltaa liikkua enemmän. Eristäytyminen ja sosiaalisten tilanteiden välttely ovat johtuneet sekä haastateltavien omien perheiden tahdosta, mutta myös osa lähisukulaisista on ollut hyvin varovaisia tapaamisten suhteen. Tämän takia toinen äiti (H5) kertoo, että isovanhempienkin tapaamiset ovat tapahtuneet ulkona ja olleet hyvin pienimuotoisia. Rajoitukset ovat vaikuttaneet myös tärkeisiin tapahtumiin, kuten lapsen nimenant juhliin, joita on juhlistettu mahdollisesti pienemmässä mittakaavassa kuin tavallisissa oloissa. Toisaalta osa haastateltavista kuvaili perheensä tietoisesti liikkuneen melko avoimesti ja käyneen esimerkiksi sukulaisten luona ja leikkipuistossa:

”kuitenkin me ollaan eletty aika silleen tietosesti aika avointa elämää, että ollaan matkustettu junalla mun sukulaisten luo -- ja ollaan silleen, jos mä vertaan joihinkin muihin, et ollaan kuitenkin oltu sosiaalisia ja käyty leikkipuistoissa” (H5)

Sitaatissa äiti kuvaa perheensä tehneen tietoisesti päätöksen elää pandemian aikana avointa elämää. Tähän on sisällytetty sosiaalisuutta, junalla matkustamista sukulaisten luo ja leikkipuistossa

käymistä. Lähisukulaiset ja erityisesti isovanhemmat mainitaan aineistossa tärkeänä sosiaalisena tukena ja heiltä äidit kertovat saaneensa konkreettista apua arkeen:

”äiti asuu (*samalla paikkakunnalla*) – ja sit ku äiti on täällä, niin hän on kyllä aina apuna tässä näin” (H2)

”oli sektiosynnytys ja mä en saanu nostaa -- kun mies palas töihin, niin oli isovanhemmat täällä vuorotellen parin viikon aikana sitte auttamassa kotitöissä, et he on ollu täällä muutamaa otteeseen sellaisia viikon, parin jaksoja sitte kerrallaan” (H4)

Äidit nostavat esiin isovanhempien ja muiden läheisten sukulaisten merkityksen siinä, että ovat saaneet käytännön konkreettista apua lapsen hoidossa ja kotitöiden tekemisessä. Isoäiti on ensimmäisen sitaatin mukaan ”aina apuna”, ja toisessa sitaatissa kuvataan isovanhempien olleen apuna viikon, parin jaksoja kerrallaan sektiosynnytyksen jälkeen. (Ks. Tanskanen 2014; Ruoppila 2014, 110–111; Leino 2011, 41–44.)

Merkittävää äideille on ollut myös se, että isovanhemmat ja muut sukulaiset ovat kutsuneet heitä vierailuille ja syömään. Koronarajoitusten aikana kyläilypaikkoja on ollut entistä vähemmän, eikä ole ollut mahdollista mennä ”oikein mihinkään” joten nämä mahdollisuudet vierailuihin on koettu tärkeiksi.

”On ollu kiva et on päässy vähän sieltä oman kodin ulkopuolelle ja on vaikka valmis ruoka ollu, niin on se ollu kiva mennä vähän muualle kuin olla kotona. Et ku jossain vaiheessa oli enemmän nää rajoitteet eikä oikein ollu mahollista mennä oikein mihinkään, niin oli se sit tosi kiva et pääs sitte omien vanhempien luokse, et vähän semmosta muutaki ympäristöä, ku vaan se oma koti” (H3)

”tädin, joka asuu tässä lähellä, ja hän on kutsunu säännöllisesti meitä syömään -- on kutsunut kylään ja on päässy valmiiseen pöytään syömään, niin vähän sellasta arjesta poikkeavaa ja helpottavaa” (H1)

Tärkeinä merkityksinä mainitaan virkistys ja vaihtelu, kun perheet ovat päässeet välillä lähtemään pois kotoa sukulaistensa luona. Äitien kokemusten mukaan on ollut tervetullutta vaihtelua päästä sukulaisten luokse kyläilemään ja syömään valmiiseen pöytään, mikä on tuonut helpotusta arkeen ja ollut perheille myös konkreettista apua (Leino 2011, 41–44).

Eräs äiti nostaa esiin kokemuksensa siitä, että tukiverkoston apua ei ole hänelle ollut niin paljon saatavilla kuin hän ja hänen perheensä olisivat tarvinneet. Tällöin läheisten konkreettista apua on tullut korvaamaan neuvolan kautta saatu kotipalvelun apu, kuten seuraavassa sitaatissa tulee näkyväksi:

”oltais tarvittu lapsenhoitoapua, mutta sukulaisista ei oo -- mun äiti sano monesti, että vitsi ku ei ois tätä koronaa, niin et vois käydä useemmin – niin sitte lastenhoitoapua me ollaan saatu neuvolan kautta, saatiin semmonen palveluseteli kun meillä ei oo sellasta tukiverkostoo joka vois auttaa (*asuinkaupungissa*), niin sit me käytettiin se seteli ja sitä kautta saatiin hoitoapua, ja se on kyllä ihan tosi mahtava, että sieltä löyty semmonen vakituinen, tosi kiva hoitaja” (H5)

Äiti kertoo, että perheen sukulaisia ja sellaista lähiverkostoa, joka voisi auttaa lapsen hoitamisessa, ei asu heidän lähellään, ja koronapandemia on vähentänyt isovanhemman mahdollisuuksia matkustaa perheen luokse. Tulokset viittaavat siihen, että koronapandemia on vaikuttanut siihen, kuinka paljon isovanhemmat pystyvät olemaan konkreettisesti perheen apuna (ks. Klemetti ym. 2021, 15; Heino & Kara 2020, 257). Toisaalta seuraavassa sitaatissa äiti kertoo myös näkemyksistä, ettei hän ja hänen puolisonsa kokeneet tarvetta lapsenhoitoavulle, vaikka läheiset olivat tarjoutuneet sitä antamaan:

”He (*isovanhemmat*) olivat kyllä valmiina auttamaan ja näin, mutta me ei oo viety lasta hoitoon oikeestaan, et nyt vasta sit ollaan viety. En oo kokenu et tarvitsisi viedä. Vaik toki oltais saatu varmasti apua ja sitä on molemmat isovanhemmat kyselleet, mut me ollaan koettu et ei me olla tarvittu.” (H3)

Hoitoavun ja tuen tarve riippuu myös paljon perheen jaksamisen kokemuksista. Yllä olevassa sitaatissa äiti kuvaa tilannetta, jossa hän ja puoliso ovat kokeneet, ettei hoitoapua ollut tarvittu aikaisemmin, vaikka isovanhemmat olivat sitä tarjoutuneet antamaan.

Läheisten antama lapsenhoitoapu ja muu tuki vaihtelivat paljon haastateltavien perheiden tilanteen mukaan; toisilla isovanhemmat olivat melko pitkänkin aikaa auttamassa, mutta toisilla tätä mahdollisuutta ei ollut. Korona mainittiin erityisesti syynä sille, että kaukana asuva isovanhempi ei ole päässyt matkustamaan perheen avuksi niin usein kuin olisi toivonut. Koronarajoitukset olivat myös vähentäneet perheiden sosiaalisia kontakteja ja kyläilypaikkoja niin, että vain muutamien läheisimpien luona pystyi käymään kyläilemässä.

Koronarajoitukset vaikeuttivat vertaistuen saamista ja uusien kontaktien syntymistä

Äidit kokivat tärkeänä, että heillä on samassa elämäntilanteessa olevia läheisiä ystäviä tai sukulaisia. Leikkipuistot ja avoin varhaiskasvatus mainitaan tärkeinä paikkoina ulkotiloissa, joissa on voinut kohdata muita pikkulapsiperheiden vanhempia ja jakaa kokemuksia myös silloin, kun sisätilat olivat suljettuina.

”tärkein on ollut sen ystävän kanssa jolla on niin saman ikäinen lapsi, niin samanlaisessa tilanteessa, niin hänen kanssaan niinku ajatusten vaihdot on ollut kaikista tärkein -- onneksi hänen kokemuksista on ollut hyvin samanlaisia niin on pystynyt, et no tää kuuluu tähän kehitykseen, että tää onkin niinku normaalia, et tosi suuri merkitys sillä, että on niinku kaveri samassa tilanteessa” (H3)

Äiti kertoo kokeneensa tärkeimmäksi, että hänellä on ystävä, joka on samanlaisessa elämäntilanteessa, ja jonka kanssa on voinut jakaa ajatuksia ja kokemuksia pienen lapsen vanhemmuudesta tai esimerkiksi lapsen kehityksestä. Myös tutkimukset korostavat vertaistuen merkitystä nimenomaan ensimmäisen lapsensa saaneille vanhemmille (Sourander ym. 2021; Viljamaa ym. 2003). Äidit kertovat kokemuksistaan, että koronarajoituksista huolimatta hän on pystynyt tapaamaan ystäviä pienissä ryhmissä ja saamaan heiltä vertaistukea:

”Kyllä vaikka koronarajoitukset on päällä, niin ihmiset on halukkaita tapaamaan pienessä porukassa ja onkin saanut sitä vertaistukea. Tässä on kirkon kerho missä on erilaisia äitejä tästä alueelta niin heidän kanssaan ollaan viestitellyt, että vaikka ei olla tavattu kirkon kerhon tiloissa nyt --, niin ollaan oltu silti yhteyksissä.” (H1)

Äiti kertoo kokemuksistaan, että ihmiset ovat olleet halukkaita tapaamaan pienessä porukassa koronarajoituksista huolimatta. Kirkon kerhossa toisensa tavanneet äidit ovat pitäneet yhteyttä silloinkin, kun kerho oli koronarajoitusten takia suljettuna, eikä siellä ollut mahdollista tavata.

Koronapandemia ja rajoitukset ovat äitien kokemusten mukaan aiheuttaneet haasteita sosiaalisissa tilanteissa, koska vanhemmilla on ollut epätietoisuutta siitä, millä tavalla on luvallista ottaa kontaktia ja tutustua uusiin ihmisiin. Äidit kuvaavat seuraavissa sitaateissa, kuinka erityisesti uusien ihmisten kohtaaminen leikkipuistoissa ja muissa lapsiperheille tarkoitetuissa matalan kynnyksen palveluissa on ollut heille osin vaikeampaa kuin ennen koronapandemian aiheuttaman epävarmuuden takia:

H5: ”sen mä huomaan, että vaikka mä oon aika semmonen puhelias ja sosiaalinen – niin vaikka siellä puistossa, jos me nyt ollaan käyty siellä vuoden melkein joka päivä, niin miks mä en oo siellä tutustunu niihin muihin vanhempiin esimerkiks? Se vaikuttaa, koska mä huomaan ite, että vaikka kuinka mä oon ollu silleen suht rento tänä koronan kanssa, niin mä huomaan, että se on vaikuttanu omaanki käytökseen”

K: ”että uskaltaako tai pystyykö vaikka sit lähestymään toista, vai onko jotenki semmonen...?”

H5: ”Joo, kyl se on -- jotenki semmonen, että on tosi paljon tietosempi siitä, että miten mä oon sijoittunut suhteessa muihin ihmisiin. Ja mä oon ihan varma, että se vaikuttaa myös ihmisen psyykeeseen, että kuinka erillään on muista ihmisistä tai kuinka paljon mä oon yhteydessä muihin ihmisiin. Niin se on tavallaan semmonen asia, mistä mä oon huolissaan silleen yleisesti -- ettei meillä jää päälle se semmonen varautuneisuus tai joku”

Sitaatissa äiti kertoo pohtineensa sitä, miksi hän ei ole tutustunut leikkipuistossa muihin vanhempiin, vaikka on käynyt siellä lapsensa kanssa vuoden ajan melkein päivittäin. Hän kuvaa olevansa sosiaalinen ihminen, mutta huomanneensa, että koronarajoitukset ovat vaikuttaneet hänen omaan käytökseensä niin, että hän kiinnittää nykyään enemmän huomiota siihen, miten on sijoittunut suhteessa muihin ihmisiin. Hän kertoo huolestaan liittyen siihen, miten sosiaalinen eristäytyminen vaikuttaa ihmisiin pidemmällä aikavälillä, jos varautuneisuus muita ihmisiä kohtaan jää päälle.

Myös seuraavassa sitaatissa äiti kertoo huomanneensa, että koronapandemian takia on ollut vaikeampaa ottaa kontaktia muihin vanhempiin. Uusiin ihmisiin tutustuminen on hänelle tavallisesti helppoa, minkä takia hän on miettinyt, miksi kenenkään toisen vanhemman kanssa juttelu ei ole mennyt syvällisemmäksi:

”on vaikeampi ottaa muihin ihmisiin yhteyttä ja tutustua ihmisiin, mua arastuttaa jotenki se ihan hirveesti, mikä on tosi hassua, ja mä väittäisin, että se johtuu tästä, että on ollu niin pitkä aika ku on nähny niin paljon vähemmän ihmisiä ja ollu vuorovaikutuksessa -- Ja sit ku ollaan käyty näis perhekerhoissa ja muskareissa ni kyllähän siellä aina tulee sit jutusteltua toki muiden vanhempien kanssa mutta se ei oo menny kovin syvälliseksi, musta tuntuu et on ollu vähän hankala niinku saada ystäviä näistä muista vanhemmista vaikka koen olevani tosi sosiaalinen ja normaalisti tutustun herkästi ja helposti ihmisiin, ni se ei oo ollu nyt ihan yhtä helppoo -- ku on yrittäny ottaa kontaktia niin muutki vanhemmat on vähän enemmän varuillaan...” (H2)

Sitaatissa äiti tuo myös esiin olevansa luonteeltaan sosiaalinen, mutta on huomannut, että nykyään häntä jännittää ihmisiin tutustuminen. Hän kokee tämän johtuvan siitä, että on ollut jo pitkä aika, jolloin on nähnyt vähemmän uusia ihmisiä ja ollut vähemmän vuorovaikutuksessa. Hän kuvailee, että perhekerhoista ja muskarista on ollut hankalaa saada ystäviä muista vanhemmista, vaikka normaalisti tutustuu helposti ihmisiin ja on sosiaalinen. Hän pohtii myös, että on ollut vaikea tietää, millä tavalla tulisi itse käyttäytyä ja millä tavalla pieniä lapsia tulisi ohjeistaa

käyttäytymään, sillä ihmisillä on erilaisia käsityksiä asiasta. Myös kasvomaskien käyttämisen ja välimatkan pitämisen koettiin vaikeuttavan tutustumista.

Äidit nostavat esiin vertaistuen merkittävänä sosiaalisen tuen muotona. Kokemusten jakaminen samanlaisessa elämäntilanteessa olevien vanhempien kanssa oli tärkeä asia, jota tuoreet äidit haastatteluissa toivoivat.

”Että ehkä enemmänkin olisin toivonut sit taas sitä tukea muilta äideiltä, jotka on samas tilanteessa -- et se on ollu sit vähän erilaista tukea mitä ainakin itse olisin toivonu, mitä täs ei oo saanu. -- just se vertaistuki, se että kun lapset käy läpi samoja kehitysvaiheita, niin tukea siihen, ihan vaan semmost tukee, et voi sanoo toiselle, että vitsi että oli rankka yö -- se et löytyis niinku tästä hetkestä joku tuore esikoisen vanhempi, jonka kanssa jutella ja jakaa, nii sitä pitäisin semmosena itselle ainakin, et se olis tärkeempi” (H2)

Äiti kertoo toivoneensa, että olisi pandemian aikana saanut jutella ja samalla saada vertaistukea muilta äideiltä, jotka ovat samassa tilanteessa (Leino 2011, 41). Olisi ollut hänen kokemuksensa mukaan tärkeää päästä jakamaan kokemuksia toisen esikoisen vanhemman kanssa arkielämästä ja esimerkiksi rankoista öistä. Merkittäväksi asiaksi nousee se, ettei ensikertalaisille vanhemmille välttämättä koronarajoitusten takia aikana järjestetty lapsiperheiden palvelujen, kuten neuvolan kautta mahdollisuutta vertaisryhmään osallistumiseen:

”se pääajatus ehkä tässä koronassa ja raskaudessa ja lapsen saamisessa on se, et kun oli aika vähän tietoa, eikä myöskään kaupungin tasolta sit niinku minkään näköistä vertaisryhmää tai mitään tietoo oltu saatu aikaseksi, että se oli kaikista suurin asia” (H4)

Äiti kuvaa kaikkein suurimmaksi asiaksi lapsen saamisesta koronapandemian aikana sen, ettei kaupungin taholta tullut mitään tietoa koronasta, eikä vanhemmille järjestetty minkäänlaista vertaisryhmää. Nämä tulokset ovat yhtäläisiä muun muassa Souranderin ym. (2021) ja Viljamaan (2003) tutkimuksiin siitä, että erityisesti esikoisensa saaneille vanhemmille on merkityksellistä saada tukea muilta samanlaisessa tilanteessa olevilta vertaisilta. Heidän mukaansa esikoisten vanhemmat kaipasivat kuulla toisten vanhempien kokemuksia, ja lisäksi heitä auttoi kuulla muiden vaikeista hetkistä vanhemmuudessa.

Sosiaalinen media ja etäyhteydet sosiaalista tukea tarjoamassa

Äidit nostavat esiin myös internetin ja erilaisten sosiaalisen median ryhmien roolin antaman tuen merkityksen. Erityisen tärkeäksi niiden tuoma tuki nousi silloin, jos äideillä ei ollut omia tukiverkostoja, tai heitä ei ole pystynyt pandemiatilanteen takia tapaamaan kasvokkain. Erityisen tärkeäksi sosiaalisen median ryhmät äideille tulivat silloin, jos heillä on ollut kokemus siitä, että heiltä on puuttunut vertaistuki muilta samanlaisessa elämäntilanteessa olevilta vanhemmilta.

”on puuttunu ehkä vertaistuki semmosilta ihmisiltä, joilla ois samanikäisiä lapsia, jotka ois samanlaisessa tilanteessa, että just lapset syntyneet koronan aikaan -- Oon kokenu tosi paljon hyötyä noista Facebookin ryhmistä, siellä on lukuisia perhe- ja vauvaryhmiä, mistä oon sit saanu sitä vertaistukea, vaikka ei ois välttämättä näitä ihmisiä livenä nähnykään. -- Mulle sekkin, et mä pääsen lukemaan niitä muita keskusteluja on helpottanu kyllä omaa oloa.” (H2)

Äiti kertoo sitaatissa, että sosiaalisen median perhe- ja vauvaryhmät ovat olleet tärkeitä vertaistuen lähteitä, sillä lähipiirissä ei ole ollut entuudestaan muita samassa tilanteessa olevia uusia vanhempia. Keskustelujen lukeminen on äidin mukaan helpottanut hänen oloaan. Vertaistuki sosiaalisen median välityksellä on ollut merkittävä ja myös vaikuttava tuen muoto kasvokkaisen tuen ollessa vähäisempää, kuten myös Carlsen ym. (2021) sekä Heino ja Kara (2020) ovat todenneet. Sosiaalisen median ryhmien tarjoama vertaistuki koski sekä erityisesti korona-ajan lasten vanhempien haasteita, mutta myös yleisesti pienten lasten vanhempia, jotka toivoivat kokemusten jakamista samassa tilanteessa olevien kanssa:

”jos vauvalla on ollu jotain sellasta, mihin ei ehkä neuvolasta oo saanu silleen, tai mitä neuvola on ehkä pitäny tavallisena, no vauvalla on tollasta nytte, tai sitte lääkäri on sanonu, että se nyt on pieni -- niin on saattanu lukee näitä jotain netin keskustelupalstoja, ku siellä on sitte ollu vertaisia, samoja kokemuksia, niin sitte sieltä vähän ottanu tietoa, tai kokemuksia siitä samasta aiheesta” (H4)

”Jossain oli just joku tämmönen juttu, että et ole epäonnistunut äiti, jos vaikka tiputat kännykän, et tutkimusten mukaan tyyliin 99 % äideistä on tiputtanu kännykän vauvan päälle -- ja just tollaset arjen tilanteet, että sit kun joku muu sanoo sen, et mikä helpotus, et okei, tää onkin ihan normaalia -- et kauheeta, ihan kauheeta äiti oon, mut sit kun luki et okei, et on joku muuki, et tollasista oli niinku yllättävän paljon apua.” (H3)

Äidit kertoivat kokeneensa hyödylliseksi neuvojen etsimisen ja saamisen sosiaalisen median ryhmistä tai keskustelupalstoilta. He pystyivät lukemaan toisten samanikäisten lasten

vanhempien kokemuksia heitä mietityttävistä aiheista, joista eivät esimerkiksi saaneet tarpeeksi tietoa neuvolassa, kuten yllä oleva sitaatti (H4) kuvaa. Myös kokemusten kuuleminen muiden vanhempien vaikeuksista, kuten yllä olevassa sitaatissa (H3) kuvailtu hyvin nykyaikainen ongelma kännykän tipahtamisesta vauvan päälle, oli paljon apua. Kyseisessä sitaatissa äiti kuvaa kokeneensa helpotusta kuullessaan, että ei ole ainoa, jolle niin on käynyt.

Sosiaalisen median ryhmissä nähtiin myös huonoja puolia. Kaikki äidit eivät kokeneet sosiaalista mediaa ja internetin kautta tapahtuvaa verkostoitumista luontevaksi tavaksi itselleen olla yhteydessä muihin pienten lasten vanhempiin:

”en oo sellanen sosiaalisen median hyödyntäjä mitä tulee kasvatuskysymyksiin, että ei oo ollu tarvetta jakaa omasta elämästä siellä ajatuksia, että kummiski koen ne niin henkilökohtasiksi” (H1)

”Mä aika vähän alotan siellä keskusteluja, se johtuu myös osittain mun ammatista, et en uskalla ihan hirveesti omal nimel tuol pyörii.” (H2)

Yllä olevissa sitaateissa äidit kertovat, että he kokivat kasvatuskysymykset ja omaan elämään liittyvät asiat koetaan henkilökohtaisiksi, eivätkä halunneet jakaa niitä internetissä suurissa ryhmissä. Myös pelkkä toisten tilanteista lukeminen on koettu omaa oloa helpottavaksi, vaikka ryhmissä ei ole halunnut kertoa omia kokemuksiaan. Kuitenkin etäyhteydet, ja varsinkin videopuhelut, olivat tärkeitä keinoja äideille olla yhteydessä läheisiin ja ystäviin, kun tapaamisia kasvokkain ei ole pystynyt järjestämään tai niitä on jouduttu vähentämään:

”on muodostunu noista videopuheluista tosi tärkeitä ja ois varmaan ihan ilman koronaaki sitä hyödyntäny, koska sehän on ihan mahtava, että soitetaanpa mumuille tästä lyhyt puhelu ja sit voidaan vähän heilutella ja jutella ja siirtyä muihin askareisiin, et se on ollu tosi kiva, että aika paljon ollaan sitä hyödynnetty.” (H5)

”seurakunnan tämmönen pienryhmä, -- tämmönen kaheksan naisen ryhmä, niin suurin osa on saanu lapsia ja nähny sitä samaa arkea. Vaikka videoyhteyksin kyllä mutta sitä kautta on pystyny vähän jakamaan niitä lapsiperhearjen haasteita ja tottakai onnistumisiakin, niin tosi ihana.” (H1)

Videopuhelut ovat osin korvanneet kasvokkaisia tapaamisia, joita on täytynyt rajoittaa koronapandemian takia. Toisaalta äiti toteaa sitaatissa (H5), että he olisivat hyödyntäneet videopuheluita myös ilman koronapandemiaa. Videopuhelut nousevat äideille merkittäviksi

yhteydenpitovälineiksi. Niiden avulla on pidetty yhteyttä sekä perheenjäseniin että ystäviin (ks. Heino ja Kara 2020; Paju 2020). Videopuheluiden ja tietotekniikan hyödyntämiseen mainitaan liittyvän myös ristiriitaisia tunteita, sillä videopuhelut koetaan kuitenkin eri asiaksi kuin jos läheiset olisivat oikeasti läsnä:

”Mutta eihän se silti, että onhan se eri, ja vähän semmonen, että mä en hirveesti tykkää tietotekniikasta, että varsinkin ton lapsen kanssa ei haluais että koko ajan on joku puhelin jolla kuvataan, tai että se on siinä läsnä, niin se on ollu mulle vähän vaikeeta, mutta sitte sitä kuitenkin halua, mieluummin sitä valitsee sen, ku että yhteydenpito on sitte vähemmän.” (H5)

Äidit nostavat esiin näkökulman, etteivät halua puhelimen olevan ”koko ajan” läsnä pienen lapsen kanssa ollessaan. Äiti kuvaa yllä olevassa sitaatissa, että puhelimen läsnäolo on ollut hänelle vaikeaa. Tässä on kuitenkin jouduttu tekemään kompromisseja, sillä ilman puhelinta yhteydenpitoa läheisiin olisi huomattavasti vähemmän.

6 Yhteenveto ja johtopäätökset

Pro gradu -tutkielmani tavoitteena oli selvittää pikkulapsiperheiden vanhempien hyvinvointia ja sosiaalisen tuen kokemuksia koronapandemian aikana. Lähestyin aihetta hyvinvoinnin näkökulmasta kirjoittamalla ensin hyvinvoinnin määritelmistä ja tutkimisesta erityisesti lapsiperheissä. Ensimmäinen tutkimuskysymykseni olikin, millaisia kokemuksia ensimmäistä kertaa vanhemmaksi tulleilla on hyvinvoinnistaan koronapandemian aikana? Keskityin vanhempien hyvinvoinnin kokemuksiin vallitsevan pandemiatilanteen aiheuttamien muutosten ja sosiaalisen eristäytyneisyyden aikana. Lisäksi tarkastelin vanhempien kokemuksia saamastaan sosiaalisesta tuesta, sillä koronapandemia vähensi sosiaalisia kontakteja merkittävästi. Toinen tutkimuskysymykseni oli: Millaista sosiaalista tukea vanhemmat ovat kokeneet saaneensa pandemian keskellä?

Hyvinvoivia ensikertalaisia äitejä

Ennako-oletuksenani tutkielmaa tehdessäni oli, että korona-ajan poikkeukselliset olosuhteet olisivat vaikuttaneet ensikertalaisten vanhempien hyvinvointiin melko voimakkaasti johtaen haasteisiin esimerkiksi perheiden taloudessa tai työllisyystilanteessa. Oletin myös, että vanhemmaksi tulo korona-aikana olisi koettu melko raskaaksi ja yksinäiseksi sosiaalisen eristämisen takia. Ajattelin etukäteen, että äitien kokemuksissa saattaisi kuulua sosiaalisen tuen ja erityisesti vertaistuen saamisen haasteet pandemian johdosta tehtyjen rajoitusten suljettua lapsiperheiden palveluja ja vähennettyä sosiaalisten kontaktien määrää.

Johtopäätöksenä tutkielmastani voin todeta, että koronapandemia on ollut ensikertalaisille vanhemmille merkittävä kokemus. Koronarajoitukset vaikuttivat heidän elämäänsä monin tavoin aiheuttaen osin yksinäisyyttä ja sosiaalisen tuen vähentymistä entisestään. Koronarajoitusten takia läheisiltä ja yhteiskunnalta saatava tuki oli vähäisempää. Tämä johtopäätös on linjassa monen korona-ajasta tehdyn tutkimuksen kanssa (mm. Hakulinen ym. 2020; Heino & Kara 2020; Klemetti, ym. 2021; Nolvi ym. 2021; Salin ym. 2020; Sorkkila & Aunola 2021). Ensikertalaisten äitien kokemukset hyvinvoinnistaan koronapandemian aikana näyttäytyivät

moninaisina, vaikka niissä oli paljon samankaltaisia piirteitä. Äitien kokemukset hyvinvoinnistaan pandemia-aikana olivat pääsääntöisesti hyviä. Monet äidit näkivät olevansa onnekaassa asemassa suhteessa muihin. Myös Klemetin ja kumppanien (2021) mukaan suuri osa lapsiperheistä voi tutkimusten perusteella hyvin koronasta huolimatta. Koronapandemia aiheutti vanhemmille kuitenkin myös huolta liittyen koronatautiin sekä kokemuksiin yksinäisyydestä vertaistuen ja muun sosiaalisen kanssakäymisen ollessa vähäisempää.

Äidit eivät pystyneet tapaamaan ystäviään ja läheisiään niin paljon kuin olisivat toivoneet, mutta he ovat puhuneet heidän kanssaan videopuheluita tai tavanneet ystäviä ulkona. Äidit kertoivat, että pandemian aikana omaa jaksamista ei ole pystynyt vahvistamaan tapaamalla ystäviä kahviloissa tai käymällä ryhmäliikuntatunneilla, mutta he ovat löytäneet uusia keinoja hyvinvointinsa tukemiseen muun muassa ulkoilun ja lenkkeilyn merkeissä. Tämä vaatii sitä, että äideillä on omia voimavaroja ja selviytymiskeinoja, joita he voivat ottaa käyttöön haastavassa tilanteessa (Helminen 2006, 28–29), ja että äideillä on käytössään resursseja ja voimavaroja (Forssén ym. 2002, 87–88).

Isien läsnäolo ja tuki synnytyksessä sekä äitien ollessa sairaalassa vastasyntyneen kanssa vaikutti siihen, miten äidit kokivat synnytyksen ja vanhemmuuden ensihetkien sujuneen. Äidit jännittivät sitä, millaisia koronarajoituksia sairaalassa on heidän vauvansa syntymän aikoihin, ja miten ne vaikuttaisivat isien osallistumiseen synnytykseen (ks. Klemetti ym. 2021). Isien pääseminen mukaan synnytykseen oli äitien kertomuksissa merkittävä tekijä heidän kokonaisvaltaisen hyvinvointinsa kannalta.

Mielenkiintoista tutkielmani tuloksissa on, että äitien kokemukset hyvinvoinnistaan ja saamansa sosiaalisen tuen muodoista erosivat paljon toisistaan. Tässä melko pienessäkin aineistossani kävi esiin, että äitien hyvinvoinnin kokemukset olivat subjektiivisia ja osin haastavia tutkia. Törrösen (2012) mukaan subjektiivisiin kokemuksiin vaikuttavat monet henkilökohtaiset piirteet ja elämäkokemukset, joten kokemukset ovat kaikilla erilaisia. Persoonallisuuden piirteet vaikuttavat myös koronapandemian aikana koettujen poikkeusolojen ja haasteiden kokemiseen muun muassa resilienssin käsitteen kautta (Sorkkila & Aunola 2021). Merkittävää oli, että äidit toivat myös itse esiin tulkintojaan omista luonteenpiirteistään ja

persoonallisuudestaan, joiden johdosta he olivat kokeneet pandemia-ajan joko haasteellisena kaivatessaan enemmän seuraa, kokiessaan kotona olemisen ja vähäisemmät sosiaaliset kontaktit heille luonteenomaisina.

Äitien kokemuksiin pandemia-ajan kuormittavuudesta vaikutti nähdäkseni myös se, että he suhtautuivat koronapandemiaan, koronarajoituksiin ja sosiaaliseen eristäytymiseen osin eri tavoilla. Osa äideistä kertoi eristäytyneensä tarkkaan ja vältelleensä tartunnan takia muita kuin omia perheenjäseniä pitkänkin aikaa, kun taas osa kertoi, että on elänyt pandemian alun jälkeen miltei tavallista elämää tavaten läheisiään. Osa kertoi tavanneensa pandemian aikana ystäviä joko normaalisti tai ulkona pandemian alkuaikoina, kun taas osa ei ollut tavannut oikeastaan ollenkaan oman perheensä ulkopuolisia läheisiä.

Äideillä oli monia hyvinvointia ja resilienssiä vahvistavia tekijöitä, kuten koulutus, elintaso ja parisuhde (ks. Mieli ry 2021 a & b). Tuloksissani olikin nähtävissä toiveikkuutta äitien ajatuksessa siitä, että koronapandemia on hetkellinen koettelemus ja pian rajoitukset poistuvat, jolloin päästään palaamaan ”normaaliin” arkeen ja vapaampaan elämään. Tämä on johdonmukaista Salinin ym. (2020) tutkimuksen tulosten kanssa, jossa yksi vanhempien strategia poikkeusoloista selviytymiseksi oli usko siihen, että pandemia on väliaikainen tila, jonka jälkeen koittaa paluu normaaliin. Äidit pohtivatkin, millaista normaali lapsiperheeksi on, sillä heillä on kokemus vain korona-ajasta pikkulapsen vanhempina. Äidit kertoivat toiveistaan ja haaveistaan, joita heillä oli ollut ennen lapsen syntymää, kuten osallistua vauvauintiin tai pikkulasten kulttuuritapahtumiin ja viettää aikaa kahviloissa. Nämä toiveet jäivät koronapandemian takia joko täysin tai kokonaan toteutumatta, mikä aiheutti äideille pettymystä.

Äidit nostivat esiin paljon positiivisia kokemuksia koronapandemian ajalta, mikä on yhtäläinen tutkimustulos monen tutkimuksen kanssa (mm. Klemetti ym. 2021; Nolvi ym. 2021; Salin ym. 2020; Sorkkila & Aunola 2021). Äitien kokemus oli, että koronapandemia oli juuri sopiva hetki vauvan syntymää ajatellen, koska vauvan kanssa olisi muutenkin viettänyt paljon aikaa kotona. Monella oli myös kokemus siitä, että isien jääminen kotiin etätöihin oli myönteinen puoli koronapandemiassa, sillä silloin he pystyivät viettämään paljon aikaa yhdessä perheenä. Tutkielmassani näkyivät myös lapsen syntymän tuomat haasteet vanhemmille sekä heidän

parisuhteelleen, joita osin myös koronapandemia ja lisääntynyt, yhdessä vietetty aika, korostivat. Äidit eivät kokeneet koronapandemian myötä suuria negatiivisia muutoksia taloudessaan, vaan päinvastoin moni kertoi pandemian aikana vähentyneen kulutuksen helpottaneen perheen taloutta työmatkojen ja ulkona syömisen jäätyä pois. Äidit kertoivat kokemuksistaan myös normaalioloissa lapsiperheiden talouteen liittyvistä haasteista muun muassa kotihoidontuen riittävyyden johdosta (mm. Salmi 2020, 64–66).

Tutkielmassani lähdin liikkeelle ajatuksesta, että vauvan syntymä on suuri muutos ja jopa kriisi vanhemmille sekä heidän parisuhteelleen (Malinen & Sevon 2009; Mieli ry 2021), minkä lisäksi maailmanlaajuinen pandemia toi omat haasteensa ensikertalaisille vanhemmille (mm. Klemetti ym. 2021; Nolvi ym. 2021). Tutkielmani edetessä muutin kuitenkin osin ajatuksiani. Vaikka äidit tutkielmassani kuvasivat myös haastavia aikoja, yksinäisyyttä ja tuen tarvetta, niin pääasiassa äitien kertomuksissa näkyivät myös ilo ja onnellisuus vauvasta ja elämänvaiheesta, jota he elävät, kuten myös Klemetti ja kumppanit (2021) tuovat esiin. Koronapandemia ei myöskään näkynyt niin suuresti äitien hyvinvoinnissa, kuin mitä olin odottanut, vaan äitien kuvauksissa nousi esiin kokemuksia siitä, että heillä oli asiat kaikesta huolimatta hyvin. Tämä on lapsiperheiden kokonaistilanteen kannalta merkittävää, sillä vanhempien hyvinvoinnilla on suuri merkitys lasten hyvinvointiin nyt ja tulevaisuudessa. Vaikutusta vanhempien hyvinvoinnilla on myös siihen, millaisia päätöksiä vanhemmat tekevät myöhemmin lasten hankinnasta (Margolis ja Myrskylä 2015).

Tutkielmani perusteella voin todeta, että äitien kokema hyvinvointi näyttäytyy pääsääntöisesti melko hyvänä. Kuten esimerkiksi Törrönen (2012) ja Hirvilammi (2015) toteavat, subjektiivisen hyvinvoinnin kokemukset riippuvat yksilön kokemuksista ja mielen sisällöstä. Samoin Al-lardtin (1976) hyvinvoinnin ulottuvuudet korostavat hyvinvoinnin objektiivisia ja subjektiivisia mittareita sekä onnellisuuden ja tyytymättömyyden asteikkoa hyvinvoinnin määrittelyssä. Hänen näkemyksensä korostaa yksilön omien arvioiden merkitystä (Uusitalo & Simpura 2020, 579–580).

Sosiaalisen tuen saamisen haasteet

Formaaleista tuen muodoista neuvola on tärkeä, universaali tukimuoto lapsiperheille, jonka toimintaan pandemia on kuitenkin vaikuttanut palvelua heikentävästi. Tulosten mukaan äidit olisivat pääsääntöisesti kaivanneet enemmän tukea neuvolasta, kuten myös muun muassa Valtioneuvoston selvityksessä (2021) sekä Hakulisen ym. (2020) julkaisussa todetaan. Äidit kokivat neuvolan ohjeistuksen koronan suhteen, eli tiedollisen tuen saamisen (Antonucci 1990 Heino & Kara 2020, 253 mukaan; Leino 2011, 41–44), vähäiseksi. Tätä selittää osin se, että koronasta ei vielä pandemian alkuvaiheessa tiedetty tarpeeksi, eikä neuvolassa mahdollisesti ollut toimintamalleja pandemiatilanteita varten. Esimerkiksi perhevalmennuksen vähäisyyden etäyhteyksin toteutettuna tai sen puuttumisen kokonaan äidit kokivat tutkielmani tulosten mukaan negatiiviseksi asiaksi. Koronapandemia on tutkielmani tulosten mukaan vaikuttanut perusterveydenhuollon ja universaalien tuen, kuten neuvoloiden toimintaan, sillä neuvoloista siirrettiin pandemian aikana henkilökuntaa muihin tehtäviin. Tämä heijastui äitien kokemuksiin siitä, millaisina he kokivat neuvoloiden tuen omalla kohdallaan. Myös terveydenhoitohenkilöstö itse on kritisoinut henkilökunnan siirtoa pois peruspalveluista (ks. Valtioneuvosto 2021; Hakulinen ym. 2020).

Monelle perheelle neuvola oli ainoita paikkoja, joissa he sosiaalisen eristäytymisen aikana kävivät kodin ulkopuolella. Äitien kokemukset neuvolakäynneistä ja neuvolan palveluista olivat vaihtelevia. Äitien kokemuksiin neuvolan tarjoamasta formaalista tuesta vaikuttivat vahvasti se, miten neuvolapalveluita pystyttiin tarjoamaan pääkaupunkiseudun eri kunnissa ja alueilla. Osa äideistä kertoi neuvolan terveydenhoitajan pysyneen samana koko ajan, kun taas toisten työntekijät olivat vaihtuneet usein. Nämä koronapandemian aiheuttamat supistukset neuvolan toiminnassa näkyivät äideille kiireen tuntuna ja henkilöstöpulana, jolloin he eivät välttämättä halunneet tuoda esiin mieltään vaivaavia asioita (ks. Aalto-Setälä ym. 2021, 123–126, 129; Hakulinen ym. 2020 ja Valtioneuvosto 2021, 94).

Tämä on huolestuttava tulos perheiden varhaisen tuen kannalta, sillä tuki on kaikkein vaikuttavinta, mitä aikaisemmassa vaiheessa sitä annetaan perheen sitä tarvitessa (mm. Halme & Perälä 2014, 216–218). Tutkielmassani äidit kertoivat myös kokemuksistaan, joissa he olivat saaneet

neuvolasta ja lapsiperheiden palveluista apua oikea-aikaisesti joko liittyen haasteisiin pienen lapsen kanssa tai esimerkiksi lapsiperheiden kotipalvelun hakemiseen. Neuvolasta ja läheisiltä äidit kuvasivat saaneensa konkreettista tukea (ks. Antonucci 1990 Heinon & Karan 2020, 253 mukaan). Yksi tutkielmani tulos on, että ensikertalaiset äidit olisivat pääsääntöisesti kaivanneet enemmän sekä oman tukiverkkonsa, että yhteiskunnan tarjoamaa formaalia tukea koronapandemian ja siitä johtuvien rajoitusten aikana.

Perheen läheisten ja lapsen isovanhempien antama konkreettinen apu nousi tutkielmassani esiin merkittävänä asiana. Läheisiltä, erityisesti lapsen isovanhemmilta, saatu tuki onkin monilla tavoin merkityksellistä ensikertalaisille vanhemmille (Tanskanen 2014; Ruoppila 2014, 110–111). Äitien kokemuksissa kuului, että koronapandemia vähensi toisten kohdalla merkittävästi heidän läheisiltä saamaansa lastenhoitoapua rajoitusten estäessä ja vähentäessä tapaamisia. Toiset kuvasivat saaneensa apua sitä tarvitessaan, tai että läheiset olivat tarjonneet lastenhoitoapua, mutta vanhemmat eivät olleet kokeneet, että olisivat tarvinneet sitä. Läheisten tapaamisessa näkyi sekä vanhempien oma, että läheisten suhtautuminen koronarajoituksiin, joissa oli eroavaisuuksia siinä, kuinka kirjaimellisesti rajoituksia noudatettiin ja kuinka varovaisia tapaamisissa oltiin.

Äidit kuvasivat jonkin verran yksinäisyyden kokemuksia, mikä on ensimmäistä kertaa vanhemmaksi koronapandemian aikana tulleilla myös muiden tutkimusten mukaan yleistä (vrt. Klemetti ym. 2021; Hyvärinen ym. 2021). Kuten myös Nolvi ja kumppanit (2021) toteavat; vapaaajan rajoitukset ja sosiaalisten suhteiden väheneminen vaikuttivat etenkin pienten lasten äitien kohdalla. Elämäntilanteen teorian mukaisesti sosiaalisen verkoston merkitys korostuu juuri elämän murroskohdissa suojaten muun muassa yksinäisyyden kokemuksilta. Yksinäisyyden kokemusten kannalta merkittäviä ovat erityisesti yksin lasta kotona hoitaville naisille elämäntilanteen nivelkohdat, joissa arkielämä ja sosiaaliset suhteet muuttuvat. (Ruoppila 2014, 110; Saari 2016, 9–10; Tiilikainen 2016, 141, 148.)

Tutkielmassani kävi ilmi äitien kokemus vertaistuen tärkeydestä, jolloin he pystyivät jakamaan samassa elämäntilanteessa olevien kanssa mieltään askarruttavia asioita. He kuuluivat muillakin vanhemmilla olevan haastavia kokemuksia vauva-arjessa ja välillä myös vaikeita tunteita

vanhemmuutta kohtaan, minkä aiemmissa tutkimuksissa todetaan olevan tärkeää varsinkin ensimmäisen lapsen saaneille vanhemmille (mm. Viljamaa 2003; Sourander ym. 2021). Vertais-tuen merkittävyys onkin Mikkosen (2009, 30) mukaan juuri siinä, että vertaiset antavat omat kokemuksensa toistensa käyttöön. Tällaiset kokemukset saattoivat jäädä äideillä vähäisem-mäksi koronarajoitusten johdosta.

Merkittävä tulos tutkielmassani olikin äitien kokemukset koronarajoitusten tuomista kohtaami-sen haasteista. Äideille oli vaikeaa kohdata uusia ihmisiä esimerkiksi leikkipuistojen avoimessa toiminnassa tai kerhoissa. Äidit arvelivat tämän johtuvan koronarajoituksista sekä siitä, että he olivat itse tulleet varovaisemmaksi muiden ihmisten lähestymisessä. Tutkielmani perusteella näyttää, että rajoitukset ovat voineet estää vertaisten kanssa keskustelut ja uusiin ihmisiin tu-tustumisen. Erityisen haitallista tämä voi olla tilanteessa, jossa omasta lähipiiristä ei löydy val-miiksi pikkulapsiperheitä ja samassa elämäntilanteessa olevia. Tulosten perusteella tällainen tilanne voi olla yleisempi ensikertalaisilla vanhemmilla, jotka ovat siirtymävaiheessa pariskun-nan itsenäisestä elämästä perhe-elämään (Ruoppila 2014, 110), jolloin ei välttämättä ole val-miina verkostoa, johon kuuluisi muita pikkulapsiperheitä.

Tutkielmani osoittaa, että äideille etäyhteydet ja sosiaalinen media olivat merkittävässä roolissa sosiaalisten suhteiden ylläpitämisessä pikkulapsiarjessa. Sosiaalisen median kanavat, kuten Fa-cebook-ryhmät, pystyivät osin paikkaamaan sitä vertaistuen tarvetta, jota äidit toivat esiin (vrt. Heino & Kara 2020). Kuten Carlsen ja kumppanit (2021) toteavat, sosiaalisen median ryhmien tavoitteena onkin helpottaa tuen saamista niille, joilta puuttuvat vahvat tukiverkot ympäriltään.

Kuten Carlsen ja kumppanit (2021) toteavat, lisätutkimusta tarvitaan siitä, millaisia esteitä ih-misillä on tuen etsimiseksi sosiaalisesta mediasta. Tutkielmani äidit kuvasivat kaivanneensa ja jonkin verran myös saaneensa vertaistukea netistä tai etäyhteyksillä. Äidit totesivat hyödyntä-neensä sosiaalista mediaa jonkin verran, mutta kaikki eivät kokeneet sitä itselleen mielekkääksi erilaisista syistä. Sosiaalisen median käytössä oli yksilöllisiä eroavuuksia henkilökohtaisten mieltymysten tai muiden asioiden johdosta. Toisaalta äidit kokivat ryhmistä hyötyä myös seu-raamalla muiden tekemää sisältöä ilman, että olisi jakanut omia kokemuksiaan. (Heino & Kara 2020; Paju 2020, 70; Salin ym. 2020). Syiksi mainittiin muun muassa, että lapsen

kasvattamiseen liittyvät asiat koettiin henkilökohtaisiksi asioiksi, tai etteivät äidit oman ammatinsa takia halunneet tuoda esiin henkilökohtaisia asioitaan avoimissa ryhmissä.

Tutkimuksen teon eettinen pohdinta

Pro gradu -tutkielmani tekeminen oli haastava mutta antoisa projekti, joka omalla kohdallani kesti melko pitkään alkaen loppusyksyllä 2021 ja päättyen keväällä 2023. Prosessin aikana sain itse kohdata koronapandemian tuomien erityispiirteiden lisäksi opiskelujen, työn ja perhe-elämän yhdistämisen haasteita. Uskon, että ajan käyttäminen esimerkiksi tutkielmani analyysiosuuteen on tuonut siihen uusia vivahteita pohtiessani asioita monesta eri näkökulmasta.

Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuskysymykset ja tutkimuksen painopiste voivat muuttua sen mukaan, miten tutkimusprosessi etenee ja mitä asioita aineistosta nostetaan esiin analyysivaiheessa. Tutkijan tulee olla valmiina muokkaamaan tutkimusasetelmaansa tarvittaessa. Näin kävi myös omassa tutkielmassani, jossa sosiaalisen tuen ja etenkin vertaistuen merkitys korostui aineistossani haastattelujen tekemisen aikana. Tutkielmaani tehdessäni huomasin, että aineistossani toistuivat erityisesti äitien kokemukset vertaistuen merkityksestä.

Tutkielman teon aikana pyrin noudattamaan kaikessa tekemisessäni erityistä huolellisuutta ja hienovaraisuutta, erityisesti aineiston käsittelyssä sekä tekemisessäni tulkinnoissa. Tiedostan, että tutkielmassani minun tuli olla erityisen varovainen, etten yleistä ihmisten subjektiivisia kokemuksia, vaan yritän antaa äänen haastattelemilleni äideille ja ymmärtää heidän kokemuksiaan, minkä Jokinen (2014) toteaa olevan kokemuksen tutkimisen tavoitteena. Olenkin pyrkinyt tuomaan esiin haastattelemini äitien hyvinkin erilaisia kokemuksia ja näkökulmia koronapandemian aikana elettyistä haastavista oloista, minkä Juuti ja Puusa (2020) toteavat olevan olennaista laadullisessa tutkimuksessa.

Monessa tutkimuksessa todetaan hyvinvoinnin tutkimisen olevan haasteellista sen moniulotteisuuden ja monimuotoisuuden takia (mm. Saari 2011; Törrönen 2012), ja tämän huomasin myös

tehdessäni omaa tutkielmaani. Aineistoa analysoidessani huomasin, että äidit nostivat esiin todella paljon mielenkiintoisia, aiheeseen liittyviä asioita. Jouduinkin pohtimaan moneen otteeseen analyysin tekemisen aikana tutkielmani rajauksia, sillä aineistosta nousi esiin paljon teemoja, joita en tässä tutkielmassani pystynyt käsittelemään. Osa teemoista oli niin laajoja, etten olisi pystynyt vastaamaan niihin, eikä se myöskään olisi palvellut vastausten löytämisessä tutkimuskysymyksiini.

En tutkielmani teon aikana tehnyt eroa koronapandemian eri vaiheiden välillä, vaan käsittelin koronapandemiaa kokonaisuutena. Pandemiassa on ollut kuitenkin erilaisia jaksoja liittyen taudin leviämiseen ja asetettuihin rajoitustoimenpiteisiin. En myöskään määritellyt haastattelupyynnössäni sen enempää vanhemmaksi tulon eri tapoja, kuten biologista lapsen syntymää tai adoptiovanhemmuutta. Tutkielmani kannalta vanhemman sukupuolella tai perhemuodolla ei ollut merkitystä, sillä halusin tarkastella ensi kertaa vanhemmaksi tulon kokemuksia ilmiönä. Perhemuotoja on monenlaisia, enkä tutkielmassani tehnyt eroa niiden välillä, tai etsinyt tietoisesti esimerkiksi kahden vanhemman perheitä. Halusin antaa vanhemmille mahdollisuuden haastatteluissa kertoa oma sukupuolensa sekä määritellä oma perheensä.

Pyrin haastattelupyynnölläni tavoittamaan kaikenlaisista sosioekonomisista taustoista tulevia vanhempia laittamalla pyyntöjä yleisiin leikkipuistoihin. Naiset mahdollisesti kokivat aiheeni läheisemmäksi itselleen ollessaan haastatteluhetkellä hoitamassa lasta kotona, jolloin heillä oli enemmän aikaa perhe-elämään liittyvien asioiden pohtimiseen ja haastattelun antamiseen. Mietin myös, että naisten osallistuminen saattaa liittyä pariskuntien keskinäiseen työnjakoon äitien hoitaessa pääsääntöisesti kotiin liittyvät asiat. Myös Heino ja Kara (2020, 255–256) pohtivat naisiksi itsensä identifioivien kokevan luontevammaksi osallistua perheitä koskeviin tutkimuksiin myös sen takia, että lapsiperheiden arjen käytännöt ovat pääosin enemmän naisten kuin miesten vastuulla.

Haastateltavieni sosioekonomiseen asemaan liittyvät seikat, kuten korkea koulutustaso, voivat vaikuttaa tutkielmani lopputuloksiin. Korkeampi koulutus vaikuttaa esimerkiksi vanhempien työllistymiseen ja tulotasoon, ja sitä kautta myös koettuun taloudelliseen hyvinvointiin. Vanhempien sosioekonominen tausta, koulutus ja työllisyys vaikuttavat myönteisesti myös lasten

hyvinvointiin. Halme ja Perälä (2014, 221) toteavatkin heikon taloudellisen tilanteen olevan yhteydessä lapsen kasvuun ja heikompaan hyvinvointiin. Korona-aikaa koskevissa tutkimuksissa on todettu hyvin toimeentulevien vanhempien lasten voivan paremmin kuin heikommassa sosioekonomisessa asemassa olevien vanhempien lasten (Aalto-Setälä ym. 2021; Klemetti ym. 2021).

Ehdotuksia jatkotutkimuksen aiheiksi

Tutkielmassani kaikki haastateltavat olivat äitejä, jotka kertoivat perheeseensä kuuluvan pandemia-aikana syntynyt esikoislapsi sekä lapsen isä. Kiinnostavaa olisikin tutkia lisää sitä, miten esimerkiksi äitien erilainen koulutusaste tai lapsen yksinhuoltajuus muuttaisivat hyvinvoinnin kokemuksia. Tutkielmassani isien kokemukset jäivät myös selvittämättä. Olisikin tarpeellista tutkia, millaisia olisivat ensikertalaisten isien kokemukset korona-ajasta, ja eroavaisitko ne merkittävästi äitien kokemuksista. Monet isät ovat olleet töissä koronapandemian aikana äitien ollessa pienten lasten kanssa kotona, joten heidän kokemuksensa korona-ajasta ja vanhemmaksi tulosta voi olla hyvinkin erilainen. Yksi mielenkiintoinen tutkimuksen aihe olisi ollut tutkia enemmänkin vanhempien roolien muuttumista lapsen syntyessä sekä kotitöiden jakamisessa uudenlaisen arjen keskellä, mutta aiheen laajuuden vuoksi en pystynyt sitä enempää käsittelemään. Yksi tutkielmani rajaus on pääkaupunkiseudulla asuminen, joten muualla Suomessa asuvat ensikertalaisten vanhempien hyvinvoinnin ja sosiaalisen tuen kokemukset ovat jääneet oman tutkielmani ulkopuolelle.

Monet koronapandemian seuraamukset ja hyvinvointivajeet tulevat näkyviin vasta pidemmän ajan kuluessa (mm. Hiilamo 2021). Tästä syystä jatkotutkimusten aiheeksi jää, millaisia kauaskantoisia seuraamuksia koronapandemian sosiaalisesta eristäytymisestä on seurannut sekä vanhemmille että korona-aikana syntyneille lapsille. Jatkossa tarvitaankin tutkimusta siitä, miten lapsiperheiden palvelut ovat pystyneet joustamaan ja tarjoamaan tukea ja palveluja koronapandemian pitkittyessä. Oma tutkimusaiheensa on lisäksi, millä tavoin koronapandemian aikana syntyneiden lasten tasapainoista kasvua ja kehitystä voidaan tukea, jos varhaislapsuudessa on ollut haastava tilanne muun muassa sosiaalisten kontaktien vähäisyyden johdosta.

Sen lisäksi, että yksilöiden subjektiivinen hyvinvointi riippuu paljolti yksilöllisistä seikoista, tuloksista voi päätellä, että myös hyvinvointivaltiolla on suuri rooli hyvinvoinnin tuottamisessa muun muassa formaalin sosiaalisen tuen tarjoamisessa, millä oli tulosten perusteella suuri merkitys äideille. Zechnerin ja Romakkaniemen (2020, 113–114) mukaan kriisien aikana hyvinvointivaltion merkitys korostuu. Yhteiskunnalla on vastuu ottaa huomioon eri ihmisryhmien hyvinvointi koronapandemian kaltaisissa kriisitilanteissa. Pandemia on yhteiskunnallinen, moniulotteinen ongelma, ja sen selvittäminen edellyttää hyvinvointivaltioilta tietoon perustuvia kansallisia ja kansainvälisiä toimia (emt. 2020, 113–114). Onnellisuuden perusteella Suomi vaikuttaa kansainvälisesti mitaten onnistuneen tehtävässään tuottaa hyvinvointia kansalaisilleen melko hyvin, sillä Suomi on valittu useita vuosia peräkkäin Maailman onnellisuusraportissa maailman onnellisimmaksi maaksi koronapandemiasta huolimatta (World Happiness Report 2021).

Neuvolan ja perusterveydenhuollon toimintaa tulisikin tutkielmani tulosten perusteella kehittää niin, että se pystyisi vastaamaan varsinkin poikkeuksellisessa kriisitilanteessa vanhemmaksi tulleiden tuen tarpeeseen. Monet haastateltavani nostivat esiin tarpeen synnytys- ja perhevalmennukseen sekä ammatillisesti järjestettyyn vertaistukeen, jotka jäivät tulosteni perusteella vähäiseksi. Vertaistuen järjestämiseen edes etäyhteyksin tulisi panostaa vastaavanlaisissa tilanteissa tulevaisuudessa, sillä vanhempien kokemukset ilman tukea jäämisestä voivat vaikuttaa vanhemmuuteen myös myöhemmin. Tärkeää olisikin jatkossa selvittää, onko vanhempien kokema yksinäisyyden tunne hälventynyt, vai onko se syventynyt entuudestaan. Miten koronapandemian pitkäaikaisia vaikutuksia tulisi huomioida muun muassa neuvoloissa ja varhaisen tuen palveluissa niiden perheiden kohdalla, jotka ovat saaneet esikoisensa koronapandemian aikana?

Sosiaalityön tutkimuksen alaan kuuluvan tutkielmani tulokset ovat hyödyksi pikkulapsiperheiden parissa työskenteleville sosiaalityöntekijöille sekä muille sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille lisäämällä ymmärrystä vanhempien kokemuksista poikkeuksellisissa olosuhteissa. Näen, että aiheesta tehdyllä tutkimustiedolla on merkitystä varsinkin ennaltaehkäisevien palvelujen suunnittelemisessa, jos pandemia pitkittyy, tai yhteiskuntaa kohtaisi uusi koronakriisin kaltainen tilanne.

Haluan lopuksi kiittää kaikkia graduani varten haastattelemani äitejä, jotka ystävällisesti antoivat omat kokemuksensa käyttöni pystyäkseeni tutkimaan ensikertalaisten vanhempien kokemuksia koronapandemian aikana. Heidän haastattelunsa ja kokemuksensa auttoivat minua rakentaessani ymmärrystä tutkimastani ilmiöstä (Eskola & Suoranta 2008, 61–62; Tuomi & Sarajärvi 2018, 98). Johtopäätöksiä kirjoittaessani pidin jatkuvasti mielessäni Jokisen (2014) toteamuksen siitä, että kokemukset ovat yksilöllisiä ja moniulotteisia, eikä niistä välttämättä pysty tekemään johtopäätöksiä koskien suurempaa joukkoa. Tämä kokemusten moniulotteisuus selittää osin myös omaa huomiotani siitä, miten erilaisia kokemuksia löysin myös omasta aineistostani, joka koostui viiden äidin yksilöhaastatteluista.

Olen edellä todennut koronapandemian tuoneen mukanaan useita haasteita esikoislapsensa saaneille perheille. Haluan kuitenkin muistaa Pulkkinen (2022, 153) esittämän kysymyksen, kuinka mielekkäänä lapsiperheeksi näyttäytyy, jos siitä puhutaan pelkästään haasteiden kautta. Haluankin lopettaa tutkielmani yhden äidin toteamukseen siitä, miten lapsen saaminen korona-aikana oli äidin oman kokemuksen mukaan hänelle suojaava tekijä oman hyvinvointinsa ja mielenterveytensä kannalta:

”ehkä sellasen näkökulman esille tuominen myös, että mulla olis ollu ihan varmasti tosi paljon haastavampaa ja psyykkisesti synkempää ilman lasta tää korona-aika, et jotenki se laps muistutti koko ajan siitä hyvästä ja kaikesta positiivisesta ja ihanasta ja mahdollisuuksista. Kyllä mä koen, että se (*lapsen syntymä*) on niin paljon avannu sitä elämää, tuonu elämää tämmösen haastavan periodin keskelle” (H5)

Lähteet

- Aalto-Setälä, Terhi; Eriksson, Pia; Hakulinen, Tuovi; Hastrup, Arja; Hietanen-Peltola Marke; Jahnukainen, Johanna; Klemetti, Raija; Lammi-Taskula, Johanna; Lindberg, Päivi; Linnaranta, Outi; Paju, Petri; Sirniö, Outi; Sulkanen, Mimmu; Vaara, Sarianna; Yliruka, Laura & Wiss, Kirsi (2021) Koronaepidemian vaikutukset eri väestöryhmissä ja heidän palveluissaan – Lapset, nuoret ja perheet. Teoksessa Kestilä, Laura; Jokela, Merita; Härmä, Vuokko & Rissanen, Petri (toim.) COVID-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen. Asiantuntija-arvio, 123–138. Saatavilla: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/142536/THL_Rap3_2021-Covid-seuranta%20kev%20a4t%202021_f_web.pdf?sequence=4&isAllowed=y. Viitattu 26.5.2022.
- Allardt, Erik (1976) Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Helsinki: WSOY.
- Allardt, Erik (1993) Having, loving, being: an alternative to the Swedish model of welfare research. Teoksessa: Nussbaum & Sen (toim.) The Quality of Life. Oxford: Clarendon Press. Saatavilla: <https://oxford.universitypressscholarship.com/view/10.1093/0198287976.001.0001/acprof-9780198287971-chapter-8?print=pdf>. Viitattu 26.11.2021.
- Bardy, Marjatta (2009) Hyvinvoinnin ulottuvuudet – perheen ja yhteiskunnan suhteissa. Teoksessa Lammi-Taskula, Johanna; Karvonen, Sakari & Ahlström, Salme (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Helsinki: Yliopistopaino, 226–242. Saatavilla: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80047/0e6f5676-9ccf-4490-8496-45c7b3acce5f.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 15.11.2021.
- Carlsen, Hjalmar Bang; Toubøl, Jonas & Brincker, Benedikte (2021) On solidarity and volunteering during the COVID-19 crisis in Denmark: the impact of social networks and social media groups on the distribution of support. European Societies 23, (1). Saatavilla: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14616696.2020.1818270>. Viitattu 8.4.2022.
- Eskola, Juhani (2014) Johdanto. Teoksessa Lammi-Taskula, Johanna & Karvonen, Sakari (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print, 3–4.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha (2008) Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Fegert, Jörg M; Vitiello, Benedetto; Plener, Paul L. & Clemens, Vera (2020) Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality. Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health 14 (20), 1–26. Saatavilla: <https://capmh.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/s13034-020-00329-3.pdf>. Viitattu 22.3.2022.

- Forssén, Katja; Laine, Kaarina & Tähtinen, Juhani (2002) Hyvinvoinnin tekijät ja uhat lapsuudessa. Teoksessa Juhila, Kirsi; Forsberg, Hannele & Roivainen, Irene (toim.) Marginaalit ja sosiaalityö. Jyväskylä: Kopijyvä Oy, 81–104.
- Hakulinen, Tuovi; Hietanen-Peltola, Marke; Hastrup, Arja; Vaara, Sarianna; Jahnukainen, Johanna & Varonen, Päivi (2020) ”Pahin syksy ikinä” – Lasten, nuorten ja perheiden peruspalvelut koronasyksynä 2020. Terveiden ja Hyvinvoinnin laitos 37, (2020). Saatavilla: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140643/URN_ISBN_978-952-343-5797.pdf?sequence=1. Viitattu 1.4.2022.
- Halme, Nina & Perälä, Marja-Leena (2014) Lapsiperheiden huolet ja avunsaanti. Teoksessa Lammi-Taskula, Johanna & Karvonen, Sakari (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print, 216–226.
- Helminen, Jari (2006) Onnen kehto vai kurjuuden alho? Teoksessa Helminen, Jari (toim.) Elämä koettelee, tuki kannattelee – sosiaali- ja terveystyö monimuotoisissa perhe-suhteissa. Jyväskylä: Ps-kustannus, 15–36.
- Helsingin kaupunki (2022a) Toimintaa lapsiperheille. Saatavilla: <https://www.hel.fi/helsinki/fi/kasvatus-ja-koulutus/leikki-ja-avoin-toiminta/perheiden-aamupaivatoiminta/>. Viitattu 4.3.2022.
- Helsingin kaupunki (2022b) Kotihoidon tuki ja Helsinki-lisä. Saatavilla: <https://www.hel.fi/helsinki/fi/kasvatus-ja-koulutus/paivahoito/lapsen-hoitaminen-kotona/kotihoidon-tuki-ja-helsinki-lisa/>. Viitattu 4.3.2022.
- Heino, Eveliina & Kara, Hanna (2020) Lapsiperheiden vanhempien kuvaukset saadusta sosiaalisesta tuesta poikkeusolojen aikana. Tiede & edistys 45 (3), 252–266. Saatavilla: <http://www.tiedajaedistys.fi/images/Pdf-tiedostot/TE-3-2020-heino-kara-252-266.pdf>. Viitattu 10.12.2021.
- Hertzberg, Tove (2022) Synnytyksen jälkeinen masennus. Terveyskirjasto. Lääkärikirja Duodecim. Saatavilla: <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00505>. Viitattu 20.4.2022.
- Hiilamo, Heikki (2021) Koronakriisin sosiaalinen velka - Miten pandemia vaikuttaa laajalaiseen hyvinvointiin? Impulsseja, Lokakuu 2021. Saatavilla: https://sorsafoundation.fi/wp-content/uploads/2021/10/KSS_Koronakriisin-sosiaalinen-velka_Web.pdf. Viitattu 1.12.2021.
- Hirvilampi, Tuuli (2015) Kestävän hyvinvoinnin jäljillä. Ekologisten kysymysten integroiminen hyvinvointitutkimukseen. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 136. Kelan tutkimusosasto. Saatavilla: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/154175/Tutkimuksia136.pdf>. Viitattu 10.4.2022.
- Hyvärinen, Sini; Sihvonen, Ella; Saarikallio-Torp, Miia; Kouvonen, Petra; Merikukka, Marko & Iivonen, Esa (2021) Vauva-arki poikkeusoloissa: ”En kuvitellut vauvavuotemme alkavan näin yksinäisesti”. Kirjoitus Kelan tutkimusblogissa 2.6.2021. Saatavilla: <https://tutkimusblogi.kela.fi/arkisto/6010>. Viitattu 10.1.2022.

- Jokinen, Arja (2014) Laadullisen tutkimuksen viitekehykset. Kokemusnäkökulma. Teoksessa Günther, Kirsi & Hasanen, Kirsi (toim.) Laadullinen tutkimus. Moodleverkkokirja.
- Juhila, Kirsi (2014) Tutkimusmenetelmät. Teemoittelu. Teoksessa Günther, Kirsi & Hasanen, Kirsi (toim.) Laadullinen tutkimus. Moodleverkkokirja.
- Karpman, Michael; Zuckerman, Stephen; Gonzalez, Dulce, & Kenney, Genevieve M. (2020) The COVID-19 Pandemic Is Straining Families' Abilities to Afford Basic Needs. Low-Income and Hispanic Families the Hardest Hit. Urban Institute. Saatavilla: https://www.urban.org/sites/default/files/publication/102124/the-covid-19-pandemic-is-straining-families-abilities-to-afford-basic-needs_2.pdf. Viitattu 22.3.2022.
- Kehusmaa, Sari; Luoma, Minna-Liisa; Ilmarinen, Katja; Ngandu, Tiia; Sinervo, Timo & Koskinen, Seppo (2021) Koronapandemian vaikutukset eri väestöryhmissä ja heidän palveluissaan - Ikääntyneet. Teoksessa Kestilä, Laura; Jokela, Merita; Härmä, Vuokko & Rissanen, Petri (toim.) COVID-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen. Asiantuntija-arvio, 116–122. Saatavilla: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/142536/THL_Rap3_2021-Covid-seuranta%20kev%20c3%a4%202021_f_web.pdf?sequence=4&isAllowed=y. Viitattu 7.4.2022.
- Kela (2021) Kelan lapsiperhe-etuustilasto. Pösö, Reeta (toim.) Suomen virallinen tilasto 2022. Saatavilla: <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/343364>. Viitattu 7.8.2022.
- Keltikangas-Järvinen, Liisa (2012) Pienen lapsen sosiaalisuus. Helsinki: WSOY.
- Klemetti, Reija; Vuorenmaa, Maaret & Helakorpi, Satu (2021) THL Tilastoraportti 6/2021. Vauvaperheiden hyvinvointi – Finlapset-kyselytutkimus 2020. Koronaepidemia on heikentänyt vauvaperheiden jaksamista – tyytyväisyys perhe-elämään silti suurta. Saatavilla: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/141082/Vauvaperheiden%20hyvinvointi%20%e2%80%93%20FinLapset-kyselytutkimus%202020.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 15.3.2022.
- Kotimaisten kielten keskus – Kielitoimiston ohjepankki, virkakieli. Pääkaupunkiseutu. Saatavilla: <http://www.kielitoimistonohjepankki.fi/haku/virkakieli/ohje/403>. Viitattu 22.3.2022.
- Korja, Riikka (2017) Vanhemmaksi tulo ja tunteet - Uskalla tuntea mutta älä jää yksin. Blogikirjoitus. Saatavilla: <https://blogi.minduu.fi/blogi/kolumnit/vanhemmaksi-tulo-ja-tunteet/>. Viitattu 15.4.2022.
- Koskenvuo, Karoliina (2010) Lapsuudentapahtumat, terveys ja elämäntyytyväisyys. Teoksessa Hämäläinen, Ulla & Kangas, Olli (toim.) Perhepiirissä. Kelan tutkimusosasto. Sastamala: Vammalan Kirjapaino, 294–313.
- Kukkola, Jani (2018) Kokemuksen tutkimuksen metatiede: kokemuksen käsitteen käytön ja kokemuksen ehtojen tutkimus. Teoksessa Toikkanen, Jarkko & Virtanen, Ira A. (toim.) Kokemuksen tutkimus VI. Kokemuksen käsite ja käyttö. Rovaniemi: Lapland University Press, 41–63.

- Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta. 361/1983. Saatavilla: <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1983/19830361>. Viitattu 25.10.2021.
- Laki sosiaalihuollon ammattihenkilöistä 817/2015. Saatavilla: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2015/20150817>. Viitattu 25.10.2021.
- Lammi-Taskula, Johanna & Salmi, Minna (2014) Työnjako ja tyytyväisyys parisuhteeseen lapsiperheissä. Teoksessa Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Lammi-Taskula, Johanna & Karvonen, Sakari (toim.) Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print, 72–81.
- Lammi-Taskula, Johanna; Vuorenmaa, Maaret; Aunola, Kaisa & Sorkkila, Matilda (2020) Matalan kynnyksen sosiaalipalvelut lapsiperheiden tukena ja palveluiden käyttö COVID-19-epidemian aikana. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tutkimuksesta tiiviisti, 15/2020. Saatavilla: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140115/URN_ISBN_978-952-343-522-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 2.2.2022.
- Lastensuojelulaki 417/2007. Saatavilla: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>. Viitattu 25.10.2021.
- Leino, Kaija 2011. Pirstaloitumisesta kohti naisena eheytymistä. Substantiivinen teoria rinta-syöpöpotilaan sosiaalisesta tuesta hoitoprosessin aikana. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto. Saatavilla: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/66806/978-951-44-8555-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 6.5.2022.
- Margolis, Rachel & Myrskylä, Mikko 2015. Parental Well-being Surrounding First Birth as a Determinant of Further Parity Progression. *Demography* (2015) 52 (4): 1147–1166. Saatavilla: <https://read.dukeupress.edu/demography/article/52/4/1147/169514/Parental-Well-being-Surrounding-First-Birth-as-a>. Viitattu 4.5.2022.
- Malinen, Kaisa & Sevon, Eija (2009) Parisuhteen hoitaminen: Suhteiden arkea vai irtiottoja arjesta? Teoksessa Perhe-elämän paletti – Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Rönkä, Anna; Malinen, Kaisa & Lämsä, Tiina (toim.) Jyväskylä: PS-kustannus, 149–176.
- Mieli ry (2021a) – Kriisit kuuluvat elämään 2021. Suomen mielenterveys ry. Saatavilla: <https://mieli.fi/vaikea-elamantilanne/kriisit-kuuluvat-elamaan/>. Viitattu 27.3.2022.
- Mieli ry (2021b) – Suojatekijät vahvistavat, riskitekijät heikentävät mielenterveyttä 2021. Suomen mielenterveys ry. Saatavilla: <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/mita-mielenterveys-on/suojatekijat-vahvistavat-riskitekijat-heikentavat-mielenterveytta/>. Viitattu 15.4.2022.
- Mieli ry (2021c) – Resilienssi auttaa selviytymään 2021. Suomen mielenterveys ry. Saatavilla: <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/mita-mielenterveys-on/resilienssi-auttaa-selviytymaan/>. Viitattu 15.4.2022.

- Mikkonen, Irja (2009) Sairastuneen vertaistuki, Peer Support in Different Illness Groups. Akateeminen väitöskirja. Kuopion yliopisto. Saatavilla: https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/9019/urn_isbn_978-951-27-1303-5.pdf. Viitattu 20.11.2022.
- Minkkinen, Jaana (2015) Lasten hyvinvointimalli. Lasten emotionaalinen hyvinvointi ja sosiaaliset suhteet alakoulussa. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto. Tampere: Tampere University Press.
- MLL (2018) Vanhempainnetti. Vanhemmuuden kaari. Saatavilla: <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/vanhemmuuden-kaari/>. Viitattu 1.4.2022.
- MLL (2021) Vanhempainnetti. Lapsen kasvu ja kehitys. Saatavilla: <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/>. Viitattu 1.4.2022.
- Niemelä, Pauli (2010) Hyvinvointipolitiikan teoria. Teoksessa Hyvinvointipolitiikka 2010. Niemelä, Pauli (toim.) Helsinki: WSOY, 16–37.
- Nolvi, Saara; Karukivi, Max; Korja, Riikka; Lindblom, Jallu; Karlsson, Linnea ja Hasse Karlsson (2021) Vanhempien masennus- ja ahdistusoireet lisääntyivät COVID-19-pandemian alkuvaiheessa – FinnBrain-syntymäkohorttitutkimus. Duodecim. Saatavilla: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/135047/duo16165.pdf?sequence=1>. Viitattu 11.8.2022.
- Paananen, Reija & Gissler, Mika (2014) Hyvinvointi ulottuu yli sukupolvien. Teoksessa Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Lammi-Taskula, Johanna & Karvonen, Sakari (toim.) Terveystieteiden tutkimuskeskus. Tampere: Juvenes Print, 208–226.
- Paju, Petri (2020) Paikoiltaan siirretty arki. Koronakriisin vaikutukset lapsiperheiden elämään. Lastensuojelun Keskusliiton verkkojulkaisu 2/2020. Saatavilla: <https://www.lskl.fi/wp-content/uploads/Paikoiltaan-siirretty-arki-verkkojulkaisu.pdf>. Viitattu 10.4.2022.
- Paju, Petri (2021) Paikoillaan pyörivä arki. Selvitys lapsiperheiden arjesta koronakriisin toisen aallon aikana. Lastensuojelun Keskusliiton verkkojulkaisu 4/2021. Saatavilla: https://www.lskl.fi/wp-content/uploads/2021/04/Lskl_Paikoillaan_pyoriva_arki.pdf. Viitattu 15.4.2022.
- Perälä, Marja-Leena; Halme, Nina & Kanste, Outi (2014) Lapsiperheiden kokemus palvelujen saatavuudesta ja riittävydestä. Teoksessa Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Lammi-Taskula, Johanna & Karvonen, Sakari (toim.) Terveystieteiden tutkimuskeskus. Tampere: Juvenes Print, 228–240.
- Pulkinen, Lea (2022) Lapsen hyvinvointi alkaa kodista. Helsinki: Ps-kustannus.
- Pugh, Dame Gillian (2010) Foreword. Teoksessa Child Well-Being: Understanding Children's Lives. McAuley, Colette & Rose, Wendy (toim.) London: Jessica Kingsley Publishers, 11–14.

- Punamäki, Raija-Leena (2011) Vanhemmuuteen siirtyminen: raskausajan ja ensimmäisen vuoden kiintymyssuhteet. Teoksessa Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Sinkkonen, Jari & Kalland, Mirjam (toim.) Helsinki: WSOY, 95–114.
- Puusa, Anu (2020) Haastattelutyypit ja niiden metodiset ominaisuudet. Teoksessa Puusa, Anu & Juuti, Pauli (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Tallinna: Gaudeamus, 103–117.
- Puusa, Anu & Julkunen, Saara (2020) Uskottavuuden arviointi laadullisessa tutkimuksessa. Teoksessa Puusa, Anu & Juuti, Pauli (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Tallinna: Gaudeamus, 189–206.
- Ruoppila, Isto (2014) Elämäkulun teoria perhetutkimuksessa. Teoksessa Perhetutkimuksen suuntauksia. Jallinoja, Riitta; Hurme, Helena & Jokinen, Kimmo (toim.) Helsinki: Gaudeamus, 99–122.
- Saari, Juhon (2016) Aluksi: Matkalla yksinäisyyteen. Teoksessa Yksinäisten Suomi 2016. Saari, Juhon (toim.) Helsinki: Gaudeamus, 9–29.
- Saari, Juhon (2011) Johdanto. Teoksessa Hyvinvointi – Suomalaisen yhteiskunnan perusta. Saari, Juhon (toim.) Helsinki: Gaudeamus, 9–30.
- Salin, Milla; Kaittila, Anniina; Hakovirta, Mia & Anttila, Mari (2020) Family Coping Strategies During Finland's COVID-19 Lockdown. Sustainability 2020, 21(12). Saatavilla: <https://www.mdpi.com/2071-1050/12/21/9133/htm>. Viitattu 1.4.2022.
- Salmi, Minna (2020) Lapsiperheiden köyhyys pitää yllä köyhyyden kierrettä. Teoksessa Kallio, Johanna & Hakovirta, Mia (toim.) Lapsiperheiden köyhyys & huono-osaisuus. Tampere: Vastapaino, 37–71.
- Salmi, Minna & Lammi-Taskula, Johanna (2014) Työn ja perheen yhteensovittaminen hyvinvoinnin tekijänä. Teoksessa Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Lammi-Taskula, Johanna & Karvonen, Sakari (toim.) Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print, 38–51.
- Santalahti, Päivi & Marttunen, Mauri (2014) Lasten ja heidän vanhempiansa mielenterveys. Teoksessa Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Lammi-Taskula, Johanna & Karvonen, Sakari (toim.) Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print, 184–194.
- Simpura, Jussi & Uusitalo, Hannu (2011) Hyvinvointi ja sosiaalinen kehitys. Teoksessa Hyvinvointi – Suomalaisen yhteiskunnan perusta. Saari, Juhon (toim.) Helsinki: Gaudeamus, 106–139.
- Sorkkila, Matilda & Aunola, Kaisa (2021) Resilience and Parental Burnout Among Finnish Parents During the COVID-19 Pandemic: Variable and Person-Oriented Approaches. The Family Journal. Saatavilla: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/10664807211027307>. Viitattu 1.3.2022.
- Sosiaalihuoltolaki 1301/2014. Saatavilla: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>. Viitattu 25.10.2021.

- Sourander, Johanna; Laakso, Marja-Leena & Kalland, Mirjam (2021) Mentalization-based Families First Group Intervention for First-Time Parents: Parents' Perspective. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy*, 20(1), s. 77–90. Saatavilla: <https://doi.org/10.1080/15289168.2021.1872148>. Viitattu 5.2.2022.
- Suvisaari, Jaana; Lundqvist, Annamari; Appelqvist-Schmidlechner, Kaija; Solin, Pia & Härkänen, Tommi (2021) Koronapandemian vaikutukset väestön terveyteen, hyvinvointiin ja elinoloihin – Mieliala ja psyykinen kuormittuneisuus. Teoksessa COVID-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen. Asiantuntija-arvio, kevät 2021. Kestilä, Laura; Jokela, Merita; Härmä, Vuokko & Rissanen, Petri (toim.) 2021, s. 21–26. Saatavilla: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/142536/THL_Rap3_2021-Covid-seuraanta%20kev%20c3%a4t%202021_f_web.pdf?sequence=4&isAllowed=y. Viitattu 7.2.2022.
- Talentia (2022) Arki, arvot ja etiikka. Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet. Saatavilla: <https://www.talentia.fi/tyoelamainfo/ammattietiikka/>. Viitattu 4.5.2022.
- Tanskanen, Antti O. (2014) Isovanhemmat, vanhempien lastenhankinta ja lasten hyvinvointi. Akateeminen väitöskirja. Itä-Suomen yliopisto. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D 60/2014. Julkaisija: Väestöntutkimuslaitos, Väestöliitto. Helsinki. Saatavilla: https://www.vaestoliitto.fi/uploads/2020/11/f413948c-tanskanen_2014_isovanhemmat-vanhempien-lastenhankinta-ja-lasten-hyvinvointi.pdf. Viitattu 1.5.2022.
- Terveyskylä (2022) Tietoa vertaistuesta – Mitä on vertaistuki? Saatavilla: <https://www.terveyskyla.fi/vertaistalo/tietoa-vertaistuesta/mit%C3%A4-on-vertaistuki>. Viitattu: 1.8.2022.
- THL (2016) Hyvinvoinnin mittaaminen. Saatavilla: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/hyvinvoinnin-mittaaminen>. Viitattu: 3.2.2022.
- THL (2022a) Tilannekatsaus koronaviruksesta. Saatavilla: https://thl.fi/fi/web/infektioauditaja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/tilannekatsaus-koronaviruksesta#Koronaviruksen_ilmaantuvuus. Viitattu: 25.10.2022.
- THL (2022b) THL:n yleinen maskisuositus poistuu. Saatavilla: <https://thl.fi/fi/-/thl-n-yleinen-maskisuositus-poistuu-mutta-maskia-voi-oman-harkinnan-mukaan-edelleen-kayttaa>. Viitattu: 17.4.2022.
- Tiilikainen, Elisa (2016) Polkuja yksinäisyyteen. Teoksessa *Yksinäisten Suomi 2016*. Saari, Juho (toim.) Helsinki: Gaudeamus, 129–148.
- Tilastokeskus (2021a) Suomen virallinen tilasto (SVT). Saatavilla: https://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin_vrm_synt/stat_fin_synt_pxt_12dm.px/table/tableViewLayout1/. Viitattu 18.4.2022.
- Tilastokeskus (2021b) Isät tilastoissa. Saatavilla: <https://www.stat.fi/tup/tilastokirjasto/isat-tilastoissa.html>. Viitattu 1.2.2022.

- Tilastokeskus (2021c) Äidit tilastoissa. Saatavilla: <https://tilastokeskus.fi/tup/tilastokirjasto/aidit-tilastoissa.html>. Viitattu 1.2.2022.
- Tilastokeskus (2022) Saatavilla: https://statfin.stat.fi/PxWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin_synt/statfin_synt_pxt_12dm.px/table/tableViewLayout1/. Viitattu 28.9.2022.
- Toikka, Enni & Haanpää, Leena (2021) Vanhempien huono-osaisuuden yhteys lapsen subjektiiviseen hyvinvointiin. Teoksessa Kallio, Johanna & Hakovirta, Mia (toim.) Lapsiperheiden köyhyys & huono-osaisuus. Tampere: Vastapaino, 119–142.
- Toikkanen, Jarkko & Virtanen, Ira A. (2018) Kokemuksen käsitteen ja käytön jäljillä. Teoksessa Kokemuksen tutkimus VI – Kokemuksen käsite ja käyttö. Toikkanen, Jarkko & Virtanen, Ira A. (toim.) Rovaniemi: Lapland University Press, 7–24.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2009) Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2018) Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2019) Eettinen ennakoarviointi ihmistieteissä. Ihmistieteisiin luettavien tutkimusalojen eettisen periaatteet. Saatavilla: <https://www.tenk.fi/fi/eettinen-ennakoarviointi-ihmistieteissa#3>. Viitattu 1.5.2022.
- Törrönen, Hannele (2015) Vauvan kanssa vanhemmiksi – selviytymisen ja ilon kirja. Helsinki: Kirjapaja.
- Törrönen, Maritta (2012) Onni on joka päivä. Lapsiperheen arki ja hyvinvointi. Helsinki: Gaudeamus.
- Uusitalo, Hannu & Simpura, Jussi (2020) Erik Allardt hyvinvoinnin tutkijana. YHTEISKUNTAPOLITIIKKA 85, 2020(5–6), s 579–587. Saatavilla: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140729/YP20056_Uusitalo%26Simpura.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 26.11.2021.
- Valtioneuvosto (2020a) Hallitus on todennut yhteistoiminnassa tasavallan presidentin kanssa Suomen olevan poikkeusoloissa koronavirustilanteen vuoksi. Tiedote 16.3.2020. Saatavilla: <https://valtioneuvosto.fi/-/10616/hallitus-totesi-suomen-olevan-poikkeusoloissa-koronavirustilanteen-vuoksi>. Viitattu 25.11.2021.
- Valtioneuvosto (2020b) Liikkumisrajoitukset Uudellemaalle voimaan 28. maaliskuuta 2020. Tiedote. Saatavilla: <https://valtioneuvosto.fi/tietoa-koronaviruksesta/poikkeusolot>. Viitattu 25.11.2021.
- Valtioneuvosto (2021) Lapset, nuoret ja koronakriisi. Lapsistrategian koronatyöryhmän arvio ja esitykset lapsen oikeuksien toteuttamiseksi. Valtioneuvoston julkaisuja 2021: 2. Saatavilla: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162647/VN_2021_2.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu: 4.3.2022.

- Valmiuslaki 1552/2011. Saatavilla: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2011/20111552>. Viitattu 25.11.2021.
- Viljamaa, Marja-Leena (2003) Neuvola tänään ja huomenna. Vanhemmuuden tukeminen, perhekeskeisyys ja vertaistuki. Akateeminen väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Saatavilla: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/13356/9513914275.pdf?s>. Viitattu 4.3.2022.
- Vornanen, Riitta (2001) Lasten hyvinvointi. Teoksessa Lapsuuden hyvinvointi – yhteiskuntapolitiittinen puheenvuoro. Törrönen, Maritta (toim.) Vantaa: Pelastakaa Lapset, 20–39.
- Vuori, Jaana Tutkimusetiikka ihmistieteissä. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/tutkimusetiikka/tutkimusetiikka-ihmistieteissa>. Viitattu 1.12.2022.
- Vähäsarja, Sari (2021) 1-vuotias Kerttu on koko elämänsä nähnyt vieraita vain kaukaa, ja hymytkin jäävät maskien taakse – erikoisella ajalla voi olla hänen kehitykselleen suuri merkitys. Yle uutiset 9.3.2021. Saatavilla: <https://yle.fi/uutiset/3-11815844>. Viitattu 26.1.2022.
- WHO (2021) Constitution of the World Health Organisation. Basic Documents, Supplement 2006. Saatavilla: http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_en.pdf. Viitattu 15.12.2021.
- WHO (2020) Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 - 11 March 2020. Saatavilla: <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>. Viitattu 27.3.2022.
- World Happiness Report (2021). Saatavilla: <https://worldhappiness.report/>. Viitattu 27.3.2022.
- Zechner, Minna & Romakkaniemi, Marjo (2020) Kriisissä hyvinvointivaltion merkitys korostuu. Janus Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti, 28(2), s. 113–114. Saatavilla: <https://doi.org/10.30668/janus.95410>. Viitattu 27.1.2022.

Liitteet

Liite 1. Kutsukirje haastatteluun

Hei Sinä pienen lapsen vanhempi!

Oletko pääkaupunkiseudulla (Helsinki, Vantaa, Espoo tai Kauniainen) asuva ja saanut ensimmäisen lapsesi koronapandemian aikaan, maaliskuun 2020 – joulukuun 2021 välisenä aikana?

Opiskelen sosiaalityötä Turun Yliopistossa ja teen pro gradu -tutkielmaa siitä, millaisena koronapandemian aikana esikoisensa saaneet vanhemmat kokevat hyvinvointinsa pandemian keskellä. Maailmanlaajuinen pandemia on vaikuttanut monella tapaa lapsiperheiden elämään jo kahden vuoden ajan, eikä pandemian loppua ole vielä näkyvillä. Esikoislapsen saaminen ja vanhemmaksi tulo ovat suuria elämänmuutoksia normaalioloissakin, saati sitten pandemian keskellä, jossa sosiaalisten kontaktien määrää on pitänyt rajoittaa.

Olisitko kiinnostunut tulemaan haastateltavakseni ja kertomaan oman kokemuksesi vanhemmaksi tulosta näinä poikkeuksellisina aikoina? Jokaisen kokemus vanhemmaksi tulosta on erilainen ja tärkeä, ja haluaisin kuulla juuri Sinun ajatuksiasi ja kokemuksiasi asiasta. Haastattelut voidaan toteuttaa etäyhteyksin. Haastattelun kesto on noin tunti ja haastattelut nauhoitetaan. Haastattelut ovat salassa pidettäviä ja nauhoitteet sekä muu materiaali tuhoetaan, kun tutkielma on valmis. Haastateltavien anonymiteetti säilytetään eikä haastateltavia voi tunnistaa valmiista tutkielmasta. Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja voit halutessasi keskeyttää osallistumisen missä vaiheessa tahansa.

Jos kiinnostuit haastateltavaksi tulosta, ota minuun yhteyttä. Kerron mielelläni lisää!

Keväisin yhteistyöterveisin

Katriina Takkinen

ketakk@utu.fi

Liite 2. Teemahaastattelurunko

Taustakysymyksiä:

Ikä, sukupuoli, asuinkunta, koulutustaso/työpaikka.

Keitä perheeseen kuuluu? Milloin lapsi on syntynyt?

1. Koronapandemia:

- Millä tavoin koronatilanne on vaikuttanut sinun ja perheesi elämään?
- Millaisia ajatuksia ja tunteita vallitseva koronapandemia on herättänyt?
- Millä tavalla olette suhtautuneet kulloinkin voimassa oleviin rajoituksiin ja suosituksiin?

2. Vanhemmuus ja oma jaksaminen:

- Kertoisitko omin sanoin vauvan syntymän ajasta?
- Millaisia kokemuksia ja ajatuksia sinulla on liittyen vanhemmaksi tuloon ja vauvan syntymään?
- Millä tavoin olette jakaneet arkielämään liittyviä asioita, kuten lapsen hoitamista, puolison kanssa?
- Millaisena olet kokenut oman jaksamisesi vanhempana?
- Mitä ajattelet koronapandemiasta lapsesi kannalta?
- Mikä on tuonut sinulle mielekkyyttä elämään pandemian aikana? Mikä on vähentänyt sitä?

3. Elinolot, taloudelliset resurssit:

- Onko vallitseva koronatilanne vaikuttanut perheesi toimeentuloon tai taloudelliseen tilanteeseen? Millä tavoin?
- Millä tavoin koronatilanne ja rajoitustoimet ovat vaikuttaneet perheesi elinoloihin?

4. Sosiaalinen tuki ja sosiaaliset suhteet:

- Millä tavoin sinä ja perheesi olette tavanneet läheisiänne pandemian aikana?
- Millaista apua olet tarvitessasi saanut lapsen hoidossa tai kodinhoidossa?
- Oletko tarvittaessa saanut keskustelutukea ammattilaisilta esim. neuvolasta? Millaista?
- Oletko pystynyt halutessasi jakamaan kokemuksia vauva-arjesta ja siihen liittyvistä ajatuksista jonkun kanssa tilanteessa olevan kanssa?
- Millaisia kokemuksia sinulla on yksinäisyydestä pikkulapsiarjessa?
- Minkälaisesta tuesta koet hyötyväsi tai millaista tukea olisit toivonut?
- Haluaisitko vielä kertoa aiheesta jotain lisää? Sana vapaa.