

**Pienten lasten päivittäiset rytmit ja hoivan ketjut
24/7-taloudessa**

Niina Laitinen

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma
Syyslukukausi 2016
Kasvatustieteiden laitos
Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Laitinen, Niina. 2016. Pienten lasten päivittäiset ja hoivan ketjut 24/7-taloudessa. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. 99 sivua.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia pienten lasten päivittäisiä rytmejä kodin, päiväaikaan tapahtuvan varhaiskasvatuksen ja päivähoidon sekä vuorohoidon konteksteissa. Työntekijöiden työajat ovat 24/7-talouden myötä erilaisuneet ja epätyypilliset työajat, eli ilta-, yö- ja viikonlopputyöt ovat monien vanhempien arkea. Vanhempien epätyypilliset työajat tuovat tutkimusten mukaan perheiden arkeen monia ajallisia haasteita, mutta myös mahdollisuuksia.

Tutkimuksen aineisto on osa kahta laajempaa tutkimusprojektia (*Perheet 24/7* sekä *Pienten lasten perhearki*), ja se on kerätty kännykkäpäiväkirjalla tutkittavien lasten vanhemmilta sekä päivä- ja vuorohoidon työntekijöiltä kolmesti päivässä viikon ajan. Tässä tutkimuksessa mukana oli yhteensä 32 keskisuomalaista perhettä, joista 17 oli vuorohoitoperheitä ja 15 oli päivähoitoperheitä.

Tutkittavien lasten arki rakentui hoito- ja vapaapäivien rytmittämistä viikoista ja sen päivittäisistä rutiineista. Arkeen myös liittyi kiinteästi erirytmyisyys, kiire ja kiireettömyys sekä väsymys. Vanhempien työaika oli vahvasti lapsen arjen rytmejä rakentava tekijä, joka määritteli pitkälti lapsen hoitoajat, jotka taas rakensivat lapsen päivä- ja viikkorytmiä. Tavanomaisessa päivähoidossa olevien lasten hoitoajat ja päivä- ja viikkorytmit olivat vuorohoitolapsia säännöllisemmät ja yhtenäisemmät. Vuorohoito aiheutti perheissä erirytmyisyyttä, mutta mahdollisti osalla lapsista enemmän aikaa kotona ja vähemmän hoitopäiviä.

Hakusanat: ajalliset rytmit, lasten arki, hoivan ketjut, vuorohoito, päivähoito, vanhempien työaika, päiväkirjatutkimus

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO.....	6
2	PERHEIDEN ARKI 24/7-TALOUESSA.....	8
2.1	24/7-talous ja epätyypilliset työajat.....	8
2.2	Arjen ajallisuus.....	8
2.3	Lapsiperheiden arjen ajallisuus.....	9
2.4	Epätyypillisten työaikojen yhteys perheiden arkeen ja hyvinvointiin ..	11
2.5	Epätyypilliset työajat, riskejä vai myös mahdollisuuksia?	14
3	LAPSEN ARKI JA PÄIVITTÄISET RYTMIT 24/7-TALOUESSA	17
3.1	Arjen ja päivittäisten rutiinien merkitys perheissä	18
3.2	Lapsen arjen rytmi	19
3.3	Päivähoito osana lapsen arkea ja hoivan ketjua	21
3.4	Vuorohoito	23
4	TUTKIMUSKYSYMYKSET	25
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....	26
5.1	Päiväkirjamenetelmä perheitä koskevassa tutkimuksessa	26
5.2	Tutkittavat.....	27
5.3	Aineistonkeruu	28
5.4	Aineiston analyysi	31
5.5	Eettiset ratkaisut	36
6	LAPSEN ARJEN RYTMIT	39
6.1	Arjen rutiinit kotona ja päivähoidossa.....	39
6.1.1	Rutiinit ja päivittäiset toiminnot arjen rytmittäjinä.....	40
6.1.2	Aamut – lastenohjelmia ja päivän aloitusta.....	41

6.1.3	Päivärutiinit – Leikkiä ja päiväunia	44
6.1.4	Iltarutiinit – ulkoilua ja yöunien valmistelua	45
6.1.5	Leikki – lasten oma rutiini	47
6.1.6	Rutiinien rikkoutuminen	49
6.2	Hoitoajat lapsen päivä- ja viikkorytmin perustana	50
6.3	Synkronointi – Erityisyys	53
6.3.1	Vanhempien ja lasten yhteen kietoutuneet rytmit	53
6.3.2	Perheen erityisyys	54
6.3.3	Synkronointi muiden kuin perheenjäsenten kanssa	56
6.3.4	Erityisyys vuorohoitolapsilla	57
6.3.5	Erityisyys päivähoitolapsilla	59
6.3.6	Vuorottelua lapsenhoidossa	60
6.3.7	Nukkumiseen ja lepoon liittyvä erityisyys	61
6.4	Arjen tempona kiireen ja kiireettömyyden vaihtelu	63
6.4.1	Aamujen kiire	64
6.4.2	Hoputtaminen	67
6.4.3	Kiireettömyys	68
6.5	Väsymys	70
6.5.1	Aamujen väsymys	71
6.5.2	Päivälle ajoittuva väsymys	72
6.5.3	Iltaan ajoittuva väsymys	73
6.5.4	Hoitoviikon väsyttämät	74
6.6	Hoivan ketjut ja vuorohoidon erityisyys	75
7	POHDINTA	80
7.1	Tutkimustulosten yhteenveto	80
7.2	Tutkimuksen luotettavuus	89

7.3	Jatkotutkimushaasteita	91
	LÄHTEET	93

1 JOHDANTO

Yhteiskunnalliset muutokset näkyvät usein tavalla tai toisella myös perheiden elämässä. Esimerkki tällaisesta perustavanlaatuisesta muutoksesta on ollut vaihdos yhden vanhemman töissä käynnistä tilanteeseen, jossa molemmat vanhemmat ovat töissä. Perhe-elämään vaikuttava muutos on ollut myös 24/7-talous ja epätyypillisten työaikojen yleistyminen, joka on osaltaan tuonut muutosta normaaleina pidettyihin perhe-elämää sääteleviin rakenteisiin muuttamalla osassa perheissä sen, milloin vanhemmat ovat töissä. (Strazdins, Korda, Lim, Broom & D'Souza, 2004.) Tämän vuoden (2016) alussa voimaan tullut kauppojen aukioloaikojen vapauttaminen on nostanut aiheen vahvasti julkisuuteen viime aikoina ja tuonut esiin myös huolen siitä, mikä merkitys muutoksella on työntekijöille ja heidän perheillensä (Yle.fi 11.10.2016).

Perhe-elämää ja perheenjäsenten välistä vuorovaikutusta jäsentävät ja jakottavat päivä- sekä viikkorytmit ja useimmissa perheissä tämä viikoittainen sykli toistuu jokseenkin samana, jolloin arkea ja viikonloppua määrittävät työ- ja vapaapäivät (Rönkä, Kinnunen & Sallinen, 2004). Perheissä, joissa toinen tai molemmat vanhemmat työskentelevät epätyypillisinä työaikoina, viikko- ja päivärhythmi voi erota normaaliksi koetusta yhteiskunnan rytmistä (Tammelin & Rönkä, 2013, 307). Työ- ja opiskeluelvoitteiden luomien rakenteiden lisäksi vuorokausirytmiiin kiinnittyvät syklit, kuten nukkuminen ja hereillä olo, luovat päivittäisiä rytmejä ja rutiineja (Howe, 2002, 437). Omassa tutkimuksessani tarkastelenkin perheen rutiineja osana lasten päivittäisiä rytmejä.

Työntekijä, joka työskentelee epätyypillisinä työaikoina eli tekee vuorotyötä, ilta-, yö- ja viikonlopputöitä (joko näitä kaikkia, vain yhtä tai useampia), saattaa kohdata haasteita yksityiselämän ja työn yhteensovittamisessa. Näin voi erityisesti olla lapsiperheissä, joissa arkea rytmittävät paitsi vanhempien työvuorot, myös koulujen ja päivähoitopalveluiden aukioloajat (Tammelin & Rönkä, 2013). Vanhempien erilaistuneet työajat luovat tarpeen myös lasten erilaistuneille hoitoajoille. Epätyypillisinä työaikoina työskentelevien vanhempien haasteena saattaaakin olla hoitopaikan löytyminen ja järjestäminen lapselle (Strazdins

ym. 2004; Tammelin & Rönkä, 2013, 313). Tätä työelämän tarvetta vastaamaan on luotu vuorohoito osaksi päivähoitopalveluja. Pienten lasten kohdalla vanhempien epätyypilliset työajat saattavat näkyä vaihteluna päivittäisissä rytmeissä ja esimerkiksi vuorohoidossa erilaisina hoitajakson pituuksina ja ajankohtina (Vuorohoidon työryhmä, 1998). Suomessa vuorohoito on tullut vanhempien avuksi lastenhoidon järjestämisessä, alle kouluikäisten lasten ollessa kyseessä. Tämän lisäksi kouluikäisten lasten koulun jälkeisen hoidon järjestämiseen tulisi myös panostaa (Li, Johnson, Han, Andrews, Kendall, Strazdins & Dockery, 2014).

Perheiden arki on perinteisesti ollut kasvatustieteellisen tutkimuksen kiinnostuksen kohteena. Epätyypillisten työaikojen yhteydestä perhearkeen on kuitenkin vähän tutkimusta (Tammelin & Rönkä 2013), minkä lisäksi vuorohoito on varsin vähän tutkittu aihe Suomessa (Siippainen 2012, 118). Tässä tutkimuksessa fokuksessa on lasten arki ja se, millaiseksi se muodostuu perheissä, joissa vanhemmat työskentelevät epätyypillisinä työaikoina. Onko perheen ja lapsen arjen kannalta sillä merkitystä, mihin aikaan vuorokaudesta äiti tai isä on töissä?

2 PERHEIDEN ARKI 24/7-TALOUDESSA

2.1 24/7-talous ja epätyypilliset työajat

Erityisesti 2000-luvulla laajentunut 24/7-talous on tuonut mukanaan yhä useammalle suomalaisellekin epätyypilliset työajat. Työelämään kohdistuvan muutoksen taustalla on muun muassa palvelusektorin kasvu ja naisten laaja työllistyminen (Presser 2003). Muutoksen laajuudesta on löydettävissä eriäviä näkökantoja tutkimuskirjallisuudessa. Strazdins kumppaneineen (2004) on verrannut muutosta 24/7-talouteen yhtä vaikuttavaksi kuin vaihdosta yhden vanhemman töissä käynnistä tilanteeseen, jossa molemmat vanhemmat ovat töissä. Tammelinin ja Röngän (2013) mukaan muutos on todellinen, vaikka se on esitettyä maltillisempi erityisesti suomalaisessa kontekstissa.

24/7-talous näkyy muun muassa pidentyneinä kauppojen aukioloaikoina, ympäri vuorokauden auki olevina kauppoina sekä lisääntyneinä sunnuntai- ja pyhä aukioloaikoina. Työvuorot ja työviikon rakenne ovat tämän muutoksen johdosta erilaistuneet. Tyypillisen, maanantaista perjantaihin, aamusta iltapäivään ajoittuvan työpäivän sijaan on osalle palkkatyöläisistä tullut tilalle ilta-, yö- ja viikonloppuvuorot (Tammelin & Rönkä, 2013, 307). Työolotutkimuksesta selviää, että noin kolmanneksella suomalaisista on epätyypilliset työajat (Lehto & Sutela, 2008, viitattu lähteessä Tammelin & Rönkä, 2013). Muutokseen on tutkimuksen parissa yhdistetty huoli perheen ja lasten hyvinvoinnista entistä moninaisempien työaikojen edessä (Tammelin & Rönkä, 2013).

2.2 Arjen ajallisuus

Arki on meille kaikille tuttua ja jokapäiväistä, mutta samalla kuitenkin näkymättömyä ja katoavaa (Felski 2000, 77). Tämän takia arjen tutkimista kuvataankin joskus haasteelliseksi (Korvela & Tuomi-Gröhn 2014). Arki rakentuu toiston kautta, mikä puolestaan muodostaa arjessa esiintyvät rytmit (Felski 2000, 81). Arki onkin

syklistä, sillä siinä toistuvat tietyt päivä- ja viikkorytmit. Päivittäisillä rytmeillä kuvataan sitä, mitä päivän aikana tapahtuu, esimerkiksi sitä, mihin aikaan herätään, ja mihin työ ja vapaa-aika päivässä ajoittuvat. (Aalto & Varjonen 2012, 36.) Samassa elämänvaiheessa elävillä, kuten työssäkäyvien vanhempien pikkulapsiperheillä, päivittäisissä rytmeissä on paljon samankaltaisuutta, jolloin puhutaan arjen kollektiivisista rytmeistä (Aalto & Varjonen 2014). Rytmeillä on arjessa funktionsa, sillä niiden tuottaman säännönmukaisuuden nähdään luovan turvallisuutta ja ennakoitavuutta arkeen (Korvela & Tuomi-Gröhn 2014). Tämä säännönmukaisuus, jatkuvuus ja rytmien tuttuus on tärkeää juuri lapsille (Korvela, Holmberg, Jonsson & Kupiainen 2009, 103). Rytmien ja rutiinien merkityksestä perhe-arjelle kertoo perhetyössä käytetty sekvenssimenetelmä, jossa perheen toimimatonta arkea lähdetään korjaamaan luomalla säännölliset arkirytmit ja -rutiinit (Sekki, 2011).

Rytmien rinnalla on arjen tutkimuksessa tuotu esiin arjen käytännöt. Käytäntöteoriassa (theory of practice) arkea tarkastellaan arjen käytäntöjen kautta pikemminkin kuin yksilöiden näkökulmasta. (Southerton, 2006.) Southerton (2006) kuvaa arjen käytäntöjen ajallisia rytmejä ajan viiden ulottuvuuden kautta: toistuvuus, tempo, ajoittaminen, kesto sekä sekvenssi. Toistuvuus on yhteydessä toiminnan rytmiin (säännöllinen vai epäsäännöllinen), tempolla kuvataan toiminnan nopeutta (kiire ja kiireettömyys), ajoittaminen on toimintojen synkronoinnin ulottuvuus, kestolla kuvataan toiminnan pituutta ja sekvenssi kertoo toimintojen järjestyksestä. (Southerton 2006; ks. myös Aalto & Varjonen, 2014, 35.)

2.3 Lapsiperheiden arjen ajallisuus

Lapsiperheiden arki koostuu monesta tekijästä. Vanhempien käsissä on sovittaa yhteen työ ja perhe, sekä perheenjäsenten eriävät aikataulut ja rytmit, unohtamatta koulun ja päivähoiton aikatauluja. (Malinen & Rönkä 2009, 180.) Vanhempien työaika vaikuttaa perheiden arkeen ja yhteiseen aikaan (Tammelin & Rönkä 2013, 306). Perheiden aikaa koskevassa keskustelussa ja tutkimuksessa onkin

noussut esiin kodin ja työn yhteensovittaminen ja kokemukset ajan riittämättömyydestä (Rönkä & Korvela, 2009). Työn ja perhe-elämän yhteensovittamista tutkittaessa on havaittu, että työn muuttuminen enenevässä määrin tietotyöksi, ja näin ollen ajasta ja paikasta riippumattomaksi, on lisännyt töiden kotiin tuomista (Kinnunen, Malinen & Laitinen 2009, 126). Perheillä on erilaisia keinoja helpottaa tätä yhteensovittamista, kuten esimerkiksi vanhempien välisen vastuun jakaminen tai erityisesti naisilla työajan vähentäminen (Kinnunen ym. 2009, 142; ks. myös Korvela, 2003, 122). Vanhempien työn yhteyttä perheen ja lasten hyvinvointiin on pyritty selittämään siirräntämallin avulla, jonka mukaan esimerkiksi vanhemman kokema työn kuormittavuus saattaa kulkeutua vanhemman mukana perheeseen (Sallinen, 2006).

Paineita ja vaatimuksia vanhemmille ja lapsiperheiden ajalle saattaa asettaa myös nykyaikana vallitseva oletus siitä, että lapsilla tulisi olla pienestä pitäen harrastuksia, sekä vaatimukset *laatuajasta* osana lasten ja vanhempien yhdessäoloa. (Rönkä, Kinnunen & Sallinen, 2005, 303). Harrastukset kuljetuksineen aika-tauluttavat erityisesti kouluikäisten lasten perheiden vapaa-aikaa (Malinen & Rönkä, 2009, 196; Sallinen, 2006). Lapsen näkökulmasta katsottuna, lapsi kaipaa eniten kiireetöntä yhdessäoloa vanhempien kanssa, eivätkä erilaiset virikkeet ja elämykset korvaa tätä (Kyrönlampi-Kylmänen 2007, 165). *Laatuaikaa* on myös arjen pienissä jaetuissa hetkissä, kuten päivittäisten yhteisten rutiinien suorittamisessa (Kremer-Sadlik & Paugh, 2007, 302).

Lapsiperheiden arjessa on suhteellisen säännöllisen päivärytmin lisäksi ruuhkahuippuja ja tasaisempia jaksoja. Ruuhkahuiput keskittyvät aamun ja ilta-päivän siirtymähetkiin, kun perheessä lähdetään ja palataan kotiin. (Rönkä ym. 2004; Rönkä ym. 2005.) Southerton (2003) on myös kuvannut näitä arjen kiireisiä ja tasaisempia jaksoja kuumiksi ja kylmiksi pisteiksi (hot & cold spots).

Rönkä ja kollegat (2009, 278) havaitsivat Paletti-tutkimuksessaan, että lapsiperheiden arjessa vaikuttaa säännöllinen päivä- ja viikkorytmi. Tämän rytmin loivat perheiden hoito- ja työajat. Perheenjäsenten mielialat noudattivat samaa viikonpäivävaihtelua, jolloin arkipäiviin liittyi enemmän stressiä ja väsymystä,

ja viikonloppuina perheissä oltiin rentoutuneempia. Korvela (2003) on tutkimuksessaan puolestaan kuvannut lapsiperheiden arjen rakentumista sekvenssien avulla. Tutkimuksen mukaan arkipäivä rakentuu neljästä sekvenssistä, joista ensimmäinen sijoittuu aamuun ja sisältää valmistautumista kotoa lähtemiseen. Kolme muuta sekvenssiä ajoittuvat perheen palattua kotiin töistä ja päivähoitosta. Näitä ovat kotiintulo ja siihen liittyvä toiminta, yhdessä tekemisen sekvenssi sekä yöunille valmistautuminen. Nämä sekvenssit toistuvat päivittäin samantyyppisinä, mikä luo päivärytmin ja ennakoitavuutta päivään.

Perhe instituutiona on kokenut suuria muutoksia viimeisten vuosikymmenien aikana. Menneiden vuosien suurperheistä ollaan tultu nykypäivään, missä yksinhuoltajaperheet ja niin sanotut kahden kodin lapset ovat avioerojen myötä yhä yleisempiä. (Korvela & Tuomi-Gröhn 2014, 11-12.) Tällä muutoksella voisi-kin nähdä olevan vaikutuksia perheiden arjen ajallisuuteen, mikäli se osaltaan lisää arjen haasteellisuutta, vaatimuksella huomioida ja yhdistää yhä useampien perheenjäsenten ja kontekstien aikatauluja ja rytmejä.

2.4 Epätyypillisten työaikojen yhteys perheiden arkeen ja hyvinvointiin

Epätyypilliset työajat eivät ole mikään täysin uusi ilmiö, mutta se on 2000-luvulla yleistynyt 24/7-talouden myötä huomattavasti (Presser, 2003). Amerikkalaisen tutkimuksen (Presser, 2003, 76-77) mukaan vanhempien epätyypilliset työajat ovat yleisimpiä pikkulapsiperheissä (perheissä, joissa on alle 5-vuotiaita lapsia). Ilmiönä tämä koskettaa siis erityisesti juuri lapsiperheitä. Epäsäännöllisten työaikojen yleistymisen myötä on alettu kiinnittää enemmän huomiota näiden työaikojen ja työntekijöiden hyvinvoinnin väliseen yhteyteen (Strazdins ym. 2006). Näiden työaikojen riskinä työntekijälle on muun muassa terveydelliset haitat sekä unirytmien häiriintyminen (Vogel, Braungardt, Meyer & Schneider, 2012;

Åkerstedt & Wright, 2009; Presser, 2003). Viime aikoina tutkimuksellinen painopiste on kuitenkin osittain siirtynyt yksilön näkökulmasta, työntekijän perheen ja lasten hyvinvointiin sekä perhearjen haasteellisuuteen (Strazdins ym. 2006).

Epätyypilliset työajat eivät poikkea normaaleina pidetyistä työajoista ainoastaan niiden eri vuorokaudenaikaan tai viikonpäivään sijoittuvan luonteensa takia. Näihin läheisesti liittyy usein myös työaikojen epäsäännöllisyys, mikä osaltaan lisää arjen hahmottamisen ja järjestämisen hankaluutta. Epätyypillisinä työaikoina työskentelevät vanhemmat kokevatkin työn ja perhe-elämän yhteensovittamisen hankalammaksi kuin säännöllistä päivätyötä tekevät. (Perheet 24/7-tutkimushankkeen tuloksia.)

Strazdinsin ja kollegoiden (2006; 2004) mukaan haastavuutta voi aiheuttaa perheen arjen järjestäminen ja organisointi, sekä yhteisen ajan löytäminen niin koko perheen kuin puolisoidenkin kesken. Avioerojen ja puolisoiden välisten konfliktien riski onkin suurempi näissä perheissä. Perinteisinä pidettyjen työaikojen ulkopuolella työskentelevien vanhempien perheissä yhteiset ateriat ja vapaa-ajan vietto saattavat olla myös harvinaisia. Epätyypillisten työaikojen vaikutusta perheiden arkeen on tavoiteltu kutsumalla näitä työaikoja myös ”epäsosiaalisiksi”. (Strazdins ym. 2006; 2004.) Kun vanhempi työskentelee epätyypillisinä työaikoina, on perheen arki eri rytmissä muuhun yhteiskuntaan nähden (Tammelin & Rönkä, 2013, 307).

Vanhempien haasteena saattaa myös olla hoitopaikan löytäminen ja järjestäminen lapselle (Strazdins ym. 2004; Tammelin & Rönkä 2013, 313; Presser 2003). Suomessa lastenhoidon ongelmaa helpottaa kunnallisesti järjestetty vuorohoito (Tammelin & Rönkä 2013, 313), kun esimerkiksi Yhdysvalloissa formaalin lastenhoidon löytäminen epätyypillisiä työaikoja tekeville perheille on hyvin vaikeaa (Li ym. 2013). Vuorohoidon saatavuudesta huolimatta, suuri osa (31%) suomalaisista epätyypillisiä työaikoja tekevistä vanhemmista kokee lastenhoidon järjestämisen ongelmalliseksi (Perheet 24/7- tutkimushankkeen tuloksia). Vanhemmat joutuvatkin mahdollisesti turvautumaan enemmän epäviralliseen lastenhoidon, kuten esimerkiksi sukulaisten apuun, mikä taas saattaa vaatia ylimääräistä

aikataulujen suunnittelua ja järjestelemistä (Tammelin & Rönkä 2013, 313; Presser, 2003).

Vanhempien epätyypillisten työaikojen yhteyttä lasten hyvinvointiin on viimeisen vuosikymmenen aikana tutkittu jonkin verran (Strazdins ym. 2004; Strazdins ym. 2006; Li ym. 2014; Tammelin & Rönkä, 2013). Tätä on lähestytty osassa näistä tutkimuksista tarkastelemalla muun muassa vanhempien fyysistä ja psyykkistä jaksamista ja kokemuksia omasta vanhemmuudestaan. Nämä ovat välittäviä tekijöitä, jotka vaikuttavat epäsuorasti lapsen hyvinvointiin. Tulosten mukaan vanhemmat kokivat muun muassa vanhemmuuden tehottomuutta ja perheen toimimattomuutta (worse family functioning). Näiden vanhempien lapsilla oli suurempi riski sosiaalisen ja tunne-elämän häiriöihin. (Strazdins ym. 2006, 394.) Aiheesta tehty kattava kirjallisuuskatsaus tarkasteli vanhempien epätyypillisten työaikojen yhteyttä neljään lapsen kehitykselliseen tulokseen (developmental outcomes), muun muassa kognitiiviseen kehitykseen. Katsauksessa tarkasteltiin 23 tutkimusta, joista 21 tutkimuksen mukaan vanhempien epätyypilliset työajat vaikuttavat negatiivisesti vähintään yhteen näistä neljästä seikasta. Huomioitavaa on, että lastenhoidon laatu ja saatavuus voivat kuitenkin vaikuttaa siihen, kuinka vahvoja nämä negatiiviset yhteydet ovat. (Li ym. 2014.)

Tutkimusten mukaan epätyypillistä työtä tekevien joukossa erityisessä riskissä ovat heikkotuloiset perheet sekä yksinhuoltajaperheet (Li ym. 2014). Presser (2003, 68) on havainnut, että yksinhuoltajaäidit työskentelevät naimisissa olevia äitejä todennäköisemmin epätyypillisinä työaikoina. Yksinhuoltajilta usein myös puuttuu toinen aikuinen jakamaan lastenhoidollista vastuuta. Tällöin päivähoiton tai muun ulkopuolisen lastenhoidon merkitys kasvatusvanhemmuuden jakamisessa korostuu. (Presser, 2003.)

Liian jyrkkien johtopäätöksien vetämistä näistä tutkimuksista on syytä kuitenkin välttää. Tutkimuksissa ei aina ole otettu huomioon (tai tuotu esiin), näihin tuloksiin mahdollisesti vaikuttavia tekijöitä, kuten esimerkiksi vanhempien työn laatua ja vaatimuksia tai sosiaalisen tuen määrää (Li ym. 2014). Epätyypillisten työaikojen moninaisuus vaatisi sen, että erilaisten työaikojen erityisyys otetaan

tutkimuksessa huomioon. Esimerkiksi yövuorojen kuormittavuus ja yhteys yksilön hyvinvointiin ja tätä kautta perheeseen, voi olla erilaista kuin viikonloppu- tai iltatyöt. (Strazdins ym. 2006.) Aihe vaatii myös lisää tutkimista (ks. esim. Li ym. 2014). Erityisesti aiheesta tehdylle pitkittäistutkimukselle olisi tarvetta (Strazdins ym. 2006). Kansainvälisissä tutkimuksissa myös painotetaan vahvasti perheiden saatavilla olevan lastenhoidon merkitystä negatiivisten vaikutusten yhteydessä (Li ym. 2014, 66). Tämä on huomioitava suomalaisessa kontekstissa, missä vuoroahoito on yleisesti perheiden saatavilla (Tammelin & Rönkä, 2013), eikä laadukkaan lastenhoidon saatavuus ole ongelma samalla tavalla.

Kun epätyyppillisen työajan yhteyttä perheen hyvinvointiin tarkastellaan, on hyvä huomioida, että myös säännöllistä päivätyötä tekeviä tutkittaessa on vanhempien työllä havaittu olevan negatiivista yhteyttä lasten ja perheen hyvinvointiin. Eri tavalla kuormittavat työt, esimerkiksi hyvin fyysiset tai stressaavat työt ylitöineen voivat siis saada aikaan jokseenkin samanlaisia tuloksia, kuin mitä edellä on esitetty. Esimerkiksi myös normaalin työajan kielteiseksi puoleksi liitetään työstä aiheutuva väsymys vanhemmille. (Rönkä ym. 2005.) Voikin olla, että nykyajan työelämä yksinkertaisesti koetaan yksilöitä ja perheitä kuormittavaksi (Rönkä ym. 2005), olivatpa kyseessä tyyppilliset tai epätyyppilliset työajat.

Vuorohoitoa vastaavan lastenhoitoavun puuttuminen koululaisilta asettaa haasteita perheille. Haasteita on erityisesti perheenjäsenten eriävien rytmien yhteen sovittamisen näkökulmasta katsottuna. (Rönkä ym. 2004, 300.) Presserin (2003, 201) mukaan koululaiset voivat myös hyötyä vanhempien epätyyppillisistä työajoista, sillä vanhempi saattaa olla kotona heidän lähtiessä tai saapuessa koulusta.

2.5 Epätyyppilliset työajat, riskejä vai myös mahdollisuuksia?

Epätyyppillistä työaika tekevät vanhemmat kohtaavat haasteita sovittaessaan yhteen työn ja perheen vaatimuksia, kuten edellä on esitetty. Tutkimuskirjalli-

suuteen tutustuessa saattaa lukijalle piirtyä varsin synkkäkin kuva epätyypillisten työaikojen yhteydestä perheiden ja lasten arkeen ja hyvinvointiin. Tutkimusten (Presser 2003) mukaan huomionarvoista on se, valitsevatko vanhemmat epätyypilliset työajat, vai onko se yksinkertaisesti työn vaatimus, johon sopeudutaan. Myös työn joustavuudella on merkitystä siinä, että pystytäänkö sovittamaan yhteen työn ja perheen vaatimukset (Strazdins ym. 2013).

Strazdins ym. (2006) huomauttaa, että kaksi kolmasosaa epätyypillistä työaikaa tekevistä vanhemmista haluaisi mieluummin työskennellä tyypillisinä työaikoina. Suurimmalla osalle vanhemmista kyseessä ei siis ole tietoinen valinta. Osalle vanhemmista se kuitenkin on juuri tätä, valinta perheen hyväksi. Pelkkiä negatiivisia vaikutuksia perheeseen ja lasten hyvinvointiin, epätyypillisillä työajoilla ei suinkaan nimittäin ole. Tammelin & Rönkä (2013) havaitsivat tutkimuksessaan, että osa vanhemmista näki epätyypilliset työajat myös mahdollisuutena viettää enemmän aikaa omien lastensa kanssa. He myös kokivat, että ketjuttamalla työaikoja ja mahdollistamalla näin vuorotahtisen vanhemmuuden, lapsille tuli vähemmän hoitopäiviä, kun toinen vanhemmista pystyi olemaan lasten kanssa kotona (ks. myös Strazdins, 2006). Tämä nähtiin positiivisena asiana. Vanhempien mahdollisuus vaikuttaa työaikaansa on kuitenkin ehtona vuorotahtisen vanhemmuuden onnistumiselle, mikäli molemmat vanhemmat työskentelevät epätyypillisinä työaikoina. Tutkimukseen osallistuneet vanhemmat toivat positiivisena puolena esiin myös vanhemmuuden ja esimerkiksi kotitöiden tasapuolisemman jakamisen. (Tammelin & Rönkä 2013.) Myös Presser (2003, 2) on havainnut, että epätyypillisiin työaikoihin voi liittyä kotitöiden tasaisempaa jakoa vanhempien välillä, sekä vanhemman ja lapsen yhdessä vietetyn ajan lisääntymistä. Näistä mahdollisuuksista huolimatta Rönkä kollegoineen (2009, 289) ehdottaa, että pikkulapsiperheiden vanhemmilla olisi suotavaa olla mahdollisuus työskennellä säännöllisinä työaikoina. Taulukkoon 1 on kuvattuna lapsiin ja lastenhoitoon liittyvät mahdollisuudet ja uhat vanhempien työskennellessä epätyypillisinä työaikoina (Tammelin & Rönkä 2013, 314).

TAULUKKO 1. Lapsiin ja lastenhoitoon liittyvät mahdollisuudet ja uhat (Tammelin & Rönkä 2013, 314)

Mahdollisuudet	Uhat
Enemmän aikaa lasten kanssa	Poissa lasten luota, ei aikaa lasten kanssa
Vähemmän hoitopäiviä lapsille	Ongelmia lastenhoidon järjestämisessä, lapset yksin kotona
Vuorotahtinen vanhemmuus	Lastenhoitojärjestelyt ovat epävarmoja
	Lasten hyvinvointi, rutiini
	Lasten pitää sopeutua vanhemman työrytmiin
	Lapset kokevat hankalana yhteiskunnan rytmistä eriävän työrytmin (esimerkiksi töissä juhlapyhinä)

3 LAPSEN ARKI JA PÄIVITTÄISET RYTMIT 24/7-TALOUESSA

Lapsen arkea tutkittaessa on huomioitava missä ja keiden kanssa arki toteutuu. Lapsen elämän merkittävin konteksti ja kasvuympäristö on koti (Munter 2001a, 37). Kotona ovat myös lapsen tärkeimmät ja läheisimmät ihmiset, oma perhe (Kyrönlampi-Kylmänen 2007, 164). Kodin lisäksi useimpien lasten arjessa myös päivähoito saa merkittävän aseman, sillä yhä useampi lapsi viettää päivähoitossa suuren osa valveillaoloajastaan (Rönkä ym. 2009, 289). Perheen rinnalla lapsen vertaisryhmät ja päivähoitohenkilökunta ovat näkyvimpiä toimijoita lapsen arjessa (Lämsä, Rönkä, Poikonen & Malinen, 2012).

Sekä aikuisten että lasten hyvinvoinnille tärkeitä ovat arjessa toistuvat rytmit ja rutiinit (Kyrönlampi-Kylmänen 2010). Perhe-elämää ja perheenjäsenten välistä vuorovaikutusta jäsentävät ja jaksottavat päivä- ja viikkorytmit. Useimmissa perheissä viikoittainen sykli toistuu jokseenkin samana, jolloin arkea ja viikonloppua määrittävät työ- ja vapaapäivät. (Rönkä ym. 2004.) Korvela kumppaneineen (2009, 103-104) on luokitellut arkea *joustavuuden ja säännönmukaisuuden akselilla*. Ääripäinä tällä akselilla on hallitsematon arki, jossa rutiineja ei juurikaan ole, kun taas toisessa ääripäässä on jäykkä arki, jossa rutiineja on paljon ja joustoa vähän. Näiden vastakohtien keskellä on arki, jossa on sekä säännönmukaisuutta rutiinien myötä, mutta myös sopivassa suhteessa joustoa. Arki on tällöin yksilön ja perheen hallinnassa. Täysin ilman säännönmukaisuutta ja rytmien tuomaa enakoitavuutta olevaa arkea kutsutaan kelluvaksi. (Korvela ym. 2009.)

Tässä tutkimuksessa lapsen arkea tarkastellaan päivittäisten rytmien ja rutiinien kautta. Perheiden rutiineja tarkastelemalla on mahdollista päästä lähelle perheiden arkea ja saada käsitystä siitä, kuinka perhe toimii yhdessä (Fiese, Tomcho, Douglas, Josephs, Poltrock & Baker, 2002, 381).

3.1 Arjen ja päivittäisten rutiinien merkitys perheissä

Pienille lapsille on tärkeää, että ympäristö ja esimerkiksi päivän rakenne sisältävät lapselle tarpeeksi tuttuja piirteitä, mikä auttaa tapahtumien ennakoitavuutta ja luo turvallisuuden tunnetta lapsen arkeen (Siren-Tiusanen 2001, 22). Yksi tällainen piirre on samana toistuvat rutiinit, niin kotona kuin päiväkodissa. Rutiineita on määritelty monella eri tavalla, hieman kontekstista ja esimerkiksi tieteenalasta riippuen. Rutiinit ovat toimintoja, jotka ovat automatisoituneet toiston myötä ja eivät tarvitse näin ollen suurta keskittymistä toiminnon suorittamiseen (Korvela & Tuomi-Gröhn 2014, 14). Perherutiinit ovat Howen (2002, 437) mukaan toistuvia episodisia, esimerkiksi joka päivä tapahtuvia vuorovaikutuksellisia tapahtumia. Rutiinit perheissä sisältävät siis vuorovaikutusta perheenjäsenten välillä ja ovat suhteellisen pysyviä tapahtumia muodostaakseen rutiinin. Erityisesti vuorokausirytmiiin kiinnittyvät rutiinit, kuten nälkä ja nukkuminen, toistuvat säännöllisesti sykleittäin, kuten myös koulun ja työvuorojen jaksottamat rutiinit (Howe, 2002).

Rutiineilla on useita funktioita. Perheissä rutiinit ja rituaalit muun muassa vahvistavat perheen läheisyyttä ja luovat yhteenkuuluvuuden tunnetta (Strazdins ym. 2006, 396). Perherutiinit tuovat omalta osaltaan ennakoitavuutta arkeen ja ohjaavat näin lapsen toimintaa ja käyttäytymistä. Jo pienet lapset ovat tietoisia oman perheensä päivittäisistä ja viikoittaisista rytmeistä. (Spagnola & Fiese, 2007.) Lapset ovat myös aktiivisia toimijoita rutiinien määrittämisessä ja rakentamisessa. Lapset neuvottelevat esimerkiksi nukkumaan menoon liittyvistä rutiineista vanhempiansa kanssa. (Sirota 2006, 509.) Juuri nukkumaan menoon liittyvillä rutiineilla on myös todettu olevan myönteistä vaikutusta lapsen nukahdamiseen ja unenlaatuun (Mindell, Telofski, Wiegand & Kurtz, 2009). Rutiinit tarjoavat lapselle mahdollisuuksia oppia uusia taitoja ja harjoittaa eri kehitysvaiheisiin kuuluvia tehtäviä, sekä omaksua esimerkiksi kulttuurisia arvoja (Kellegrew, 1999). Vanhemman ja lapsen jakamat rutiinit ovat myös väylä yhteiseen aikaan (Sirota 2006, 496), joka kiireisessä arjessa saattaa olla vähissä.

Rutiinien jokseenkin vakiintuneesta luonteesta huolimatta on huomioitava, että elämäkulkuun olennaisesti kuuluu kuitenkin myös rutiinien muuttuminen ja muokkautuminen. Merkittävä tällainen elämäkulkuun kuuluva tapahtuma on vanhemmaksi tulo. Sinkun tai kahden aikuisen taloudesta lapsiperheeksi muuttumiseen liittyy uusien rutiinien ja rituaalien omaksuminen ja rakentaminen. (Spagnola & Fiese, 2007.) Voisikin ajatella, että myös muiden uudenlaisten elämäntilanteiden kohtaaminen, kuten vanhemman epätyypillisten työaikojen ja perheen yhteensovittaminen, voisi aikaansaada samanlaisen rutiinien uudelleenrakentamisen.

Stressi ja stressaavat elämänmuutokset saattavat näkyä perheessä rutiinien rikkoutumisena (Steinglass, Bennett, Wolin & Reiss. 1987, viitattu lähteessä Howe, 2002). Rutiinit ja rituaalit voivat kuitenkin myös tuoda helpotusta ja järjestystä kiireiseen arkeen. Rutiinien säilyttämisellä muutoksia kohdatessa onkin todettu suojaava vaikutus perheenjäsenten hyvinvointiin, mikä on huomattu esimerkiksi avioero-tilanteissa. (Fiese ym. 2002.)

Perinteisen työajan ulkopuolella työskentelevän vanhemman tai vanhempien haasteena saattaa olla oman perheen rutiinien ja rituaalien säilyttäminen arjessa sekä yhteisen ajan löytäminen perheelle (Strazdins ym. 2004; 2006). Presserin (2003, 216) mukaan vanhemman vuorotyö ja iltavuorot vaikuttavat siihen, että perhe syö yhdessä päivällistä harvemmin kuin tyypillisinä työaikoina työskentelevien vanhempien perheissä. Myös suomalaisessa tutkimuksessa säännöllisten rutiinien tärkeyden nostivat esiin Tammelinin ja Röngän (2013) tutkimuksessa haastatellut vanhemmat. Nämä vanhemmat kokivat rutiinien luomisen ja noudattamisen haasteelliseksi epätyypillisten työaikojen takia.

3.2 Lapsen arjen rytmi

Kuinka lapsi sitten kokee arjen? Strandell (1995, 187-188) on tutkimuksessaan kiinnittänyt huomiota siihen, kuinka lapsen arkipäivä muistuttaa vanhempien päivää, rytmin ja ajankäytön osalta. Kyrönlampi-Kylmäsen (2007) mukaan aikuisen ja lapsen kokemus arjesta on kuitenkin erilainen. Hän on tutkimuksessaan

tutkinut 5-7-vuotiaiden lasten kokemuksia arjesta. Vanhemman työ määrätti lapsen arjen rakennetta (ks. myös Strazdins ym. 2013), mikä tarkoitti sitä, että herääminen ja nukkumaan meno määräytyivät vanhemman työajoista. Arkiaamujen toiminta keskittyi kotoa lähtemiseen ja siihen valmistautumiseen, mihin yhdistyi lapsen väsymys ja aamuissa koettu kiire. Myös Korvelan (2003, 130) tutkimuksessa havaittiin lapsiperheiden arkiaamuihin työn kautta kytkeytyvä kiire ja tästä aiheutuva lasten hoputtaminen. Kyrönlampi-Kylmänen (2007) nostaakin esiin sen, kuinka lapsen ja aikuisen tahti eroavat. Lapsi joustaa ja mukautuu aikuisen rytmiin, mutta tarvitsisi myös omatahtista aikaa leikkiä ja olla, kiireettömästi ja levänneenä. Lapsi voi kuitenkin myös kapinoida vanhemman asettamaa rytmiä vastaan, esimerkiksi hidastelemalla omissa toimissaan. (Kyrönlampi-Kylmänen 2007, 143, 195.)

Emotionaalisesti hoitopäivissä korostui lapsen erossa olo vanhemmista ja tästä aiheutuva ikävä. Päiväkodissa erityisesti leikki kavereiden kanssa oli mieleisin osa lapsen hoitopäivää. Arki-illat kotona sisälsivät usein lastenohjelmia ja leikkiä omaan tahtiin, sekä vanhemman kanssa jaettua yhteistä aikaa. Vanhemman väsymys ja ärtyisyys työpäivän jälkeen harmittivat lasta ja vaikuttivat siihen, saiko lapsi vanhemmasta toivomaansa leikkikaveria. (Kyrönlampi-Kylmänen 2007, 144-145.) Vanhempien ja lasten toimintojen yhteen sovittamiseen kotona liittyy myös jännitteitä, esimerkiksi lapsen vaatiessa huomiota, kun vanhempi tekee kotitöitä (Korvela, 2003).

Viikonloppu toi muutoksen arkipäivinä koettuun rytmiin. Viikonloppuaamuisin lapsi sai herätä omaan tahtiin. Vanhemman ja lapsen yhteistä aikaa, sekä lapsen omatahtista aikaa ja leikkiä oli arkeen verrattuna enemmän. Kun ohjelma ja kaverit puuttuivat, toivoi lapsi kuitenkin toisinaan olevansa päiväkodissa. (Kyrönlampi-Kylmänen 2007, 146.)

Lapsen arjessa leikki on merkittävässä asemassa. Tuttu sanontakin yhdistää leikin lapsen työksi, mikä osaltaan kertoo sen merkityksestä. Plowmanin ja Stevensonin (2012) tutkimuksessa leikin merkitys osana lasten arkea korostui ja Strandellin (1995, 9) mukaan leikki on lasten mahdollisesti ”ominta toimintaa”. Kyrönlampi-Kylmänen (2007, 191) mukaan lapsen omatahtinen leikki tapahtuu

päiväkodin sijaan kotona. Leikissä lapsi voi toteuttaa omaa tahtiaan, minkä vuoksi omatahtinen aika ja leikki on lapselle hyvin merkityksellistä. Yhteisöllisyys on myös tärkeää leikissä, leikin jakaminen ystävien tai perheenjäsenten kanssa. (Kyrönlampi-Kylmänen, 2007.)

3.3 Päivähoito osana lapsen arkea ja hoivan ketjua

Päivähoito on kasvattanut suosiotaan lasten hoidon muotona viimeisen parin vuosikymmenen aikana. Suomessa oli lapsista vuonna 1972 kokopäivähoidossa 5,9%, vuonna 1998 50% (Lounassalo 2001, 227) ja 62% vuonna 2011 (Myllyniemi & Gissler 2012, 35). Päivähoito on merkittävä osa lapsen arkea ja elämää, sillä useimmat lapset viettävät päivähoidossa suuren osan valveillaoloajastaan (Rönkä ym. 2009, 289). Päivähoito on tärkeä instituutio myös pikkulapsiperheiden arjen sujuvuuden kannalta. Päivähoito tekee vanhempien työssäkäynnin ja opiskelun mahdolliseksi, tarjoamalla lapsille hoitoa näinä aikoina. (Hujala, Parvila, Lindberg, Nivala, Tauriainen, Vartiainen, 1999, 6.) Olennaisen tärkeää onkin, että päivähoidon tarjoamat toiminta-ajat kohtaavat perheiden hoidon tarpeen. (Rönkä ym. 2009, 289.) Päivähoidon tehtävinä voidaan nähdä sen lapselle tarjoama varhaiskasvatus ja esiopetus. Myös osana vertaisryhmää oleminen on lapselle tärkeä osa päivähoitoa. (Hujala ym. 1999, 6.)

Päivähoidon yhteydessä puhutaan usein sen kasvatusvastuusta ja vanhempien ja päivähoidon kasvatuskumppanuudesta (ks. Poikonen & Lehtipää, 2009, 73). Päiväkoti voidaankin nähdä eräänlaisena jatkeena vanhemmuudelle, yhtenä osana lapsen hoivan ketjua (chains of care). Tätä hoivan ketjua tutki Andenæs (2011), tarkastelemalla vanhemmuutta päiväkodin kontekstissa. Hän keskittyi tutkimuksessaan siihen, millaisia mahdollisuuksia ja vaatimuksia päiväkotiasetusta vanhemmille. Vanhemmuus yhteydessä päiväkotiin voitiin nähdä Andenæsin (2011, 54-61) mukaan esimerkiksi ennen päivähoidon aloittamista hoitomuodon valintaan liittyvässä toiminnassa. Hoidon alkamisen jälkeen vanhem-

muus voitiin nähdä tiedon hankkimisessa lapsen hoidossa olemisesta ja hoitopäivien sujumisesta, sekä kodin ja päiväkodin välisen yhteyden tukemisessa. Päiväkoti osana hoivan ketjua tarkoittaa myös sitä, että vanhemmat saavat lastaan koskevaa tietoa esimerkiksi kehityksellisistä asioista, mikä vanhemman osalta edellyttää vastaanottavuutta tätä tietoa kohtaan. (Andenæs 2011, 54-61.) Kotona ja päivähoidossa on kontekstille ominaiset säännöt ja vakiintuneet tavat toimia ja olla. Siirryttäessä yhdestä kontekstista toiseen oletetaan kuitenkin, että lapsi omaksuu nämä eri tavat toimia ja käyttäytyä. (Alasuutari 2010.)

Minkälaista arki sitten on päiväkodissa? Strandellin (1995, 121) mukaan päiväkodin arki on aikataulutettua ja eri toiminnoille on siinä aikansa ja paikansa. Aikataulutuksen myötä samana toistuva säännöllinen päivärytmi tuo turvallisuutta päivähoidossa olevien lasten arkeen, erityisesti pienten lasten päiviin (Siren-Tiusanen & Tiusanen 2001, 67).

Päivähoidon arjessa ja toiminnassa on opetuksellisuus mukana, mutta leikin merkitys on kuitenkin keskiössä (Hujala ym. 1999, 5). Vertaisryhmä ja siinä toimiminen, on tärkeä ja luonnollinen osa lapsen arkea päivähoidossa. Lasten välinen vuorovaikutus on tärkeää myös lapsen kehitykselle. Sen kautta vertaisryhmässä opitaan esimerkiksi sosiaalisia taitoja. (Munter, 2001b.) Samanikäiset lapset päiväkodissa ovat lapselle samaistumisen kohde ja yhteenkuuluvuus ryhmän kanssa on tärkeää lapselle (Strandell, 1995, 182-183). Vertaisryhmä tarjoaa lapselle leikkikavereita. Leikin toteutuminen päiväkodissa onkin lapsen näkökulmasta merkittävää. Päiväkodin vertaisryhmässä toimiminen on lapselle sekä suuri ilon että toisinaan myös mielipahan lähde. Vertaisryhmässä toimiminen ei ole täysin mutkatonta lapsen näkökulmasta. Lasten välistä kiusaamista esiintyy jo päiväkodissa. (Kyrönlampi-Kylmänen, 2007.) Lapsi tarvitseekin kasvattajan apua kohdatessaan ristiriitatilanteita muiden lasten kanssa (Kyrönlampi-Kylmänen, 2007; Hännikäinen, 2001).

3.4 Vuorohoito

Tässä tutkimuksessa tarkastelun kohteena on normaaliin päiväaikaan ajoittuvan päivähoidon lisäksi vuorohoito. Lasten päivähoidon kysyntään vaikuttaa merkittävästi väestömäärän muutosten lisäksi työelämässä tapahtuvat muutokset (Vuorohoidon työryhmä 1998, 4). Epätyypillisten työaikojen yleistyessä ja samalla muuttuessa yhä tyypillisemmiksi ovat myös lasten hoitoajat erilaistuneet (Siren-Tiusanen & Tiusanen 2001, 67), ja tarve perinteisten päivähoito aukioloaikojen ulkopuolelle jäävälle hoidolle kasvanut. Vuorohoidon kysyntä onkin kasvanut suuresti. Vuorohoito on osa päivähoitopalveluja ja se on normaalista päivähoidosta poiketen iltaisin, öisin ja viikonloppuisin tapahtuvaa ympärivuorokautista hoitoa. Vuorohoitoa järjestetään perheiden hoidon tarpeen mukaan, kun työ ja opiskelu sitä vaativat. (Vuorohoidon työryhmä, 1998, 4-5.) Suomi on kansainvälisesti harvinainen maa tarjotessaan julkista ympärivuorokautista hoitoa (Tammelin & Rönkä 2013, 313). Vuonna 2010 tehdyn selvityksen mukaan noin 7 prosenttia (14 650 lasta) kunnan järjestämässä päivähoidossa olevista lapsista oli vuorohoidossa (Lasten päivähoito 2010). Vuorohoidon yleistyvyydestä huolimatta, sitä koskevaa tutkimusta on Suomessa tehty varsin vähän (Siippainen 2012, 118).

Vuorohoito poikkeaa normaalista päivähoidosta erityisesti vuorohoidon aikuisten ja lasten erilaisten rytmien, lasten yksilöllisten hoitoaikojen sekä ääriaikojen kodinomaisuuden myötä. Vuorohoidossa arkea värittää muutos, mikä tulee selkeimmin esille juuri aikuisten ja lasten erilaisissa rytmeissä. Vuorohoidossa lapsiryhmä ja vuorohoidon työntekijät muovautuvat erilaisiksi päivän eri vaiheissa. Tästä johtuen vuorohoidossa oleva lapsi saattaa olla hoidossa eri aikaan kuin lapselle tärkeimmät aikuiset tai omat ystävät. (Siippainen 2012.) Kallialan (2012, 25) mukaan lasten yksilölliset hoitoajat vaikuttavat niin, että: ”pysyviä leikkiryhmiä on vaikea muodostaa”.

Hoitoryhmän ja henkilökunnan vaihtuvuudella voi olla vaikutusta lasten viihtyvyyteen ja turvallisuuden tunteeseen. Vuorohoidon erityisluonteen takia, sen järjestelyissä huomioidaan mahdollisimman hyvin henkilöstön pysyvyys

sekä lasten viihtyvyys kodinomaisten tilojen luomisella. (Vuorohoidon työryhmä, 1998.) Siippaisen (2012, 118) mukaan: ”vuorohoito asettuu niin tunnelmaltaan kuin tekemisiltään kodin ja päiväkodin rajapintaan ja niiden välinen ero hämärtyy jossakin määrin”. Tämä näkyy erityisesti ääriaikoina eli ennen aamu kahdeksaa ja kello 17 jälkeisinä aikoina, jolloin vuorohoito poikkeaa tavallisesta päivähoidosta kodinomaisuuden myötä, esimerkiksi perushoidollisten tehtävien kautta. Ääriaikoina lapsilla on mahdollisuus päiväkodin tilojen vapaampaan käyttöön ja iltarutiineihin kuuluu myös esimerkiksi television katselu. Tavallisesta päivähoidosta poikkeavat käytännöt tekevät vuorohoidon arjesta joustavampaa. (Siippainen 2012.)

Varhaiskasvatuksen ihmissuhteissa jatkuvuus ja turvallisuus ovat tärkeitä. Lapselle tämä ihmissuhteiden pysyvyys näyttäytyy ”lapsen oman hoitosuhteen jatkuvuudesta, hoitopaikassa työskentelevien aikuisten vaihtumattomuudesta sekä lapsiryhmän muiden lasten hoitosuhteiden pysyvyydestä”. (Kekkonen 2000, 10.) Kiintymyssuhteen muodostumiselle on olennaista pysyvä hoitosuhde. Turvallisen kiintymyssuhteen muodostuminen on tärkeää kaikille lapsille, mutta erityisesti pienille lapsille. (Hujala ym. 1999.) Lapselle on siis tärkeää, että hoitopaikassa on lapselle tuttuja ja turvallisia aikuisia ja leikkikavereita. Vuorohoidon erityisluonteen vuoksi tämä voi olla vaikeasti toteutettava yhtälö.

Ominaista vuorohoidolle on sen piirissä olevien lasten yksilölliset tarpeet hoidolle vanhempien työvuorojen mukaisesti. Vaihtelua esiintyy paljon niin yhtämittaisten hoitajaksojen, kuin kuukaudessa kertyvien hoitotuntienkin suhteen. Vuorohoidon erityisluonteen takia henkilökunnan ja vanhempien yhteistyötä painotetaan. Vuorohoidon henkilökunnan kasvatusvastuu korostuu vuorohoidossa. Tämä pitää erityisesti paikkansa sellaisten lasten kohdalla, jotka viettävät pitkiä hoitajaksoja vuorohoidossa. (Vuorohoidon työryhmä, 1998.)

4 TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tässä tutkimuksessa kiinnostuksen kohteena olivat lasten päivittäiset rytmit kodin, tavanomaiseen aikaan ajoittuvan päivähoidon ja vuorohoidon konteksteissa. Koti ja päiväkotiki ovat lapsen elämässä merkittävimpiä konteksteja, joihin lapsen arki paikantuu. Perheiden arkeen ja yhteiseen aikaan vaikuttaa vanhempien työ (Tammelin & Rönkä 2013, 306), ja epätyypilliset työajat tuovat tutkimusten mukaan perheiden arkeen ajallisia haasteita ja mahdollisuuksia. Epätyypillisten työaikojen yleistymisen myötä on tarve tutkimukselle näiden työaikojen yhteydestä perheiden arkeen ja lasten hyvinvointiin kasvanut.

1. Millaisia päivittäisiä rutiineja, rytmejä ja hoivan ketjuja on löydettävissä pienten lasten viikoista?
2. Onko säännöllisessä päivähoidossa ja vuorohoidossa olevien lasten rutiineissa, rytmeissä ja hoivan ketjuissa eroja? Millaisia nämä erot ovat?

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

5.1 Päiväkirjamenetelmä perheitä koskevassa tutkimuksessa

Päiväkirjamenetelmässä tutkittavat raportoivat toistuvasti päivittäisistä tapahtumista ja mielialoista. Tällä tavalla mahdollistetaan tutkimusote, jonka kautta saatava aineisto kuvailee tutkittavan kokemuksen yksityiskohtia tavalla, joka poikkeaa muista perinteisistä tutkimustavoista. Menetelmän avulla päästään kiinni lyhytkestoisiin prosesseihin, tunteiden siirräntään ja päivittäisiin avainhetkiin. Menetelmän etuna on se, että tutkittavasta ilmiöstä on kulunut vähän aikaa, jolloin kokemus on tuoreena tutkittavan muistissa. (Bolger, Davis & Rafaeli, 2003.) Päiväkirjamenetelmän aineistonkeruumenetelmät voidaan jakaa kahteen ryhmään; Daily diary approach sekä Experience Sampling Method (ESM). Ensimmäisessä menetelmässä raportoidaan kyseisen päivän tapahtumista kerran, päivän päätteeksi sovittuna ajankohtana. Jälkimmäisessä tutkittavilta kerätään aineistoa satunnaisina ajankohtina useampia kertoja päivässä. (Larson & Almeida, 1999.) Päiväkirjamenetelmän avulla aineistoa kerätään intensiivisesti, esimerkiksi viikon ajalta kerran tai useampia kertoja päivässä. Menetelmän etuina nähdään syy-seuraussuhteiden tavoittaminen perheen arjesta ja moniäänisyys, kun tutkitaan useaa perheenjäsentä yhtä aikaa. Päiväkirjamenetelmä soveltuu erityisen hyvin perheiden arjen tutkimiseen ja sitä käyttämällä onkin tutkittu perhe-elämän rytmejä. Tällöin tutkimus on kohdistettu erityisesti arjen avainkohtiin, jotka ovat keskeisiä tunteiden siirräntässä. (Rönkä ym. 2004.) Menetelmä soveltuu erityisesti päivä- ja viikkorytmien tutkimiseen, tavalla mikä olisi vaikea saavuttaa muilla menetelmillä (Lämsä ym. 2012).

Päiväkirjamenetelmän vastaustapana on perinteisesti ollut tutkittavan paperille vastaaminen, mutta teknologian kehittymisen myötä tähän nykyään käytetään myös muun muassa kännyköitä (Rönkä ym. 2004). Kännyköiden käytön etuina voidaan nähdä *luotettavuus*, vastaamisen *helppous*, *menetelmän edullisuus* sekä *vastauksien tallentuminen suoraan tiedostoon* (Malinen ym. 2009, 255-256). Luo-

tettavuus takaa sen, että tutkittavan vastatessa kysymyksiin saadaan varma vastausajankohta, eikä vastausta voi myöskään myöhemmin palata muuttamaan. Kännykän käyttö mahdollistaa myös muistutusviestien lähettämisen, jolloin tutkittava muistaa varmemmin vastata. *Helppous* viittaa tässä siihen, että vastaaminen on nopeaa eikä häiritse tutkittavan elämää. *Menetelmän edullisuus* tulee esiin erityisesti tutkimusasetelmissa, missä tutkittavat voivat käyttää omia kännyköitään, jolloin vältytään arvokkaiden vastauslaitteiden kustannuskuluilta. Vastauksien tallentuminen suoraan tiedostoon merkitsee sitä, että koodauksesta aiheutuva työ ja kulut vältetään. (Malinen ym. 2009, 255-256.)

Päiväkirjamenetelmätutkimuksissa on tutkittu enimmäkseen aikuisia ja nuoria, mutta tutkimus on laajentunut aivan viime vuosina koskemaan myös pieniä lapsia (Rönkä, Sevón, Räikkönen & Hintikka, 2016). Tällainen tutkimus oli esimerkiksi Whalenin ja kollegoiden (2006) päiväkirjamenetelmätutkimus, jossa ADHD-diagnoosin saaneet lapset itse sekä heidän äitinsä raportoivat elektroniiseen päiväkirjaan viikon ajan (Whalen, Henker, Ishikawa, Jamner, Floro, Johnston & Swindle, 2006). Plowman ja Stevenson (2012) tutkivat lasten arkea kotona päiväkirjatutkimuksessaan, jossa aineistona olivat vanhempien lähettämät tekstiviestit ja kuvat. Lämsän (2012) ja kollegoiden tutkimuksessa mukana olleet vanhemmat ja henkilökunta kokivat osallistumisen lasten arkea koskevaan päiväkirjatutkimukseen kaiken kaikkiaan positiiviseksi, ja tutkimukseen osallistuminen sai aikuiset havainnoimaan ja kiinnittämään huomiota enemmän lasten toimintaan. Vanhempien mukaan myös lapsista oli ollut mukavaa olla osallisina tutkimuksessa. Henkilökunta koki tutkimukseen osallistumisen mielenkiintoiseksi, mutta toisinaan hankalaksi erityisesti tilanteissa, joissa lapsia oli paljon ja henkilökuntaa vähän.

5.2 Tutkittavat

Päiväkirjatutkimukseen osallistui 32 keskisuomalaista perhettä, joista 17 oli vuo-rohoitoperheitä ja 15 päivähoitoperheitä. Erilaiset perhetyypit olivat laajasti

edustettuina ja tutkittavina oli kahden vanhemman ydinperheitä, yksinhuoltajaperheitä sekä uusperheitä. Päivähoitoaineistossa oli 13 ydinperhettä, yksi yksinhuoltajaperhe sekä yksi uusperhe. Vuorohoitoaineistossa ydinperheitä oli 6, yksinhuoltajaperheitä 5 ja uusperheitä 6 (perhetyypit kuvattuna taulukossa 2). Tutkittavista lapsista tyttöjä oli 17 (11 vuorohoidossa ja 6 päivähoidossa), poikia aineistossa oli 15 (6 vuorohoidossa ja 9 päivähoidossa). Lapset olivat iältään 4–7-vuotiaita. Tutkittavien perheiden äidit olivat iältään 23–44-vuotiaita, isät 30–44-vuotiaita. Tutkittavat täyttivät kännykkäpäiväkirjaa lapsen päivän kulusta kotona ja päiväkodissa viikon ajan, kolmesti päivässä.

TAULUKKO 2. Tutkittavien perheiden perhetyypit ja lasten sukupuolijakauma

	Päivähoitoperheet	Vuorohoitoperheet
Ydinperheet	13	6
Yksinhuoltajat	1	5
Uusperheet	1	6
Tytöt	6	11
Pojat	9	6

5.3 Aineistonkeruu

Tutkimukseni aineistot ovat osa kahta tutkimushanketta, *Perheet 24/7* (2011-2015), sekä *Pienten lasten perhearki* (2011-2013), joissa molemmissa käytettiin yhtenä aineistonkeruumuotona kännykkäpäiväkirjaa. Molemmat hankkeet ovat Suomen Akatemian rahoittamia. Professori Anna Röngän johtaman *Perheet 24/7*-hankkeen tutkimusaiheena oli lasten sosio-emotionaalinen hyvinvointi ja perheen arki 24/7-taloudessa. JAMK:in hallinnoimassa hankkeessa mukana olivat myös Jyväskylän yliopiston kasvatustieteiden laitos sekä Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, THL. Hankkeen taustalla on yhä tyypillisemmäksi muuttuvat epätyypilliset työajat ja niiden yhteys perheiden arkeen ja hyvinvointiin. Vielä

toistaiseksi suomalainen tutkimustieto tästä sekä vuorohoidosta on hyvin vähäistä. (Perheet 24/7- tutkimushankkeen tiivistelmä.)

Hankkeen aineisto on kerätty epätyypillisinä työaikoina työskenteleviltä vanhemmilta, heidän puolisoiltaan ja lapsiltaan sekä päivähoidon työntekijöiltä. Aineistoa on kerätty Suomen lisäksi Iso-Britanniasta ja Hollannista. Tutkimusmenetelminä on käytetty web-kyselyjä, haastatteluita, lasten havainnointia ja tässä tutkimuksessa hyödynnettävää kännykkäpäiväkirjaa. (Perheet 24/7- tutkimushankkeen tuloksia.)

Pienten lasten arki-tutkimushankkeessa tarkasteltiin perheen arkea ja vanhemmuutta monimenetelmällisesti ja moniäänisesti. Tutkijatohtori Eija Sevónin tutkimuksessa tutkittavina olivat alle kouluikäiset lapset ja heidän vanhempansa. Yhteensä tutkittavana oli 20 perhettä, joista 15 perhettä osallistui kännykkäpäiväkirjatutkimukseen (Posti Illiltä!). Tämän lisäksi päiväkotihenkilöstö täytti kännykkäpäiväkirjaa siltä ajalta, kun tutkittava lapsi oli päiväkodissa. (Pienten lasten perhearkei-hanke.)

Omassa tutkimuksessani käyttämäni aineisto on kerätty kännykkäpäiväkirjalla (Postia Illiltä!). Perheille lainattiin tutkimusta varten kännykkä tutkimusviikon ajaksi (Rönkä ym. 2016). Kännykkä kulki lapsen mukana kodin ja päiväkodin välillä. Tutkittavat vastasivat kännykkäpäiväkirjan kysymyksiin lapsen päivän kulusta kotona ja päiväkodissa viikon ajan kolmesti päivässä, riippuen siitä missä kulloinkin oli. Kysymyksiä oli sekä aikuisille että lapsille. Lapsille suunnatuissa kysymyksissä oli mukana piirretty hahmo Illi. Vastausajankohdat olivat aamulla, päiväunien jälkeen päivällä sekä illalla. Kysely alkoi kysymyksellä aikuisen olinpaikasta, minkä vastaus määrittä seuraavat kysymykset. Jotkut kännykkäpäiväkirjan kysymyksistä olivat samoja molemmissa konteksteissa, mutta toiset kysymyksistä olivat suunnattuja tiettyyn kontekstiin ja tiettyyn aikaan. (Rönkä ym. 2016.) Kännykkäpäiväkirjan kysymykset ovat kuvattuna taulukossa 3.

Tutkimuksen aineisto on varsin laaja laadullisen tutkimuksen näkökulmasta. Se sisälsi 32 lapsen viikon ajalta raportoidut päiväkirjat, jolloin jokaisen

lapsen kohdalta tuli teoriassa 21 erillistä vastauskertaa, ja suurin osa vastauskerroista sisälsi vastaukset useampaan kuin yhteen kysymykseen (ks. taulukko 3). Analysoin tutkimuksessani aikuisten (päivähoidossa ja vuorohoidossa olevien lasten vanhempien sekä päiväkodin työntekijöiden) kännykkäpäiväkirjaan kirjoittamia vastauksia, tutkimuskohteenani lasten arjen rytmit.

TAULUKKO 3. Postia Illiltä!-päiväkirjatutkimuksen kysymykset vanhemmille sekä päivä- ja vuorohoidon työntekijöille

	Aamu	Päivä	Iltä
Koti	1)Kuvaa aamun tilannetta ja tunnelmaa kotona lapsen kanssa.	2)Miten kuvaisit omaa mielialaasi tänään edellä mainittujen mielialojen pohjalta. 3)Millainen lapsen päivä on mielestäsi ollut?	4)Miten kuvaisit omaa mielialaasi tänä iltana edellä mainittujen mielialojen pohjalta. 5)Kuvaile, millainen tämä ilta on ollut lapsen kanssa? 6)Kerro jokin hyvä hetki lapsen kanssa tänään? 7)Kerro jokin hankala hetki lapsen kanssa tänään?
Päiväkoti	8)Kuvaa aamun tilannetta ja tunnelmaa lapsen kanssa 9)Missä lapsi vietti yön ja miten yö meni? 10)Mikä on ollut mukavinta tänä aamuna lapsen kanssa? 11)Mikä on ollut hankalinta tänä aamuna lapsen kanssa?	12)Kuvaa lapsen päivälepotilannetta tänään. 13)Mitä lapsi on tänään erityisesti tarvinnut aikuisilta päiväkodissa? 14)Mikä on tehnyt tänään lapsen päivästä hyvän tai huonon (ja miksi)	15)Miten lapsi on tänään suhtautunut hoitoon? 16)Mikä on tänään erityisesti ilahduttanut lasta? 17)Mikä on tänään erityisesti harmittanut lasta?

5.4 Aineiston analyysi

Tässä tutkimuksessa aineistona olivat 32 lapsen aikuisten täyttämät kännykkäpäiväkirjat viikon ajalta. Päiväkirjaan olivat vastanneet lapsen vanhemmat sekä päivähoidon ja vuorohoidon työntekijät aamulla, päivällä ja illalla sen mukaan, missä lapsi kulloinkin oli. Analyysin tarkoituksena oli selvittää, millaisiksi aineiston lasten rytmit muodostuivat. Analyysin pohjana käytin sovelletusti Souterhertonin (2006) ajallisuutta tutkiessaan käyttämiä ajan viittä ulottuvuutta: toistuvuutta, tempoa, ajoittamista, kestoja ja sekvenssiä. Ulottuvuuksista erityisesti toistuvuus, tempo ja ajoittaminen eli synkronointi sopivat tämän tutkimuksen aineiston analysointiin, koska niitä oli mahdollista tarkastella aineiston kautta.

Sain vuorohoitolapsia koskevat vastaukset valmiiksi excel-taulukkoon siirrettynä. Päivähoitolaisten vastaukset siirsin itse SPSS-tiedostosta excel-taulukkoon. Aloitin aineistoon tutustumisen lukemalla vastauksia useaan kertaan. Luin aluksi läpi lapsi kerrallaan kaikkien lasten viikot molemmista päiväkirja-aineistoista aloittaen päivähoitolapsista. Aloittamalla rytmien osalta yhtenäisemmästä ryhmästä, pystyin vertailemaan ryhmiä keskenään. Hahmotin aineistoa tarkastelemalla sitä, mitä oli vastattu, missä ja milloin. Vastauksien excel-taulukoinnin etuna oli, että vastauksia pystyi lukemaan lineaarisesti keskittyen yhden lapsen viikkoon tai horisontaalisesti keskittyen esimerkiksi kaikkien vuorohoitolaisten aamuihin. Analyysi sisälsi useita luentakertoja, joissa tarkastelin erikseen yksittäisten lasten rytmejä sekä ryhmän yhteisiä, kollektiivisia rytmejä, esimerkiksi lukemalla vain aamuvastauksia. Taulukossa 4 on kuvattuna analyysiprosessi. Kuvaan tarkemmin analyysiprosessin eri vaiheita seuraavissa kappaleissa.

TAULUKKO 4. Analyysiprosessi

Analyysin kohde ja eteneminen	Analyysitapa
• Teemat	Sisällöllinen luokittelu, ajoittumisen ja kontekstin huomioiminen
• Rytmit	Ajan viisi ulottuvuutta: ajallisuuteen keskittyvä luenta
• Ajoittuminen ja kesto (duration)	<ul style="list-style-type: none"> • Vuorokausivaihtelu • viikon sisäinen vaihtelu • hoitoajat
• Toistuvuus ja poikkeuksellisuus (periodicity)	Huomion kiinnittyminen rutiinien toistuvuuteen/poikkeuksellisuuteen
• Tempo	Kiireisyys vs. kiireettömyys
• Järjestys (sequence) ja synkronointi	Miten yhteneviä eri perheenjäsenten rytmit ovat

Teemat. Lähdin aineiston analyysissä ensin tarkastelemaan, mitkä asiat toistuivat vanhempien ja päiväkodin henkilökunnan vastauksissa, koskien lapsen ja perheen ja päiväkodin arkea. Tämän myötä pystyin muodostamaan aineistosta teemoja, joita olivat esimerkiksi rutiinit kotona sekä päivä- ja vuorohoidossa (ks. tarkemmin tulososion taulukko 6, s.40), leikki, rytmien rikkoutuminen ja eriytymisyys, väsymys, kiire ja kiireettömyys sekä hoivan ketjut. Muodostettuani nämä teemat, tarkastelin jokaista temaa yksitellen omalla lukukerrallaan. Tarkkailin teemoja erityisesti ajallisuuden ja rytmien näkökulmasta. Teemojen sisällä etsin eroja ja yhtäläisyyksiä ryhmien välillä. Tarkastelin teemoja myös viikonpäivävaihtelun kautta eli tutkin sitä, oliko arkipäivien ja viikonlopun välillä eroja.

Rytmit. Aloitin lasten rytmien analyysin tarkastelemalla lasten päivä- ja viikkorytmejä eli ajoittumista ja kestoja. Päivä- ja viikkorytmejä tarkastellessani tutkin paitsi yksittäisten lasten päivä- ja viikkorytmejä, myös kahden lapsiryhmän välisiä yhtäläisyyksiä ja eroja. Etsin päiväkirjavastauksista mainintoja lasten päivärytmeistä, minkä kautta muodostin yksittäisten lasten viikkorytmejä. Tarkastelin myös sitä, liitetäänkö rytmeihin positiivisia tai negatiivisia asioita.

Ajoittuminen. Tarkastelin sitä, mihin aikaan päivästä eli mihin vastausajankohtaan toiminnot ajoittuivat. Tarkastelin ryhmä kerrallaan systemaattisesti kaikki vastausajankohdat läpi. Keskityin yhdellä luentakerralla esimerkiksi vain aamuvastauksiin. Näillä luentakerroilla kiinnitin huomiota siihen, minkälaisista asioista vanhemmat ja aikuiset päiväkodissa esimerkiksi aamuisin kertoivat, mitkä asiat ja tunnelmat toistuivat sekä sitä, millä tavalla niistä kerrottiin.

Hoitoajat. Osana tätä tarkastelua lähdin selvittämään päivä- ja viikkotasolla lasten hoitoaikoja ja hoitopäiviä siltä osin, kun ne aineiston perusteella oli mahdollista selvittää. Hoitoaikoja ei tutkimuksessa oltu erikseen kysytty, mutta pystyin kuitenkin päättelemään vastauksista ja vastausajankohdista ja -paikoista hoitoajat useimpien lasten kohdalta. Esimerkiksi jos vuorohoidossa oli vastattu lapsen iltaa koskeviin kysymyksiin, oli lapsi illan vuorohoidossa. Alla olevassa esimerkissä lapsi on viettänyt yön vuorohoidossa, mutta hoitoaika on päättynyt aamulla, jolloin lapsi on haettu hoidosta kotiin. Tämän pystyin päättelemään paitsi äidin vastauksesta (*lapsi oli päiväkodissa yötä*), myös vastaajasta (äidistä, eli lapsi on kotona), vastausajankohdasta (vastattu aamulla) sekä tarkasta vastaajasta (molempiin kysymyksiin vastattu maanantaiaamuna klo 9.16).

juuri vasta hain joten tunnelmia vähän. kaksi vapaata joten olo iloinen.

lapsi oli päiväkodissa yötä ja hyvin on nukkunut.
(vh12, la aamu, äiti, vastattu klo 9.16)

Hoitoajat olivat analyysissäni tärkeimmät lapsen päivä- ja viikkorytmien määrittäjät. Hoitoaikojen kautta pystyin muodostamaan karkeat viikko- ja päivärytmit jokaiselle lapselle. Tein jokaiselle lapselle oman viikkorytmien mukaisen taulukon, joka auttoi hahmottamaan viikko- ja päivärytmien eroja eri lasten välillä (ks. tulososion taulukko 7, s.51). Päivähoito- ja vuorohoitoryhmien sisällä tarkastelin eroja ja samanlaisuuksia niin päivä- kuin viikkorytmeissä hoitoaikojen kautta. Päivähoitoryhmä oli hoitoaikojen osalta huomattavasti yhtenäisempi, joten sen kohdalla vertailua tapahtui enemmän suhteessa vuorohoitoryhmään kuin ryhmän sisällä. Lasten päivittäisissä ja viikkorytmeissä lasten välisiä eroja oli siis huomattavasti enemmän vuorohoitolasten ryhmän sisällä.

Hoitoaikojen hahmottamisen lisäksi vertailin aamuja, päiviä ja iltoja ensin yksittäisten lasten kohdalla, sitten myös ryhmien sisällä ja ryhmien välillä. Tällöin kiinnitin huomiota erityisesti siihen, mitä samaa ja mitä eroavaisuuksia oli löydettävissä ryhmien välillä. Selvitin siis, mitkä asiat toistuvat, millä tempolla ja mihin eri toiminnot ajoittuivat päivän aikana.

Toistuvuus ja tempo. Käydessäni läpi aineistoa kiinnitin seuraavaksi huomiota mainintojen toistuvuuteen ja rytmien tempoon. Vastauksissa esiintyvät tempot olivat erityisesti kiire ja kiireettömyys sekä väsymys. Tarkastelin kiireen ja kiireettömyyden sekä väsymyksen kohdalla niiden ajoittumista, viikopäivävaihtelua sekä ryhmien välistä eroa mainintojen toistuvuudessa (ks. taulukko 5).

TAULUKKO 5. Kiireen toistuminen ja ajoittuminen yhden päivähoitolapsen aamuvastauksissa

	Kuvaa aamun tilannetta ja tunnelmaa kotona lapsen kanssa.	Tulkinta: toisto ja ajoitus
to	Lasta jännitti ja mietitytti Illi-puhelimeen vastaaminen. Vähän kiukuttikin, kun ei ihan tiennyt onko kiva juttu vai ei. Hetken kuluttua kuitenkin innostui ja odotti puhelin kädessä koska kysely alkaa (vastaajana äiti)	Ei mainintaa kiireestä tai kiireettömyydestä
pe	Tavallinen kiire aamu, mutta mukava tunnelma. (äiti)	Maininta kiireestä, "tavallinen kiire aamu" kuvaa toistuvuutta. Ajoitus: perjantai-aamu (arkiaamu)
la	Mukava rauhallinen hetki yhdessä aamupalalla. (äiti)	Kiireen vastakohtana viikonloppuaamuissa rauhallisuus, ei mainintaa kiireestä. Ajoitus: lauantai-aamu (viikonloppuaamu)
su	Aamulla tuli riitaa lastenohjelmien katsomisesta, mutta sen jälkeen rauhallista. (äiti)	Kiireen vastakohtana viikonloppuaamuissa rauhallisuus, ei mainintaa kiireestä. Ajoitus: sunnuntai-aamu (viikonloppuaamu)
ma	Kiire maanantai. (äiti)	Maininta kiireestä. Ajoitus: maanantai-aamu (arkiaamu)
ti	Taaskin kiire aamu (äiti)	Maininta, " <u>taaskin</u> kiire aamu", kuvaa toistuvuutta. Ajoitus: tiistai-aamu (arkiaamu)
ke	hieman väsynyt lapsi, mutta hyvä tunnelma (isä)	Ei mainintaa kiireestä tai kiireettömyydestä

Synkronointi. Tarkastelin seuraavaksi sitä, kuinka yhteneviä perheenjäsenten rytmit olivat. Vastauksista etsin mainintoja siitä, olivatko perheenjäsenet yhtä aikaa kotona, eli oliko heidän vapaa-aikansa samassa rytmissä. Tämä tuli esiin esimerkiksi maininnoissa siitä, että toinen vanhempi oli töissä muiden perheenjäsenten ollessa kotona.

samasta sängystä herättiin pitkien yöunien jälkeen. kotiaamu. vain äiti lähdössä töihin. (vh8, su aamu, äiti)

Tämän lisäksi tarkastelin sitä, oliko viitteitä muunlaisesta eriytmisyydestä. Tässä nousi erityisesti esiin vuorohoitoilasten vastauksissa ilmenevä eriytmisyys, vuorohoitoon ja vertaisryhmiin nähden. Etsin myös mainintoja koko perheen yhteisestä ajasta, kuten esimerkiksi seuraava vastaus: *lapsi nauttii selvästi kun saa olla perheen kanssa. vapaapäivä siis. (ph1, la päivä, äiti)*

Otin huomioon myös ajoittumisen synkronoinnissa, mihin viikonpäiviin eriytmisyys ja samassa rytmissä oleminen ajoittuivat, ja mitä eroja vuorohoito- ja päivähoitoperheillä maininnoissa oli. Kiinnitin huomiota myös siihen, kuinka eriytmisyydestä kerrottiin. Esimerkiksi perheen eriytmisyys tuotiin esiin usein hyvin neutraalisti, kun taas perheen yhdessäoloon liitettiin positiivisia ilmauksia. Tarkastelin synkronoinnin kautta myös vuorohoitoilasten ja vuorohoidon erityisyyttä ja eriytmisyyttä, jota tarkastelin hoivan ketjuina. Näitä analyysiprosessin tuloksia käsittelem tulostuluvussa.

5.5 Eettiset ratkaisut

Lämsä ja kollegat (2012, 478-479) ovat määritelleet lasten päiväkirjatutkimusta koskevat tärkeimmät eettiset kysymykset seuraaviksi; *valta-asemat, luottamuksellisuus, vaikutukset sekä motivaatio*. Valta-asemalla tarkoitetaan sitä, että lapsen osallistumisen tulee olla aidosti vapaaehtoista, eikä aikuinen saa millään tavalla painostaa lasta tähän. Luottamuksellisuudella tarkoitetaan sitä, ettei kenelläkään tutkijoiden lisäksi ole mahdollisuutta nähdä vastauksia. Aikuisia voidaankin kehottaa välttämään vastauksista keskustelemista muiden ihmisten kanssa. Tutkimuksen mahdolliset vaikutukset tutkittaviin, ja erityisesti tutkittavina oleviin lapsiin, on harkittava myös tarkkaan. Tutkittavien motivaation puute saattaa aiheuttaa sitoutumattomuutta tutkimukseen ja tästä johtuviin puuttuviin vastauksiin. Tutkittavien rekrytoinnissa tulisikin pyrkiä antamaan mahdollisimman realistinen kuva tutkimuksesta ja siihen osallistumisesta, jotta pystyttäisiin tavoittamaan aidosti motivoituneet tutkittavat. (Lämsä ym. 2016, 478-479.)

Rönkä ja kollegat (2016) ovat kuvanneet Postia Illiltä!-tutkimuksen aineistonkeruun vaiheita ja eettisiä kysymyksiä artikkelissaan. Tutkimuksessa kiinnitettiin erityistä huomiota kännykkäpäiväkirjan käytön vaivattomuuteen, jotta tutkittavien olisi mahdollisimman helppo vastata kysymyksiin, eikä tämä olisi liian aikaa vievää. Tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuus, ja erityisesti lasten suostumus varmistettiin tapaamalla kaikki lapset, mikä mahdollisti myös sen, että lapsille pystyttiin henkilökohtaisesti kertomaan tutkimuksesta ja sen kuluista. Tutkittaville myös kerrottiin, että tutkimukseen osallistuminen oli mahdollista keskeyttää. Tutkimuksessa kiinnitettiin huomiota myös siihen, että lapsen raportoidessa arjestaan saattaa hän kertoa asioista, joista vanhempi ei ehkä haluaisi hänen kertovan. Tutkijat tiedostivatkin, että vanhemmat olisivat mahdollisesti kuulemassa lapsen vastaukset. Tästä syystä tutkijat ohjeistivatkin vanhempia etukäteen antamaan lasten vastata itse päiväkirjakysymyksiin. (Rönkä ym. 2016.) Lasten tutkimista suunniteltaessa on hyvä huomioida, että lapset kuuluvat lain mukaan suojeltaviin erityisryhmiin. Lasten näkökulman tuominen tutkimukseen on kuitenkin eettisesti perusteltua, sillä on tärkeää, että myös lapset tulevat kuulluksi. (Kuula, 2006, 147–148.)

Kvantitatiivisen aineiston anonymisoinnissa eli tunnistetietojen poistamisessa otetaan huomioon ”tutkittavien informointi, taustamuuttujat, avoimista tekstivastauksista koostuvat muuttujat ja aineiston aihepiiri” (Kuula, 2006, 210). Aineiston aihepiiri vaikuttaa siihen, millä lailla aineistoa anonymisoidaan. Aihepiirin määrittäminen esimerkiksi arkaluontoiseksi ei ole aina aivan helppoa. Tärkeää onkin tiedostaa, että arkaluontoisuus saattaa merkitä eri asiaa eri tutkittaville. (Kuula, 2006, 213, 136.) Perheen arki esimerkiksi voi olla monille henkilökohtaiseksi koettu asia. Näin voisi ajatella erityisesti olevan tilanteissa, joissa arki koetaan raskaaksi tai siinä on joitakin vaikeuksia. Tunnistetietojen poistaminen tässä aineistossa on siis täysin perusteltua. Joissakin vastauksissa oli mainittu tutkittavan lapsen nimi, joten olen anonymisoinut kaikki nimet, jotka esiintyvät aineistositaateissa.

En ollut mukana tämän tutkimuksen aineistonkeruussa. Tästä syystä en myöskään tiennyt perheiden taustoja tutkimusta tehdessäni. Minulla ei ollut perheistä minkäänlaista ennakkokäsitystä, jolloin tarkastelin lasten arkea pelkästään päiväkirjavastauksien perusteella.

6 LAPSEN ARJEN RYTMIT

Tässä tutkimuksessa lapsen arjen rytmien konteksteja olivat koti ja päiväkot. Aluksi määritän lapsen päivittäisiä rutiineja aineiston pohjalta. Hoitoajat luovat rakenteen lapsen päivään ja viikkoon. Aineiston perusteella arjen rytmeihin liittyy kiinteästi kiireen ja kiireettömyyden vaihtelu sekä väsymys. Päivähoitoperheillä viikko-viikonloppuvaihtelu tulee hyvin selvästi esiin. Väsymys ja kiire ilmenivät arkena, kiireettömyys viikonloppuna. Tämä ei tule yhtä selvästi esiin vuorohoitoperheissä. Lapsen ja vanhemman erirytmisyys tulee esille erityisesti vuorohoitoperheissä. Päivähoidossa hoivan ketjut ovat yksiselitteisempiä ja samankaltaisempia eri perheiden kesken, kuin vuorohoidossa olevien lasten hoivan ketjut. Näitä vuorohoidossa olevien lasten rytmien monimuotoisuutta ja erityispiirteitä nostan tuloksissa esiin. Tuloksissa käytän vuorohoitoperheistä lyhennettä vh ja päivähoitoperheistä lyhennettä ph.

6.1 Arjen rutiinit kotona ja päivähoidossa

Ensimmäiseksi tarkastelen sitä, millaisia päivittäisiä rutiineja aikuiset kuvasivat lasten arkeen liittyvinä. Päiväkirja-aineisto näyttäytyy hyvänä menetelmänä rutiinien ja niiden ajallisuuden tarkasteluun. Päiväkirjaa täyttäneet aikuiset kuvasivat vastauksissaan usein juuri päivittäisiä rutiineja ja toimintoja. Kuvaukset saattoivat olla lyhyitä toteamuksia kuten: *kiva aamu. syöty aamupala ja pürretty*. Rutiinien toistuvuutta kuvattiin myös usein sanallisesti, esimerkiksi toteamalla aamun olleen *normaali, tavallinen* tai jotakin tehtävän *kuten aina*. Rutiinit vaihtelivat riippuen siitä, oliko lapsi kotona vai päivähoidossa ja myös sen mukaan, keitä toimintaan osallistui (ks taulukko 6). Taulukkoon 6 olen koonnut erilaiset päivittäiset rutiinit ja ne on jaoteltu päiväkirjakyselyiden ajankohtien mukaisesti. Tämä oli perusteltua, koska näytti siltä, että suurin osa rutiineista oli paikan lisäksi vahvasti tiettyyn aikaan ja ajoitukseen sidottuja.

Kodin ja perheen rutiinit voidaan sisällöllisesti jakaa ruokailuun, ulkoiluun, kotityörutiineihin, leikkiin, nukkumiseen ja siirtymiin. Päivähoidon rutiinit liittyivät taasen leikkimiseen, yhteisiin ohjattuihin tuokioihin, ulkoiluun, ruokailuun ja päivälepoon.

TAULUKKO 6. Lasten päivittäiset rutiinit

	Päivähoitolapset	Vuorohoitlapset (aamuvuoro)	Vuorohoitlapset (iltavuoro)
Aamu	Herääminen, peseytyminen, pukeutuminen, aamupala, lastenohjelmat	Herääminen omaan tahtiin, aamupala, omatahtista leikkiä	Herääminen omaan tahtiin, aamupala, rauhallista leikkiä/yhdessäoloa
Kenen kanssa/Missä?	Vanhempien/kotona	Vanhempien/kotona Henkilökunta/vuorohoito	Vanhempien/kotona
Päivä	Ulkoilu, leikkiminen, ohjattu toiminta, päivälepo, ruokailu	Ulkoilu, leikkiminen, ohjattu toiminta, päivälepo, ruokailu	Ulkoilu, leikkiminen, ohjattu toiminta, päivälepo, ruokailu
Kenen kanssa/Missä?	Henkilökunta, päivähoitokaverit/päivähoidossa	Henkilökunta, vuorohoitokaverit/vuorohoidossa	Henkilökunta, vuorohoitokaverit/vuorohoidossa
Ilta	Kotiutuminen hoidosta, ulkoilu, leikki, yhdessäolo vanhempien kanssa, ruokailu, nukkumaan valmistautuminen	Kotiutuminen hoidosta, ulkoilu, leikki, yhdessäolo vanhempien kanssa, ruokailu, nukkumaan valmistautuminen	Leikit
Kenen kanssa/Missä?	Vanhempien, sisarusten, kavereiden/Kotona	Vanhempien, sisarusten, kavereiden/Kotona	Henkilökunta, vuorohoitokaverit/vuorohoidossa

6.1.1 Rutiinit ja päivittäiset toiminnot arjen rytmittäjinä

Kännykkäpäiväkirjassa ei suoraan kysytty lasten rutiineista ja arjen rytmeistä, mutta aikuisten päiväkirjavastausten perusteella voi todeta, että lasten arjessa, päivissä ja päivärytmeissä näyttäisi olevan rutiineja ja toistuvuutta, niin kotona kuin hoidossa. Tästä kertoivat vanhempien ja henkilökunnan vastauksissa toistuvat asiat ja toiminnot, sekä vanhempien vastauksissa ilmaukset kuten: *tavan aamu* ja *normaali lauantai*. Lasten rutiinien kannalta olennaista oli se, missä oltiin

ja kenen kanssa toimittiin. Vaikka rutiinit ovatkin lapselle tuttuja, eivät ne ole kaikilla kuitenkaan automatisoituneita, jolloin rutiinit eivät toteutuisi ilman vanhemman tai päiväkodin henkilökunnan aloitetta ja tukea. Rutiinit ovat myös paikkaan sidottuja, jolloin kotona toistuvat kodin omat rutiinit ja päiväkodissa vastaavasti päiväkodin rutiinit. Myös hoitopäivien määrä määrittää lapsen rutiinien säännöllisyyttä ja vaihtuvuutta. Lapsilla, joilla oli vain muutama hoitopäivä viikossa, vallitsevaksi päivärytmiksi ja rutiineiksi muodostui kodin rytmi ja rutiinit. Päivähoitolapsilla arkipäiviin sijoittuvien hoitopäivien ja viikonlopun vapaapäivien rutiineissa oli eroja. Myös vuorohoidossa olevan lapsen hoitopäivien ja vapaapäivien rutiineissa oli eroja.

aika rauhallinen. normaali töihinlähtö- ja hoitoaamu. (ph5, ma aamu, isä)

*viimeinen eskariaamu ikinä menee jo **rutiinilla** (ph2, to aamu, isä)*

*Tunnelma on hyvä, **aamupesut ja pukeutuminen sujuvat näpsäkästi kuten yleensä** ja iloisin mielin odotetaan uutta päivää ja pääsyä eskariin. (ph9, to aamu, äitipuoli)*

Aineistossa aikuisten kuvaukset lasten rutiineista olivat erilaisia riippuen vuorokauden ajasta ja kontekstista. Viikonloppujen ja vapaapäivien rutiinit erottuivat myös omanlaisinaan. Seuraavissa alaluvuissa tarkastelen erikseen aamu-, päivä- ja iltarutiineja, huomioiden kodin ja päiväkodin eri kontekstit sekä myös hoitopäivien, vapaapäivien ja viikonloppujen väliset erot.

6.1.2 Aamut – lastenohjelmia ja päivän aloitusta

Perheissä arki-aamujen rutiinit keskittyivät aamutoimiin ja kotoa hoitoon ja töihin lähtemisen valmistautumiseen. Näin oli erityisesti päivähoitoperheissä, joissa arki-aamut olivat lähes poikkeuksetta lapsen hoito- ja vanhemman työaamuja. Vuorohoitoperheissä arkipäiviin lukeutui myös vapaapäiviä ja iltavuoroja, jolloin aamun kyselyyn vastattiin näinä aamuina erilaisessa tilanteessa kuin päivähoitoperheissä, ja aamun rytmi oli hitaampi. Molemmista aineistoista oli kuitenkin

paljon samankaltaisia piirteitä useiden lasten kohdalla aamujen osalta. Kuvaukset aamun rutiineista painottuivat tällöin heräämisen ja aamutoimien kuten pukeutumisen, peseytymisen ja syömisen ympärille. Osalle lapsista herääminen oli vaikeampaa, ja vanhempi kuvaili lasta aamulla väsyneeksi:

Vähän kelistäkin johtuvaa väsymystä havaittavissa. tyttö tekee normaalit aamupesut ja pukeutuu. (ph9, ke aamu, äitipuoli). Toiset lapsista reagoivat herättelyyn hyvin, eikä heräämisessä mainittu olevan vaikeuksia. Osa lapsista oli taas hereillä ja ylhäällä jo ennen vanhempaa.

Heräämistä seurasi usein peseytyminen, pukeutuminen, aamupala ja lastenohjelmat. Lastenohjelmien katsominen kuului hyvin monen lapsen aamuun. Lapset katsoivat aamun lastenohjelmia itsekseen, vanhemman kanssa tai yhdessä sisarusten kanssa. Lastenohjelmat olivatkin mahdollisesti aamun rauhallinen hetki verrattuna joihinkin muihin aamun rutiineihin, joiden yhteydessä tulkitsin kiireen olevan toisinaan läsnä.

katsellaan piirrettyjä yhdessä ennen eskariin lähtöä. (ph8, ma aamu, isä)

Päivähoitolasten aamuissa oli toisinaan kiire läsnä, mutta useiden lasten aamutouhut sujuivat kuitenkin rauhallisissa tunnelmissa. Vaikka rutiinit ovatkin vanhemman mielestä rutiineja ja toistuvia, ja lapsi luultavasti oli niistä tietoinen ja osasi niitä ennakoida, eivät ne aina kuitenkaan sujuneet rutiinilla tai toisin sanoen vanhemman tahdin mukaan. Rutiinien yhteydessä saatettiinkin mainita myös se, ovatko ne sujuneet joutuisasti vai onko lasta joutunut esimerkiksi hoptuttamaan aamutoimissa. Aamun rutiinien sujuvuuteen vaikutti vanhempien mukaan lapsen mieliala ja väsymys. Kiukkuisena tai väsyneenä aamutoimissa kesti lapsella kauemmin ja vanhemman ja lapsen yhteistyö takkusi. Levännyt ja hyväntuulinen lapsi taas oli omatoimisempi ja aamutoimet hoituivat sovussa.

hyvä sopuisa aamu. aamupalan pesut ja pukemiset lapsi tehnyt heti pyydettyä (ph3, ti aamu, äiti)

lapsi heräsi ilmeisen väsyneenä. kaikki aamutoimet sujuvat tosi hitaasti, hoptuttamista ja kiirehtimistä. oma pinna alkaa kiristyä kun mikään ei etene. (ph5, ke aamu, äiti)

Vuorohoitolapsilla, joilla hoitoajat olivat moninaisempia, myös hoitopäivien aamut erosivat toisistaan. Aikaisen hoitoaamun toiminnot ja rutiinit olivat erilaisia kuin iltavuoroaamussa. Hyvin aikaisista aamuista kotona ei ollut paljoa tietoa aineistossa, koska silloin useiden lasten kohdalla oli vastannut vuorohoidon työntekijä. Aikaisina aamuina kotona saatettiin vain herätä ja lähteä hoitoon ja esimerkiksi syödä aamupala päiväkodissa.

aikainen lähtö päiväkotiin joten kotona vain herättiin ja lähdettiin. lähtö sujui hyvin. (vh12, to aamu, äiti)

Vuorohoitolapsilla iltavuoroaamut ja myöhäiset hoitoaamut muistuttivat päivähoitolaisten viikonloppuaamuja kiireettömydessään ja rutiinien joustavuudessa. Aamuihin kuului yhtä lailla herääminen, aamupala ja lastenohjelmat, mutta aamuissa korostui kiireettömyys, vanhemman ja lapsen yhdessäolo sekä lapsen omatahtinen aika. Erityisesti lapsen ja vanhempien herääminen omaan tahtiin tuli selkeästi esiin näissä aamuissa. Näiden aamujen ohjelmaan kuului esimerkiksi myös leikkiminen yhdessä sisaruksen tai perheen lemmikin kanssa tai pelikonsolilla pelaaminen.

Rauhallinen, toiset vielä nukkuu ja ollaan saatu rauhassa tehdä aamu askareet. (vh6, ke aamu, äiti)

tavan aamu. lasten ohjelmia ja puuroa. rauhallista. (vh12, ma aamu, äiti)

Viikonloppu toi muutoksia tuttuihin aamurutiineihin erityisesti päivähoitolapsilla sekä niillä vuorohoitolapsilla, joilla vapaapäivät keskittyivät viikonloppuun. Rytmin muutos näkyi rutiinien väljyydessä ja aamujen kiireettömydessä. Aamuihin kuuluivat myös normaalit aamurutiinit, mutta lapsilla oli aikaa tehdä asioita, mitä ei arkiamuina välttämättä ehtinyt, kuten leikkiä koiran kanssa. Lapsia ei myöskään hoputeltu heräämään ja useiden perheiden viikonloppuaamuihin kuuluikin hidaskeräytyminen ja yhdessä köllöttely. Lastenohjelmat mainittiin näiden aamujen rutiineiksi. Lapsen omatoimista leikkiä oli myös enemmän kuin arkiamuina ja lapsi sai pelata tietokoneella ja pelikonsolilla, mikä poikkesi arkiamuista.

hyvä hetki oli aamulla kun pötköteltiin sängyissä vierekkäin ja juteltiin hiljakseen ilman kiirettä. (ph15, la aamu, äiti)

*iltavuoro. saatiin nukkua pitkään ja herätä ilman kelloa. **viikonloppu ja lasten ohjelmat kuuluu heti aamuun.** (vh4, su aamu, äiti)*

Lauantaiaamun leppoisa tunnelma, ehtii rauhassa katsomaan lastenohjelmia (ph8, la aamu, äiti)

6.1.3 Päiväritiinit – Leikkiä ja päiväunia

Päiväritiinit erosivat aamuun ja iltaan ajoittuvista ritieista ensinnäkin vastajan ja paikan takia. Päivähoitolapsilla oli useimmiten arkipäivinä vastannut päiväkodin henkilökunta päivää koskeviin kysymyksiin, lapsen ollessa tällöin päiväkodissa. Viikonloppuna taas oli tällä ryhmällä vanhempi vastannut päiväkysymyksiin. Vuorohoitolapsilla oli päivähoitolapsista poiketen useina arkipäivinä vastannut päivää koskeviin kysymyksiin vanhempi, kun lapsi oli kotona vapaa-päivänä: *ulkoilua leikkiä ja filmi. peruspäivä. (vh12, pe päivä, äiti)*

Päiväkodissa ritieista vastauksissa erottuivat ruokailut, ulkoilu, leikkiminen ja päiväunet. Päiväkodin kysymyksistä yksi koskikin erikseen lapsen päivälepotilannetta, jolloin lasten päiväunista päiväkodissa oli paljon tietoa. Päivähoito- ja vuorohoitoryhmissä oli useita lapsia, jotka olivat siinä ikävaiheessa, että heiltä päiväunet olivat ilmeisesti jääneet tai jäämässä pois, mikä aiheutti muutoksia lapsen päiväritieihin päiväkodissa. Suuri osa lapsista kuitenkin nukkui päiväkodissa päiväunet tai ainakin lapset olivat muiden mukana päivälevolla. Useiden lasten kohdalla päiväunien aikana nukkuminen vaihteli päiväkodissa, toisina päivinä vain levättiin, toisinaan nukuttiin täysipitkät unet. Aineistossa oli vähemmän mainintoja päiväunista kotona, mikä saattaa viitata siihen, että päiväunia ei enää nukuttu kotona, vaan ne olivat enemmän päiväkodin ritieja. Alasuutarin (2010, 157) mukaan päiväunet ovat osa aikuisten säätlemää päiväkodin päivän rakennetta, jolloin pääosin kaikki lapset osallistuvat päivälevolle. Päiväkodissa päiväuniin virittäydettiin kuuntelemalla satua nukkumistilassa, josta seurasi lapsen nukkuminen tai vain lepäily.

ei nukkunut. kuunteli rauhassa satua ja lepäsi omassa sängyssään. (vh3, ke päivä, aikuinen)

Osalla lapsista oli järjestetty korvaavaa rauhallista tekemistä muiden lasten päiväunien ajaksi.

Tytön päivälepoasiat muuttuivat tänään. Tästä lähtien tyttö viettää lepohetken viiden muun lapsen kanssa patjoilla lepäillen (ei nukkarissa) ja kirjoja katsellen. Lepohetki sujui rauhallisesti ja tyttö oli innoissaan ja iloinen muutoksesta (ph9, ma päivä, aikuinen)

Päiväkodissa, kuten myös kotona, leikki oli tärkeää lapsille ja se mainittiin useissa vastauksissa. Päiväkodissa kavereiden kanssa leikkiminen tuotiin esiin lapselle hyvän päivän tekijänä. Päiväkodin päivärutiineihin kuului vapaan leikin lisäksi ohjatumpaa toimintaa kuten ulkoilua, ruokailua, jumppaa, opetuksellisia tuokioita (eskarilaisilla). Tutkimusviikkoon mahtui myös tavallisista rutiineista poiketen muun muassa vapun juhlintaa ja puistoretki.

Kun lapset olivat kotona, he leikkimisen lisäksi osallistuivat yhdessä vanhempien kanssa kotona tehtäviin kotitöihin kuten pihatöihin, ruoanlaittoon ja kaupassa käyntiin. Nämä olivat päivähoitolapsilla enemmän viikonloppuun ajoittuvia toimintoja. Vuorohoitolapsilla nämä olivat viikonlopun lisäksi viikolla olevien vapaapäivien ja iltavuoropäivien ohjelmaa.

tavallinen. Käytiin ruokakaupassa ja nyt kotona oleilua. tuomas tykkää olla kotona ja on hyvällä tuulella. (vh12, la päivä, äiti)

mukava päivä. käyty asioilla ja vietetty tyttöjen päivää. onnellinen ja hyvä olo. (vh10, ma päivä, äiti)

6.1.4 Iltarutiinit - ulkoilua ja yöunien valmistelua

Useilla lapsilla iltojen rutiineihin lukeutui syöminen, yhdessäolo perheenjäsenten kanssa, ulkoilu ja leikkiminen yhdessä kavereiden, sisarusten tai vanhempien kanssa. Nämä toiminnot tapahtuivat useimmiten kotona tai kodin pihapiirissä. Kännykkäpäiväkirjaviikon sijoittuminen keväiseen ja kesäiseen ajankohtaan vaikutti luultavasti siihen, että ulkona olo korostui vastauksissa. Valon ja lämmön riittäessä ulkona viihdyttiin pitkään. Ulkoilulla oli ehkä myös funktio illassa,

mikä oli saada lapsi kuluttamaan ylimääräistä energiaa ulkoilmassa ja helpottaa näin unen tuloa. Ulkoilua seurasi usein iltaruokailu, iltapesut ja toisinaan saunominen sekä rauhoittuminen yöunille.

ulkona leikitty pari tuntia. siihen päälle ruoka. luulisi unen tulevan helposti. vähän kiukutti kun ei päässyt enää ulos ruuan jälkeen. (vh2, to ilta, isä)

ihan ok, nyt tyttö leikkii ulkona naapurin kanssa ja purkaa ylimääräisen energian. (ph9, su ilta, isä)

hyvä. ulkoilua suihku iltaruoka väsynyt jo pöyän touhuista (vh15, la ilta, äiti)

aika tavallinen arki-ilta eli ruokailu, lastenohjelmia ja vähän leikkimistä yhdessä (merirosvoilla) (ph11, pe ilta, isä)

Toisinaan ilta-aikaan ajoittuivat myös vastauksissa esiin tuodut normaalista arjesta poikkeavat tapahtumat, kuten kaverin syntymäpäiväjuhlat. Päivähoitolapsilla vieraat ja kyläileminen keskittyivät enimmäkseen viikonloppuun, vuorohoitolapsilla oli näitä toimintoja myös arkena.

Vuorohoitolapsilla, joilla oli hoitoa ilta-aikaan, korostui vahvasti illoissa kaverit ja leikkiminen vuorohoidossa. Tämän lisäksi vastauksissa ei tuotu esiin muita vuorohoidon iltarutiineja.

Useammalla päivähoitoperheiden lapsella oli säännöllisiä viikkoharrastuksia, jotka ajoittuivat useasti arki-iltapäiviin tai arki-iltoihin. Näitä harrastuksia olivat muun muassa kuvataidekoulu, paini ja tanssiminen.

*ei erikoisia tapahtumia. tyttö tykkää käydä tanssimassa jossa käydään keski-
viikkoisin. (ph9, ke ilta, isä)*

Vein ja hain kuvataidekoulusta. --- (ph13, ti ilta, isä)

Kotiin tulimme lapsen harrastuksen vuoksi tavallista myöhemmin, joten söimme heti. Köllöttelimme sohvalla vierekkäin, lapsi katsoen lastenohjelmia ja itse lukien lehteä. (ph11, to ilta, äiti)

Vuorohoitoperheissä vanhempien epäsäännölliset työvuorot saivat aikaan lasten epäsäännölliset viikkorytmit. Tämä saattoi vaikuttaa siihen, että säännöllisiä harrastuksia oli vähemmän. Ainakin yhdeksällä vuorohoitolapsella oli tulkintani

mukaan iltavuoroja tutkimusviikolla, yhdellä lapsella iltavuoroja oli viisi viikossa. Päiväkodin iltarutiineista ei kuitenkaan saanut paljon tietoa vastauksista. Vastauksissa toistuvat asiat olivat kuitenkin leikki ja kaverit.

6.1.5 Leikki – lasten oma rutiini

Aineistosta erottui selkeästi lapsen rutiinina leikki. Leikki oli molempien ryhmien vastauksissa mainittu lapsen toimintona kaikkein useimmin. Leikki oli ajoitukseltaan joustavaa ja lapset tuntuivat löytävän aikaa leikkiin pienissäkin aikaläpöissä. Ryhmillä oli kuitenkin jonkin verran eroja siinä, mihin aikaan päivästä leikki ajoittui päiväkirjavastausten mukaan, kenen kanssa leikittiin ja missä. Leikin paikka ja ajoittuminen päivässä määräytyi päivän muiden toimintojen mukaan, eli oliko kyseessä hoitopäivä vai vapaapäivä.

Päivähoitolapsilla leikki harvemmin ajoittui kotona arkiamuuihin. Yhden vanhemman maininta siitä, kuinka lapsi oli pukeutumisen yhteydessä ”jumahantanut leikkimään legoilla” ja vanhempi joutui hoputtamaan lasta tästä johtuen, kuvasi ehkä sitä, kuinka leikille ei ollut vanhempien mielestä aikaa arkiamuissa muiden aamutoimintojen viedessä ajan. Viikonloppuaamuina taas oli enemmän mainintoja päivähoitolaisten leikkimisestä. Useimmilla lapsilla päiväaikaan ajoittuvat leikit tapahtuivat päiväkodissa, koska useimmat lapset olivat päiväkysymysten aikaan päiväkodissa. Vuorohoitolapsilla, joilla oli iltavuoroja (tai myöhäisempiä aamuja) sekä vapaapäiviä viikolla, leikkihetket kotona painottuivat näinä kyseisinä päivinä aamupäivään ja myös aamuun ennen iltavuoroon lähtöä.

Veera aloitti aamun palapelillä. ok aamu. (vh1, ti aamu, äiti)

eeva on leikkinyt legoilla pikkusiskon kanssa. katsoi itselleen vaatteet hoitoon ulkoilua varten. (vh15, to aamu, isä)

Näillä lapsilla ei ollut iltavuoropäivinä mainintoja kaverin kanssa leikkimisestä kotona, mikä voi johtua siitä, että esimerkiksi naapuruston lapset olivat hoidossa tähän aikaan. Iltavuorossa olevat lapset myös leikkivät päiväkodissa iltaisin. Päi-

vähoitolapsilla leikkiminen iltapäivällä ja illalla ajoittui hoitopäivän jälkeen kotiin. Päivähoitolapsilla viikonloppu ja vuorohoitolapsilla vapaapäivät olivat enemmän omatahtisen leikin aikaa koko päivän osalta verrattuna hoitopäiviin.

Vanhempien ja päiväkodin henkilökunnan maininnoissa lasten leikkiminen mainittiin siis usein. Vastauksissa ei kuitenkaan aina tuotu esiin sitä, mitä, millä ja kenen kanssa lapset leikkivät. Aikuiset saattoivat mainita vain, että lapsella oli ollut kivat leikit kavereiden kanssa tai lapsi oli leikkinyt ulkona. Vastauksista ilmeni kuitenkin, että molempien ryhmien lapsilla oli leikkikavereita sekä päiväkodissa että kotona.

Päiväkodissa leikki oli selkeästi lasten toimintaa. Lapset leikkivät keskenään ja aikuinen oli tarvittaessa mukana, esimerkiksi ristiriitatilanteissa ja joissakin ulkoleikeissä. Kotona lapsen leikkikavereita olivat vanhemmat, sisarukset, sukulaislapset sekä naapuruston lapset sekä muut kaverit. Päivähoitolapsilla oli hiukan vähemmän mainintoja sisarusten kanssa leikkimisestä kuin vuorohoitolapsilla, mutta enemmän mainintoja kavereiden kanssa leikkimisestä kotona tai ulkona.

lapsi leikkinyt pääasiassa itsekseen (ph2, ti ilta, isä)

*muuttotouhua. Lapsi saanut olla myös **serkun ja veljen kanssa touhuamassa** nyt ihana hetki yhdessäoloa ennen nukkumaan alkamista. (vh16, la ilta, isä)*

Poika tykkää leikkiä kavereiden kanssa ja eskarituokiolla Matias innostui tehtävästä, jossa sai piirtää oman auton ja keksiä sille rekisterinumeron. (ph12, to päivä, aikuinen)

Leikkimistä tapahtui päiväkodissa ja kotona, niin ulkona kuin sisälläkin. Leikkien ja toiminnan liikunnallisuus tuli myös esiin molemmissa konteksteissa. Kotona lapset leikkivät ulkona kavereiden, sisarusten tai vanhempien kanssa esimerkiksi pelaten pallopelejä. Vanhempien kanssa muun muassa pelattiin sisällä lautapelejä, rakennettiin legoilla ja luettiin yhdessä kirjoja. Mainintoja oli myös vanhempien kanssa tehdyistä retkistä, pyöräilystä ja uimahallissa käynneistä. Lapset värivät itsekseen kotona ja viettivät aikaa perheen lemmikkieläinten kanssa. Kotona lapset saattoivat pelata tietokone- tai konsolipelejä, mikä ei tullut

esiin päiväkotivastauksissa. Kotona lasten ajanvietteenä oli myös usein elokuvien ja lastenohjelmien katsominen televisiosta, mikä ei vastausten perusteella myöskään kuulunut päiväkodin ohjelmaan lukuun ottamatta yhtä aamumainintaa pikku kakkosen katsomisesta vuorohoidossa. Lastenohjelmat olivat erityisesti aamuihin liittyvä rutiini kotona.

Päiväkodissa leikki jakaantui lasten omaan, vapaaseen leikkiin ja ohjattuihin, yhteisiin tuokioihin. Myös koti- ja kauppaleikki mainittiin aikuisten vastauksissa. Päiväkodissa ulkona pelattiin muun muassa jalkapalloa ja keinuttiin. Myös päiväkodissa piirrettiin ja tehtiin käsitöitä ja askartelua sekä rakenneltiin legoilla. Päiväkodissa oli myös erityisiä leikkiin kytkeytyviä teemapäiviä, kuten roolileikki- ja pelipäivä.

Lapsille oli tärkeä ilon ja yhteenkuuluvuuden lähde leikkiä muiden lasten kanssa ja kotona myös vanhempien kanssa. Merkityksellistä oli myös saada leikkiä omassa tahdissa. Aikuisten asettamat rajoitukset haittasivat toisinaan lasten leikkejä. Leikkiessä aika kului joutuisasti, ja mukavien leikkien jättäminen kesken esimerkiksi, kun jouduttiin siirtymään päiväkodissa ulkoa sisälle, harmitti lasta. Mieluisan tekemisen tai leikkikaverin puute, niin kotona kuin päiväkodissa, taas tuntui lapsesta tylsältä ja ikävältä.

ehkä vähän tylsä. ei ole kavereita. mutta koiran kanssa on ollut kiva touhuta. ja leivoimme yhdessä (ph1, su päivä, äiti) (Vastauksena päiväkirjakysymykseen: Millainen lapsen päivä on mielestäsi ollut?)

6.1.6 Rutiinien rikkoutuminen

Muutosta säännöllisiin rytmeihin ja tuttuihin rutiineihin toivat aineistossa erikoisemmat, usein myönteiset arjesta poikkeavat tapahtumat. Näitä olivat esimerkiksi perheen muutto, pyhäpäivä kuten tutkimusviikolle osunut vappu, tutkittavan lapsen, sisaruksen tai kaverin syntymäpäiväjuhlat, kyläilyt ja loman alkaminen. Rutiineja rikkoivat myös negatiivisemmat asiat, kuten lapsen sairastuminen.

Tavallisesta poikkeavat tapahtumat mainittiin usein vastauksissa. Näiden yhteydessä mainittiin esimerkiksi lapsen sairastelusta johtunut yövalvominen tai juhlien täyteinen päivä, jotka poikkeavat totutusta ja tuovat tuttuihin rutiineihin

muutoksia. Myös Illi toi erityisesti ensimmäisenä vastausaamuna uuden elementin lasten aamurutiineihin. Osalle lapsista tämä aiheutti innostusta ja osalle jännitystä.

Lasta jännitti ja mietitytti Illi-puhelimeen vastaaminen. Vähän kiukuttikin, kun ei ihan tiennyt onko kiva juttu vai ei. Hetken kuluttua kuitenkin innostui ja odotti puhelimen kädessä koska kysely alkaa (ph11, to aamu, äiti)

Rutiinien merkityksestä lasten ja perheiden arjen sujumiselle kertoivat maininnat rutiinien rikkoutumisesta. Rutiinien kuten päiväunien, ruoka-aikojen ja ulkoilun rikkoutuminen aiheutti hässäköitä. Esimerkiksi päiväunien poisjäänti neuvolan takia tai ulkoilun poisjäänti sateen takia tuotiin esiin rauhattomuutta ja väsymystä aiheuttaneena tekijänä. Päivähoitolapsilla oli erityisesti viikonloppuina toisinaan ohjelmaa kodin ulkopuolella, kuten messuilla käyminen tai ylioppilaskokoukset, mikä aiheutti tuttujen rutiinien rikkoutumista.

Aamulla kun satoi vettä eikä voitu mennä ulos leikkimään. Oli tylsää eikä mikään tekeminen kelvannu. Tästä seurauksena siskojen kiusaamista ja hännäämistä. (vh2, la ilta, äiti)

haastava. päiväunet jäi välistä neuvola käynnin vuoksi joten kello 16 jälkeen on ollut todella raskasta. kaikesta on erimielisyyttä ja kaikki asiat kiukuttaa (vh2, ma ilta, äiti)

*haastavampi ilta kuin eilen koska poika riskannut. **pojan oli hankala ymmärtää ettei tänään mennä ulos illalla.** tämä näkyi riskaamisena. --- (ph3, ti ilta, äiti)*

Vuorohoitoperheissä hoitoaikojen epäsäännöllisyys saattoi aiheuttaa lapsille unirytmien häiriintymistä. Esimerkissä olevalla lapsella oli tutkimusviikolla tulkin-tanimukaan sekä hyvin aikaisia aamuhoitoaikoja että myöhäisiä aamuja: *Aikainen aamuhoitoon meno meinasi olla hankalaa. Illalla ei meinannut Ainolle uni tulla. (vh6, to ilta, äiti)*

6.2 Hoitoajat lapsen päivä- ja viikkorytmin perustana

Tarkastelin päivä- ja vuorohoitolasten tutkimusviikon hoitoaikoja eli sitä, mihin aikaan päivästä ja mihin viikonpäiviin hoitoajat ajoittuivat. Lasten hoitoajat määrittivät osaltaan sitä, millaiseksi päivä- ja viikkorytmi heillä muodostui.

Päivähoito- ja vuorohoitolapset erosivat hoitoaikojen suhteen toisistaan paikoin merkittävästi. Päivähoitolapsilla hoitoajat olivat huomattavasti säännöllisemmät, tosin muutamalla päivähoitolapsella oli vapaapäivä arkena tai lyhyemmät hoitopäivät (puolipäiväinen). Hoitopäivät olivat maanantaista perjantaihin ja ajoittuivat päivässä aamusta iltapäivään. Päivähoitolapsilla ei siis ollut ilta, yö-, eikä viikonloppuhoitoa. Päivähoitolapsilla oli myös selkeästi vuorohoitolapsia kollektiivisempi päivä- ja viikkorytmi, juuri hoitoaikojen osalta. Taulukossa 7 on kuvattuna kahden vuorohoitolapsen ja yhden päivähoitolapsen hoitoajat viikon ajalta.

TAULUKKO 7: Esimerkki kolmen lapsen viikoittaisista hoitoajoista yhden viikon ajalta (Sinisellä maalattu alue = lapsi hoidossa)

	MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU
vh12							
aamu							
ilta							
yö							
vh4							
aamu							
ilta							
yö							
ph3							
aamu							
ilta							
yö							

Aineiston vuorohoitoperheiden lasten viikkorytmit erosivat toisistaan merkittävästi hoitoaikojen suhteen. Vuorohoitolapsilla oli aikaisia aamuja, myöhäisempiä aamuja, iltavuoroja, yövuoroja sekä viikonloppuun ajoittuvia hoitoaikoja. Osassa

vuorohoitoperheitä hoitoajat ajoittuivat arkipäiviin, mutta hoitoajat saattoivat olla tavallisesta poikkeavia, esimerkiksi iltavuoroja tai hyvin aikaisia aamuja. Kaksi lasta vietti yhden yön hoidossa.

tuomas oli päiväkodissa yötä ja hyvin on nukkunut. (vh12, la aamu, äiti)

Vuorohoitolapsille kertyi hoitopäiviä 1-6 päivää viikossa tutkimusviikolla. Yleisimmin viikot sisälsivät kuitenkin 3-5 hoitopäivää. Keskimäärin vuorohoitolapsille tuli 4 hoitopäivää viikossa. Ainakin yhdeksällä vuorohoitolapsella oli yksi tai useampia iltavuoroja viikon aikana, ja noin puolella vuorohoitolapsista oli viikon aikana useampia kuin yhdenlaisia vuoroja. Tämä loi vaihtuvuutta lasten päivärytmeihin. Myös hoitopäivien määrä määrätti lapsen päivärytmien vaihtuvuutta ja säännöllisyyttä. Lapsilla, joilla oli vain muutama hoitopäivä viikossa, vallitsevaksi päivärytmiksi muodostui kodin rytmi.

Tulkintani mukaan vuorohoitolapsilla oli paljon myös niin sanottuja myöhäisempiä aamuja, kun lapset menivät hoitoon esimerkiksi aamukymmeneen. Osalla vuorohoitolapsista oli hyvin aikaisia hoitoaamuja, jolloin hoitoon tultiin esimerkiksi klo 6.15.

*kotona, äiti kertoi että tytöt oli menneet nukkumaan vasta n.klo 23. ja **tulivat klo 6.15.** (vh6, to aamu, aikuinen) Vastauksena päiväkirjakysymykseen: Missä lapsi vietti yön ja miten yö meni?*

- - lapsi tullut hoitoon 6.15.lapsen mukaan yö mennyt hyvin (vh11, to aamu, aikuinen)

Vuorohoitoperheissä oli perheitä, joissa lapset olivat käytännössä aina hoidossa silloin, kun vanhemmat olivat töissä. Aineistossa oli myös perheitä, joiden vanhempien työajat poikkesivat niin paljon toisistaan, että vanhemmat pystyivät vuorottelemaan lastenhoidon kanssa, ja lapsella oli vähemmän hoitopäiviä.

Yleisesti ottaen vanhemmat kommentoivat hyvin vähän hoitopäivien pituutta tai niiden ajoittumista: *juuri hain lapset hoidosta (vh15, pe ilta, isä, vastattu klo 19.17).*

Joidenkin lasten kohdalla mainittiin, kuinka aikainen hoitoaamu oli ollut lapselle vaikea. Vuorohoidon työntekijät olivat toisinaan maininneet sen, mihin aikaan lapsi oli tullut hoitoon.

*tuli hoitoon levon aikana eikä mennyt levolle.hiljaisia leikkejä leikki sillä aikaa.
(vh8, to päivä, aikuinen)*

Vuorohoitolasten kohdalla olivat vuorohoidon työntekijät kommentoineet kahdesti hoitoviikon pituutta, arvioimalla lapsen väsymyksen esimerkiksi viidennen hoitopäivän syyksi. Yksi vuorohoidon työntekijän kommentti koski hoitopäivän pituutta.

ei ole sanonut mitään mutta veikkaan että pitkä hoitopäivä aamusta iltaan mietityttää hieman...(vh16, ma ilta, aikuinen)

6.3 Synkronointi – Erirytmyisyys

6.3.1 Vanhempien ja lasten yhteen kietoutuneet rytmit

Lapsiperheissä arki voi olla usein hektistä. Perheenjäsenten yksilölliset rytmit ja työ, koulu, päiväkotit, harrastukset, pakolliset menot/asioiden hoito, kiireetön yhdessäolo ja kotityöt saattavat vaatia jonkinlaista rytmien yhteen sovittamista eli synkronointia. Uusperheiden ja monilapsisten perheiden arjessa on enemmän yhteen sovitettavia rytmejä ja huomioon otettavia aikatauluja.

Useimmissa pikkulapsiperheissä, joissa yksinhuoltajavanhempi tai molemmat vanhemmat käyvät töissä, lasten ja aikuisten päivittäiset rytmit ovat yhteneväisiä. Näin oli pääpiirteissään tämän tutkimuksen päivähoitoaineiston lasten ja vanhempien kohdalla. Lasten viikkorytmi muodostui siis vanhempien työaikojen mukaan. Vanhempien ollessa töissä, lapsi oli hoidossa ja vanhempien työvuoron päätyttyä lapsi haettiin hoidosta kotiin. Työ, vapaa-aika ja lepo vuorottelivat vanhemman ja lapsen arjessa samassa rytmissä. Vapaa-aika ajoittui useimmiten iltoihin ja viikonloppuihin, mitkä onkin perinteisesti koettu yhdessäolon ajaksi läheisten kanssa ja perheen yhteiseksi ajaksi (ks. esim. Kyrönlampi-Kylmänen 2007; Southerton 2009). Vanhempien työ oli suurin perheissä erirytmyyttä aiheuttava tekijä. Epätyyppillinen työaika tuo mukanaan usein ilta-, yö- ja viikonlopputöitä, mikä saattaa aiheuttaa sen, että perheenjäsenten rytmit ovat erilaisia ja yhteistä aikaa on näinä perinteisinä yhdessäolon aikoina vähemmän.

Erityisyyttä perheenjäsenten välillä voivat aiheuttaa eri vuorokaudenai-
kaan tai eri päiviin ajoittuvat työajat, jotka luovat tilanteen, jossa perheenjäsenet
eivät ole yhtä aikaa kotona, vapaa-aika ei ole samassa rytmissä tai heillä on eri-
laiset uni- ja valverytmit. Myös varsinaisen työajan ulkopuoliset toiminnot, ku-
ten töiden tekeminen tai opiskelu kotona, sekä muut velvollisuudet (lasten vie-
minen harrastuksiin yms.) voivat aiheuttaa sen, että perheen yhteiset hetket ovat
vähissä (Presser 2003).

Tässä tutkimuksessa erityisyyttä havaittiin molemmissa ryhmissä. Epä-
tyypillinen työaika ja vanhempien eriaikaiset työvuorot aiheuttivat erityisi-
syyttä vuorohoitoperheissä paitsi vanhempien, myös vanhemman ja lapsen vä-
lillä. Samantyyppistä erityisyyttä oli havaittavissa myös päivähoitoperheissä,
mutta vähemmän ja pienemmässä mittakaavassa kuin vuorohoitoperheissä.
Lapsen ja vertaisryhmän sekä vuorohoidon välistä erityisyyttä havaittiin vuo-
rohoitolapsilla. Lapsen ja vuorohoidon välinen erityisyys tulee lasten erilais-
ten ja yksilöllisten hoitoaikojen muodostamien viikko- ja päivärytmien myötä.
Vuorohoidossa lapset saattoivat olla eri päivinä tai eri aikoihin hoidossa, kun esi-
merkiksi parhaat hoitokaverit.

Vanhempien ja lasten yhteen kietoutuneista rytmeistä kertoi myös se, että
tutkittavat lapset olivat kuitenkin niin nuoria, että he eivät voineet jäädä yksin
kotiin. Esimerkiksi vanhemman ollessa yksin lasten kanssa kotona ja lähtiessä
viemään muita lapsia harrastuksiin, tai hän joutui omana vapaapäivänään käy-
mään asioilla, joutui lapsi lähtemään mukaan.

*mieli olisi tehnyt jäädä kotiin ja ulos leikkimään, mutta pakko vapaapäivänä lähteä
mukaan autohuolto ja eläinklinikka asiolle. (vh13, ti päivä, äiti)*

6.3.2 Perheen erityisyys

Perheenjäsenten rytmien eriaikaisuus saattaa vaikuttaa myös perheen yhteiseen
aikaan. Tämä on havaittu erityisesti epätyypillisinä työaikoina työskentelevien
vanhempien perheissä. Kun vanhempien työajat poikkeavat vahvasti toisistaan,
vähenee paitsi vanhempien yhteinen aika, myös perheen yhteinen aika. (ks. esim.

Presser 2003.) Tässä tutkimuksessa näin oli erityisesti vuorohoitoperheissä eli epätyypillisinä työaikoina työskentelevien vanhempien perheissä. Useassa vuorohoitoperheessä toisella tai molemmilla vanhemmilla oli ilta-, yö- tai viikonlopputöitä. Nämä ajat on perinteisesti nähty perheen ajaksi. Näissä kahden vanhemman perheissä, useilla vanhemmilla oli eriaikaan sijoittuvat työvuorot ainakin joinakin päivinä viikossa, mikä tarkoitti sitä, että vanhempien vapaa-aika ei ollut tällöin samassa rytmissä. Tämä rajoitti perheen yhteistä aikaa. Vanhemmilla saattoi olla työvuorot eri aikaan päivästä (esimerkiksi isällä aamuvuoro, äidillä ilta- vuoro), jolloin sellaista aikaa, että koko perhe olisi yhtä aikaa kotona, oli päivän aikana hyvin vähän. Työpäivät saattoivat olla myös eri päivinä jolloin vanhempien vapaapäivät eivät olleet aina samoina päivinä.

Olemme viettäneet vapaapäivää isä Teemun ollessa yötyössä. Ilta on sujunut leikkien ja yhdessä ollen. (vh14, la ilta, äiti)

Myös päivähoitoperheissä oli muutama perhe, missä vastausten perusteella vain toisella vanhemmista oli joinakin päivinä työvuoro, toisen vanhemman ollessa kotona muun perheen kanssa. Vuorohoitoperheisiin verrattuna näitä mainintoja oli kuitenkin paljon vähemmän. Erityisesti mainintoja viikonlopputöistä oli enemmän vuorohoitoperheillä. Päivähoitoperheissä vanhempien vapaapäivät olivat tästä syystä lähes poikkeuksetta samaan aikaan, mikä tarkoitti sitä, että koko perhe oli yhtä aikaa kotona pidemmän aikaa.

Heräiltiin rauhassa ja hyvillä mielin. Isä lähti töihin ja me muut aamupalalle. Aika kiireetön olotila kaikilla. (ph9, la aamu, äitipuoli)

hyvällä mielellä, koko porukalla pari päivää vapaata ja kaikki ok. (ph8, la ilta, isä)

Toisen vanhemman poissaolo kotoa, esimerkiksi vanhemman ollessa töissä, tuotiin usein hyvin neutraalisti esiin vastauksissa. Tästä poiketen koko perheen yhteinen aika tuotiin kuitenkin hyvin positiivisena asiana esiin. Toisinaan tämä yhteinen aika oli koko vapaapäivä, mutta myös erikseen eriteltynä yksittäinen hetki tai toiminto kuten esimerkiksi lauantaiauna, ulkoilu koko porukalla, päivällinen tai kiireetön herääminen samassa sängyssä.

ihan hyvää, koko päivä oltu perheen kanssa yhdessä. (ph9, su ilta, isä) (Vastauksena kysymykseen: Miten kuvaisit omaa mielialaasi tänä iltana edellä mainittujen mielialojen pohjalta.)

Perheen yhteinen sauna ja sen jälkeen telkkarin katselu ja herkkujen nauttiminen. (vh6, la ilta, äiti)

lapsi nauttii selvästi kun saa olla perheen kanssa. vapaapäivää siis. (ph1, la päivä, äiti)

Koko perheen yhteistä aikaa arvostettiin ja siitä nauttivat sekä vanhemmat että lapset. Näitä mainintoja yhteisestä ajasta oli molemmilla ryhmillä.

6.3.3 Synkronointi muiden kuin perheenjäsenten kanssa

Epätyypillisiä työaikoja on tutkimuskirjallisuudessa kutsuttu myös epäsosiaalisiksi työajoiksi (Strazdins ym. 2004; 2006). Tämä viittaa siihen, että yksilö joka työskentelee epätyypillisinä työaikoina, on eri rytmissä muun ympäristön kanssa. Esimerkiksi yöttöissä oleva työntekijä on valveilla ja töissä, kun suurin osa ihmisistä on nukkumassa. Tämä voi näkyä myös työntekijöiden perheiden arjessa (Tammelin & Rönkä, 2013).

Tarkastelin synkronoinnin yhtenä osana sitä, oliko perheen ja muiden kuin perheenjäsenten rytmeissä havaittavissa erirytmyyttä. Tässä tutkimuksessa vuorohoitolapsilla, verrattuna päivähoitolapsiin, ei juurikaan mainittu viikoittaisia harrastuksia. Tämä voi viitata siihen, että vanhempien työajat olivat epäsäännöllisiä, jolloin joka viikko tiettyinä päivinä ja tiettyyn aikaan oleva aikasidonnainen lapsen harrastus on vaikea yhdistää arkeen. Vuorohoitoperheillä oli kuitenkin paljon oman perheen ja kodin ”ulkopuolisten” ihmisten erityisesti sukulaisten kanssa tapaamisia ja kyläilyjä, joten synkronointi toisten ihmisten aikataulujen ja rytmien kanssa tuntui heiltä onnistuvan.

Vuorohoitoperheiden vastauksissa tuli päivähoitoperheitä useammin mainintoja siitä, että vanhempi tai vanhemmat ja lapset olivat vierailemassa sukulaisten luona tai heillä oli kylässä vieraita, esimerkiksi joku lapsen kavereista.

Lasten isovanhemmat olivat tutuin näky perheiden arjessa vastausten perusteella. Näin oli näissä perheissä sekä arkipäivinä että viikonloppuna. Vuorohoitoperheillä oli päivähoitoperheitä enemmän arkivapaita, mutta kyläilyt ajoittuivat usein myös työpäivän jälkeen iltapäivään tai iltaan, kuitenkin erityisesti aamuvuoropäiviin. Vuorohoitoperheissä oli myös muutamia mainintoja lapsen kavereiden synttäreistä, joihin osallistuttiin arkipäivinä.

hyvä. kävimme kaverin 5v synttäreillä ja nyt saunaan ennen nukkumaan menoa. (vh10, to ilta, äiti)

tavallinen vapaapäivä. käyty ukkilassa ja ulkoiltu paljon (vh4, ma ilta, äiti)

Päivähoitoperheissäkin vastaavia kyläilyjä oli viikon aikana puolin ja toisin, mutta määrällisesti vähemmän ja ne ajoittuivat enemmän viikonloppuun kuin arkipäiviin. Näin ollen epätyypilliset työajat eivät tässä valossa näyttäneet haittaavan kodin ulkopuolisen sosiaalisen elämän synkronointia, lasten säännöllisiä harrastuksia lukuun ottamatta.

6.3.4 Erirytmyisyys vuorohoitolapsilla

Vuorohoitoperheissä erirytmyisyyttä oli edellä mainitun perheen erirytmyisyyden lisäksi havaittavissa lapsen ja vanhemman välillä sekä lapsen ja vertaisryhmän välillä. Lapsen ja vanhemman erirytmissä oleva vapaa-aika tuli negatiivisena asiana esille esimerkiksi maininnoissa, missä vanhempi toi hankalana tai ikävänä hetkenä esiin tilanteen, jossa hänen oli lähdettävä töihin ja lapsi jäi kotiin.

aamulla töihin lähtö kun lapset jäi kotiin (vh2, ke ilta, äiti) Vastauksena kysymykseen: Kerro jokin hankala hetki lapsen kanssa tänään?

Vuorohoitolapsilla vanhemmat olivat päivähoitoperheisiin verrattuna usein eri aikaan töissä, jolloin töissä oleva vanhempi oli poissa kotona olevan lapsen luota. Tätä kommentoitiin useimmiten hyvin neutraalisti (esimerkiksi: *vain äiti lähdössä töihin*).

Vanhemmalla oli myös toisinaan vapaa-ajalla tehtäviä tai velvoitteita, mitkä vaikuttivat siihen, että vanhempi ei voinut olla lapsen kanssa. Tällainen

tilanne oli esimerkiksi vanhemman töiden tekeminen kotona. Vanhempi saattoi kuitenkin jakaa aikaansa tasapuolisesti lapsen ja velvoitteiden välillä, mikä aineistolainauksen perusteella onnistui molempien osapuolien kannalta hyvin. Tällaisissa tilanteissa lapsella oli myös mahdollisuus omaehtoiseen aikaan.

Päivä on ollut touhukas. Olen tehnyt töitä kotitoimistossa ja touhunnut myös Pertun kanssa, joka on ollut tänään vapaalla päiväkodista. Mieliala on ollut virkeä. (vh14, to päivä, äiti) -> Lapsen päivä on ollut hyvää. On opeteltu pyörälläajoa ja pelattu jalkapalloa pihalla. On ollut myös hetki omatoimista leikkiä sillä aikaa kun tein töitä. (vh14, to päivä, äiti)

Muutama vuorohoitolapsi oli hoidossa viikonloppuna, kun vanhemmat olivat töissä. Vanhempi ja lapsi olivat tällöin samassa rytmissä, mutta perheenä he olivat eri rytmissä "muun yhteiskunnan kanssa", minkä mukaan viikonloput ovat yleisesti vapaapäiviä ja erityisesti perheen yhdessä olon aikaa.

Vuorohoitolapsilla, joilla oli monina päivinä iltahoitoa, tuli esiin myös erirytmisyyttä vertaisryhmään vapaa-ajalla, kuten esimerkiksi naapurin lapsiin. Näillä lapsilla ei ollut iltavuoropäivinä mainintaa siitä, että lapsi olisi leikkinyt kaverin kanssa ennen hoitoon menoa. Lapsen kavereilla saattoi olla ehkä erilainen päivärytmi ja he olivat mahdollisesti hoidossa tähän aikaan. Näissä päivissä oli kuitenkin mainintoja siitä, että lapsi leikki joko itseksensä tai sisaruksensa kanssa, joten kotona oloaikaan sisältyi kuitenkin lapsella leikkiä.

Erirytmisyys hoitopaikkaan nähden tuli esille osalla vuorohoidossa olevista lapsista. Näin oli erityisesti iltavuoroon tulevien lasten kohdalla, jolloin lapsi oli viettänyt osan päivästä kotona eläen kodin päivärytmiä. Tällöin kotona oli esimerkiksi herätty aamulla myöhään ja lapsi tuli keskelle vuorohoidon erilaisessa rytmissä olevaa päivää.

tuli hoitoon levon aikana eikä mennyt levolle. hiljaisia leikkejä leikki sillä aikaa. (vh8, ma päivä, aikuinen)

Jo päiväkotikäisillä alkoivat aineiston mukaan erottua lapsiryhmästä oma kaveriporukka ja siitä 'parhaat kaverit'. Vuorohoidon lasten yksilölliset hoitoajat tulivat esiin siinä, kuinka lapsi ei aina ollut samassa vuorossa tai hoitopäivät ero-

sivat näiden parhaiden kavereiden kanssa. Huonoon päivään vaikuttikin aikuisten vastausten mukaan kavereiden poissaolo ja harmitusta aiheutti leikkikaverin aikaisempi kotiinlähtö.

kaverin lähtö kotiin aikaisemmin (vh12, pe ilta, aikuinen) (Vastauksena kysymykseen: Mikä on tänään erityisesti harmittanut lasta?)

lapsi hiukan harmitteli kun iltahoidossa ei tänään ole parhaita kavereita. (vh4, aikuinen, ilta)

6.3.5 Erityisyys päivähoitolapsilla

Päivähoitoperheissä lapsen ja vanhemman rytmit olivat työ- ja hoitoaikojen osalta vuorohoitoperheitä yhtenäisemmät. Lapsen ja vanhempien tai yksinhuoltajaperheissä vanhemman vapaa-aika oli pääosin samassa rytmissä ja sijoittui ajallisesti arki-iltoihin ja viikonloppuihin. Aineistossa oli muutama maininta siitä, että perheessä toinen vanhemmista oli töissä, kun muu perhe oli vapaalla. Muutamassa perheessä toisella vanhemmalla oli viikonloppuna töitä, mutta pääosin viikonloput olivat aineiston perusteella kaikilla vapaita. Vapaa-aikaa vietettiin useimmiten kotona perheen parissa. Tähän rytmiin tuli kuitenkin toisinaan muutoksia useiden perheiden kohdalla, kun vanhempien tai vanhemman vapaa-aika sisälsi välttämättömiä tehtäviä tai vastuuta, jotka veivät vanhemman huomion ja ajan lapselta.

Päivähoitoryhmän vastauksissa oli mainintoja tilanteista, joissa perheen vanhempi oli arki-iltoina tai viikonloppuna kotona, mutta ei lapsen saatavilla. Lapsen saattoi olla vaikea ymmärtää, miksi vanhempi ei ollut hänen saatavillaan. Tällaisia tilanteita olivat esimerkiksi kotityöt, kotona töiden tekeminen tai opiskelu tenttiin lukemisena. Vanhempi joutui keskittämään huomiotaan muualle, pois lapsesta. Tällaisista tilanteista saattoi seurata lapsen tai vanhemman turhautumista.

luin tenttiin hetken ja lapsi lukuisista pyynnöistä huolimatta tuli hieman häiritsemään (ph14, su lta, isä)

En ehtinyt useamman kerran kotitöiden lomassa reagoimaan tytön pyyntöihin ja siitä sitten hänelle paha mieli ja kiukunpuuska. (ph6, la ilta, äiti)

Aikuisten työaikojen ulkopuolella vanhemmilla oli myös tehtäviä ja velvollisuuksia, jotka veivät vanhemman pois kotoa ja vaikuttivat siihen, että vanhempi ei kyseisenä aikana pystynyt viettämään aikaa lapsen kanssa. Tällöin aikuisen vapaa-aika ei ollut samassa rytmissä lapsen vapaa-ajan kanssa. Näitä tilanteita olivat esimerkiksi vanhemman ylityöt tai myyntipäivä kirpputorilla. Tällaisia arjen liikkuvia palasia oli enemmän perheissä, joissa oli useampia lapsia ja vanhemman aikaa tarvitsi näin ollen useampi henkilö.

en ole ehtinyt viettämään pojan kanssa aikaa koska olen kuljettanut muita lapsiamme harjoituksissa (ph10, to ilta, äiti)

olin kirppiksellä myymässä, en tiedä mitä kotona on tapahtunut. kai ihan normipäivä. uskoisin. (ph7, su päivä, äiti)

6.3.6 Vuorottelua lapsenhoidossa

Molemmissa aineistoissa oli mainintoja tilanteista, joissa vain toinen vanhemmista oli lapsen kanssa. Aineistossa ilmenevälle vuorottelulle ei aina annettu syytä, mutta joissain vastauksissa tuotiin ilmi, kuinka vanhemmilla oli vapaapäivinä ja viikonloppuina hoidettavia asioita, jotka vaativat vuorottelua lapsenhoidossa. Näitä olivat esimerkiksi työasioiden hoito kotona, opiskelu, asioiden järjestely, kotityöt/pihatyöt ja ehkä tarvetta muutenkin omalle ajalle, esimerkiksi omat päiväunet. Tällöin se, että vanhemmat olivat samaan aikaan töissä ja vastaavasti samaan aikaan vapaalla, mahdollisti vuorottelua lapsen kanssa olemisessa kotona.

poika oli isänsä kanssa jalkapallotapahtumassa. sitten minä jatkoin legoilla rakentelua pojan kanssa. (ph12, la ilta, äiti)

Meillä oli oikein mukavat iltatoimet ja -pala kahdestaan, kun äiti teki pihatöitä. (ph12, su ilta, isä)

Vastauksissa oli myös mainintoja tilanteista, joissa toinen vanhemmista nousi lapsen kanssa viikonloppuaamuina ja toinen vanhempi jäi vielä nukkumaan.

Levottomasti nukutun yön jälkeen kuitenkin mukava aamu. Mies nukkui pitkään, me pojan kanssa syötiin aamupalaa ja pelailtiin sitten yhdessä Wiillä. Tunnelma on sopuisa ja rento. (ph12, su aamu, äiti)

Vuorohoitoperheiden kohdalla esiin nostamani eriytmys voi olla myös tarkoituksellista vuorottelua lapsenhoidossa (shift-parenting, Strazdins ym. 2006), joka mahdollistaa lapselle vähemmän hoitopäiviä ja enemmän aikaa kotona vanhemman kanssa.

menen tänään töihin vasta 14.20 ja tiina menee vähäksi aikaa mummulle josta isi hakee hänet. olen levollinen ja rauhallinen (vh10, pe päivä, äiti)

6.3.7 Nukkumiseen ja lepoon liittyvä eriytmys

Vanhempien ja lasten väliset erot valve- ja unirytmisissä näkyivät aineistossa erityisesti aamun vastauksissa tai aamusta kerrottaessa. Tämä näkyi esimerkiksi silloin, kun lapsi heräsi ennen vanhempiaan tai kun aikaisin heränneet lapset herättelivät vanhempiaan tai muita perheenjäseniä, jotka olisivat vielä halunneet nukkua. Vuorohoitoperheissä tämä tuli esille arkiamuina, kun perheessä oltiin menossa iltavuoroon, ja vanhemmilla oli mahdollisuus nukkua pidempään.

lapset heräsivät aikaisemmin katsomaan televisiota, aikuiset nukkuivat vähän pidempään. vanhemmilla iltavuorot. (vh8, ke aamu, äiti)

Päivähoitoperheissä tällaista eriytymisyyttä oli havaittavissa enimmäkseen viikonloppuamuina, kun arkiamuina kaikki perheessä heräsivät aikaisin ja vanhemmat useimmiten ennen lapsia. Viikolta univelkoja pois nukkuvien vanhempien mieleen ei aina ollut aikainen herätys, jolloin tilanne saattoi aiheuttaa kiistoja ja vanhemman mukaan hankalan hetken lapsen ja vanhemman välillä.

aamulla poika tuli taas herättämään jo ennen seitsemää ja piti vähän kiistellä siitä (ph12, la ilta, äiti)

Aina tämänkaltaisesta vanhempien ja lasten eriytymisestä ei koitunut ongelmia tai haasteita. Itsenäiseen leikkiin kykenevät ja halukkaat lapset aloittivat useina aamuina omat leikit itsekseen tai sisarusten kanssa. Vanhempien seuraa ei tällöin tarvittu leikkeihin ja he pystyivät jatkamaan uniaan lasten aloittaessa päivän leikit.

kesäaamuna pojat heräävät leikkimään ennen aikuisia. ovat hyvätuulisia - ei tapeluita. (ph14, ti aamu, isä)

Perheissä saattoi myös vain toinen vanhemmista nousta lapsen kanssa samaan aikaan ylös toisen vanhemman jäädessä vielä nukkumaan. Tällainen järjestely toi myös ylös nousseelle vanhemmalle ja lapselle kiireetöntä kahden keskistä aikaa.

*Rauhallinen, toiset vielä nukkuu ja ollaan saatu rauhassa tehdä aamu askareet.
(vh6, ti aamu, äiti)*

Merkittävämpi ero vanhemman ja lapsen valve- ja unirytmisissä olivat vanhemman yövuorot. Muutamilla vuorohoitoperheiden vanhemmilla oli useampia yövuoroja viikossa, mikä saattaa aiheuttaa pysyvämpää erirytmisyyttä arjessa vanhempien ja lasten välille. Joissakin tapauksissa yövuorosta kotiutunut ja väsynyt vanhempi jäi ("touhukkaan") lapsen kanssa päiväksi kotiin, jolloin vanhemman tarvitsema lepo ja palautuminen valvotusta yöstä ei välttämättä toteutunut.

Hieman työstä väsynyt, mutta kuitenkin olen jaksanut tehdä kotitöitä ja leikkiä Pertun kanssa. (vh14, la päivä, äiti) -> Perttu haettiin yöhoidosta puoliltapäivän. Perttu on ollut touhukas ja reipas oma itsensä. (vh14, la päivä, äiti) (Äiti ollut yövuorossa.)

Aineistojen vastauksien perusteella vanhemman ja lapsen vireystilassa oli huomattavan usein eroavaisuuksia molemmissa ryhmissä. Tämä tuli esille siinä, että vanhempi kertoi usein olevansa väsynyt, mutta ei maininnut samana vastausajankohtana lapsella väsymystä. Näin oli erityisesti iltavastauksissa, jolloin moni vanhempi kertoi olevansa väsynyt työpäivän jälkeen. Kun vireystila oli molemilla sama, tämä mahdollisti yhdessä tekemisen, joka vastasi molempien vireystilaa. Toisinaan tämä saattoi tarkoittaa lapsen ja vanhemman yhtäaikaista päiväunia. Tässä esimerkissä on valittu rauhallista yhdessäoloa ja elokuvan katsomista, kun sekä äiti että lapsi ovat väsyneitä.

ihan ok. hieman väsynyt. (ph1, ma ilta, äiti)

päänsärkyä ja väsymystä lievästi lapsella. katseltu leffaa. (ph1, ma ilta, äiti)

6.4 Arjen tempona kiireen ja kiireettömyyden vaihtelu

Arjen rytmien tempoa kuvaavaksi teemaksi muodostin kiireen ja kiireettömyyden. Aineistojen perusteella päivähoitoperheissä kiire oli vuorohoitoperheitä useammin läsnä arjessa. Ajallisesti kiire ja kiireettömyys tulivat selkeimmin esille aamuissa, kun vanhemmat kuvailivat aamua lapsen kanssa. Päivähoitoperheissä aamujen kiireisyys oli näkyvintä arkiamuissa, kun taas viikonloppuamuissa kiirettä ei tuotu kertaakaan esiin. Kiireen ja kiireettömyyden vaihtelu ilmeni myös päivähoitoperheissä säännöllisessä viikkorytmissä ja viikonpäivävaihtelulla, alleviivaten arjen työ- ja hoitopäiväaamujen kiirettä ja viikonlopun vapaa-päivien kiireettömyyttä. Tätä arkipäivä-viikonloppu eroa ei ollut niin selkeästi havaittavissa vuorohoitoperheissä. Näissä perheissä työvuorot, hoitoajat ja vapaapäivät eivät useimmiten noudattaneet perinteistä päivä- ja viikkorytmiä eli yhdeksästä viiteen, maanantaista perjantaihin ajoittuvaa työviikkoa. Kiireettömiä aamuja oli näissä perheissä viikonloppujen lisäksi arkipäivinä, jolloin oli vapaapäivä tai iltavuoro.

Kun vanhempia pyydettiin kuvaamaan omaa mielialaansa päivä- ja iltakysymyksissä, usea vanhempi kommentoi omaa mielialaansa ja päiväänsä kiireiseksi. Olen kuitenkin ottanut tarkastelun kohteeksi ensisijaisesti ne vastaukset, joissa tulkitsen tarkoitettavan lapsen ja vanhemman yhdessä kokemaa kiirettä. Näitä olivat esimerkiksi aamuvastaukset, joissa pyydettiin kuvaamaan aamua lapsen kanssa. On kuitenkin hyvä huomioida, että vanhemman esimerkiksi työaikana kokema kiire hyvin mahdollisesti välittyy kotona lapselle, ja vaikuttaa lapsen kokemukseen vanhemmasta ja yhteisestä ajasta. Vanhemman aikataulutettu vapaa-aika näkyi kuitenkin aineistossa myös niin, että vanhemmalla ei ollut aina vapaa-ajalla aikaa lapselle. Näin oli esimerkiksi, jos toinen vanhemmista joutui kyyditsemään perheen muita lapsia illalla.

en ole ehtinyt viettämään pojan kanssa aikaa koska olen kuljettanut muita lapsiamme harjoituksissa (ph10, to ilta, äiti)

6.4.1 Aamujen kiire

Kun vanhempia pyydettiin kuvailemaan aamun tilannetta ja tunnelmaa kotona lapsen kanssa, mainittiin päivähoitoperheiden vastauksissa ajoittain arjen kiireys. Näissä perheissä kiire tuli esille arkipäivinä, yhteydessä aamun aikaisiin lähtöihin töihin ja päivähoitoon. Kotoa lähtemisen yhteydessä ilmenevän kiireen taustalla on vanhempien tarve ehtiä ajoissa töihin, mikä asettaa rajoitukset ja määrää rakenteen myös lapsen arkiamuille (Kyrönlampi-Kylmänen 2007, 153). Kiire oli siis sidoksissa päivärytmiin, heräämiseen ja lähtöön valmistautumisen toimintoihin. Näistä päivähoitoperheistä muutamassa kiire mainittiin useana arkiamana, osassa harvoin tai ei ollenkaan. Kiireen yhteydessä saatettiin tuoda esiin sen normaalius ja tavanomaisuus arkiamuissa, tai sen johtuminen jostakin poikkeuksellisesta asiasta, kuten että kyseisenä aamuna oli nukuttu pommiin, mikä oli johtanut kiireeseen.

Taaskin kiire aamu (ph11, ti aamu, äiti)

Hieman kiire aamu. poika joutuu heräämään melko aikaisin, kun minä vien hänet eskariin. (ph8, ke aamu, äiti)

Kiirettä näissä perheissä aiheuttivat aamuisin lapsen väsymys, joka johtui esimerkiksi normaalia aikaisemmasta hoitopäivästä ja tästä johtuvasta aikaisesta herätyksestä tai lapsen heräämisestä yöllä vessaan. Lapsen väsymyksestä seurasi toimintojen hitautta. Kiireen takia vanhempi saattoi joutua hoputtamaan lasta. Aina kiireen yhteydessä ei kuitenkaan mainittu erikseen negatiivisia tai positiivisia ilmauksia. Erityisesti yhdessä vastauksessa kiire tuotiin kuitenkin esiin negatiivisena asiana, joka aikaansai vanhemmassa hermostumista.

lapsi heräsi ilmeisen väsyneenä. kaikki aamutoimet sujuvat tosi hitaasti, hoputtamista ja kiirehtimistä. oma pinna alkaa kiristyä kun mikään ei etene. (ph5, ke aamu, äiti)

Muutamassa vastauksessa tuotiin esiin myös se, kuinka aikuisen tulkinnan mukaan aamu saattoi kiireestä huolimatta olla mukava ja jopa rauhallinen. Voikin olla, että kiire tuli nimenomaan lähtemisen hetkellä, ja aamu sujui muuten pääasiassa rauhallisessa tunnelmassa.

aika **rauhallinen** aamu, vaikka kiire on **taas** lähtemisen kanssa (ph7, ke aamu, äiti)

Tavallinen **kiire** aamu, mutta **mukava tunnelma**. (ph11, pe aamu, äiti)

Mainintoja kiireestä ei ollut löydettävissä vuorohoitolasten aamuvastauksista. Tämän yhteydessä on huomioitava, että aikaisten aamujen kohdalla osalla vuorohoitolapsista vastaaminen oli tapahtunut työntekijän toimesta päiväkodissa, jolloin kodin aamua koskevia tunnelmia ei oltu juurikaan kommentoitu. Yhdessä tapauksessa oli vanhempi illalla kommentoinut aamun "hässäkkää", mikä voi viitata kiireeseen. Taulukossa 8 on kuvattuna yhden päivähoitoperheen ja yhden vuorohoitoperheen maininnat kiireestä ja kiireettömyydestä.

TAULUKKO 8. Kiireen ja kiireettömyyden maininnat aamuissa viikon aikana päivähoito- ja vuorohoitoperheen vastauksissa (sinisellä maalattu alue kuvastaa sitä, milloin lapsi on päiväkodissa)

	aamu	päivä	yö
Päivähoito-perhe 11			
ma	<i>Kiire maanantai.</i>		
ti	<i>Taaskin kiire aamu.</i>		
ke	<i>Hieman väsynyt lapsi, mutta hyvä tunnelma.</i>		
to			
pe	<i>tavallinen kiire aamu, mutta mukava tunnelma.</i>		
la	<i>Mukava rauhallinen hetki yhdessä aamupalalla.</i>		
su	<i>Aamulla tuli riitaa lastenohjelmien katsomisesta, mutta sen jälkeen rauhallista.</i>		
Vuorohoito-perhe 4			
ma	<i>vapaapäivä. vasta ollaan herätty.</i>		
ti	<i>taas iltavuoro. hyvin nukutun yön jälkeen kaikki hyvällä tuulella.</i>		
ke	<i>taas iltavuoro. vasta herättiin.</i>		
to	<i>iltavuoro. taas on saatu herätä ilman kelloa ja kiukku on jäänyt väliin.</i>		
pe			
la	<i>meillä on iltavuoro ja saatiin kaikki nukkua pitkään.</i>		
su	<i>iltavuoro. saatiin nukkua pitkään ja herätä ilman kelloa.</i>		

Kiire oli siis erityisesti aamuihin ja päivähoitoperheisiin liittyvä ilmiö. Kiirettä ei tuotu esiin aamujen lisäksi kuin satunnaisesti ja tällöin se oli molemmissa ryhmissä yhteydessä lasten harrastuksien aikatauluihin. Päivähoitolapsilla oli aineiston vastausten perusteella enemmän säännöllisiä harrastuksia, mistä johtuen näillä lapsilla vapaa-aika saattoi olla vuorohoitolapsiin verrattuna aikataulutempaa, vaikkei se kiireen muodossa aineistossa näyttäytynytkään.

kiire tuli ratsastamaan mutta ehdittiin ajoissa. nyt ollut rauhallista (vh10, su ilta, äiti)

Hieman kiire tänään tuli painiin, kun iskä töissä ja minun hakuvuoroni. Olen [toisessa kaupungissa] asti töissä. (ph8, ti ilta, äiti)

6.4.2 Hoputtaminen

Aineistossa oli mainintoja tilanteista, joissa tulkitsin vanhemman toimesta tapahtuvan hoputtamisen niin, että lapsen tempo/tahti tehdä asioita ei vastannut aikuisen tempoa. Lapsi voi myös ”protestoida” toimimalla tarkoituksellisesti näin. Hoputtamista oli selvästi useammin päivähoitolasten kohdalla. Tilanteen tavallisuudesta kertoivat erään vanhemman toteamukset: *tavanomaista hidastelua tai viivyttelee tavalliseen tapaan.*

Aamuissa hoputtaminen oli usein yhteydessä lapsen väsymykseen ja aamun kiireeseen, kun perheessä yritettiin ehtiä päivähoitoon ja töihin. Lapsi saattoi myös keskittyä vanhemman mielestä väärään toimintaan tai oli unohtunut esimerkiksi leikkimään pukemisen sijaan. Myös poikkeuksellisesti liian myöhään herääminen, esimerkiksi pommiin nukkuminen ja tästä aiheutuva kiire, aiheutti vanhemmassa lapsen hoputtamisen tarvetta.

aamun herääminen oli vaikeaa. häntä sai monta kertaa käydä hoputtamassa nousemaan ylös ja menemään pukemaan (ph10, to ilta, äiti)

*Aamulla päiväkotirepun pakkaaminen meinasi unohtua kun tyttö **touhusi kaikkea muuta kuin pyydettyä** ja oli ikävää kun herättiin liian myöhään (ph8, ma ilta, äitipuoli)*

*poika teki aamutoimet varsin vähäisellä patistelulla, **pukemiseen piti hoputtaa** vähän tiukemmin, kun poika oli jumahtanut leikkimään legoilla. Aamupala meni lukemisen merkeissä. Tunnelma on ollut ihan leppoisa. (ph12, ti aamu, isä)*

Hoputtamista tai vanhemman mainintoja lapsen hidastelusta tai toimintojen hitaudesta esiintyi kuitenkin muulloinkin, kun vain aamuissa, eivätkä maininnat olleet aina yhteydessä kiireeseen. Mainintoja oli myös päivällä ja illoissa, kun esimerkiksi kotoa lähteminen kesti lapsella, lapsen iltatoimet veivät vanhemman mielestä liian kauan aikaa tai lapsi ei olisi halunnut kerätä leluja leikin päätteeksi pois.

hoputtaminen syömisen kanssa (ph14, ti ilta, äiti)

*Pesulla käyminen vaatii aina pientä henkien taistoa. Hankalaa on lähinnä suihkussa käymisen **hitaus**. (ph2, su ilta, äiti)*

*Kirkkoon lähteminen oli **tavanomaista hidastelua**, mutta muuten ei ollut erityisen hankalia hetkiä. (ph12, su ilta, isä)*

Tämä kuvasi sitä, kuinka lapsen toimintojen tahti poikkesi aikuisen tahdistasta. Myös lapsen ajantaju on erilainen kuin aikuisella, mikä saattoi näkyä eriävällä näkemyksellä tiettyihin arkitoimintoihin käytettävästä ajasta (ks. myös Kyrönlampi-Kylmänen, 2007).

6.4.3 Kiireettömyys

Arkiaamujen kiireeseen ja hoitopäivien touhuntäyteisyyteen tuli muutos viikonloppuna ja vapaapäivinä. Vuorohoitoperheissä tuotiin usein esiin aamujen kiireettömyys sekä arki- että viikonloppuaamuissa. Näin oli erityisesti useita iltavuoroja viikossa tekevien vanhempien ollessa kyseessä. Näinä kyseisinä kiireetöminä aamuina perheessä saatiin nukkua pitkään ja herätä omaan tahtiin. Vanhemmat mainitsivat myös sen, kuinka lapsi sai herätä omaan tahtiin ja aamutoimet pystyttiin suorittamaan hoputtamatta.

Aamu ollut rauhallinen ja ollaan nukuttu pitkään. Tänään on kaikilla vapaapäivä. Joten tunnelma on leppoisa ja ei ole kiire tehdä aamuaskareita. (vh6, su aamu, äiti) katsottu lasten ohjelmia ja luettu satuja. rauhallista ja leppoisaa (vh10, ma aamu, äiti)

Kiireettömyyteen ja erityisesti pitkiin yöuniin yhdistettiin myös perheenjäsenten positiivinen mieliala aamulla: *meillä on iltavuoro ja saatiin kaikki nukkua pitkään. kaikki ovat hyvällä tuulella. (vh4, la aamu, äiti)*

Päivähoitoperheissä kiireettömyys painottui vuorohoitoperheitä enemmän viikonloppuihin. Kiireettömät hetket kotona arjessa taas tuotiin esiin erityisen hyvinä, päivästä erottuvina hetkinä. Näin oli esimerkiksi, kun yhtä arkiaamua

kuvattiin kiireettömäksi ja tuotiin esiin se, kuinka tämä oli harvinaisempaa perheen arjessa. Monissa perheissä myös arki-aamuja kuvattiin rauhallisiksi, mutta viikonloppuaamut tuotiin kuitenkin erityisinä esiin juuri kiireettömyyden osalta. Näiden aamujen kiireettömyyteen liittyi paljon samoja asioita kuin vuorohoito-perheiden vastauksissa. Näitä olivat muun muassa pitkään nukkuminen ja herääminen rauhassa yhteisestä sängystä sekä aikataulujen ja tavallisten arki-aamurutiinien väljyys. Näiden perheiden lapsille kiireettömyys merkitsi myös aikaa lastenohjelmille ja rauhassa leikkimiselle. Aamuissa oli myös kiireisistä aamuista poiketen enemmän aikaa yhdessäololle.

*poika tuli isoon sänkyyn kanssamme köllimään ja saimme heräillä rauhassa. poika on leikkinyt kissan kanssa ja nyt olemme alkamassa aamupalalle. **Leppoisa sunnuntaiaamun kiireetön tunnelma.** (ph8, su aamu, isä)*

mukavan stressitön vapaapäivä ilman kiirettä (ph11, la päivä, äiti)

Aamut vuorohoidossa vaikuttivat henkilökunnan kuvausten perusteella kiireettömiltä ja rauhallisilta. Aikaisina aamuina paikalla oli mahdollisesti vähän lapsia. Aikuinen pystyi näin ollen antamaan lapselle aikaa ja huomiota.

kivaa on ollut ihan rauhallinen aamu Ainin kanssa, ei kiirettä mihinkään, kuunnella Ainin juttuja (vh6, to aamu, aikuinen)

On mahdollista, että aamun kiire saattoi näkyä myös päiväkodin päässä, lapsen viemistilanteissa. Viemistilanteita ei kuitenkaan oltu juurikaan kommentoitu päiväkirjavastauksissa. Yhdessä päiväkodin henkilökunnan vastauksessa kiireetön hetki oli kuitenkin tuotu esiin: *Äidillä kiireetön aamu. Aikaa halailla ja suukotella eteissä. - - (ph1, aikuinen, ti päivä)*

Vapaapäivät ja viikonloput olivat siis vastauksien perusteella arkipäiviä ja hoitopäiviä kiireettömämpiä. Lapsia vapaapäivien ja viikonloppujen kiireettömyys ja aikatauluttomuus miellyttivät. Aikataulujen väljyys ja päivien ohjelmaan vaikuttamisen mahdollisuus olivat lapselle positiivisia asioita. Vapaapäivän aikatauluttomuuden rikkoutuminen, ja aikuisten asioilla mukana kulkeminen tuntui ikävältä ja poikkesi vapaapäivälle totutusta rytmistä.

mieli olisi tehnyt jäädä kotiin ja ulos leikkimään, mutta pakko vapaapäivänä lähteä mukaan autohuolto ja eläinklinikka asioille. (vh13, ti päivä, äiti)

Yleisesti ottaen viikonloppuihin mahtui paljon puuhaa, kyläilyä, ystävien ja sukulaisten vierailuja, mukavia leikkejä ja yhdessäoloa perheenjäsenten kesken. Kiireestä ei viikonloppuina juurikaan mainittu. Kiireettömyys mainittiin aamuja harvemmin päivä- ja iltavastauksissa. Kiireettömyys myös mahdollisti lapsen omatahtisen ajan, mikä tuotiin useasti esiin vastauksissa. Vanhempien vastausten perusteella lapset kokivat kiireettömyyden viikonloppuaamuissa mukavaksi, mutta vapaapäivien aikatauluttomuus verrattuna päiväkodin arkeen ja leikkikavereiden paljouteen, sai aikaan myös toisenlaisia reaktioita. Kiireettömyys sai toisinaan aikaan lapsessa pitkästyistä, kun touhua oli vähemmän tai esimerkiksi sadepäivä esti ulkoleikit. Kavereiden puuttuessa leikkiseuraa ja tekemisen ideoijaa toivottiin vanhemmista. Tämä tuli esille päivähoitoperheissä viikonloppuina.

ehkä vähän tylsä. ei ole kavereita. mutta koiran kanssa on ollut kiva touhuta ja leivoimme yhdessä (ph1, su päivä, äiti)

Muuten mukava, mutta lapsi on välillä tylsistynyt sisälläoloon ja kaipaa vanhemmista kaveria leikkeihin. (ph11, la päivä, äiti)

6.5 Väsymys

Molempien ryhmien vastauksissa oli mainintoja väsymyksestä. Väsyneitä olivat ajoittain sekä lapset että vanhemmat. Keskityn kuitenkin jälleen pääasiassa vastauksiin, jotka koskivat lapsen päivää ja näin ollen lapsen väsymystä. Osalla perheistä mainintoja lapsen väsymyksestä kertyi useampia viikon ajalta, joillakin perheillä esimerkiksi vain yhtenä aamuna. Molempien ryhmien lapsilla väsymystä ajoittui kaikkiin vastausajankohtiin, mutta päivähoitolapsilla väsymys erottui selkeästi aamuvastauksissa verrattuna vuorohoitolapsiin. Lapsen väsymys saatettiin tulkita vanhempien tai päiväkotihenkilökunnan toimesta normaali-

liksi, arkeen kuuluvaksi asiaksi, jolle ei annettu tai etsitty erityistä syytä vastauksissa. Usein väsymykselle kuitenkin löydettiin looginen syy, kuten esimerkiksi päiväuniajan lähestyminen. Toisinaan lapsen väsymyksen syyksi kerrottiin hie-
man arjesta poikkeavampi tilanne, kuten yöllä koko perhettä valvottanut lem-
mikki.

6.5.1 Aamujen väsymys

Molemmissa ryhmissä tuotiin esiin siis ajoittain lapsen väsymys. Merkittävim-
mäksi eroksi ryhmien välillä nousi esiin lapsen väsymys aamuisin. Vanhemmat
toivat lapsen väsymyksen esille päivähoitoaineiston lapsilla arkiaamuisin. Mo-
lemmilla ryhmillä väsymystä liittyi selkeästi hoitopäiväaamuihin. Arjen ja vii-
konlopun rytmien ero tuli esiin näiden ryhmien välillä, kuten kiireenkin koh-
dalla. Päivähoitolapsilla väsymys olikin selkeästi arkiaamujen piirre. Arkiaamu-
jen tempo erosi viikonloppuaamuista, jolloin tempo oli hitaampi kuin arkaa-
muina. Viikonloppuina heräämiselle taas pystyttiin ”antamaan aikaa”. Eroa ar-
kiaamuissa ryhmien välillä selittää vuorohoitolaisten kohdalla vanhempien ilta-
vuorot, jolloin useimmiten koko perhe heräsi myöhempään ja väsymystä ei täl-
löin ilmennyt.

Aamulla ilmenevään lapsen väsymykseen oli monia syitä. Huonosti nu-
kuttu yö oli saattanut johtua yöllä heräämisestä vessaan tai lapsen yskä oli verot-
tanut yöunta. Yöunet olivat myös jääneet joissain tapauksissa liian lyhyiksi,
koska perheessä oli menty liian myöhään nukkumaan. Näin oli esimerkiksi vii-
konlopun jälkeisenä maanantaiaamuna. Väsymyksen arveltiin toisinaan johtu-
van myös kelistä tai tavallista aikaisemmasta aamuherätyksestä.

Lapsen väsymys aamuisin tuli esille kätttyisyytenä, aamutoimien hitautena
tai lapsi ei jaksanut päiväkodissa osallistua toimintaan. Toisinaan väsymyksestä
aiheutui aamuissa kiirettä ja vanhempi joutui hoputtamaan lasta aamutoimissa.

*lapsi heräsi ilmeisen väsyneenä. kaikki aamutoimet sujuvat tosi hitaasti, hoputta-
mista ja kiirehtimistä. oma pinna alkaa kiristyä kun mikään ei etene. (ph5, ke aamu,
äiti)*

tyttö on oli heräteltäessä kärtytysä. kertoi olevansa väsynyt. äitikin ryhtyi kärtytysäksi. (ph15, ke aamu, äiti)

Aikaisiin aamuihin menneiden vuorohoitolasten kohdalla päiväkirjaan oli vastannut vuorohoidon työntekijä. Yöunien merkityksestä voi kertoa se, että kännykkäpäiväkirjan kysymykseen: *Missä lapsi vietti yön ja miten yö meni?* vastanneista vain yksi ei osannut sanoa, miten lapsen yö oli kotona mennyt. Työntekijät olivat luultavasti kuulleet kodin kuulumiset vanhemmalta tai lapselta itseltään.

kotona. yössä ei mitään erikoista. koko yö nukuttu ilman heräämisiä. (vh3, ti aamu, aikuinen)

Vuorohoitolasten kohdalla hoitoaikojen epäsäännöllisyys ja erilaisia hoitoaikoja sisältävät viikot saattavat heijastua unirytmien häiriintymisenä ja väsymyksenä. Tämä ei kuitenkaan noussut aineistossa vahvasti esiin. Selkein esimerkki tästä oli erään lapsen kohdalla, jolla oli tutkimusviikolla kolme aamuvuoroa peräkkäisinä päivinä ja muut päivät hän vietti kotona. Väsymys tuli vahvasti esiin kahtena hoitoaamuna työntekijän vastauksissa. Toisen hoitopäivän iltana äiti mainitsi, että lapsi oli nukahtanut sohvalle alkuillasta. Seuraavana aamuna työntekijä tiesi myös kertoa, että lapsella oli illasta ollut vaikeuksia nukahtaa.

lapsi on väsynyt. yritän houkutella häntä mukaan mutta hän ei jaksa lähteä. (vh13, to aamu, aikuinen)

enni nukahti sohvalle (vh13, to ilta, äiti)

kotona. lapsi ei meinannut saada unta. (vh13, pe aamu, aikuinen) (vastauksena kysymykseen: Missä lapsi vietti yön ja miten yö meni?)

6.5.2 Päivälle ajoittuva väsymys

Päivävastauksissa vuorohoitolapsilla ilmeni väsymystä hiukan päivähoitolapsia enemmän. Puolet näistä maininnoista liittyi lapsen sairastelusta johtuvaan väsymykseen ja päiväväsymyksen taustalla oli myös tästä syystä johtuen huonosti nukuttu edellinen yö. Nämä vastaukset olivatkin vanhempien kotona vastaamia, missä he hoitivat pientä potilasta.

nukkunut yön vähän huonosti kun on kova yskä. sen takia vähän vaan huilailut päivään ja katsellut lasten ohjelmia. (vh8, ti päivä, isä)

Päivän normaaliin rytmiin kuuluvan päiväunien ajankohdan lähestyminen tuotiin esiin joissakin vastauksissa. Päiväunet olivat myös jäämässä joiltakin lapsilta pois, mikä saattoi näkyä lapsen levottomuutena. Vanhempi saattoi huomata tämän väsymyksen lapsen mielialan muutoksesta.

touhukas, nyt väsynyt kun päiväuniaika lähestyy joten kiukuttaa. (vh2, su päivä, äiti)

päiväunien pois jäänti aiheuttaa pientä levottomuutta muuten hyvää päivä (ph10, su päivä, äiti)

Päiväkodin puolella lapsen väsymys tuotiin esiin päivälepoa koskevassa kysymyksessä kommentoimalla sitä, oliko lapsi nukkunut päivälevon aikaan. Vaikka lapsi ei olisi nukkunutkaan, saatettiin vastauksessa mainita kuitenkin, että lepo oli tehnyt lapselle hyvää ja rauhoittumishetki ollut näin tarpeellinen.

6.5.3 Iltaan ajoittuva väsymys

Lapsia, joilla oli iltaan sijoitettavia mainintoja väsymyksestä, oli molemmissa ryhmissä lähes saman verran. Joissakin vanhempien vastauksissa tuotiin esiin se, kuinka touhukas päivä oli väsyttänyt lapsen iltaan mennessä. Muutaman lapsen kohdalla tuotiin myös esiin normaalien rutiinien rikkoutumisen aikaansaaneen väsymystä. Tällaisina rutiineina mainittiin päiväunet, ruokailuajat ja ulkoilu.

haastava. päiväunet jäi välistä neuvola käynnin vuoksi joten kello 16 jälkeen on ollut todella raskasta. kaikesta on erimielisyyttä ja kaikki asiat kiukuttaa (vh2, ma ilta, äiti)

päivä meni juhlien merkeissä, normaalien rutiinien (ruoka-ajat ja ulkoilut) puuttuminen aiheuttaa selvästi levottomuutta ja väsymystä. meissä kaikissa. (ph5, la ilta, äiti)

Lapsen väsymys iltaisin saattoi tulla esille vaikeutena rauhoittua yliväsyneenä nukkumaan tai lapsen kiukutteluna ja vastahankaan asettumisena, esimerkiksi

vanhemman pyytäessä lasta siivoamaan lelut pois: *väsynyt lapsi kiukuttelee (vh3, su, ilta, äiti).*

Väsynyt lapsi saattoikin mielellään keskittyä rauhalliseen tekemiseen, kuten elokuvan katsomiseen. Yhden lapsen kerrottiin myös nukahtaneen illalla sohvalle, väsymyksen ottaessa vallan. Iltavuorossa olevien lasten väsymyksestä ei ollut mainintoja vuorohoitohenkilökunnan vastauksissa.

6.5.4 Hoitoviikon väsyttämät

Päivähoitolapsilla pidemmät, yhtämittaiset viiden päivän hoitoviikot olivat yleisempiä kuin vuorohoitolapsilla. Aineistossa kahden vuorohoitolapsen kohdalla tuotiin kuitenkin esiin huomio siitä, että lapsessa oli havaittavissa väsymystä, jonka arveltiin liittyvän hoitoviikkoon. Näistä lapsista toisella oli neljäs perättäinen hoitopäivä ja toisella viides. Ensimmäisen lapsen kohdalla huomion oli tehnyt isä, toisen kohdalla vuorohoidon työntekijä.

selvä väsy hoitoviikon jälkeen havaittavissa...keskittyminen vaikeaa (vh11, pe aamu, isä)

pieni ryhmä ja aurinkoinen päivä. huonoa ei tuskin muuta kuin viides hoitopäivä niin alkaa jo hiukka väsyttämään (vh16, pe päivä, aikuinen)

Voikin olla, että vuorohoitolasten epäsäännöllisten hoitoaikojen takia viiden päivän yhtämittäisiä hoitajaksoja ei usein tule, jolloin lapset eivät olleet tottuneet näihin pidempiin jaksoihin. Näissä molemmissa tapauksissa oli kyseessä perjantaipäivä, mikä perinteisestikin on hoitoviikon viimeinen päivä. Yksilöllisten hoitoaikojen takia vuorohoitolapsilla esimerkiksi viides hoitopäivä voi kuitenkin osua mille tahansa viikonpäivälle, mikä saattaa hankaloittaa hoitoviikko-väsymyksen huomaamista. Päivähoitolapsilla tätä hoitoviikon lopun väsymystä ei tullut esiin. Esimerkkinä yhden päivähoitolapsen perjantaipäivä, jossa päiväkodin aikuinen kommentoi lapsen väsymystä jokaisen päiväkysymyksen kohdalla, mutta ei yhdistä sitä hoitoviikon päättymiseen.

väsymys hieman heikentänyt innostuneisuutta ja omatoimisuutta, siitä huolimatta pövä pääasiassa hyvä. (ph6, pe päivä, aikuinen)

nukahti melkein heti, oli selkeästi hyvin väsynyt. (ph6, pe päivä, aikuinen)

olisikohan tulossa kipeäksi tai muuten vaan väsynyt, mutta tarvinnut aikuista tavallista enemmän esim. ompelutyössä useasti apua ja heti jos joku kaveri tehnyt jotain väärää tms. tullessani töihin vasta klo 12 (ja olin eilen pois), juoksi halaamaan heti minut nähtyäni (normaalisti ei halua päivittäin) (ph6, pe päivä, aikuinen)

6.6 Hoivan ketjut ja vuorohoidon erityisyys

Päivähoitoon verrattuna vuorohoidon erityisyys voitiin nähdä lapsiryhmän erilaisina rytmeinä ja vaihtuvuutena sekä lapsen ja vuorohoidon eriytymisyytenä. Tämän tutkimuksen aineistossa lasten yksilölliset, vanhempien työaikoja mukailtavat viikkorytmit poikkesivat toisistaan, mikä sai aikaan lasten yksilölliset hoitoajat. Vuorohoidossa lapsiryhmän koko vaihtelee juuri tästä syystä eri vuorokaudenaikoina (Siippainen, 2012). Taulukkoon 9 olen koontanut keskeisimmät päivähoitolaisten ja vuorohoitolaisten väliset erot arjen rytmeissä. Seuraavaksi tarkastelen vuorohoidon erityisyyttä ja hoivan ketjuja vuorohoidon työntekijöiden vastauksien kautta.

Taulukko 9. Tulosten yhteenveto: Päivähoitolasten ja vuorohoitolaisten väliset erot arjen rytmeissä

	Päivähoitolapset	Vuorohoitolapset
Rutiinit ja päivittäiset toiminnat arjen rytmittäjinä	Aamurutiinit erottuvat, arjen ja viikonlopun rutiineissa eroavaisuuksia	Hoitopäivän rutiineissa vaihtelua, hoitoajasta johtuen. Hoitopäivä ja vapaapäivän/viikonlopun rutiinit eroavat jokseenkin
Hoitoajat	Säännölliset ma-pe (suurimmalla osalla)	Ryhmän sisällä paljon vaihtelua, aikaisia ja myöhäisiä aamuvuoroja, sekä ilta- ja yövuoroja. Useilla lapsilla erilaisia hoitoaikoja viikon sisällä. Hoitopäiviä 1-6 viikossa.
Erirytmisyys	Lapsen ja vanhemman välillä	Lapsen ja hoidossa vertaisryhmän välillä, lapsen ja vanhemman välillä
Kiire ja kiireettömyys	Kiire arkiamuissa, kiireettömyys viikonloppuina	Kiireettömyys aamuissa
Väsymys	Ajoittuu aamuun lapsilla	Vähän mainintoja aamuissa

Vuorohoidon työntekijöiden vastausten mukaan ystävyysuhteet näyttäisivät olevan lapselle hyvin merkityksellisiä ja kavereiden ja leikkien maininta korostuikin aineistossa. Leikki rutiinina ei kuitenkaan välttämättä aina päässyt toteutumaan vuorohoidossa. Päivähoitoon verrattuna vuorohoidossa on suurta vaihtuvuutta lapsiryhmässä, jolloin lapsen parhaat kaverit saattoivat olla 'eri vuorossa'. Lasten saapuminen ja lähteminen vuorohoidosta eri aikaan voi luoda leikkiin pirstaleisuutta. Pitkäkestoinen leikki saattoi myös osoittautua haasteelliseksi toteuttaa lasten erilaisten viikkorytmien myötä. Pitkäkestoisen leikin toteutuminen ryhmän vaihtamisesta huolimatta mainittiin myönteisenä ja yllättävänä asiana.

nähdä hänen leikkivän pitkäkestoista leikkiä keskeytyksistä huolimatta (piti siirtyä omaan ryhmään naapuriryhmästä) (vh3, pe aamu, aikuinen)

Kaverisuhteiden merkitys tuli selvästi esille mainintojen runsaudessa molemmissa aineistossa. Päivähoito-aineistoon verrattuna vuorohoidossa oli hiukan enemmän mainintoja kavereiden poissaolosta. Vastauksena kysymykseen, mikä on tehnyt lapsen päivästä hyvän tai huonon, vuorohoidon työntekijät saattoivat mainita sen, ovatko lapsen kaverit olleet hoidossa kyseisenä päivänä. Kavereiden paikalla olo teki lapsen päivästä hyvän.

päivä on ollut hyvä, kaverit ovat tärkeitä lapselle ja heidän kanssa leikkiessä lapsi viihtyy todella hyvin (vh3, ma päivä, aikuinen)

Paras kaveri oli myös päiväkodissa. (vh1, to päivä, aikuinen)

ryhmässä melko vähän lapsia paikalla. Joukossa myös parhaat tyttökaverit. (vh1, ke päivä, aikuinen)

Jo päiväkotikäisillä alkoivat aineiston mukaan erottua lapsiryhmästä oma kaveriporukka ja siitä 'parhaat kaverit'. Huonoon päivään vaikutti kavereiden eri aikaan ajoittuvista hoitoajoista johtuva poissaolo ja harmitusta sai aikaan leikkikaverin aikaisempi kotiinlähtö.

kaverin lähtö kotiin aikaisemmin (vh12, pe ilta, aikuinen) Vastauksena kysymykseen: Mikä on tänään erityisesti harmittanut lasta?

lapsi hiukan harmitteli kun iltahoidossa ei tänään ole parhaita kavereita. (vh4, ke ilta, aikuinen)

Lapsiryhmän koko mainittiin toisinaan työntekijöiden vastauksissa. Leikin onnistuminen tai epäonnistuminen oli tällöin yhteydessä ryhmän lapsimäärään. Sopivan kokoisessa ryhmässä lapset saivat kaipaamaansa huomiota aikuisilta ja leikkikavereita oli riittävästi: *pieni lapsiryhmä ja sopivan ikäiset leikkikaverit on tehnyt päivästä hyvän. (vh9, la päivä, aikuinen)*. Rauhallisempiin hetkiin, kuten aikaisiin aamuihin ja myöhäisiin iltoihin, väsynyt lapsi saattoi tarvita vain aikuista juttelukaveriksi. Päiväsaikaan liian pienessä ryhmässä taas tiettyjä leikkejä ei pystytty järjestämään.

*hyvän päivästä tehnyt askarteluhetki ja kotileikki leikkimökissä ja sisällä kauppa-leikki. Huonoa ei ole ollut. **Ulkona jouduttiin lopettamaan hippaleikki kesken kaiken. Pelaajia ei ollut tarpeeksi.** (vh9, ma päivä, aikuinen)*

Lapsen ja vuorohoidon eriytyminen ilmeni erityisesti nukkumiseen ja lepoon liittyvissä rytmeissä. Aineiston lapsista vain kaksi oli tutkimusviikolla yön tai öitä vuorohoidossa. Ilta- ja aamuvuoroja sisältäviä viikkorytmejä oli usealla aineiston lapsista. Vanhemman iltavuoropäivänä aamulla herääminen tapahtui aikaisia aamuvuoroja myöhemmin. Tämä heijastui siihen, että päivällä lapsen saapuessa illaksi vuorohoitoon ennen muiden lasten päiväunia, ei lapsi ollut väsynyt. Toisten lasten ollessa päiväunilla, voitiin kyseiselle lapselle antaa mahdollisuus muuhun puuhaan. Kun lapsen rytmi eroaa hoitopaikan rytmistä, muodostuu tietoisuus lapsen rytmeistä tärkeäksi. Tällöin vanhempien ja henkilökunnan välisellä kommunikaatiolla on ratkaiseva rooli. Iltapäivällä hoitoon tuotua lasta ei välttämättä ole mielekästä pakottaa päivälevolle, mikäli lapsi ei ole väsynyt. Tämän toteutuminen kävikin ilmi aineistosta ainakin yhdessä vuorohoitopaikassa, missä lapsen yksilöllinen rytmi huomioitiin tarjoamalla vaihtoehto päivälevolle.

Lapsi on tullut hoitoon vasta iltapäivällä, joten päivälepoaikaan lapsi sai itse valita rauhallista tekemistä. (vh8, ma päivä, aikuinen)

tuli hoitoon levon aikana eikä mennyt levolle. hiljaisia leikkejä leikki sillä aikaa. (vh8, to päivä, aikuinen)

Aina näin ei kuitenkaan tapahdu. Tässä aineistossa työntekijät mainitsivat useasti päivälevon yhteydessä sen, kuinka lapsi ei jaksanut rauhoittua levolle tai häiritse muita nukkujia toiminnallaan. Näistä esimerkeistä on nähtävissä lasten yksilölliset nukkumisrytmit sekä se, kuinka tärkeä merkitys niiden huomioimisella on.

levoton herätti kaikki kesken unien (vh5, ma päivä, aikuinen)

Vuorohoidossa olevien lasten keskenään erilaiset rytmit, tulivat aineistossa esiin päivälevon lisäksi aamuisin. Tällöin yön hoidossa viettäneet lapset olivat vielä nukkumassa, kun aikaiseen aamuun tulevat lapset saapuivat hoitoon. Toisinaan tilanne johti henkilökunnan kannalta lapsen epätoivottavaan käyttäytymiseen.

levoton jouduin komentamaan kun ei antanut toisille nukkumisrauhaa (vh7, ti aamu, aikuinen)

Epätyypillisiin työaikoihin liittyy usein myös työaikojen vaihtelevuus. Tämä vaihtelevuus heijastui useimmiten myös lapsen arkeen. Esimerkiksi kolmivuorotyötä tekevän vanhemman lapsella voi myös olla kolmivuorohoitoajat. Säännöllisten rytmien puuttuessa arjen ennustettavuus on vaikeampaa. Epäsäännöllisyys viikkorytmissä näkyi erään lapsen epätietoisuutena omista hoitopäivistään.

lapsi on leikkinyt paljon kavereitten kanssa. Päivällisellä hän kysyi tuleeko huomenna hoitoon. (oh10, ti ilta, aikuinen)

7 POHDINTA

7.1 Tutkimustulosten yhteenveto

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia pienten lasten päivittäisiä rytmejä kodin, päivähoidon ja vuorohoidon kontekstissa. Kiinnostuksen kohteena oli tarkastella ja kuvailla päivähoito- ja vuorohoitolasten arjen rytmien eroja ja yhtäläisyyksiä päiväkirja-aineiston avulla.

Tutkimuksessa arjen rytmejä analysoitiin Southertonin (2006) tutkimukseen käyttämien ajan viiden ulottuvuuden avulla, joita olivat toistuvuus, tempo, ajoittaminen, kesto sekä sekvenssi. Ajan ulottuvuuksista toistuvuutta tarkasteltaessa erottuivat lasten arjessa päivittäiset rutiinit. Rutiinit olivat myös yhteydessä rytmeihin. Säännöllinen päivärytmi vaikutti esimerkiksi arkaamujen rutiineihin, jotka olivat samankaltaisia. Vuorohoitoperheissä, joissa oli vaihtelevia hoitoaikoja, myös aamut olivat erilaisia. Vaikka aamun toiminnot olivat pitkälti samanlaisia esimerkiksi iltavuoroaamuina, rutiinien toteuttamisen tempo oli hitaampi ja väljempi.

Rutiinit olivat selkeästi osa lasten arkea ja erilaisiin tilanteisiin liittyvät rutiinit auttoivat lasta luultavasti tunnistamaan ja ennakoimaan päivän kulkua. Esimerkiksi aamurutiinit valmistivat lasta kotoa lähtöön ja iltarutiinit puolestaan auttoivat ennakoimaan nukkumaanmenoa. Aikaisemman tutkimuksen mukaan jo pienet lapset ovat tietoisia oman perheensä päivittäisistä ja viikoittaisista rytmeistä (Spagnola & Fiese, 2007) ja aktiivisia toimijoita rutiinien määrittämisessä ja rakentamisessa (Sirota 2006, 509). Myös tässä tutkimuksessa lapsen tietoisuus rytmeistä tuli esiin niiden yleisen sujuvuuden myötä. Aineistossa oli kuitenkin myös tilanteita, jolloin asiat eivät sujuneet niin sanotusti rutiinilla, ja lapset hangoittelivat esimerkiksi syömisen kanssa.

Rutiinien merkityksestä ja tärkeydestä kertoi paitsi niiden yleisyys, myös maininnat rutiinien rikkoutumisesta. Rutiinien rikkoutuminen, kuten päiväunien tai ulkoilun poisjääminen, sai toisinaan aikaan hankalia hetkiä, levotto-

muutta, rauhattomuutta ja väsymystä lapsissa. Rutiinit rikkoutuivat myös myönteisellä tavalla arjesta poikkeavien tapahtumien tai toimintojen johdosta. Erityisesti epätyypillisiin työaikoihin on tutkimuksissa liitetty oman perheen rutiinien ja rituaalien säilyttämisen haasteellisuus (Strazdins ym. 2004).

Leikki osana lapsen päivää ja lapsen omaa rutiinia korostui molemmissa lapsen konteksteissa, kotona ja päiväkodissa. Erityisesti lapsen omassa tahdissa tapahtuvaa leikkiä korostaa tutkimuksessaan Kyrönlampi-Kylmänen (2007, 191). Hänen mukaansa lapsen omatahtinen leikki tapahtuu ensisijaisesti päiväkodin sijaan kotona. Tässä tutkimuksessa lapsen omatahtista leikkiä esiintyi aikuisten tulkintojen mukaan kuitenkin sekä kotona että päiväkodissa. Kotona omatahtista leikkiä oli vastausten perusteella enemmän, mutta myös kotona leikillä oli aikansa ja paikkansa. Leikki ei esimerkiksi vastausten perusteella vaikuttanut kuuluvan päivähoitolaisten arkaamuihin, jolloin sille ei ollut aikaa. Lapsen omatahtinen leikki kotona tulikin esille erityisesti vapaapäivinä ja viikonloppuna. Leikki nousi esiin lasten merkittävänä toimintona myös Plowmanin ja Stevensonin (2021) kännykkäpäiväkirjatutkimuksessa ja ajoittui tämän tutkimuksen tulosten kanssa saman linjaisesti enemmän iltapäivään kuin aamuun.

Tutkimukseni yksi keskeinen tulos oli se, että päivähoito- ja vuorohoitolaisten arjen rytmeissä merkittävimmän eron loivat hoitoaikojen muodostamat päivä- ja viikkorytmit. Päivähoitolapsien säännöllinen päivärhythmi, jolloin hoitoon mentiin useimmiten joka arkipäivä samaan aikaan, vaikutti siihen, että lasten arkipäivät olivat vuorohoitolapsiin verrattuna useammin rakenteeltaan samankaltaisia. Näillä lapsilla arjen kollektiivinen eli yhteinen rytmi oli myös samankaltainen.

Vuorohoitolaisten ryhmässä hoitoajat olivat erilaisia vanhempien epätyypillisten työaikojen johdosta, minkä takia näillä lapsilla viikkorytmit hoitoaikojen ja päivien suhteen olivatkin hyvin yksilöllisiä. Hoitoajat vaihtelivat aikaisista ja myöhäisistä aamuista, iltoihin, öihin ja viikonloppuihin. Ainakin puolella lapsista viikko sisälsi useampia kuin yhdenlaisia hoitoaikoja. Tämän takia osalla lapsista päivä- ja viikkorytmissä oli epäsäännöllisyyttä hoitoaikojen vaihtelevuuden

vuoksi. Tutkimuskirjallisuudessa säännöllisen päivärytmin tärkeyttä on kuitenkin erityisesti lasten kohdalla painotettu vahvasti (ks. Korvela & Tuomi-Gröhn, 2014). Perheet 24/7- tutkimuksen tulokset toivatkin esiin sen, kuinka osa tutkimuksen vanhemmista oli huolissaan lastensa hoitorytmin epäsäännöllisyydestä (Perheet 24/7- tutkimushankkeen tuloksia). Vaikka omassa tutkimuksessani tällaisia huolia ei tullut esiin, se ei tarkoita sitä, etteikö niitä olisi vanhemmilla ollut. Onkin hyvä huomioida, että osa näistä vanhemmista oli mukana myös tämän tutkimuksen päiväkirja-aineistossa.

Tässä tutkimuksessa sekä päivä- että vuorohoitoryhmissä oli havaittavissa erirytmisyyttä. Perhearkea koskevissa tutkimuksissa on tuotu esiin, kuinka arjessa haasteita aiheuttaa usein perheenjäsenten eriävät aikataulut ja esimerkiksi erilaisten instituutioiden, kuten koulun ja päiväkodin aukioloajat (Malinen & Rönkä 2009, 180). Päivähoitoperheissä vanhempien työajat olivat enimmäkseen yhteneväisiä, ja lapsi oli hoidossa vanhempien ollessa töissä. Vanhemman ja lapsen työ ja vapaa-aika olivat siis samassa rytmissä. Vapaapäivät olivat myös lähes poikkeuksetta yhtä aikaa koko perheellä ja ajoittuivat viikonloppuun. Tutkimusviikon aikana vanhemmilla oli kuitenkin varsinaisen työajan ulkopuolella velvoitteita ja tehtäviä, jotka vaikuttivat siihen, että vanhempi ei ollut lapsen saatavilla, eivätkä lapsi ja vanhempi pystyneet viettämään vapaa-aikaa yhdessä. Tällöin myöskään perheen yhteinen aika ei toteutunut. Tällainen tilanne oli esimerkiksi perheen muiden lasten kuljettaminen harrastuksiin. Erirytmisyyttä sai aikaan myös työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen. Tietotyön yleistyminen on lisännyt töiden kotiin tuomista (Kinnunen, Malinen & Laitinen 2009, 126), mikä tässä tutkimuksessa tuli esiin muutaman maininnan osalta. Näitä olivat esimerkiksi vanhemman ylityöt, töiden tekeminen kotona tai työmatka. Näitä muutamia tapauksia oli molemmissa ryhmissä, joten se ei selkeästi erottunut kummankaan ryhmän erityispiirteeksi.

Kiinnostava tulos liittyi perheenjäsenten ja erityisesti lasten ja aikuisen väliseen erirytmisyyteen, joka toi esiin vuorohoitoperheiden haasteita perheen yhteisen ajan järjestämisessä. Perheet 24/7-tutkimuksen tulosten mukaan epätyypillisinä työaikoina työskentelevät vanhemmat kokevatkin työn ja perhe-elämän

yhteensovittamisen hankalammaksi kuin säännöllistä päivätyötä tekevät. (Perheet 24/7- tutkimushankkeen tuloksia.) Vuorohoitoperheissä oli myös perheitä, joissa vanhempien työajat olivat yhteneväisiä. Kuitenkin monessa perheessä vanhemmilla oli työvuoroja eri aikaan, mikä vaikutti perheen yhteiseen aikaan. Saattaa olla, että näissä perheissä perheenjäsenten vapaapäivät eivät olleet samassa rytmissä. Tutkimusten mukaan epätyypilliset työajat voivatkin olla mahdollinen uhka perheen yhteiselle ajalle (esim. Tammelin & Rönkä 2013, 316; Presser, 2003). Erirytmisyys perheenjäsenten välillä voi tarkoittaa myös sitä, että vanhemman ja lapsen yhteinen aika jää vähiin. Epätyypilliset työajat voivat tutkimusten mukaan vähentää vanhemman aikaa lapsen kanssa, mutta myös lisätä sitä (Tammelin & Rönkä 2013; Presser, 2003). Vanhempien vastauksista ei käynyt kuitenkaan ilmi aikataulujen, kuten esimerkiksi vanhempien työaikojen, aktiivinen yhteensovittelu ja synkronointi. Voikin olla, että työaikojen osalta vanhemmat eivät voineet vaikuttaa työvuoroihin, tai sitten nämä olivat heidän toivomusten mukaiset työvuorot. On myös mahdollista, että päiväkirjakysymykset eivät tuoneet tällaisia pohdintoja esiin.

Tulkitsemani erirytmisyyden voi nähdä toisaalta olevan myös vanhempien tekemä valinta, joka mahdollistaa vuorottelun lastenhoidossa eli vuorotahtisen vanhemmuuden (ks. esim. Strazdins ym. 2006). Tässä tutkimuksessa osassa vuorohoitoperheitä vanhempien eri aikaan sijoittuvat työvuorot mahdollistivat vuorotahtisen vanhemmuuden, mikä tarkoitti sitä, että perheen lapselle tuli vähemmän hoitopäiviä ja hän sai viettää enemmän aikaa kotona vanhemman kanssa. Aikaisemmassa tutkimuksessa vanhemmat ovat kokeneet epätyypillisten työaikojen edun olevan juuri vähemmät hoitopäivät ja tämän lapselle suomen mahdollisuuden viettää enemmän aikaa kotona (Tammelin & Rönkä 2013, 314). Useassa vuorohoitoperheessä vuorottelua ei tässä mielessä kuitenkaan tapahtunut, ja lapsi oli hoidossa esimerkiksi normaalisti viitenä päivänä viikossa. Hoitopäivien määrä saattoi kuitenkin vaihdella suuresti lasten välillä vuorohoitoryhmässä. Pienemmässä mittakaavassa vuorottelua lapsenhoidossa esiintyi myös päivähoitoperheillä. Tällaisia mainintoja oli esimerkiksi tilanteista, joissa toinen

vanhempi nukkui viikonloppuaamuna pitkään, toisen vanhemman herätessä tekemään aamupalaa ja olemaan lapsen kanssa.

Lisäksi vuorohoidon erityispiirteenä erottui lapsen ja muun ympäristön eriytyminen. Vuorohoidon kontekstissa eriytymistä havaittiin tutkittavan lapsen ja tämän vertaisryhmän välillä, sekä lapsen ja hoitopaikan rytmien välillä. Vuorohoidossa olevien lasten yksilölliset rytmit hoitoaikojen muodossa saivat aikaan sen, että esimerkiksi lapsen parhaat kaverit eivät olleet lapsen kanssa samassa hoitovuorossa tai lähtivät aikaisemmin kotiin. Tämä tuli esiin myös Siipaisen (2012) vuorohoitoon sijoituvassa tutkimuksessa. Kalliala (2012, 25) puolestaan esitti, että yksilöllisistä hoitoajoista johtuvalla eriytyksellä voi olla vaikutuksia lasten ystävyyssuhteiden pysyvyyteen. Varhaiskasvatuksen yhtenä tehtävänä korostetaan kuitenkin juuri ihmissuhteiden jatkuvuutta (Kekkonen 2000, 10). Lapsen ja hoitopaikan eriytyminen tuli esille tilanteissa, joissa hoitoon saapuvan lapsen rytmi oli erilainen kuin hoitopaikassa vallitseva rytmi. Näin oli esimerkiksi lasten kohdalla, jotka tulivat hyvin aikaiseen aamuun, ja tilanteeseen missä yöhoidossa olleet lapset nukkuivat vielä. Lapsi saattoi toiminnallaan häiritä nukkuvia lapsia. Iltavuoroon tulevat lapset saattoivat taas tulla hoitoon päivälevon aikana ja mahdollisesti itse pitkään nukutun yön jälkeen, jolloin päivälepo ei ollut heille ajankohtainen. Kun lapsen rytmi eroaa hoitopaikan rytmistä, muodostuu tietoisuus lapsen rytmeistä tärkeäksi, jolloin vanhempien ja henkilökunnan välisellä kommunikaatiolla on ratkaiseva rooli.

Uni- ja valverytmeissä oli myös havaittavissa aineistoissa eriytymistä. Joidenkin vuorohoitoperheiden vanhempien vuorotyön vaatimat yövuorot aikaansaivat tilanteen, jossa yövuorosta kotiutunut ja väsynyt vanhempi oli päivän lapsen kanssa kotona. Vanhemmat raportoivat kuitenkin jaksaneensa touhuta lapsen kanssa väsymyksestä huolimatta. On kuitenkin mahdollista, että tällaisessa tilanteessa vanhempi ei välttämättä saa tarvitsemaansa lepoa, eikä lapsi saa vanhemmasta toivomaansa energistä leikkikaveria. Pitkittyessään tilanne voi pahentua. Yksilötasolla juuri unirytmien häiriintyminen on tutkimusten mukaan työntekijän riskinä epätyypillisten työaikojen yhteydessä (Åkerstedt & Wright,

2009). Voikin pohtia vanhemman univajeen yhteyttä lapsen ja vanhemman vuorovaikutuksen laatuun ja perheen arkeen. Myös työvuorojen epäsäännöllisyys voi saada aikaan väsymystä. Tällainen oli esimerkiksi iltavuoro-aamuvuoro yhdistelmä, joka väsytti sekä aikuista että lasta.

Arjen rytmien tarkastelu toi tässä tutkimuksessa esiin sekä lasten että vanhempien väsymystä. Lapsen tuntemaa väsymystä tuotiin ajoittain esille kaikkina vastausajankohtina. Aamulla päiväkotiin heräävien päivähoitolasten kohdalla väsymys tuotiin selvästi useammin esille, mikä toikin ryhmien välisen päivärytmiin liittyvän eron selkeästi esille. Vuorohoitolapsilla, joilla oli iltavuoro tai myöhäisempi aamu, ylös nouseminen tapahtui myöhemmin ja heräämiselle pystyttiin antamaan aikaa. Riittävä yöuni on lapsen arjelle hyvin merkittävä asia ja lapsen väsymys tulisikin ottaa kodeissa ja varhaiskasvatuksen piirissä vakavasti (Kyrönlampi-Kylmänen, 2007, 153). Viikonloppuna perheen rytmi oli hitaampaa ja vapaampaa. Väsymys jäi pois, kun lapsi sai herätä omaan tahtiin arjen aikapakkotteiden puuttuessa. Ajallisuuden näkökulmasta lapsen väsymys aamuisin ajoittui arkipäiviin, jolloin vanhempien tarve ehtiä töihin tiettyyn aikaan asetti aamun toiminnalle aikarajoitteet. Myös epäsäännöllisyys päivittäisissä rytmeissä ja rytmien vaihdokset saattavat aiheuttaa lapselle unirytmien häiriintymistä ja tästä aiheutuvaa väsymystä. Näin tulkitsin olevan ainakin kahden vuorohoitolapsen kohdalla tässä tutkimuksessa.

Lasten arjen tempoa tarkastellessani havaitsin, että selkeä ero vuorohoito- ja päivähoitolasten välillä oli päivähoitolasten arjessa esiintyvä kiire. Päivähoito-perheissä kiire oli erityisesti arkiamuissa läsnä oleva piirre, mikä ilmeni vanhempien ja lasten valmistautuessa hoito- ja työpäivään (ks. Korvela, 2003). Vaikkutkin siltä, että kiire toisinaan tahditti arkea näissä perheissä. Kiireestä seurasi toisinaan lapsen hoputtamista ja vanhemman hermostumista. Tämän arjen kiireen vastakohtana viikonloppuna tuotiin usein esiin aamujen kiireettömyys, mikä on yhtenevä tulos aiemman tutkimuksen kanssa (Kyrönlampi-Kylmänen, 2007). Kyrönlampi-Kylmänen (2007) mukaan arkiamujen kiire juontaa juurensa vanhempien työn asettamista aikarajoista aamussa. Hänen mukaansa lapsen ja aikuisen tahti ja aikakäsitys eroavat, mutta lapsi voi kuitenkin myös kapinoida

vanhemman asettamaa rytmiä vastaan, esimerkiksi hidastelemalla omissa toimissaan.

Kiireettömyys liittyi molemmilla lapsiryhmillä vapaapäiviin. Vuorohoito-perheiden työ- ja hoitoaikojen erilaisuudesta johtuvat päivärytmit näkyivät niin, että ryhmän sisällä oli hyvin erilaisia aamuja. Vuorohoitolapsilla kiireettömyys oli myös hoitopäivien aamujen tempo, silloin kun lapsi meni myöhäiseen aamuun tai iltavuoroon. Arkipäivien ja viikonlopun ero tässä suhteessa ei ollut yhtä selkeä kuin päivähoitoperheissä, sillä vapaapäiviä ja iltavuoroja oli usein myös arkipäivinä. Vapaapäivinä sekä vuorohoitolapsilla iltavuoroaamuina omatahtista aikaa ja tekemistä oli enemmän, verrattuna päivähoitolapsien arkipäiviin ja hoitopäiviin. Kiireettömyys näyttäisikin mahdollistavan lapsen omatahtisen ajan. Lapselle omatahtinen aika on merkityksellistä ja sen toteutumiseen tulisi kiinnittää huomiota, niin kotona kuin päiväkodissakin.

Toinen kiirettä lasten arjessa aiheuttava asia oli muutamaan kertaan esiin tullut kiire harrastuksiin. Lasten arki on nykyaikana yhä enenevässä määrin aikataulutettua ja harrastusten täyttämää (Malinen & Rönkä, 2009, 196). Tämä vaatii vanhemmilta paljon suunnittelua, aikaa ja ennakoimista. Voidaankin pohtia sitä, kuinka tämä yhtälö onnistuu epätyypillisiä työaikoja tekeviltä vanhemmilta? Tässä tutkimuksessa usealla päivähoitolapsella oli säännöllisiä viikkoharrastuksia, joita vuorohoitolapsilla ei ollut yhtä paljon. Tämä saattoi johtua vanhempien työajoista. Erityisesti iltavuorot sekä työaikojen epäsäännöllisyys saattoivat vaikeuttaa lasten aikasidonnaista harrastamista. Säännölliset työajat mahdollistivatkin osaltaan lasten harrastukset, mutta loivat samalla mahdollisesti aikataulutetumpaa vapaa-aikaa sekä lapsille että vanhemmille.

Mielenkiintoinen tulos oli se, että kiireessä kuten väsymysmaininnoissakin, vanhempi kuvasi useasti omaa mielialaansa väsyneeksi tai kiireiseksi, mutta ei tuonut lapsen väsymystä tai kiirettä esiin. On kuitenkin syytä olettaa, että vanhemman mieliala töistä tullessa tai kotona vaikuttaa myös lapseen. Siirräntämalin mukaan työn vaatimukset, esimerkiksi vanhemman kokema työn kuormittavuus, saattavat kulkeutua vanhemman mukana perheeseen (Sallinen, 2006). Voi-

daankin pohtia, mitä vanhempien kokema kiire tai väsymys tarkoittaa näissä tilanteissa ja millä tavalla se välittyy lapselle. Vanhemman työpäivän jälkeinen väsymys vaikuttaa lapseen esimerkiksi niin, että lapsi ei saa vanhemmasta toivomaansa leikkikaveria (Kyrönlampi-Kylmänen, 2007). Kuitenkin on hyvä huomioida, että myös lapselle hoitopäivä ja hoitoviikko voivat olla raskaita. Emotionaalisesti raskas lapsen ikävöidessä päiväkodissa vanhempiaan (Kyrönlampi-Kylmänen, 2007), mutta myös fyysisesti. Osataanko kodeissa ja hoidossa huomioida tätä tarpeeksi? Tässä tutkimuksessa eräs vanhempi kommentoi, että lapsen väsynyt ja kiukkuinen mieliala hoitopäivän jälkeen liittyi nälkään ja päiväkodin ruoan vähäiseen proteiinimäärään. Tämä voikin olla totta, mutta lapsen hoitopäivän jälkeinen väsymys ja kiukku voi olla merkki myös raskaasta päivästä ja tarpeesta levätä ja rauhoittua kotona.

Kansainvälisissä tutkimuksissa painotetaan epätyypillisten työaikojen yhteyttä vaikeuteen löytää lastenhoitoapua (Strazdins ym. 2004; Presser 2003). Myös suomalaisessa tutkimuksessa (Tammelin & Rönkä 2013, 313) tämä on tullut esiin. Näissä tutkimuksissa on tuotu esiin epävirallisen lastenhoidon merkitystä ja vanhempien tarvetta turvautua tähän. Tässä tutkimuksessa ei ollut kuitenkaan viitteitä tällaisesta. Vuorohoitolapsilla tuotiin vain kerran esiin tilanne, jossa vanhemmat veivät lapsen muualle hoitoon kuin vuorohoitoon. Tämän perusteella voi todeta, että vuorohoito vastasi hyvin tutkimuksessa mukana olleiden vanhempien lastenhoidon tarpeisiin. Sosiaalinen verkosto kuitenkin korostui vuorohoitoperheissä. Tutkimusviikkona vuorohoitoperheillä oli päivähoitoperheisiin verrattuna enemmän vieraita ja kyläilyjä. Erityisesti isovanhempien läsnäolo näkyi vuorohoitoperheiden arjessa. Sosiaalisen verkoston olemassaolo voikin olla erityisen tärkeää vuorohoitoperheille. Sosiaalisen verkoston puuttuminen esimerkiksi tilanteessa, jossa sukulaiset asuvat kaukana saattaa myös olla erityisen vaikeaa vuorohoitoperheille. Tutkimuksessa vanhemmat olivat kipeiden lasten kanssa kotona, mikä voi kertoa siitä, että lastenhoitoapua ei ollut mahdollista saada kotiin tai toisaalta siitä, että vanhemmat halusivat ja pystyivät jäämään kotiin hoitamaan kipeää lasta.

Vaikka päivähoitoperheissä erityisesti arkipäivän rakenne oli hyvin samankaltainen, oli vastauksissa myös tämän ryhmän kohdalla mainintoja kuitenkin arjen poikkeavista tilanteista. Tulosten mukaan lapsiperheiden arkeen vaikuttaisikin liittyvän myös rutiinien muutos ja tavallisesta arjesta poikkeavat tapahtumat. Korvela kollegoineen (2009) on esittänyt, että arki voi olla liian jäykkää, mikäli rutiineja on paljon ja joustoa vähän, mikä onkin hyvä huomioida rutiinien tärkeydestä puhuttaessa. Liian jäykän ja toisena ääripäänä olevan ajeltavan, hallitsemattoman arjen keskellä on arki, jossa on sekä säännönmukaisuutta rutiinien myötä, mutta myös sopivassa suhteessa joustoa. Arki on tällöin yksilön ja perheen hallinnassa (Korvela ym. 2009, 103-104.) Toimivan arjen kokonaisuus rakentuu siis näistä tekijöistä sopivassa suhteessa, jolloin muutoksiin ja arjen ennakointiin tapahtumiin voidaan joustavasti sopeutua.

Tässä tutkimuksessa arjen rytmejä analysoitiin Southertonin (2006) tutkimuksessaan käyttämien ajan viiden ulottuvuuden avulla, jotka soveltuivat hyvin tavoittamaan tämän tutkimuksen rytmien eri ulottuvuudet. Rytmejä tarkasteltiin niiden toistuvuuden, tempon, keston, ajoittumisen ja sekvenssin kautta. Perheiden arjessa tämän tutkimusten tulosten perusteella vaikuttivat toisinaan kiireen, väsymyksen ja erirytmisyyden mukanaan tuomat haasteet. Mikä sitten olisi lapsen ja perheen arjen kannalta hyvä rytmi? Tulosten perusteella voidaan sanoa, että ainakin lasten väsymyksen ja kiireen kokemuksiin tulisi arjessa kiinnittää huomiota. Nämä tulivat esiin erityisesti päivähoitolaisten kohdalla. Tämän tutkimuksen tulosten perusteella voidaankin sanoa, että lapsen näkökulmasta arjen tahti on toisinaan liian kiireinen näissä perheissä. Toisaalta vuorohoitolaisten kohdalla, joilla rytmi on epäsäännöllinen ja siinä on paljon vaihtuvuutta tulisi vanhempien ja päiväkodin henkilökunnan olla tietoisia näistä ja niiden vaikutuksista lapsen kokemukseen arjesta. Vertaisryhmän merkitys lapselle korostui hyvin vahvasti tässä tutkimuksessa. Lapsen mahdollisuus vertaisryhmässä toimimiseen ja omatahtiseen leikkiin tulisi turvata. Nämä ovat perhekohtaisia haasteita ja mahdollisuuksia, joita vanhemmat joutuvat punnitsemaan arjessa ja määritellään omalle perheelleen sopivaa hyvää rytmiä.

7.2 Tutkimuksen luotettavuus

Tämän tutkimuksen vahvuudet liittyvät päiväkirjamenetelmän soveltuvuuteen tutkittaessa juuri perhearkea ja ajallisia rytmejä (ks. esim. Rönkä ym. 2005; Lämsä ym. 2012). Perheiden arkea tutkittaessa päiväkirjamenetelmän etuna on nähty sen mahdollisuus tavoittaa perheiden moniäänisyys, kun tutkitaan useampaa perheenjäsentä yhtä aikaa (Rönkä ym. 2004). Tässä tutkimuksessa tavoitettiin lapsen arjen moniäänisyys yhdistämällä kahta lapsen tärkeää kontekstia, kotia ja varhaiskasvatusta koskeva tieto. Useassa perheessä molemmat vanhemmat myös vastasivat päiväkirjakysymyksiin. Tämän myötä tutkimustiedon yhdistäminen näistä molemmista konteksteista lapsen arkea koskevaksi kokonaisuudeksi, tuli mahdolliseksi. Päiväkirjatutkimus mahdollistaa pääsyn lähelle arjen kokemuksia ja eri konteksteja, esimerkiksi juuri lapsen kotia, olematta perheen arkea häiritsevää (ks. esim. Malinen, Rönkä & Sevón, 2015; Plowman & Stevenson, 2012). Jos tutkimusaineiston olisi kerännyt tutkija tarkkailemalla lasta ja perhettä, tai lasta päiväkodissa, olisivat tulokset olleet hyvin erilaisia. Tutkijan läsnäolon vaikutukset olisivat luultavasti vääristäneet tuloksia, sillä tutkittavana oleminen vaikuttaa tutkittavan käyttäytymiseen. Päiväkirjatutkimus soveltuu myös erityisen hyvin erilaisten päivittäisten toimintojen tutkimiseen, kuten tässä tutkimuksessa rutiinien tutkimiseen.

Laadullisen tutkimuksen ollessa kyseessä, aineisto on varsin laaja, sisältäen 32 lapsen viikon ajalta raportoidut päiväkirjat. Aineisto koostui kahdesta eri lapsiryhmästä eli päivähoito- ja vuorohoitolapsista, mikä mahdollisti vertailun näiden kahden eri ryhmän välillä. Analyysin luenta oli systemaattisesti toistuvuuteen ja viikon sisäisiin rytmeihin ja niiden vaihteluihin keskittyvä, mikä mahdollisti myös mikropitkittäisasetelman tutkimuksessa. Nämä voidaan laskea tutkimuksen ansioiksi.

Tutkimuksen rajoitukset liittyivät puuttuviin vastauksiin lisäksi siihen, että päiväkirjakysymyksiä ei oltu laadittu tätä tutkimusta silmällä pitäen. Puuttuvia vastauksia oli suurimmalla osalla perheitä. Tämä vaikutti joidenkin perheiden

kohdalla siihen, että tiedot esimerkiksi päivittäisistä rytmeistä jäivät vaillinaisiksi. Erityisesti muutaman lapsen kohdalla vastaukset kännykkäpäiväkirjaan olivat myös hyvin lyhytsanaisia ja vaikuttivat siihen, että näiden lasten rytmeistä oli mahdollista saada hyvin niukasti tietoa.

Aineisto on poikkileikkaus perheiden yhdestä viikosta, jolloin erityisesti vuorohoito-lasten viikkorytmeistä ei voi yksittäisten lasten kohdalla tehdä yleisiä oletuksia. Aineistonkeruu on saattanut osua viikolle, jolloin lapsi on esimerkiksi kipeä tai viikolle osuu pyhäpäiviä, jolloin viikko ei ole kyseisen lapsen normaali viikko (ks. myös Lämsä ym. 2012.). Lasten arkea tutkittaessa on tämän tutkimuksen kohdalla huomioitava, että tämän tutkimuksen aineistona olivat aikuisten vastaukset, mitkä edustavat aikuisten näkemystä ja tulkintaa lapsen kokemuksesta.

Omaa tutkimustani arvioidessani on hyvä huomioda se, että aineistoa ei ole kerätty erityisesti tätä tutkimusta varten. Tarkastelemassani aineistossa on siis paljon sellaista, mille tässä tutkimuksessa ei ole käyttöä. Toisaalta saatan joutua tulkitsemaan ja päättelemällä löytämään vastauksia omiin tutkimuskysymyksiini. Esimerkiksi tiedot hoitoajoista olisivat auttaneet päivä- ja viikkorytmien tarkemmassa selvittämisessä. Aineisto tarjosi kuitenkin paljon sellaista tutkimuksen kannalta tärkeää ja olennaista tietoa, mitä eri tavalla suunnatut kysymykset eivät olisi välttämättä pystyneet tarjoamaan.

Tulokset päivähoito-lasten arjen rytmien osalta ovat yhteneviä aiemman tutkimuksen kanssa, joten tulokset ovat yleistettäviä näiden osalta (ks. Kyrönlampi-Kylmänen, 2007). Vuorohoito-lasten kohdalla yleistettävyys on juuri lasten ja perheiden yksilöllisten ja heterogeenisten rytmien osalta vaikeaa, mutta rytmien epäsäännöllisyys ja epäkollektiivisuus ovatkin yleistettäviä koskemaan vuorohoitolapsia ja -perheitä yleisemmin.

7.3 Jatkotutkimushaasteita

Tämän tutkimuksen tulosten perusteella, lasten rutiinit kodin ja päivähoidon konteksteissa voisi olla mahdollinen jatkotutkimuksen aihe. Lasten rutiinit nousivat vastauksissa esiin, vaikka kysymykset eivät olleet suuntautuneet suoranaisesti niitä kohti. Voisi kuitenkin olla mielenkiintoista tutkia rutiineja ja niiden merkitystä lapsille ja perheille niin, että päiväkirjakysymykset olisivat kohdentuneet enemmän niihin. Kodin sekä päivä- ja vuorohoidon päivän rakenteen tarkempi kuvaus voitaisiin myös saavuttaa kohdentamalla päiväkirjakysymyksiä tutkimaan juuri näitä asioita.

Mielenkiintoista olisikin tarkastella näitä tuloksia lasten rytmien näkökulmasta etnografisella tutkimuksella vuorohoidosta. Esimerkiksi tässä tutkimuksessa iltahoidossa olevien lasten illoista vuorohoidossa oli niukasti tietoa. Tästä saisi luultavasti parhaiten tutkimustietoa tarkkailemalla tutkijan roolissa lasten rytmejä vuorohoidossa paikan päällä. On hyvä huomioida myös, että nykyään vuoroasuvat tai niin sanotut kahden kodin lapset ovat huomattavasti yleistyneet. Rutiinit ja rytmit voivat olla kontekstisidonnaisia ja erilaisia eri kodeissa, jolloin lapsen tulee sopeutua näihin tai kapinoida niitä vastaan. Näin on varmasti myös tyypillistä työaika tekevien vanhempien lapsilla. Tutkimusta voisikin kohdentaa erilaisten perhetyyppien tarkempaan tarkasteluun. Tässä olisi tärkeää ottaa huomioon, että esimerkiksi yksinhuoltajaperheissä tai vuoroasuvien lasten perheissä verrattuna ydinperheisiin, voivat haasteet liittyen vanhempien epätyypillisiin työaikoihin olla erilaisia (ks. esim. Presser, 2003).

Vuorohoito mahdollistaa sen, että esimerkiksi yksinhuoltajavanhemman työ ja lapsen hoitoaika sekä vapaa-aika ovat samassa rytmissä. Lapsen rytmi mukautetaan näin vastaamaan aikuisen rytmiä. Kun lapsi siirtyy varhaiskasvatuksen piiristä kouluun, ei tällainen sopeuttaminen ole enää mahdollista. Tässä tutkimuksessa tutkittavat lapset olivat iältään 4-7-vuotiaita. Osa lapsista oli siis pian aloittamassa koulutaipaleensa alakoulussa, mikä joillekin, erityisesti vuorohoidossa oleville lapsille, merkitsee rytmin muutosta arkeen ja muutosta säännöllisempään päivä- ja viikkorytmiin. Näin voidaan todeta myös tämän tutkimuksen

tulosten mukaan niiden lasten kohdalta, joiden rytmi oli epäsäännöllinen tai esimerkiksi hoitoajat ajoittuivat iltoihin ja viikonloppuun. Koulun viikkorytmiin siirtyminen voi myös merkitä suurempaa erirytmisyyttä lapsen ja vanhempien välillä. Vuorohoitoa vastaava lastenhoitoapu puuttuu koululaisilta, mikä asettaa haasteita perheille perheenjäsenten eriävien rytmien yhteen sovittamisen näkökulmasta (Rönkä ym. 2005, 300). Yhteinen perheaika voi olla vaarassa, jos vanhempi tai vanhemmat esimerkiksi ovat usein viikonloppuisin töissä, jolloin vapaapäivät ovat eri rytmissä koululaisen vapaapäivien kanssa. Paljon iltavuoroja tekevä vanhempi, ei ole välttämättä yhtä aikaa koululaisen kanssa kotona ilta-päivisin ja iltaisin, kun lapsi mahdollisesti tarvitsisi apua esimerkiksi läksyjen tekoon. Toisaalta vanhemman arkivapaat voivat tarkoittaa sitä, että vanhempi on kotona lapsen päästessä koulusta (ks. esim. Presser, 2003). Vanhemman ja koululaisen erirytmyisyys voi aiheuttaa haasteita lastenhoitojärjestelyihin. Näin voi olla erityisesti yksinhuoltajaperheissä, missä ei ole toista vanhempaa toteuttamaan vuorotahtista vanhemmuutta. Jatkotutkimushaasteena voisikin olla tämän tutkimuksen kaltaisen tutkimusasetelman uusiminen perheissä, joissa on alakoululaisia ja vanhemmilla epätyypilliset työajat. Epätyypillisiin työaikoihin myös tästä näkökulmasta näyttäisi siis liittyvän sekä positiivisia että negatiivisia puolia, joita olisi tärkeää tarkastella tutkimuksen keinoin. Päiväkirjamenetelmä mahdollistaakin tämän kaltaisen tarkastelun.

LÄHTEET

- Aalto, K., & Varjonen, J. 2012. Ajankäytön rytmit arjen kuvaajana. Teoksessa: M. Lammi, M. Pantzar & T. Koivunen (toim.). Arjen kartat ja rytmit. Kuluttajatutkimuskeskuksen vuosikirja 2012, 35-63.
- Aalto, K., & Varjonen, J. 2014. Arjen kollektiiviset rytmit tutkimuksen kohteena. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.) Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohdissa. Kuluttajatutkimuskeskuksen kirjoja, 9.
- Alasuutari, M. 2010. Suunniteltu lapsuus. Keskustelut lapsen varhaiskasvatuksesta päivähoidossa. Tampere: Vastapaino.
- Andenæs, A. 2011. Chains of care: Organising the everyday life of young children attending day care. *Nordic Psychology* 2011, Vol. 63(2), 49-67.
- Bolger, N., Davis, A. & Rafaeli, E. 2003. Diary methods: Capturing life as it is lived. *Annual Review of Psychology*, 54, 579-616.
- De Schipper, J. C., Tavecchio, L. W., Van IJzendoorn, M. H., & Linting, M. 2003. The relation of flexible child care to quality of center day care and children's socio-emotional functioning: A survey and observational study. *Infant Behavior and Development*, 26(3), 300-325.
- Felski, R. 2000. *Doing time: Feminist theory and postmodern culture*. NYU Press.
- Fiese, B.H., Tomcho, T.J., Douglas, M., Josephs, K., Poltrock, S. & Baker, T. 2002. A review of research on naturally occurring family routines and rituals: Cause for celebration? *Journal of Family Psychology*. Vol. 16, No. 4, 381-390.
- Howe, G.W. 2002. Integrating family routines and rituals with other family research paradigms: Comment on the special section. *Journal of Family Psychology*. Vol. 16, No. 4, 437-440.

- Hujala, E., Parrila, S., Lindberg, P., Nivala, V., Tauriainen, L. & Vartiainen, P. 1999. Laadunhallinta varhaiskasvatuksessa. Oulun yliopisto. Varhaiskasvatuskeskus.
- Hännikäinen, M. 2001. Pienten lasten konfliktit. Teoksessa A. Helenius, K. Karila, H. Munter, P. Mäntynen & H. Siren-Tiusanen (toim.) Pienet päivähoidossa. Alle kolmivuotiaiden lasten varhaiskasvatuksen perusteita. Juva: WSOY.
- Ikonen, M. 2006. Lasten vuorovaikutus ja leikki yhteisöllisyyden rakentajana. Teoksessa: K. Karila, M. Hännikäinen, AR Nummenmaa & H. Rasku-Puttonen (toim.) Kasvatusvuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 149-165.
- Kalliala, M. (2012). Lapsuus hoidossa?: Aikuisten päätökset ja lasten kokemukset päivähoidossa. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Kekkonen, M. 2000. Perusturvallisuus päivähoidossa. [Helsinki]: Tehy.
- Kellegrew, D. H. 2000. Constructing daily routines: A qualitative examination of mothers with young children with disabilities. *American Journal of Occupational Therapy*, 54(3), 252-259.
- Kinnunen, U., Malinen, K., & Laitinen, K. 2009. Työn ja perheen yhteensovittaminen: perheiden kokemuksia ja ratkaisuja. Teoksessa: A. Rönkä, K. Malinen & T. Lämsä (toim.) Perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Jyväskylä: PS-kustannus, 125-147.
- Korvela, P. 2003. Yhdessä ja erikseen: Perheenjäsenten kotona olemisen ja tekemisendynamiikka. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus (Stakes).
- Korvela, P., Holmberg, M., Jonsson, M., & Kupiainen, A. 2009. Ajelehtivasta ankkuroituun arkeen-arkirytmien muuttamisen tukeminen perhetyössä sekvenssikartta-menetelmällä. Teoksessa H. Janhonen-Abreuah (toim.) Kodin arki, 103-119.
- Korvela, P., & Tuomi-Gröhn, T. 2014. Teoksen tausta ja tutkimustehtävät. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.) Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohtissa. *Kuluttajatutkimuskeskuksen kirjoja*, 9, 10-29.

- Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere; Vastapaino.
- Kremer-Sadlik, T., & Paugh, A. L. 2007. Everyday moments: Finding 'quality time' in American working families. *Time & Society*, 16(2-3), 287-308.
- Kyrönlampi-Kylmänen, T. 2007. Arki lapsen kokemana: eksistentiaalis-fenomenologinen haastattelututkimus. Lapin yliopisto.
- Larson, R.W. & Almeida, D.M. 1999. Emotional transmission in the daily lives of families; A new paradigm for studying family process. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 5-20.
- Lehto, A. M., & Sutela, H. 2008. Työolojen kolme vuosikymmentä: työolotutkimusten tuloksia 1977-2008. Tilastokeskus.
- Li, J., Johnson, S. E., Han, W. J., Andrews, S., Kendall, G., Strazdins, L., & Dockery, A. 2014. Parents' nonstandard work schedules and child well-being: A critical review of the literature. *The Journal of Primary Prevention*, 35(1), 53-73.
- Lounassalo, J. 2002. Pienten lasten päivähoidon kehitys ja perhepolitiikka. Teoksessa Helenius ym.(toim.) Pienet päivähoidossa-Alle kolmivuotiaiden lasten varhaiskasvatuksen perusteita. Helsinki: WSOY.
- Lämsä, T., Rönkä, A., Poikonen, P. L., & Malinen, K. 2012. The child diary as a research tool. *Early child development and care*, 182(3-4), 469-486.
- Malinen, K., Rönkä, A., Lämsä, T., Sevón, E., Poikonen, P. L., & Kinnunen, U. 2009. Päiväkirjamenetelmän toimivuus ja sovellusmahdollisuudet. Teoksessa A. Rönkä, K. Malinen & T. Lämsä (toim.) Perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Jyväskylä: PS-kustannus, 251-272.
- Malinen, K., & Rönkä, A. 2009. Mihin aika riittää. Teoksessa A. Rönkä, K. Malinen & T. Lämsä (toim.) Perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Jyväskylä: PS-kustannus, 179-202.
- Malinen, K., Rönkä, A., & Sevón, E. 2015. Mobile diary methods in studying daily family life. *Encyclopedia of mobile phone behavior*, 372-382.

- Mindell, J. A., Telofski, L. S., Wiegand, B., & Kurtz, E. S. 2009. A nightly bedtime routine: impact on sleep in young children and maternal mood. *Sleep*, 32(5), 599-606.
- Munter, H. 2001a. Lapsi aloittaa päivähoidon. Teoksessa A. Helenius, K. Karila, H. Munter, P. Mäntynen & H. Siren-Tiusanen (toim.), *Pienet päivähoidossa. Alle kolmivuotiaiden varhaiskasvatuksen perusteita*, 35-63. Helsinki: WSOY.
- Munter, H. 2001b. Pienten lasten vertaissuhteet ja ystävyys. Teoksessa A. Helenius, K. Karila, H. Munter, P. Mäntynen & H. Siren-Tiusanen (toim.) *Pienet päivähoidossa. Alle kolmivuotiaiden lasten varhaiskasvatuksen perusteita*. Helsinki: WSOY, 93-115.
- Myllyniemi, S. & Gissler, M. 2012. Teoksessa E. Pekkarinen, K. Vehkalahti & S. Myllyniemi (toim.) *Lapset ja nuoret instituutioiden kehyksissä. Nuorten elinolot-vuosikirja*, 116-127.
- Plowman, L., & Stevenson, O. 2012. Using mobile phone diaries to explore children's everyday lives. *Childhood*, 0907568212440014.
- Poikonen, P. L., & Lehtipää, R. 2009. Päivähoidon ja kodin jaettu kasvatustehtävä: kasvatuskumppanuus perheen voimavarana. Teoksessa A. Rönkä, K. Malinen & T. Lämsä (toim.) *Perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa*. Jyväskylä: PS-kustannus, 69-88.
- Presser, H.B. 2003. *Working in a 24/7 economy. Challenges for american families*. New York: Russell Sage Foundation.
- Rönkä, A., Kinnunen, U. & Sallinen, M. 2004. Päiväkirjamenetelmä perhepsykologisessa tutkimuksessa. *Psykologia* 3/2004.
- Rönkä, A., Kinnunen, U. & Sallinen, M. 2005. Vanhempien työ ja lasten hyvinvointi. Teoksessa P. Takala (toim.) *Onko meillä malttia sijoittaa lapsiin. Kelan erillisjulkaisuja*. Helsinki: Kelan tutkimusosasto, 170-186.

- Rönkä, A., Malinen, K., Sevón, E., Kinnunen, U., Poikonen, P. L., & Lämsä, T. 2009. Arki elämänalueiden leikkauspisteessä: johtopäätökset ja ehdotuksia perheiden arjen tukemiseksi. Teoksessa A. Rönkä, K. Malinen & T. Lämsä(toim.) *Perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa*. Jyväskylä: PS-kustannus, 273-295.
- Rönkä, A., & Korvela, P. 2009. Everyday family life: Dimensions, approaches, and current challenges. *Journal of Family Theory & Review*, 1(2), 87-102.
- Rönkä, A., Sevón, E., Räikkönen, E., & Hintikka, T. 2016. Manuscript: You have a message from Illi! The mobile diary in researching children's daily experiences. *Child Indicators Research*, 1-19.
- Sekki, S. 2011. Arjen voimavarojen haltuunotto. Teoksessa S. Fågel, M. Jonsson, P. Korvela & A. Kupiainen (toim.). *Arki Haltuun-sekvenssimenetelmä perhetyössä*, 149-167.
- Siippainen, A. 2012. Se tietynlainen vapaus että lapset tietää että koko talo on tyhjä. Vuorohoidon joustavat sukupolvisuhteet. Teoksessa E. Pekkarinen, K. Vehkalahti & S. Myllyniemi (toim.) *Lapset ja nuoret instituutioiden kehyksissä. Nuorten elinolot-vuosikirja*, 116-127.
- Siren-Tiusanen, H. 2001. Alle kolmivuotiaiden kehitys ja suotuisat varhaiskasvatuskäytännöt. Teoksessa A. Helenius, K. Karila, H. Munter, P. Mäntynen & H. Siren-Tiusanen (toim.) *Pienet päivähoidossa. Alle kolmivuotiaiden lasten varhaiskasvatuksen perusteita*. Juva: WSOY, 15-33.
- Siren-Tiusanen, H., & Tiusanen, E. 2001. Päivärytmi ja toiminnan rakentuminen. Teoksessa A. Helenius, K. Karila, H. Munter, P. Mäntynen & H. Siren-Tiusanen (toim.) *Pienet päivähoidossa. Alle kolmivuotiaiden lasten varhaiskasvatuksen perusteita*. Juva: WSOY, 65-85.
- Sirota, K. G. 2006. Habits of the hearth: Children's bedtime routines as relational work. *Text & Talk-An Interdisciplinary Journal of Language, Discourse Communication Studies*, 26(4-5), 493-514.
- Southerton, D. 2003. 'Squeezing Time': Allocating practices, coordinating networks and scheduling society. *Time & Society*, 12(1), pp. 5-25

- Southerton, D. 2006. Analysing the temporal organization of daily life: Social constraints, practices and their allocation. *Sociology*, 40(3), 435-454.
- Spagnola, M. & Fiese, B.H. 2007. Family routines and rituals: A context for development in the lives of young children. *Infants & Young Children*, Vol. 20, No. 4, 284-299.
- Steinglass, P., Bennett, L. A., Wolin, S. J., & Reiss, D. 1987. *The alcoholic family*. Basic Books.
- Strandell, H., & Jussila, A. 1995. Päiväkoti lasten kohtaamispaikkana: tutkimus päiväkodista sosiaalisten suhteiden kenttänä. *Gaudeamus*.
- Strazdins, L., Korda, R. J., Lim, L., Broom, D. H. & D'Souza, R. M. 2004. Around-the-clock: parent work schedules and children's well-being in a 24-h economy. *Social Science & Medicine*, 59 (7), 1517-1527.
- Strazdins, L., Clements, M.S., Korda, R.J., Broom, D.H. & D'Souza, R. M. 2006. Unsociable work? Nonstandard work schedules, family relationships, and children's well-being. *Journal of Marriage and Family* 68, May: 394-410.
- Tammelin, M. & Rönkä, A. 2013. Lapsiperheen arki ja 24/7- talous. Julkaisussa: Virkajärvi, Marjukka (toim) *Työelämän tutkimuspäivät 2012. Suomella töissä? Kestämistä ja kestävyyttä. Työelämän tutkimuspäivien konferenssijulkaisuja* : 4/2013. Sivut 306 -318.
- Vogel, M., Braungardt, T., Meyer, W., & Schneider, W. 2012. The effects of shift work on physical and mental health. *Journal of Neural Transmission*, 119(10), 1121-1132.
- Vuorohoidon työryhmä. 1998. Vuorohoito lasten päivähoidossa. Helsingin kaupunki. *Sosiaaliviraston julkaisusarja A1/1999*.
- Whalen, C. K., Henker, B., Ishikawa, S. S., Jamner, L. D., Floro, J. N., Johnston, J. A., & Swindle, R. (2006). An electronic diary study of contextual triggers and ADHD: Get ready, get set, get mad. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 45(2), 166-174.
- Åkerstedt, T., & Wright, K. P. 2009. Sleep loss and fatigue in shift work and shift work disorder. *Sleep Medicine Clinics*, 4(2), 257-271.

Verkkolähteet:

Lasten päivähoito 2010 – Kuntakyselyn osaraportti. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2011/Tr37_11.pdf.
[Luettu 16.10.2014](#)

Perheet 24/7 tutkimushankkeen tiivistelmä
http://www.jamk.fi/globalassets/tutkimus-ja-kehitys--research-and-development/tki-projektien-lohkot-ja-tiedostot/perheet-24_7/36907_perheet_247_tivistelma_logolla_2012.pdf. Luettu 16.10.2014

Perheet 24/7 tutkimushankkeen tuloksia
http://www.jamk.fi/globalassets/tutkimus-ja-kehitys--research-and-development/tki-projektien-lohkot-ja-tiedostot/perheet-24_7/41266_perheet_24-7_raportti.pdf. Luettu 16.10.2014

Pienten lasten perhearki-hanke https://www.jyu.fi/edu/laitokset/kas/tutkimus/tutkimushankkeet/pienten_lasten_arki. Luettu 1.4.2015

Sallinen, M. 2006. Nuoret perheessä: päiväkirjatutkimus perheen arjesta työssäkäyvien vanhempien ja heidän kouluikäisten lastensa kokemana. Teoksessa T. Wilska & J. Lähteenmaa (toim.) Kultainen nuoruus. Kurkistuksia nuorten hyvinvointiin ja sen tutkimiseen. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisusarja. Saatavissa: http://www.nuorisotutkimusseura.fi/tiedoston_katsominen.php. Luettu 16.11.2016.

Yle.fi: Aukioloaikojen vapauttaminen kiristi kilpailua ja työntekijöiden arkea
<http://yle.fi/uutiset/3-9224047> Luettu 1.11.2016.