

**This is a self-archived version of an original article. This version may differ from the original in pagination and typographic details.**

**Author(s):** Sorkkila, Matilda

**Title:** Poikkeusaika vaikutti perheiden hyvinvointiin eri tavoin

**Year:** 2020

**Version:** Published version

**Copyright:** © Kirjoittaja & Jyväskylän yliopisto, 2020

**Rights:** CC BY 4.0

**Rights url:** <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

**Please cite the original version:**

Sorkkila, M. Poikkeusaika vaikutti perheiden hyvinvointiin eri tavoin. Ruusupuiston kärkiuutiset, (3). <https://peda.net/id/44a81a04014>



# Ruusupuiston kärkiuutiset

KASVATUS- JA KOULUTUSUUTISIA JYVÄSKYLÄN YLIOPISTOSTA



 [Sisäänkirjautuminen](#)

[Jyväskylä...](#) [Ruusupuisto...](#) [Uutis...](#) [3/20...](#) [Poikkeusaika vaikutti perheiden hyvinvointiin eri ta...](#)

## Poikkeusaika vaikutti perheiden hyvinvointiin eri tavoin



*Koronavirusepidemiaan liittyvän poikkeusajan vuoksi useimmat perheet joutuivat äkillisesti eristytymään koteihinsa ja tekemään ansiotöitä, kotitöitä, hoitamaan lapsia sekä auttamaan lapsia etäkoulussa samanaikaisesti. Lisäksi vapautta ja sosiaalisia kontakteja rajoitettiin. Miten perheet selviytyivät poikkeusajasta? Entä miten voitaisiin varautua perheiden kannalta paremmin koronavirusepidemian toiseen aaltoon? Muun muassa näihin kysymyksiin selvitimme vastauksia Vanhemmuuden voimavara- ja kuormitustekijät poikkeusajana (VoiKu-COVID-19) -tutkimuksessa.*

## Vanhemmat jakautuivat hyvin ja huonosti voiviin

Toteutimme VoiKu-COVID-19 -internetkyselyn poikkeusajana keväällä 2020 tarkoituksenamme selvittää, millaiset tekijät toisaalta tukivat ja toisaalta kuormittivat perheiden jaksamista koronakriisin alla. Kyselyymme vastasi 1 105 vanhempaa eri puolilta Suomea, joista 88 prosenttia oli äitejä. Vanhemmat tuntuivat kokevan tilanteen eri tavoin ja jakautuvan pääsääntöisesti hyvin ja huonosti voiviin vastauksissaan. Vanhemmista 54 prosenttia näki poikkeusajan synkkänä tai toivottomana, kun taas 44 prosenttia näki ajan valoisana tai toiveikkaana. Vain kaksi prosenttia vastaajista koki poikkeusajan neutraalina.

Vaikutti siltä, että jo aikaisemmin suhteellisen hyvinvoivat perheet voivat jopa entistä paremmin poikkeusajana. Useat vanhemmat kertoivatkin olevansa erityisen onnellisia ja nauttivan kiireettömyydestä ja ajasta lastensa kanssa. Voimavaroja vanhemmille tuottivat muun muassa yhteydenpito läheisiin ihmisiin, tuki ja ymmärrys työpaikalta sekä toimiva yhteistyö koulun ja päivähoidon kanssa. Haavoittuvassa asemassa olevat perheet puolestaan vaikuttivat voivan poikkeusajana entistäkin huonommin jäädessään mahdollisten tukiverkkojen ja -palveluiden ulkopuolelle. Kuormitusta aiheuttivat muun muassa perheen taloudelliset vaikeudet, vähäinen tuki koulusta tai päivähoidosta, haasteet työn ja perhe-elämän yhteensovittamisessa, yksinjäämisen kokemukset sekä tuen ja palveluiden heikko saatavuus.

Vanhemmista useat kertoivat, että eivät olleet yrityksistään huolimatta saaneet apua mistään. Kaikista vanhemmista 20–30 prosenttia koki uupumisoireita poikkeusaikana vähintään viikoittain. Uupumus puolestaan oli yhteydessä vanhemman lapseensa kohdistamaan väkivaltaan ja laiminlyönteihin. Erityisesti lapsiin kohdistuvat riskitekijät tekevät vanhemmuuden uupumuksen varhaisesta tunnistamisesta ja ennaltaehkäisystä ensiarvoisen tärkeää myös eristäytymisen aikana.

## Mitä poikkeusajasta voisi oppia?

Poikkeusaika alkoi äkillisesti, ja mahdollisuudet perheiden tukitoimien ja -palveluiden turvaamiseen olivat rajalliset. Toiseen aaltoon ja sen mukana tuomaan uuteen eristäytymiseen on kuitenkin mahdollista varautua ja oppia aikaisemmasta. Olisi entistäkin tärkeämpää tunnistaa riskiperheet ajoissa ja turvata heille tarvittava tuki ja yhteydenpito. Mistä saada apua, jos yksinhuoltajaperheen vanhempi sairastuu itse koronaan poikkeusaikana? Mitä käy hänen lapsilleen? Muun muassa näihin kysymyksiin moni vanhempi ei ollut saanut keväällä vastausta. Perheille olisi oltava saatavilla esimerkiksi yksi keskitetty puhelinnumero, josta saisi tietoa lapsiperheiden palveluista ja tuista. Niin valtio ja kunnat kuin ystävät ja sukulaisetkin voisivat lisäksi tarjota perheille lasten ulkoilutus- ja ruoka-apua. Useat vanhemmat myös toivoivat verkossa järjestettäviä tukiryhmiä aikuisille ja lapsille, ymmärrystä ja joustoa työpaikoilta sekä selkeämpää ja aktiivisempaa yhteydenpitoa kouluista ja päiväkodeista.

Jotkut vanhemmat voivat hyvin poikkeusaikana, ja osa toivoi jopa mahdollisuutta jäädä kiireettömään ja perhekeskeiseen poikkeusaikaan. Onko perhe-elämä suomalaisessa nyky-yhteiskunnassa liian hektistä ja suorituskeskeistä, jos suuri osa vanhemmista tuntee helpotusta ja kokee elävänsä arvojensa mukaista elämää vasta kriisin hetkellä?

Jatkossa tarkastelemme kansainvälisin vertailuin, miten suomalaisvanhemmat ovat voineet poikkeusaikana verrattuna muiden maiden vanhempiin. On mielenkiintoista nähdä, miten eri kulttuureissa eristäytymisen vaikutukset on koettu ja onko esimerkiksi perhekeskeisyydellä ollut suojaavaa vaikutusta vanhempien jaksamiselle.

*Matilda Sorkkila*



**Matilda Sorkkila**, FT, on hyvinvoinnin psykologian dosentti, joka toimii Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksella tutkijatohtorina. Sorkkila johtaa yhdessä professori **Kaisa Aunolan** kanssa **Vanhemmuuden Voimavara-** ja **Kuormitustekijät (VoiKu)-** sekä **VoiKu-COVID-19**-tutkimushankkeita ja on kiinnostunut ihmisten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemisesta.

Lähetä palautetta kirjoittajalle: [matilda.sorkkila@jyu.fi](mailto:matilda.sorkkila@jyu.fi)

Kuvat: Martti Minkkinen

**Seuraava |** [Palaa pääsivulle](#)

0 kommenttia