

**VANHEMPIEN KOKEMUKSIA
TYÖN JA PERHEEN YHTEENSOVITTAMISESTA
PIKKULAPSIPERHEIDEN ARJESSA**

Katja Laitinen

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma

Jyväskylän yliopisto

Varhaiskasvatuksen laitos

Kevät 2007

TIIVISTELMÄ

Laitinen, K. 2007. Vanhempien kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisesta pikkulapsiperheiden arjessa. Jyväskylän yliopisto. Varhaiskasvatuksen laitos. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. 69 sivua + 3 liitesivua.

Tämän pro gradu -tutkimuksen lähtökohtana on Belskyn (1984) vanhemmuuden prosessimalli, jossa vanhempien työn nähdään vaikuttavan merkityksellisesti vanhemmuuteen. Tutkimustehtävänä oli selvittää vanhempien kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisesta sekä näiden kokemusten vaikutusta perheen vuorovaikutukseen. Kolmen tutkimusongelman avulla selvitettiin, miten vanhemmat kokevat työn ja perheen yhteensovittamisen, miten vanhempien työ vaikuttaa vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen sekä miten vanhempien työssä kokemat tunteet siirtyvät kotiin.

Tutkimusmenetelminä käytettiin kyselylomaketta ja kännykkäpäiväkirjaa. Kyselylomakkeen avulla pyrittiin kartoittamaan vanhempien pysyviä kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisesta ja päiväkirjamenetelmän avulla yksilön tunteiden dynaamisuutta. Tutkimukseen osallistui 131 työssäkäyvää äitiä ja 130 isää, joilla oli vähintään yksi päiväkotikäinen lapsi. Heistä 45 äitiä ja 43 isää osallistui päiväkirjaosuuteen.

Vanhemmat kokivat työn ja perheen yhteensovittamisen pääasiassa myönteisesti. Työssä koetut positiiviset asiat siirtyivät perhe-elämään vahvemmin kuin kielteiset. Arkea häiritsivät kuitenkin työhön ja perheeseen liittyvät velvollisuudet sekä ajankäytön ongelmat, joita vanhemmat olivat helpottaneet tekemällä erilaisia järjestelyjä kyseisillä elämänalueilla. Vanhempien kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisesta selittivät työssä koettu uupumus sekä työaikojen ja lapsen päivähoitoaikojen yhteensopivuus. Lisäksi isien kokemuksia selittivät kotona työn vuoksi tehdyt uhraukset. Vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen vanhempien työ ei vaikuttanut merkittävästi. Työstä kotiin siirtyivät sekä negatiiviset että positiiviset tunteet. Erityisesti vanhempien kokemalla rasittuneisuudella ja stressaantuneisuudella oli vahva yhteys työn ja kodin välillä.

Avainsanat: työ, perhe, arki, siirranta, vuorovaikutus

Keywords: work, family, daily life, spillover, interaction

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	PERHE LAPSEN KASVUYMPÄRISTÖNÄ	7
2.1	Perheiden yksilöllisyys ja moninaisuus	7
2.2	Vanhemmuus lapsiperheessä	9
2.3	Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus	11
3	TYÖN JA PERHEEN YHTEENSOVITTAMINEN	13
3.1	Työn ja perheen välinen vuorovaikutus.....	13
3.2	Roolien ristiriidat.....	16
3.3	Tunteiden siirräntä perheessä.....	19
3.4	Lapsi työn ja perheen yhteensovittamisen palapelissä	21
3.5	Työn yhteys perheiden vapaa-aikaan	22
4	TUTKIMUSONGELMAT	25
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	27
5.1	Aineiston keruu	27
5.2	Tutkimusjoukko	28
5.3	Tutkimusmenetelmät ja muuttujat.....	31
5.3.1	Kyselylomake	31
5.3.2	Päiväkirjamenetelmä.....	34
5.4	Aineiston analyysi	37
6	TULOKSET.....	40
6.1	Kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisesta.....	40
6.1.1	Työn ja perheen yhteensovittamista selittävät monet eri tekijät	40
6.1.2	Vanhempien työ vaikuttaa myönteisesti perheeseen	42
6.1.3	Työn ja perheen yhteensovittamisen haastava arki	43
6.2	Työn vaikutus vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen.....	48
6.3	Tunteiden siirräntä työstä kotiin.....	50

7	POHDINTA.....	56
7.1	Tulosten yhteenveto.....	56
7.2	Tutkimuksen arviointia.....	60
7.3	Tutkimustulosten soveltaminen ja jatkotutkimusehdotuksia.....	62
	LÄHTEET.....	64
	Liite 1: Suostumuslomake.....	70
	Liite 2: Analyysirunko 1.....	71
	Liite 3: Analyysirunko 2.....	72

1 JOHDANTO

Vanhempien työ on muuttanut perheiden arkea merkittävästi viimeisten vuosikymmenien aikana. Lahikaisen (2004, 355) mukaan arki on pilkkoutunut kaikkien perheenjäsenten osalta, ja arkea määrittävät perheen ulkopuoliset instituutiot kuten työ, päiväkotit ja harrastukset. Kuivakangas (2002, 43) toteaa, että kiire rytmittää perheiden arkea ja aika kuluu erilaisten aikataulujen yhteensovittamiseen. Saulin (2003, 48–49) mukaan työssäkäynti on yleisempää lapsiperheissä kuin muissa kotitalouksissa ja pienten lasten äidit ovat tiiviisti mukana työelämässä. Vuonna 1998 jopa 45 prosenttia 1–2-vuotiaiden lasten äideistä kävi töissä (Sauli 2003, 49). Vanhempien työn vuoksi lapset viettävätkin suuren osan päivästäan erilaisissa hoitoinstituutioissa, kuten päiväkodissa. Jokaisen perheenjäsenen päivän aikana kokemat asiat ja tunteet ovat yksilöllisiä, ja ne siirtyvät yksilön kokemusmaailman mukana perheen vuorovaikutukseen.

Sinkkosen ja Kinnusen (1996, 97) mukaan perhe ja työ ovat kaksi tärkeintä elämänaluetta sekä äideille että isille. Työn ja perheen yhteensovittamista on tutkittu paljon sekä Suomessa että kansainvälisesti, mutta pikkulapsiperheiden näkökulma on jäänyt tutkimuksissa lähes huomiotta. Kuitenkin työn ja perheen yhteensovittamisen uskotaan olevan haastavinta juuri pikkulapsiperheessä (Rantanen & Kinnunen 2005). Belskyn (1984) kuvaaman vanhemmuuden prosessimallin mukaan muun muassa vanhempien työ vaikuttaa vanhemmuuteen merkittävästi. Myös Valkonen (2006, 100) on todennut, ettei vanhemmuutta voi erottaa muusta aikuisen elämästä. Se, mitä aikuisen elämässä tapahtuu, vaikuttaa sekä vanhemmuuteen että perheeseen merkittävästi. Lahikainen

(2004, 351) toteaakin, että työelämä vie vanhemmat pois kodista ja samalla tuo työn koteihin. Työ ja perhe ovat keskeisiä elämänsisältöjä ja siksi on tärkeää tarkastella niiden yhteensovittamista ja niiden vaikutuksia toisiinsa.

Työ ei ole ainoa vanhemmuutta määrittelevä tekijä, mutta tässä tutkimuksessa sen merkitys perheen dynamiikassa nähdään keskeisenä. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää vanhempien kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisesta sekä näiden kokemusten vaikutusta perheen vuorovaikutukseen. Tutkimustehtävääni pyrin selvittämään kolmen tutkimusongelman avulla: 1. Miten vanhemmat kokevat työn ja perheen yhteensovittamisen? 2. Miten vanhempien työ vaikuttaa vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen? 3. Miten vanhempien työssä kokemat tunteet siirtyvät kotiin? Työn ja perheen yhteensovittamista tarkastellaan siirräntämallin pohjalta, jossa vanhempien päivän aikana kokemien positiivisten ja negatiivisten asioiden ja tunteiden oletetaan siirtyvän työstä kotiin.

Työni alussa käsittelen perhettä lapsen kasvuympäristönä. Perheet ovat yksilöllisiä, moniäänisiä ja dynaamisia, ja näistä näkökulmista perhettä tarkastellaan koko tutkimuksen ajan. Työni kolmannessa luvussa käsittelen aikaisempien tutkimusten pohjalta työn ja perheen yhteensovittamista, vanhempien kokemuksia sekä tunteiden siirräntää. Kokeemukset työssä ja kotona vaikuttavat vanhempien hyvinvointiin ja samalla koko perheen vuorovaikutukseen. Seuraavaksi kuvaan tutkimukseni tarkat tutkimusongelmat. Viidennessä luvussa kuvaan tutkimuksen toteuttamisen tutkittavien rekrytoinnista aineiston analyysiin. Kuudennessa luvussa tuon esiin tutkimustulokseni, joiden mukaan vanhemmat kokevat onnistuneensa työn ja perheen yhteensovittamisessa hyvin ongelmista ja haasteista huolimatta. Lopuksi pohdin toteutettua tutkimusta kokonaisuutena ja esitän jatkotutkimusehdotuksia.

2 PERHE LAPSEN KASVUYMPÄRISTÖNÄ

2.1 Perheiden yksilöllisyys ja moninaisuus

Suomalaisten lasten arjen keskeinen toimintaympäristö on perhe (Alanen & Bardy 1990, 33). Vuoden 2005 lopussa Suomessa oli noin 1 426 000 perhettä, joista lapsiperheitä oli noin 592 000. Näistä alle kouluikäisten lasten perheitä oli noin 277 600. Lapsiperheisiin kuului 42 prosenttia väestöstä. 62 prosenttia lapsiperheiden vanhemmista oli avioliitossa. Avoparien lapsiperheitä oli 18 prosenttia ja yksinhuoltajaperheitä 17 prosenttia. (Tilastokeskus 2005a; 2005b.)

Perheet ovat moninaisia, ja ne muotoutuvat jokaisen yksilöllisen elämäntilanteen myötä. Tässä tutkimuksessa perheen muodostavat kuitenkin vanhemmat ja lapset. Gillis (2003, 149) toteaaakin, että vasta lapset muodostavat perheen. Hän kuvaa modernia perheaikaa lapsille omistautuneeksi ajaksi, ja esimerkiksi viikonloput vietetään yhdessä lasten kanssa (Gillis 2003, 149). Lapset nähdään keskeisessä asemassa perheen dynamiikassa, ja jokainen perheenjäsen vaikuttaa osaltaan perheen arjen rakentumiseen. Perheet rakentuvat vuorovaikutuksessa sen eri jäsenten kesken. Esimerkiksi vanhempia koskevat elämäntapahtumat vaikuttavat lapsiin (Alanen & Bardy 1990, 39) ja lapset vaikuttavat käyttäytymisellään vanhempiin. Perheet kehittyvätkin ajan myötä (Gillis 2003, 149).

Tässä tutkimuksessa perhe nähdään dynaamisena ja muuttavana yksikkönä, jossa perheenjäsenet vaikuttavat toisiinsa (Pinsof 1992). Perheeseen vaikuttavat sekä perheen sisäiset että ulkoiset tekijät, kuten lapsen temperamentti ja vanhempien työ. Perheet ovatkin yksilöllisiä ja moninaisia, ja samalla jokainen perhe rakentaa arjestaan omannäköisensä. Perhe on moniääninen kokonaisuus, ja sen jäsenet kokevat perhe-elämän jossain määrin eri tavoin (Galinsky 2000; Larson & Richards 1994). Dicksteinin (2002, 441) mukaan perheissä onkin useita tasoja, joista jokainen toimii itsenäisesti, mutta samalla vuorovaikutuksessa muiden kanssa.

Myös McMasterin malli kuvaa perhettä eri tasojen pohjalta. Malli pohjaa perheen sisäiseen vuorovaikutukseen, ja perhettä voidaan ymmärtää vain tarkastelemalla sitä kokonaisuutena. Kaikki perheenjäsenet vaikuttavat toisiinsa, ja perheen tavat ja rakenne vaikuttavat vahvasti perheenjäsenten käyttäytymiseen. McMasterin malli keskittyy kuitenkin perheen vuorovaikutuksen ongelmiin. (Miller, Ryan, Keitner, Bishop & Epstein 2000, 169–172.) Perheenjäsenet voivat antaa toisilleen myös voimavaroja ja tukea selviytyä jokapäiväisestä arjesta. He voivat esimerkiksi tarjota hyvät edellytykset yksilöiden kasvulle ja kehitykselle sekä auttaa toisiaan selviytymään haasteellisista asioista, kuten kriiseistä ja muutoksista.

Perhe on myös osa laajempaa kokonaisuutta. Perheen sisäisen vuorovaikutuksen lisäksi Bronfenbrenner (1980) korostaa ekologisessa teoriassaan yksilön ja ympäristön välistä vuorovaikutusta. Teorian pohjalta huomio suunnataan sekä yksilön ja ympäristön että eri ympäristötasojen vuorovaikutukseen. Perhesysteemissä voidaan perheen sisäisen mikrotason lisäksi erottaa perheen yhteydet muihin perheen ulkopuolisiin instituutioihin, kulttuuriin ja yhteiskuntaan. Yksilön kehityksen kannalta relevantti ympäristö ei rajoitukaan ainoastaan yksilön lähiympäristöön, vaan laajenee lähiympäristöjen välisiin suhteisiin sekä laajempiin ulkopuolisiin ympäristövaikutuksiin. Myös Lahikaisen (2004, 355) mielestä perheen arjen muutokset johtuvat sekä vanhemmista että lapsista, jotka ovat osallisina muissa yhteiskunnallisissa järjestelmissä.

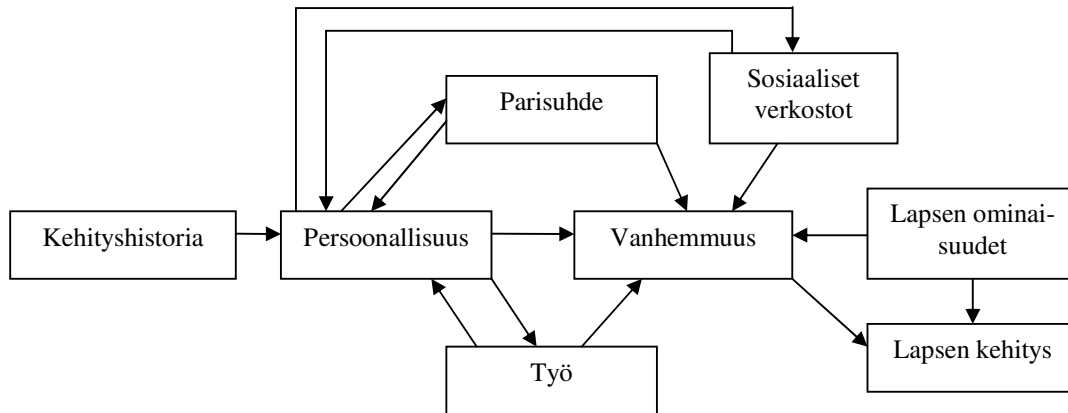
Schoon ja Parsons (2002, 270) toteavat, että tasapainoinen ja tukeva perheympäristö on ihanteellinen ympäristö lapsen kasvulle ja kehitykselle. Lasten terveys ja hyvinvointi ovat yhteydessä perheen kykyyn vastata lapsen fyysisiin, henkisiin ja sosiaalisiin tarpei-

siin (Schor 1995). Myös Gottfried, Gottfried & Bathurst (2002) toteavat, että tutkimustulosten mukaan lapsen kotiympäristö on esimerkiksi vanhempien työllisyystilannetta tärkeämpi osatekijä siihen, miten lapset selviytyvät kasvaessaan. Huolehtivat vanhemmat uhraavat omaa aikaansa ja etsivät keinoja sopeuttaa omat aikataulunsa ja tarpeensa lapsen tarpeisiin.

2.2 Vanhemmuus lapsiperheessä

Yksi keskeinen osa lapsiperheiden arkea on vanhemmuus. Leinonen (2004, 177) kuvaa vanhemmuutta isänä ja äitinä olemisen tapana, jolla vanhemmat ovat lastensa kanssa auttaakseen heitä kasvamaan hyvinvoiviksi aikuisiksi. Vanhemmuus rinnastetaan usein kasvatukseen. Lasta ei nähdä niinkään vanhemman kasvatuksen passiivisena kohteena, vaan vanhemmuus viittaa lapsen ja vanhemman väliseen vastavuoroiseen suhteeseen, jossa vanhemmalla on päävastuu.

Vanhemmuutta määrittävät monet eri tekijät. Belsky (1984, 84) kuvaa vanhemmuutta monimuotoiseksi ilmiöksi, johon vaikuttavat vanhempien ja lasten yksilölliset ominaisuudet sekä heidän sosiaalinen ympäristönsä. Muun muassa vanhempien parisuhteen laatu, perheen sosiaaliset verkostot ja vanhempien kokemukset työstään vaikuttavat epäsuorasti siihen kontekstiin, jossa vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus ilmenee. Belsky (1984, 83–84) esittääkin, että ympäristössä on paljon erilaisia stressin ja tuen lähteitä, jotka rakentavat vanhemmuuden kokemuksia. Esimerkiksi vanhempien työ ja perheen sosiaaliset verkostot vaikuttavat vanhemmuuteen epäsuorasti vanhempien psyykkisen hyvinvoinnin kautta. Belskyn (1984, 84) vanhemmuuden prosessimalli kuvaakin vanhemmuutta monien tekijöiden summana (kuvio 1).



KUVIO 1 Prosessimalli vanhemmuuteen vaikuttavista tekijöistä (Belsky 1984, 84)

Lapset vaikuttavat vanhemmuuden rakentumiseen ja kokemiseen. Vanhemman ja lapsen suhde onkin vastavuoroinen. Lapsen persoonallisuus vaikuttaa vanhemman käyttäytymiseen ja vanhempi puolestaan vaikuttaa toiminnallaan lapsen kehitykseen. Näitä vaikutuksia ei kuitenkaan voida tarkastella irrallaan perheen sosiaalisesta kontekstista, sillä samat ominaisuudet voivat johtaa erilaisiin kehityksellisiin tuloksiin erilaisissa ympäristöissä. Esimerkiksi lapsen sukupuolella on suuri merkitys siinä, miten lasta kohdellaan. Lapsen sukupuolen on todettu vaikuttavan muun muassa isän ja lapsen vuorovaikutussuhteeseen: isät toimivat erilailla poikien kuin tyttöjen kanssa. (Belsky, Lerner & Spanier 1984, 92–94.) Esimerkiksi Manloven ja Vernon-Feagansin (2002) tutkimuksessa isien raportoitiin olevan enemmän saatavilla pojille kuin tytöille ja osallistuvan enemmän poikien kuin tyttöjen hoitoon.

Vanhemmuus vaikuttaa lapsen kasvuympäristöön. Galambos, Sears, Almeida ja Kolaric (1995, 201–202) kuvaavat perheprosessimallissaan, kuinka vanhempien työ vaikuttaa lasten käyttäytymiseen. Vanhempien työkokemukset vaikuttavat lasten kehitykseen. Työolosuhteet, vanhempien kohtaamat konfliktit ja ylläpito voivat johtaa työstressiin, joka vaikuttaa myös kotona vanhemman ja lapsen välisiin suhteisiin sekä lapsen käyttäytymiseen. Saisto, Salmela-Aro, Nurmi ja Halmesmäki (2004) toteavat kuitenkin, että vanhemmuuden stressin kokemukset ovat melko harvinaisia suomalaisilla vanhemmilla. Myös Malisen, Härmän, Sévonin ja Kinnusen (2005, 55) tutkimuksessa noin 60 % äideistä ja kaksi kolmasosaa isistä kertoi kokevansa vanhemmuuden stressiä vähän tai ei ollenkaan. Noin kolmannes koki vanhemmuuden stressiä jonkin verran. Vanhemmuus ja vanhempien hyvinvointi integroituvatkin arjessa toisiinsa (Belsky 1984, 85). Työhy-

vinvoinnin vaikutuksia perhe-elämään ei voi kieltää, mutta Galamboksen ym. (1995) perheprosessimalli käsittelee lähinnä työn negatiivisia vaikutuksia vanhemmuuteen. Työn vaikutukset voivat olla myös myönteisiä ja antaa tukea vanhemmuuteen.

2.3 Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus

Vanhemmuuteen ja perheen vuorovaikutukseen vaikuttaa merkityksellisesti vanhemman ja lapsen välinen suhde. Malisen, Härmän, Sévonin ja Kinnusen (2005, 51) tutkimuksessa pienten lasten vanhemmuudesta välittyi myönteinen kuva. Lähes kaksi kolmasosaa äideistä ja isistä kuvasi suhdetta lapseensa hyväksi tai erittäin hyväksi. Lapsen hyväily, hänen kanssaan juttelu, arvostuksen ilmaiseminen lapselle ja lapsen kuuntelu olivat yleisiä toimia pienten lasten äideille ja isille. Sen sijaan lapsen kanssa leikittiin ja omia puuhia keskeytettiin lapsen tarvitessa huomiota hieman harvemmin kuin edellä mainittuja toimintoja.

Kettusen, Kratsin ja Kinnusen (1996, 83–89) tutkimuksessa noin 80 prosenttia vanhemmista kuvasi omaa lastenkasvatustaan lapsikeskeiseksi ja ohjaavaksi. Lapsikeskeiseen kasvatukseen liittyi lapsen rohkaisu, kunnioittaminen ja arvostaminen sekä hyvä lapsen ja vanhemman välinen suhde. Ohjaavaa kasvatusta oli tietoisuus lapsen kiinnostuksen kohteista ja päivän tapahtumista sekä lapsen mieltymysten huomioon ottaminen. Parisuhteen hyvä laatu ja luottavainen perheilmapiiri vaikuttivat lapsikeskeisen kasvatustyylin omaksumiseen. Vanhemman ja lapsen välisellä vuorovaikutuksella sekä parisuhteen laadulla oli merkitystä vanhemmuuden kokemiseen, kuten myös Belsky (1984) vanhemmuuden mallissaan esittää.

Vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa herää toisinaan kuitenkin myös kielteisiä tunteita. Malisen ym. (2005, 53) tutkimuksessa noin puolet äideistä ja isistä koki lapsen ärsyttävän häntä silloin tällöin. 18 prosenttia äideistä ja 12 prosenttia isistä koki lapsen ärsyttävän usein tai hyvin usein. Ero äitien ja isien välillä voi osin selittyä sillä, että äidit viettävät lastensa kanssa enemmän aikaa kuin isät. Leinonen (2004) on-

kin todennut, että suomalaiset äidit ovat lastensa kanssa vuorovaikutuksessa isiä enemmän. Äidit ovat useammin lastensa tukijoita ja he ovat emotionaalisesti läheisempiä vanhempia. Lisäksi he ovat useammin rajojen asettajia.

Yleisesti ottaen äitien ja isien vanhemmuus on laadukasta, lasten kanssa vietetään aikaa ja heistä huolehditaan. Malisen ym. (2005, 64) tutkimus kuitenkin osoittaa vanhemmuuden sukupuolittuneisuuden. Erityistä huomiota pitäisi kiinnittää sekä äitien jaksamiseen että isien innostamiseen ja mahdollisuuksien tarjoamiseen miesten täysivaltaiseen vanhemmuuteen. Erityisesti pienten lasten vanhempana oleminen rajoittaa muita elämäntilanteita, kuten parisuhdetta, työtä, harrastuksia, ystävien tapaamista ja jopa kodinhoitoa (Malinen ym. 2005, 49). Usein toistuvina tällaiset tuntemukset voivat heikentää vanhempana toimimista (Crnic & Low 2002). Tämän vuoksi lasten hoidon ja kasvatuksen vastuun tasapuolinen jakaminen voisi antaa erityisesti äideille myönteisiä voimavaroja vanhemmuuteen.

3 TYÖN JA PERHEEN YHTEENSOVITTAMINEN

3.1 Työn ja perheen välinen vuorovaikutus

Työn ja perheen yhteensovittamisessa on useita ulottuvuuksia. Työn ja perheen välisellä tasapainolla tarkoitetaan yleisesti sitä, että nämä kaksi elämäneluetta ovat integroituneet tai ovat harmoniassa keskenään. Niiden oletetaan olevan tasapainossa, kun työn ja perheen roolien välillä ei ole ristiriitoja ja ne eivät häiritse toisiaan. Viimeaikaiset tutkimukset ovat kuitenkin osoittaneet, että työn ja perheen välinen tasapaino on muutakin kuin ristiriitojen puuttumista. (Frone 2003, 145.) Muun muassa Grzywacz ja Marks (2000) ovat osoittaneet, että toinen työn ja perheen välisen tasapainon tekijä on positiivinen kokemusten siirräntä. Työn ja perheen yhteensovittamisesta voidaan erottaa neljäloukkainen malli (taulukko 1), jossa kokemusten siirräntää tapahtuu positiivisesti ja negatiivisesti sekä kodista työhön että työstä kotiin (Frone 2003, 146).

TAULUKKO 1 Työn ja perheen yhteensovittamisen ulottuvuudet Fronen (2003, 146) mukaan

	Kielteinen	Myönteinen
Työ-perhe	Työstä perheeseen suuntautuva ristiriita	Työstä perheeseen suuntautuva myönteinen vuorovaikutus
Perhe-työ	Perheestä työhön suuntautuva ristiriita	Perheestä työhön suuntautuva myönteinen vuorovaikutus

Työn ja perheen vuorovaikutusta on pyritty selittämään monen eri teorian avulla. Erillisyysteorian mukaan työ ja perhe eivät vaikuta toisiinsa, vaan ne nähdään erillisinä toimintaympäristöinä (Zedeck 1992, 9–10). Esimerkiksi työssä koettujen negatiivisten kokemusten ei anneta vaikuttaa vapaa-aikaan. Tämä voi johtua yksilön tietoisesta pyrkimyksestä pohtia työasioita vain töissä ja käsitellä perheasioita vain kotona (Rantanen & Kinnunen 2005, 231). Korvaavuusteorian mukaan yksilö puolestaan pyrkii tasapainottamaan eri elämänalueiden vaikutuksia toisiinsa. Esimerkiksi koettuaan negatiivisia kokemuksia työssä yksilö hakeutuu vapaa-ajallaan tietoisesti hänelle mielihyvää tuottaviin toimintoihin ja pyrkii näin tasapainottamaan vastakkaisia kokemuksiaan. (Sirgy, Efraty, Siegel & Lee 2001, 245.)

Tässä tutkimuksessa työn ja perheen vuorovaikutusta tarkastellaan lähinnä siirräntäteorian näkökulmasta. Siirräntäteorian mukaan kokemukset yhdellä elämänalueella vaikuttavat toiseen (Barling 1990, 12). Esimerkiksi työtyytyväisyys vaikuttaa myönteisesti myös muihin elämänalueisiin, kuten perheeseen ja vapaa-aikaan (Sirgy ym. 2001, 244). Vastaavasti työuupumus saa aikaan väsymyksen tunteita ja vaikeuksia myös perhe-elämässä. Yksilön myönteisten ja kielteisten elämäkokemusten oletetaan siis siirtyvän samanlaisina elämänalueelta toiselle. (Rantanen & Kinnunen 2005, 231.) Työn ja perheen vuorovaikutusta selittäviä malleja ei kuitenkaan yksittäin pidetä riittävän käsitteellisenä perustana ymmärtämään tätä monimuotoista vuorovaikutusta (Frone 2003, 147).

Työn ja perheen yhteensovittamisen uskotaan olevan haastavinta pikkulapsiperheissä (Rantanen & Kinnunen 2005). Malinen ym. (2005, 73) toteavat, että työ vie vanhemmilta aikaa ja voimia, ja työajan jälkeen lapset vaativat heiltä läsnäoloa ja monenlaista toimintaa. Lapsiperheiden vanhemmat ovat kuitenkin paremmin työllistyneitä kuin työikäinen väestö keskimäärin. Joka toisen lapsen molemmat vanhemmat kävivät töissä 1990-luvun lopulla, mutta työssäkäynti vaihteli lasten iän ja vanhemman sukupuolen mukaan. Esimerkiksi äitien työssäkäynti lisääntyi lapsen täytettyä kolme vuotta. (Sauli 2000, 119–123.)

Työn on todettu vievän aikaa ja voimavaroja enemmän perhe-elämältä kuin päinvastoin (Rantanen ja Kinnunen 2005). Malisen ym. (2005, 73) tutkimukseen osallistuneista naisista ja miehistä reilu viidennes koki paljon tai erittäin paljon työstä perheeseen suun-

tautuvaa ristiriitaa (esim. työn vuoksi ei voi viettää perheen kanssa niin paljon aikaa kuin haluaisi). Perheen koettiin häiritsevän selvästi vähemmän työtä, sillä vain 15 prosenttia naisista ja 13 prosenttia miehistä koki paljon tai erittäin paljon perheestä työhön suuntautuvaa ristiriitaa (esim. perheen vuoksi on vaikea ehtiä töihin ajoissa ja suoriutua työtehtävistä). Kinnusen (1996, 51–52) tutkimuksessa puolestaan työn ja perheen välistä ristiriitaa (esim. työ häiritsee tehtäviä kotona, työ vie perheeltä aikaa) koki vähintään joskus noin 40 prosenttia tutkimukseen osallistuneista. Vanhemmista kuitenkin vain 10 prosenttia koki perheen häiritsevän työtä vähintään joskus.

Sekä Kinnusen (1996) että Malisen ym. (2005, 74) tutkimuksessa puolisoiden näemykset perheestä työhön suuntautuvasta ristiriidasta olivat lievästi yhteydessä toisiinsa: mitä enemmän nainen koki perheen häiritsevän työtä, sitä enemmän ristiriitaa koki myös mies. Työstä perheeseen suuntautuva ristiriita ei kuitenkaan ollut yhteydessä toisiinsa. Tämä ero tutkimustuloksissa on selitettävissä vanhempien erilaisilla toimintaympäristöillä. Vanhempien työympäristöt ovat erilaiset, mutta perheympäristö on molemmille vanhemmille sama, jolloin samankaltaiset tuntemukset kodista siirtyvät työhön. (Malinen ym. 2005.) On myös huomioitava, että lapsi ilmentää omalla tavallaan kotona päivän kokemuksiaan päivähoitossa ja toisaalta ilmentää omalla käyttäytymisellään perheen kotitilannetta kodin ulkopuolisissa ympäristöissä. Esimerkiksi stressaava kotitilanne voi ilmetä häiriökäyttäytymisenä päiväkodissa. Lasta ei tulekaan unohtaa perheen vuorovaikutuksessa, sillä hän omalta osaltaan vaikuttaa tunteiden ilmenemiseen ja synnyttää niitä vanhemmissa.

Kinnusen (1996, 51–54) tutkimuksessa työn ja perheen välistä ristiriitaa kokeneista suurin osa oli miehiä. Toisaalta naiset olivat tehneet enemmän uhrauksia työn ja perheen vuoksi kuin miehet. He olivat esimerkiksi luopuneet koulutuksesta perheen vuoksi. Lasten lukumäärä ja nuorimman lapsen ikä olivat yhteydessä perheestä aiheutuvaan ristiriitaan. Mitä enemmän lapsia ja mitä nuorempi lapsi perheessä oli, sitä enemmän perheen koettiin häiritsevän työtä. Myös työhön liittyvät tekijät vaikuttivat perheen ja työn väliseen ristiriitaan. Tehdyt viikkotyötunnit ja työssä koetut aikapaineet vaikuttivat vahvasti siihen, miten voimakkaasti työ häiritsi perhe-elämää. Miesten ja naisten väliset erot työn ja perheen välisten ristiriitojen kokemisessa eivät kuitenkaan poikenneet toisistaan toisin kuin muiden maiden tutkimuksissa on havaittu. Eroa selittää osaltaan esimerkiksi

suomalainen päivähoitojärjestelmä, joka mahdollistaa naisten työn ja perheen yhteensovittamisen.

Työ vaikuttaa vanhemmuuteen vanhempien hyvinvoinnin kautta. Kinnunen (1996, 55–57) toteaa tutkimuksensa pohjalta, että aikapaineet ja työstä perheeseen suuntautuva ristiriita ovat voimakkaasti yhteydessä toisiinsa. Mitä enemmän työssä on aikapaineita, sitä enemmän työ vaikuttaa perhe-elämään häiritsevästi. Aikapaineet aiheuttavat masennusta, uupumusta ja ahdistusta, ja uupunut työntekijä tuntee olonsa riittämättömäksi myös vanhempana. Vanhemman masennus vaikuttaa negatiivisesti myös lapsikeskeiseen kasvatukseen, eikä vanhempi jaksakaan rohkaista ja kuunnella lasta. Työ näyttääkin vaikuttavan merkittävästi vanhemmuuteen, ja työssä koettu hyvinvointi puolestaan toimii työn vaikutusten välittäjänä.

Myös Malisen ym. (2005, 76) tutkimuksessa työaika oli naisilla ja miehillä vahvasti yhteydessä työstä perheeseen suuntautuvaan ristiriitaan: mitä enemmän naiset ja miehet käyttivät viikossa aikaa ansiotyöhön, sitä enemmän he kokivat työn häiritsevän perhe-elämää. Työväsytys oli vahvasti yhteydessä työstä perheeseen ja perheestä työhön suuntautuvaan ristiriitaan sekä työasioista irrottautumiseen naisilla ja miehillä: mitä enemmän tutkittavat kokivat työväsytystä, sitä enemmän he kokivat ongelmia myös työn ja perheen yhteensovittamisessa ja sitä vaikeampi heidän oli irrottautua työstä työajan päätyttyä. On kuitenkin huomioitava, että työväsytys voi olla myös ristiriitakokemusten syy ja seuraus.

3.2 Roolien ristiriidat

Kinnunen (1996, 50) toteaa, että työn ja perheen vuorovaikutuksen myötä naisen ja miehen roolit perheessä ovat muuttuneet. Naisen perinteinen kodista ja perheestä huolehtiva rooli on laajentunut työelämään, mikä vaikeuttaa työn ja kodin roolien yhteensovittamista. Myös miehet yhä lisääntyvässä määrin pyrkivät täysimääräiseen isyyteen. Perheissä on noussut esiin jaettu vanhemmuus, jossa molemmat vanhemmat ottavat

tasavertaisen vastuun lasten kasvatuksesta. Kinnunen ja Mauno (1998, 157) toteavatkin, että uudet roolivaatimukset ovat kohdistuneet erityisesti miehiin, jotka osallistuvat yhä enemmän perheen arkisiin toimintoihin. Jaettu vanhemmuus on Suomessa yleistä erityisesti nuorien vanhempien keskuudessa. Näiden roolimutosten voidaan olettaa synnyttävän ongelmia työn ja perheen yhteensovittamisessa. Kinnunen ja Mauno (1998, 173) toteavat tutkimuksensa pohjalta, että mitä korkeampi koulutus miehillä on ja mitä enemmän lapsia perheessä on, sitä enemmän miehet kokevat ongelmia työn ja perheen yhteensovittamisessa. Miehet saattavat kokea syyllisyyttä perheensä laiminlyönnistä työn vuoksi, mikä osaltaan johtuu sosiaalisista odotuksista. Miesten oletetaan yhä enemmän olevan hyviä aviopuolisoita ja omistavan aikaa perheelle.

Yksilöllä voi olla useita erilaisia päällekkäisiä rooleja sekä työelämässä (työntekijä) että kotona (puoliso, vanhempi). Nämä keskeiset elämänalueet voivat vaikuttaa toisiinsa joko kuormittavasti tai vahvistavasti. (Rantanen & Kinnunen 2005, 233.) Greenhausin ja Beutellin (1985, 77) mukaan toimiminen sekä työ- että perherooleissa johtaa roolien väliseen ristiriitaan silloin, kun työn ja perheen vaatimukset eivät sovi yhteen aikataulujen ja ajankäytön, henkisen kuormituksen sekä toivotun käyttäytymisen suhteen. Aikataulujen välistä ristiriitaa aiheuttaa esimerkiksi se, että vanhemman olisi jäätävä töihin, mutta lapset olisi haettava päiväkodista tiettyyn aikaan mennessä. Työ voi myös viedä niin paljon energiaa ja voimia, ettei niitä ole enää riittävästi kotitöiden ja vanhemmuuden vaatimiin tehtäviin. Käyttäytymisen suhteen ristiriitaa aiheuttaa, jos kotona ja työpaikalla arvostetaan erilaisia toimintatapoja.

Marks ja McDermid (1996, 429) ovat todenneet, että ihmiset, jotka ovat onnistuneet tasapainottamaan roolien väliset ristiriidat, voivat paremmin. He toteavat tutkimuksessaan, että eri roolien välinen tasapaino vaikuttaa myönteisesti muun muassa yksilön itsetuntoon. Greenberger ja O'Neil (1993, 195) toteavat tutkimuksessaan, että tyytyväisyys puolison, vanhemman ja työntekijän rooleihin merkitsi naisten hyvinvoinnille enemmän kuin miesten. Naiset voivat nauttia rooleistaan äitinä ja työntekijöinä, olla sitoutuneita niihin ja silti kokea paineita roolien erilaisista vaatimuksista. Myös Larson, Richards ja Perry-Jenkins (1994, 1039) ovat mielenkiintoisesti todenneet, että äidit ovat onnellisimpia töissä ja kodin ulkopuolella, kun isät puolestaan ovat onnellisimpia kotona. Äidit kokevat itsensä onnettomiksi tehdessään kotitöitä ja hoitaessaan lapsia, kun

isät pitävät näitä tehtäviä vapaaehtoisina toimintoina. Sinkkonen ja Kinnunen (1996, 94) toteavatkin, että edelleen naisten vapaa-aika painottuu miehiä enemmän kotitöihin ja lapsiin. Työn ja perheen yhteensovittamisen onnistumisen tunteet voivatkin syntyä yksittäisistä tapahtumista tai päätöksistä, jotka kuvaavat uhrausta jollakin elämänalueella. Yksilö voi esimerkiksi kieltäytyä ylennyksestä, jotta voisi viettää perheensä kanssa enemmän aikaa. (Milkie & Peltola 1999, 477.) Nainen voi myös kokea, että hänen täytyy hoitaa velvollisuutensa kotona, vaikka ei nauttisikaan siitä. Nämä päätökset voivat kuitenkin heikentää yksilön onnistumisen kokemuksia tietyn roolin hoitamisesta. Esimerkiksi kieltäytyminen työtehtävistä antaa yksilölle enemmän aikaa perheelle, mikä voi tuottaa suurta mielihyvää, mutta samalla yksilö voi kokea laiminlyöneensä tehtäviään työntekijänä.

Malisen ym. (2005, 55–64) tutkimuksessa äideistä noin 60 prosenttia ja isistä yli kaksi kolmannesta koki vanhemman roolin rajoittavan heitä jonkin verran. Runsaasti roolirajoitteita koki äideistä yli 18 ja isistä yli 12 prosenttia. Tutkijat kuitenkin toteavat, että elämäntilanteessa, jossa molemmat vanhemmat ovat töissä ja lapset vielä pieniä, on ymmärrettävää, että eri elämänalueiden vaatimukset voivat ajoittain kilpailla keskenään. Myös useamman lapsen vanhemmuus on joltain osin vaativampaa kuin yhden lapsen vanhemmuus. Esimerkiksi lasten ja vanhempien välisiä sekä lasten keskinäisiä ristiriitatilanteita on useampilapsisissa perheissä enemmän kuin yksilapsisissa perheissä, ja niiden selvittämiseen vaaditaan vanhemmalta kärsivällisyyttä enemmän kuin sitä aina on. Jos aikaa ja energiaa ei arjessa löydy työn ja lastenhoidon lisäksi muuhun, voivat kokemukset vanhemmuuden rajoittavuudesta kasvaa. Kun työelämän voimistuneet vaatimukset vievät aikuisilta aikaa ja energiaa, niin voimavaroja ei välttämättä riitä perheelle ja vanhemmuuteen, ja perheen ja parisuhteen hyvinvointi voi vaarantua (Rönkä, Kinnunen & Sallinen 2005). Roolien moninaisuus voi kuitenkin myös rikastuttaa elämää, ja sekä työstä että perheestä voi saada voimavaroja toiselle elämänalueelle (Rantanen & Kinnunen 2005).

3.3 Tunteiden siirräntä perheessä

Uuden perhetutkimuksen suuntauksen kiinnostuksen kohteena on arjessa tapahtuva tunteiden siirtyminen perheenjäsenten välillä (Larson & Almeida 1999). Vaikka siirräntä käsitteenä on yleensä liitetty työn ja perheen yhteensovittamiseen, Almeida, Wethington ja Chandler (1999, 49) kuvaavat sen avulla myös perheen sisällä tapahtuvaa tunteiden siirräntää. Tunteet vaikuttavat yksilön käyttäytymiseen, mikä puolestaan vaikuttaa perheeseen kokonaisuutena. Larson ja Almeida (1999, 5) toteavat, että perheenjäsenet osallistuvat päivittäin erilaisiin vuorovaikutustilanteeseen sekä perheen sisällä että kodin ulkopuolisissa ympäristöissä. Merkityksellistä on, kuinka perheenjäsenten kokemukset kodin ulkopuolella vaikuttavat perheen vuorovaikutukseen kotona.

Kotiympäristössä ihmiset uskaltavat ilmaista sekä myönteisiä että kielteisiä tunteitaan, ja tunteiden siirräntään tulee lisää dynamiikkaa, kun perheessä elää vanhempien kanssa lapsia (Rönkä, Kinnunen & Sallinen 2004, 236–240). Tutkimukset osoittavat, että perheissä miehet siirtävät päivittäisiä tunteitaan aviopuolisoilleen naisia enemmän (Larson & Richards 1994). Toisaalta kaikkein vahvimmin tunteet siirtyvät vanhemmilta lapsille (Larson & Almeida 1999, 13). Larsonin ja Almeidan (1999) mukaan kokemusten siirräntä näyttäisikin kulkevan perheen perinteisten voimasuhteiden mukaisesti isältä äidille ja vanhemmilta lapsille. Esimerkiksi työstressi voi lisätä konfliktin riskiä vanhemman ja lapsen välillä, mikä voi heijastua kielteisesti lapsen hyvinvointiin. Perry-Jenkinsin, Repetin ja Crouterin (2000) mukaan lapset ja äidit on havaittu isiä herkemmiiksi vastaanottamaan nimenomaan negatiivisia tunteita. Myös Larson ja Almeida (1999, 14) toteavat, että tutkimuksissa on havaittu erityisesti negatiivisten tunteiden siirräntää perheenjäsenten välillä. Siirräntäteorian mukaan muilla elämänalueilla koetut tunteet siirtyvätkin perheen vuorovaikutukseen. Tulokset tukevat Belskyn (1984) näkemystä vanhemmuudesta ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Perhe onkin moniulotteinen yksikkö, johon vaikuttaa merkittävästi perheen sosiaalinen konteksti ja muun muassa vanhempien työ.

Jokainen perheenjäsen elää erillisessä, kiivaassa ja hyvin latautuneessa tunnemaailmassa. Jokainen perheenjäsen kokee erilaisia tunteita, kuten innostusta ja paineita, jotka syntyvät jokaisen erillisissä elämänympäristöissä. (Larson & Richards 1994, 3.) Tätä

tukee muun muassa Larsonin, Richardsin ja Perry-Jenkinsin (1994, 1038–1041) tutkimulokset. Vaikka naisten ja miesten viikon aikana kokemat tunteet ja niiden vaihtelut olivat hyvin samankaltaisia, he kokivat negatiivisia ja positiivisia tunteita eri ympäristöissä. Isät olivat onnellisempia kotona, kun äidit puolestaan viihtyivät kodin ulkopuolisissa ympäristöissä. Äidit ja isät elävätkin erillisissä tunnemaailmoissa.

Muun muassa Almeida, Wethington ja Chandler (1999, 55) ovat tutkineet, miten vanhempien kotona ja kodin ulkopuolella kokemat jännitteet vaikuttavat vanhempien keskinäiseen sekä vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen. He toteavat tutkimuksensa pohjalta, että kodin ulkopuolinen jännite ei vaikuttanut äidin ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen. Isän ja lapsen välillä vuorovaikutus oli kuitenkin yli 2 kertaa todennäköisemmin jännittyttä silloin, kun isä koki päivän aikana kodin ulkopuolisia jännitteitä. Repetti ja Wood (1997) toteavatkin, että äidit, jotka kokevat stressiä työpäiviensä aikana, todennäköisemmin vetäytyvät vuorovaikutuksesta lapsensa kanssa kuin näyttävät negatiivisia tunteitaan lapsilleen. Almeida ym. (1999, 55–57) jatkavat, että isän ja lapsen välinen vuorovaikutus oli jännittyttä todennäköisemmin arkena kuin viikonloppuna, kun äidin ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen viikonpäivällä ei ollut merkitystä. Isien ja äitien välillä jännitteen siirrän suunnassa oli eroa. Kun äitien kokema jännite siirtyi ainoastaan vanhempien välisestä vuorovaikutuksesta lapsen kanssa koettuun vuorovaikutukseen, isien kokema jännite vaikutti myös toissuuntaisesti lapsen ja isän välisestä vuorovaikutuksesta vanhempien väliseen vuorovaikutukseen. Tutkimuksen pohjalta isät näyttävätkin olevan herkempiä arjen dynaamisille piirteille.

Nykytutkimus korostaa, että samalla tavoin kuin vanhempien kokemukset työelämästä siirtyvät perheen sisälle, myös lapset ja nuoret perheessä tuovat kotiin päivän kokemuksia niistä toimintaympäristöistä, joissa he viettävät aikaansa. Kokemukset eri toimintaympäristöissä vaikuttavat näin muihin perheenjäseniin. Vanhempien työn vaikutuksia lapsen hyvinvointiin ei voida ymmärtää huomioimatta päivähoidon, koulun, sosiaalisten verkostojen ja harrastusten muodostamaa kokonaisuutta. (Rönkä ym. 2005, 294.) Lapsi on osa perhettä ajatuksineen, toiveineen ja kokemuksineen, ja siksi työn ja perheen yhteensovittaminen pikkulapsiperheissä voidaan ajatella kokonaisuutena vasta, kun lapsi ja hänen kokemuksensa nähdään perheen dynamiikassa merkityksellisessä asemassa.

3.4 Lapsi työn ja perheen yhteensovittamisen palapelissä

Vanhempien työ vaikuttaa merkityksellisesti koko perheeseen, jossa lapsi on keskeisessä asemassa. Vanhempien ja lasten elämät kietoutuvat yhteen perhekontekstissa, ja vanhempien elämän piirteet luovat myös lasten kokemusmaailmaa (MacMillan & Copher 2005, 862). Näsman (2003, 52) toteaa, että lapset alkavat jo hyvin nuorella iällä kiinnittää huomiota vanhemman mielialoihin. Myös Galinsky (2000) toteaa, että lapset oppivat vanhempien työstä enemmän äideiltä kuin isiltä ja monet heistä uskovat, etteivät vanhemmat pidä työstään. Tämän johtuu siitä, että vanhemmat puhuvat työstään lasten läsnä ollessa, mutta eivät heidän kanssaan. Vanhemmat viestittävät puheissaan työnsä pakonomaisuutta ja sitä, etteivät he haluaisi mennä töihin. Tämä saa lapset suhtautumaan vanhempiensa työhön kielteisesti. Lapset pohtivat, mikä vanhempien työssä saa heidät pahalle tuulelle ja lisäksi he havainnoivat, millä tuulella vanhemmat ovat työpäivän jälkeen. Näsman (2003, 52) toteaa, että lapset kuvaavat usein vanhempansa väsyneeksi, omissa ajatuksissaan olevaksi ja jopa vihaiseksi työpäivän jälkeen. Puolestaan ennen töihin lähtöä vanhemmat ovat lasten mielestä stressaantuneita ja hermostuneita.

Yleensä vanhemman työtunnit tarkoittavat käytännössä fyysistä eroa lapsen ja vanhemman välille. Erityisesti pieni lapsi voi ilmaista tätä negatiivisesti ikävöimällä vanhempansa. (Näsman 2003, 48.) Suurin osa lapsista voi hyvin vanhempien työstä huolimatta, mutta lasten ongelmakäyttäytymisen ja perheen ulkopuolisen hoidon välillä on havaittu yhteys (Belsky 2001, 850). Tämä voi johtua osittain siitä, että päivähoitossa lasten ongelmat voidaan havaita paremmin ja niihin puututaan. Osa tutkimuksista kuitenkin osoittaa, että työssäkäyvä äiti voi olla lapsen kehitykselle myös eduksi etenkin, jos äidillä on riittävästi tukea töissä ja kotona (Halpern 2005, 400). Työ voi antaa vanhemmalle energiaa ja ns. omaa aikaa irti perheestä, mikä siirtyy myönteisesti myös lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen. Seuraukset ovat kuitenkin usein negatiivisia, jos äidin työaikataulu on epäsäännöllinen, työajat pitkiä ja äiti kohtaa työn lisäksi muita merkittäviä stressitekijöitä, kuten köyhyyttä (Halpern 2005, 400).

Muun muassa Galinsky (2000) ja Näsman (2003) ovat selvittäneet lasten ja nuorten ajatuksia vanhempien työstä ja sen vaikutuksista heidän hyvinvointiinsa. Tutkimukset

osoittivat, että vanhemmat ja lapset kokevat vanhempien työn jossain määrin eri tavoin. Vanhempien oletamus, että lapset ja nuoret kärsisivät erityisesti vanhempien ajan vähydestä, ei pitänyt paikkaansa. Galinskyn (2000, 93) tutkimuksessa vain 10 prosenttia nuorista toivoi lisää aikaa äidiltä ja 15,5 prosenttia isältä. Sen sijaan nuoret toivoivat, etteivät vanhemmat olisi niin stressaantuneita ja väsyneitä. Lapsia ja nuoria rasitti ennen kaikkea vanhempien väsymys ja huonotuulisuus työpäivän jälkeen. Myös Wierda-Boerin ja Röngän (2004) tutkimuksessa tuli ilmi, että nuoria huolestutti ennen kaikkea vanhempien väsymys ja stressaantuneisuus. Neljännes nuorista oli sitä mieltä, että vanhemmat ovat työpäivän jälkeen niin väsyneitä, etteivät he jaksaa kiinnostua nuoren asioista. Lisäksi harvempi kuin joka viidennes katsoi, että vanhemmilla ei ole aikaa nuorelle pitkien työpäivien vuoksi. Lapset olivat kuitenkin Näsmanin (2003, 48) tutkimuksessa hyvin tietoisia vanhempien työn tarpeellisuudesta. Lapset totesivat, että vanhempien työ on edellytys toimeentulolle ja he hahmottivat yhteyden työn ja rahan välillä. Tulosten mukaan lapsi voikin suhtautua kielteisesti vanhemman poissaoloon, mutta ajatella silti myönteisesti vanhemman työstä.

Malinen ym. (2005, 88) toteavat tutkimuksensa pohjalta myönteisenä havaintona, että yhteisestä ajasta lapsen kanssa ei haluta tinkiä eli lapsille pyritään mahdollisista kiireistä huolimatta antamaan aikaa. Ainakaan tässä mielessä lapset eivät siis joudu kärsimään vanhempien työkiireistä ja paineista niin paljon kuin asiasta on oltu huolissaan (Bardy, Salmi & Heino 2001).

3.5 Työn yhteys perheiden vapaa-aikaan

Vapaa-aika määritellään palkkatyön ulkopuoliseksi ajaksi. Se on kuitenkin käsitteenä monimerkityksinen ja muodostuu erilaisilla riippuen yksilöstä ja hänen elämänvaiheestaan. Perheet kaipaavat elämäänsä tasapainoa ja rutiineja, mutta samalla perheet etsivät kokemuksia ja haasteita vapaa-ajan toiminnan kautta (Zabriskie & McCormick 2001, 283). Perheen ja työn lisäksi vapaa-aika muodostaakin keskeisen osan yksilöiden elämänsisällössä. Elämäntavat suuntautuvat perheeseen ja vapaa-aikaan, ja mediasta välit-

tyy kuva suomalaisten lisääntyneestä vapaa-ajan määrästä sekä sen monipuolistumisesta erilaisten harrastusmahdollisuuksien myötä. (Sinkkonen & Kinnunen 1996, 90–92.)

Perheen vapaa-ajan toiminnot voidaan jakaa kahteen osaan. Vapaa-ajan keskeisimmän osa-alueen muodostaa myönteinen perheen ilmapiiri, jossa vuorovaikutussuhteet ovat keskeisessä asemassa. Tähän alueeseen liittyvät toiminnot ovat yksinkertaisia toteuttaa, ne ovat helposti saatavilla ja edullisia. Ne ovat tavallisia, jokapäiväisiä kotiympäristössä tapahtuvia toimintoja, kuten television katselu yhdessä perheen kanssa. Vapaa-aikaa tasapainottavat toiminnot puolestaan eivät ole niin yleisiä, ja tarjoavat siksi uusia kokemuksia. Ne vaativat enemmän aikaa, rahaa ja panostusta kuin edelliset ja tapahtuvat usein muualla kuin kotona. Nämä toiminnot vaativat suunnittelua, eivätkä ole spontaaneja. Tällaisia vapaa-ajan toimintoja voivat olla esimerkiksi lomamatkat. (Zabriskie ja McCormick 2001, 283–284.)

Oleellista perheen vapaa-ajassa on se, millaisia kokemuksia vietetty aika tarjoaa perheelle. Esimerkiksi vapaa-aikaa tasapainottavat toiminnot tarjoavat perheille uusia kokemuksia, joiden myötä perhe voi oppia itsestään ja kehittyä systeeminä. Tutkimusten pohjalta voidaankin todeta, että perheen vapaa-ajalla on yhteyttä perheen toiminnallisuuteen. Monipuoliset vapaa-ajan toiminnot vaikuttavat myönteisesti perheen yhteenkuuluvuuteen, ja erityisesti jokapäiväiset perheen arkiset toiminnot ovat tärkeitä perheen myönteisille vuorovaikutussuhteille. (Zabriskie ja McCormick 2001, 284–287.)

Zabriskie ja McCormick (2003, 163) ovat tutkineet vapaa-ajan yhteyttä perheen hyvinvointiin sekä vanhempien, lapsen että perheen näkökulmasta. Vanhempien näkökulmasta perheen yhteinen vapaa-aika oli merkittävin perheen hyvinvointiin vaikuttanut tekijä, mutta lapset eivät kokeneet sitä niinkään tärkeäksi. (Zabriskie & McCormick 2003, 163.) Galinskyn (2000) tutkimuksessa lapsilta kysyttiin, mitä perhe-elämän parantamiseksi voitaisiin tehdä. Vanhempien oletusten mukaisesti lapset toivoivat enemmän aikaa perheelle yhdessä. He eivät kuitenkaan toivoneet kalliita toimintoja, kuten vanhemmat olettivat, vaan arkisia asioita, kuten kävelyretkiä yhdessä vanhempiensa kanssa. Ensimmäisistä lapset kuitenkin toivoivat vanhempiensa tulevan töistä vähemmän stressaantuneina. Perheen vapaa-aika vaikuttaakin yksilön hyvinvointiin, mutta myös perheeseen kokonaisuutena (Mactavish & Schleien 1998).

Lammi-Taskula ja Salmi (2004, 30–36) toteavat, että työelämä vaikuttaa yhä vahvemmin ihmisten elämään esimerkiksi työaikojen pidentymisen myötä. Työntekijät kokevat sekä henkisten että ajallisten paineiden lisääntyneen ja tällä on vaikutusta myös perheiden hyvinvointiin. Moni kokeekin, että perheelle jää työn ohessa liian vähän aikaa. Lammi-Taskula ja Salmi (2004, 30) toteavat tutkimuksessaan, että 40 prosenttia tutkimukseen osallistuneista koki jatkuvasti viettävänsä perheensä kanssa liian vähän aikaa. Esimerkiksi erityisesti alle kouluikäisten lasten äidit haluaisivat viettää lastensa kanssa enemmän aikaa. Puolet tutkimukseen osallistuneista koki itsensä väsyneeksi ja reilu kolmannes kantoi huolta työasioista myös vapaa-ajalla. Työaikojen muuttaminen koettiin keinoksi parantaa perheen yhteisen ajan määrää.

Malisen ym. (2005, 69–78) tutkimuksessa miehillä myös vapaa-ajan määrä oli yhteydessä työstä perheeseen ja perheestä työhön suuntautuvaan ristiriitaan: mitä enemmän vapaa-aikaa miehillä oli, sitä vähemmän molempia ristiriitoja he kokivat. Vapaa-aika näyttäisi siis tarjoavan miehille keinon rentoutua ja jaksaa arjen kiireissä. Miehillä oli keskimäärin kolme tuntia viikossa enemmän vapaa-aikaa kuin naisilla (9,6 t – 6,8 t). Vapaa-ajaksi oli määritelty aika, jolloin tutkittavalla ei ole työ- eikä perhevelvollisuuksia. Naisilla vastaavaa yhteyttä ei havaittu. Naisilla vapaa-aika ei välttämättä ole niin rentouttavaa, sillä he saattavat jopa kokea syyllisyyttä oman ajan ottamisesta. (Malinen ym. 2005.) Vapaa-aikaan ja perheiden arkeen vaikuttavat monet eri tekijät ja olennaista on, miten perheenjäsenet kokevat vapaa-aikansa. Esimerkiksi työstressi voi siirtyä negatiivisesti perheen vuorovaikutukseen, jos vanhempi joutuu pohtimaan työasioita myös vapaa-ajallaan. Kuitenkin tärkeintä on vanhemman ja lapsen kokemus arjesta ja sen laadusta. Positiivisena koettu arki vaikuttaa myönteisesti myös yksilön ja samalla koko perheen hyvinvointiin.

4 TUTKIMUSONGELMAT

Työ ja perhe ovat olleet viime aikoina yhteiskunnallisen keskustelun aiheena. Pienten lasten äidit ovat tiiviisti mukana työelämässä ja työssäkäynti on yleisempää lapsiperheissä kuin muissa kotitalouksissa (Sauli 2003, 48–49). Samalla on oltu huolissaan vanhempien työn vaikutuksista lasten kasvuun ja kehitykseen (Bardy, Salmi & Heino 2001).

Tutkimusprosessin alussa mielenkiintoni oli laajasti perheiden arjessa. Aiemmista tutkimuksista ja teorioista vanhempien työ nousi kuitenkin keskeiseksi perheiden arkeen vaikuttavaksi tekijäksi. Työn ja perheen yhteensovittamista on tutkittu paljon, mutta erityisesti pikkulapsiperheiden näkökulma on jäänyt vähemmälle huomiolle. Kuitenkin lapsiperheiden vanhemmat ovat paremmin työllistyneitä kuin työikäinen väestö keskimäärin (Sauli 2000, 119–123) ja työn ja perheen yhteensovittamisen uskotaan olevan haastavinta pikkulapsiperheissä (Rantanen & Kinnunen 2005).

Tavoitteenani on tutkia, miten vanhempien työ vaikuttaa pikkulapsiperheiden arkeen. Tutkimustehtävänäni on selvittää vanhempien kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisen ja näiden kokemusten vaikutusta perheen vuorovaikutukseen. Tutkimustehtävänäni selvitän seuraavien kolmen tutkimusongelman ja kahden alaongelman avulla:

1. Miten vanhemmat kokevat työn ja perheen yhteensovittamisen?

1.1 Mitkä tekijät vaikuttavat vanhempien kokemuksiin työn ja perheen yhteensovittamisesta ja miten?

- 1.2 Miten vanhempien työ vaikuttaa perhe-elämään?
2. Miten vanhempien työ vaikuttaa vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen?
3. Miten vanhempien työssä kokemat tunteet siirtyvät kotiin?

Tutkimuksellani pyrin jäsentämään erityisesti vanhempien kokemuksia työn vaikutuksista pikkulapsiperheiden arkeen. Tarkastelen tutkimusilmiötä sekä äitien että isien näkökulmasta, vaikka aikaisemmissa tutkimuksissa ei ole havaittu eroja naisten ja miesten kokemusten työn ja perheen yhteensovittamisesta välillä (Frone 2000; Grzywacz & Marks 2000; Malinen ym. 2005, 73; Rantanen & Kinnunen 2005). Myös lapset ovat keskeinen osa perhettä ja siksi myös lapset on huomioitava osana perheen vuorovaikutusta. Työn vaikutuksia lapseen tarkastellaankin vanhempien kokemusten kautta.

Tässä pro gradu -tutkimuksessa työn ja perheen vuorovaikutusta tarkastellaan siirräntäteorian näkökulmasta. Aikaisempien tutkimusten perusteella voidaan olettaa, että siirräntää työstä kotiin ilmenee huomattavasti useammin kuin siirräntää kodista työhön. (Frone 2000; Grzywacz & Marks 2000; Malinen ym. 2005, 73; Rantanen & Kinnunen 2005.) Muun muassa Rantanen ja Kinnunen (2005) ovat todenneet, että työ vie aikaa ja voimavaroja perheeltä enemmän kuin perhe vie työltä. Näiden tutkimustulosten pohjalta tarkastelenkin tutkimusilmiötäni vain työstä kotiin siirräntän näkökulmasta.

Muun muassa Grzywaczin ja Marks (2000) tutkimuksen perusteella voidaan olettaa, että vanhempien työtuntien määrä on yhteydessä työstä kotiin suuntautuvaan ristiriitaan. Toisaalta heidän tutkimuksensa perusteella voidaan myös olettaa, että työn vaatimukset, työstressi ja työtytymättömyys ovat positiivisesti yhteydessä työstä kotiin suuntautuvaan ristiriitaan. Frone (2003, 150) toteaaakin, että työn ja perheen yhteensovittamisen ristiriidat johtuvat yksilön sitoutumisesta psykologisesti ja käyttäytymisen tasolla eri elämäntilanteisiinsa. Käyttäytymisen sitoutuminen olettaa, että mitä enemmän käytetään aikaa toisen elämäntilanteen hoitamiseen, sitä enemmän se veloittaa aikaa toiselta elämäntilanteelta. Psykologinen sitoutuminen puolestaan osoittaa sitä, että yksilö voi olla hyvin sitoutunut esim. työntekijän rooliin sekä työ- että kotiympäristössä, jolloin tämä sitoutuminen häiritsee kodin roolien hoitamista.

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

5.1 Aineiston keruu

Pro gradu -tutkimukseni on osa Jyväskylän yliopiston perhetutkimuskeskuksen, varhaiskasvatuksen ja kasvatustieteen laitoksen sekä Tampereen yliopiston psykologian laitoksen yhteistyössä toteuttamaa Paletti-tutkimusprojektia, joka on Suomen Akatemian rahoittama. Paletti-tutkimuksen tavoitteena on kuvata pikkulapsiperheiden arkea monimuotoisesti eri perheenjäsenten näkökulmasta.

Tähän pro gradu -tutkimukseen osallistui 164 vapaaehtoista perhettä, joissa oli vähintään yksi päiväkotikäinen lapsi. Suurin osa perheistä rekrytoitiin Jyväskylän kaupungin ja maalaiskunnan sekä Muuramen ja Hankasalmen päiväkotien kautta. Perheille lähetettiin infokirje tutkimuksesta ja ilmoittautumislomake, joka pyydettiin palauttamaan myös, vaikka perhe ei haluaisi osallistua tutkimukseen. Muutama vanhempi ei ilmoittautunut tutkimukseen, mutta päätti osallistua tutkimukseen jälkikäteen. Nämä vanhemmat täyttivät kyselylomakkeen, kun päiväkoteihin lähetettiin ylimääräisiä lomakkeita. Lisäksi osa perheistä oli osallistunut perhetutkimuskeskuksen aiempaan Family Work -tutkimukseen, jonka yhteydessä oli kysytty heidän kiinnostustaan osallistua uuteen tutkimukseen.

Aineistonkeruutavan perusteella perheet jaettiin kahteen ryhmään. Tässä pro gradu - tutkimuksessa oli mukana perheitä, jotka täyttivät kyselylomakkeen sekä perheitä, jotka täyttivät kyselylomakkeen ja kännykkäpäiväkirjaa. Ilmoittautumislomakkeessa perheitä pyydettiin ilmoittautumaan haluamaansa tutkimusryhmään. Tutkimukseen osallistumisen ehtona oli, että perheessä on vähintään yksi alle kouluikäinen lapsi. Perheissä voi olla yksi tai kaksi vanhempaa (äiti/äitipuoli ja isä/isäpuoli, jotka asuvat samassa taloudessa). Kaksivanhempaisissa perheissä molempien vanhempien edellytettiin osallistuvan tutkimukseen. Kyselylomakkeen voivat täyttää kaikki halukkaat perheet. Kännykkätutkimukseen osallistumisen ehtona oli, että perheessä on kaksi vanhempaa, jotka molemmat ovat säännöllisessä päivätyössä vähintään 15 tuntia viikossa ja molempien gsm-liittymänä on Elisa, Sonera, DNA, Saunalahti tai Kolumbus.

Kännykkäpäiväkirjaan osallistuville perheille järjestettiin vapaaehtoinen infotilaisuus marraskuun alussa. Kaikki tutkimusmateriaalit (saatekirje, kysely- ja päiväkirjalomakkeet, tutkimuslupa, palautuskuoret ja kulukorvauslomake) lähetettiin perheille postitse kotiin tutkimusviikkoa edeltäneellä viikolla. Varsinainen tutkimusviikko, jonka aikana perheet täyttivät päiväkirjaa, oli yksi viikko marraskuussa 2006. Lomakkeiden mukana perheille lähetettiin vastauskirjekuori, jossa vanhemmat palauttivat täytetyt lomakkeet tutkimusviikon jälkeen. Lomakkeiden viimeinen mahdollinen palautuspäivä oli tutkimusviikon jälkeinen perjantai. Kännykkätutkimuksesta aiheutuvat tekstiviestikulut korvattiin perheille, ja kaikkia perheitä kiitettiin tutkimukseen osallistumisesta muun muassa Meidän perhe -lehden ilmaisnumerolla.

5.2 Tutkimusjoukko

Tämän pro gradu -tutkimuksen tutkimusjoukon muodostavat työssäkäyvät vanhemmat. Koko tutkimusjoukosta työssäkäyviä äitejä oli 73,2 % (n=131) ja isiä 95,6 % (n=130). Äideistä 87,8 % oli palkansaaajia, 3,8 % yrittäjiä ja 6,1 % oli tuntityössä. Loput tekivät pätkätyötä tai toistuvia sijaisuuksia. Isistä puolestaan 90 % oli palkansaaajia, 7,7 % yrit-

täjiä ja 1,5 % tuntityössä. Lisäksi yksi isä luokitteli itsensä ammatinharjoittajaksi. Loput vanhemmista olivat esimerkiksi työttömiä tai opiskelijoita.

Työssäkävyyien äitien keski-ikä oli 35,7 vuotta vaihdellen 23 vuodesta 47 vuoteen. 77,1 % äideistä eli ydinperheessä, 7,7 prosenttia uusperheessä ja 15,3 prosenttia äideistä oli yksinhuoltajia. Äideillä oli kotona asuvia lapsia yhdestä viiteen (keskiarvo 2,1). Lähes kaikilla äideillä oli vähintään keskiasteen koulutus, mutta suurin osa (29 %) oli suorittanut ylemmän korkeakoulututkinnon. 64,8 prosentilla äideistä oli säännöllinen päivätyö, ja muiden työaikamuoto vaihteli säännöllisestä vuorotyöstä epäsäännölliseen työaikaan. Suurin osa äideistä työskenteli ylempänä toimihenkilönä (42 %), mutta lähes yhtä suuri osa heistä työskenteli työntekijänä (20,6 %) tai alempana toimihenkilönä (22,9 %). Äidit työskentelivät keskimäärin 35 tuntia 50 minuuttia viikossa. Ylitöitä he tekivät keskimäärin 1 tunnin ja 9 minuuttia viikossa ja edestakaisiin työmatkoihin heillä kului päivässä keskimäärin 43 minuuttia.

Työssäkävyyien isien keski-ikä oli 36,5 vuotta vaihdellen 25 vuodesta 50 vuoteen. 90,8 prosenttia heistä eli ydinperheessä, 7,8 prosenttia uusperheessä ja 1,5 prosenttia oli yksinhuoltajia. Isillä oli kotona asuvia lapsia yhdestä kuuteen (keskiarvo 2,2). Lähes kaikilla isillä oli vähintään keskiasteen koulutus. Isät olivat kuitenkin hieman äitejä alemmin koulutettuja, sillä ylemmän korkeakoulututkinnon oli suorittanut 17,7 prosenttia isistä ja suurin osa (36,9 %) oli suorittanut keskiasteen koulutuksen. Myös isistä suurimmalla osalla oli säännöllinen päivätyö (65,4 %), ja loput tekivät esimerkiksi vuorotyötä tai muuta epäsäännöllistä työaikaa. Myös isistä suurin osa (28,5 %) työskenteli ylempänä toimihenkilönä. Isät työskentelivät keskimäärin 40 tuntia 59 minuuttia viikossa. Ylitöitä he tekivät keskimäärin 2 tuntia 42 minuuttia viikossa ja edestakaisiin työmatkoihin heillä kului päivässä keskimäärin 47 minuuttia.

Kännykkäpäiväkirjaan osallistui 45 äitiä ja 43 isää koko tutkimusjoukosta. Kaksi äitiä ei palauttanut kyselylomaketta, joten heidän taustatietojaan ei ole seuraavassa mukana. *Kännykkäpäiväkirjaan osallistuneiden äitien* keski-ikä oli 36,1 vuotta vaihdellen 28 vuodesta 47 vuoteen. Kotona asuvia lapsia heillä oli keskimäärin 2,1. Kännykkäpäiväkirjaan osallistuneet äidit olivat suhteellisen hyvin koulutettuja, sillä 14 prosenttia äideistä oli suorittanut lisensiaatti- tai tohtoritutkinnon, 37,2 prosenttia ylemmän korkea-

koulututkinnon ja 20,9 prosenttia alemman korkeakoulututkinnon tai ammattikorkeakoulututkinnon. Lopuilla äideistä oli opistotutkinto (16,3 %) tai keskiasteen koulutus (11,6 %). Lähes kaikki äidit (93 %) olivat palkansaajia, mutta joukossa oli myös muutama yrittäjä (4,7 %) ja muutama äideistä oli tuntityössä (2,3 %). Suurin osa heistä oli ylempiä toimihenkilöitä (53,5 %) ja toisen suuren ryhmän muodostivat alemmat toimihenkilöt, joita äideistä oli 18,6 prosenttia. Äitien viikoittainen keskimääräinen työaika oli 34 tuntia 42 minuuttia. Äidit tekivät keskimäärin tunnin ja 14 minuuttia viikossa ylitöitä ja edestakaisiin työmatkoihin heillä kului päivässä keskimäärin 45 minuuttia.

Kännykkäpäiväkirjaan osallistuneiden isien keski-ikä oli 36,9 vuotta vaihdellen 28 vuodesta 46 vuoteen. Kuten äideilläkin, isillä oli kotona asuvia lapsia keskimäärin 2,1. Kännykkäpäiväkirjaan osallistuneista isistä 13,3 prosenttia oli suorittanut lisensiaatti- tai tohtoritutkinnon, 15,6 prosenttia ylempään korkeakoulututkinnon ja yhtä suuri osa alemman korkeakoulututkinnon tai ammattikorkeakoulututkinnon. Kuitenkin yli puolella isistä oli joko keskiasteen koulutus (33,3 %) tai opistotutkinto (20 %). Suurin osa (84,4 %) isistä oli palkansaajia, 8,9 prosenttia oli yrittäjiä ja 4,4 prosenttia oli tuntityössä. Myös isistä suurin osa (31,1 %) työskenteli ylempänä toimihenkilönä. Isien keskimääräinen viikoittainen työaika oli 40 tuntia 31 minuuttia. Ylitöitä he tekivät viikossa keskimäärin kolme tuntia 15 minuuttia ja edestakaisiin työmatkoihin heillä kului 48 minuuttia päivässä. Vanhempien taustatiedot on koottu taulukkoon 2.

TAULUKKO 2 Vanhempien taustatiedot

Muuttuja %	Äidit		Isät	
	kysely n=131	kännykkä n=43	kysely n=130	kännykkä n=45
Perhemuoto				
Ydinperhe	77,1	95,4	90,8	93,4
Uusperhe	7,7	4,6	7,8	6,6
Yksinhuoltajaperhe	15,3	-	1,5	-
Koulutus				
Peruskoulu tai vastaava	1,5	-	2,3	2,2
Keskiasteen koulutus	21,4	11,6	36,9	33,3
Opistotutkinto	19,1	16,3	20,0	20,0
Alempi korkeakoulututkinto tai ammattikorkeakoulututkinto	19,1	20,9	14,6	15,6
Ylempi korkeakoulututkinto	29,0	37,2	17,7	15,6
Lisensiaatti- tai tohtoritutkinto	9,9	14,0	8,5	13,3

(jatkuu)

TAULUKKO 2 (jatkuu)

Muuttuja	Äidit		Isät	
	kysely n=131	kännykkä n=43	kysely n=130	kännykkä n=45
Työaikamuoto				
Säännöllinen päivätyö	64,8	83,7	65,4	73,3
Säännöllinen ilta-, yö- tai aamutyö	2,3	-	2,3	2,2
Kaksivuorotyö	7,8	7,0	3,8	4,4
Kolmivuorotyö	7,0	2,3	3,8	-
Epäsäännöllinen työaika	14,1	4,7	18,5	13,3
Muu työaikamuoto	3,9	2,3	6,2	6,7
Ammattiasema				
Työntekijä	20,6	9,3	21,5	17,8
Alempi toimihenkilö	22,9	18,6	17,7	17,8
Johtava alempi toimihenkilö	4,6	4,7	13,1	13,3
Ylempi toimihenkilö	42,0	53,5	28,5	31,1
Johtava ylempi toimihenkilö	5,3	9,3	10,8	11,1
Yrittäjä	3,8	4,7	7,7	8,9

Tutkimusasetelmasta johtuen kaikki kännykkätutkimukseen osallistuneet perheet olivat joko ydinperheitä tai uusperheitä. Tutkimusjoukon valikoitumista tapahtui myös erityisesti työaikamuodon suhteen, sillä kännykkäpäiväkirjaan osallistuneilta vanhemmilta edellytettiin, että molemmat perheen vanhemmat ovat säännöllisessä päivätyössä. Äideistä 81,4 prosenttia tekikin säännöllistä päivätyötä, mutta joukkoon mahtui tutkimuksen asettamista edellytyksistä huolimatta myös vuorotyötä (9,3 %) sekä muuta epäsäännöllistä työaika (9,4 %) tekeviä. Isistä vielä suuremmalla osalla oli epäsäännöllinen työaika, sillä vain 73,3 prosenttia teki säännöllistä päivätyötä.

5.3 Tutkimusmenetelmät ja muuttajat

5.3.1 Kyselylomake

Tässä pro gradu -tutkimuksessa kyselylomake oli aineistokeruun pääasiallinen muoto ja päiväkirjamenetelmää käytettiin täydentämään aineistoa. Gallin ym. (2007, 228) mukaan kyselylomaketta käytetään tutkimuksissa sellaisen tiedon keräämiseen, joka ei ole

suoraan havainnoitavissa. Tällaista tietoa ovat esimerkiksi mielipiteet, kokemukset ja arvot. Tutkimuksessani käytetty kyselylomake tehtiin yhteistyössä Paletti-tutkimusprojektin kanssa. Kyselylomakkeen avulla pyrittiin selvittämään vanhempien kokemuksia ja mielipiteitä työn ja perheen yhteensovittamisesta, parisuhteesta, vanhemmuudesta, lapsen temperamentista ja päivähoidosta. Lisäksi lomakkeen avulla selvitettiin taustatietoja sekä perheestä että vanhemman elämäntilanteesta. Omassa tutkimuksessani hyödynnetyt osiot on kuvattu myöhemmin.

Tutkimukseen osallistuneiden perheiden isät ja äidit täyttivät kukin kyselylomakkeen heille sopivana ajankohtana. Alasuutari (1993, 222) toteaa, että käytettäessä kyselylomaketta tutkimusmenetelmänä jokainen tutkimukseen osallistuva henkilö täyttää saman lomakkeen vastaten samoihin kysymyksiin. Tutkimuksen luotettavuutta parantaakin se, että jokaiselle tutkittavalle kysymykset esitetään samassa muodossa (Valli 2001, 101). Näin oli myös mahdollista vertailla naisten ja miesten kokemusten välisiä eroavaisuuksia.

Kuten jokaisella tutkimusmenetelmällä, myös kyselylomakkeella on heikkoutensa ja vahvuutensa. Muun muassa kyselylomakkeen avulla tutkittaville on mahdollista esittää paljon kysymyksiä. Kysymyksien pituuteen ja määrään on kuitenkin syytä kiinnittää huomiota, jotta tutkittavat jaksavat vastata kysymyksiin huolellisesti. Kysymysten tulee olla yksiselitteisiä, jotta vastaaja ymmärtää ne kuten tutkija on tarkoittanut. Tässä tutkimuksessa kysymysten ymmärrettävyyttä pyrittiin varmistamaan lomakkeiden esitestauksella, jolloin projektin ulkopuoliset henkilöt vastasivat kysymyksiin ja kommentoivat niiden ymmärrettävyyttä. Tutkittavilla on kuitenkin mahdollisuus ymmärtää kysymykset väärin huolimatta selkeistä ohjeista ja lomakkeen esitestauksesta (Valli 2001, 101–102).

Tässä pro gradu -tutkimuksessa kyselystä oli mukana osioita, joilla selvitettiin vanhempien taustatietojen lisäksi heidän kokemuksia työstään, työn ja perheen yhteensovittamisesta, työn vaikutuksesta vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen sekä vanhempien työn ja lapsen päivähoitoaikojen yhteensopivuudesta. Käytetyt mittarit on kuvattu seuraavaksi.

Vanhempia pyydettiin arvioimaan työnsä kielteisiä ja myönteisiä vaikutuksia perhe-elämään (taulukko 3). Vanhemmilta kysyttiin kielteistä siirrääntää Carlsonin, Kacmarin ja Williamsin (2000) laatiman mittarin pohjalta aikaristiriitojen (väittämät 2, 3, 5) ja paineiden (6, 8, 9) näkökulmasta. Positiivista siirrääntää kysyttiin Hansonin, Hammerin ja Coltonin (2006) laatiman mittarin pohjalta (väittämät 1, 4, 7, 10). Tämän luokittelun pohjalta muuttujista muodostettiin summamuuttujat, joita hyödynnetään myöhemmin. Kaikissa väittämissä vanhempia pyydettiin arvioimaan niiden paikkansa pitävyyttä 5-luokkaisella asteikolla (1=täysin eri mieltä, 5=täysin samaa mieltä). Mittarin reliabiliteetit on kuvattu taulukossa 4.

TAULUKKO 3 Siirrääntää työstä perheeseen kuvaavat väittämät

Miten seuraavat väittämät kuvaavat työsi vaikutusta perhe-elämääsi?	
1.	Kun asiat menevät hyvin työssäni, asenteeni perhettäni kohtaan paranee.
2.	Työni vuoksi en voi osallistua perheeni yhteisiin toimiin niin paljon kuin haluaisin.
3.	Aika, joka minun täytyy omistaa työlleni, estää minua osallistumasta tasapuolisesti kodin vastuiden ja tehtävien hoitoon.
4.	Hyvällä tuulella oleminen töissä auttaa minua olemaan hyvällä tuulella myös kotona.
5.	Joudun olemaan poissa perheen toiminnoista, koska työhöni liittyvät velvollisuudet vievät niin paljon aikaani.
6.	Työpäivän jälkeen olen usein liian väsynyt osallistuakseni perheeni yhteisiin toimiin.
7.	Kun olen onnellinen töissä, mielialani kotona paranee.
8.	Olen usein töiden jälkeen henkisesti niin uuvuksissa, etten jaksa osallistua perheeni toimintoihin.
9.	Työpaineiden vuoksi olen joskus kotiin tullessani liian stressaantunut tehäkseni asioita, joista nautin.
10.	Hyvän työpäivän jälkeen minun on helppo olla myönteinen myös perheeni kanssa.

TAULUKKO 4 Siirrääntää kuvaavien summamuuttujien reliabiliteetit

α	Aika	Paine	Positiivinen siirrääntä
Äidit	0,848	0,832	0,831
Isät	0,851	0,785	0,878

Milkieta ja Peltolaa (1999) mukailten vanhempia pyydettiin arvioimaan, kuinka he kokevat onnistuneensa työn ja perheen yhteensovittamisessa. Vastausvaihtoehtona oli 6-luokkainen asteikko (1=ei ollenkaan, 6=täydellisesti). Lisäksi tutkimuksessa hyödynnettiin heidän kolmesta väittäimestä rakentamaansa mittaria, jolla selvitetään vanhempien kotona työn vuoksi tekemiä uhrauksia. Väittämien avulla selvitettiin, onko vanhempi joutunut nykyisen työnsä vuoksi kotona jättämään perhetapahtuman tai -tilaisuuden väliin, ei ole voinut jäädä kotiin hoitamaan sairasta lasta tai ei ole voinut tehdä päivittä-

siä kotitöitä. Lisäksi vanhempia pyydettiin kuvaamaan omin sanoin, mitkä ovat hänen mielestään arjen stressaavimmat tilanteet työn ja perheen yhteensovittamisen kannalta sekä miten vanhempi on pyrkinyt helpottamaan työn ja perheen yhteensovittamista perheessään.

Vanhemmilta kysyttiin Galinskyn (2000) laatiman mittarin pohjalta, miten vanhempi kokee työnsä vaikuttavan lapsen kanssa vietettyyn aikaan (taulukko 5). Vanhemmat arvioivat, kuinka usein viimeisen kolmen kuukauden aikana väittämät ovat pitäneet paikkansa. Vastausvaihtoehtoja oli viisi: 1=ei koskaan, 2=harvoin, 3=joskus, 4=usein ja 5=hyvin usein. Väittämissä kysyttiin vanhempien arvioita sekä työn kielteisistä (väittämät 1-6) että myönteisistä vaikutuksista (väittämät 7-8). Mittarin reliabiliteetit on kuvattu taulukossa 6.

TAULUKKO 5 Väittämät työn vaikutuksista lapsen kanssa vietettyyn aikaan

Kuinka usein viimeisen kolmen kuukauden aikana on käynyt seuraavasti	
1.	Työasiat ovat pyörineet mielessäsi, kun olet ollut lapsesi kanssa.
2.	Olet ollut huolissasi työstäsi, kun olet ollut lapsesi kanssa.
3.	Lapsesi on joutunut odottamaan seuraasi työsi vuoksi.
4.	Työasiat ovat keskeyttäneet yhdessäolosi lapsesi kanssa.
5.	Sinulla ei ole ollut työsi vuoksi energiaa tehdä erilaisia asioita lapsesi kanssa.
6.	Et ole ollut työsi vuoksi niin hyvällä tuulella kuin olisit halunnut olla lapsesi kanssa.
7.	Sinulla on ollut työsi vuoksi enemmän energiaa tehdä erilaisia asioita lapsesi kanssa.
8.	Olet ollut työsi vuoksi hyvällä tuulella, kun olet ollut lapsesi kanssa.

TAULUKKO 6 Työn vaikutusta lapsen kanssa vietettyyn aikaan kuvaavien väittämien reliabiliteetit

α	Negatiivinen siirranta	Positiivinen siirranta
Äidit	0,817	0,724
Isät	0,837	0,692

5.3.2 Päiväkirjamenetelmä

Kun kyselylomakkeen avulla pyrittiin kartoittamaan vanhempien suhteellisen pysyviä mielipiteitä ja kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisesta, päiväkirjamenetelmän avulla voitiin tutkia yksilön tunteiden ja mielialojen muutoksia tutkimusjakson ajan. Päiväkirjatutkimuksen tarkoituksena onkin tutkia perheitä intensiivisesti tietyn ajanjak-

son ajan monta kertaa päivässä. Tietoa kerätään sekä vuorovaikutustilanteista että yksilön subjektiivisista kokemuksista, jolloin lyhytaikainen intensiivinen seuranta mahdollistaa päivittäin tapahtuvien vuorovaikutusprosessien tutkimisen perheenjäsenten välillä. Tämä on merkityksellistä, sillä lyhytaikaiset prosessit välittävät ja muuntavat pitkäaikaisia seurantavaikutuksia. (Rönkä, Kinnunen ja Sallinen 2004, 236.) Päiväkirjatutkimus mahdollistaakin arjen tutkimisen niissä konteksteissa, joissa arjen prosessit ilmenevät (Bolger, Davis & Rafaeli 2003, 580).

Päiväkirjatutkimuksen aineistonkeruumenetelmät voidaan jakaa kahteen eri ryhmään sen mukaan, kuinka usein aineistonkeruu tapahtuu. Ensimmäiseen ryhmään kuuluvat menetelmät, joissa kokemuksia kirjataan useasti päivässä. Näistä menetelmistä käytetään nimitystä ESM – Experience sampling method. Toisessa aineistonkeruuryhmässä kokemusten kirjaaminen tapahtuu vain kerran päivässä. (Larson ja Almeida 1999, 7.) Tässä pro gradu -tutkimuksessa käytettiin ensimmäistä päiväkirjatutkimuksen aineistonkeruumenetelmää. Tutkimuksessa kerättiin tietoa tutkittavilta kännykköpäiväkirjan avulla kolmesti päivässä, jolloin vanhemmat vastasivat ennalta määrättyihin kysymyksiin tiettyinä ajankohtina (kuvio 2). Vanhempia ohjeistettiin vastaamaan aamun ja illan kysymyksiin kotona ja iltapäivän kysymyksiin työpaikalla.



KUVIO 2 Design vastausajankohdista

Kännykköpäiväkirjaan vastaaminen tapahtui tekstiviestillä kirjoittamalla viestiin parhaiten vanhempaa kuvaavan vastauksen numero. Näin lähetetty vastaus oli kymmenen numeron sarja. Vanhemmat saivat aamuisin muistutustekstiviestin kysymyksiin vastaamisesta. Jokaisen virheellistä tai puuttuvaa tietoa sisältäneen ja onnistuneesti lähetetyn tekstiviestin jälkeen vanhempi sai palautetekstiviestin. Jos vanhempi vastasi kysymyksiin selvästi ohjeistettuja aikoja myöhemmin, vastausviestiä ei enää rekisteröity tietokantaan. Bolger ym. (2003, 593) toteavatkin, että vastausajankohtien unohtaminen on riski tutkimuksen onnistumiselle. Osa tutkittavista ei voinut lähettää tekstiviestiä esimerkiksi liittymänsä suojausasetusten vuoksi. Tällöin heitä pyydettiin kirjaamaan vasta-

uksensa, päivämäärä ja kellonaika käsin palautettavaan kysymyslomakkeeseen. Vastaukset siirrettiin myöhemmin tietokantaan, mikäli vastauksen ajankohta ei poikennut ohjeistuksesta selvästi.

Päiväkirjatutkimuksen avulla pääsee perinteisiä tutkimusmenetelmiä tehokkaammin lähelle todellista elämää ja ihmisten arkea ilman, että tutkittavat muuttavat käyttäytymistään merkittävästi (Bolger ym. 2003, 580). On kuitenkin huomioitava, että todennäköisesti ihmiset eivät kerro kaikkia tunteitaan ja tekemisiään, mikä heikentää luotettavan kuvan saamista ihmisten arkitoiminnoista. Bolger ym. (2003, 594) uskovat, että totuudenmukaista vastaamista heikentää muun muassa riski siitä, että ulkopuoliset näkevät vastaukset. Päiväkirjatutkimuksen etu on tapahtumien ja raportoinnin ajallinen läheisyys (Bolger ym. 2003, 580; Scollon, Kim-Prieto & Diener 2003, 11). Kun ihmiset raportoivat tunteistaan juuri sillä hetkellä, muisti ei vääristä kokemuksia. Aikaisemmissa tutkimuksissa on havaittu, että ESM-tyyppiset aineistonkeruumenetelmät sopivat hyvin nuorille ja miehille, sillä he ovat usein kiinnostuneita tietoteknisistä välineistä. (Rönkä ym. 2004, 237.) Myös tässä tutkimuksessa käytetyn kännykkäpäiväkirjan oletettiin houkuttelevan isää osallistumaan tutkimukseen. Nykyteknologian avulla kerätyn aineiston käsittely on tehostunut ja tiedon luotettavuus lisääntynyt (Rönkä ym. 2004, 237).

Päiväkirjamenetelmää pidetään käyttökelpoisimpana silloin, kun sitä käytetään yhdessä muiden perinteisten tutkimusmenetelmien kanssa (Scollon ym. 2003, 12). Myös tässä tutkimuksessa kyselylomake ja päiväkirjat pyrittiin rakentamaan toisiaan täydentäviksi. Päiväkirjamenetelmällä tavoitetaan lyhytaikaiset, muuttuvat prosessit, kun muilla menetelmillä, kuten kyselylomakkeella, kannattaa tutkia ilmiöiden pitkäaikaisia ja pysyviä rakenteita (Rönkä ym. 2004, 238). Päiväkirjojen avulla voidaan tarkastella erityisesti sitä, miten eri muuttujat vaihtelevat ajallisesti (Bolger ym. 2003, 581; Scollon ym. 2003, 10).

Päiväkirjamenetelmä on kuitenkin tutkittavalle työläs ja sitova, minkä takia tutkittavat saattavat valikoitua. Siksi on tärkeää varmistaa, että päiväkirjojen kysymykset ovat lyhyitä ja nopeita vastata. (Bolger ym. 2003, 591–592; Scollon ym. 2003, 14.) Tässä pro gradu -tutkimuksessa sitovuutta vähensi suhteellisen lyhyt aineistonkeräyksen aikaväli.

Kuitenkin viikon ajan tutkittavien oli muistettava vastata päivittäin kännykkäpäiväkirjan kysymyksiin, mikä saattoi tuntua hyvinkin työläältä. On muistettava, että tutkimukseen osallistumisen työläyttä lisäsi suhteellisen pitkä kyselylomake, jonka kaikki täyttivät. On myös huomioitava, että vanhempien arkea saattoi jopa häiritä vastausajankohtien muistaminen ja tarkkaileminen. Scollon ym. (2003, 14) toteavatkin, että tutkittavien rekrytointi ja motivointi vaatii tutkijaryhmältä paljon työtä. Tutkimukseen osallistumisen kannattavuutta pyrittiin perustelemaan erityisesti uuden tutkimustiedon näkökulmasta. Uutta tietoa pikkulapsiperheiden arjesta pidettiin tärkeänä tuoda julkisuuteen. Lisäksi tiedon merkityksellisyyttä korostettiin muun muassa kehitettäessä uusia keinoja sovittaa yhteen työ ja perhe.

Kännykkäpäiväkirjasta hyödynsin ns. mielialamittaria, joka oli muodostettu Larsonin ja Gillmanin (1999) sekä Stonen ym. (2006) omissa tutkimuksissaan käyttämien mittarien pohjalta. Vanhempia pyydettiin arvioimaan 7-luokkaisella asteikolla (1=ei lainkaan, 7=hyvin paljon), missä määrin erilaiset luonnehdinnat kuvaavat hänen mielialaansa. Mielialaa kuvaavia luonnehdintoja oli kuusi: rasittunut / stressaantunut, rento / levollinen, ärtynyt / vihainen, onnellinen / tyytyväinen, väsynyt sekä aikaansaava / tehokas. Vanhemmat vastasivat samoihin kysymyksiin kolmesti päivässä. Tässä tutkimuksessa käytin kuitenkin vain vanhempien päivällä ja illalla raportoimia mielialoja, jolloin oli mahdollista seurata tunteiden siirtymistä ainoastaan töistä kotiin.

5.4 Aineiston analyysi

Tämä pro gradu -tutkimus oli pääosin määrällinen tutkimus, jolloin aineistosta etsitään eri muuttujien välisiä tilastollisia yhteyksiä (Alasuutari 1993, 27). Näin pyrin aineiston avulla kuvailemaan ja selittämään tutkittavaa ilmiötä vanhempien työn vaikutuksista pikkulapsiperheiden arkeen. Gallin, Gallin ja Borgin (2007, 299–300) mukaan kuvailevan tutkimuksen avulla aineistosta pyritään etsimään tarkkoja kuvauksia tapahtumista tai tilanteista ja selittävän tutkimuksen tavoitteena on löytää selitys tutkittavaan ongelmaan. Tavallisesti tämä tapahtuu etsimällä syy-seuraus-suhteita tutkittavasta aineistosta.

Aineiston analyysissä käytin tilastollisia menetelmiä, jotka tein SPSS 14.0 for Windows -ohjelmalla. Analyysissä käytetyt testit vaihtelivat tutkimusongelmien ja -menetelmän mukaan. Kaikki tutkimukseen osallistuneet henkilöt täyttivät kyselylomakkeen, joten vastausten otoskoko oli suurempi kuin kännykkäpäiväkirjassa. Analyyseissä oli mahdollista käyttää parametrisiä testejä, sillä kaikki aineistot noudattivat normaalijakaumaa ja otoskoko oli suhteellisen suuri. Miesten ja naisten välisten erojen vertailuissa poistin yksinhuoltajavanhemmat analyyseistä. Yksinhuoltajia oli isistä kaksi ja äideistä 20.

Tutkittavien taustatietoja kuvailin keskiarvojen ja frekvenssijakaumien avulla. Ensimmäisen tutkimusongelman avulla selvitin, miten vanhemmat kokevat työn ja perheen yhteensovittamisen. Vanhempien kokemuksiin vaikuttavia tekijöitä tarkastelin regressioanalyysin avulla. Aluksi tarkastelin vanhempien kokemusten yhteyttä yhdeksään selittävään tekijään Pearsonin korrelaatiokertoimien avulla. Tilastollisesti merkitsevät tekijät otin mukaan regressioanalyysiin. Tein regressioanalyysin erikseen äideille ja isille, jolloin sisällytin regressionanalyysiin eri muuttujat riippuen vanhemman sukupuolesta ja korrelaatiokertoimien merkitsevyydestä. Näin oli myös mahdollista tarkastella äitien ja isien välisiä eroja. Äitien osalta selvitin regressioanalyysissä, selittävätkö työaikojen ja lapsen päivähoitoaikojen yhteensopivuus, työssä koettu uupumus sekä kotona työn vuoksi tehdyt uhraukset äitien kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisesta. Isillä kohdalla puolestaan selvitin regressioanalyysin avulla, vaikuttavatko viikoittaiset työtunnit, työssä koetut uupumus ja aikapaineet, työaikojen ja lapsen päivähoitoaikojen yhteensopivuus, saatu lastenhoitoapu sekä kotona työn vuoksi tehdyt uhraukset isien kokemuksiin työn ja perheen yhteensovittamisesta. Käytin analyysissä askeltavaa regressioanalyysia, jolloin SPSS-ohjelma lisää ja poistaa muuttujia malliin sen mukaan, mikä kasvattaa mallin selityssastetta parhaiten.

Vanhempien työn vaikutusta perhe-elämään tarkastelin summamuuttujien keskiarvojen avulla. Laskin kymmenestä väittämästä summamuuttujat, jolloin syntyneet luokat kuvasivat negatiivista siirrääntää aikaan ja paineisiin pohjautuvana sekä positiivista siirrääntää tunteisiin perustuvana. Miesten ja naisten välisiä eroja tarkastelin summamuuttujien keskiarvoihin pohjautuvan riippuvien otosten t-testin avulla.

Toisen tutkimusongelman avulla pyrin selvittämään, miten vanhempien työ vaikuttaa vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen. Tätä tarkastelin väittämien frekvenssijakaumilla sekä miesten ja naisten eroja ristiintaulukoimalla sukupuolen ja väittämäkohtaiset frekvenssit. Tiivistin aineistoa muodostamalla alkuperäisistä viidestä vastausvaihtoehdosta kolme luokkaa (ei koskaan / harvoin, joskus, usein / hyvin usein).

Kolmannen tutkimusongelman avulla selvitin, miten vanhempien työssä kokemat tunteet siirtyvät kotiin. Laskin äideille ja isille erikseen jokaisen tunteen päivän ja illan keskiarvon. Keskiarvoista muodostin jokaiselle tunteelle mielialajakauman, joiden avulla voitiin tarkastella tunteiden viikoittaista vaihtelua. Naisten ja miesten päivittäisten keskiarvojen eroja tarkastelin kahden ryhmän keskiarvoja vertailevalla riippuvien otosten t-testillä. Koko viikon päivän ja illan tunteiden siirrännän tarkastelussa käytin Pearsonin korrelaatiokerrointa. Ennen analyysia laskin jokaiselle tutkittavalle yksilökohtaisen korrelaation kuudelle mielialalle viikon ajalta. Kunkin mielialan korrelaatioista muodostin uuden muuttujan, josta laskin koko viikon keskiarvokorrelaation jokaiselle tunteelle. Yksilökohtaisten korrelaatioiden jakaumaa tarkastelin binomitestin avulla luokittelemalla korrelaatiokertoimet negatiivisiin ja positiivisiin. Lisäksi miesten ja naisten korrelaatiokeskiarvojen erojen merkitsevyyttä tarkastelin riippuvien otosten t-testillä.

Vaikka käytin tutkimuksessa pääosin määrällisiä analyysimenetelmiä, hyödynsin vanhempien avoimien vastauksien tulkinnassa laadullista tutkimusotetta. Laadullisen tutkimuksen avulla tutkittavaa ilmiötä pyritään tulkitsemaan, ymmärtämään ja löytämään asioiden merkityksiä (Soininen 1995, 34–35). Litteroin ja analysoin avoimet kysymykset laadullisesti sisällönanalyysiä käyttäen. Sisällönanalyysin avulla aineisto pyritään saamaan tiiviiseen ja selkeään muotoon luokittelemalla aineistoa ala- ja yläluokkiin. Tässä tutkimuksessa luokittelin vastauksia induktiivisesti eli analyysi eteni yksittäisistä vastauksista yleisiin luokkiin. Näin sisällönanalyysissä pyritään tulkinnan ja päättelyn avulla luomaan tutkittavasta ilmiöstä käsitteellinen kokonaisuus. (Tuomi & Sarajärvi 2003, 105–115.)

6 TULOKSET

6.1 Kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisesta

6.1.1 Työn ja perheen yhteensovittamista selittävät monet eri tekijät

Tutkimusongelmien avulla selvitettiin, miten vanhemmat kokevat työn ja perheen yhteensovittamisen, mitkä tekijät vaikuttavat vanhempien kokemuksiin sekä sitä, miten vanhempien työ vaikuttaa perheeseen. Vanhempia pyydettiin arvioimaan kuusiluokkaisella asteikolla (1=ei ollenkaan, 6=täydellisesti), kuinka hyvin he kokevat onnistuneensa työn ja perheen yhteensovittamisessa. Sekä isät että äidit kokivat yhteensovittamisen hyvin myönteisesti, sillä äitien keskiarvo oli 4,15 ja isien 4,32. Äitien ja isien välillä ei ollut tilastollisesti merkitsevää eroa.

Regressioanalyysin avulla selvitettiin, mitkä tekijät selittävät vanhempien kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisen onnistumisesta. Aluksi tarkasteltiin vanhempien kokemusten yhteyttä yhdeksään selittävään tekijään Pearsonin korrelaatiokertoimen avulla (taulukko 7). Selittävät tekijät valittiin aikaisemmissa tutkimuksissa (mm. Milkie & Peltola 1999, Grzywacz ja Marks 2000) havaittujen positiivisten yhteyksien perusteella. Tilastollisesti merkitsevästi korreloivat muuttujat valittiin regressioanalyysiin selittäviksi muuttujiksi.

TAULUKKO 7 Vanhempien kokemusten työn ja perheen yhteensovittamisesta yhteys eri tekijöihin

	Äidit		Isät	
	korrelaatio	p-arvo	korrelaatio	p-arvo
Viikoittaiset työtunnit	-.100	.271	-.236	.008**
Puolison viikoittaiset työtunnit	-.002	.988	-.155	.118
Työaikamuoto	-.013	.886	-.104	.243
Työaikojen ja lapsen päivähoitoaikojen yhteensopivuus	.363	.000***	.452	.000***
Uupumus	-.367	.000***	-.519	.000***
Aikapaine	-.107	.231	-.344	.000***
Vaikutusmahdollisuudet	.103	.250	.019	.835
Uhraukset kotona	-.353	.000***	-.412	.000***
Lastenhoitoapu	.188	.054	.189	.043*

*p < .05; **p < .01; ***p<.001

Merkitsevien korrelaatiokertoimien perusteella (taulukko 7) äitien regressioanalyysissä selvitettiin, selittävätkö työaikojen ja lapsen päivähoitoaikojen yhteensopivuus, työssä koettu uupumus sekä kotona työn vuoksi tehdyt uhraukset äitien kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisesta. Isillä puolestaan regressioanalyysin avulla selvitettiin, vaikuttavatko viikoittaiset työtunnit, työssä koetut uupumus ja aikapaineet, työaikojen ja lapsen päivähoitoaikojen yhteensopivuus, läheisiltä saatu lastenhoitoapu sekä kotona työn vuoksi tehdyt uhraukset isien kokemuksiin työn ja perheen yhteensovittamisesta. Työn ja perheen yhteensovittamista tilastollisesti merkitsevästi selittävät muuttujat on esitetty taulukossa 8.

TAULUKKO 8 Äitien ja isien kokemuksiin työn ja perheen yhteensovittamisesta vaikuttavat tekijät

	β	Keski- virhe	t	Tarkka p-arvo	R ² (%)
Äidit n=125					
Uupumus	-.390	.116	-3,360	.001***	13,4
Työaikojen ja lapsen päivähoitoaikojen yhteensopivuus	.348	.104	3,353	.001***	20,7
Isät n=98					
Työaikojen ja lapsen päivähoitoaikojen yhteensopivuus	.319	.074	4,335	.000***	26,2
Uupumus	-.469	.101	-4,648	.000***	40,8
Uhraukset kotona	-.635	.239	-2,655	.009**	44,9

*p < .05; **p < .01; ***p<.001

Huolimatta siitä, että isillä regressioanalyysiin sisällytettiin puolet enemmän selittäviä muuttujia kuin äideillä, olivat regressioanalyysin tulokset vanhemmilla hyvin samankaltaisia. Äideillä kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisen onnistumisesta selittivät työssä koettu uupumus sekä työaikojen ja lapsen päivähoitoaikojen yhteensopivuus,

jotka olivat molemmat tilastollisesti merkitseviä selittäjiä. Yhdessä nämä kaksi tekijää selittivät kuitenkin vain 20,7 prosenttia työn ja perheen yhteensovittamisesta. Uupumus (13,4 %) selitti äitien kokemuksista hieman suuremman osan kuin työ- ja päivähoitoaikojen yhteensopivuus (7,3 %). Mitä enemmän äidit kokivat uupumusta työnsä vuoksi, sitä huonommin he kokivat onnistuneensa työn ja perheen yhteensovittamisessa (t-arvo negatiivinen). Puolestaan mitä paremmin äidit kokivat työaikojensa sopivan lapsen hoitoaikoihin, sitä paremmin he kokivat onnistuneensa työn ja perheen yhteensovittamisessa (t-arvo positiivinen).

Isillä puolestaan kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisen onnistumisesta selittivät työaikojen ja lapsen päivähoitoaikojen yhteensopivuus, työn vuoksi koettu uupumus sekä äideistä poiketen kotona työn vuoksi tehdyt uhraukset. Isillä näiden muuttujien vaikutus koettuun työn ja perheen yhteensovittamiseen oli selvästi naisia vahvempi, sillä yhdessä nämä kolme tekijää selittivät jopa 44,9 prosenttia isien kokemuksista. Kuten äideilläkin, isillä työ- ja päivähoitoaikojen yhteensopivuus sekä työssä koettu uupumus olivat tilastollisesti merkitsevimmät työn ja perheen yhteensovittamisen kokemuksia selittävät tekijät. Mitä paremmin isien työajat ja lapsen päivähoitoajat sopivat yhteen, sitä paremmin isät kokivat onnistuneensa työn ja perheen yhteensovittamisessa (t-arvo positiivinen). Mitä enemmän isät kokivat uupumusta työnsä vuoksi, sitä huonommin he kokivat onnistuneensa työn ja perheen yhteensovittamisessa (t-arvo negatiivinen). Lisäksi mitä vähemmän isät olivat joutuneet tekemään kotona uhrauksia työnsä vuoksi, sitä paremmin he kokivat onnistuneensa työn ja perheen yhteensovittamisessa (t-arvo negatiivinen).

6.1.2 Vanhempien työ vaikuttaa myönteisesti perheeseen

Vanhempien työn vaikutusta perhe-elämään tarkasteltiin vanhempien arvioimien kymmenen väittämän pohjalta. Väittämistä muodostettiin kolme summamuuttujaa, joita olivat aikaan ja paineisiin pohjaava negatiivinen siirranta sekä tunteisiin pohjaava positiivinen siirranta. Summamuuttujista laskettujen keskiarvojen perusteella vanhemmat kokivat positiivista siirrantaa työstä kotiin enemmän kuin negatiivista (taulukko 9).

TAULUKKO 9 Vanhempien työn vaikutus perheeseen (summamuuttujien keskiarvot ja t-testi)

	Äidit n=130 keskiarvo	Isät n=127 keskiarvo	Tarkka p-arvo (t-testi)
Summamuuttujat			
Aika	2,25	2,52	.023*
Paineet	2,49	2,34	.206
Positiivinen siirräntä	3,89	3,86	.893

* $p < .05$

Äideillä aikaan liittyvän siirräntän keskiarvo oli 2,25 (asteikko 1–5). Tämän perusteella äidit kokivat aikaan liittyvää negatiivista siirräntää työstä kotiin vain vähän. Isillä aikaan liittyvän siirräntän keskiarvo oli 2,52, mikä osoittaa, että isät kokivat aikaan liittyvän siirräntän hieman äitejä negatiivisemmin. Äitien ja isien välillä havaittiinkin tilastollisesti merkitsevää eroa ($p = .023$).

Äideillä paineisiin liittyvän siirräntän keskiarvo oli 2,49, mikä puolestaan osoittaa, että äidit kokivat paineisiin liittyvää siirräntää hieman aikaristiriitoja enemmän. Isillä paineisiin liittyvän siirräntän keskiarvo oli 2,34. Isien keskiarvo on hieman alhaisempi kuin äitien, mutta äitien ja isien välillä ei ollut havaittavissa tilastollisesti merkitsevää eroa.

Sekä äidit että isät kokivat positiivisen siirräntän työstä kotiin hyvin vahvana arviointiasteikolla 1–5. Äitien keskiarvo positiiviselle siirräntälle oli 3,89 ja isien 3,86. Tämä osoittaa, että vanhempien työssä kokemat positiiviset asiat siirtyvät hyvin vahvasti kotiin myönteisesti, eikä äitien ja isien välillä ollut havaittavissa tilastollisesti merkitsevää eroa.

6.1.3 Työn ja perheen yhteensovittamisen haastava arki

Vanhemmat saivat kuvailla omin sanoin, mitkä ovat heidän mielestään stressaavimmat tilanteet työn ja perheen yhteensovittamisessa. Huolimatta siitä, että äitien ja isien vastauksien sisällöt poikkesivat hieman toisistaan, voitiin vanhempien vastaukset jakaa kolmeen osa-alueeseen, joita olivat perheeseen ja työhön liittyvät velvollisuudet sekä ajankäytön ongelmat (taulukko 10, liite 2).

TAULUKKO 10 Vanhempien kokemat stressaavimmat asiat työn ja perheen yhteensovittamisessa

Päälukokka	Äidit	Isät
Perheeseen liittyvät velvollisuudet	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lapsen sairastuminen ▪ Kotityöt ▪ Oma hyvinvointi 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lapsen sairastuminen ▪ Kotityöt ▪ Hyvinvointi <ul style="list-style-type: none"> ▫ Väsymys ▫ Huoli
Ajankäytön ongelmat	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ajan vähyys <ul style="list-style-type: none"> ▫ Oman ajan puute ▫ Perheen yhteisen ajan puute ▫ Pitkät työpäivät ▫ Ilta ▪ Kiire <ul style="list-style-type: none"> ▫ Lapsen hoitoajat ▫ Töihin lähteminen aamuisin ▫ Aikataulut 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ajan vähyys <ul style="list-style-type: none"> ▫ Oman ajan puute ▫ Perheen yhteisen ajan puute ▫ Ilta ▪ Aikataulut <ul style="list-style-type: none"> ▫ Lapsen hoitoajat ▫ Töihin lähteminen aamuisin ▫ Aikataulujärjestelyt ▫ Kiire
Työhön liittyvät velvollisuudet	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Epäsäännöllinen työaika ▪ Töiden kulkeutuminen kotiin 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Työaika <ul style="list-style-type: none"> ▫ Työmatkat ▫ Epäsäännöllinen työaika ▫ Ylityö ▫ Pitkät työpäivät ▪ Työn sisältö <ul style="list-style-type: none"> ▫ Työkiire ▫ Työpaine

Äideillä *perheeseen liittyvät velvollisuudet* kuvasivat kotitöiden tekemisen vaikeutta raskaan työpäivän jälkeen sekä lapsen sairastumista, jolloin töistä pois oleminen ja lapsen hoitaminen kotona koettiin haasteelliseksi. Lapsen sairastumisiin liittyi selkeästi huono omatunto toisaalta töistä pois olemisessa ja toisaalta niissä tilanteissa, joissa vanhempi ei voinut jäädä kotiin lastaan hoitamaan. Lisäksi vanhemmat kokivat omasta hyvinvoinnista huolehtimisen hankalaksi työn ja perheen välissä.

Isillä *perheeseen liittyviä velvollisuuksia* mainittiin jopa puolet vähemmän kuin äideillä. Myös isät kokivat työn ja perheen yhteensovittamisessa stressaavaksi lapsen sairastumisen ja siitä johtuvan hoidon järjestämisen. Kuitenkin vain kolme isää kuvasi haasteelliseksi kotitöiden tekemisen, kun äideillä vastaava määrä oli 13. Myös isät kuvasivat stressaavaksi tilanteeksi oman hyvinvointinsa. Toisin kuin äideillä, isillä huolta aiheutti oma väsymys raskaiden työpäivien jälkeen sekä huoli esimerkiksi perheen taloudellisesta tilanteesta.

Toinen stressaavia tilanteita työn ja perheen yhteensovittamisessa aiheuttava tekijä oli aika, joka mainittiin jossain muodossa suuressa osassa äitien vastauksia (74 %). *Ajan-*

käytön ongelmat voitiin jakaa kahteen alaluokkaan, joita olivat ajan vähyys ja kiire. Äidit kokivat aikaa olevan liian vähän, sillä erityisesti illat olivat työpäivän jälkeen liian lyhyitä olla perheen kanssa riittävästi. Lisäksi ajan vähyys aiheutti oman ajan sekä perheen yhteisen ajan puutetta. Äitejä häiritsi työn ja perheen yhteensovittamisessa myös ainainen kiire. Lapsen hoidosta hakeminen aiheutti ongelmia, sillä äitien tuli huolehtia, että he ehtivät työpäivän jälkeen ajoissa hakemaan lapsensa. Lisäksi erilaiset aikataulut, niiden päällekkäisyys ja niissä pysyminen aiheutti ongelmia. Esimerkiksi lasten harrastuksiin kuljettaminen koettiin stressaavaksi. Suurin kiireen tekijä oli kuitenkin aamut, jolloin lapset tuli herättää ajoissa ja aamurutiinit tuli käydä läpi niin, että lapset saataisiin ajoissa hoitoon ja vanhemmat itse ehtisivät ajoissa töihin.

Myös isillä *ajankäytön ongelmat* mainittiin 62 prosentissa isien vastauksia. Isien aikaan liittyvät stressaavat tilanteet voitiin jakaa ajan vähyteen sekä aikatauluihin. Ajan vähyys aiheutti samoja ongelmia isillä kuin äideilläkin: aikaa itselle ja perheelle ei ollut riittävästi ja illat työpäivän jälkeen koettiin liian lyhyiksi. Lisäksi isät kokivat haasteellisiksi aikataulut, joihin sisältyi aamuisin töihin lähteminen kiireellä, omien työaikojen ja lapsen hoitoaikojen yhteensovittaminen, ainainen kiire sekä muut aikataulujärjestelyt, kuten lasten harrastuksiin viemiset.

Lisäksi vanhempien vastauksista voitiin erottaa työhön liittyvät velvollisuudet. Äideillä *työhön liittyvät velvollisuudet* kuvasivat epäsäännöllisen työajan aiheuttamia ongelmia ja töiden kulkeutumista kotiin. Äidit kokivat haasteellisiksi pitkät työpäivät, jotka väsyttivät, eikä energiaa tuntunut löytyvän enää perheelle. Vuorotyö puolestaan koettiin ongelmalliseksi epäsäännöllisen työajan vuoksi. Iltaisin äidit eivät välttämättä ehtineet nähdä lapsiaan, eikä perheen yhteistä aikaa tuntunut olevan riittävästi työaikojen vuoksi. Lisäksi äitejä häiritsi töiden kulkeutuminen kotiin, joka häiritsi perheen yhteistä aikaa.

Isillä puolestaan *työhön liittyvät velvollisuudet* voitiin jakaa työajan ja työn sisällön ongelmiin. Työajan puolesta isät kokivat haasteellisiksi työmatkat, epäsäännöllisen työajan, ylityöt sekä pitkät työpäivät. Nämä kaikki tekijät vaikeuttivat työn ja perheen yhteensovittamista osin aikataulujen järjestämisen ja osin perheen yhteisen ajan vuoksi. Lisäksi isät kokivat työssään työkiireitä ja paineita, jotka heijastuivat myös perheeseen.

Vanhemmat saivat omin sanoin myös kuvailla, miten he ovat pyrkineet helpottamaan työn ja perheen yhteensovittamista perheessään. Vanhempien tekemät ratkaisut voitiin luokitella työhön, perheeseen ja aikaan liittyviksi (taulukko 11, liite 3).

TAULUKKO 11 Vanhempien tekemät työn ja perheen yhteensovittamista helpottavat asiat

Pääluokka	Äidit	Isät
Työ	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Joustavuus ▪ Työn vähentäminen ▪ Ylitöistä kieltäytyminen ▪ Työaikojen säännöllisyys 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Joustavuus ▪ Työn vähentäminen ▪ Ylitöiden vähentäminen ▪ Työmatkojen vähentäminen ▪ Työtuntien varastoiminen ▪ Työpäivän ajoittainen lyhentäminen ▪ Työn vaihtaminen ▪ Työaikojen säännöllisyys
Perhe	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Työnjako ▪ Ennakointi <ul style="list-style-type: none"> ▫ Rutiinit ▫ Suunnittelu ▪ Hyvinvointi ▪ Perheen yhteiseen aikaan panostaminen ▪ Priorisointi 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Työnjako ▪ Kotitöiden tekeminen ▪ Hyvinvointi ▪ Priorisointi
Aika	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aikataulujärjestelyt ▪ Sosiaalinen apu <ul style="list-style-type: none"> ▫ Isovanhemmat ▫ Muu apu ▪ Oma aika 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aikataulujärjestelyt ▪ Aikataulujen noudattaminen ▪ Yöunen vähentäminen

Työssään vanhemmat olivat kieltäytyneet ylitöistä, pyrkineet pitämään työaikansa säännöllisinä, pyrkineet joustamaan työajoissa ja vaihtamaan työvuorojaan tarpeen niin vaatiessa sekä lyhentäneet työaikaansa. Työajan lyhentäminen oli kuitenkin äideillä selvästi yleisempää kuin isillä. Isät kuvasivatkin edellisten luokkien lisäksi, kuinka he olivat vähentäneet työmatkojaan, varastoineet työtuntejaan ja käyttäneet niitä tarvittaessa lyhentämään työpäiväänsä, lyhentäneet ajoittain työpäiväänsä ja jopa vaihtaneet työpaikkaansa, mikäli edelliset työn ja perheen yhteensovittamista edistävät tekijät eivät onnistuneet.

Perheeseen liittyvät tekijät sisälsivät sekä äideillä että isillä puolison kanssa jaettua vastuuta kodin ja lasten hoidosta. Vanhemmat muun muassa vuorottelivat lasten hoitoon viemisessä ja hakemisessa, lasten harrastuksiin kuljettamisessa sekä kotitöissä. Tämäkin oli kuitenkin mainittu puolet useammin äitien kuin isien vastauksissa. Toinen merkittävä perheeseen liittyvä tekijä oli asioiden priorisointi. Vanhemmat kuvasivat monipuoli-

sesti, kuinka he muun muassa ovat jättäneet kotitöitä tekemättä ollakseen enemmän perheensä kanssa ja ovat tehneet kotiin tuodut työt vasta lasten nukkumaanmenon jälkeen. Lisäksi muutama vanhempi mainitsi helpottaneensa työn ja perheen yhteensovittamista kiinnittämällä huomiota perheen ja itsensä hyvinvointiin, mikä lisäsi energiaa molempien elämänalueiden hoitamiseen. Lisäksi äidit olivat pyrkineet helpottamaan työn ja perheen yhteensovittamista toistuvilla rutiineilla ja suunnittelulla, jolloin esimerkiksi aikataulujen hahmottaminen helpottui. Tätä voidaankin pitää arjen ennakkointina. Lisäksi kaksi isää mainitsi auttaneensa lasten syntymisen jälkeen enemmän kotitöissä, minkä avulla he halusivat helpottaa puolisonsa taakkaa.

Viimeisenä vanhemmat olivat edistäneet työn ja perheen yhteensovittamista *aikaan* liittyvien tekijöiden avulla. Äidit olivat tehneet aikaan liittyviä työn ja perheen yhteensovittamista helpottavia tekijöitä aikatauluissa, sosiaalisen avun pyytämässä ja oman ajan huomioimisessa. Aikataulujärjestelyin äidit olivat helpottaneet muun muassa työpäivänsä kulkua niin, että aamut ja iltapäivät eivät olisi liian kiireisiä. Lisäksi muutamassa perheessä oli esimerkiksi ostettu toinen auto helpottamaan aikataulujen yhteensovittamista. Äidit mainitsivat myös tärkeäksi työn ja perheen yhteensovittamista helpottavaksi tekijäksi sosiaalisen avun. Ennen kaikkea monet äidit mainitsivat isovanhempien tulevan apuun tarvittaessa. Lisäksi muutama äiti kertoi palkanneensa perheen ulkopuolista apua muun muassa kotitöiden tekemiseen. Omasta ajasta huolehtiminen piti sisällään joko omasta ajasta luopumista (esim. harrastukset) tai toisaalta oman ajan järjestämistä oman jaksamisen vuoksi.

Isillä puolestaan aikaan liittyvät työn ja perheen yhteensovittamista helpottavat tekijät liittyivät aikataulujen järjestelemiseen ja aikataulujen noudattamiseen. Isät esimerkiksi kiinnittivät huomiota, että he pääsisivät tulemaan ajoissa töistä kotiin. Isät jopa mainitsivat tarvittaessa vähentävänsä yöuntaan, jotta vuorokauden tunnit riittäisivät arjen sujuvaan pyörykseen.

Yhteenveto. Vanhemmat kokivat onnistuneensa työn ja perheen yhteensovittamisessa hyvin, ja he kokivatkin työstä kotiin suuntautuvaa positiivista siirräntää huomattavasti negatiivista enemmän. Äitien kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisesta selittivät työssä koettu uupumus sekä vanhemman työaikojen ja lapsen päivähoitoaikojen

yhteensopivuus. Isien kokemuksia selittivät puolestaan työssä koettu uupumus, vanhemman työaikojen ja lapsen päivähoitoaikojen yhteensopivuus sekä työn vuoksi kotona tehdyt uhraukset. Vanhemmat kokivat työn ja perheen yhteensovittamisessa stressaavimmiksi tilanteiksi perheeseen ja työhön liittyvät velvollisuudet sekä ajankäytön ongelmat. Samoilla elämänsä osa-alueilla he olivat myös erilaisten päätösten ja järjestelyjen avulla pyrkineet helpottamaan työn ja perheen yhteensovittamista.

6.2 Työn vaikutus vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen

Toisena tutkimusongelmana oli selvittää, miten vanhempien työ vaikuttaa vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen. Vanhemmat arvioivat kahdeksan väittämän avulla, miten he kokevat työnsä vaikuttaneen lapsen kanssa vietettyyn aikaan. Kuusi ensimmäistä väittämää kuvaavat työn negatiivisia ja kaksi viimeistä väittämää työn positiivisia vaikutuksia vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen. Äitien ja isien prosenttijakaumat on esitetty taulukossa 12.

TAULUKKO 12 Äitien ja isien kokemuksia työn vaikutuksesta lapsen kanssa vietettyyn aikaan

Kokemus	Äidit n=130 %	Isät n=127 %
1. Työasiat ovat pyörineet mielessä lapsen seurassa		
Ei koskaan / Harvoin	42,3	47,3
Joskus	33,1	34,6
Usein / Hyvin usein	24,7	18,1
2. Huoli työstä lapsen seurassa		
Ei koskaan / Harvoin	65,4	67,7
Joskus	26,9	26,0
Usein / Hyvin usein	7,7	6,3
3. Lapsi on joutunut odottamaan seuraa työn vuoksi		
Ei koskaan / Harvoin	47,7	47,3
Joskus	37,7	34,6
Usein / Hyvin usein	14,6	18,1
4. Yhdessäolo lapsen kanssa on keskeytynyt työasioiden vuoksi		
Ei koskaan / Harvoin	73,4	73,4
Joskus	18,0	21,0
Usein / Hyvin usein	8,6	5,6

(jatkuu)

TAULUKKO 12 (jatkuu)

Kokemus	Äidit n=130 %	Isät n=127 %
5. Työn vuoksi ei energiaa tehdä erilaisia asioita lapsen kanssa		
Ei koskaan / Harvoin	47,7	47,6
Joskus	33,8	39,7
Usein / Hyvin usein	18,4	12,7
6. Työn vuoksi ei niin hyvällä tuulella lapsen kanssa kuin haluaisi olla		
Ei koskaan / Harvoin	48,1	46,5
Joskus	37,2	44,1
Usein / Hyvin usein	14,7	9,5
7. Työn vuoksi enemmän energiaa tehdä erilaisia asioita lapsen kanssa		
Ei koskaan / Harvoin	47,0	48,8
Joskus	36,2	37,8
Usein / Hyvin usein	16,9	13,4
8. Työn vuoksi hyvällä tuulella lapsen seurassa		
Ei koskaan / Harvoin	25,0	36,5
Joskus	52,3	45,2
Usein / Hyvin usein	22,7	18,3

Äideillä työ vaikutti negatiivisesti lapsen kanssa vietettyyn aikaan vahvimmin niin, että työasiat pyörivät vanhemman mielessä lapsen seurassa tai vanhemmalla ei ollut työn vuoksi energiaa tehdä erilaisia asioita lapsen kanssa. Suurimmalla osalla (42,3 %) äideistä työasiat olivat pyörineet mielessä harvoin tai ei koskaan heidän ollessaan lapsensa kanssa. Kuitenkin 33,1 prosentilla äideistä työasiat olivat olleet ajatuksissa joskus ja jopa 24,7 prosentilla usein tai hyvin usein. Suuri osa äideistä koki myös, ettei heillä ole ollut työnsä vuoksi energiaa tehdä erilaisia asioita lapsensa kanssa joskus (33,8 %) tai usein/hyvin usein (18,4 %).

Isillä puolestaan työ vaikutti lapsen kanssa vietettyyn aikaan negatiivisesti vahvimmin niin, että työasiat pyörivät vanhemman mielessä hänen ollessaan lapsensa kanssa tai lapsi on joutunut odottamaan vanhemman seuraa. Isistä 34,6 prosentilla työasiat olivat pyörineet mielessä joskus ja 18,1 prosentilla usein tai hyvin usein. 34,6 prosenttia isistä koki, että lapsi on joutunut odottamaan vanhemman seuraa joskus ja 18,1 prosenttia usein tai hyvin usein. Isien ja äitien välillä ei ollut havaittavissa tilastollisesti merkitsevää eroa yhdessäkään väittämässä. Suurin ero isien ja äitien välillä oli väittämässä ”sinulla ei ole ollut työsi vuoksi energiaa tehdä erilaisia asioita lapsesi kanssa”, mutta tässäkin ero isien ja äitien välillä ei ollut merkitsevä ($p = .259$).

Vanhempien työ näytti vaikuttavan myös myönteisesti vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen. 52,3 prosenttia äideistä koki olleensa joskus ja jopa 22,7 prosenttia usein tai hyvin usein työnsä vuoksi hyvällä tuulella ollessaan lapsensa kanssa. Isillä työ ei parantanut mielialaa yhtä paljon, vaan heistä 45,2 prosenttia koki olevansa joskus ja 18,3 prosenttia usein tai hyvin usein hyvällä tuulella työn vuoksi. Työ ei kuitenkaan näyttänyt lisäävän energiaa lapsen kanssa touhuamiseen, sillä 47 prosenttia äideistä koki työn lisänneen energiaa tehdä erilaisia asioita lapsen kanssa harvoin tai ei koskaan ja 36,2 prosenttia joskus. Vastaavasti isistä 48,8 prosenttia koki saaneensa harvoin tai ei koskaan ja 36,5 prosenttia joskus lisäenergiaa työstään lapsen kanssa touhuamiseen.

Yhteenveto. Äideillä työ vaikutti negatiivisesti lapsen kanssa vietettyyn aikaan vahvimmin niin, että työasiat pyörivät vanhemman mielessä lapsen seurassa tai vanhemmalla ei ollut työn vuoksi energiaa tehdä erilaisia asioita lapsen kanssa. Isillä puolestaan työ vaikutti lapsen kanssa vietettyyn aikaan negatiivisesti vahvimmin niin, että työasiat pyörivät vanhemman mielessä hänen ollessaan lapsensa kanssa tai lapsi on joutunut odottamaan vanhemman seuraa. Vanhempien työ näytti vaikuttavan myös myönteisesti vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen, sillä vanhemmat kokivat olleensa työnsä vuoksi hyvällä tuulella lapsensa kanssa.

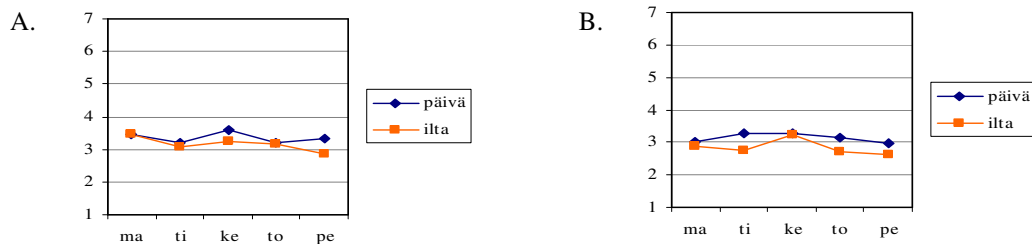
6.3 Tunteiden siirräntä työstä kotiin

Kolmantena tutkimusongelmana oli selvittää, onko vanhempien työpäivän ja illan aikana kokemien tunteiden välillä yhteyttä eli siirtyvätkö tunteet työstä kotiin. Vanhemmat arvioivat viikon ajan kuutta kokemaansa tunnetta päivisin ja iltaisin asteikolla 1–7 (1=ei lainkaan, 7=hyvin paljon). Koska kaikki kännykkäpäiväkirjaan osallistuneet vanhemmat olivat säännöllisessä päivätyössä eli he olivat pääsääntöisesti viikonloput vapaalla, tuloksissa esitetään tunteiden siirräntä työstä kotiin vain maanantaista perjantaihin.

Vanhempien mieliala viikon aikana oli sekä päivisin että iltaisin pääasiassa myönteinen. Työpäivän sekä illan aikana he arvioivat itsensä rennoiksi ja levollisiksi sekä onnellisik-

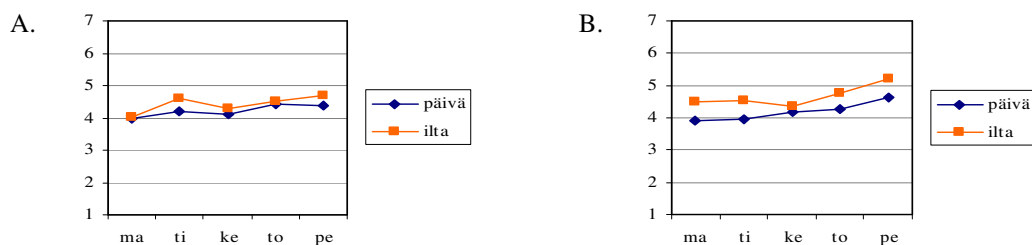
si ja tyytyväisiksi. Kielteisistä mielialoista ainoastaan väsymys sai korkean keskiarvon iltaisin, ja vanhempien väsymys iltaisin kasvoi selvästi päivästä. Äitien ja isien tunteiden keskiarvoista muodostettujen mielialakuvaajien avulla voidaan tarkastella, miten vanhempien tunteet vaihtelevat eri viikonpäivänä sekä eroavatko naisten ja miesten tunteiden vaihtelut toisistaan viikon aikana.

Äitien ja isien viikon aikana kokemat rasittuneisuuden ja stressaantuneisuuden tunteet olivat keskiarvoltaan hyvin samanlaisia, eikä naisten ja miesten päivittäisissä keskiarvoissa ollut tilastollisesti merkitsevää eroa. Vanhempien rasittuneisuuden ja stressaantuneisuuden mielialajakaumista (kuvio 3) voidaan kuitenkin havaita, että miehillä rasittuneisuuden kokemukset laskivat hieman naisia enemmän työpäivästä iltaan.



KUVIO 3 Rasittuneisuus ja stressaantuneisuus viikon aikana äideillä (A) ja isillä (B)

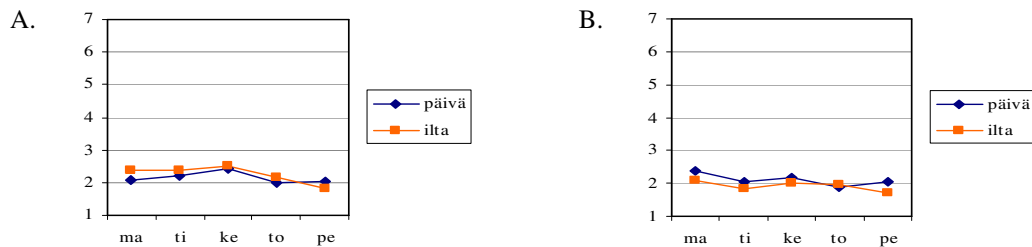
Myös rentouden ja levollisuuden viikon keskiarvot olivat äideillä ja isillä hyvin samankaltaiset, eikä vanhempien välillä ollut tilastollisesti merkitsevää eroa. Miehillä rentouden tunne kuitenkin kasvoi huomattavasti lähes koko viikon ajan työstä kotiin tultaessa. Naisilla puolestaan päivän ja illan mielialajakaumat ovat lähempänä toisiaan, vaikka heilläkin rentous ja levollisuus kasvoivat hieman työpäivästä iltaan (kuvio 4).



KUVIO 4 Rentous ja levollisuus viikon aikana äideillä (A) ja isillä (B)

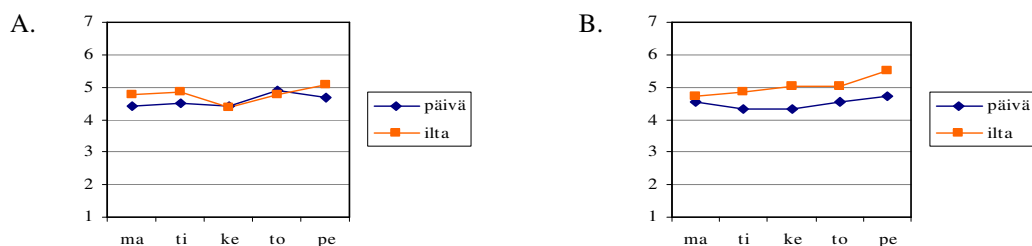
Arvioiduista tunteista vanhemmat arvioivat itsensä vähiten ärtyneiksi ja vihaisiksi koko viikon ajan. Miehillä ärtyneisyyden keskiarvot olivat jopa alhaisemmat kuin naisilla.

Mielialajakaumista (kuvio 5) voidaan havaita, että isien kokema ärtyneisyys ja vihaisuus laskivat hieman työstä kotiin tultaessa, kun äideillä puolestaan kotona illan aikana koettu ärtyneisyys oli hieman korkeampi kuin työpäivän aikana. Äitien ja isien välillä oli tilastollisesti merkitsevää eroa tiistai-iltana ($p = .018$) ja keskiviikkoiltana ($p = .028$), jolloin isien arvio ärtyneisyydestään oli huomattavasti naisten arviota alhaisempi.



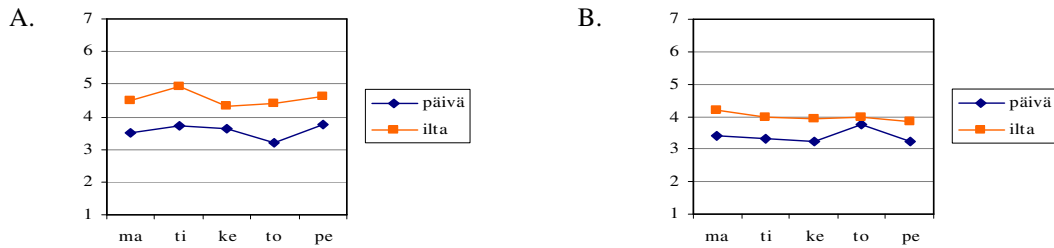
KUVIO 5 Ärtynisyys ja vihaisuus viikon aikana äideillä (A) ja isillä (B).

Arvioiduista tunteista vanhemmat arvioivat itsensä vahvimmin onnellisiksi ja tyytyväisiksi viikon aikana. Sekä äideillä että isillä päivittäiset ja viikoittaiset keskiarvot ovat suhteellisen korkeat arviointiasteikolla 1–7. Mielialajakaumista (kuvio 6) voidaan havaita, että koko viikon ajan miesten kokema onnellisuus nousi selvästi työpäivästä iltaan ja äiditkin kokivat itsensä hieman onnellisemmaksi illalla kotona kuin työssä kolmena arkipäivänä viikossa. Tilastollisesti merkitsevää eroa naisten ja miesten välillä on keskiviikkoiltana ($p = .011$), jolloin naisten kokema onnellisuus ja tyytyväisyys laskee selvästi muihin arkipäiviin verrattuna.



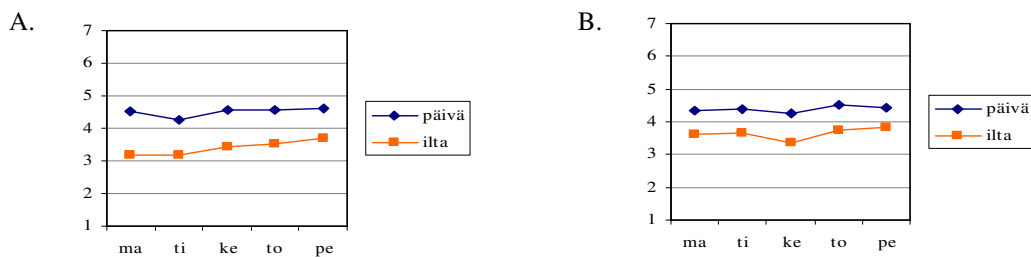
KUVIO 6 Onnellisuus ja tyytyväisyys viikon aikana äideillä (A) ja isillä (B).

Viikon ajan äidit arvioivat itsensä väsyneemmiksi kuin isät. Tilastollisesti merkitsevää eroa naisten ja miesten välillä oli tiistai-iltana ($p = .015$) sekä perjantai-iltana ($p = .010$), jolloin naisten väsymyksen kokemukset ovat miehiä merkitsevästi korkeammat. Mielialajakaumista (kuvio 7) voidaan kuitenkin havaita, että molemmat vanhemmat kokivat itsensä selvästi väsyneemmiksi illalla kotona kuin työpäivän aikana koko viikon ajan.



KUVIO 7 Väsymys viikon aikana äideillä (A) ja isillä (B)

Muista arvioituista tunteista poiketen sekä äitien että isien aikaansaamisen ja tehokkuuden kokemukset laskivat selvästi työpäivästä iltaan. Miesten ja naisten päivän ja illan keskiarvot olivat lähellä toisiaan, eikä äitien ja isien välillä ole tilastollisesti merkitsevää eroa. Aikaansaamisen ja tehokkuuden viikon mielialajakaumat on esitetty kuviossa 8.



KUVIO 8 Aikaansaaminen ja tehokkuus viikon aikana äideillä (A) ja isillä (B)

Mielialajakaumien perusteella tunteiden siirrantää työstä kotiin tapahtuu tunteesta riippuen, mitä tukevat myös jokaisesta tunteesta erikseen lasketut viikoittaiset Pearsonin korrelaatiokertoimet. Yksilökohtaisista korrelaatiokertoimista laskettujen keskiarvokorrelaatioiden perusteella kaikkien arvioitujen tunteiden päivän ja illan tunteiden välillä on havaittavissa heikkoa positiivista yhteyttä. Yksilökohtaisten korrelaatiokertoimien jakautuneisuus on kuvattu taulukossa 13.

TAULUKKO 13 Tunteiden siirrantää työstä kotiin äideillä ja isillä (binomitesti)

	Korrelaatiokertoimien keskiarvo	Ryhmä ^{a)}	n ^{b)}	Ryhmien suhteelliset osuudet	Tarkka p-arvo (2-suuntainen)
Äidit					
Rasittunut, stressaantunut	.295	1	13	.31	.020*
Rento, levollinen	.264	2	29	.69	
		1	16	.37	.126
		2	27	.63	

(jatkuu)

TAULUKKO 13 (jatkuu)

	Korrelaatio- kertoimien keskiarvo	Ryhmä ^{a)}	n ^{b)}	Ryhmien suhteelliset osuudet	Tarkka p-arvo (2-suuntainen)
Äidit					
Ärtynyt, vihainen	.141	1	14	.45	.720
		2	17	.55	
Onnellinen, tyytyväinen	.208	1	14	.38	.188
		2	23	.62	
Väsynyt	.232	1	17	.40	.280
		2	25	.60	
Aikaansaava, tehokas	.139	1	17	.44	.522
		2	22	.56	
Isät					
Rasittunut, stressaantunut	.249	1	10	.28	.011*
		2	26	.72	
Rento, levollinen	.124	1	13	.38	.229
		2	21	.62	
Ärtynyt, vihainen	.060	1	12	.46	.845
		2	14	.54	
Onnellinen, tyytyväinen	.256	1	11	.33	.080
		2	22	.67	
Väsynyt	.206	1	13	.37	.175
		2	22	.63	
Aikaansaava, tehokas	.099	1	13	.36	.132
		2	23	.64	

^{a)} ryhmä 1: $r \leq 0$, ryhmä 2: $r > 0$

^{b)} n = korrelaatioiden lukumäärä eri ryhmissä

*p < .05

Äideillä vahvin yhteys päivän ja illan tunteiden välillä on rasittuneisuudessa ja stressaantuneisuudessa ($r = .295$, $p = .020$). Heikoimmin äidit näyttävät siirtävän ärtyneisyyden ja vihaisuuden ($r = .141$) sekä aikaansaamisen ja tehokkuuden kokemuksia ($r = .139$). Isillä puolestaan voimakkain yhteys päivän ja illan välillä oli rasittuneisuudessa ja stressaantuneisuudessa ($r = .249$, $p = .011$) sekä onnellisuudessa ja tyytyväisyydessä ($r = .256$, $p = .080$). Kuten äideilläkin, heikoimmin isillä siirtyivät työstä kotiin ärtyneisyys ja vihaisuus ($r = .060$) sekä aikaansaaminen ja tehokkuus ($r = .099$). Miesten ja naisten viikoittaisten korrelaatiokertoimien välillä ei ollut havaittavissa tilastollisesti merkitsevää eroa.

Yhteenveto. Sekä äidit että isät arvioivat viikon aikana kokeneensa positiivisia tunteita negatiivisia enemmän, vaikka vanhemmat kokivat itsensä hyvin väsyneiksi koko viikon ajan. Miesten ja naisten välillä oli havaittavissa tilastollisesti merkitsevää eroa viikon aikana koetuissa tunteissa vain muutaman yksittäisen arki-illan aikana. Miesten ja nais-

ten välillä ei ollut myöskään tilastollisesti merkitsevää eroa tunteiden siirräntässä työstä kotiin. Tunteet näyttävät siirtyvän jossain määrin työstä kotiin, vaikka siirräntä näyttää riippuvan paljon tarkasteltavana olevasta tunteesta. Esimerkiksi ärtyneisyys ja vihaisuus sekä aikaansaamisen ja tehokkuuden tunteet eivät näytä siirtyvän työstä kotiin, kun ra-
sittuneisuuden ja stressaantuneisuuden välillä on havaittavissa selvä positiivinen yhteys työpäivän ja illan välillä.

7 POHDINTA

7.1 Tulosten yhteenvetoa

Tämän pro gradu -tutkimuksen tavoitteena oli selvittää vanhempien kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisesta pikkulapsiperheiden arjessa sekä näiden kokemusten vaikutusta perheen vuorovaikutukseen. Tutkimusongelmien avulla selvitettiin, miten vanhemmat kokevat työn ja perheen yhteensovittamisen, miten vanhempien työ vaikuttaa vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen sekä miten vanhemmat siirtävät työssä kokemiaan tunteita kotiin.

Tutkimusongelmia tarkasteltiin aluksi siirräntämallin pohjalta, jolloin työpäivän kokemusten oletetaan heijastuvan sellaisenaan perhe-elämään. Tutkimustuloksia ei kuitenkaan voida selittää ainoastaan siirräntämallin avulla, mikä osoittaa, että ilmiö on yksinkertaista siirräntää huomattavasti monitahoisempi ilmiö. Frone (2003, 147) onkin todennut, ettei työn ja perheen vuorovaikutusta voida sen monimuotoisuuden vuoksi selittää yhden mallin avulla. Tulosten mukaan vanhemmat eivät kuitenkaan koe työtä ja perhettä täysin erillisiksi toimintaympäristöiksi, vaan ne ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Vuorovaikutuksen muoto riippuu kuitenkin paljon tutkittavasta ilmiöstä. Esimerkiksi työssä koetut positiiviset asiat näyttävät siirtyvän vahvasti perheeseen, kun negatiivisten kokemusten kohdalla työn ja perheen välinen yhteys on päinvastainen.

Tämä vahvistaakin työn ja perheen yhteensovittamisessa esimerkiksi niin sanottua korvaavuusteoriaa, jonka avulla vanhemmat pyrkivät tasapainottamaan päivän kokemuksiin (Sirgy ym. 2001, 245).

Äitien ja isien kokemukset työn ja perheen yhteensovittamisen onnistumisesta eivät eronneet toisistaan, mikä vahvistaa Milkien ja Peltolan (1999, 483) saamia tuloksia vanhempien kokemusten samankaltaisuudesta. Lisäksi työn ja perheen yhteensovittamisen kokemukset rakentuivat äideillä ja isillä hyvin samalla tavalla, sillä molemmilla työn ja perheen yhteensovittamisen onnistumista selittivät työssä koettu uupumus sekä työn ja lapsen päivähoitoaikojen yhteen sopiminen. Isien osalta kokemuksia selittivät lisäksi työn vuoksi kotona tehdyt uhraukset. Työ vaikutti kuitenkin isien kokemuksiin huomattavasti äitejä enemmän, sillä edellä mainitut asiat selittivät isien työn ja perheen yhteensovittamisen kokemuksista jopa 45 prosenttia ja äitien kokemuksista vain 21 prosenttia. Myös Milkie ja Peltola (1999, 483–485) havaitsivat omassa tutkimuksessaan miesten tehneen kotona enemmän uhrauksia työnsä vuoksi kuin äidit, mikä tukee tässä tutkimuksessa saatuja tuloksia työn ja perheen yhteensovittamista selittävästä tekijöistä. Lisäksi muun muassa Grzywacz ja Marks (2000) ovat osoittaneet, että työn vaatimukset ja työstressi ovat positiivisesti yhteydessä työstä kotiin suuntautuvaan ristiriitaan, mikä vahvistaa tämän pro gradu -tutkimuksen tuloksia.

Työn ja perheen yhteensovittamista selittävien tekijöiden lisäksi äideillä näihin kokemuksiin vaikuttivat kotona tehdyt uhraukset ja isillä viikoittaiset työtunnit, työssä koetut aikapaineet sekä lastenhoitoon saatu apu. Myös aikaisemmissa tutkimuksissa on havaittu positiivista yhteyttä näiden tekijöiden välillä. Muun muassa Malinen ym. (2005, 76) sekä Grzywacz ja Marks (2000) ovat havainneet tutkimuksissaan vanhempien viikoittaisten työtuntien olevan positiivisesti yhteydessä työstä kotiin suuntautuvaan ristiriitaan. Kinnusen (1996, 51–54) tutkimuksessa tehdyt viikkotyötunnit ja työssä koetut aikapaineet vaikuttivat vahvasti siihen, miten voimakkaasti työ häiritse perhe-elämää.

Vanhempien mielestä stressaavimpia tilanteita työn ja perheen yhteensovittamisessa olivat perheeseen ja työhön liittyvät velvollisuudet sekä ajankäytön ongelmat. Samoilla elämänaluilla he olivat myös pyrkineet helpottamaan työn ja perheen yhteensovittamista. Aikaan liittyvät ongelmat mainittiin suuressa osassa vanhempien vastauksia, ja vas-

tauksista nousi selvästi esiin aamujen ja iltojen kiire ja niihin liittyvät ongelmat. Lahikainen (2004, 355–356) toteaa, että vuorovaikutuksen syklit ovat muuttuneet ja perheenjäsenet voivat olla pitkään erossa toisistaan. Päivittäiset eroamiset ja yhteenliittymiset ovat ominaisia perheen vuorovaikutussuhteille, mikä tekee niistä tärkeitä tapahtumia. Myös tässä tutkimuksessa voitiin havaita perheen yhteisiin hetkiin kohdistuvat odotukset. Koska aikaa yhdessä on vähän, se haluttaisiin kokea myönteiseksi. Kuitenkaan muun muassa kiireen vuoksi yhteinen aika ei aina suju odotusten mukaan.

Huolimatta siitä, että tuloksissa tuli esiin perheiden arjen vastuun tasapuolinen jakaminen puolisoitten kesken, näkyi vanhempien vastauksista kuitenkin edelleen arjen sukupuolittuneisuus. Tämä tulee esiin myös Malisen ym. (2005, 64) sekä Aallon ja Varjosen (2005, 33) tutkimuksista. Esimerkiksi työssään äidit olivat lähes yksinomaan pyrkineet helpottamaan työn ja perheen yhteensovittamista vähentämällä työtuntejaan. Isillä puolestaan työssä tehdyt yhteensovittamista helpottavat teot olivat valtaosin muita työtunteihin vaikuttavia asioita, kuten ylimääräisen työn vähentämistä ja työvuoroissa joustamista. Tämä vahvistaa isän perinteistä roolia perheen elättäjänä. Kotitöiden tasapuolinen jakaminen tuli vahvemmin esiin äitien vastauksissa, mistä voidaan päätellä, että isien osallistuminen arjen askareisiin helpottaa äidin vastuuta merkittävästi.

Vanhemmat kokivat työn vaikuttavan vanhemmuuteen negatiivisesti useammin ja positiivisesti harvemmin kuin mitä Galinsky (2000) havaitsi omassa tutkimuksessaan. Ero voi selittyä Yhdysvaltojen ja Suomen kulttuurieroilla, sillä tämän pro gradu -tutkimuksen tulokset vastasivat hyvin Härmän ja Tiaisen (2005, 26) saamia tuloksia työn vaikutuksista vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen.

Huolimatta siitä, että vanhemmuuden kokemukset näyttäytyivät tässä tutkimuksessa Galinskyn (2000) tutkimusta negatiivisemmin, vanhemmat kokivat onnistuneensa työn ja perheen yhteensovittamisessa pääsääntöisesti hyvin. He myös kokivat työstä kotiin enemmän positiivista kuin negatiivista siirräntää. Tämä osoittaa, että haasteista ja kiireestä huolimatta vanhemmat ovat tyytyväisiä kahteen merkittävään elämänalueeseensa. Malinen ym. (2005, 88) ovatkin todenneet tutkimuksensa pohjalta, ettei perheen yhteisestä ajasta haluta tinkiä ja lapsille pyritään mahdollisista kiireistä huolimatta antamaan aikaa. Tässä tutkimuksessa aikaansaamisen ja tehokkuuden tunteet olivatkin ainoat tar-

kastelluista tunteista, joiden arvot laskivat työpäivästä iltaan. Tästä voidaan päätellä, että vanhemmat haluavat tietoisesti rentoutua iltaisin ja antaa aikaa perheelle. Työpäivän hektisyys ja kiire halutaan rauhoittaa, ja perheen yhteinen aika asetetaan etusijalle ennen kotitöitä. Galinskyn (2000, 208–212) mukaan lämmin ja vastaanottava vanhemman ja lapsen välinen suhde edellyttääkin heiltä kiireetöntä ja stressitöntä yhteistä aikaa.

Aikaisemmissa tutkimuksissa on havaittu erityisesti negatiivisten tunteiden siirrantää työstä kotiin (Larson & Almeida 1999, 14). Tämän pro gradu -tutkimuksen perusteella voidaan kuitenkin todeta, että työstä kotiin siirtyvät myös positiiviset tunteet. Erityisesti isillä onnellisuus ja tyytyväisyys siirtyivät työstä kotiin. Tunteiden siirrantä riippuu kuitenkin merkittävästi tarkasteltavasta tunteesta, eivätkä kaikki tunteet yksiselitteisesti siirry vanhemman mukana työstä kotiin. Tässä pro gradu -tutkimuksessa havaittiin positiivista yhteyttä kodin ja työn välillä erityisesti rasittuneisuuden ja stressaantuneisuuden kokemuksissa, mutta ärtyneisyys ja vihaisuus eivät näyttäneet siirtyvän työstä kotiin. Tulosten perusteella voidaan päätellä, että tunteiden siirrantään vaikuttaa merkittävästi se, miten vanhempi kokee eri tunteet. Esimerkiksi ärtyneisyys ja vihaisuus voivat ilmetessään kohdistua muihin perheenjäseniin, jolloin vanhempi voi tietoisesti peittää nämä tunteet. Rasittuneisuus ja stressaantuneisuus vaikuttavat kuitenkin vanhemman fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin, jolloin tunteiden peittäminen voi olla vaikeampaa.

Sen lisäksi, että onnellisuuden ja tyytyväisyyden kokemukset siirtyivät työstä kotiin vain isillä, onnellisuus ja tyytyväisyys kasvoivat isien kohdalla selvästi työpäivästä iltaan. Tulokset ovat ristiriidassa Matjaskon ja Feldmanin (2006) tulosten kanssa, joiden mukaan äideillä siirrantää tapahtuu onnellisuudessa, vihaisuudessa ja jännittyneisyydessä, kun isillä havaittiin siirrantää ainoastaan jälkimmäisessä. Tämän pro gradu -tutkimuksen tulokset ovatkin yhteneväisiä Larsonin, Richardsin ja Perry-Jenkinsin (1994, 1039) tulosten kanssa, jotka ovat havainneet äitien olevan onnellisimpia töissä ja kodin ulkopuolella, kun isät puolestaan ovat onnellisimpia kotona. Äidit kokevat itsensä onnettomiksi tehdessään kotitöitä ja hoitaessaan lapsia, kun isät pitävät näitä tehtäviä vapaaehtoisina toimintoina. Aallon ja Varjosen (2005, 33) tutkimuksesta käykin ilmi, että äidit hoitavat valtaosan kotitöistä, mikä osaltaan tukee saatua tutkimustulosta.

7.2 Tutkimuksen arviointia

Tämän pro gradu -tutkimuksen tulokset suhteutuivat hyvin aikaisempiin tutkimuksiin työn ja perheen yhteensovittamisesta. Tämän tutkimuksen avulla saatiin tuotua esiin erityisesti pikkulapsiperheiden näkökulma työn ja perheen yhteensovittamisesta, jota on tutkittu vähän. Pikkulapsiperheitä tulisikin tutkia enemmän, jotta arkea ja sen yksilöllisiä kuvioita voitaisiin ymmärtää monipuolisemmin.

Tässä tutkimuksessa hyödynnetty menetelmätriangulaatio, jolloin useita tutkimusmenetelmiä käytetään samanaikaisesti, auttoi hahmottamaan pikkulapsiperheiden arkea yksilöllisestä näkökulmasta. Päiväkirjamenetelmän avulla saatiin tietoa vanhempien kokemusten vaihtelusta viikon aikana ja kyselylomakkeen avulla kerättiin pysyvämpää tietoa. Erityisesti päiväkirjamenetelmän avulla perheiden arjesta saatiin monipuolinen kuva, jossa erottuvat eri perheenjäsenten väliset yksilölliset vuorovaikutusprosessit. Myös Rönkä ym. (2005, 298) ovat todenneet tutkimuksensa pohjalta, että päiväkirjamenetelmä avaa tutkimukseen uudenlaisen tarkastelukulman perheiden vaihtelevaan ja oman näköiseen arkeen ja sen muutoskohtiin. Samalla päiväkirjamenetelmä mahdollistaa perheiden moniäänisyyden ja perheenjäsenten välisten siirräntäprosessien hahmottamisen.

Mielenkiinto ja halu hahmottaa pikkulapsiperheiden arkea loivat tutkimukselle erityisiä haasteita. Pikkulapsiperheiden arki on kiireistä: pienet lapset vaativat aikaa vanhemmilta, ja työ vie arjen 24 tunnista suuren osan. Parisuhteen ja oman hyvinvoinninkin ylläpitämiseen tulisi löytää sopiva hetki. Näitä tilanteita vanhemmat kuvasivatkin tutkimuksessa arjen stressaavimmiksi. Monet perheet varmasti kieltäytyivät tutkimuksesta ajan puutteesta. Toisaalta tästä voidaan Malista ym. (2005) mukailleen päätellä, että perhettä arvostetaan: työltä jäävä vapaa-aika halutaan pyhittää perheen yhteiseksi kiireettömäksi ajaksi.

Perheiden innostaminen osallistumaan tutkimukseen oli haasteellista. Muun muassa isien toivottiin innostuvan uudesta tutkimusmenetelmästä, jossa päiväkirjaa täytettiin kännykän avulla. Tutkimuksen aihe kosketti pikkulapsiperheitä, mutta Paletti-tutkimuksen jäsenien olisi pitänyt kiinnittää enemmän huomiota kyselylomakkeen ra-

kenteeseen. Kyselylomake oli jopa 22 sivua pitkä. Kysely oli työläs vastata ja sen täyttämiseen kului huomattavasti enemmän aikaa kuin mitä infokirjeessä tutkittaville luvattiin. Valli (2001, 101–102) pitää kyselylomakkeen heikkoutena sitä, että postitse toteutetussa kyselyssä vastausprosentti jää usein alhaiseksi. Tutkimukseen vapaaehtoisesti ilmoittautuneista yli 20 prosenttia äideistä ja vielä suurempi osa isistä jättikin kyselylomakkeen palauttamatta, mikä voi osaltaan johtua kyselylomakkeen työläydestä.

Kyselylomakkeen avulla saatiin kuitenkin kerättyä paljon tietoa muun muassa vanhempien työstä ja perheen vuorovaikutuksesta, kun kännykkäpäiväkirjassa kysymykset jouduttiin rajaamaan tarkasti. Kännykkäpäiväkirjassa kysymysten valikoiminen vaatii tarkkaa pohdintaa siitä, millaista tietoa kyseisellä tutkimusmetodilla voidaan hyödyntää. Lisäksi kännykkäpäiväkirjan teknisten järjestelmien vuoksi tunteiden siirräntää tarkastellaan vain perheissä, joissa on kaksi työssäkäyvää vanhempaa. Kyselylomakkeeseen osallistuneet vanhemmat noudattivat hyvin perusjoukkoa, ainoastaan yksinhuoltajaisia osallistui tutkimukseen vähän. Tutkimukseen osallistuneet vanhemmat olivat myös hieman perusjoukkoa korkeammin koulutettuja, mikä on voinut osaltaan innostaa heitä osallistumaan tutkimukseen. Onkin mahdollista, että tutkimukseen osallistuneet perheet ovat sosioekonomisesti perusjoukkoa korkeammassa asemassa, jolloin myös työn ja perheen yhteensovittaminen voi näyttäytyä tuloksissa todellisuutta myönteisemmin.

Gallin ym. (2007, 69) mukaan ymmärtämällä ja tiedostamalla tutkimuksen eettiset huolenaiheet tutkijat osoittavat kunnioitusta tutkittavia kohtaan, suojelevat heitä mahdolliselta haitalta, joka heille voi koitua tutkimukseen osallistumisesta sekä kunnioittavat tutkittavien panostusta uuden tiedon rakentamiseen. Yleisinä tutkimuksen eettisinä kriteereinä Gall ym. (2007, 80–84) pitävät riski-hyöty-suhteen arvioimista, riittävää informointia ja tutkittavien henkilöllisyyden luottamuksellista käsittelyä. Ensinnäkin tutkijan tulee punnita tutkimuksesta tutkittavalle koituvat hyödyt ja riskit, joille tutkittavat mahdollisesti altistuvat. Toiseksi jokaista tutkimukseen osallistuvaa tulee informoida riittävästi tutkimuksen kulusta ja käytettävistä menetelmistä, tutkimuksen tarkoituksesta sekä aineiston käyttötarkoituksesta. Tutkittavien tulee myös tietää, että heillä on oikeus ja vapaus keskeyttää osallistumisensa missä tutkimuksen vaiheessa tahansa. Kolmanneksi tutkittavien henkilöllisyys tulee salata koko tutkimuksen ajan ja tutkittaville tulee kertoa, kenellä on pääsy valmiiseen aineistoon.

Tässä pro gradu -tutkimuksessa eettisyys on otettu huomioon koko tutkimuksen ajan, mitä osaltaan edisti eettisten ongelmien pohtiminen ja ratkaiseminen yhdessä Paletti-tutkijoiden kesken. Jokaiselle perheelle lähetettiin informaatiokirje, jossa kuvattiin tarkasti tutkimukseen osallistumisen ehdot, käytettävät menetelmät sekä tiedon käyttötarkoitus. Tutkittavien henkilötiedot säilytettiin lukitussa tilassa ja välittömästi lomakkeiden palautumisen jälkeen perheiden tietoja käsiteltiin ainoastaan tunnustenumeroin. Jokainen tutkimukseen osallistunut vanhempi allekirjoitti lisäksi tutkimuksen suostumuslomakkeen (liite 1), jossa korostettiin muun muassa tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuutta sekä tietojen luottamuksellisuutta.

7.3 Tutkimustulosten soveltaminen ja jatkotutkimusehdotuksia

Tämän pro gradu -tutkimuksen tulokset auttavat ymmärtämään pikkulapsiperheiden arkea. Ymmärtämällä vanhempien työtä voidaan erilaiset perheet kohdata päivähoitossa paremmin, ymmärtää heitä sekä saada päivähoito vastaamaan perheiden muuttuvia tarpeita. Tämän tutkimuksen perusteella voidaan päätellä, että esimerkiksi joustamalla päiväkotien aukioloajoissa voidaan vanhempien työn ja perheen yhteensovittamisen haastetta helpottaa merkittävästi. Tuloksia voivatkin hyödyntää sekä työnantajat että muut ulkopuoliset instituutiot, kuten päiväkodit, jotta he voisivat osaltaan helpottaa työn ja perheen yhteensovittamista arjen järjestelyillä.

Työn ja perheen yhteensovittamista voidaan jatkossa tutkia useista ajankohtaisista näkökulmista. Rönkä ym. (2005, 291) toteavat, että uutta vanhempien työn ja lasten hyvinvoinnin tutkimuksessa on kysyä lapsilta itseltään, mitä mieltä he ovat vanhempien työstä ja mihin he mahdollisesti toivovat muutosta. Lapsen näkökulman esiin nostamista on korostettu sekä lapsuus- että perhetutkimuksessa, joista jälkimmäisessä on viime vuosina painotettu eri perheenjäsenten äänen kuulemistä. Myös työ- ja perhe-elämän vuorovaikutuksen tutkijat ovat hiljalleen pyrkineet laajentamaan tutkimuksiaan lasten hyvinvoinnin alueelle ja sisällyttämään niihin lasten kokemuksia vanhempien työstä. Tässä pro gradu -tutkimuksessa vanhempien työn vaikutuksia lapseen tarkasteltiin aino-

astaa vanhempien kokemusten pohjalta, mutta tärkeää olisi tutkia myös lasten omakohtaisia kokemuksia. Päiväkoti-ikäisten lasten äänen kuuleminen on haastavaa, sillä lasten ikä ja kehitystaso asettaa monia rajoituksia perinteisille tutkimusmenetelmille. Tästä huolimatta lasten äänen kuuleminen toisi uuden merkityksellisen näkökulman vanhempien työhön kohdistuviin tutkimuksiin.

Matjasko ja Feldman (2006) tuovat esiin, ettei samojen tunteiden ilmeneminen kotona ja työssä välttämättä ole seurausta tunteiden siirrännästä. Esimerkiksi Larson ja Richards (1994) kuvaavat äideille aiheutuvan stressiä kotona työpäivän jälkeen odottavista tekemättömistä kotitöistä. Mielenkiintoista olisikin Matjaskon ja Feldmanin (2006) tapaan tutkia, vaikuttavatko työpäivän ja illan kokemuksiin muut tekijät, kuten kotityöt ja niistä aiheutuva stressi niin, ettei kyse välttämättä olisi varsinaisesta tunteiden siirrännästä. Esimerkiksi työpaikan ja kodin olosuhteet voivat herättää vanhemmassa samanlaisia tunteita, mutta ne eivät varsinaisesti siirry elämänalueelta toiselle.

Työn ja perheen yhteensovittamista leimaavat nyky-yhteiskunnalle ominaiset piirteet, joista muun muassa vuorotyö lisää työn ja perheen onnistuneen yhteensovittamisen haastetta. Myös tämän tutkimuksen tuloksissa tuli esiin, kuinka vanhemmat kokivat, etteivät voi epäsäännöllisten työaikojensa vuoksi viettää riittävästi aikaa perheensä kanssa. Eräs äiti myös kritisoi Paletti-tutkimusta antamassaan palautteessa: ”Liian suppea kuva arjesta ja siitä, miten vaikeaa oikeasti vuorotyössä on yhdistää työ ja perhe!” Vuorotyön luomat haasteet ja ongelmat sekä vanhempien tekemät ratkaisut olisivatkin tärkeä ajankohtainen tutkimuksen aihe, jonka myös vanhemmat kokevat merkitykselliseksi.

Perheiden arki moninaistuu jatkuvasti yksilöllisten elämäntilanteiden myötä. Myös Kinnunen, Feldt ja Mauno (2005, 261) toteavat, että viime kädessä työn ja perheen yhteensovittamisessa on kyse yksilöistä ja perheistä sekä heidän tekemistään valinnoista. Jotta yhteiskunta voisi reagoida näihin jatkuviin muutoksiin, laajentaa perheiden valintojen mahdollisuutta ja näin helpottaa työn ja perheen yhteensovittamisen haastetta, tulee perheiden yksilöllisyys ottaa myös enemmän huomioon tulevissa perheiden arkeen kohdistuvissa tutkimuksissa.

LÄHTEET

- Aalto, K. & Varjonen, J. 2005. Hoituuko kaksi lasta samalla kuin yksi? Kotityöaika erikokoisissa perheissä. Teoksessa H. Pääkkönen (toim.) Perheiden ajankäyttö. Helsinki: Tilastokeskus, 19–40.
- Alanen, L. & Bardy, M. 1990. Lapsuuden aika ja lasten paikka. Helsinki: Sosiaalihuolto.
- Alasuutari, P. 1993. Laadullinen tutkimus. Tampere: Vastapaino.
- Almeida, D. M., Wethington, E. & Chandler, A. L. 1999. Daily transmission of tensions between marital dyads and parent-child dyads. *Journal of Marriage and the Family* 61(1), 49–61.
- Bardy, M., Salmi, M. & Heino, T. 2001. Mikä lapsiamme uhkaa?: suuntaviivoja 2000-luvun lapsipoliittiseen keskusteluun. Helsinki: Stakes.
- Barling, J. 1990. Employment, stress and family functioning. Chichester: Wiley.
- Belsky, J. 1984. The determinants of parenting. *Child Development* 55(1), 83–96.
- Belsky, J., Lerner, R. M. & Spanier, G. B. 1984. The child in the family. New York: Random House.
- Belsky, J. 2001. Emanuel Miller lecture developmental risks (still) associated with early child care. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 42 (7), 845–859.
- Bolger, N., Davis, A. & Rafaeli, E. 2003. Diary methods: capturing life as it is lived. *Annual Review of Psychology*, 54, 579–616.
- Bronfenbrenner, U. 1980. The ecology of human development. Cambridge, Mass: Harvard University Press.
- Carlson, D. S., Kacmar, M. K. & Williams, L. J. 2000. Construction and validation of a multidimensional measure of work-family conflict. *Journal of Vocational Behavior*, 56, 249–276.
- Crnic, K. & Low, C. 2002. Everyday stresses and parenting. Teoksessa M. H. Bornstein (toim.) Handbook of parenting. Volume 5: Practical issues in parenting. 2. painos Mahwah, NJ: Erlbaum, 243–267.
- Dickstein, S. 2002. Family routines and rituals – the importance of family functioning: Comment on the special section. *Journal of Family Psychology* 16 (4), 441–444.

- Frone, M. R. 2000. Work-family conflict and employee psychiatric disorders: The national comorbidity survey. *Journal of Applied Psychology*, 85 (6), 888–895.
- Frone, M. R. 2003. Work-family balance. Teoksessa J. C. Quick & L. E. Tetrick (toim.) *Handbook of occupational health psychology*. Washington: American Psychological Association, 143–162.
- Galambos, N. L., Sears, H. A., Almeida, D. M. & Kolaric, G. C. 1995. Parent's work overload and problem behaviour in young adolescents. *Journal of Research on Adolescence*, 5 (2), 201–223.
- Galinsky, E. 2000. *Ask the children*. New York: Quill.
- Gall, M. D., Gall, J. P. & Borg, W. R. 2007. *Educational research. An introduction*. 8. painos. Boston: Pearson/Allyn & Bacon.
- Gillis, J. R. 2003. Childhood and family time. A changing historical relationship. Teoksessa A-M. Jensen & L. McKee (toim.) *Children and the changing family: between transformation and negotiation*. London : Routledge Falmer, 149–164.
- Gottfried, A. E., Gottfried, A.W. & Bathurst, K. 2002. Maternal and dual-earner employment status and parenting. Teoksessa M. H. Bornstein (toim.) *Handbook of parenting, Volume 2, Biology and ecology of parenting*. 2. painos. London: Lawrence Erlbaum, 207-229.
- Greenberger, E. & O'Neil, R. 1993. Spouse, parent, worker: Role commitments and role-related experiences in the construction of adult's well-being. *Developmental Psychology*, 29 (2), 181-197.
- Greenhaus, J. H. & Beutell, N. J. 1985. Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10, 76–88.
- Grzywacz, J. G. & Marks, N. F. 2000. Reconceptualizing the work-family interface: An ecological perspective on the correlates of positive and negative spillover between work and family. *Journal of Occupational Health Psychology* 5(11), 111–126.
- Halpern, D. F. 2005. Psychology at the intersection of work and family. Recommendations for employers, working families and policymakers. *American Psychologist*, 60 (5), 397-409.
- Hanson, G. C., Hammer, L. B. & Colton, C. L. 2006. Development and validation of a multidimensional scale of perceived work-family positive spillover. *Journal of Occupational Health Psychology*, 11 (3), 249–265.

- Härmä, S. & Tiainen, P. 2005. Perheenjäsenten kokemukset työ- ja perhe-elämästä – päivittäiset stressikokemukset ja niiden yhteys mielialaan. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Kettunen, N., Krats, S. & Kinnunen, U. 1996. Parisuhde ja lasten kasvattaminen. Teoksessa L. Pulkkinen (toim.) Lapsesta aikuiseksi. Jyväskylä: Atena, 74–89.
- Kinnunen, U. 1996. Työn ja perheen vuorovaikutus. Teoksessa L. Pulkkinen (toim.) Lapsesta aikuiseksi. Jyväskylä: Atena, 46–58.
- Kinnunen, U. & Mauno, S. 1998. Antecedents and outcomes of work-family conflict among employed women and men in Finland. *Human Relations*, 51 (2), 157-177.
- Kuivakangas, J. 2002. Kuuluko ääni, löytyykö keinot? Lähtökohtia lasten pahoinvoinnin tarkasteluun. Teoksessa A. Rönkä & U. Kinnunen (toim.) Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Jyväskylä: PS-Kustannus, 30–50.
- Lahikainen, A.-R. 2004. Kontekstualisoitu perhe: miten perheessä tapahtuva sosialisatio muuttuu informaation aikakaudella? Teoksessa A.-M. Pirttilä-Backman, M. Ahokas, L. Myyry, & S. Lähteenoja (toim.) Arvot, moraali ja yhteiskunta. Helsinki: Gaudeamus, 345–362.
- Lammi-Taskula, J. & Salmi, M. 2004. Aikaa työlle, aikaa perheelle. Teoksessa M. Salmi & J. Lammi-Taskula (toim.) Puhelin, mummo vai joustava työaika? Työn ja perheen yhteensovittamisen arkea. Helsinki: Stakes, 30–39.
- Larson, R. W. & Almeida, D. M. 1999. Emotional transmission in the daily lives of families. A new paradigm for studying family processes. *Journal of Marriage and the Family*, 61 (1), 5–20.
- Larson, R. W. & Gillman, S. 1999. Transmission of emotions in the daily interactions of single-mother families. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 21–37.
- Larson, R. & Richards, M. H. 1994. Divergent realities. The emotional lives of mothers, fathers, and adolescents. New York: Basic-Books.
- Larson, R. W., Richards, M. H. & Perry-Jenkins, M. 1994. Divergent worlds: The daily emotional experience of mothers and fathers in the domestic and public spheres. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6) 1034–1046.
- Leinonen, J. 2004. Vanhemmuus lapsen kasvu ympäristön osana. *Psykologia* 39 (3), 176–195.

- MacMillan, R. & Copher, R. 2005. Families in the life course: Interdependency of roles, role configurations and pathways. *Journal of Marriage and the Family*, 67 (?), 858–879.
- Mactavish, J. & Schleien, S. 1998. Playing together growing together: Parent's perspectives on the benefits of family recreation in families that include children with a developmental disability. *Therapeutic Recreation Journal*, 32 (1), 207–230.
- Malinen, K., Härmä, S., Sévon, E. & Kinnunen, U. 2005. Miten meillä menee? Työssäkäyvien pienten lasten vanhempien kokemuksia perhe-elämästä ja työstä. Jyväskylä: Jyväskylän yliopiston perhetutkimuskeskuksen julkaisuja 15.
- Manlove, E. E. & Vernon-Feagans, L. 2002. Caring for infant daughters and sons in dual-earner households. Maternal reports of father involvement in weekday time and tasks. *Infant and Child Development* 11(4), 305–320.
- Marks, S. R. & McDermid, S. M. 1996. Multiple roles and the self: A theory of role balance. *Journal of Marriage and the Family*, 58 (2), 417-432.
- Matjasko, J. L. & Feldman, A. F. 2006. Bringing work home: The emotional experiences of mothers and fathers. *Journal of Family Psychology*, 20 (1), 47–55.
- Milkie, M. A. & Peltola, P. 1999. Playing all the roles: Gender and work-family balancing act. *Journal of Marriage and the Family* 61, 476–490.
- Miller, I. W., Ryan, C. E., Keitner, G. I., Bishop, D. S. & Epstein, N. B. 2000. The McMaster approach to families: theory, assessment, treatment and research. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 168–189.
- Näsman, E. 2003 Employed or unemployed parents - a child perspective. Teoksessa A-M. Jensen and L. McKee (toim.) *Children and the Changing Family: Between Transformation and Negotiation*. London: Routledge, 46–60.
- Perry-Jenkins, M., Repetti, R. & Crouter, A. 2000. Work and family in the 1990s. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 981-999.
- Pinsof, W. 1992. Toward a scientific paradigm for family psychology: The integrative process systems perspective. *Journal of Family Psychology*, 5, 432–447.
- Rantanen, J. & Kinnunen, U. 2005. Työ, perhe-elämä ja hyvinvointi. Teoksessa U. Kinnunen, T. Feldt & S. Mauno. *Työ leipälajina. Työhyvinvoinnin psykologiset perusteet*. Jyväskylä: PS-Kustannus, 229–264.
- Repetti, R. L. & Wood, J. 1997. Effects of daily stress at work on mother's interactions with preschoolers. *Journal of Family Psychology*, 11, 90–108.

- Rönkä, A., Kinnunen, U. & Sallinen, M. 2004. Päiväkirjamenetelmä perhepsykologisessa tutkimuksessa. *Psykologia* 3, 234-242.
- Rönkä, A., Kinnunen, U. & Sallinen, M. 2005. Lapset, vanhempien työ ja perheen arki. Teoksessa U. Kinnunen, T. Feldt & S. Mauno 2005. Työ leipälajina. Työhyvinvoinnin psykologiset perusteet. Jyväskylä: PS-Kustannus, 287–309.
- Saisto, T., Salmela-Aro, K., Nurmi, J.-E. & Halmesmäki, E. 2004. Vanhemmuuteen liittyvä stressi 2–3-vuotiaan lapsen vanhemmilla. *Psykologia*, 39, 222–233.
- Sauli, H. 2000. Vanhempien työssäkäynti. Teoksessa L. Kartovaara & H. Sauli (toim.) *Suomalainen lapsi*. Helsinki: Tilastokeskus, 119–132.
- Sauli, H. 2003. Vanhempien työhön osallistuminen ja työajat. Teoksessa M. Bardy (toim.) *Mikä lapsiamme uhkaa? Suuntaviivoja 2000-luvun lapsipoliittiseen keskusteluun*. Helsinki: Stakes, 48–49.
- Schoon, I. & Parsons, S. 2002. Competence in the face of adversity: The influence of early family environment and long-term consequences. *Children and Society* 16, 260–272.
- Schor, E. L. 1995. Developing communality: Family-centered programs to improve children's health and well-being. *Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 72(2), 413–442.
- Scollon, C. N., Kim-Prieto, C. & Diener, E. 2003. Experience sampling: Promises and pitfalls, strengths and weaknesses. *Journal of Happiness Studies* 4, 5–34.
- Sinkkonen, M. & Kinnunen, U. 1996. Vapaa-aika ja tyytyväisyys elämään. Teoksessa L. Pulkkinen (toim.) *Lapsesta aikuiseksi*. Jyväskylä: Atena, 90–102.
- Sirgy, M. J., Efraty, D., Siegel, P. & Lee, D.-J. 2001. A new measure of quality of work life (QWL) based on need satisfaction and spillover theories. *Social Indicators Research* 55 (3), 241–302.
- Soininen, M. 1995. Tieteellisen tutkimuksen perusteet. Turku: Turun yliopisto.
- Stone, A. A., Schwartz, J. E., Schwartz, N., Schkade, D., Krueger, A. & Kahneman, D. 2006. A population approach to the study of emotion: Diurnal rhythms of a working day examined with the day reconstruction method. *Emotion*, 6(1), 139–149.
- Tilastokeskus. 2005a. Vuodenvaihteessa 1,4 miljoonaa perhettä.
http://www.tilastokeskus.fi/til/perh/2005/perh_2005_2006-06-01_tie_001.html
 5.9.2006.

- Tilastokeskus. 2005b. Perheet perhetyypin ja lasten lukumäärän mukaan alueittain 2000–2005.
http://pxweb.stat.fi/Dialog/Print.asp?/Matrix=perh_001_2000_001&timeid=20069525697&lang=3. 5.9.2006.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2003. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Valkonen, L. 2006. Millainen on hyvä äiti tai isä? Viides- ja kuudesluokkalaisten lasten vanhemmuuskäsitykset. Jyväskylä: Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research 286.
- Valli, R. 2001. Kyselylomaketutkimus. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) Ikkunoi-ta tutkimusmetodeihin I. Jyväskylä: PS-Kustannus, 100–112.
- Wierda-Boer, H. & Rönkä, A. 2004. I wished my mother enjoyed her work. Adolescent perceptions of parent's work and their links to adolescent psychosocial well-being. *Young*, 12(4), 317–335.
- Zabriskie, R. B. & McCormick, B. P. 2001. The influences of family leisure patterns on perceptions of family functioning. *Family Relations* 50 (3), 281–289.
- Zabriskie, R. B. & McCormick, B. P. 2003. Parent and Child Perspectives of Family Leisure Involvement and Satisfaction with Family Life. *Journal of Leisure Research* 35 (2), 163–189.
- Zedeck, S. 1992. Introduction: Exploring the domain of work and family concerns. Teoksessa S. Zedeck (toim.) *Work, families and organizations*. San Francisco: Jossey-Bass, 1–32.

Suostumuslomake

- Palautetaan tutkimuslomakkeiden mukana oheisessa palautuskuoressa, kaksi-vanhempaisissa perheissä perheen molemmat vanhemmat allekirjoittavat.

Olen saanut riittävästi tietoa Paletti-tutkimuksesta ja haluan osallistua siihen. Annan myös luvan siihen, että perheemme lapsi osallistuu tutkimukseen. Olen tietoinen siitä, että osallistumisemme on vapaaehtoista ja että voimme keskeyttää osallistumiseni milloin tahansa ilman, että se vaikuttaa mitenkään kohteluunne nyt tai vastaisuudessa. Minulla on lupa niin halutessani käydä Perhetutkimuskeskuksessa tutustumassa lapses-tani päiväkodissa kerättyyn materiaaliin tutkimuksen jälkeen. Tutkimusmateriaaleja ei luovuteta perheille omaksi, eikä kopioida heille. Lapsen piirustuksia sekä muuta lapsen päiväkirjojen materiaalia saa hyödyntää tutkimuskäytössä (esim. väitöskirjat, tieteelliset julkaisut), kuitenkin niin, ettei lapsen henkilöllisyyden tunnistaminen ole niiden kautta mahdollista.

Vastauksia käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti, ja tulokset myös raportoidaan siten, etteivät yksittäisen henkilön tai perheen tiedot ole niistä tunnistettavissa. Tutkittavien nimitiedot säilytetään ohjeitten mukaisesti lukollisessa säilytystilassa, eikä niitä yhdistetä missään vaiheessa vastauksiin. Tutkimuksen toteuttajat eivät luovuta tutkimusaineistoja kenellekään ulkopuoliselle. Tutkimusaineistosta tehdyt opinnäytetyöt tehdään tutkijoiden tarkassa valvonnassa ilman, että tutkittavien nimitiedot tulevat opiskelijoiden tietoon.

Paikka ja päiväys

Allekirjoitus

Allekirjoitus

Nimen selvennys

Nimen selvennys

LIITE 2

Analyysirunko 1

Mitkä ovat mielestäsi stressaavimmat tilanteet työn ja perheen yhteensovittamisessa?

ÄIDIT	Alaluokka	Pääloukka	
"Lapsen sairastuminen ja hoidon järjestäminen sairauden ajaksi."	Lapsen sairastuminen (18)	Perheeseen liittyvät velvollisuudet	
"Viikkosiivous, kaupassa käynti."	Kotityöt (13)		
"Aika ja oma jaksaminen ei riitä."	Oma hyvinvointi (6)		
"Työlle ja lapsille on aikaa - itselle ei."	Oman ajan puute (3)	Ajan vähyys	Ajankäytön ongelmat
"Ajankäyttö; työn takia liian vähän aikaa perheelle & yhdessäololle."	Perheen yhteisen ajan puute (7)		
"Pitkä, stressaava työpäivä vie voimia illalta, jolloin pitäisi jaksaa olla läsnä lapsille."	Pitkät työpäivät (4)		
"Illat ovat niin lyhyitä, kun lapsi pitäisi laittaa ajoissa nukkumaan."	Ilta (16)		
"Että ehdin hyvissä ajoin hakemaan lapsen päiväkodilta."	Lapsen hoitoajat (13)	Kiire	
"Aamut, kun on kiire hoitopaikkaan ja töihin."	Töihin lähteminen aamuisin (32)		
"Aikatauluissa pysyminen ja siinä välissä ruoasta huolehtiminen."	Aikataulut (16)		
"Vuorotyö -> viikonloppuisin töissä usein. Aina ei yhteistä aikaa tarpeeksi."	Epäsäännöllinen työaika (23)	Työhön liittyvät velvollisuudet	
"Työajaton työ, töiden kulkeutuminen kotiin ja vapaa-aikaan."	Töiden kulkeutuminen kotiin (3)		
ISÄT			
"Lapsen sairastuminen, josta johtuva "ylilättävä" hoidon järjestäminen."	Lapsen sairastuminen (8)	Perheeseen liittyvät velvollisuudet	
"Siivoaminen, kuljetukset."	Kotityöt (3)		
"Työpäivät huonosti nukutun yön jälkeen, illat kotona väsyneenä."	Väsymys (5)		
"Työ-ajatukset."	Huoli (4)		
"Oman vapaa-ajan löytäminen."	Oman ajan puute (3)	Ajan vähyys	Ajankäytön ongelmat
"Haluaisin olla lasteni kanssa vieläkin enemmän."	Perheen yhteisen ajan puute (3)		
"Aamun lähdöt & illan tulot kotiin."	Ilta (7)		
"Aamuisin päivähoitoon vieminen ja odottelu."	Töihin lähteminen aamuisin (20)	Aikataulut	
"Työtehtävien deadlineet -> aika pois perheeltä, lapsen hoidon säännölliset aikataulut rikkovat työn tekemisen tahtia."	Lapsen hoitoajat (8)		
"Jatkuva kiire".	Kiire (13)		
"Asioiden hoitaminen kesken työpäivää."	Aikataulujärjestelyt (8)	Työaika	Työhön liittyvät velvollisuudet
"Ajoittainen matkatyö."	Työmatkat (5)		
"3-vuorotyö."	Epäsäännöllinen työaika (10)		
"Ylityöt."	Ylityö (4)	Työn sisältö	
"Työaika klo 10-19 eli kun tulee töistä kotiin, lapset ovat menossa jo nukkumaan."	Pitkät työpäivät (5)		
"Kiireiset työpäivät."	Työkiire (3)		
"Työn määrä ja laatu."	Työpaine (3)		

LIITE 3

Analyysirunko 2

Miten olet pyrkinyt helpottamaan työn ja perheen yhteensovittamista perheessäsi?

ÄIDIT	Alaluokka	Päälukka	
"Tarpeen mukaan vaihdan työvuorojani (esim. lasten harrastusten vuoksi)."	Joustavuus (3)	Työ	
"Olen tehnyt lyhennettyä työviikkoa siitä lähtien, kun pojat syntyivät."	Työn vähentäminen (22)		
"En tee ylitöitä."	Ylitöistä kieltäytyminen (8)		
"Onneksi minulla on päivätyö, ja työni on sellaista, ettei niitä tarvitse tehdä paljoakaan kotona."	Työaikojen säännöllisyys (4)		
"Olemme jakaneet lasten harrastuksiin viemistä + kotitöitä."	Työnjako (22)	Perhe	
"Säännölliset rutiinit helpottavat suunnittelemaan päivän kulkua."	Rutiinit (4)		Ennakointi (11)
"Esim. ruokien teko useammalle päivälle, ettei joka päivä tarte kokata."	Suunnittelu (7)		
"Olen yrittänyt pitää omasta hyvinvoinnista huolta, että jaksan sekä töissä että kotona."	Hyvinvointi (4)		
"Vapaapäivinä teemme yhdessä jotain oikein mukavaa."	Perheen yhteiseen aikaan panostaminen (4)		
"Jättänyt kotitöitä vain odottamaan."	Priorisointi (22)		
"En tee töitä kotona."			
"Ei klo 8 alkavia palavereja."	Aikataulujärjestelyt (9)		Aika
"Isovanhempien kanssa."	Isovanhemmat (7)	Sosiaalinen apu (11)	
"Palkkaamalla apua; siivous."	Muu apu (4)		
"Omien harrastusten luopuminen on tuonut lisää aikaa lapselle."	Oma aika (4)		
ISÄT			
"Joustamalla työajoissa."	Joustavuus (13)	Työ	
"Osa-aikaisuus."	Työn vähentäminen (8)		
"Ylityöt minimiin."	Ylitöiden vähentäminen (9)		
"Vähentämällä matkustusta."	Työmatkojen vähentäminen (3)		
"Lyhennän usein työpäivääni käyttäen iltatöistä kertyviä palkattomia vapaita."	Työtuntien varastoiminen (6)		
"Lähden perjantaisin aikaisemmin töistä."	Työpäivän ajoittainen lyhentäminen (6)		
"Vaihdoin työpaikan sellaiseen, missä ei ole ilta- ja viikonlopputöitä."	Työn vaihtaminen (3)		
"Pyrin säännölliseen työaikaan."	Säännöllisyys työajoissa (6)		
"Vaimoni kanssa vältämme yht'aikaisia työmatkoja, toinen tulee aina ajoissa kotiin."	Työnjako (11)	Perhe	
"Tekemällä kotitöitä."	Kotitöiden tekeminen (2)		
"Pyrin lähtemään pekkasille, jos edellisen päivän unet on jääneet vähiin."	Hyvinvointi (3)		
"Jätän työt työyhteisöön."	Priorisointi (17)		
"Ennakoimalla ajankäyttöä."	Aikataulujärjestelyt (5)	Aika	
"Tullut aikataulun mukaisesti kotiin."	Aikataulujen noudattaminen (2)		
"Nukkumalla silloin kun se on mahdollista. Eli lyhyet yöunet ja niitä paikkaillaan torkuilla."	Yöunen vähentäminen (2)		