

SUOMALAINEN IHANNEVANHEMPI

Vanhempien käsityksiä omista ja yhteiskunnan vanhemmuuden ihanteista sekä näiden täyttymättömyydestä koetun syyllisyyden yhteys vanhemmuuden uupumukseen

Rintala, Rosa
Suominen, Juuli
Pro Gradu -tutkielma
Psykologian laitos
Jyväskylän yliopisto
Toukokuu 2019

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Psykologian laitos

RINTALA, ROSA & SUOMINEN, JUULI: Suomalainen ihannevanhempi. Vanhempien käsityksiä omista ja yhteiskunnan vanhemmuuden ihanteista sekä näiden täyttymättömyydestä koetun syyllisyyden yhteys vanhemmuuden uupumukseen

Pro Gradu -tutkielma, 41 s., 5 liitettä.

Ohjaaja: Kaisa Aunola & Matilda Sorkkila

Psykologia

Toukokuu 2019

Vanhemmuuden ihanteet, ja etenkin niiden täyttymättömyys, voivat olla merkittävä riski uupumiselle vanhempana. Aihetta ei ole kuitenkaan tutkittu aikaisemmin. Tässä pro-gradu tutkielmassa kartoitettiin suomalaisten vanhempien käsityksiä ihannevanhemmuudesta ja yhteiskunnan ihanteista. Lisäksi tutkittiin vanhempien syyllisyyden kokemusta ihanteiden täyttymättömyydestä ja sen yhteyttä vanhemmuuden uupumukseen. Opinnäytetyö tehtiin osana Jyväskylän yliopiston *Vanhemmuuden voimavara- ja kuormitustekijät (VoiKu)* -tutkimushanketta.

Tutkimukseen osallistui 1431 vanhempaa (93 % naisia). Internet-kyselyllä kerätyt vastaukset ihannevanhemman ominaisuuksista ja koetuista yhteiskunnan ihanteista luokiteltiin ja suurimmiksi nousseita luokkia vertailtiin. Äitien ja isien käsitykset ihannevanhemmuudesta olivat suurimmalta osin samoja. Molemmilla sukupuolilla esiintyi suurimpien omia ihanteita koskevien luokkien joukossa muun muassa *rakastava, kärsivällinen ja läsnä oleva*. Raportoidut omat ja yhteiskunnan ihanteet erosivat jossain määrin toisistaan; suurimpien yhteiskunnan ihanteita koskevien luokkien joukkoon nousivat *epäitsekäs, urasuuntautunut & kouluttautunut, varakas, kotitaloustaitoinen, ahkera* ja *epärealistiset odotukset vanhemmalle*, jotka eivät nousseet omiin ihanteisiin liittyvien suurimpien luokkien joukkoon. Vanhemmat kokivat syyllisyyttä sitä enemmän, mitä huonommin he toteuttivat omia ihanteitaan. Yhteyttä ei ollut yhteiskunnan ihanteiden täyttymättömyyden ja siitä koetun syyllisyyden välillä. Äidit kokivat syyllisyyttä enemmän kuin isät. Mitä enemmän äidit raportoivat syyllisyyttä omien ja koettujen yhteiskunnan ihanteiden täyttymättömyydestä, sitä enemmän he kokivat vanhemmuuden uupumusta. Isät kokivat sitä enemmän vanhemmuuden uupumusta, mitä enemmän he raportoivat syyllisyyttä omien ihanteiden täyttymättömyydestä.

Tässä tutkimuksessa osoitettiin vanhempien kokeman syyllisyyden liittyvän keskeisesti vanhemmuuden uupumukseen. Koska vanhemmuuden uupumus on merkittävä riskitekijä vanhempien kasvatustehtävän laiminlyömiselle ja esimerkiksi lasten kaltoinkohtelulle, tarvitaan interventioita vanhemmuuden uupumuksen vähentämiseksi. Vanhempien kokemaa syyllisyyttä vähentäviä interventioita tulee kehittää ja niiden vaikuttavuutta vanhemmuuden uupumukseen sekä siitä aiheutuviin negatiivisiin seurauksiin tulee tutkia.

Avainsanat: Ihanneäiti, Ihanneisä, Vanhemmuuden syyllisyys, Vanhemmuuden uupumus, Vanhemmuus, Aineistolähtöinen teemoittelu

JYVÄSKYLÄ UNIVERSITY

Department of Psychology

RINTALA, ROSA & SUOMINEN, JUULI: Finnish ideal parent. Parental concepts and social expectations for ideal parenthood and link between the inability to fulfil parenthood ideals and parental burnout

Master's thesis, 41 p., 5 annexes.

Mentor: Kaisa Aunola, Matilda Sorkkila

Psychology

May 2019

Parenthood ideals, and inability to fulfil them, can be a significant risk factor to parental burnout. However, empirical studies on the topic are thus far rare. This Master's thesis examined what kinds of ideals of parenthood Finnish parents have and what are their thoughts of parenthood ideals set by the society. Furthermore, the link between feelings of guilt arising from inadequate fulfillment of parental ideals and parental burnout was examined. This Master's thesis is a part of Jyväskylä University's *Vanhemmuuden voimavara- ja kuormitustekijät (VoiKu)* -research project.

The 1431 parents (93% mothers) answered an Internet-based questionnaire regarding their personal thoughts on features of an ideal mother and father. Furthermore, the features of an ideal parent as set by society were also examined from the perception of the participants. The reported features were thematically categorized and compared. Mothers and fathers reported mostly similar kind of parenthood ideals for themselves and their spouses. For example, *love, patience* and *present* occurred among the largest categories for both ideal mother and father. Ideals as defined by parents differed from parents' thoughts concerning ideals as set by society: *selfless, work oriented & educated, household skills, hard-working* and *unrealistic expectations for parent* occurred only in ideals defined by the society. The less parents reported fulfilment of their own parenthood ideals, the more they reported feelings of guilt. Mothers reported more feelings of guilt than fathers. Among mothers, parental burnout was positively associated with the experienced guilt from inadequately meeting personal or society-defined parenthood ideals. Among fathers, positive correlation was found between inadequate fulfillment of personal parenthood ideal and parental burnout.

This study shows that guilt experienced by parents is associated with parental burnout. Parental burnout is a major risk factor for neglect and child abuse. Novel interventions for treating parental burnout are urgently needed, and this study suggests that approaches for reducing the experience of guilt may be beneficial. Further studies are required to develop these interventions and estimate their feasibility and effectiveness in reducing parental burnout and related endpoints.

Keywords: Ideal mother, Ideal father, Parenthood guilt, Parental burnout, Parenthood,

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO	2
1.1 IHANNEVANHEMMUUS	2
1.1.1 <i>Ihanneäiti</i>	3
1.1.2 <i>Ihanneisä</i>	4
1.1.3 <i>Vanhempien odotukset toisiltaan</i>	5
1.1.4 <i>Yhteiskunta ihanteiden määrittäjänä</i>	6
1.1.5 <i>Kun ihanteet eivät täyty</i>	7
1.2 VANHEMMUUDEN UUPUMUS	8
1.3 TUTKIMUSKYSYMYKSET	10
2. MENETELMÄT	12
2.1 AINEISTO	12
2.2 MITTARIT JA MUUTTUJAT	13
2.3 AINEISTON ANALYSOINTI	15
2.3.1 <i>Laadullinen analyysi</i>	15
2.3.2 <i>Määrällinen analyysi</i>	15
3. TULOKSET	17
3.1 IHANNEVANHEMMUUS	17
3.1.1 <i>Ihanneäidin ominaisuudet</i>	18
3.1.2 <i>Ihanneisän ominaisuudet</i>	19
3.1.3 <i>Vanhempien kokemat yhteiskunnan odotukset ihanneäidiltä</i>	21
3.2. VANHEMPIEN KOKEMA SYLLISYYS	24
3.3. KOETUN SYLLISYYDEN YHTEYS VANHEMMUUDEN UUPUMUKSEEN	26
4. POHDINTA	28
4.1 VANHEMPIEN IHANTEET	28
4.2 EROT VANHEMPIEN JA YHTEISKUNNAN IHANTEIDEN VÄLILLÄ	30
4.3 TÄYTTYMÄTTÖMIEN IHANTEIDEN AIHEUTTAMA SYLLISYYS JA VANHEMMUUDEN UUPUMUS	32
4.4 TULOKSET YHTEISKUNNALLISESSA KONTEKSTISSA	34
4.5 TUTKIMUKSEN VAHVUUDET JA RAJOITUKSET.....	35
4.6 YHTEENVETO	36
LÄHTEET	38
LIITTEET	42

1. JOHDANTO

Lasten kasvattaminen ja vanhemmuus ovat yhteiskunnallisessa keskustelussa jatkuvasti esillä olevia teemoja (Väljärvi, 2019). Keskustelun taustalla on ollut huoli siitä, kuinka lapsille voitaisiin taata mahdollisimman hyvä ja tasavertainen lapsuus. Nykypäivänä puhutaan intensiivisestä vanhemmuudesta, jonka taustalla on ajatus, että lasten hyvinvointi ja menestys riippuvat suoraan vanhempien tekemistä valinnoista (Lee, Bristow, Faircloth, & Macvarish, 2014). Yhteiskunnan asettamien standardien lisäksi vanhemmilla on omia näkemyksiä siitä, millainen on ihannevanhempi (Adams, 2015). Paine noudattaa sisäisiä ja ulkoisia vanhemmuudenihanteita voi johtaa siihen, että ihanteiden täyttämättä jäämisestä seuraa negatiivisia emootioita, kuten syyllisyyttä ja häpeää (Liss, Schiffrin, & Rizzo, 2013). On mahdollista, että nämä emootiot vaikuttavat vanhemman hyvinvointia heikentävien ongelmien kehittymiseen. Yhtenä tällaisena ongelmana on viime vuosina tunnistettu vanhemmuuden uupumus (Mikolajczak, Brianda, Avalosse, & Roskam, 2018; Roskam, Raes, & Mikolajczak, 2017), johon liittyviä tekijöitä on tutkittu vasta vähän. Lisätutkimusta vanhemmuuden uupumuksesta ja siihen liittyvistä tekijöistä tarvitaan tehokkaiden interventioiden kehittämiseen ja vanhemmuuden uupumuksen ennaltaehkäisyyn (Mikolajczak, Raes, Avalosse, & Roskam, 2018). Tämän opinnäytetyön tavoitteena on selvittää suomalaisten vanhempien käsityksiä ihanneäidistä ja –isästä sekä heidän kokemiaan yhteiskunnan odotuksia ihannevanhemmalle. Lisäksi tutkitaan kokevatko vanhemmat syyllisyyttä, jos he eivät täytä näitä ihanteita, ja onko tämä syyllisyyden kokemus yhteydessä vanhemmuuden uupumukseen. Opinnäytetyö on osa Vanhempien voimavara- ja kuormitustekijät (VoiKu) -tutkimusta ja kansainvälistä International Investigation of Parental Burnout (IIPB) -hanketta, joiden tavoitteena on kerätä tietoa vanhempien uupumuksesta eri kulttuureissa ja siihen vaikuttavista tekijöistä.

1.1 Ihannevanhemmuus

Ihanteet on suomen kielessä määritelty esikuvallisiksi tavoitteiksi ja päämääriksi (kielitoimiston sanakirja, 2019). Ihanteilla on nähty olevan emotionaalisia ja toiminnallisia seurauksia: ne motivoivat yksilöä toimimaan tavalla, jota pidetään arvossa (Boldero & Francis, 1999). Ihanteen saavuttamisen tai sen mukaan toimimisen on ajateltu tuottavan positiivisia emootioita, kun taas

ristiriidan ihanteen ja todellisen minän välillä on ajateltu tuottavan negatiivisia emootioita (Boldero & Francis, 1999). Ihanne-käsitteen määritelmästä voi päätellä, että siellä missä on tavoitteita, on myös ihanteita. Yksi tällainen elämän osa-alue on vanhemmuus.

Vanhemmuuden ihanteen ajatellaan teoreettisesti rakentuvan odotuksista, sosiaalisista normeista ja velvollisuuksista (Perälä-Littunen, 2004). Tutkimuskirjallisuudessa ihanteiden ajatellaan muodostavan ideologioita, joiden kautta yksilöt näkevät niin itsensä, toisensa, kuin ympäröivän maailman (Wetherell, 1995). Ideologioiden oletetaan vaikuttavan siihen, mitä pidetään normaalina ja toivottavana; samoin niiden ajatellaan määrittävän, mikä on epätoivottavaa. On esimerkiksi uskomuksia, ettei joidenkin naisten tulisi olla äitejä, koska he eivät voi vaikkapa vammaisuuden takia täyttää asetettuja ihanteita (Wetherell, 1995). Ihanteiden lisäksi vanhemmuutta ohjaavat erilaiset uskomukset, kulttuuriset odotukset ja mielikuvat (Pajares, 1992; Sigel, 1985). Vanhemmuuden tutkimuksessa käytettävä termistö vaihtelee; vanhemmuutta tarkastellaan tyypillisesti kuitenkin hyvän vanhemmuuden, ihannevanhemmuuden sekä vanhemmuuteen liittyvien mielikuvien kautta (Brown, Small, & Lumley, 1997; Lupton, 2000; Perälä-Littunen, 2004).

Lisäksi on tutkimusta vanhemmuuden etnoteorioista, jotka ovat jaettuja, yleisesti hyväksytyjä merkityksiä ja uskomuksia vanhemmuudesta ja sen ihanteista (Harkness & Super, 1996; Perälä-Littunen, 2004). Niihin sisältyvät myös laajemmassa mittakaavassa yhteisön normit ja säännöt, jotka ohjaavat vanhemmuutta (Goodnow, 1996). Toisin sanoen etnoteorioiden ajatellaan välittävän vanhemmille vanhemmuuden ja kasvatuksen ihanteita (Kempainen, 2001). Uskomukset hyvästä vanhemmuudesta heijastavat yhteisön ja yksilön normeja, odotuksia sekä velvoitteita (Perälä-Littunen, 2004). Tässä opinnäytetyössä käytetään termejä ihannevanhemmuus, -äitiys ja -isyys. Ihanne-etuliitteellä tarkoitetaan tavoiteltavaa mielikuvaa, joka ohjaa henkilön käyttäytymistä (Boldero & Francis, 1999).

1.1.1 Ihanneäiti

Äitiyttä on tutkittu vuosikymmenten saatossa runsaasti. Ihanteellisena äitinä oleminen 1900-luvulla oli tasapainottelua eri teorioiden tarjoamien ihanteiden välillä (Grant, 1998). Bowlby (1969) painotti kiintymyssuhdeteoriassaan lämmintä, johdonmukaista ja intiimiä suhdetta äidin ja lapsen välillä. Äiti ei kuitenkaan saanut olla ylisuojeleva tai tukahduttaa lapsen yksilöllistä kasvua (Grant, 1998). Äideistä tuli supernaisia, jotka olivat ensisijaisesti vastuussa lähes kaikesta lapsen elämässä,

mistä seurasi niin syyllistämistä kuin syyllisyyden kokemista (Grant, 1998; Pleck & Pleck, 1997). Maailmansotien jälkeen täydellisen äidin vaatimukset vähenivät, kun Winnicott (1971) julisti, että omistautunut äiti pystyy kyllä “riittävän hyvään” äitiyteen. Hänen mukaansa riittävän hyvä äiti on responsiivinen, hän tuottaa tunkeilemattoman ympäristön ja kunnioittaa lapsen siirtymäobjekteja, joiden avulla lapsi käsittelee eroahdistusta vanhemmasta.

Kehityopsykologian näkökulmasta hyvä äiti on lapsen kehityksen tukija (Burman, 1994). Kuitenkin useimmissa kehityopsykologisissa tutkimuksissa 1990-luvulla tarkastellaan lapsen kiintymyssuhdetta, eikä niinkään äidin toimia lapsen kehityksen tukemiseksi (Perälä-Littunen, 2004). 1980-luvulla psykoanalyttisesta näkökulmasta Dally (1982) määritteli hyvän äidin olevan sensitiivinen lapsen tarpeille sekä tietoinen omista tarpeistaan ja kapasiteetistaan vanhempana. Hänen mukaansa äidin tulee luoda lapselle luottamuksen ja jatkuvuuden tunnetta, sekä selittää rehellisesti maailmaa lapsen ikätasoon sopivalla tavalla. Hän korosti myös, ettei hyvän äidin rakkaus lasta kohtaan ole riippuvainen lapsen käyttäytymisestä (Dally, 1982).

Useissa eri haastattelututkimuksissa 1990-luvulla ihanneäidiksi on määritelty äiti, joka rakastaa lastaan, viettää aikaa tämän kanssa, on kärsivällinen, asettaa lapsen tarpeet omiensa edelle, tukee lapsen kehitystä, kuuntelee, kontrolloi ja ylläpitää kuria lämpimästi ja järkeä käyttäen (Lupton, 2000; Perälä-Littunen, 2004; Brown, Small, & Lumley, 1997). Perälä-Littusen (2004) vuonna 1995 kerätyssä aineistossa suomalaiset vanhemmat mainitsivat ihanneäidin olevan edellisten lisäksi rehellinen ja toimivan esimerkkinä lapselle, kun taas virolaiset vanhemmat pitivät tärkeänä sitä, että äiti kasvattaa lapsistaan kunnan kansalaisia.

Mielenkiintoista on se, että samoja ihanteita on raportoitu muun muassa suomalaisten, virolaisten (Perälä-Littunen, 2004) ja australialaisten (Lupton, 2000) keskuudessa 1990-luvulla tehdyissä tutkimushaastatteluissa. Näiden tutkimusten tulokset osoittivat, että 1990-luvulla äidit ja isät länsimaisissa kulttuureissa ovat lähes yhtä mieltä siitä, millainen ihanneäidin tulisi olla.

1.1.2 Ihanneisä

Perinteisesti isän rooli on ollut poissaoleva elättäjä, joka on ollut äitiä vähemmän kiinnostunut lasten kasvatuksesta (Ünüvar, 2011). Nykypäivänä yhteiskunnallisten muutosten seurauksena myös pienten lasten äidit ovat alkaneet käydä töissä, minkä vuoksi isät ovat joutuneet ottamaan enemmän vastuuta lapsistaan (Ünüvar, 2011). Uudenlaisesta isyydestä on alettu puhumaan 1980-luvulla, jolloin isää kuvailtiin vastuulliseksi, hoivaavaksi ja huolehtivaksi vanhemmaksi (LaRossa, 1988;

Eerola, 2015). Nykyään isyyteen liitetään enemmän ennen vain äitiyteen yhdistettyjä piirteitä (Eerola, 2015). Suomessa nykypäivän vanhemmuutta kuvataan isäystävälliseksi ja isien osuus lastenhoidossa on lisääntynyt huomattavasti 2010-luvulle tultaessa (Miettinen & Rotkirch, 2012).

Henwood ja Procter (2003) tutkivat isäksi tulevien miesten asenteita isyydestä 2000-luvulla Isossa-Britanniassa. Isää luonnehdittiin läsnä olevaksi, osallistuvaksi, lähestyttäväksi, hoivaavaksi ja välittäväksi. Lisäksi tutkittavien keskuudessa tärkeänä pidettiin lapsen tarpeiden asettamista isän omien tarpeiden edelle. Tässä uudessa osallistuvassa isyydessä miehiä eniten huoletti työn ja kodin yhteensovittaminen (Henwood & Procter, 2003). Isät joutuvat usein kamppailemaan ihanteiden ja todellisuuden välillä, sillä he haluaisivat olla tasavertaisina vanhempina mukana lastenhoidossa, mutta joutuvat yhä usein vastaamaan perheen elintasosta (Eerola, 2015; Machin, 2015). Ristiriita isän ja elättäjän roolin välillä voidaan nähdä ristiriitana uuden ja vanhan isyyden välillä.

Perälä-Littunen (2004) havaitsi, että suomalaisessa ja virolaisessa kulttuurissa 1990-luvulla isät ja äidit olivat yhtä mieltä siitä, että ihanneisä rakastaa lastaan, viettää aikaa tämän kanssa, kuuntelee, elättää perheensä ja hänellä on auktoriteettia lapseensa nähden. Lisäksi suomalaiset vanhemmat mainitsivat ihanneisän ylläpitävän kontrollia, olevan kärsivällinen ja vastuuntuntoinen sekä toimivan esimerkkinä lapselle, kun taas virolaisten vanhemmat nostivat ihanneisän piirteiksi ahkeruuden, lapsen kehityksensä huomioon ottamisen sekä lapsen kasvattamisen kunnon kansalaiseksi (Perälä-Littunen, 2004). Kaikki edellä mainitut kuvaukset ihanneisästä ovat lähes samoja kuin tutkimuksessa ihanneäitiyteen liitetyt kuvaukset, ja tutkimuksessa useimmat vanhemmat vastasivatkin hyvän isän olevan samanlainen kuin hyvä äiti. Myös suomalaiset ja virolaiset vanhemmat olivat lähes yhtä mieltä toistensa kanssa siitä, millaiset piirteet heidän kulttuurissaan kuuluvat ihanneisälle ja -äidille. Tämä voi kertoa siitä, että vanhemmuus on muuttunut tasa-arvoisemmaksi ja vanhemmilta odotetaan samoja asioita sukupuolesta riippumatta.

1.1.3 Vanhempien odotukset toisiltaan

Tutkimusta puolisoitten odotuksista toisistaan vanhempina on vähän, eikä siksi ole juurikaan tietoa heidän odotustensa yhteneväisyyksistä ja eroista. Luptonin (2000) tutkimuksessa kartoitettiin australialaisten äitien mielikuvia hyvästä isästä. Tässä tutkimuksessa äidit nostivat esille isän rakastavan ja empaattisen suhteen lapseen sekä kyvyn sovittaa yhteen perhe ja työ. Lisäksi äidit pitivät hyvää isää kannustavana. Hyvää äitiyttä ja äidin suhdetta lapseen pidettiin kuitenkin

tärkeämpänä kuin hyvää isyyttä (Lupton, 2000). Tässä tutkimuksessa ei kartoitettu isien mielikuvia hyvästä äidistä.

Milkie, Bianchi, Mattingly ja Robinson (2002) puolestaan tutkivat 1990-luvulla yhdysvaltalaisten äitien ja isien odotuksia toisiltaan kasvatuksen eri osa-alueilla. He havaitsivat, että yhdeksän kymmenestä vanhemmasta olivat yhtä mieltä siitä, että kummankin vanhemman tulee osallistua lapsen kurinpitoon ja valvontaan, emotionaalisen tuen antamiseen sekä leikkiin lapsen kanssa. Lisäksi kaksi kolmasosaa vanhemmista oli yhtä mieltä siitä, että molempien vanhempien tulee ottaa vastuuta lapsen huolenpidosta ja perheen taloudesta. Näistä yhtenevistä odotuksista huolimatta äidit kokivat, etteivät isät osallistuneet tarpeeksi kaikkiin tutkittaviin osa-alueisiin. Todellisuudessa äidit hoitivat isiä useammin oman työnsä lisäksi lastenhoidon ja aktiviteettien järjestämisen lapselle.

Tuloksista voidaan päätellä, että kumppanien asettamat ihanteet ja todellisuus eivät aina kohtaa. Milkien ym. (2002) mukaan kulttuuriset odotukset isien osallistumisesta lapsen kasvatukseen ovat saattaneet muuttua nopeammin kuin isien todellinen osallistuminen, mikä johtaa eroihin ihanteiden ja todellisuuden välillä. Heidän mukaansa käytännössä tasavertainen vanhemmuus ei ole aina helppoa, sillä isät tekevät vielä nykyäänkin usein enemmän töitä kuin äidit.

Yleensä miehiä osallistuu vanhemmuutta käsitteleviin tutkimuksiin vähemmän kuin naisia, mikä on johtanut äitien näkemysten korostumiseen tutkimustuloksia raportoitaessa tutkimuksissa. Lisäksi tehdyt tutkimukset ovat 1990-luvulta eikä vanhemmuuden ihanteita ole tietääksemme tutkittu 2000-luvulla. Tässä tutkimuksessa pyritään vastaamaan siihen, millaisia eroja eri sukupuolten välillä on ihannevanhemmuuden kokemisessa 2010-luvun Suomessa tutkimalla, millaisia odotuksia vanhemmilla on paitsi itseään myös kumppaniaan kohtaan vanhempana.

1.1.4 Yhteiskunta ihanteiden määrittäjänä

Ihmisten henkilökohtaisten ihanteiden lisäksi myös yhteiskunta asettaa erilaisia ihanteita, esimerkiksi vanhemmuudelle (Adams, 2015). Sen lisäksi, että eri kulttuureissa on erilaisia vanhemmuuden ihanteita, kulttuurien sisällä ajatellaan olevan erillisiä, ristiriitaisia ja jopa keskenään kilpailevia ihanteita (Phoenix, Woollett, & Lloyd, 1991).

Kempaisen (2001) mukaan jokainen yhteisö muodostaa omia käsityksiä ja ihanteita niin kasvatustapahtumista, kasvattajasta kuin toivotuista kasvatuksen tuloksista – nämä ihanteet näkyvät yhteisöjen arkikielessä ja esimerkiksi metaforissa. Yhteiskunnan ihanteet toimivat kehyksinä ja

suuntaviivoina kasvatukselle (Couvrette, Brochu, & Plourde, 2016): esimerkiksi Suomessa ennen käytetty lausahdus, *ken vitsaa säästää, se lastaan vihaa*, ilmentää aikansa kasvatusihanteita Suomessa. Mikäli vanhemmat eivät toimi yhteiskunnan odottamalla tavalla, yhteiskunnalla on nähty olevan oikeus ja velvollisuus puuttua kasvatukseen (Phoenix ym., 1991).

Yhteiskunta ei määritä vain vanhemmuuden ihanteita, vaan vanhemmuus itsessään voidaan nähdä ihanteisiin perustuvana sosiaalisena konstruktiona, joka rakentuu jatkuvasti tieteen ja eri ammattilaisten luomien ihanteiden ja ideologioiden kautta (Couvrette ym., 2016). Ammatillaiset pyrkivät tutkimaan, mitä on hyvä lapsuus ja sitä kautta määrittämään, millaisia vanhempien tulisi olla ja miten heidän tulisi toimia (Ambert, 1994). Toisin sanoen nykyajan vanhemmuutta määritellään alan kirjallisuudessa usein lapsuuden kautta. Tämä näkyy myös siinä, että lapsen ongelmista syytetään pitkälti vanhempia, vaikka taustalla olisikin jokin yhteiskunnallinen tekijä, kuten köyhyys (Ambert, 1994). Ajatellaan, että vanhemman toiminnalla arjessa on määrittävä vaikutus lapsen hyvinvointiin, menestykseen ja terveyteen (Lee, ym. 2014): puhutaan intensiivivanhemmuudesta, joka on lapsilähtöistä, asiantuntijoiden ohjaamaa, emotionaalisesti uuvuttavaa, intensiivistä ja kallista (Hays, 1996).

1.1.5 Kun ihanteet eivät täyty

Tutkimuskirjallisuudessa naisten on ajateltu tuntevan painetta noudattaa "hyvän äidin" tiukkoja sääntöjä välttääkseen huonon äidin mainetta (Arendell, 2000). Heidän on havaittu kokevan syyllisyyttä ja häpeää sekä pelkäävän arvostelun kohteeksi joutumista, jos eivät noudata ihanneäitiyden standardeja (Liss, Schiffrin, & Rizzo, 2013). Myös puolisolle asetettujen ihanteiden ja todellisuuden välisen eron on huomattu vaikuttavan vanhempien hyvinvointiin, lisäten esimerkiksi stressiä ja epäreilouden kokemusta (Milkie ym., 2002).

Diskrepanssiteoria (Higgins, 1987) kehitettiin kuvaamaan sitä, kuinka itseä verrataan ihanteisiin tai ajatukseen siitä, millainen yksilön tulisi olla. Diskrepanssiteoria määrittelee ihanneminän sisältävän ominaisuudet, jotka joku (yksilö itse tai joku muu) haluaisi yksilön ihannetapauksessa omaavan. Tässä teoriassa eritellään ihanneminän lisäksi myös aiottu minä, johon sisältyy ominaisuudet, joita yksilön tulisi omata. Aiottuun minään siis sisältyy niin sanotut vähimmäisvaatimukset ja ihanneminään taas toivotut ominaisuudet. Nämä muodostavat yhdessä ohjenuoran, jota yksilö seuraa. Diskrepanssiteorian mukaan syyllisyyden tunteet ovat seurausta havaitusta eroavaisuudesta henkilön todellisen minän ja ihanneminän välillä. Yhteys äitiyteen

liittyvän diskrepanssin ja syyllisyyden tunteiden välillä on osoitettu ainakin yhdessä tutkimuksessa (Liss ym., 2013).

Tutkimusten perusteella äitiyteen liittyy tiiviisti syyllisyyden kokeminen: työssäkäyvät äidit kokevat syyllisyyttä siitä, etteivät he ole lastensa kanssa kotona (Elvin-Nowak, 1999; Guendouzi, 2006), kun taas kotona olevat äidit kokevat syyllisyyttä, siitä etteivät ansaitse lisätuloja, jotka tuottaisivat lapselle enemmän mahdollisuuksia (Rubin & Wooten, 2007). Tutkijat ovat pohtineet äitiyteen liittyvällä syyllisyydellä olevan evolutiivinen tausta; syyllisyyden kokemisen ajatellaan takaavan äidin kunnollinen hoiva jälkeläiselle (Rotkirch, 2009). Äitiyteen liittyvästä syyllisyydestä tehdyt tutkimukset kuvaavat äitejä, jotka kokevat, että heidän tulee omistautua lapsilleen täysin ja tuntevat olevansa vastuussa lapsensa kehityksestä (Seagram & Daniluk 2002; Sutherland 2010; Wall, 2010).

Rotkirch (2009) on tutkinut 2000-luvulla suomalaisten äitien kiellettyinä pitämiä tunteita ja yksi eniten esille nousseista tunteista oli syyllisyys. Tutkimuksessa syyllisyyttä koettiin erilaisista äidin ja lapsen välisistä konfliktitilanteista, kuten todellisesta tai kuvitellusta aggressiosta, äitiydestä poispääsyyn liittyvistä ajatuksista, poissaolosta ja sisaruksia suosivasta kohtelusta. Tutkittavat raportoivat syyllisyyttä myös kulttuuriin liittyvistä korkeista äitiyden odotuksista ja omista ihanteista, joita ei kyetty täyttämään. Äidit kokivat, että tällaisia odotuksia olivat esimerkiksi ehdoton rakkaus, vihattomuus ja jatkuva tarkkaavaisuus (Rotkirch, 2009). Isien kokemasta syyllisyydestä tutkimusta on vähemmän. Machinin (2015) tutkimuksessa Britanniassa osallistuvasta isyydestä tulokset osoittivat, että isät kokivat ristiriitaa osallistumisen odotuksen ja todellisuuden välillä. Osa isistä koki syyllisyyttä siitä, että he olisivat halunneet osallistua lastenhoitoon enemmän, mutta joutuivat jättämään vastuun yksin äidille työssäkäynnin vuoksi. Toiset isät taas kokivat syyllisyyttä siitä, etteivät he jaksaneet raskaan työpäivänsä jälkeen huolehtia lapsesta. Tässä tutkimuksessa tarkastellaan, kokevatko äidit ja isät syyllisyyttä asettamiensa vanhemmuuden ihanteiden täyttymättömyydestä ja onko se yhteydessä heidän kokemaansa vanhemmuuden uupumukseen.

1.2 Vanhemmuuden uupumus

Vanhemmuuden uupumus on syndrooma, joka johtuu pitkäaikaisesta altistumisesta vanhemmuuteen liittyvälle krooniselle stressille (Mikolajczak, Brianda, Avarosse, & Roskam, 2018; Roskam, Raes, & Mikolajczak, 2017). Vanhemmuuteen liittyviä erilaisia stressitekijöitä ovat muun muassa arjen tohina (esimerkiksi kotityöt ja lapsen kotitehtävät), akuutit stressitekijät

(esimerkiksi lapsen tai puolison loukkaantuminen) ja krooniset stressitekijät (esimerkiksi lapsen käytösongelmat ja oppimisvaikeudet) (Mikolajczak & Roskam, 2018). Vanhemmuuden uupumus on erillinen oireyhtymä erottuen työuupumuksesta, masennuksesta ja stressistä, vaikka ne ovatkin vahvasti yhteydessä toisiinsa (Roskam ym., 2017).

Roskamin ja kumppaneiden (2018) mukaan vanhemmuuden uupumukseen liittyy neljä ulottuvuutta. Ensinnäkin vanhemmat kokevat uupumusasteista väsymystä vanhemmuudesta: heistä tuntuu, että vanhemman rooli vie kaikki voimavarat, eivätkä he jaksakaan enää vanhempana olemista. Toisena esiintyy emotionaalista etäntymistä lapsesta, joka näkyy vanhemman toimintana ns. automaattiohjauksella lapsen kanssa, jolloin vuorovaikutuksen tunnepuoli jää vähäiseksi. Kolmantena on tympääntyminen vanhemmuuden rooliin: vanhempi ei nauti lastensa kanssa olemisesta, eikä tunne pärjäävänsä vanhempana. Viimeisenä näistä ulottuvuuksista on kokemus negatiivisesta muutoksesta omassa vanhemmuudessa: vanhempi ajattelee, ettei enää ole yhtä hyvä vanhempi kuin oli aiemmin.

Vanhemmuuden uupumuksen seurauksia ollaan tutkittu vasta vähän. Tutkimusten mukaan krooninen stressi itsessään vaikuttaa vanhemman hyvinvoinnin (Kwok, 2000) lisäksi myös vanhemmuuden käytäntöihin (Assel ym., 2002), lapsen kehitykseen sekä lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen (Crnic, Gaze, & Hoffman, 2005; Feldman, Eidelman, & Rotenberg, 2004). Vanhemmalle vanhemmuuden uupumuksen seuraukset ovat verrattavissa työuupumukseen, mutta lapselle vanhemman uupuminen vanhemmuuteen kuin työhön on paljon vakavampaa; tutkimuksen mukaan, vanhemman uupumus selittää jopa 31 % vanhemman laiminlyövästä ja väkivaltaisesta lapsen kohtelusta työuupumuksen selittäessä siitä alle 1 % (Mikolajczak, ym., 2018).

Miksi nykyään vanhemmat uupuvat, kun tällaista ongelmaa ei näytä ilmenneen ennen 2000-lukua? Teoriassa, jossa tarkastellaan tasapainoa riskien ja resurssien välillä (Balance between risks and resources; BR² teoria) tarkastelee uupumusta seurauksena epätasapainosta riskien ja voimavarojen välillä (Mikolajczak & Roskam, 2018). Teorian mukaan, jokainen vanhempi voi uupua, mikäli riskitekijöitä on enemmän kuin voimavariatekijöitä. Tekijät, jotka vanhemmat kokevat uuvuttavina tai voimaannuttavina, ovat hyvin yksilöllisiä ja oleellista onkin tasapaino niiden välillä. On mahdollista, että nykyään vanhemmilta vaaditaan enemmän kuin ennen ja käytettävissä on vähemmän resursseja. Euroopassa tapahtui merkittäviä sosiokulttuurisia muutoksia 1990-luvulla, jotka muuttivat vanhemmuutta kuormittavammaksi (ks., Roskam ym., 2017). Ensinnäkin yhteiskunta asetti vanhemmuudelle tavoitteita, joita on käytännössä vaikea saavuttaa: Euroopan valtuusto määräsi, että vanhemmuus, joka on lapsen parhaaksi, on väkivallaton, lapsen omia oikeuksia kunnioittava, lämmin, lasta kuuleva ja tukeva (Daly & Abela, 2007). Toiseksi yhteiskunta alkoi säädellä vanhemmuutta vahvemmin lakien ja ammattilaisten avulla, vaikka periaatteellisesti

kannustettiin terveen järjen käyttöön (Durivage ym., 2015). Lisäksi kotiäitiys ja täten lapsen kanssa vietetty aika väheni huomattavasti (Roskam ym., 2017).

Mikä sitten erottaa uupuneet vanhemmat niistä vanhemmista, jotka eivät uuvu? Selitystä on haettu muun muassa sosiodemografisista tekijöistä, lapsen erityisominaisuuksista, vanhemman piirteistä, vanhemmuuteen liittyvistä tekijöistä, perheen toimintaan vaikuttavista tekijöistä (Mikolajczak ym., 2018) sekä erilaisista vanhemmuuden stressiä lisäävistä tekijöistä, kuten perfektionismista, toimimattomista kasvatuskäytännöistä ja tuen puutteesta (Mikolajczak & Roskam, 2018). Erilaisten vanhempien uupumukseen liittyvien tekijöiden tutkimisen lisäksi on pyritty kehittämään teoriaa, joka selittäisi miksi osa vanhemmista uupuu.

Mikolajczakin ja kollegoiden (2018) tutkimuksessa sosiodemografiset tekijät ja lapsen erityisominaisuudet selittivät uupumusta vain vähän, kun taas voimakkaimmin uupumusta selittivät vanhemmuuteen liittyvät tekijät, joihin kuuluu sekä ajatukset vanhemmuudesta (esim. minäpystyvyyden tunne) että kasvatuskäytännöt. Lindströmin ja kumppaneiden (2011) tutkimuksessa vanhemmuuden uupumusta selittivät stressitekijät, kuten taloudelliset huolet, niukka vapaa-aika sekä heikko sosiaalinen tuki, kun taas sosiodemografiset tekijät eivät olleet yhteydessä vanhemmuuden uupumukseen juurikaan. Mikäli tulevaisuudessa pystytään osoittamaan, että pääasiassa vanhemmuuden uupumuksen riskitekijöitä ovat vanhemmuus, vanhemman piirteet ja perheen toiminta, interventioita tulisi suunnata erityisesti vanhempien emotionaaliseen kompetenssiin, parisuhdetyytyväisyyteen, kiintymyssuhteeseen, yhteisvanhemmuuteen ja vanhemmuuden käytäntöihin (Mikolajczak ym., 2018).

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan täyttymättömien ihanteiden aiheuttaman syyllisyyden yhteyttä uupumukseen. Aikaisempaa tutkimusta aiheesta ei tietääksemme ole, mutta vanhemmuuden uupumuksen ja syyllisyyden kokemisen välisen yhteyden tutkiminen on perusteltua, sillä vanhemmuuden uupumuksen on todettu johtuvan pitkittyneestä stressistä (Mikolajczak ym., 2018), jonka kautta koetun syyllisyyden on havaittu vaikuttavan vanhemman hyvinvointiin (Milkie ym., 2002). Näin ollen voidaan ajatella koetulla syyllisyydellä olevan yhteys myös vanhemmuuden uupumukseen.

1.3 Tutkimuskysymykset

Tässä opinnäytetyössä pyritään selvittämään, millaisia käsityksiä suomalaisilla vanhemmilla on ihanneäidistä ja –isästä ja mitä he kokevat yhteiskunnan odottavan ihannevanhemmalta. Lisäksi tutkitaan, tuntevatko vanhemmat syyllisyyttä siitä, jos he eivät koe täyttävänsä omia tai koettuja

yhteiskunnan ihanteita ja onko koettu syyllisyys yhteydessä vanhemmuuden uupumukseen. Jokaisen kysymyksen kohdalla tarkastellaan myös mahdollisia eroja äitien ja isien välillä.

Tavoitteisiin pyritään vastaamaan seuraavien tutkimuskysymysten avulla:

1. Millaisia ovat vanhempien käsitykset ihanneäidin ja -isän ominaisuuksista nykypäivän Suomessa? Millaisia ominaisuuksia vanhemmat ajattelevat yhteiskunnan odottavan ihanneäideiltä ja isiltä?
2. Kokevatko vanhemmat syyllisyyttä, jos he eivät täytä omia tai koettuja yhteiskunnan ihanteita?
3. Onko koettu syyllisyys yhteydessä vanhemmuuden uupumukseen?

2. MENETELMÄT

2.1 Aineisto

Tämä opinnäytetyö on osa Jyväskylän yliopiston toteuttamaa *Vanhemmuuden voimavara- ja kuormitustekijät (VoiKu)* -tutkimushanketta (Aunola & Sorkkila, 2018-2019), joka on osa kansainvälistä The International Investigation of Parental Burnout (IIPB) -hanketta (Mikolajczak & Roskam, 2018-2019). Hankkeiden tavoitteena on kerätä tietoa vanhemmuuden uupumuksesta eri kulttuureissa ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Tässä opinnäytetyössä hyödynnetään aineistoa, joka kerättiin suomalaisilta vanhemmilta keväällä 2018 Internet-kyselyllä. Tutkimus on saanut hyväksynnän yliopiston eettiseltä lautakunnalta.

Kyselyyn vastasi yhteensä 1462 vanhempaa, joilla oli tutkimushetkellä vähintään yksi kotona asuva lapsi. Vastaajista 93 % oli naisia. Analyyseista poistettiin 31 tutkittavaa, koska he eivät olleet vastanneet yhtään ominaisuutta tutkimuslomakkeen ihanteita kartoittavaan osioon. Lopullinen osallistujamäärä oli 1431 vanhempaa. Vastaajien tärkeimmät taustatekijät esitetään taulukossa 1. Vastaajista suurin osa kuului perinteiseen kahden vanhemman ja heidän yhteisten lastensa perheeseen. Vastaajien biologisten lasten määrä vaihteli nolasta seitsemääntoista keskimääräisen lapsiluvun ollessa 2.16 (kh = 1.22), kun taas väestötasolla kotona-asuvia alle 18-vuotiaita lapsia on keskimäärin 1.85 (SVT, perheet, 2018). Lasten ikä vaihteli vastasyntyneestä 31-vuotiaaseen. Tutkimukseen osallistujista yli 75 %:lla oli korkeakoulututkinto, kun taas Suomessa vuonna 2017 perheellisistä 44 % oli korkeakoulututkinto (SVT, Väestön koulutus rakenne, 2017).

TAULUKKO 1. Vastaajien taustatietoja kuvailevat prosenttiosuudet

Muuttuja	Ryhmä	%
Sukupuoli	Mies	7.3
	Nainen	92.7
Perhetyyppi	Kaksi vanhempaa	78.3
	Yksinhuoltaja	9.4
	Uusperhe	8.9
	Sateenkaariperhe	0.6
	Monen sukupolven perhe	0.3
	Muu perhetyyppi	2.2
	Koulutus	Ei ammattikoulutusta
	Ammattikoulutus	12.9
	Opistotason tutkinto	8.5
	Korkeakoulututkinto	75.8
Ikäjakauma	<-25	2.4
	26-35	41.8
	36-45	45.8
	46-55	9.0
	55->	0.8
Biologisten lasten lukumäärä	0	0.7
	1	26.6
	2	45.6
	3	17.1
	4->	9.8

2.2 Mittarit ja muuttujat

Suomenkielisessä kyselylomakkeessa oli yhteensä 39 kysymystä, joista tässä tutkimuksessa käytettiin taustatekijöihin, vanhemmuuden uupumukseen ja vanhemmuuden ihanteisiin liittyviä kysymyksiä.

Ihanteet. Ihanteita kartoittavassa osiossa äidit ja isät listasivat mielestään viisi tärkeintä ihanneäidin ja viisi tärkeintä ihanneisän piirrettä, sekä viisi piirrettä, joita he kokevat yhteiskunnan odottavan ihanneäidiltä ja viisi piirrettä, joita he kokevat yhteiskunnan odottavan ihanneisältä. Ihanteet luokiteltiin kahden henkilön toimesta 42 kategoriaan, jotka kuvataan tarkemmin tulokset osiossa. Luokittelu toteutettiin jakamalla aineisto arvioitsijoiden kesken äitien ja isien vastauksiin, niin omien kuin koettujen yhteiskunnankin ihanteiden suhteen. Näistä luotiin ensin neljä erillistä luokittelua (vanhempien ihanteet ihanneäidille, vanhempien ihanteet ihanneisälle, vanhempien kokemat yhteiskunnanihanteet äidille ja vanhempien kokemat yhteiskunnanihanteet isille), jotka sitten yhdistettiin yhdeksi laajaksi luokitteluksi. Luokittelun reliabiliteetti arvioitiin antamalla satunnaisesti valitun 50 osallistujan vastaukset luokiteltavaksi ulkopuoliselle henkilölle luokitteluohjeen kanssa. Arvioitsijareliabiliteetti luokittelulle oli 87 %.

Syällisyys. Omien ihanteiden listaamisen jälkeen vanhempaa pyydettiin arvioimaan omien ihanteiden toteutumista kysymällä, missä määrin hän on tällainen ihanneisä/ihanneäiti ja vastaamaan asteikolla 0-100 % (0 % = en yhtään; 100 % = täysin). Tutkittavia, jotka vastasivat alle 80 % tähän kysymykseen, pyydettiin arvioimaan samalla asteikolla, missä määrin kokevat syällisyyttä siitä, etteivät ole tällaisia ihanneisiä /-äitejä. Vanhempien koettuja yhteiskunnan ihanteita kartoittavan osion jälkeen kysyttiin samalla asteikolla, toteuttaako vanhempi koettuja yhteiskunnan ihanteita ja kokeeko hän syällisyyttä, mikäli täyttää ne alle 80-prosenttisesti.

Vanhemmuuden uupumus. Vanhemmuuden uupumusta arvioitiin suomennetulla Parental Burnout Assessment (PBA) -mittarilla, joka sisälsi 23 kysymystä (Roskam ym., 2018). Tarkemmat kysymykset on esitetty liitteessä 1. Kysymykset sisälsivät kysymyksiä liittyen neljään vanhemmuuden uupumuksen osatekijään: uupumusasteiseen väsymys (esim. *”Olen niin väsynyt rooliini vanhempana, ettei edes nukkuminen auta”*), emotionaalinen etääntyminen (esim. *”Teen lapseni/lasteni eteen sen, mitä minulta odotetaan, mutta en sen enempää”*), tympääntyminen vanhemmuuden rooliin (esim. *”En enää kestä vanhempana olemista”*) ja kokemus negatiivisesta muutoksesta vanhemmuudessa (esim. *”Tunnen kadottaneeni suuntani isänä/äitinä”*). Kysymyksiin vastattiin asteikolla 0-6, jossa vastausvaihtoehdot olivat: ”ei ikinä” (0), ”joitakin kerran vuodessa” (1), ”kerran kuussa tai harvemmin” (2), ”joitakin kertoja kuussa” (3), ”kerran viikossa” (4), ”joitakin kertoja viikossa” (5) ja ”päivittäin” (6). Vanhemmuuden uupumusta mittaamaan muodostettiin keskiarvosummamuuttuja uupumuksen eri puolia mittaavista 23 kysymyksestä. Summamuuttujan reliabiliteetti Cronbachin Alfalla arvioituna oli .86.

2.3 Aineiston analysointi

2.3.1 Laadullinen analyysi

Laadullisen aineiston analysoinnissa käytettiin aineistolähtöistä teemoittelua. Teemoittelussa tarkasteltiin aineistolähtöisesti aineiston keskeisiä aiheita ja tutkittiin niiden esiintyvyyttä (Alasuutari, 2001; Tuomi & Sarajärvi, 2002). Aluksi yhdistettiin kaikkien vastaajien viisi ihannepiirrettä aakkoselliseksi listaksi ja saatiin näin neljä listaa: ihanneäidin piirteet, ihanneisän piirteet, yhteiskunnan odotukset ihanneäidille, yhteiskunnan odotukset ihanneisälle. Aineisto jaettiin kahdelle luokittelijalle puoliksi vastaajan sukupuolen mukaan teemoiteltavaksi. Tämän jälkeen vertailtiin tunnistettuja teemoja toisiinsa ja muodostettiin, nimettiin ja numeroitiin lopulliset teemat yhdessä. Vastaajien käsityksiä ihanneäitiydestä, ihanneisyydestä, koetuista yhteiskunnan ihanteista äideille ja koetuista yhteiskunnan ihanteista isille tarkasteltiin tunnistettuja luokkia käyttäen suhteessa vastaajan sukupuoleen. Teemoittelun jälkeen vastauksista valittiin satunnaisesti 50 vastausta ulkopuolisen arvioitsijan luokiteltavaksi luokituksen luotettavuuden arvioimiseksi.

2.3.2 Määrällinen analyysi

Aineiston määrällisissä analyyseissä käytimme seuraavia ohjelmia: IBM SPSS Statistics 24, Microsoft Excel ja Graphpad Prism 6. Määrällinen analyysi aloitettiin tarkastelemalla teemoittelussa löytyneiden luokkien esiintymistä aineistossa. Tuloksia tarkasteltiin luokkiin kuuluvan vastauksen vastanneita suhteellisenä osuutena kaikista vastanneista. Tyhjät vastaukset jätettiin huomiotta. Lukumäärät ja prosenttiosuudet laskettiin erikseen äideille ja isille. Äitien ja isien vastausten eroavaisuuden tilastollista merkitsevyyttä tarkasteltiin ristiintaulukoimalla.

Seuraavaksi tarkasteltiin omien ja yhteiskunnan ihanteiden toteuttamisen sekä niihin liittyen syyllisyyden kokemuksen jakautumista koko aineistossa. Sukupuolen vaikutusta ihanteiden täyttämiseen ja syyllisyyden kokemukseen tutkittiin Mann-Whitney U-testillä, koska muuttujat eivät olleet normaalisti jakautuneita. Seuraavaksi tutkittiin Spearmanin korrelaatiokertoimella,

kuinka koettu syyllisyys ja vanhemmuuden uupumus ovat yhteydessä toisiinsa koko aineistossa ja erikseen äideillä ja isillä. Äitien ja isien korrelaatiokertoimia verrattiin Fisherin z -testillä. Tilastollisen merkitsevyyden rajana käytettiin ison otoskoon vuoksi p -arvoa $\leq 0,01$.

3. TULOKSET

3.1 Ihannevanhemmuus

Luokittelumme pohjalta muodostettiin 42 pääluokkaa, jotka koostuivat alaluokista (Liite 1.). Luokat jakautuivat temaattisesti yksilön *luonteenpiirteisiin* (tunnetaitoinen, omanarvontuntoinen, stressinsietokykyinen, tasapainoinen, inhimillinen, epäitsekäs, kypsä, älykäs, positiivinen, onnellinen, ahkera, huumorintajuinen, rauhallinen, rohkea), *ulkoisiin ominaisuuksiin* (itsestään huolehtiva, urasuuntautunut & kouluttautunut, perheen ja työn yhteen sovittava, kotona oleva, varakas, ekologinen, oman elämän omaava, organisoiva, kotitaloustaitoinen), *sosiaalisiin ominaisuuksiin* (ihmissuhdetaitoinen, parisuhteeseen panostava, syntyvyyttä ylläpitävä), *lapseen suhtautumiseen* (rakastava, sensitiivinen, luotettava, kärsivällinen), *lapsen kanssa tekemiseen* (henkisenä tukena, läsnäolo, perustarpeista huolehtiva, opastava kurinpitäjä, salliva) sekä *muihin* ("en osaa sanoa", luokittelemattomat vastaukset, epärealistiset odotukset vanhemmalle, odotukset lapsilta).

Tässä opinnäytetyömme tulososiossa raportoidaan vanhempien vastausten perusteella eniten esiin nousseita luokkia heidän omista ihanteistaan sekä kokemistaan yhteiskunnan odotuksista ihannevanhemmalle (Kuvat 1, 2, 3 ja 4). Muut luokat lukumäärineen ja prosenttiosuuksineen löytyvät liitteistä 2 ja 3. Esitettävät luokat vaihtelivat kahdesta syystä: valintatavasta ja saman suuruista luokista. Tulososassa esitettävät luokat valittiin niin, että sekä äideiltä ja isiltä mukaan tulivat kymmenen vastatuinta luokkaa, ja koska ihanneäitien ja -isien suurimmat luokat eivät välttämättä olleet kaikki samoja, kokonaisluokkien määrä vaihteli. Luokkien määrä vaihteli myös, koska tapauksessa, jossa kaksi tai useampi luokka olivat kooltaan yhtä suuria, niiden katsottiin vievän vain yhden järjestyspaikan. Näistä syistä johtuen esitettävien luokkien lukumäärä vaihteli 12-13 välillä. Tulosten esittelyssä prosenttiosuudet kuvaavat sitä, kuinka monen henkilön vastauksissa on esiintynyt tiettyyn luokkaan kuuluva vastaus.

3.1.1 Ihanneäidin ominaisuudet

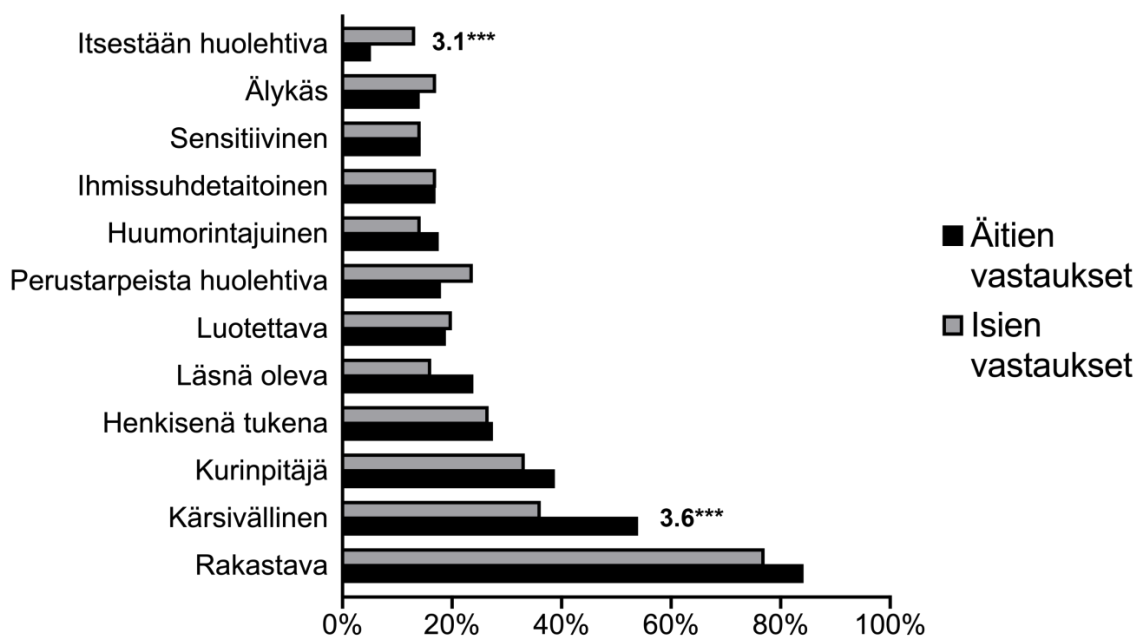
Isien ja äitien vastausten luokittelussa suurimmat luokat äidin ihanneominaisuuksiin olivat lähes samat, vaikkakin järjestys äitien ja isien välillä vaihteli. Tulokset on esitetty Kuviossa 1. Molemmissa ryhmissä *rakastava*-luokkaan kuuluvia vastauksia annettiin useammin kuin muihin luokkiin kuuluvia vastauksia (äidit 84 % ja isät 77 %). Seuraavaksi eniten vastauksia sekä äideillä että isillä kuului *kärsivällinen*-luokkaan, johon kuuluvan ominaisuuden vastasi äideistä 54 % ja isistä 45 %. Kolmantena molempien ryhmien listalla oli *kurinpitäjä*-luokka (sisältäen mm. rajojen asettamisen, johdonmukaisuuden, oikeudenmukaisuuden ja jämäptiuden). Äideistä 38 % vastasi tähän luokkaan kuuluvan ominaisuuden ja isistä 33 %. Molemmissa ryhmissä neljänneksi eniten annettiin *henkisenä tukena*-luokkaan kuuluvia vastauksia. *Henkisenä tukena* -luokka sisältää muun muassa lapsen kannustamisen, hyväksynnän, arvostamisen, auttamisen, kuuntelemisen, kehumisen sekä avarakatseisuuden. Neljäsosalta sekä isiä että äitejä löytyi tähän luokkaan kuuluva vastaus.

Äideistä 23 % vastasi *läsnä oleva* -luokkaan kuuluvan ominaisuuden kuuluvan ihanneäidille ja se nousi viidenneksi vastatuimmaksi luokaksi. *Läsnä oleva* -luokka sisältää osallistumisen, lapsen harrastamisen ja lapsen kanssa leikkimisen. Isistä 16 % vastasi tähän luokkaan kuuluvan ihanteen, joka näin sijoittui isien vastausten listalle kahdeksanneksi. Äitien ja isien listalla kuudentena oli *luotettava*-luokka, johon kuuluvan vastauksen lähes yhtä suuri osa ryhmistä antoi (äidit 18 % ja isät 20 %). *Perustarpeista huolehtiva* -luokkaan sisältyy lapsen hoivaaminen, suojeleminen ja imettäminen. Isien listalla se nousi viidenneksi ja heistä 24 % vastasi tähän luokkaan kuuluvan vastauksen, kun äitien listalla se oli seitsemänneksi vastatuin luokka, johon kuuluvan vastauksen äideistä antoi 18 %. *Huumorintajuinen*-luokka sisälsi huumorintajun, heittäytymiskyvyn sekä mielikuvituksen ja äideillä se oli kahdeksanneksi vastatuin luokka, kun taas isillä yhdeksänneksi. Tähän luokkaan kuuluvan ihanneäidin ominaisuuden vastasi 18 % äideistä ja 14 % isistä. Ihanneäidin ominaisuudeksi *älykkyys*-luokkaan kuuluvan vastauksen antoi 14 % äideistä ja 19 % isistä. Se oli isien seitsemänneksi suurin luokka, mutta jäi äitien vastauksien osalta yhdenneksitoista. Äideistä 16 % ja isistä 10 % antoi *sensitiivisyys*-luokkaan kuuluvan vastauksen. Isistä yhtä suuri osuus vastasi tähän luokkaan kuuluvan vastauksen, kuin *huumorintajuinen*-luokkaan, jotka sijoittuivat isien listalla yhdeksänneksi. Äitien vastauksien osalta se oli kymmenenneksi suurin luokka. Kyseinen luokka sisälsi muun muassa herkkyiden ja kyvyn asettua lapsen asemaan. Molemmista ryhmistä 17 % vastasi *ihmissuhdetaidot*-luokkaan kuuluvan vastauksen, joka nousi isien listalla *älykkyiden* kanssa seitsemänneksi. Äitien listalla *ihmissuhdetaidot* olivat yhdeksäntenä. Viimeisenä isien 10 vastatuimman ihanneäidin ominaisuuden

listalla oli *itsestään huolehtiva* -luokka, johon kuuluvan ominaisuuden vastasi 13 % isistä, kun taas äideistä vain 5 % vastasi tähän luokkaan kuuluvan vastauksen. *Itsestä huolehtiva* -luokkaan kuului itsestä välittäminen, liikunnallisuus, terveys sekä nukkuminen.

Tilastollisesti merkitseviä eroja äitien ja isien välillä oli ainoastaan kahdessa luokassa: *kärsivällinen*, ja *itsestään huolehtiva*. *Kärsivällinen*-luokkaan kuuluva vastaus oli äideille tyypillisempää kuin isille, kun taas *itsestään huolehtiva* -luokkaan kuuluva vastaus oli isille tyypillisempää kuin äideille.

Käsitykset ihanneäideistä



KUVA 1. Prosentuaaliset jakaumat äitien ja isien käsityksistä ihanneäidistä sekä sukupuolten väliset erot näissä (ristiintaulukoinnin tilastollisesti merkitsevät tulokset esitetty sovitettuina jäännöksinä, *** $p < .001$).

3.1.2 Ihanneisän ominaisuudet

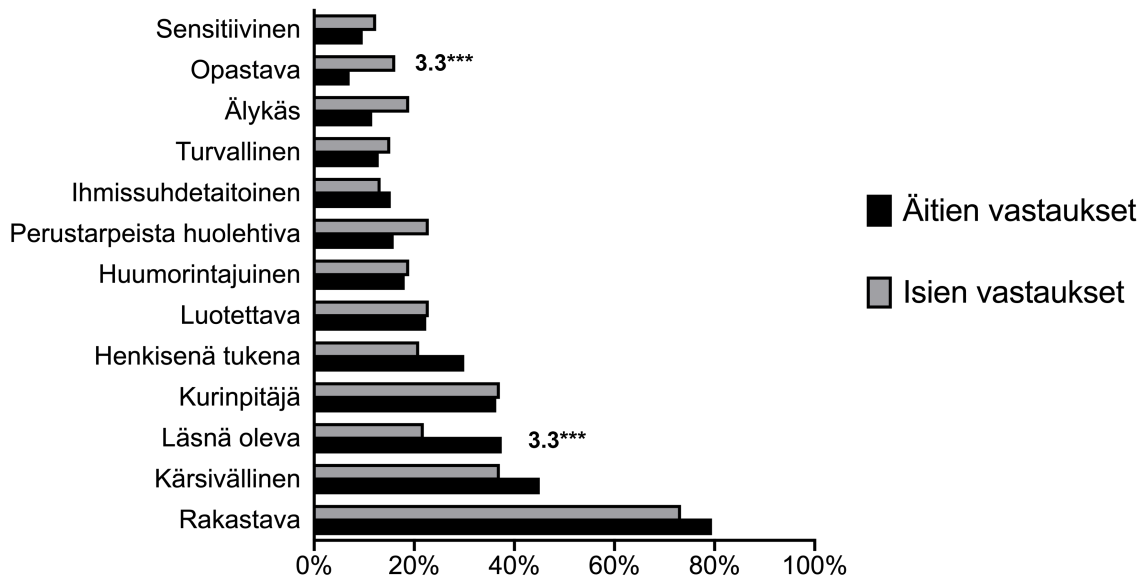
Molemmissa ryhmissä *rakastava*-luokkaan kuuluvia vastauksia annettiin useammin kuin muihin luokkiin kuuluvia vastauksia myös kysyttäessä ihanneisän ominaisuuksia. Äideistä 80 % ja isistä 73 % vastasi tähän luokkaan kuuluvan vastauksen. Toiseksi vastatuin luokka molemmissa ryhmissä oli

kärsivällinen, johon kuuluvan ominaisuuden antoi äideistä 45 % ja isistä 37 %. Isillä *kärsivällinen*-luokan rinnalle toiseksi vastatuimmaksi ryhmäksi nousi *kurinpitäjä*-luokka. Äideistä puolestaan 36 % antoi kyseiseen luokkaan kuuluvan vastauksen ja se nousi neljänneksi suurimmaksi luokaksi. Äitien listalla kolmanneksi nousi *läsnä oleva* -luokka, kun 38 % äideistä antoi vastaukseksi tähän luokkaan kuuluvan ominaisuuden. Isistä tähän luokkaan kuuluvan ominaisuuden vastasi 22 % ja se jäi listan neljännelle sijalle. Isien listalla kolmanneksi yhtä suurina olivat *perustarpeista huolehtiva* ja *luotettava* -luokat, joihin kumpaankin kuuluvan vastauksen 23 % isistä oli antanut. Äideistä 16 % oli vastannut *perustarpeista huolehtiva* -luokkaan kuuluvan vastauksen ja se oli heidän listallaan viidentenä. *Luotettava*-luokkaan kuuluvan ihanneisän ominaisuuden äideistä oli antanut 22 % ja se nousi kuudenneksi isoimmaksi luokaksi.

Molempien sukupuolten ihanneisän ominaisuudet listan viidenneksi mainituimpana ominaisuutena oli *henkisenä tukena* -luokka. Isistä 21 % antoi tähän luokkaan kuuluvan vastauksen ja äideistä 30 %. Isistä yhtä suuri osuus (19 %) vastasi *huumorintajuinen*- sekä *älykäs*-luokkaan kuuluvan vastauksen ja ne nousivat vastatuimpien ominaisuuksien listalla kuudenneksi. Äideistä 18 % antoi ihanneisän ominaisuudeksi *huumorintajuinen*-luokkaan kuuluvan vastauksen ja se nousi äitien listalla seitsemänneksi. *Älykäs*-luokkaan kuuluvan vastauksen puolestaan äideistä antoi 12 % eikä se noussut kymmenen suurimman luokan joukkoon. *Ihmissuhdetaitoinen*-luokka nousi molemmilla ryhmillä yhdeksänneksi ja kuuluvan vastauksen antoi 15 % äideistä ja 13 % isistä. Viimeisenä äitien listalla 10 vastatuimmasta ihanneisän ominaisuudesta oli *turvallinen*-luokka, johon kuuluvan ominaisuuden vastasi 13 % äideistä, 15 % isistä. Isien listalle seitsemänneksi nousi *opastava*-luokka, johon kuuluu esimerkillisyys, opettaminen, kasvattaminen ja kasvatustietoisuus. Isistä 16 % ja äideistä 7 % antoi tähän luokkaan kuuluvan. Isien listan jaetulla viimeisellä sijalla *ihmissuhdetaitoinen*-luokan kanssa oli *sensitiivinen*-luokka, johon kuuluvan vastauksen antoi isistä 13 % ja äideistä 10 %.

Tilastollisesti merkitseviä eroja äitien ja isien välillä oli ainoastaan kahdessa luokassa: *läsnä oleva* ja *opastava*. *Läsnä oleva* -luokkaan kuuluva vastaus oli tyypillisempää äideille kuin isille, kun taas *opastava*-luokkaan kuuluva vastaus oli tyypillisempää isille kuin äideille.

Käsitykset ihanneisistä



KUVA 2. Prosentuaaliset jakaumat äitien ja isien käsityksistä ihanneisistä. Sukupuolten eroja tutkittu ristiintaulukoimalla. Sovitettujen jäännösten merkitsevyydet on osoitettu tähdillä. *** $p < .001$

3.1.3 Vanhempien kokemat yhteiskunnan odotukset ihanneäidiltä

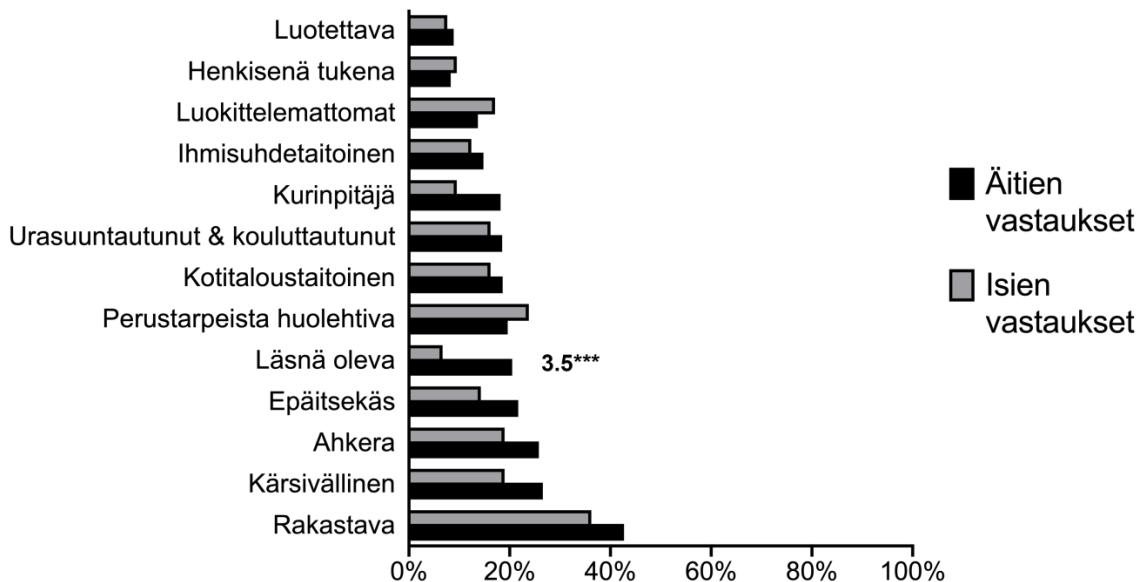
Samoin kuin aiemmissa tuloksissa, myös vanhempien koetuissa yhteiskunnan ihanteissa *rakastava*-luokkaan kuuluvia ominaisuuksia vastattiin eniten. Äideistä 44 % ja isistä 36 % vastasivat tähän luokkaan kuuluvan ihanteen. Äitien vastausten perusteella toiseksi suurimpana oli *kärsivällinen*-luokka, johon kuuluvan vastauksen antoi 27 % äideistä. Isien vastauksissa 19 % kuului tähän luokkaan ja se nousi kolmanneksi suurimmaksi luokaksi. Isien listalla toisena ja äitien listalla kuudentena oli *perustarpeista huolehtiva* -luokka, johon kuuluvan vastauksen antoi 24 % isistä ja 20 % äideistä. Äitien vastausten perusteella *ahkera* nousi kolmanneksi suurimmaksi luokaksi, kun isien vastausten perusteella se oli neljänneksi suurin luokka. Äideistä 27 % mainitsi *ahkera*-luokkaan kuuluvan ominaisuuden kysyttäessä yhteiskunnan ihanneäidin ominaisuuksia, kun taas isistä 20 % vastasi tähän luokkaan kuuluvan ominaisuuden. Äitien listalla *epäitsekkäs*-luokka oli neljäntenä ja isien listalla kuudentena. Äideistä 22 % ja isistä 14 % vastasivat tähän luokkaan kuuluvan ihanteen. Isien listalle viidenneksi isoimmaksi luokaksi nousi *luokittelemattomat vastaukset* -luokka, johon kuuluvan ominaisuuden 17 % isistä antoi. Tähän luokkaan kokosimme

vähemmän mainittuja ihannevanhemman piirteitä. Äideistä 14 % antoi tähän luokkaan kuuluvan vastauksen eikä se noussut kymmenen suurimman luokan joukkoon.

Suurin prosentuaalinen ero vanhempien vastauksissa oli *läsnä oleva* -luokassa, joka äitien listalla esiintyi viidentenä ja isien listalla kymmentenä. Äideistä 20 % ja isistä 7 % vastasivat tähän luokkaan kuuluvan ominaisuuden. Isistä yhtä suuri osuus vastasi *urasuuntautunut & kouluttautunut* sekä *kotitaloustaitoinen* -luokkiin (16 %) ja ne nousivat viidenneksi isoimpien luokkien listalla. Myös äideistä yhtä suuri osa (19 %) piti näitä yhteiskunnan ihanteina äideille ja ne sijoittuivat äitien listalla seitsemänneksi. *Urasuuntautunut ja kouluttautunut* -luokkaan sisältyi uraan, koulutukseen, menestykseen ja kunnianhimpoon liittyvät ihanteet. 18 % äideistä ja 10 % isistä vastasi *kurinpitäjä*-luokkaan kuuluvan ominaisuuden ja se oli molempien sukupuolten listoilla kahdeksantena. Viimeisenä äitien listalle yhteiskunnan koetuista odotuksista ihanneäidille nousi *ihmissuhdetaitoinen*-luokka. Siihen kuuluvan ominaisuuden vastasi 15 % äideistä ja 12 % isistä. Isien listalla yhdeksänneksi nousi *henkisenä tukena*-luokka, johon kuuluvan vastauksen antoi isistä 10 % ja äideistä 8 %. *Luotettava*-luokka oli kymmenenneksi isoin tarkasteltaessa isien vastauksia ja siihen kuuluvan ominaisuuden vastasi isistä 8 % ja äideistä 9 %.

Tilastollisesti merkitseviä eroja äitien ja isien välillä oli ainoastaan *läsnä oleva* -luokassa, johon kuuluvan vastauksen äidit antoivat tyypillisemmin kuin isät.

Yhteiskunnan odotukset äideiltä



KUVA 3. Prosentuaalinen jakauma äitien ja isien käsityksistä yhteiskunnan odotuksista ihanneäidiltä. Sukupuolten eroja tutkittu ristiintaulukoimalla. Sovitettujen jäännösten merkitsevyydet on osoitettu tähdillä. *** $p < .001$

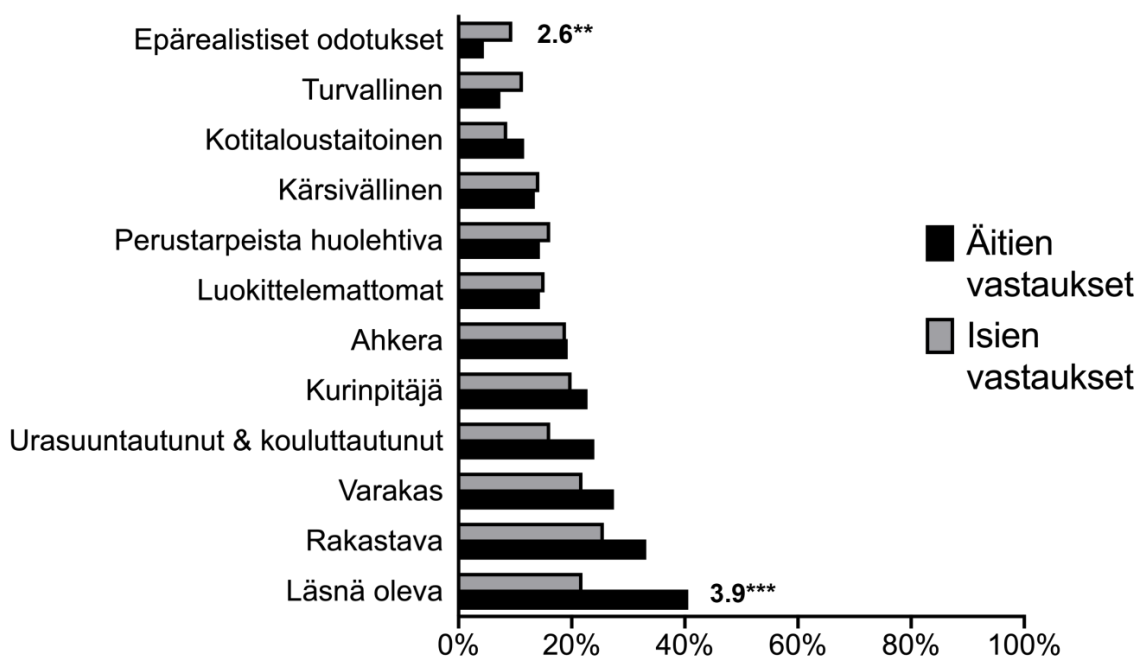
3.1.5 Vanhempien kokemat yhteiskunnan odotukset ihanneisältä

Tulokset vanhempien koetuista yhteiskunnan odotuksista ihanneisälle erosivat muista aiemmista tuloksista siten, että äidit antoivat useimmiten *läsnä oleva* -luokkaan kuuluvia vastauksia. Äideistä 41 % vastasi tähän luokkaan kuuluvan ominaisuuden, kun isistä vain 22 % antoi kyseiseen luokkaan kuuluvan ominaisuuden. Isät antoivat yhä useimmiten *rakastava*-luokkaan kuuluvan ihanteen (22 %). Äideistä 33 % vastasi tähän luokkaan kuuluvan ominaisuuden ja se oli toisena *läsnä oleva* -luokan jälkeen. Äitien listalla kolmanneksi suurimmaksi luokaksi nousi *varakas*, johon kuuluvan koetun yhteiskunnan ihanneisän ominaisuuden vastasi äideistä 28 % ja isistä 22 %. *Varakas*-luokkaan sisällytimme perheen elättämisen ja korkeaan tulotasoon liittyvät ihanteet.

Urasuuntautunut & kouluttautunut -luokkaan kuuluvan vastauksen antoi 24 % äideistä ja 16 % isistä. Äitien listalla se oli neljänneksi ja isien listalla viidenneksi suurin luokka. *Kurinpitäjä* -luokka esiintyi isien listalla kolmantena ja äitien listalla viidentenä. Äideistä 23 % ja isistä 20 % vastasivat tähän luokkaan kuuluvan ihanteen. Neljänneksi luokitelluimpana isien ja kuudenneksi luokitelluimpana äitien vastausten perusteella oli *ahkera*-luokka, johon kuuluvan ominaisuuden molemmista ryhmistä antoi 19 %. Äideistä 14 % antoi yhteiskunnan odotuksia ihanneisältä kysyttäessä *luokittelemattomat vastaukset*- ja *perustarpeista huolehtiva* -luokkaan kuuluvat vastaukset ja ne nousivat kuudenneksi suurimmiksi luokiksi. Isistä 16 % vastasi *perustarpeista huolehtiva* -luokkaan kuuluvan vastauksen, joka oli *urasuuntautunut & kouluttautunut* kanssa viidenneksi suurin luokka. *Luokittelemattomat vastaukset* -luokka oli isien listalla kuudentena ja siihen kuuluvan ominaisuuden antoi 15 % isistä. Molemmista sukupuolista 14 % antoi *kärsivällinen*-luokkaan kuuluvan vastauksen ja se nousi äitien suurimpien luokkien listalla kahdeksanneksi ja isien listalla seitsemänneksi. Isien listalle seitsemänneksi nousi *epärealistiset odotukset* -luokka, johon kuuluvan vastauksen antoi isistä 11 % ja äideistä 5 %. Äitien kymmenen suurimman luokan joukkoon tämä ei noussut. Tähän luokkaan sijoitimme vanhempien mainitsemia ulkonäköön ja täydellisyyteen liittyviä ihanteita, joissa oli mukana myös sarkastisia piirteitä. Esimerkiksi ”Jumala”, ”kyky huolehtia sadasta asiasta yhtä aikaa”, ” ja ” supersuhari (vie lapset hoitoon ja hakee alle 30 minuutissa)”. Viimeisenä isien listalla oli *kotitaloustaitoinen*-luokka, johon äitien vastauksista luokiteltiin 12 % ja isien vastauksista 9 %. Äitien vastauksista viimeisenä oli *turvallinen*-luokka, johon kuuluvan ominaisuuden vastasi äideistä 7 % ja isistä 11 %.

Tilastollisesti merkitseviä eroja äitien ja isien välillä oli ainoastaan kahdessa luokassa: *läsnä oleva*, ja *epärealistiset odotukset vanhemmalle*. *Läsnä oleva* -luokkaan kuuluva vastaus oli tyypillisempää äideille kuin isille, kun taas *epärealistiset odotukset* -luokkaan kuuluva vastaus oli tyypillisempää isille kuin äideille.

Yhteiskunnan odotukset isiltä

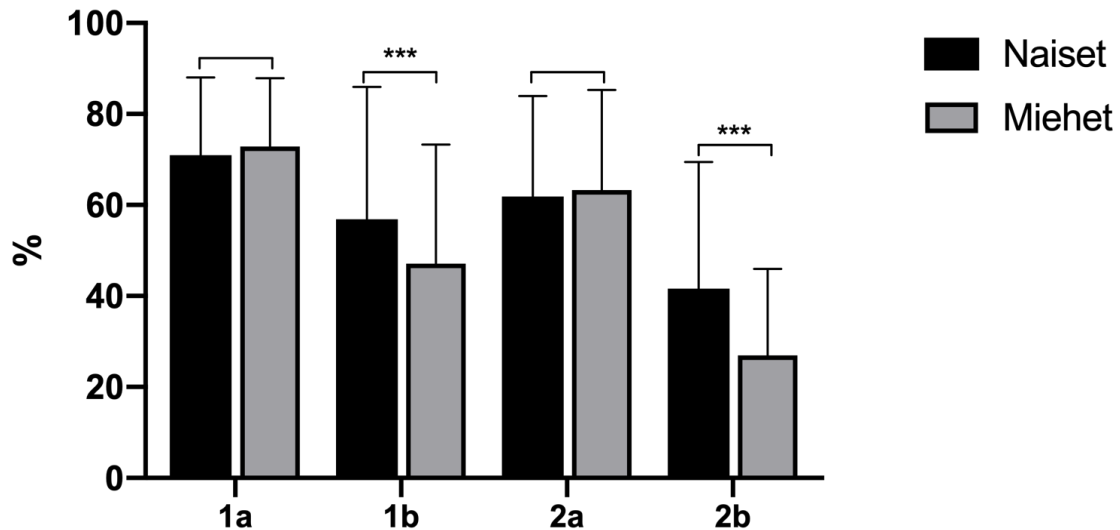


KUVA 4. Sukupuolten käsitykset yhteiskunnan odotuksista ihanneisiltä. Sukupuolten eroja tutkittu ristiintaulukoimalla. Sovitettujen jäännösten tilastolliset merkitsevyydet on osoitettu tähdillä. ** $p < .01$, *** $p < .001$

3.2. Vanhempien kokema syyllisyys

Toisena tutkimuskysymyksenä oli, raportoivatko vanhemmat syyllisyyttä, jos he eivät täytä omia tai koettuja yhteiskunnan ihanteita. Ensin tarkasteltiin, missä määrin vanhemmat kokivat täyttävänsä omia ja yhteiskunnan ihanteita ja minkä verran he raportoivat syyllisyyttä siitä, miten he täyttävät omat ja yhteiskunnan asettamat ihanteet (kuva 5). Vastaajista 52 % koki, ettei ole ihanteidensa mukainen vanhempi, kun taas 65 % koki, ettei toimi yhteiskunnan odottamalla tavalla. Vanhempien kokemaa syyllisyyttä arvioitiin erikseen omien ja yhteiskunnan ihanteiden täyttymättömydestä. Heitä pyydettiin arvioimaan syyllisyyden määrää, mikäli he raportoivat täyttäneensä ihanteet 80-prosenttisesti tai sen alle. Johdonmukaisuuden varmistamiseksi analysoinnissa kunkin kysymyksen kohdalla otettiin mukaan vain ne vastaajat, jotka olivat noudattaneet tätä ohjetta. Syyllisyyttä koettiin keskimäärin enemmän omien ihanteiden täyttymättömydestä kuin yhteiskunnan ihanteiden täyttymättömydestä. Sukupuolten välillä ei ollut eroa omien ($U = 65990$, $p = .47$) tai

koettujen yhteiskunnan ($U = 53832$, $p = .52$) ihanteiden täyttämässä (kuva 5, 1a ja 1b), mutta sukupuolten välillä oli ero siinä, kuinka paljon he kokivat syyllisyyttä omien ihanteiden ($U = 31081$, $p = .01$) (kuva 5, 1b) ja yhteiskunnan ihanteiden (kuva 5, 2b) täyttymättömyydestä ($U = 20244$, $p = .001$). Miehet kokivat vähemmän syyllisyyttä omien ja yhteiskunnan asettamien ihanteiden täyttymättömyydestä kuin naiset.



KUVA 5. Omien ja yhteiskunnan ihanteiden toteutumisen ja syyllisyyden kokemisen keskiarvot sukupuolittain. Sukupuolten eroja tutkittu Mann Whitney U -testillä. 1a = omien ihanteiden täytyminen, 1b = koettu syyllisyys omien ihanteiden täyttymättömyydestä, 2a = yhteiskunnan ihanteiden täytyminen, 2b = koettu syyllisyys yhteiskunnan ihanteiden täyttymättömyydestä. Naiset $n = 728-1324$, miehet $n = 43-104$. *** $p \leq .001$

Tulokset ihanteiden täyttämisen yhteydestä koettuun syyllisyyteen on esitetty taulukossa 3. Tulokset osoittivat, että vanhemman kokemus siitä, oliko hän omien ihanteidensa mukainen vanhempi, oli negatiivisesti yhteydessä raportoituun syyllisyyteen niillä, jotka raportoivat täyttävänsä vanhemmuuden ihanteet alle 80-prosenttisesti: mitä paremmin vanhempi koki täyttävänsä omat ihanteensa, sitä vähemmän hän raportoi kokevansa siitä syyllisyyttä. Vanhemman raportoima kokemus siitä, toimiiko hän yhteiskunnan odotusten mukaisesti, ei ollut merkitsevästi yhteydessä syyllisyyden kokemiseen. Toisaalta vanhemman kokemus siitä, oliko hän omien ihanteidensa mukainen vanhempi, oli merkitsevästi yhteydessä siihen, raportoiko vanhempi syyllisyyttä siitä, ettei toiminut yhteiskunnan ihannevanhemman odotusten mukaisesti: mitä huonommin vanhempi koki täyttävänsä omat ihanteensa, sitä enemmän hän raportoi syyllisyyttä

ihanteiden täyttämättömydestä. Syyllisyys siitä, ettei vanhempi kokenut olevansa omien ihanteidensa mukainen vanhempi korreloi tilastollisesti merkitsevästi myös raportoidun syyllisyyden yhteiskunnan ihanteiden täyttämättömyyden kanssa; mitä enemmän vanhempi koki syyllisyyttä omien ihanteidensa täyttämättömydestä, sitä enemmän hän raportoi syyllisyyttä yhteiskunnan ihanteiden täyttämättömydestä.

TAULUKKO 3. Ihanteiden toteutumisen yhteys koettuun syyllisyyteen (Spearmanin korrelaatiokerroin)

	Omien ihanteiden toteutuminen	Koettu syyllisyys omiin ihanteisiin liittyen	Yhteiskunnan ihanteiden toteutuminen	Koettu syyllisyys yhteiskunnan ihanteisiin liittyen
Omien ihanteiden toteutuminen	1	-.36***	.37***	-.27***
Koettu syyllisyys omien ihanteiden täyttämättömydestä	-.36***	1	-.10**	.56***
Yhteiskunnan ihanteiden toteutuminen	.37***	-.10**	1	-.03
Koettu syyllisyys yhteiskunnan ihanteisiin liittyen	-.27***	.56***	-.03	1

** $p < .01$, *** $p < .001$. $N = 559 - 1296$.

3.3. Koetun syyllisyyden yhteys vanhemmuuden uupumukseen

Tarkasteltaessa syyllisyyden yhteyttä uupumukseen koko ryhmällä vanhemmuuden uupumus oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä koettuun syyllisyyteen omien ($\rho = .50$, $p < .001$) ja

yhteiskunnan ihanteiden ($\rho = .37, p < .001$) täyttymättömyydestä. Tarkasteltaessa yhteyksiä erikseen naisille ja miehille havaittiin, että naisilla vanhemmuuden uupumuksen yhteys pysyi tilastollisesti merkitseväenä sekä omien ($\rho = .51, p < .001$) että yhteiskunnan ($\rho = .37, p < .001$) ihanteiden täyttymättömyydestä. Miehillä vanhemmuuden uupumuksen yhteys omien ihanteiden täyttymiseen oli tilastollisesti merkitsevä ($\rho = .40, p < .002$), kun taas yhteys yhteiskunnan asettamien ihanteiden täyttymiseen ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\rho = .30, p = .05$). Naisten ja miesten korrelaatiokertoimien välillä ei ollut tilastollisesti merkitsevää ero, kun niitä verrattiin Fisherin Z -testillä.

4. POHDINTA

Tämän tutkimuksen ensimmäisenä tarkoituksena oli selvittää suomalaisten vanhempia käsityksiä ihannevanhemman ominaisuuksista omasta ja yhteiskunnan näkökulmasta. Tulokset osoittivat, että isien ja äitien käsitykset ihannevanhemmuudesta olivat suurimmalta osin samoja, mutta ne erosivat jonkun verran koetuista yhteiskunnan ihanteista: vanhempien kokemien yhteiskunnan odotuksiin liittyvien suurimpien luokkien joukkoon nousivat *epäitsekäs, urasuuntautunut ja kouluttautunut, varakas, kotitaloustaitoinen ja ahkera sekä epärealistiset odotukset*, jotka eivät esiintyneet vanhempien omien ihanteiden joukossa. Toinen tutkimuksen tavoite oli tutkia kokevatko vanhemmat syyllisyyttä, jos eivät koe täyttävänsä omia tai koettuja yhteiskunnan ihanteita. Tuloksista kävi ilmi, että vanhemmat kokivat syyllisyyttä sitä enemmän, mitä huonommin he toteuttivat itseasettamansa vanhemmuuden ihanteita, mutta yhteyttä yhteiskunnan ihanteiden täyttämisen ja siitä koetun syyllisyyden välillä ei ollut. Kolmantena tutkimuksen tavoitteena oli ihanteiden täyttymättömyyteen liittyvän koetun syyllisyyden yhteyttä vanhemmuuden uupumukseen. Tuloksista kävi ilmi, että näiden välillä oli merkitsevä yhteys. Äidit kokivat sitä enemmän vanhemmuuden uupumusta, mitä enemmän he raportoivat syyllisyyttä omien ja koettujen yhteiskunnan ihanteiden täyttymättömyydestä. Isien kohdalla yhteys oli vain omien ihanteiden täyttymättömyyden ja vanhemmuuden uupumuksen välillä.

4.1 Vanhempien ihanteet

Tämän tutkimuksen ensimmäisenä tavoitteena oli tutkia, millaisia käsityksiä vanhemmilla on ihanneäidin ja -isän ominaisuuksista nykypäivän Suomessa. Ihannevastausten ja niistä muodostettujen luokkien perusteella voidaan havaita, että vanhemmat olivat pääosin yhtä mieltä siitä, millaisia ihanneäiti ja -isä ovat. Tämä näkyi tuloksissa siten, että molempien sukupuolten vastausten perusteella samat luokat nousivat suurimpien kymmenen luokan joukkoon, vaikkakin ihanneluokkien suuruuksissa oli joitain tilastollisesti merkitseviä eroja riippuen vastaajan sukupuolesta. Vastauksissa painottuivat vanhemman luonteenpiirteet, kuten rakastava ja kärsivällinen sekä vanhemmuuden toimet, kuten läsnäolo ja kurinpito. Isien vastauksissa oli yleisesti havaittavissa enemmän hajaannusta kuin äitien vastauksissa, mikä saattaa johtua isien

pienestä määrästä. Tuloksista voidaan päätellä, että äidit ja isät pitävät vanhemmuudessa samanlaisia asioita tärkeinä, mutta sukupuolten välillä on painotuseroja.

Läsnä oleva nousi suurimmaksi luokaksi äitien kokemissa yhteiskunnan odotuksissa ihanneisälle, kun kaikissa muissa osioissa suurimpana luokkana oli *rakastava*. Äitien vastausten perusteella *läsnä oleva* -luokka nousi kolmanneksi suurimmaksi kysyttäessä ihanneisän piirteitä, mutta ihanneäitien ominaisuuksia kysyttäessä, se jäi viidenneksi suurimmaksi luokaksi. Äideistä kuitenkin isiä suurempi osuus raportoi yhteiskunnan odottavan heiltä ominaisuuksia, jotka kategorisoitiin *läsnä oleva* -luokkaan. Äidin läsnäoloa saatetaan pitää itsestään selvyyttenä, kun taas isän läsnä oloon kiinnitetään enemmän huomiota, mikä voi selittää, miksi se korostuu ihanneisän ominaisuuksissa. Toisaalta läsnäolo korostui varsinkin äitien vastauksissa koetuissa yhteiskunnan odotuksissa, mikä voi johtua siitä, että pääasiassa äidit jäävät lapsen kanssa kotiin ja tuntevat siitä painetta isiä enemmän. Isät nostavat äitejä useammin *opastava*-luokkaan kuuluvan vastauksen ihanneisän piirteeksi. Opastaminen voi liittyä läsnäolon ihanteeseen: isiltä odotetaan aktiivista aikaa lapsen kanssa, eikä vain passiivista kotona olemista. Toisin sanoen voidaan ajatella, että nykypäivänä ihannoidaan isää, joka opastaa lasta ja touhuaa tämän kanssa aktiivisesti sekä on hyvänä esimerkkinä tälle.

Itsestä huolehtiva -luokkaan kuuluvia ominaisuuksia isät pitivät tilastollisesti merkitsevästi tärkeimpinä ihanneäidille, kuin äidit. Tämä tulos saattaa johtua siitä, että äidit keskittyvät äitiyteen itsestään huolehtimisen kustannuksella, jonka isät huomaavat äitejä paremmin. Äidit eivät ehkä itse huomaa tai pitävät itsestään selvyyttenä itsestä huolehtimisen vähentymistä lapsen hankinnan jälkeen. Tähän tulokseen voi ajatella liittyvän myös se, että vanhemmat mainitsivat yhteiskunnan odottavan epäitsekkyyttä äideiltä, mutta kysyttäessä koettuja yhteiskunnan ihanteita isiltä, se ei noussut kymmenen suurimman luokan joukkoon. Voi olla, että äitien odotetaan omistautuvan perheelleen, jopa itsensä kustannuksella, kun taas isän odotetaan jatkavan myös omaa elämäänsä, kuten töissä käyntiä, perheen perustamisen jälkeen. *Kärsivällisyys*-luokkaan kuuluvia vastauksia puolestaan äidit odottivat isiä tilastollisesti merkitsevästi enemmän ihanneäidiltä. Ihanneisien kohdalla ero ei ollut tilastollisesti merkitsevä, mutta suunta oli sama. On mahdollista, että äidit viettävät enemmän aikaa kotona lasten- ja kodinhoidon parissa ja siten kohtaavat enemmän kärsivällisyyttä vaativia tilanteita, mikä saa heidät arvostamaan hyviä hermoja isiä enemmän.

Aiemman teorian pohjalta ajatellaan, että eri kulttuureissa on erilaisia vanhemmuuden ihanteita ja lisäksi eri kulttuurien sisältä löytyy erillisiä, jopa keskenään ristiriitaisia ihanteita (Phoenix, Woollett, & Lloyd, 1991). Tämä tutkimus antoi aiempien tutkimusten (Lupton, 2000; Perälä-Littunen, 2004; Brown, Small, & Lumley, 1997) lisäksi vahvistusta siihen, että länsimaaisessa kulttuurissa ihannoidaan samankaltaisia vanhemmuuden piirteitä, vaikkakin koetut yhteiskunnan ihanteet olivat keskenään ristiriitaisia. Jatkossa olisikin mielenkiintoista tutkia ihannevanhemmuutta

eri kulttuureissa, verraten esimerkiksi länsimaisten ja itämaisten kulttuurien ihanteita. Myös ihanne isyyttä tulisi tutkia jatkossa lisää: tämä tutkimus valottaa isien näkemyksiä osaltaan, mutta miesten osuus vastauksista oli edelleen pieni. Jatkossa olisikin tärkeää motivoida miehiä osallistumaan aktiivisemmin tutkimuksiin, jotta heidän käsityksistään ja kokemuksistaan saataisiin enemmän tietoa ja tuloksia voisi paremmin verrata sukupuolten välillä.

4.2 Erot vanhempien ja yhteiskunnan ihanteiden välillä

Vanhempien omien ihanteiden lisäksi, tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää heidän näkemyksiään yhteiskunnan odotuksista ihanneäidille ja -isälle. Tulosten mukaan vanhempien omien sekä heidän kokemiensa yhteiskunnan odotusten välillä oli havaittavissa eroja. Vanhempien kokemien yhteiskunnan ihanneäitien ominaisuuksia koskevien luokkien joukkoon nousivat *urasuuntautunut ja kouluttautunut, kotitaloustaitoinen, ahkera ja epäitsekes,* jotka eivät esiintyneet omiin ihanneäidin ominaisuuksia kuvaavien suurimpien luokkien joukossa. Vanhemmat vaikuttavat kokevan yhteiskunnan ihannoivan lapsilleen uhrautuvaa ja kodista huolta pitävää äitiä, joka käy samalla töissä ja etenee urallaan.

Tavallisesti äitiyteen on liitetty korkeitakin odotuksia (Rotkirch, 2009). Äideiltä on vaadittu superäitiyttä, jossa heidän on odotettu ottavan päävastuun kaikissa lastenhoitoon liittyvissä tehtävissä (Grant, 1998; Pleck & Pleck, 1997). Tämä näkyy jatkuvan koetuissa yhteiskunnan asettamissa ihanteissa, mutta ei näy omista ihanteista, jotka tämän kokoisessa aineistossa heijastavat yhteiskunnan todellisia ihanteita. Lisäksi nykyään yhteiskunnallisten muutosten myötä työssäkäynti nähdään isien lisäksi äitien velvollisuutena (Ünüvar, 2011). Tämän tutkimuksen tuloksissa on nähtävissä yhtenevästi aiempaan teoriaan liittyen, että vanhemmat kokevat yhteiskunnan odottavan äidiltä kykyä toimia erilaisissa, toisaalta ristiriitaisissakin rooleissa: äidin odotetaan uhrautuvan lapsilleen, mutta toisaalta etenevän myös omalla urallaan. Sen sijaan vanhempien omiin ihanteisiin liittyvien suurimpien luokkien välillä on havaittavissa vähemmän roolien välisiä ristiriitoja. Vanhempien näkemykset siitä, mitä he itse ihannoivat ovat yhtenevämpiä, kuin mitä he ajattelevat yhteiskunnan odottavan heiltä.

Samoin kuin tuloksissa ihanneäitiyteen liittyen, myös vanhempien isään liittyvien omien ja koettujen yhteiskunnan ihanneodotusten välillä oli havaittavissa joitakin eroja. Tuloksissa vanhempien kokemien yhteiskunnan odotuksiin liittyvien suurimpien luokkien joukkoon nousivat *urasuuntautunut ja kouluttautunut, varakas, kotitaloustaitoinen, ahkera sekä epärealistiset*

odotukset vanhemmalle, jotka eivät esiintyneet vanhempien omissa ihanneisäkäsityksiin liittyvissä suurimmissa luokissa. Vanhemmat eivät siis itse pidä isän uraa ja vaurautta tärkeinä ominaisuuksina, mutta kokevat yhteiskunnan odottavan niitä. Tämä ero saattaa liittyä siihen, että perinteisesti isä on nähty perheen elättäjänä ja jäänteitä tästä ajattelusta on yhä nähtävissä yhteiskunnassamme: esimerkiksi isyysloma on huomattavasti äitiyslomaa lyhyempi ja odotusarvoista on, että äiti jää lapsen kanssa kotiin, kun isä käy töissä. Toisaalta omissa ihanteissa isän elättäjän rooli on itsestään selvyys ja tausta-ajatus, jota ei haluta tuoda julki vallitsevassa tasa-arvoisen vanhemmuuden keskustelussa.

Miksi edellä mainitut luokat eivät nousseet vanhempien omiin isän ihanteisiin liittyvien suurimpien luokkien joukkoon, voi johtua siitä, että vanhemmat toivoisivat isien osallistuvan lastenhoitoon enemmän sekä henkisesti että fyysisesti ja toivovat muutosta tasavertaisempaan vanhemmuuteen. Toisaalta tässä valossa mielenkiintoista on, miksei *kotitaloustaitoinen*-luokka noussut omiin ihanteisiin, vaan yhteiskunnan ihanteisiin. On mahdollista, ettei sitä kuitenkaan pidetä henkilökohtaisesti niin tärkeänä, kuin esimerkiksi lastenhoitoa ja kasvatusta tai ehkä sen osalta kumppanit ovat jo tasavertaisempia. Yhteiskunnallisiin ihanteisiin kotitaloustaidot kuitenkin nousivat, mikä voi liittyä suuriin odotuksiin isän aktiivisuudesta ja ahkeruudesta sekä töissä että kotona. Toisaalta vastaajia voi jakaa kokemus yhteiskunnan odotuksista isälle: toiset kokevat odotettavan urasuuntautunutta ja kouluttautunutta isää ja toiset kotona olevaa aktiivista isää. Samoin kuin ihanneäitiyteen liittyvissä tuloksissa, myös vanhempien omiin ihanneisäkäsityksiin liittyvät luokat olivat keskenään yhteneväisempiä kuin koetut yhteiskunnan ihanteet ja liittyivät pääasiassa lastenhoitoon ja kasvatukseen.

Todennäköisesti omat ihanteet kertovat toiveista omaan vanhemmuuteen liittyen, kun taas koetut yhteiskunnan ihanteet heijastavat millaisen kuvan media antaa ihannevanhemmuudesta. Tämän kokoisella aineistolla kuitenkin vanhempien raportoimat omat ihanteet heijastavat todellisia yhteiskunnan ihanteita. Suurempi hajonta yhteiskuntaan liittyvissä vastauksissa voi johtua siitä, että yhteiskunta on moninainen käsite ja siihen liitetään sekä perinteisempiä, että nykyaikaisempia tekijöitä. Esimerkiksi tutkittavien ikä ja siten heidän kokemuksensa eri vuosikymmenten vanhemmuudesta saattoi vaikuttaa siihen, millaisia yhteiskunnallisia ihanneominaisuuksia he vastasivat. Lisäksi hajaannusta voi aiheuttaa asennoituminen yhteiskunnan odotuksia kohtaan. Yhteiskunnan ihanneodotusten listoille molemmilla sukupuolilla nousi luokittelemattomat vastaukset, joiden suuri määrä selittää huumorilla tai sarkastisesti annetut vastaukset, kuten ”*jos et ole ituhippi, et voi olla isä*”. Epärealistisia odotuksia, kuten ”*kaikkivoipa*”, ilmeni ainoastaan yhteiskunnan odotuksissa, mikä kertoo myös asenteista yhteiskunnan odotuksia kohtaan. Vanhemmat lähtökohtaisesti ajattelevat, että yhteiskunta odottaa mahdottomia - vähintään täydellisyyttä - kaikilla elämän osa-alueilla.

4.3 Täyttymättömien ihanteiden aiheuttama syyllisyys ja vanhemmuuden uupumus

Tutkimuksen toisena tavoitteena oli tarkastella, kokevatko vanhemmat syyllisyyttä asettamiensa ihanteiden täyttymättömyydestä ja onko koettu syyllisyys yhteydessä vanhemmuuden uupumukseen. Tulosten mukaan, vanhempien omien ihanteiden toteuttaminen oli negatiivisesti yhteydessä siitä koettuun syyllisyyteen, mutta yhteyttä yhteiskunnan ihanteiden toteuttamisen ja siitä koetun syyllisyyden välillä ei ollut. Vanhempien kokema syyllisyys koettuihin yhteiskunnan odotuksiin oli kuitenkin positiivisesti yhteydessä syyllisyyden kokemukseen omien ihanteiden täyttymisestä. Diskrepanssiteorian (Higgins, 1987) mukainen yhteys löytyi siis omien ihanteiden toteuttamisen ja koetun syyllisyyden välillä: mitä suuremmaksi henkilö kokee eron itsensä ja ihanneminän välillä, sitä vahvempi on syyllisyyden tunne. Tulos on linjassa aikaisemman tutkimuksen syyllisyyden ja äitiyteen liittyvän diskrepanssin välillä (Liss ym., 2013). Syyllisyys on aikaisemmassa kirjallisuudessa liitetty vahvasti vanhemmuuteen ja sitä on tutkittu sekä äideillä että isillä, mutta huomattavasti vähemmän isillä (Seagram & Daniluk 2002; Sutherland, 2010; Wall, 2010; Machin, 2015). Tässä tutkimuksessa molemmat sukupuolet raportoivat syyllisyyden kokemuksia, mutta äidit kokivat sitä merkitsevästi enemmän niin omien kuin yhteiskunnan asettamien ihanteiden täyttymättömyydestä.

Tulosta voi tarkastella evolutiivisesta näkökulmasta, jonka mukaan syyllisyyden kokeminen on varmistanut tarpeellisen hoivan lapselle (Rotkirch, 2009). Tässä tutkimuksessa saatu tulos voi viitata siihen, että evolutiivisesti äitien panostaminen hoivaan on ollut merkittävämpää lapsen selviytymisen kannalta, kuin isien. Toisaalta sen voi tulkita niin, että syyllisyyden kokemus on äideillä parantanut hoivan laatua, mutta ei ole vaikuttanut isien hoivan laatuun. Toisaalta tässä tutkimuksessa todettiin syyllisyyden yhteys vanhemmuuden uupumukseen, joka on yhteydessä lapsen laiminlyöntiin ja kaltoinkohteluun (Mikolajczak ym., 2018). On mahdollista, että syyllisyys on vaikuttanut positiivisesti hoivan laatuun aikoinaan sitouttamalla vanhemman lapseen, mutta nykyaikana syyllisyyteen reagoidaan eri tavalla kuin ihmislajin alkuaikoina. Muutos syyllisyyden yhteydestä hoivan laatuun voi selittyä uupumuksella; syyllisyys on hyödyllistä hoivalle, mikäli sitä ei ole niin paljoa, että se uuvuttaisi vanhemman. Vanhemmuuden uupumus on suhteellisen uusi ilmiö ja sen syntyyn on ajateltu vaikuttaneen täydellisyyden tavoittelu pienemmillä resursseilla (Roskam ym., 2017). Saattaa olla, että nykyaikana tavoiteltava vanhemmuuden taso on korkeampi kuin ennen ja syyllisyyttä koetaan tilanteessa, jossa vanhemman panostus hoivaan on jo hyvä, mikä altistaa uupumukselle.

Miksi yhteiskunnan ihanteiden toteuttaminen ei ollut yhteydessä siitä koettuun syyllisyyteen? Ristiriitaiselta vaikuttavaa tulosta saattaa selittää kapina-asenne yhteiskunnan ihanteita kohtaan – henkilö, joka ei koe täyttävänsä yhteiskunnan ihanteita, mutta pitää niitä epärealistisina tai itselleen sopimattomina, ei myöskään koe syyllisyyttä siitä, ettei täytä niitä. Toisaalta tulos voi kertoa siitä, että yhteiskunnan asettamien ihanteiden heikosta täyttämisestä koetun syyllisyyden määrä riippuu enemmän henkilön taipumuksesta kokea syyllisyyttä ylipäänsä; syyllisyyttä paljon kokeva yksilö kokee sitä myös vanhemmuuteen liittyen – koki hän täyttävänsä yhteiskunnan odotuksia tai ei.

Syyllisyyden kokemisen omien ja yhteiskunnan asettamien ihanteiden täyttymättömyydestä yhteyttä vanhemmuuden uupumukseen tutkittiin tietääksemme ensimmäistä kertaa. Yhteys vanhemmuuden uupumukseen oli tilastollisesti merkitsevä tarkasteltaessa koko joukkoa. Tarkasteltaessa äitejä ja isiä erikseen, äideillä yhteydet säilyivät tilastollisesti merkitsevinä, mutta isillä yhteys säilyi tilastollisesti merkitseväenä vain syyllisyyden kokemisen omien ihanteiden täyttymättömyydestä ja vanhemmuuden uupumuksen välillä, mihin voi vaikuttaa isien pieni määrä suhteessa äiteihin. Toisaalta voi ajatella, että isille yhteiskunnan aiheuttamat paineet eivät heijastu yhtä vahvasti hyvinvointiin ja heillä on äiteihin verrattuna yhteydeltä suojaavia tekijöitä. Syyllisyys siitä, ettei koe täyttävänsä vanhemmuuden ihanteita näyttää kuitenkin olevan tilastollisesti merkitsevässä yhteydessä vanhemmuuden uupumukseen ja lisätutkimusta kaivataan yhteyden suunnasta ja yhteyteen vaikuttavista tekijöistä. Voimakkaampi syyllisyyden kokemus siitä, ettei täytä omia tai yhteiskunnan asettamia vanhemmuuden ihanteita voi olla altistava tekijä vanhemmuuden uupumukselle tai voi olla, että vanhemman kokema uupumus lisää syyllisyyden kokemuksia.

Miten uupuneita vanhempia voidaan tukea? Interventioita uupuneille vanhemmille on tärkeä kehittää, sillä vanhemmuuden uupumuksella on todetusti vakavia seurauksia niin vanhemmalle, parisuhteelle kuin lapselle (Mikolajczak & Roskam, 2018). Vanhemman jaksamista tukevina tekijöinä Mikolajczak ja Roskam (2018) pitävät kaikkia tekijöitä, jotka laskevat vanhemman stressiä. Tällaisia ovat heidän mukaansa esimerkiksi vanhemman itsemyötätunto, toimivat kasvatusmenetelmät, korkea emotionaalinen älykkyys, vapaa-aika, ulkoinen tuki, positiivinen yhteisvanhemmuus ynnä muut vastaavat. Toisin sanoen uupumusta ei ehkäise riskien puute, vaan riskien vastakohtat (Mikolajczak & Roskam, 2018). Esimerkiksi riitojen puute ei tarkoita tyytyväisyyttä parisuhteeseen tai toimimattomien kasvatusmenetelmien puute ei tarkoita hyvien kasvatusmenetelmien käyttämistä. Mikolajczak ja Roskam (2018) korostavatkin riski- ja voimavaratekijöiden tasapainoa – tai epätasapainoa niin, että voimavaratekijät korostuvat riskitekijöihin verrattuna. Tämän tutkimuksen valossa olisi perusteltua tutkia myös syyllisyyden vähentämiseen tähtäävien interventioiden vaikutusta vanhemmuuden uupumukseen. Esimerkiksi itsemyötätunnon on todettu olevan yhteydessä henkiseen hyvinvointiin. (Finlay-Jones, Rees &

Kane, 2015; Neff & Faco, 2014; Neff, Hseih & Dejithirat, 2005; Raes, 2010). Itsemyötätuntointerventioiden on todettu lisäävän hyvinvointia, esimerkiksi vähentämällä masentuneisuutta, murehtimista ja stressiä sekä parantamalla fysiologista reagoitua stressiin (Arch ym., 2014; Neff & Germer, 2013; Shapira & Mongrain, 2010; Smeets ym., 2014).

4.4 Tulokset yhteiskunnallisessa kontekstissa

Tämän tutkimuksen tuloksissa oli yhteneväisyyksiä Perälä-Littusen (2004) 1990-luvun tutkimustulosten kanssa. Molemmissa tutkimuksissa vanhemmat odottivat ihanneäidiltä ja -isältä rakkautta lasta kohtaan, yhteistä aikaa, kärsivällisyyttä, tukea, kuuntelutaitoja, neuvonantoa, kontrollia, rehellisyyttä, oikeudenmukaisuutta ja esimerkin näyttämistä. Yksittäisenä erona oli, että Perälä-Littusen tutkimuksessa *vastuuntuntoa* odotettiin vain isältä, kun tässä tutkimuksessa sitä vastaava *luotettava*-luokka esiintyi molemmilla sukupuolilla. Huomattava ero oli myös elättämisen nouseminen ihanneisän ominaisuudeksi Perälä-Littusen (2004) tutkimuksessa. Tässä tutkimuksessa se ei noussut vanhempien omien ihanteiden joukkoon, vaan ainoastaan koettuihin yhteiskunnan ihanteisiin isälle. Taustalla voi olla, että vanhemmat peilaavat koettuja yhteiskunnan ihanteita menneisiin vanhemmuuden ihanteisiin. Molemmissa tutkimuksissa vastaajien ihannevastaukset on luokiteltu, mutta luokkien sisällöt eivät ole täysin yhteneviä, mikä rajoittaa tulosten suoraa tulkintaa. (Perälä-Littusen luokat liitteessä 5.).

Tästä voimme päätellä, etteivät suomalaisten vanhempien näkemykset ihannevanhemmuudesta ole muuttuneet vuosikymmenien aikana. Tutkimuksia verratessa on mielenkiintoista pohtia, miten suomalainen yhteiskunta on muuttunut kahdessakymmenessä vuodessa, ja miksi tämä muutos ei heijastu vanhemmuuden ihanteisiin. Perälä-Littusen (2004) tutkimuksessa ei eroteltu koettuja yhteiskunnallisia ihanteita, joten on mahdollista, että muutosta on tapahtunut koetuissa näissä ihanteissa. Yhteiskunnan ihanteita heijastavat näin suuressa aineistossa vastaajien omat ihanteet, kun taas vastatut yhteiskunnan ihanteet kartoittavat ennemminkin koettuja yhteiskunnan asenteita ja odotuksia. Isän roolissa on tapahtunut selvempi asenteiden muutos, kuin äidin roolissa, ja muutosta isyyden asenteissa on ollut havaittavissa jo useina vuosikymmeninä; osallistuvaa isyyttä on tutkittu uutena ilmiönä jo 1980-luvulla (LaRossa, 1988). Mielenkiintoista on, että varsinkin isyyden muuttumisesta puhutaan paljon, mutta vanhempien ihanteet pysyvät silti samankaltaisina vuodesta toiseen. Osallistuvasta isyydestä on keskusteltu jo yli 40 vuotta. Yhä keskiössä ovat korkeat odotukset isän läsnä olemisesta ja toisaalta elättäjän roolista. Miesten naisia korkeammasta

keskimääräisestä palkkatasosta johtuen, äidit jäävät kotiin lapsen kanssa useammin uhraten uravuosiaan lasten hoitoon. Teoriassa taloudellisesti tasa-arvoinen vanhemmuus on mahdollista näin ollen ainoastaan tilanteissa, jossa molempien vanhempien rahallinen tappio kotiin jäämisestä olisi perheelle yhtä suuri.

Luptonin (2000) 1990-luvun tutkimuksessa australialaiset äidit raportoivat ihanneäidin keskeisiksi ominaisuuksiksi rakkauden osoittaminen lapselle sekä lapsen hyväksyminen sellaisena kuin hän on. Toinen painopiste oli hyvän äidin ominaisuuksissa, joita olivat epätietoisuus, kärsivällisyys ja tunteidensäätelykyky. Tulokset olivat saman suuntaisia ihanneäitien osalta tämän tutkimuksen tulosten kanssa. Ristiriidassa tämän tutkimuksen kanssa olivat äitien raportoimat ihanneisän piirteet. Heidän mielestään ihanneisä oli tukena ja apuna lapsen kanssa sekä ymmärsi äidin väsymystä ja pienempää panostusta kotitöihin. Luptonin (2000) tutkimuksessa äidit eivät pitäneet isän roolia lapsen hoidossa yhtä tärkeänä kuin äitien vaan olettivat ja hyväksyivät, että isän täytyy huolehtia elannosta. Nämä tulokset eriyvät tämän tutkimuksen tuloksissa, jossa ihanneisän ja -äidin ominaisuudet olivat samankaltaisia ja erityisesti isän läsnäoloa korostettiin. Eriävään tulokseen voi vaikuttaa niin kulttuurillinen kuin ajallinenkin ero tutkimusten välillä. Lisäksi Luptonin (2000) tutkimuksessa haastateltiin vain 25 äitiä, eikä isiä ollut mukana tutkimuksessa ollenkaan.

4.5 Tutkimuksen vahvuudet ja rajoitukset

Yhtenä tutkimuksen rajoituksena oli sukupuolten suuri ero otoskoossa. Naisia oli noin kymmenkertainen määrä miehiin verrattuna, mikä hankaloitti naisten ja miesten välistä vertailua. Vahvuutena voidaan kuitenkin pitää sitä, että vastaajista isiä oli kuitenkin yli sata, mikä on huomattava määrä miesvastaajia verrattuna muihin vanhemmuutta käsitteleviin tutkimuksiin. Tutkimuksen vahvuutena oli ylipäänsä korkea osallistujamäärä.

Toinen aineistoon liittyvä rajoitus oli, ettei vanhempien koulutustausta tutkimusaineistossa vastannut väestötasoa. Korkeakoulutettuja oli huomattavasti enemmän, mikä voi vääristää tuloksia. Jatkossa olisi mielenkiintoista tutkia eroja eri koulutusasteiden ihanteissa. Tuloksiin saattaa myös vaikuttaa sen koontitapa: internetissä jaettuun kyselyyn ovat luultavasti vastanneet motivoituneet ja asiasta kiinnostuneet vanhemmat tai henkilöt, jota vanhemmuuden uupumus jollain tavalla koskettaa. Tuloksia yleistettäessä tulee myös huomioida, että syyllisyyttä tutkiessa pyydettiin vastamaan kysymykseen vain, jos täytti mielestään 80-prosenttisesti asettamansa ihannevanhemman

ominaisuudet. Toisin sanoen tämän aineiston koettua syyllisyyttä ja vanhemmuuden uupumusta koskevia tuloksia ei voi yleistää koko väestöön, vaan vanhempiin, jotka eivät koe täyttävänsä täysin vanhemmuuden ihanteita. Tutkimus antaa kuitenkin kuvan siitä, että mitä enemmän vanhemmat, jotka eivät koe täyttävänsä täysin vanhemmuuden ihanteita, raportoivat syyllisyyttä vanhemmuuden ihanteiden täyttymättömyydestä, sitä enemmän he raportoivat myös vanhemmuuteen liittyvää uupumusta. Tulevaisuudessa tulisi tutkia syyllisyyden kokemusta myös vanhemmilta, jotka kokivat täyttävänsä vanhemmuuden ihanteet, jotta saataisiin kattavampi käsitys vanhemmuuteen liittyvästä syyllisyyden kokemisesta.

Teemoittelevassa tutkimuksessa täytyy ottaa huomioon luokkien muodostamisen tulkinnan varaisuus. Luokkien muodostaminen vaatii tasapainottelua luokkien määrän ja kuvaavuuden välillä. Luokittelu sisältää myös aina vastausten tulkintaa: esimerkiksi ”leikkisä” sanan voi tulkita kuuluvan *huumorintajuinen*- tai *läsnä oleva* -luokkaan, sen perusteella, katsooko sen liittyvän enemmän luonteenpiirteeseen kuin konkreettiseen leikkimiseen lapsen kanssa. Tässä tutkimuksessa pyrittiin kuitenkin ottamaan tämä huomioon käyttäen kahta eri luokittelijaa ja arvioimalla luokittelun reliabiliteettia ulkopuolisen arvioitsijan avulla.

4.6 Yhteenveto

Tässä tutkimuksessa selvitettiin suomalaisvanhempien vanhemmuuden ihanteita ja huomattiin, että sukupuolten välillä oli lähinnä painotuseroja omiin ihanteisiin liittyen. Isän läsnäolon korostaminen voi liittyä vanhempien kokemukseen vanhemmuuden taakan epätasaisesta jakautumisesta. Vanhemmuuden taakan jakautumista tulee huomioida vanhemmuuden uupumista tutkittaessa sekä yhteiskunnallisissa perheitä koskevissa päätöksissä. Toinen merkittävä löydös oli, että koetut yhteiskunnan asettamat ihanteet erosivat vastaajien omista ihanteista, ja vastatuimpien luokkien joukkoon nousi keskenään ristiriitaisia luokkia, kuten *läsnä oleva* ja *urasuuntautunut & kouluttautunut*. Tämän voidaan nähdä viestivän siitä, että ihmiset kokevat yhteiskunnan odotukset ristiriitaisiksi. Osin ristiriitaisia vastauksia voi selittää vastaajien jakautuminen suhteessa kokemuksiinsa yhteiskunnan odotuksiin. Toisin sanoen osa vanhemmista saattoi kokea yhteiskunnan odottavan esimerkiksi lapsen kanssa ajanviettoa ja toinen osa urasuuntautuneisuutta. Kuitenkin tulee huomioida, että vanhemmat kokivat enemmän syyllisyyttä omien ihanteidensa kuin koettujen yhteiskunnan ihanteiden täyttymättömyydestä.

Tässä tutkimuksessa osoitettiin vanhempien kokeman syyllisyyden liittyvän keskeisesti vanhemmuuden uupumukseen. Vanhemmuuden uupumuksella voi olla vakavia seurauksia niin vanhemman kuin lapsen hyvinvoinnille. Sen on osoitettu olevan merkittävä riskitekijä vanhempien kasvatustehtävän laiminlyömiselle ja esimerkiksi lasten kaltoinkohtelulle sekä lisäävän vanhempien itsemurha-ajatuksia (Mikolajczak, ym., 2018). Vanhempien kokemaa syyllisyyttä vähentäviä interventioita olisi hyvä kehittää ja niiden vaikuttavuutta vanhemmuuden uupumukseen sekä siitä aiheutuviin negatiivisiin seurauksiin tutkia. Tämä tutkimus viittaa siihen, että vanhempien syyllisyyden vähentämiseen tähtäävillä toimilla voitaisiin mahdollisesti vähentää vanhempien uupumusta.

LÄHTEET

- Adams, M. (2015). Motherhood: A discrepancy theory. *Research and Theory for Nursing Practice*, 29(2), 143-157.
- Ambert, A.M. (1994). An international perspective on parenting: Social change and social constructs. *Journal of Marriage and the Family*, 56(3), 529-43.
- Alasuutari, P. (2012). *Laadullinen tutkimus 2.0*. Tampere: Vastapaino
- Arch, J. J., Brown, K. W., Dean, D. J., Landy, L. N., Brown, K. D., & Laudenslager, M. L. (2014). Self-compassion training modulates alpha-amylase, heart rate variability, and subjective responses to social evaluative threat in women. *Psychoneuroendocrinology*, 42, 49-58
- Arendell, T. (2000). Conceiving and investigating motherhood: The decade's scholarship. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 1192-1207.
- Assel, M. A., Landry, S. H., Swank, P. R., Steelman, L., Miller-Loncar, C., & Smith, K. E. (2002). How do mothers' childrearing histories, stress and parenting affect children's behavioural outcomes? *Child: Care, Health and Development*, 28(5), 359.
- Aunola, K. & Sorkkila, M. (2018-2019) Vanhemman voimavarat ja kuormittavuustekijät. Projekti. Jyväskylän yliopisto, Psykologian laitos.
- Boldero, J., & Francis, J. (1999). Ideals, oughts, and self-regulation: Are there qualitatively distinct self-guides? *Asian Journal of Social Psychology*, 2(3), 343-355.
- Brown, S., Small, R., & Lumley, J. (1997). Being a 'good mother'. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 15(2), 185-200.
- Bowlby, J. (1969) *Attachment and Loss. Volume I, Attachment*. New York: Basic Books.
- Burman, E. (1994). *Deconstructing developmental psychology*. London: Routledge.
- Couvrette, A., Brochu, S., & Plourde, C. (2016). The "Deviant good mother": Motherhood experiences of substance-using and lawbreaking women. *Journal of Drug Issues*, 46(4), 292-307
- Crnic, K. A., Gaze, C., & Hoffman, C. (2005). Cumulative parenting stress across the preschool period: Relations to maternal parenting and child behaviour at age 5. *Infant and Child Development*, 14(2), 117-132.
- Dally, A. (1982). *Inventing motherhood: The consequences of an ideal*. London: Burnett.
- Daly, M., & Abela, A. (2007). *Parenting in contemporary europe: Positive approach*. Council of Europe Publication.
- Eerola, P. (2015). *Responsible fatherhood: A narrative approach*. Jyväskylä: University of Jyväskylä.
- Elvin-Nowak, Y. (1999). The meaning of guilt: A phenomenological description of employed mothers' experiences of guilt. *Scandinavian Journal of Psychology*, 40(1), 73-83.
- Feldman, R., Eidelman, A. I., & Rotenberg, N. (2004). Parenting stress, infant emotion regulation, maternal sensitivity, and the cognitive development of triplets: A model for parent and child influences in a unique ecology. *Child Development*, 75(6), 1774-1791.
- Finlay-Jones, A. L., Rees, C. S., & Kane, R. T. (2015). Self-Compassion, emotion regulation and stress among Australian psychologists: testing an emotion regulation model of self-compassion using structural equation modeling. *PloS One*, 10(7).

- Goodnow, J.J. (1996). From household practices to parents' ideas about work and interpersonal relationships. Teoksessa Harknes, S. & Super, C.M. (toim.) *Parents' cultural belief systems: Their origins, expressions, and consequences*. New York, NY: Guilford press. 313-344.
- Grant, J. (1998). *Raising baby by the book: The education of american mothers*. New Haven, Conn.: Yale University Press.
- Guendouzi, J. (2006). "The guilt thing": Balancing domestic and professional roles. *Journal of Marriage and Family*, 68(4), 901-909.
- Harkness, S., & Super, C. M. (Toim.). (1996). *Parents' cultural belief systems: Their origins, expressions, and consequences*. New York, NY: Guilford Press.
- Hays, S. (1996). *The cultural contradictions of motherhood*. New Haven: Yale University Press.
- Henwood, K., & Procter, J. (2003). The 'good father': Reading men's accounts of paternal involvement during the transition to first-time fatherhood. *The British Journal of Social Psychology*, 42, 337-55.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94(3), 319-40.
- Kemppainen, J. (2001). *Kotikasvatus kolmessa sukupolvessa*. Jyväskylä: University of Jyväskylä.
- Kielitoimiston sanakirja (2019) *Ihanne*. [verkkojulkaisu] [Viitattu 20.09.2018] Saantitapa: <https://www.kielitoimistonsanakirja.fi/netmot.exe?motportal=80>
- Kwok. (2000). Mental health of parents with young children in hong kong: The roles of parenting stress and parenting self-efficacy. *Child & Family Social Work*, 5(1), 57-65.
- Larossa, R. (1988). Fatherhood and social change. *Family Relations*, 37(4), 451-57.
- Lee, E., Bristow, J., Faircloth, C., Macvarish, J., & Furedi, F. (2014). *Parenting culture studies*. Houndsmills, Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Lindstöm, C., Åman, J. & Norberg A.L. (2011). Parental burnout in relation to sociodemographic, psychosocial and personality factors as well as disease duration and glycaemic control in children with Type 1 diabetes mellitus. *Acta Paediatrica*. 1011-1017.
- Liss, M., Schifffrin, H., H, & Rizzo, K., M. (2013). Maternal guilt and shame: The role of self-discrepancy and fear of negative evaluation. *Journal of Child and Family Studies*, 22(8), 1112-1119.
- Lupton, D. (2000). 'A love/hate relationship': The ideals and experiences of first- time mothers. *Journal of Sociology*, 36(1), 50-63.
- Miettinen, A., & Rorkirch, A. (2012). Yhteistä aikaa etsimässä. lapsiperheiden ajankäytön muutokset 2000-luvun suomessa. Perhebarometri, Väestöntutkimuslaitos. Katsauksia E 42.
- Mikolajczak, M., Brianda, M. E., Avarosse, H., & Roskam, I. (2018). Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence. *Child Abuse & Neglect*, 80, 134-145.
- Mikolajczak, M., Raes, M., Avalosse, H., & Roskam, I. (2018). Exhausted parents: Sociodemographic, child-related, parent-related, parenting and family-functioning correlates of parental burnout. *Journal of Child and Family Studies*, 27(2), 602-614.
- Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2018). A theoretical and clinical framework for parental burnout: The balance between risks and resources (BR. *Frontiers in Psychology*, 9, 886. Retrieved from PubMed database.
- Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2018-2019). The international Investigation of Parental Burnout.
- Milkie, M., Bianchi, S., Mattingly, M. & Robinson, J. (2002). Gendered division of childrearing: Ideals, realities, and the relationship to parental well-being. *Sex Roles*, 47(1), 21-38.

- Machin, A.J. (2015) Mind the Gap: The Expectation and Reality of involved Fatherhood. *Fathering*, 13(1), 36-59.
- Neff, K. D., & Faso, D. J. (2014). Self-Compassion and Well-Being in Parents of Children with Autism. *Mindfulness*, 1-10.
- Neff, K. D., Hseih, Y., & Dejithirat, K. (2005). Self-compassion, achievement goals, and coping with academic failure. *Self and Identity*, 4, 263-287.
- Neff, K. D., & Germer, C. K. (2013). A pilot study and randomized controlled trial of the mindful self-compassion program. *Journal of Clinical Psychology*, 69(1), 28-44.
- Durivage, N., Keyes, K., Leray, E., Pez, O., Bitfoi, A., Koc, C., Goelitz, D., Kujipers, R., Lesinskiene, S., Mihova, Z., Otten, R., Fermanian, C., & Kovess-Masfety, V. (2015). Parental use of corporal punishment in europe: Intersection between public health and policy. *PLoS ONE*, 10(2), e0118059.
- Pajares, M. F. (1992). Teachers' beliefs and educational research: Cleaning up a messy construct. *Review of Educational Research*, 62(3), 307-32.
- Perälä-Littunen, S. (2004). *Cultural images of a good mother and a good father in three generations*. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto: University of Jyväskylä.
- Phoenix, A., Woollett, A., & Lloyd, E. (1991). *Motherhood: Meanings, practices and ideologies*. London: Sage.
- Pleck, E. H. & Pleck, J. H. (1997) Fatherhood ideals in the United States: Historical dimensions. Teoksessa Lamb, M.E. (toim.) *The role of the father in child development*. New York: Wiley, 3, 33-48
- Raes, F. (2010). Rumination and worry as mediators of the relationship between self-compassion and depression and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 48, 757–761.
- Roskam, I., Brianda, M., & Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The parental burnout assessment (PBA). *Frontiers in Psychology*, 9
- Roskam, I., Raes, M., & Mikolajczak, M. (2017). Exhausted parents: Development and preliminary validation of the parental burnout inventory. (report). *Frontiers in Psychology*, 8
- Rotkirch, A. (2010). Maternal guilt. *Evolutionary Psychology*, 8(1)
- Rubin, S. E. & Wooten, H. R. (2007). Highly educated stay-at-home mothers: A study of commitment and conflict. *The Family Journal*, 15(4), 336-345.
- Shapira, L. B. & Mongrain, M. (2010). The benefits of self-compassion and optimism exercises for individuals vulnerable to depression. *The Journal of Positive Psychology*, 5, 377-389.
- Seagram, S. & Daniluk, J.C. (2002). "It goes with the territory": The meaning and experience of maternal guilt for mothers of preadolescent children. *Women & Therapy*, 25(1), 61-88
- Sigel, I. E. (Ed.). (1985). *Parental belief systems: The psychological consequences for children*. Hillsdale, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates.
- Smeets, E., Neff, K., Alberts, H., & Peters, M. (2014). Meeting Suffering with Kindness: Effects of a Brief Self-Compassion Intervention for Female College Students. *Journal of Clinical Psychology*, 70(9), 794-807.
- Suomen virallinen tilasto (SVT): Perheet [verkkojulkaisu]. ISSN=1798-3215. Helsinki: Tilastokeskus [Viitattu 24.09.2018]. <https://www.stat.fi/til/perh/index.html>
- Suomen virallinen tilasto (SVT): Väestön koulutusrakenne [verkkojulkaisu]. ISSN= 1799-4586. Tilastokeskus [Viitattu 24.09.2018]. https://www.stat.fi/til/vkour/2017/vkour_2017_2018-11-02_tie_001_fi.html
- Sutherland, J. (2010). Mothering, guilt and shame. *Sociology Compass*, 4(5), 310-321.

- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018) *Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Ünivar, P. (2011). The changing role of fathers. Teoksessa Leyton, C.H. (toim.) *Fatherhood: Roles, responsibilities and rewards*. New York: Nova Science Publishers
- Väljærvi, J. (2019). Edellytykset kasvuun, oppimiseen ja osallisuuteen kaikille. *Valtioneuvoston julkaisuja, 2019:7*. Opetus- ja kulttuuriministeriö, sosiaali- ja terveysministeriö.
- Wall, G. (2010). Mothers' experiences with intensive parenting and brain development discourse. *Women's Studies International Forum, 33*(3), 253-263.
- Wetherell, M. (1995). Social structure, ideology and family dynamics: case of parenting. Teoksessa Munchie, J., Wetherell, M., Dallos, R. & Cochrane, A. (toim.) *Understanding the family*. London: Sage, 214-256.
- Winnicott, D. W. (1971). *The child, the family, and the outside world* (Repr ed.). Harmondsworth

LIITTEET

LIITE 1. Vanhemmuuden uupumuksen mittariston kysymykset

Uupumusasteinen väsymys	<ol style="list-style-type: none">1. Olen niin väsynyt rooliini vanhempana, ettei edes nukkuminen auta.2. Tuntuu siltä, että vanhempana oleminen ajaa minut loppuun.3. Minulla ei ole voimia huolehtia lapsestani/lapsistani.4. Välillä tuntuu kuin huolehtisin lapsestani/lapsistani automaattiohjauksella.5. Tunnen olevani aivan lopen uupunut vanhempana.6. Kun nousen aamulla kohdatakseni taas uuden päivän lapseni/lasteni kanssa, tunnen olevani uupunut jo ennen kuin aloitan päivän.7. Vanhemmuus kuluttaa kaikki voimavarani.8. Minua väsyttää pelkkä ajatus siitä, mitä kaikkea minun täytyy tehdä lapseni/lasteni vuoksi.9. Yritän vain selviytyä vanhempana jotenkuten.
Emotionaalinen etäännyminen	<ol style="list-style-type: none">10. Teen lapseni/lasteni eteen sen, mitä minulta odotetaan, mutta en sen enempää.11. En enää pysty näyttämään lapselleni/lapsilleni, kuinka paljon rakastan häntä/heitä.12. Rutiinien (nukuttamisen, aterioinnin jne.) lisäksi en enää jaksa tehdä muuta lapseni/lasteni eteen.
Tympääntyminen vanhemmuuden rooliin	<ol style="list-style-type: none">13. En kestä enää rooliani isänä/äitinä.14. Minusta tuntuu, etten jaksa enempää vanhempana.15. En nauti yhdessäolosta lapseni/lasteni kanssa.16. En tunne pärjääväni vanhempana.17. En enää kestä vanhempana olemista.
Koettu negatiivinen muutos	<ol style="list-style-type: none">18. Tunnen kadottaneeni suuntani isänä/äitinä.19. En usko olevani lapselleni/lapsilleni niin hyvä isä/äiti, kun olin ennen.20. Mietin mielessäni, etten enää ole sellainen vanhempi kuin olin aiemmin.21. Minua hävettää se, millainen vanhempi minusta on tullut.22. En ole enää tyytyväinen itseeni vanhempana.23. Minusta tuntuu, etten enää ole oma itseni ollessani lapseni/lasteni kanssa.

LIITE 2. Luokat ja alaluokat

1. Itsestään huolehtiva	(Välittää itsestään, Terve, Liikunnallinen, Nukkuminen)
2. Tunnetaitoinen	(Tunteiden säätely, Tunneäly, Tunteiden näyttäminen)
3. Omanarvontuntoinen	(Itseluottamus, Omanarvontunto, Itsevarmuus, Reflektiokyky)
4. Stressinsietokykyinen	(Stressinsieto, Epäjärjestyksensieto)
5. Tasapainoinen	(Tasapainoinen, Voimavarat, Armollisuus, Sopeutuva)
6. Rakastava	(Rakastava, Välittävä, Empaattinen, Hellä, Lämmin, Fyysinen läheisyys)
7. Sensitiivinen	(Sensitiivinen, Ymmärtää, Tunneherkkä, Lohduttaa)
8. Inhimillinen	(Inhimillisuus)
9. Omistautunut	(Sitoutunut, Iloitsee lapsesta)
10. Epäitsekäs	(Lapsen etua ajatteleva, Epäitsekäs, Uhrautuva)
11. Luotettava	(Rehellinen, Vastuuntuntoinen)
12. Turvallinen	(Turvallinen, Päihteetön, Väkivallaton)
13. Kypsä	(Kypsä)
14. Henkisenä tukena	(Hyväksyvä, Avarakatseinen, Arvostava, Kunnioittava, Tukeva, Kannustava, Innostava, Kehuva, Auttava, Kuunteleva)
15. Opastava	(Opettava, Esimerkillinen, Kasvatustieto)
16. Ihmissuhdetaitoinen	(Vuorovaikutustaidot, Joustava, Sovitteleva, Ystävällinen, Yhteistyökykyinen)
17. Parisuhteeseen panostava	(Panostaa puolisoon, Tasavertainen, Arvostaa puolisoa)
18. Urasuuntautunut & kouluttautunut	(Työssäkäyvä, Menestyvä, Kunnianhimoinen, Kouluttautunut)
19. Perheen ja työn yhteen sovittava	(Perheen ja työn, yhteensovittaminen)
20. Kotona oleva	(Kotona lasten kanssa)

21. Varakas	(Tarpeeksi, Rikas, Elättäjä)
22. Älykäs	(Maalaisjärki, Kognitio, Oppiminen, Luova)
23. Ekologinen	(Ekologisuus)
24. Perustarpeista huolehtiva	(Huolehtiva, Imettävä, Suojeleva)
25. Oman elämän omaava	(Oma elämä, Itsenäinen, Pystyvä, Itsekäs, Aito)
26. Positiivinen	(Ilo, Myönteinen, Positiivinen, Optimistinen, Innostunut)
27. Onnellinen	(Onnellinen, Tyytyväinen, Kiitollinen)
28. Aikaansaava	(Ahkera, Aktiivinen, Oma-aloitteinen)
29. Organisoiva	(Arjenhallinta, Organisoiva, Huolellinen, Täsmällinen, Rutiinit, Ennakoiva)
30. Kotitaloustaitoinen	(Kodinhoito, Monitoimikone, Kätevä, Perinteiset roolit, Puolison apuna)
31. Läsnä oleva	(Osallistuva, Kiireetön, Aikaa, Osallistuu leikkeihin, Kiinnostus, Lapsen harrastukset)
32. Huumorintajuinen	(Huumorintajuinen, Heittäytymiskyky, Mielikuvitus)
33. Kurinpitäjä	(Rajat, Päämäärätietoinen, Johdonmukainen, Oikeudenmukainen)
34. Salliva	(Sallivuus)
35. Kärsivällinen	(Itsehillintä, Jaksaminen, Kärsivällinen, Hyvät hermot)
36. Rento	(Rento, Rauhallinen)
37. Epärealistiset odotukset vanhemmilta	(Täydellinen, Pärjää yksin, Ulkonäkö)
38. Odotukset lapsilta	(Lapsen käytös, Lapsen pukeutuminen)
39. Syntyvyyden ylläpitäminen	(Lasten lukumäärä, Lasten hankkiminen)
40. Ei tietoa	(En tiedä, Sellaista ei ole, Kokonaisuus)
41. Luokittelemattomat vastaukset	(Tarkkaavainen, Nöyrä, Vanhemmuuden trendit, Nopea, Kurinalainen, Negatiivisia, Muita, Ikä)
42. Rohkea	(Rohkea)

LIITE 3. Äitien käsitykset ihannevanhemmuudesta ja koetuista yhteiskunnan ihanteista

Ihanneluokka	Ihanneäiti		Ihanneisä		Yhteiskunnan ihanneäiti		Yhteiskunnan ihanneisä	
	lkm	%	lkm	%	lkm	%	lkm	%
Aikaansaava	80	6,0	105	7,8	347	25,8	260	19,3
Ei tietoa	1	0,1	0	0,0	10	0,7	10	0,7
Ekologinen	1	0,1	1	0,1	19	1,4	2	0,1
Epäitsekkäs	52	3,9	63	4,7	291	21,7	71	5,3
Epärealistiset odotukset	6	0,4	0	0,0	197	14,7	61	4,5
Henkisenä tukena	370	27,5	403	30,0	111	8,3	124	9,2
Huumorintajuinen	237	17,6	243	18,1	33	2,5	83	6,2
Ihmissuhdetaitoinen	229	17,0	206	15,3	199	14,8	133	9,9
Inhimillinen	5	0,4	3	0,2	1	0,1	0	0,0
Itsestä huolehtiva	70	5,2	46	3,4	109	8,1	146	10,9
Kotaloustaitoinen	44	3,3	38	2,8	250	18,6	156	11,6
Kotona oleva	0	0,0	0	0,0	58	4,3	62	4,6
Kurinpitäjä	522	38,8	489	36,4	244	18,2	307	22,8
Kypsä	5	0,4	5	0,4	2	0,1	2	0,1
Kärsivällinen	726	54,0	606	45,1	357	26,6	182	13,5
Luokittelemattomat vastaukset	57	4,2	56	4,2	184	13,7	194	14,4
Luotettava	254	18,9	301	22,4	119	8,9	143	10,6
Läsnä oleva	321	23,9	504	37,5	276	20,5	546	40,6
Odotukset lapsilta	3	0,2	0	0,0	13	1,0	3	0,2
Oman elämän omaava	74	5,5	38	2,8	155	11,5	78	5,8
Omanarvontuntoinen	98	7,3	76	5,7	10	0,7	5	0,4
Omistautunut	18	1,3	22	1,6	66	4,9	27	2,0
Onnellinen	23	1,7	14	1,0	17	1,3	8	0,6
Opastava	79	5,9	96	7,1	72	5,4	86	6,4
Organisoiva	82	6,1	46	3,4	85	6,3	35	2,6
Parisuhteeseen panostava	24	1,8	100	7,4	38	2,8	123	9,2
Perheen ja työn yhteen sovittava	1	0,1	2	0,1	32	2,4	7	0,5
Perustarpeista huolehtiva	242	18,0	214	15,9	263	19,6	193	14,4
Positiivinen	161	12,0	128	9,5	104	7,7	57	4,2
Rakastava	1131	84,2	1068	79,5	574	42,7	446	33,2
Rauhallinen	124	9,2	157	11,7	68	5,1	59	4,4
Rohkea	48	3,6	35	2,6	7	0,5	15	1,1
Salliva	1	0,1	2	0,1	5	0,4	4	0,3
Sensitiivinen	192	14,3	131	9,7	44	3,3	34	2,5
Stressinsietokykyinen	22	1,6	13	1,0	13	1,0	5	0,4
Syntyvyyttä ylläpitävä	0	0,0	0	0,0	3	0,2	0	0,0
Tasapainoinen	97	7,2	96	7,1	52	3,9	96	7,1
Tunnetaitoinen	56	4,2	45	3,3	13	1,0	17	1,3
Turvallinen	92	6,8	173	12,9	21	1,6	100	7,4
Urasuuntautunut & kouluttautunut	8	0,6	16	1,2	249	18,5	322	24,0
Varakas	8	0,6	16	1,2	73	5,4	369	27,5
Älykäs	189	14,1	156	11,6	86	6,4	64	4,8

LIITE 4. Isien käsitykset ihannevanhemmuudesta ja koetuista yhteiskunnan ihanteista

Luokka	Ihaneäiti		Ihaneisä		Yhteiskunnan ihaneäiti		Yhteiskunnan ihaneisä	
	lkm	%	lkm	%	lkm	%	lkm	%
Aikaansaava	12	11,4	10	9,5	20	19,0	20	19,0
Ei tietoa	0	0,0	0	0,0	1	1,0	1	1,0
Ekologinen	0	0,0	0	0,0	2	1,9	1	1,0
Epäitseäs	6	5,7	8	7,6	15	14,3	3	2,9
Epärealistiset odotukset	1	1,0	0	0,0	7	6,7	11	10,5
Henkisenä tukena	28	26,7	22	21,0	10	9,5	9	8,6
Huumorintajuinen	15	14,3	20	19,0	3	2,9	4	3,8
Ihmissuhdetaitoinen	18	17,1	14	13,3	13	12,4	9	8,6
Inhimillinen	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Itsestä huolehtiva	14	13,3	8	7,6	5	4,8	5	4,8
Kotitaloustaitoinen	5	4,8	5	4,8	17	16,2	9	8,6
Kotona oleva	0	0,0	0	0,0	6	5,7	2	1,9
Kurinpitäjä	35	33,3	39	37,1	10	9,5	21	20,0
Kypsä	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Kärsivällinen	38	36,2	39	37,1	20	19,0	15	14,3
Luokittelemattomat vastaukset	4	3,8	4	3,8	18	17,1	16	15,2
Luotettava	21	20,0	24	22,9	8	7,6	10	9,5
Läsnä oleva	17	16,2	23	21,9	7	6,7	23	21,9
Odotukset lapsilta	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Oman elämän omaava	5	4,8	4	3,8	7	6,7	5	4,8
omanarvontuntoinen	9	8,6	8	7,6	0	0,0	1	1,0
Omistautunut	1	1,0	3	2,9	3	2,9	0	0,0
Onnellinen	1	1,0	1	1,0	2	1,9	2	1,9
Opastava	12	11,4	17	16,2	5	4,8	8	7,6
Organisoiva	9	8,6	4	3,8	1	1,0	0	0,0
Parisuhteeseen panostava	2	1,9	11	10,5	4	3,8	8	7,6
Perheen ja työn yhteen sovittava	1	1,0	0	0,0	1	1,0	0	0,0
Perustarpeista huolehtiva	25	23,8	24	22,9	25	23,8	17	16,2
Positiivinen	7	6,7	8	7,6	4	3,8	3	2,9
Rakastava	81	77,1	77	73,3	38	36,2	27	25,7
Rauhallinen	11	10,5	11	10,5	3	2,9	4	3,8
Rohkea	4	3,8	6	5,7	0	0,0	2	1,9
Salliva	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Sensitiivinen	15	14,3	13	12,4	2	1,9	0	0,0
Stressinsietokykyinen	1	1,0	2	1,9	1	1,0	1	1,0
Syntyvyyttä ylläpitävä	0	0,0	0	0,0	2	1,9	1	1,0
Tasapainoinen	12	11,4	9	8,6	3	2,9	7	6,7
Tunnetaitoinen	8	7,6	6	5,7	1	1,0	2	1,9
Turvallinen	9	8,6	16	15,2	5	4,8	12	11,4
Urasuuntautunut & kouluttautunut	2	1,9	1	1,0	17	16,2	17	16,2
Varakas	3	2,9	4	3,8	7	6,7	23	21,9
Älykäs	18	17,1	20	19,0	7	6,7	8	7,6

Liite 5. Perälä-Littunen (2004) käyttämä ihannevanhempien luokittelu

1. Loving, takes care, trustworthy, helping, never lets the child down, (Love).
2. Controls the child's behaviour, sets limits, discipline (Control).
3. Listens to the child, supports the child's growth into an independent person (Listens).
4. Makes no sacrifices, takes care also of herself or himself.
5. Gives advice, teaches the child the importance of work and honesty (Advice).
6. Fair, just (Just).
7. Forgets his or her own interests in cases of conflict, serves others (Sacrifice)
8. Patient, understanding, has a sense of humour, not easily upset (Patience).
9. Consistent, purposeful (Consistence).
10. Supportive, trusts the child, helps the child to become confident (Support).
11. Honest to the child, apologizes also to the child (Honesty).
12. Acts as a model, an example (Model).
13. Has time to spend with the child, in the child's hobbies, together with the child (Time).
14. Has a sense of responsibility (Responsible).
15. Supports the family, takes care of the house, family car, etc. (Breadwinner).
16. Head of the family, authority (Authority).
17. Takes the child's age, personality, and skills into account.
18. Takes care of the religious upbringing of the child (Religion).
19. Parents agree on child-rearing (Parents agree).
20. Parents get along with each other.
21. A good mother/father is the one who is a house wife/house husband (Housewife/house husband)