

KAHTEEN SUUNTAAN HOIVAAVAT

Hoivan ajallisuus ja sukupolvien välinen vastavuoroisuus
työssäkäyvien läheistään hoivaavien naisten näkökulmasta

Pauliina Huuskonen
Pro gradu -tutkielma
Sosiaalityö
Yhteiskuntatieteiden ja
filosofian laitos
Jyväskylän yliopisto
Syksy 2020

TIIVISTELMÄ

Kahteen suuntaan hoivaavat: Hoivan ajallisuus ja sukupolvien välinen vastavuoroisuus työssäkäyvien läheistään hoivaavien naisten näkökulmasta

Huuskonen Pauliina
Sosiaalityö
Maisterintutkielma
Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos
Humanistis-yhteiskuntatieteellinen tiedekunta
Jyväskylän yliopisto
Ohjaaja: Kati Närhi
Syksy 2020
70 sivua

Yhä useammalla työssäkäyvällä on kotitaloudessaan tai lähiympäristössään erityistä huolenpitoa ja hoitoa vaativia läheisiä, kuten oma lapsi tai vanhemmat. Työn ja perheen yhteensovittamisen kysymykset sekä aikaristiriitakokemukset ulottuvat ainakin kolmeen sukupolveen, ja voidaan puhua yhä useammin kahteen suuntaan hoivaavista. Tarkoituksena on selvittää sitä, millaisena hoivan ajallisuus ja vastavuoroisuus näyttyvät työssäkäyvien naisvastaajien näkökulmasta. Tutkimuksessa tarkastelun kohteena ovat toimintojen ajalliset ominaisuudet, kuten hoivan ajoitus, kesto, tempo, ajanjakso ja sekvenssit. Tutkimuksessa perehdytään lisäksi hoivan vastavuoroisuuteen ja sidonnaisuuteen sukupolvien välillä. Tarkoituksena on karsoittaa haastateltavien näkemyksiä yhteydenpidon tiiviydestä ja suunnasta.

Tutkimuksen kohderyhmänä on 11 työssäkäyvää, omaa vanhempaa tai lähisukulaistaan hoivaavaa naista. Vastaajat asuvat yhdessä puolison kanssa ja heillä on omia lapsia sekä lapsenlapsia. Tutkimuksessa käytetään Yhteiskuntatieteellisen tietoarkiston FSD3072 Omaishoito ja ansiotyö (2008–2009) aineistoa, joka koostuu läheistään säännöllisesti hoitavien työssäkäyvien henkilöiden puolistrukturoiduista teemahaastatteluista. Tutkimus on kvalitatiivinen ja aineiston analyysimenetelmänä käytetään teoriaohjaavaa temaatista sisällönanalyysia.

Tutkimuksen tulokset osoittavat, että läheishoivan ja työssäkäynnin yhdistäminen haastaa ajankäyttöä ja arjen rutiineja. Elämäntilanteet ovat yksilöllisiä ja työn ja hoivan yhteensovittamiseen vaikuttavat sekä työelämän hektisyys että hoivatehtävien intensiivisyys. Erityisesti vuorotyö aiheuttaa väsymystä ja vähentää omaa vapaa-aikaa. Myös hoivatilanteen äkilliset muutokset aiheuttavat lisähuolta. Hoivan tempoon vaikuttavia tekijöitä ovat hoivattavan terveydentilanne, hoivaajan työtilanne, aikataululliset haasteet, riittämättömyys ja huoli sekä hoivarutiinit ja vastuunjako. Havaintojen perusteella genealoginen, sukulaisuuteen pohjautuva tiivis yhteydenpito tulee esiin ydinperheen välisessä vuorovaikutuksessa. Puolison rooli hoiva-arjessa korostuu, sillä häneltä saa apua ja ymmärrystä hoivatehtävissä. Yhteydenpito vanhimman ja nuorimman sukupolven välillä on vähäisempää ja vuorovaikutusta pidetään yllä merkkipäivinä sekä arjessa etäyhteyksien välityksellä.

Ajalla ja hoivan sitovuudella on selvä yhteys toisiinsa. Hoivan ajallinen hallittavuus tehokkuutta painottavassa yhteiskunnassa on haastavaa ja siksi tarvitaan aikaa kokonaisvaltaiseen kohtaamiseen. On tärkeää vahvistaa hoivan merkitystä osana ajankäytön kokonaisrakennetta. Myös sosiaalityössä tulee tiedostaa ajankäytön yhteydet yksilöiden arkeen ja jaksamiseen, jotta perheitä voidaan auttaa riittävän ajoissa ja ennaltaehkäisevästi. On tärkeää vahvistaa hoivaetiikan lähtökohtia ja yhteiskuntavastuuta sekä lisätä joustavia ja yksilöllisiä käytäntöjä, joilla tukea myös kevyemmän läheishoivan ja ansiotyön solmukohtia.

Avainsanat: läheis- ja omaishoiva, kahteen suuntaan hoivaavat, ansiotyö, ajalliset ominaisuudet, vastavuoroisuus, läheissuhteet, sidokset, sukupolvien vuorovaikutus

TAULUKOT JA KUVIOT

TAULUKOT

TAULUKKO 1. Hoivaajan työssäkäyntiä kuvaavat tekijät 32

TAULUKKO 2. Hoivan kestoa ja intensiteettiä kuvaavat tekijät 39

KUVIOT

KUVIO 1. Hoivan ajallisten ominaisuuksien yhteys vastavuoroisuuteen 57

SISÄLLYS

1 Johdanto.....	5
2 Omaishoivan ja ansiotyön yhteensovittaminen	7
2.1 Informaali läheis- ja omaishoiva.....	8
2.2 Hoivatyö	9
2.3 Kahteen suuntaan hoivaavat.....	11
2.4 Työn merkitys läheistään hoivaavalle	12
3 Hoivan ajallisuus	14
3.1 Aika -käsitteen yhteys hoivaan	14
3.2 Aikahorisontit ja -kehykset hoivan kontekstissa.....	16
3.3 Ajankäyttökokemuksia ja aikaristiriitaa	17
4 Hoivasuhde ja sosiaalinen vuorovaikutus	20
4.1 Eettisesti kestävä hoivan lähtökohdat	20
4.2 Hoiva ja vastavuoroisuus.....	21
4.3 Läheissuhteet ja sidonnaisuus	23
4.4 Sukupolvisuhteiden tiiviys.....	25
5 Tutkimustehtävä ja menetelmät.....	27
5.1 Tutkimuksen lähtökohdat ja tutkimuskysymykset.....	27
5.2 Aineisto ja tutkimuksen kohderyhmä.....	29
5.3 Menetelmät	32
5.4 Analyysin eteneminen	34
6 Tuloksia hoivan ajallisuudesta ja vastavuoroisuudesta.....	37
6.1 Hoivan kesto ja ajoitus	38
6.2 Hoivan tempo ja koettu intensiteetti.....	39
6.3 Hoivatilanteen eteneminen ja muutosvauhti	44
6.4 Työajan yhteys hoivaan	46
6.5 Syyt auttaa ja antaa hoivaa.....	49
6.6 Puolison rooli	52
6.7 Suhde lapsiin ja lasten perheisiin	53
6.8 Sukupolvien välinen vastavuoroisuus	54
7 Johtopäätökset.....	58
Lähteet.....	64

1 Johdanto

Hoivaa ja huolenpitoa tarvitsevien ihmisten määrä kasvaa, kun väestö ikääntyy niin Suomessa kuin Euroopassakin. Vaikka vain osa ikääntyneistä tarvitsee intensiivistä hoitoa, yhä useammalla on tarve päivittäiseen apuun, tukeen ja ohjaukseen arjen asioissa (Kauppinen & Silfver-Kuhlampi 2015a, 13). Työn ja omaishoivan yhteensovittaminen on ajankohtainen ja myös yhteiskunnallisesti tärkeä ilmiö, sillä monella työssäkäyvällä on kotitaloudessaan tai lähiympäristössään erityistä huolenpitoa ja hoivaa tarvitsevia läheisiä. Läheisten toisilleen antama informaali hoiva on edelleen laajin ja keskeisin vanhusten hoivan muoto, ja Suomessa arvioidaan olevan noin 300 000–1 000 000 läheistään auttavaa ihmistä (Kauppinen & Silfver-Kuhlampi 2015b, 32).

Tämän tutkimuksen konteksti liittyy vahvasti omaishoivan ja ansiotyön yhteensovittamisen tematiikkaan ja näkökulma kohdistuu työssäkäviin läheistään hoivaaviin naisiin. Työelämässä mukana olevat aikuiset kantavat vastuuta ja huolta omaisten ja läheisten hoivasta ja huolenpidosta. Hoivan antajat ovat tyypillisesti naisia, jotka jatkavat keski-iässä lastensa itsenäistyttyä omien tai puolisonsa vanhempien hoivaamista. Tämä keski-ikään paikantuva hoivaajan rooli vaikuttaa luonnistuvan naisille perinteisten perheroolien jatkeena. Kun lapsia saadaan myöhemmällä iällä, moni läheishoivaaja huolehtii samanaikaisesti omista lapsistaan, lapsenlapsistaan ja ikääntyvistä vanhemmistaan. Siten yhä useammat naiset tasapainoilevat palkkatyön, lasten hoidon sekä omien vanhempien hoivan välillä. Työn ja perheen yhteensovittamisen kysymykset, hoivavelvoitteet ja aikaristiriitakokemukset ulottuvat ainakin kolmeen sukupolveen, ja puhutaan kahteen suuntaan hoivaavista (dual carers). (Hiilamo & Hiilamo 2015, 14; Kauppinen & Silfver-Kuhlampi 2015b, 56.)

Yhä useampi on omaishoitajana ikääntyville vanhemmilleen työnsä ohessa, jolloin hoivatyö ei ainakaan alkuvaiheessa ole kovin vaativaa. Kun vanhempi asuu kaukana, auttamisesta tulee haastavampaa. Myös äkillisissä tapauksissa, kuten läheisen sairastuessa, hoivan tarve voi pitkittyä ja syntyy ansiotyön ja omaishoivan yhteensovittamisen ongelmia (Kauppinen & Silfver-Kuhlampi 2015a, 13). Mahdollisuudet vastata hoivaa tarvitsevan aikuisen huolenpitoon ovat selvästi niukemmat verrattuna pienten lasten hoitoon. Tutkimuksellisesta näkökulmasta on tärkeää vahvistaa hoivaan käytetyn ajan asemaa, kun useimmiten aika ja ajallisuus yhdistetään ansiotyötä, kotityötä ja lastenhoitoa koskevaan tutkimukseen (esim. Hook

2004). Läheishoivan ja ansiotyön yhdistäminen luo erityisen ja kiinnostavan kontekstin tai rajapinnan, jossa eletään perheen arkea, osallistutaan työelämän tarpeisiin sekä toteutetaan samanaikaisesti hoivatoimintoja sukupolvien välillä. Tutkimuksen avulla on tarkoitus vahvistaa hoivatyötä tekevien asemaa ja näkyvyyttä yhteiskunnassa, sillä formaalin omaishoidon ulkopuolella olevien tuen tarpeesta puhutaan vähän. Moni läheisiään auttava työssäkäyvä taistelee niin syyllisyyden, ajanpuutteen kuin erilaisten käytännön huolten kanssa, mutta eivät itsekään tunnista kuuluvansa omaishoitajiin (Kononen 2019).

Hoivan ajallisuuteen on vahvasti yhteydessä hoivan sidonnaisuus ja vastavuoroisuus. Kun ruumiillisen hoivan määrä kasvaa, päivittäiset rutiinit vievät enemmän aikaa ja muuttuvat vaativammiksi (Tikkanen 2016, 89; Elias 1993). Sukupolvien välinen vastavuoroisuus on pitkälti ketjutettua eli edellinen polvi antaa omastaan seuraavalle. Omista lapsista huolehtiminen on universaalisti omaksuttu velvoite, kun taas omista vanhemmista huolehtimiseen ei Suomessa ole lakisääteistä velvollisuutta. (Karisto 2016, 36.) Moni työssäkäyvä huolehtii lastensa ohella myös omista vanhemmistaan ja saa heiltä apua vastavuoroisesti. Edelleen työelämässä mukana olevat isovanhemmat auttavat työssäkäyvien lastensa perheitä. (Lammi-Taskula, Suhonen & Salmi 2004, 97–98; Tammelin 2009b, 180–181.) On kiinnostavaa selvittää, miten naisvastaajat kokevat ajan riittävyuden ja jakautumisen läheis- ja sukupolvisuhteisiin. Tutkimus pyrkii valottamaan sitä, miten hoivan sidonnaisuus ja vastavuoroisuus muokkaavat ja rakentavat ajankäytön kokonaiskuvaa. Läheishoivan tilanteissa on edellytykset kokonaisvaltaiseen kiireettömään kohtaamiseen, mikä voi syventää vastavuoroisuutta ja vähentää tekemisen ja kohtaamisen välistä ristiriitaa (esim. Karisto 2016, 37).

Tutkimuksessa käytetään Yhteiskuntatieteellisen tietoarkiston kvalitatiivista aineistoa FSD3072 Omaishoito ja ansiotyö (2008–2009). Tutkimuksen kohderyhmänä ovat kahteen suuntaan hoivaavat tai kahden hoivavaiheen tai sukupolven välissä elävät työssäkäyvät naiset (esim. Kauppinen & Jolanki 2012). Tarkoituksena on selvittää sisällönanalyysin avulla sitä, millaisena hoivan ajallisuus ja vastavuoroisuus näyttäytyvät työssäkäyvien naisvastaajien näkökulmasta. Tutkimuksessa tarkastellaan sitä, miten läheistään hoivaavien naisten aika jakautuu hoivaan ja ansiotyöhön. Tehtävänä on kartoittaa vastaajien näkemyksiä hoivatoimintojen ajallisista ominaisuuksista: hoivaan ja ansiotyöhön käytetty aika, toiminnan ajoittuminen, hoivan tempo ja intensiteetti sekä ajanjaksoa ja sekvenssejä kuvaavat ilmaukset. Toisessa tutkimuskysymyksessä käsitellään hoivan vastavuoroisuutta ja sidonnaisuutta

vanhemman ja nuoremman sukupolven välillä. Ensin tarkastellaan auttamisen taustalla vaikuttavia syitä, jonka jälkeen perehdytään läheissuhteiden merkitykseen ja vuorovaikutuksen tiiviyyteen ja suuntaan sukupolvien välillä haastateltavien näkökulmasta.

Tutkimus etenee siten, että luvussa kaksi kuvataan ensin yleisellä tasolla omaishoivan ja ansiotyön yhteensovittamista. Luvussa kohdennetaan tutkimuksen näkökulmaa informaaliin hoivaan. Lisäksi luodaan katsaus hoivaan erityisenä työn muotona ja perehdytään tarkemmin tutkimuksen kohderyhmään eli kahteen suuntaan hoivaaviin työssäkäyviin naisiin. Luvussa kolme esitellään hoivan ajallisuutta, aika -käsitettä sekä ajankäyttöä koskevaa aiempaan tutkimusta. Hoivaa ja sosiaalista vuorovaikutusta tarkastellaan luvussa neljä. Kappaleessa perehdytään tarkemmin hoivan eettisyyttä koskeviin kysymyksiin sekä hoivan vastavuoroisuuteen. Luvun lopussa huomio kohdistetaan läheissuhteiden merkitykseen sekä sukupolvien väliseen kanssakäymiseen. Tutkimustehtävä ja -menetelmät sekä analyysin eteneminen esitellään viidennessä osiossa. Luvussa kuusi tuodaan esiin tutkimuksen kannalta keskeiset tulokset hoivan ajallisuudesta ja vastavuoroisuudesta. Lopuksi luvussa seitsemän kerrotaan tutkimuksen kannalta keskeiset johtopäätökset, arvioidaan tutkimuksen luotettavuutta sekä pohditaan aiheen esiin nostattamia tulevaisuuden haasteita.

2 Omaishoivan ja ansiotyön yhteensovittaminen

Seuraavassa luvussa perehdytään tutkimuksen teoreettiseen taustaan läheishoivan ja työssäkäynnin kontekstissa. Ensin tarkastellaan läheis- ja omaishoivan käsitteitä ja informaalia hoivaa teoreettisesta näkökulmasta. Sen jälkeen luodaan tarkempi katsaus hoivaan erityisenä työn muotona. Lisäksi luvussa tarkastellaan tutkimuksen kannalta keskeistä kohderyhmää eli kahteen suuntaan hoivavastuita kantavia naisvastaajia. Kappaleen lopuksi käsitellään vielä työn merkitystä ja roolia läheistään hoivaavien arjessa.

2.1 Informaali läheis- ja omaishoiva

Hoivan käsitettä (care, omsorg) ei ole helppo määritellä, koska sillä ei ole vakiintunutta tietoteoreettista perustaa. Käsite on laaja-alainen ja kattaa yhtä lailla pienten lasten kuin apua

tarvitsevien aikuisten ja vanhojen ihmisten hoivaamisen. Myös hoivatarpeet voidaan ymmärtää laajasti, sillä hoiva sisältää sekä vanhempien että puolisoitten toisilleen antamaa hoivaa. Hoiva voi olla luonteeltaan fyysistä tai psyykkistä toisen tarpeista huolehtimista. Se voi olla myös raskasta ruumiillista työtä tai vain läsnäoloa. (Anttonen & Zechner 2009, 17.) Hoivan määrittämisen vaikeus voi liittyä myös siihen, että hoivasta puhuminen ja sen tutkiminen yleistyi vasta 1980-luvulla, jolloin alettiin kuvata naisten palkattoman huolenpito-työn erityisyyttä ja yhteiskunnallista merkitystä. Sitä ennen käytettiin hoivaan läheisesti yhteydessä olevia käsitteitä: huolenpito, hoito, huolto ja auttaminen. (Anttonen & Zechner 2009, 16; Anttonen 2011, 140.)

Tässä tutkimuksessa perehdytään tarkemmin *läheis- ja omaishoivaan*, jolla tarkoitetaan sukulaisten ja ystävien tekemää hoivatyötä jokapäiväisesti apua tarvitsevan henkilön hyväksi. Informaalia hoivaa (informal care, informell omsorg) määrittävät vahvasti sukulaisuus ja ystävyys, ja läheiset antavat hoivaa useimmiten palkatta tai yhteiskunnan tuella. (Zechner 2010, 20.) Läheisten antama informaali hoiva on edelleen laajin ja keskeisin vanhusten hoivan muoto ja se on myös taloudellisesti erittäin merkittävää. Suomessa arvioidaan olevan noin 300 000–1 000 000 läheistään auttavaa ihmistä. Läheishoivaan suhtaudutaan pääosin myönteisesti, sillä jopa 73 prosenttia vastanneista kertoi huolehtivansa läheisestään mielellään tai erittäin mielellään. Hoivaan liittyy positiivisia tuntemuksia, vastavuoroisuutta ja auttamishalua. Silti hoivatyössä kohdataan myös raskaita tilanteita, jotka voivat olla yhteydessä hoivattavan tilassa tapahtuviin muutoksiin ja sen aiheuttamiin ristiriitoihin. (Kauppinen & Silfver-Kuhalampi 2015b, 32.)

Erotteluja voidaan tehdä sen mukaan, millaiselle henkilölle hoivaa annetaan. Waerness (1987) erottelee kolmenlaista hoivaa erilaisissa ihmissuhteissa: hoivaa riippuvaiselle itseä nuoremmalle, hoivaa itseä vanhemmalle ja hoivaa tasavertaisessa suhteessa. Ensimmäinen hoivan esimerkki kuvaa vanhemman hoivasuhdetta lapseensa. Toisessa tapauksessa lapsi antaa hoivaa vanhemmalleen. Kolmas esimerkki puolisoitten välistä hoivaa ja huolenpitoa. Näitä suhteita voidaan kuvata monilla yhdistävillä tekijöillä, mutta niiden välillä on myös useita suhdetta määrittäviä eroavaisuuksia. Lisäksi hoivaa voidaan määritellä erilaisina tehtävinä ja työnä ”caring for” tai tunnepohjaisena välittävänä suhteena ”caring about” hoivajan ja hoivattavan välillä. Hoiva on siten monimutkainen suhdemuodostelma, jossa yhdistyy sekä toiminta että tunteet. (Waerness 1987, 210–211.)

Hoivan maailma on myös hyvin universaali, sillä kaikissa yhteiskunnissa tarvitaan hoivaa ja huolenpitoa, ja naiset ovat lähes poikkeuksetta päävastuussa hoivanantajina. Hoivan järjestämisen tavat vaihtelevat kuitenkin suuresti ajasta ja kulttuurista toiseen. (Anttonen & Zechner 2009, 18.) Noddings (2003, 79–83) pohtii analyysissään eettisen ja luonnollisen hoivan eroja. Eettinen hoiva ei pohjaudu täysin luonnolliseen hoivaan, vaikka niiden väliltä löytyy yhtäläisyyksiä. Luonnollisen hoivan tilanteet ilmenevät useimmiten läheisissä ihmissuhteissa ja niihin liittyvät asiat ovat vahvemmin emotionaalisesti latautuneita. Eettiseen hoivaan sen sijaan kytkeytyy vahvemmin velvollisuuden tunne. Se on selkeämmin kooditettua ja muodollisempaa, ja lähtöisin voimakkaammin yksilön ulkopuolelta. Eettinen hoiva on myös alttiimpi kulttuurisille ja ideologisille paineille. (Morgan 1996, 108.)

2.2 Hoivatyö

Hoivasta puhutaan usein työnä, sen erityisenä muotona tai työtä määrittävänä rationaliteettina. Hollantilaiset sosiaalipolitiikan tutkijat Knijn ja Kremer (1997) määrittelevät hoivan työksi, joka voi olla palkattua tai palkatonta. Siihen sisältyy fyysistä, psyykkistä ja emotionaalista kokonaisvaltaista huolenpitoa henkilöstä, joka ei selviydy jokapäiväisestä elämästä omin voimin. Hoiva on pitkäkestoista ja kohdistuu hoivattavan henkilön elämän kokonaisuuteen. Hoiva auttaa ymmärtämään myös sitä sosiaalista maailmaa, jossa yksilöt ovat haavoittuvia ja heikkoja. Siten hoivalla käsitteenä on erityinen kytkös sosiaalityöhön ja sen asiakkaiden arkeen ja elämään. Kokonaisvaltaisuus erottaa hoivan hoidosta, sillä terveydenhuollossa voidaan rajata hyvin tarkasti annettu hoito ja hoiva. Kun hoidossa tavoitellaan tilanteen muuttumista ja usein sairaudesta paranemista, niin hoivassa pyritään säilyttämään, kuntouttamaan ja kohentamaan ihmisen elämäntilannetta. Joskus riittää, että sen hetkiset voimavarat otetaan käyttöön ja niitä hyödynnetään ja ylläpidetään. (Anttonen 2011, 141–142.)

Formaali hoiva (formal care, formell omsorg) tarkoittaa ansiotyönä tehtyä hoivaa, jota tuotetaan virallisissa organisaatioissa, kuten julkisissa palveluissa ja yrityksissä (Zechner 2010, 20). Aikaisemmin ajateltiin, että ammatillinen hoiva pohjautuu selkeästi byrokraattiseen rationaalisuuteen, kun taas rakkauden työnä hoivaa antavat vahvoihin tunteihin sitoutuneet omai-

set ja läheiset. Kun hoivatyön taustalla on vahva tunne rakkaudesta ja välittämisestä, se sijoittuu tietynlaiseen hoivatilanteeseen ja pohjautuu vahvasti hoivaajan ja hoivattavan väliseen suhteeseen. (Anttonen & Zechner 2009, 26–27.) Erottelu on usein helpompaa tehdä teoriassa kuin käytännössä. Vaikka välittävä rakkaudellinen hoiva on positiivisemmin värityneempi käsite, siihen voidaan myös liittää niin positiivisia kuin negatiivisia tunnetiloja etenkin pitkäkestoisissa hoivasuhteissa. (Morgan 1996, 97–98.)

Hoiva ymmärretään ennen kaikkea naisten työnä, niin palkattuna kuin palkatta kotona tehtävänä työnä. Hoiva ja kotityö nähdään nykyään toisistaan eroavina käsitteinä, vaikka myös kotityö on yleensä palkatonta naisten tekemää työtä. Selkeä ero hoivan ja kotityön välillä on se, että kotityö ei välttämättä kohdistu suoraan ihmisiin. Hoivan kohteena sen sijaan on aina toinen ihminen, joka tarvitsee säännöllistä huolenpitoa. Hoivassa on vähintään kaksi osapuolta: hoivaaja tai hoivan antaja ja hoivattava tai hoivan tarvitsija. Hoivan tarpeet ovat moninaiset ja siten hoivan ja kotityön välinen raja on kuin veteen piirretty viiva. (Anttonen 2011, 141–142.) Naisen osaksi lankeaa usein luonnollisen hoivaajan rooli, mikä rakentuu ja vahvistuu pitkälti äitiyden ja erilaisten hoivaa ylläpitävien toimintojen avulla. Hoivatehtävät ja tunnettyö rakentavat osaltaan sukupuoli-identiteettiä ja sukupuolten välisiä eroja. (Morgan 1996, 101.)

Kaikki sitovaa hoivaa antavat eivät saa omaishoidon tukea. Tuen saajien ulkopuolelle jää paljon ihmisiä, jotka osallistuvat hoivan moninaisiin tehtäviin omien kykyjensä ja aikataulujensa sallimissa rajoissa. (Kalliomaa-Puha 2018, 11–12). Yhä useampi on omaishoitajana ikääntyville vanhemmilleen työnsä ohessa, jolloin hoivatyö ei ainakaan alkuvaiheessa ole kovin vaativaa. Siihen kuuluu tavallisesti asioiden hoitoa ja järjestelyä, kaupassa käyntiä, kuljetuksia lääkäriin tai palvelujen hankkimista. Kun vanhempi asuu kaukana, auttamisesta tulee haastavampaa. Myös äkillisissä tapauksissa, kuten läheisen sairastuessa, hoivan tarve voi pitkittyä, ja syntyy ansiotyön ja omaishoivan yhteensovittamisen ongelmia. (Kauppinen & Silfver-Kuhlampi 2015a, 13.) Henkilökohtaisen hoivan ohella omaishoidossa korostuu eräänlainen metatyö, jolla tarkoitetaan asioiden järjestelyä ja hoivattavan kokonaistilanteen hallitsemista. Erilaisten käytännön tehtävien lisäksi omaisen vastuulle jää useimmiten vastata läsnäolon ja seuranpidon tarpeeseen eli hoivan perustehtävään. (Hoppania, Karsio, Näre, Olakivi, Sointu, Vaitinen & Zechner 2016, 134–135.)

Viimeisten vuosikymmenien aikana omaishoivaa on yhä enemmän ryhdytty tukemaan julkisten palvelujen ja etuuksien avulla. Ikääntyneiden vanhempien, sairastavan puolison tai lastenlasten hoivatyö voisi säästää yhteiskunnan kustannuksia pitkällä tähtäimellä ja siksi sen tukeminen taloudellisesti on ensiarvoisen tärkeää (Moisio & Huuhtanen 2007). Omaishoivalla voidaan täydentää sekä lasten että ikäihmisten hoivaa kunnallisten palvelujen rinnalla, ja sitä pyritään yhä vahvemmin sulauttamaan osaksi julkisia palveluja. Omaishoidon tuki antaa hoivaajalle sekä taloudellista tukea hoivatyöhön, että virallisen omaishoitajan statuksen. Sosiaalihuoltolaki (710/1982) velvoittaa kunnat järjestämään omaishoidon tuen, mutta järjestämisen osalta kunnilla on laaja vapaus. Laki omaishoidon tuesta (937/2005) määrää tuen minimitason, mutta ei saamisen tarkkoja kriteereitä. (Kehusmaa 2014, 20; Valokivi & Zechner 2009, 126–127.) Omaishoivasta saatava rahallinen korvaus ja sen taustalla vaikuttava hoitosopimus hämärtävät informaalin ja formaalin hoivan rajaa entisestään. (Valokivi & Zechner 2009, 139).

2.3 Kahteen suuntaan hoivaavat

Tämä tutkimus kohdentuu kahteen suuntaan hoivaaviin (dual carer) tai kahden hoivan puristuksessa eläviin naisiin. Vaikeasti suomen kielelle kääntyvästä sandwiched -sanasta on käytetty myös sanontaa ”kahden hoivan loukko”. (Kauppinen & Jolanki 2012). Lisäksi kohderyhmään viitataan myös ”kerrosleipä”-käsitteellä, jolla tarkoitetaan keski-ikäisiä työssäkäyviä, jotka ovat puristuksissa nuorempaa ja vanhempaa sukupolvea edustavien hoidettaviansa välissä. Sukupolvien välinen huolenpito ja auttaminen tarkoittaa omien lasten hoitamisen lisäksi sitä, että huolehditaan omista vanhemmista tai läheisistä. Kun lapsia saadaan myöhemmällä iällä, moni läheishoivaaja huolehtii samanaikaisesti omista lapsistaan, lapsenlapsistaan ja ikääntyvistä vanhemmistaan. Tämä tarkoittaa moneen suuntaan ulottuvia hoitovastuita. (Lammi-Taskula, Suhonen & Salmi 2004, 97–98; Tammelin 2009b, 180–181; Kalliomaa-Puha 2018, 11–12.) Suurista ikäluokista voidaan puhua myös kerrosvoileipä eli sandwich-sukupolvena tai saranasukupolvena (Haavio-Mannila, Majamaa, Tanskanen, Hämmäläinen, Karisto, Rotkirch & Roos 2009, 10).

Alun perin sandwich generation -käsitteen on keksinyt amerikkalainen sosiaalityöntekijä Dorothy Miller (1981). Hän tarkoitti käsitteellä pääasiassa työssäkäyviä 30–40-vuotiaita nai-

sia, jotka huolehtivat lapsistaan, vanhemmistaan, lähisukulaisistaan, ystävistään sekä työvelvoitteistaan. Moneen suuntaan ulottuvien hoivavastuitten takia naiset ovat suuremman paineen ja stressin kohteena. Koska he ovat arvokkaana voimavarana ja tukena vanhemmalle väestölle, he voivat myös itse tarvita erityistä tukea ja palveluja arkeensa. (Miller 1981.) Nykyään eliniän pidentyessä ja lasten avuntarpeiden voimistuessa, käsitettä on laajennettu tarkoittamaan myös 50–60-vuotiaita ikääntyviä naisia ja miehiä, jotka huolehtivat vanhemmistaan, lapsistaan ja lapsenlapsistaan. Auttaminen näyttää kasaantuvan yhä vanhemmille ikäryhmille, mikä tarkoittaa alati kasvavaa tarvetta pitää huolta ikääntyvien auttajien hyvinvoinnista ja terveydestä. (Linnosmaa, Jokinen, Vilkkonen, Noro, & Siljander 2014.) Kyse on myös psykologisesta prosessista, jossa tärkeä perhesuhde muuttuu dramaattisesti: lapsesta tulee omien vanhempiansa hyvinvoinnista huolehtiva tai parisuhde muuttuu hoivasuhteeksi (Hiilamo & Hiilamo 2015).

Suomessa vallitsevaa hoivatilannetta on vuodesta 2003 lähtien kartoitettu Työterveyslaitoksen Työ ja terveys Suomessa -tutkimuksen yhteydessä. Vuonna 2012 julkaistun kyselyn tulosten mukaan noin 700 000 työssäkäyvää henkilöä (28 %) huolehti työnsä ohella apua tarvitsevasta omaisesta tai läheisestä tämän korkean iän, sairauden tai vamman vuoksi. Hoivavastuita oli eniten 45 vuotta täyttäneillä työssäkäyvillä. Naisilla huolenpitovastuita oli enemmän kuin miehillä (naiset 31 %; miehet 22 %). Naisista 60 prosenttia kertoi huolehtivansa läheisestään viikoittain tai päivittäin ja viidennes naisista huolehti läheisestään 2–3 kertaa kuukaudessa. Huolenpidon kohteena on useimmiten oma tai puolison vanhempi. (Kauppinen & Silfver-Kuhlamäki 2015a, 12.) Väestön ikääntymisen myötä läheistään hoivaavien määrä tulee kasvamaan, sillä ikäihmiset ovat paremmassa kunnossa verrattuna aiempiin sukupolviin ja pärjäävät itsenäisesti entistä pitempään (Työ ja Terveys Suomessa 2009).

2.4 Työn merkitys läheistään hoivaavalle

Suurimmalle osalle palkansaajista työllä on positiivinen merkitys. Työolotutkimukset tukevat käsitystä siitä, että työ ei ole ainoastaan taloudellinen pakko, vaan se tarjoaa itsensä toteuttamisen mahdollisuuksia sekä sosiaalisia suhteita toisiin aikuisiin yhä useammalle läheistään hoivaavalle. Naisista lähes kolme neljästä pitää työn merkitystä perhe-elämän kannalta myönteisenä, ja työtä kuvataan kotiarjen vastapainoksi. (Tammelin & Mustosmäki 2017, 123–125.) Omaishoitajia koskevat tutkimukset ovat osoittaneet, että vastaajat ovat

vahvasti motivoituneita ansiotyöhönsä ja pyrkivät aktiivisesti löytämään tasapainoa työssäkäynnin ja omaishoidon välille (Kauppinen 2013; Silfver-Kuhlampi 2015, 143). Myös kansainväliset tutkimukset osoittavat, että läheishoivan ja ansiotyön keskinäiset vaikutukset ovat myönteisiä ja hyvinvointia lisääviä, kun kokonaistilanne ei ole hoivaajalle liian kuormittava (Kalliomaa-Puha 2018, 14; Neal & Hammer 2007).

Monissa maissa ansiotyötä ja omaishoitoa tasapainotetaan tekemällä osa-aikatyötä. Suomessa osa-aikatyötä tehdään harvemmin kuin useimmissa muissa maissa, vaikka toiveita siihen suuntaan on havaittavissa. (Kalliomaa-Puha 2018, 43.) Myös työajanjoustot, kuten liukuva työaika (työaikalaki 13 §), työaikapankit, erilaiset vapaat, etätyö, vuorotteluvapaa tai varhennettu osittainen vanhuuseläke voivat keventää läheishoivaa. Väestöliiton perhebarometri osoittaa, että joustava työaika on selvästi tärkein lasten hoidon ja ansiotyön yhdistämisen apukeino. Yhtä lailla toivottuja ovat erilaiset jaksotetut vapaat, mikä tarkoittaa joustavaa työn ja vapaa-ajan yhdistämistä. (Kontula 2018, 110–111.) Työlainsäädännön tavat ansiotyön ja omaishoidon joustavampaan yhteensovittamiseen ovat edelleen melko huonosti tunnettuja tai niitä ei osata käyttää. Havainnot osoittavat, että työsopimuslain tarjoama oikeus olla pois työstä myös vanhempien lasten tai aikuisten hoidon järjestämiseksi, ei ole hyvin tunnettu keino edes asiantuntijoiden keskuudessa. (Kalliomaa-Puha 2018, 43.)

Naisten on todettu tekevän miehiä enemmän työhön liittyviä myönnytyksiä, kun he sovittavat yhteen työn ja perhe-elämän vaatimuksia. Tämä näkyy myös keski-ikään ajoittuvassa hoivavaiheessa. Suomalaisissa tutkimuksissa on havaittu, että monet vanhempiaan hoivaavat ja heitä arjen askareissa avustavat naiset eivät aina tiedosta toimivansa omaishoitajina, vaan ajautuvat hoivaajan rooliin tilanteen pakottamina. Virallisen omaishoidon ulkopuolella olevien tuen tarpeesta puhutaan vähän. Outi Jolanki pitää omaisistaan huolehtivia ihmisiä varsin näkymättömänä ryhmänä. Moni läheisiään auttava työssäkäyvä taistelee niin syyllisyyden, ajanpuutteen kuin erilaisten käytännön huolten kanssa, mutta eivät itsekään tunnista kuuluvansa omaishoitajiin. (Kononen 2019.) Merkittävä osa informaalista hoivatyöstä venyttää kokonaistyöajan määrää, ja läheiset joutuvat usein kohtuuttomien tilanteiden eteen yhdistellessään sekä lasten tarpeita että vanhusten hoivaa (Koistinen 2010, 382).

Tutkimusten mukaan hoivan tempo ja useus yksittäisinä tekijöinä eivät useinkaan selitä hoivaajien ajatuksia tai päätöksiä luopua työstä ja hakeutua eläkkeelle. Lopullinen päätös työstä

poisjäämiseen muodostuu useimmiten työhön, hoivan luonteeseen ja omaan terveyteen liittyvien tekijöiden yhteisvaikutuksesta. Eurooppalaiset tutkimukset osoittavat, että suuri osa ikäihmisten hoivasta tapahtuu perheen sisäisten vastuujakojen mukaisesti. Monet parhaassa työiässä olevista naisista joutuvat vastentahtoisesti alentamaan työ- ja urakehitystään tai jäämään työstä pois joko tilapäisesti tai pysyvästi. (Kauppinen & Jolanki 2012, 150–153.) Teppo Kröger toteaa, että Britanniassa lähes kaksi miljoonaa ihmistä on lopettanut ansiotyöt hoivavelvollisuuksien vuoksi. Suuntaus pitää ottaa Suomessakin vakavasti, sillä perheen ja omaisten avun merkitys vanhusten hoivassa on ollut nousujohteinen viime vuosien ajan. (Honka 2017.)

3 Hoivan ajallisuus

Seuraavassa luvussa perehdytään aika -käsitteeseen ja sen hoivayhteyksiin. Tekstissä esitellään tutkimuksen kannalta oleellisia käsitteitä eli hoivatoimintojen ajallisia ominaisuuksia Barbara Adamin (2004) teoreettisen mallin avulla. Kappaleessa esitellään lyhyesti aikajärjestykset ja pohditaan naisten ja miesten erilaista suhdetta aikaan ja ajankäyttöön. Viimeisenä perehdytään tarkemmin kotitalouksien ajankäytön kokonaisuuteen ja työn ja perhe-elämän mukanaan tuomiin aikaristiriitoihin aiheesta tehdyn tutkimuksen valossa.

3.1 Aika -käsitteen yhteys hoivaan

Barbara Adam on käsitteellistänyt aikaa moniulotteisena teoreettisena ilmiönä. Hän kritisoi aikaisempaa yhteiskuntatieteellistä tutkimusta siitä, että se keskittyy liikaa dualismeihin, kuten traditionaaliseen ja moderniin aikaan, luonnon aikaan ja sosiaaliseen aikaan tai kvalitatiiviseen ja kvantitatiiviseen aikaan. Dualismien sijaan Adam korostaa ajallisuuden moniulotteisuutta ja sen yhteyttä paikkaan, aineeseen ja kontekstiin. Adam (2004, 143–144) on kehittänyt ajan eri ulottuvuuksia ja niiden yhteyksiä kuvaavan ”timescape” käsitteen. Keskeisiä käsitteeseen liittyviä ulottuvuuksia tai toimintojen ajallisia ominaisuuksia ovat: kesto, ajoitus, tempo, sekvenssi ja ajanjakso. *Kesto* kuvaa ajallista etäisyyttä eli aikahorisonttia ja ilmaisee kuinka kauan. Kesto on yksi eniten tutkimuksissa käytetty ajankäytön käsite ja se kertoo toimintoihin käytetyn ajan määrän. *Ajoitusta* kuvaavat vuorokaudenaika, viikonpäivä

sekä vuodenaika. Ajoitus vastaa kysymykseen siitä, milloin jotain tapahtuu. (Adam 2004; Pääkkönen 2010, 22.)

Tempoa koskevia käsitteitä ovat nopeus, tahti, muutosvauhti ja intensiteetti. Tempo ilmaisee kuinka paljon toimintaa tietty ajanjakso sisältää. Sen tunnetuin seuraus on länsimaiselle yhteiskunnalle ominainen kiireen kokemus. Kiireen tuntemusten lisääntyminen ja yleistyminen johtuvat osaltaan vapaa-ajan pirstaloitumisesta. Tällä on merkitystä myös sukupuolten tasa-arvon kannalta. Myös monen asian yhtä aikaa tekeminen eli monisuorittaminen, ajan intensiteettiä kuvaavana piirteenä kuuluu ajankäyttötutkimuksen piiriin. Ajankäytöllisestä näkökulmasta voidaan selvittää myös *sekvenssejä* eli toimintojen peräkkäisyyttä ja järjestystä. Niiden kautta voidaan havainnoida tehtävien määrää ja niiden toteuttamista toisiaan seuraavina jaksoittaisina sarjoina tai toimintaketjuina. *Ajanjaksolla* voidaan kuvata esimerkiksi päivää tai viikonpäivää tai pidempää ajanjaksoa, kuten viikkoa, vuodenaikaa ja vuotta. Ajanjaksona voidaan käsittää myös elinaika, sukupolvi tai aikakausi. (Adam 2004, 143–144; Pääkkönen 2010, 21–22.)

Suomessa teoreettista ajan yhteiskuntatieteellistä tutkimusta on tehnyt muun muassa Raija Julkunen aina 1970-luvulta lähtien. Julkusta mukaillen aikajärjestykset voidaan jakaa kolmeen: esimoderniin, teolliseen ja uuteen eli informaatioajan regiimiin. Esimoderni aika oli syklistä ja luonnon oma kiertokulku määräsi kellonajan sijaan sen, milloin tehtävät suoritettiin. (Julkunen, Nätti & Anttila 2004, 20.) Teolliselle aikajärjestykselle oli ominaista ajan lineaarisuus, kumulatiivisuus ja kontrolloitavuus. Palkkatyöläinen orientoitui aikaan, ei tehtäviin. (Pääkkönen 2010, 21). Teollisen yhteiskunnan aikajärjestykseen limittyivät vähitellen jälkiteolliset ja globaalit informaationaaliset aikakauden ominaispiirteet. Uudessa aikajärjestyksessä ennakoitavuus on vaihtunut pyörteisiin prosesseihin. Aika on tihentynyt ja yhtäläistynyt, ja monia asioita tehdään samanaikaisesti. (Julkunen, Nätti & Anttila 2004, 21–24.)

Julkusen (1985) mukaan miesten ja naisten suhde aikaan ja tilaan eroaa toisistaan ja heijastaa heidän paikkojaan sukupuolijärjestelmässä. Arkipäiväiset stereotypiat olettavat sukupuolten suhteen aikaan ja ikään erilaiseksi. Perinteisesti ajatellen maskuliiniseen aikarationaliteettiin kuuluvat delegointi ja kyky ostaa aikaa, kun taas naisrationaliteettia hallitsee monisuoritta-

minen eli kyky tehdä useita asioita yhtä aikaa. Tämän ajan haasteista selviytymiselle on ominaista maskuliinisten ajankäyttörationaali-teettien yhdistäminen asioiden yhtäaikaiseen hallintaan. Tätä kuvastaa hyvin naisten kyky liikkua sujuvasti sekä perhe- että työelämän osaluilla. Koska erilaiset työt vaativat erilaista suhdetta aikaan, nainen elää kahdessa elämänyhtymässä ja kahdessa ajassa, perheen reproduktiivisessa ja palkkatyön lineaarisessa. (Julkunen 1985, 295–306.) Hoivaa on nimitetty reproduktiiviseksi eli uusintavaksi työksi erotuksena produktiivisesta ansiotyöstä (Kuronen 2015, 64).

3.2 Aikahorisontit ja -kehukset hoivan kontekstissa

Yhteisinä tekijöinä uudessa aikajärjestyksessä ovat lyhytjänteisyys, rutiinien murentuminen sekä epävarmuus. Ajankäyttötutkimukset kertovat siitä, miten vapaa-aika lisääntyy, vaikka tosiasiassa perheen kanssa vietetty aika tuntuu entistä niukemmalta. Kiireen ja ajan puutteen kokemus ovat yhä vahvemmin läsnä. Elias (1993, 82) kirjoittaa aikapakko-käsitteestä, joka säätelee elämää. Sillä tarkoitetaan ihmisten välillä vallitsevaa riippuvuuksien verkkoa, jota aikakuri ja ajantaju entisestään tihentävät. Naisten vahvempi läsnäolo työmarkkinoilla lisää ja luo uusia aikapakkoja perheiden arkeen. Erityisesti työssäkäyntiä ja läheishoivaa yhdistävissä talouksissa arjesta muodostuu eräänlainen palapeli, jossa elämää ja sen eri vaiheita pyritään jatkuvasti suunnittelemaan ja ennakoimaan. Aina avoinna oleva yhteiskunta ja yhteisten sääntöjen haurastuminen vähentävät ihmisten keskinäisiä aikatauluja ja kasvattavat yksilön roolia oman aikansa säätelijänä. Yhteisöllisyyttä ja sosiaalista sidosvoimaa yhteiskunnassa voidaan lisätä, kun kevennetään aikapakkoa luovia rutiineja ja pidetään yllä ihmisten yhteisiä ajallisia rytmejä ja toimintoja. (Julkunen, Nätti & Anttila 2004, 24–26; Garhammer 2002.)

Hirvonen ja Husso (2012) ovat selvittäneet tutkimuksessaan ajallisten kehysten muutosten vaikutusta hoivatyöntekijöiden toimijuuteen. Tehokkuutta ja tuottavuutta painottavassa yhteiskunnassa aika määrittyy mitattavaksi hyödykkeeksi taloudellis-hallinnollisen aikakäsitksen mukaan. Hoivatyötä jäsentävien ajallisten kehysten toiminta sen sijaan pohjautuu re-

lationalis-prosessuaaliseen aikakäsitykseen, jossa ovat vahvasti läsnä hoivan vuorovaikutteisuus sekä ajan ja tilan ulottuvuus.¹ Tulokset osoittavat, että kiireen lisääntymisen ja jatkuvan rutiinien rikkoontumisen myötä hoivatyöntekijät kohtaavat työssään yhä useammin tehtävien päällekkäisyyttä sekä ennakoimattomia tilanteita. Samanaikaisesti mielekkäät toimintamahdollisuudet vähenevät ja työn vaatimukset koetaan raskaina. On varsin tavallista, että myös koti- ja hoivatyötä alistetaan yhä enemmän suunnittelun ja ohjelmoinnin vaatimuksille. Läheisten toisilleen antamaa hoivaa ei ole mielekästä aikatauluttaa vain rationaalisen ajallisen kehyksen mukaisesti. Hoivatyössä vaaditaan kykyä huolehtia vastavuoroisesti toisista sekä olla läsnä tässä hetkessä. Lisäksi hoivan ennakoimaton luonne tekee sen ajallisen hallittavuuden hyvin haastavaksi. (Julkunen 1985; Hirvonen & Husso 2012, 128–130.)

Tikkasen (2016) mukaan hoivan sitovuus ja aika ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa. Kun ruumiillinen hoiva lisääntyy tietyt päivittäiset rutiinit vievät enemmän aikaa ja muuttuvat vaativammiksi. Toistuva rytmi tuo hoivaan ja arkeen jatkuvuutta. Päivän aikana esiintyvät siirtymävaiheet voivat kuitenkin olla jännitteisiä. Jännitteet ilmenevät keskinäisissä suhteissa vastakkaisuuksina ja riitatilanteina. Ne yleistyvät silloin, kun ajankäytön sekvenssit ovat liian täynnä toimintaa. Myös liian nopeat siirtymät voivat aiheuttaa ristiriitaa perheenjäsenten välille. (Tikkanen 2016, 89.) Hirvosen ja Husson (2012, 30) analyysi ajallisen hallinnan tehostumisesta hoivatyössä heijastelee yleisempää kokemusta taloudellis-hallinnollisen aikakehyksen ylivallassa ja sen pyrkimyksestä muovata toimijuuttamme eri elämäneläimillä. Ajan synkronointi tapahtuu aina suhteessa läheisiin, hoivattaviin ja työn kenttään, jossa elämme.

3.3 Ajankäyttökokemuksia ja aikaristiriitaa

Valtaosassa tutkimuksia on edelleen tapana tarkastella vastaajien ansio- ja kotitöihin sekä lastenhoitoon käyttämää aikaa. Naisen arki aika koostuu monista hoivan tehtävistä, joihin kuuluu läsnäoloa tässä hetkessä ja sosiaalisten siteiden ylläpitoa. Osallistuminen kodin ja perheen askareisiin on paljolti näkymätöntä ja sitä on vaikea määrällisesti mitata. (Julkunen

¹ Tuottavuutta ja tehokkuutta korostavissa yhteiskunnissa aika käsitetään hyödykkeenä, jota voidaan mitata. Tämä taloudellis-hallinnollinen käsitys on vallitseva kehys työelämän ajallisissa organisoimissa. Hoivarationaalisuus ja ajallisten rajojen epäselvyys määrittävät hoivan relationaalista ja prosessuaalista ajallista kehystä. Tämä ajallinen kehys käsittää hoivan fyysisenä, syklisenä ja affektiivisena. Em. ajalliset kehykset toimivat toistensa kanssa rinnakkain, päällekkäin ja hoivatyön käytäntöjä muovat. (Hirvonen & Husso 2012, 121.)

1985, 303.) Hook (2004) on todennut, että sukupuolten väliseen työnjakoon ja perheen sisäiseen aikarakenteeseen sekä dynamiikkaan vaikuttavat myös epävirallinen auttaminen, hoiva ja huolenpito sekä vapaaehtoistyö, ja siksi niiden huomioiminen on oleellinen osa kotitalouksien ajankäytön kokonaisuutta. Naiset ovat tukiverkoston ylläpitäjiä ja tarjoavat miehiä enemmän hoivaa ja huolenpitoa läheisille, kuten omille vanhemmille, aikuisille lapsille ja ystäville. (Hook 2004, 102–115.)

Kun tarkastellaan kokonaistyöaikaa eli ansio- ja kotityöhön yhteensä käytettyä aikaa, miesten (49 %) ja naisten (51 %) kokonaistyöajat ovat melko lähellä toisiaan kahden ansaitsijan perheissä. Miehet käyttävät enemmän aikaa ansiotyöhön ja naiset kotitöihin. (Pääkkönen 2010, 102.) Julkunen (1985) toteaa, että naisen oma aika on pitkälti sidottua eli muiden perheenjäsenten tarpeille luovutettua. Naisen aikahorisontit ovat pitkät ja perheen aika sitoo naisen vahvemmin myös sukupolviin. Naisilla on vastuu saattaa omat lapsensa aikuisuuteen ja lisäksi huolehtia vanhemman ikääntyvän sukupolven hoivasta. (Julkunen 1985, 304.) Vaikka isät ovat lisänneet osallistumistaan perheen jäsenistä huolehtimiseen, eivät yhteiskunnan odotukset isien hoitovastuun kasvamisesta näy vielä voimakkaasti perheiden arjessa. Naisilla on edelleen päävastuu kodista ja sen askareista, ja kotityöt kuormittavat erityisesti pienten lasten äitejä yhä enemmän. (Miettinen & Rotkirch 2012; Lammi-Taskula & Salmi 2014, 76.)

Pitkällä työajalla (yli 40 tuntia viikossa) on havaittu selkeä yhteys koettuun aikalistiriitaan työn ja perheen välillä niin lapsiperheissä kuin lapsettomilla pareilla. Aiemmat havainnot osoittavat, että kahden ansaitsijan perheissä puolisoitten työmarkkina-asetukset muistuttavat usein toisiaan työsuhteiden ja työaikojen osalta, mikä voi moninkertaistaa ristiriidan tunteuksia. Pitkän työajan yhteys liialliseen työnteon kokemiseen ja työn ja perheen välisiin jännitteisiin korostuu naisilla. (Tammelin 2009a, 140; Nätti & Väisänen 2000, 60.) Naisten kasvava kotityöpanos voi lisätä kaksoistaakan riskiä, kun ansiotyöpäivän jälkeen tehdään vielä toinen työvuoro kotona (Miettinen & Rotkirch 2012, 57–58; Pääkkönen & Hanifi 2011, 18–25). Intensiivinen osallistuminen läheis- ja omaishoivaan on yksi aika- ja kuormitusristiriidoille altistavista syistä, ja lisäksi informaalin hoivan kokonaisuus muodostaa merkittävän lisän naisten ajankäyttöön ansio- ja kotityön ohessa (Kauppinen 2013, 9; Hook 2004).

Leinosen (2011) tutkimus, joka toteutettiin osana WoCaWo-tutkimusprojektia, selvitti työssäkäyvien läheis- ja omaishoivaajien kuvauksia tyytymättömyyttä aiheuttavista hoivasuhteista. Tutkimuksessa perehdyttiin siihen, miten epätyytyttävät hoivasitoumukset ovat yhteydessä palvelujen saatavuuden ongelmiin tai rajoittuneeseen palvelujen käyttöön. Tulokset osoittavat, että hoidon vaatima fyysinen ja henkinen kuormittavuus on yhteydessä hoitajien vähäiseen oman ajan määrään ja sen stressaavuuteen. Vapaa-ajan vähyden lisäksi haastavilta puuttuu omaa aikaa, jolloin ei tarvitsisi huolehtia läheisen hyvinvoinnista ja jaksamisesta. Ajankäyttöön liittyvät ongelmat johtuvat pitkälti sosiaali- ja terveystalouden vaikeasta saatavuudesta ja niiden taustalla vaikuttavista rakenteellisista ongelmista. Leinonen (2011) ehdottaa, että hoivaajien oikeus omaan aikaan ja vapaa-aikaan tulisi olla yhtä selvästi ja vahvasti määritelty kuin oikeus hoivaan tai työssäkäyntiin. (Leinonen 2011, 99–106.)

Kauppisen ja Silfver-Kuhalammen (2015) läheis- ja omaishoivaa käsitelleessä tutkimuksessa selvitettiin kaksinkertaisen hoivataakan yhteyksiä hoivakuormitukseen ja työssä jaksamiseen. Työssäkäyvistä vastaajista 13 prosenttia lukeutui kahden hoivan puristuksessa eläviin vastaajiin. He kokivat useammin laiminlyövänsä hoivavelvoitteita työn vuoksi verrattuna niihin, joilla kaksoishoivataakkaa ei ollut. Kahteen suuntaan hoivaavilla oli myös useammin hoivakuormitukseen liittyviä riittämättömyyden tuntemuksia. Vastaajat olisivat halunneet tehdä hoidettavansa hyväksi enemmän ja hoitaa häntä paremmin. He raportoivat enemmän stressiä hoivan, työn ja perheestä huolehtimisen yhteensovittamisesta. Etähoivaajille pitkät välimatkat olivat erityisen haastavia, sillä heidän mielestään käynnit hoidettavan luona toteutuivat liian harvoin. (Kauppinen & Silfver-Kuhalampi 2015b, 69.) Ristiriidan tuntemukset olivat verrattavissa Gustaf Molanderin (2014) hoitoalan työntekijöiden eettistä kuormitusta käsittelevän tutkimuksen tuloksiin.

Margaret Neal (2007) on tutkinut Yhdysvalloissa työssäkäyviä ”sandwiched”-pariskuntia, jotka hoivaavat sekä omia lapsiaan että ikääntyviä vanhempiaan. Heitä on noin 9–13 prosenttia keskiluokkaisista amerikkalaispareista. (Neal & Hammer 2007.) Tutkimustulosten mukaan hoivan ja työn yhdistämisen vaiheeseen liittyy ajankäytöllisiä ristiriitoja ja riittämättömyyden tuntemuksia. Hoivaajat kokevat enemmän masentuneisuutta suhteessa koko väestöön, mikä lisää myös elämään tyytymättömyyttä. (Sloan Work and Family Research Network 2007.) Kokonaisuudessaan vastaajat raportoivat kuitenkin enemmän työn ja perheen yhteensovittamisen positiivisia yhteisvaikutuksia verrattuna negatiivisiin tekijöihin.

Työtä ja perhettä yhdistävällä moniroolisuudella on selitetty myös kahteen suuntaan hoivavien tyytyväisyyttä perheeseen ja elämään. Roolien päällekkäisyys voi aiheuttaa ylikuormitusta, mutta pääsääntöisesti sillä on myönteinen ja voimaannuttava vaikutus, kun eri roolit tukevat toisiaan. (Burke, Field & Cooper 2012; Kauppinen & Silfver-Kuhalampi 2015b, 57.)

4 Hoivasuhde ja sosiaalinen vuorovaikutus

Seuraavaksi tarkastellaan hoivaa ja sosiaalista vuorovaikutusta. Tähän vuorovaikutussuhteeseen liittyy vahvasti vastavuoroisuus ja keskinäinen riippuvuus. Luvun alussa perehdytään ensin tarkemmin eettisesti kestävään hoivaan ja hoivaetiikan keskeisiin lähtökohtiin. Sen jälkeen tarkastellaan hoivaa ja vastavuoroisuutta. Luvun loppuun perehdytään vielä läheissuhteiden sidosvoimaan ja sukupolvien väliseen vuorovaikutukseen ja yhteydenpitoon.

4.1 Eettisesti kestävä hoivan lähtökohdat

Hoivaetiikassa (ethics of care) korostetaan kahden tai useamman henkilön välisen hoivasuhteen relationaalisuutta ja keskinäistä riippuvuutta sekä vastavuoroisuutta. Hoivaetiikka edellyttää sen tunnustamista, että yhä useampi ihmisistä toimii hoivaajina tai hoivattavina jossakin vaiheessa elämää. Hoivan erityisyys tulee esiin tarvitsevuuden käsitteen kautta, sillä toinen osapuoli on tarvitseva ja hoivan tarpeessa oleva henkilö. Keskeistä hoivaetiikassa on näkemys siitä, että ihminen ei ole vain omaa etuaan tavoitteleva individualisti, vaan erilaisen yhteisöjen jäsen ja siten aina suhteessa toisiin ihmisiin. Hoivasuhteen erityislaatua kuvaa keskinäinen riippuvuus (interdependency). Tämä käsite on usein kriittisessä suhteessa itsenäisyyden (dependency) ja autonomian (autonomy) käsitteisiin. Hoivasuhde ei saisi johtaa siihen, että hoivan tarvitsija nähdään vajaan kansalaisena tai hoivan kohteena. Eettisesti hyväksyttävässä hoivasuhteessä molemmat osapuolet ovat suhteellisen autonomisia subjekteja. (Anttonen 2011, 143–145; Held 2006, 13–14.)

Naistutkimuksessa hoivaan yhdistetään työn lisäksi myös moraalit, jolloin puhutaan hoivaetiikasta ja sen merkityksestä niin yksilöille kuin koko yhteiskunnalle. Joan Tronto (1993,

103) määrittelee hoivan pitkälti moraalien kautta, jolloin hoiva ymmärretään leveäksi inhimillisen toiminnan alueeksi. Vaikka hoivassa on usein kyse erityisestä naistyön laadusta, siinä on vahvasti kyse tietynlaisesta luonteenlaadusta ja suhtautumistavasta maailmaan. Siiten hoivaa ei käsitetä vain naisten tekemänä erityisenä työnä. Moraalista pohdintaa vaativissa kysymyksissä hoivaetiikka painottaa tunteiden, partikulaaristen suhteiden ja tilanteiden merkitystä. Hoivaetiikkaa ja moraalista punnintaa tarvitaan myös hoivan käytäntöjen arvioimiseen ja tarkastelemiseen. (Anttonen 2011, 141–146; Held 2006, 9–13.) Kari Waernessin hoivarationaliteetin (rationality of care) käsite ilmentää sitä, miten hyvä hoiva koostuu tavoitteellisesta toiminnasta, järjestä ja tunteista. Siitä, miten suhtaudutaan läheisyyteen, haavoittuvuuteen, vastuuseen ja luottamukseen. (van Aerschot 2014, 23.) Hyvä yhteiskunta ei ole mahdollinen ilman hoivaetiikkaa, ja siksi hoivaa pidetään yhteisön universaalina arvona, vaikka käytännöt vaihtelevat kulttuurista ja ajasta toiseen (Anttonen 2011, 146).

Hoivan etiikkaa ja moraalisia rajoja voidaan pohtia tarkastelemalla hoivaa prosessina, kuten Joan Tronto (1993), joka erottelee siinä neljä vaihetta. Ensimmäisessä vaiheessa havaitaan hoivan tarve (caring about). Sen mukaisesti herää kiinnostus ja välittäminen toisten tarpeita ja tilannetta kohtaan. Toinen vaihe liittyy vastuun ottamiseen ja sen määrittelemiseen, kuinka havaittuun hoivan tarpeeseen vastataan (taking care of). Auttaminen edellyttää sitä, että tunnustetaan hoivan tarve ja ryhdytään toimeen. Sen lisäksi vaaditaan organisoimista ja järjestelyjä, jotta hoivatyö mahdollistuu. Kolmas vaihe käsittää itse hoivan antamisen eli havaitun hoivatarpeen tyydyttämisen (care-giving). Hoivan tehdyksi tuleminen edellyttää fyysistä työtä, jolla täytetään havaittu avuntarve. Neljäs vaihe kuvaa lopputulosta hoivan saajan kannalta eli hoivan arkista vastaanottamisen tasoa (care-receiving). Hoivan sisäistäminen tarkoittaa sitä, että hoivattava ottaa vastaan ja hyväksyy saamansa avun, kuten ruokapalvelun tai kylvetyksen. Tronton jaottelu konkretisoi hyvin hoivan reunaehtoja ja prosessin eri vaiheiden monimuotoisuutta. (Tronto 1993, 105–108; Kuronen 2015, 71–73.)

4.2 Hoiva ja vastavuoroisuus

Hoivan käsitteen avulla voidaan ymmärtää ajalle tyypillisiä sosiaalisia suhteita ja sosiaalista toimijuutta. Noddings (2003, 69) tuo esiin hoivan merkityksen vuorovaikutussuhteena, johon liittyy oleellisena osana keskinäinen riippuvuus ja vastavuoroisuus hoivaajan ja hoivat-

tavan välillä. Hoivatyö edellyttää sitoutumista, toisten tarpeisiin vastaamista, läsnäoloa, kärsivällisyyttä ja myös rakkautta. Hoiva on myös resurssi, jonka määrä vaihtelee yksilöstä toiseen. Resurssina se on kuin sosiaalinen pääoma, jota syntyy sosiaalisissa luottamuksellisissa suhteissa. (Anttonen 2011, 149.) Läheishoivaan liitetään usein ystävyys- ja rakkauden tunteet, mikä vahvistaa hoivan vastavuoroista luonnetta ja palkitsevuutta. Vaativimmillaan hoivaa voidaan kuvata kokonaisvaltaiseksi vuorovaikutussuhteeksi ja vähimmilläänkin se pyrkii takaamaan hoivattavan turvallisuuden tunteen ja hyvinvoinnin. (Koistinen 2003, 73.)

Myönteiset tunteet kanssaihmissä kohtaan saavat yleensä tekemään vastavuoroisia tekoja. Myönteisten tunteiden lisäksi vastavuoroisuus voi perustua velvollisuuteen, jolloin toisten odotusten ja toiveiden mukainen toiminta voi tuntua pakonomaiselta ja vastentahtoiselta. (Törrönen 2016, 11–12.) Hyvinvointia edistävä vastavuoroisuus on orgaanista, joustavaa ja eleeöntä. Ihminen on valmis antamaan apua toiselle, vaikka ei itse saa vastapalvelusta. Vastavuoroisuus voi olla myös yleistä auliutta ja valmiutta tehdä hyvää toiselle ilman sitovia velvoitteita. (Karisto 2016, 28.) Asettumalla heikon ja haavoittuneen osaan hoivaaja tunnistaa itsessään myös tämän ulottuvuuden. Se luo pohjaa realistisemmalle ja monimuotoisemmalle elämänasenteelle. (Koistinen 2003, 27.)

Vastavuoroisuus ilmentää vahvaa intentionaalisuutta, me-moodia, jota voidaan pitää sosiaalisuuden ytimenä (Tuomela & Mäkelä 2011, 90). Vastavuoroisuus selittää osaltaan ihmisten toiminnan kollektiivista luonnetta, joka välittyy yksilölliselle, yhteisölliselle, yhteiskunnalliselle ja jopa globaalille tasolle saakka. Pierre Bourdieu (2000) esittää, että vastavuoroisuus voidaan nähdä universaalina riippuvuutena muiden arvioista. Sen mukaisesti yhteisön hyväksyntä on ihmisen olemassaolon ja merkityksen etsimisen syvin päämäärä. (Törrönen 2016, 12.) Vastavuoroiset suhteet vahvistavat ihmisiä ja auttavat heitä tuntemaan rakkautta, empatiaa ja lojaaliutta toisia kohtaan. Sosiaalisissa suhteissa osoitetaan toisille solidaarisuutta ja ihmiset ovat toisiinsa eri tavoin emotionaalisesti kiinnittyneitä. Tämä myötävaikuttaa yhteisöjen, vertaissuhteiden ja sukupolvisuhteiden kehittymiseen ja ylläpitoon. (Törrönen 2018, 120.)

Sukupolvien välinen vastavuoroisuus on pitkälti ketjutettua eli edellinen polvi antaa omastaan seuraavalle. Omista lapsista huolehtiminen on universaalisti omaksuttu velvoite. Sen

sijaan omista vanhemmista huolehtimiseen ei Suomessa ole lakisääteistä velvollisuutta. Hoivan ja huolenpidon lisäksi myös arkinen kanssakäyminen on erityisesti ikäihmisille tärkeä hyvinvoinnin lähde ja usein vanhemmat sukupolvet antavat keskinäiselle vuorovaikutukselle enemmän arvoa nuorempiin verrattuna. Kokonaisvaltainen kohtaaminen voi syventää vastavuoroisuutta ja vähentää tekemisen ja kohtaamisen välistä ristiriitaa. (Karisto 2016, 36–37.) Neal ja Hammer (2007) painottavat, että vastavuoroinen suhde vanhemman ja häntä hoivavaan lapsen välillä syvenee ja hyödyttää molempia osapuolia eniten silloin, kun ikääntyvät vanhemmat voivat myös osallistua ja toimia lastensa apuna erilaisissa hoiva- ja huolenpito-tehtävissä (Sloan Work and Family Research Network 2007).

4.3 Läheissuhteet ja sidonnaisuus

Merkitykselliset läheissuhteet omiin lapsiin, vanhempain, sukulaisiin sekä puolisoon sisältävät erityistä sitomisvoimaa ja ovat siten suhteista kokonaisvaltaisimpia. Läheisimmät suhteet vaikuttavat minuuden kehitykseen, elämänvalintoihin sekä antavat tukea ja hoivaa elämän eri vaiheissa. Sidoksilla tai siteillä viitataan sellaisiin suhteisiin, joissa vallitsee jonkinlainen keskinäinen riippuvuus tai sitova yhteisyys. Suhde sen sijaan toimii laajana kattokäsitteenä. (Ketokivi 2014, 140–143.) Suhdemuodostelmassa on erilaisia ja erilaisista lähtökohdista syntyviä sidoksia. Suhdemuodostelmaan kuuluvilla on myös erilaisia rooleja. Sosiaalisen sidoksen peruskysymyksenä voidaan pitää sitä, mikä liittyy ihmisiä yhteen tai pitää yllä erilaisia suhteiden muodostelmia. (Elias 1978; Tikkanen 2016, 44.)

Usein ajatellaan, että sosiaaliset sidokset ulottuvat lapsiin itsestään selvällä tavalla, mutta sukupolvien välillä tällaiset velvollisuudet vaativat toteutuakseen erilaista huolenpitoa ja tukea. Elias (1993, 33–34) kirjoittaa, miten elämän haavoittuvuus ja hauraus edellyttävät sidoksia toisiin ihmisiin erityisesti lapsuuteen, vanhuuteen, sairauteen ja luopumiseen liittyvissä elämäntilanteissa. Tutkimusten perusteella ihmisten avunkohteiden piiri on varsin suppea, ja se muodostuu usein genealogisen eli sukulaisuuteen perustuvan läheisyyden pohjalta (Haavio-Mannila ym. 2009). Rakkaudella on oma järjestyksensä, jolloin lähipiiriin kuuluu luonnollisesti myös sukulaisuuden ulkopuolisia jäseniä, kuten puoliso tai ystäviä (Ketokivi 2010, 70). Rakkauteen pohjautuva sidoksellisuus on sijajärjestys, jota ohjaa kiintymys tai tunne läheisyydestä ja toisista välittämistä. Rakkauden pohjalta muovautuvat sosiaaliset

sidokset voivat muuttaa ja sekoittaa genealogisen läheisyyden ja sen luoman järjestyksen. (Jallinoja 2014, 172.)

Tutkimukset puoltavat näkemystä siitä, että yhteydenpidon keskiössä on ydinperhe ja sen jäsenten väliset suhteet. Suuret ikäluokat ovat usein yhteydessä lastensa ja erityisesti tyttäriensä kanssa. Sekä suuret ikäluokat että nuoremman polven edustajat pitävät tiiviisti yhteyttä äitinsä kanssa. Varsinkin nuoremmassa sukupolvissa naiset pitävät tiiviisti yhteyttä äitiinsä. Noin kaksi kolmasosaa molempien ikäluokkien edustajista on myös vähintään kerran viikossa yhteydessä isänsä kanssa. Naiset vaikuttavat olevan keskeisessä roolissa niin yhteyden ylläpitäjinä kuin yhteydenpidon kohteina. Yhteydenpito vanhempien suunnalta lapsiin on vilkasta, sillä lähes neljä viidesosaa suuriin ikäluokkiin kuuluvista pitää viikoittain yhteyttä lapsiinsa. (Haavio-Mannila ym. 2009, 42–43.) Työssäkäyville hoivaajille perheen ja lähipiirin tuella on erityisen suuri merkitys (Kauppinen ja Silfver-Kuhlampi 2015b, 32). Myös Vallbackan (2019) haastatteluaineistoon pohjautuva Pro gradu -työ omaishoitajien kokemuksista vahvistaa osaltaan näkemystä siitä, että läheisten tuella on iso merkitys hoivaajalle. Vaikka omaishoitajat kokevat kantavansa yksin päävastuuta hoivasta, apuun ja tukeen liittyvissä kysymyksissä vaivataan mieluummin omaa perhettä, kuten puolisoa ja lähipiiriä kuin ystäviä tai kaukaisempia tuttavuuksia. (Vallbacka 2019, 53.)

Nealin ja Hammerin (2007) tutkimukset vahvistavat puolison positiivista merkitystä hoivaajan arjessa. Hoivaajat luottavat vahvasti puolison tukeen hoivaprosessin aikana. Myönteinen tuki ja palaute sekä toimiva suhde puolisoon vaikuttavat myönteisesti hoivaajien hyvinvointiin ja lisäävät perhe-elämään tyytyväisyyttä. Toisaalta, jos keskinäinen suhde puolisoitten välillä on haastava, tyytyväisyys heikkenee. Puolisoiden kokemuksissa oli havaittavissa myös heijastevaikutus, mikä ilmeni puolisoitten yhtenäisinä ja toisiaan muistuttavina tunnetiloina. Siten tyytyväisyys tai tyytymättömyys tulivat esiin useimmiten molemmilla puolisoilla samanaikaisesti. (Sloan Work and Family Research Network 2007.) Kahteen suuntaan hoivaavien pariskuntien hyvinvointiin myötävaikuttivat lähipiirin antama emotionaalinen tuki sekä hoivaa tukevat työkäytännöt. (Kauppinen & Silfver-Kuhlampi 2015b, 57.)

Tikkanen (2016) kuvaa omaishoidon arkea ja omaishoidon eri vaiheisiin liittyviä sidoksia ja kokemuksellisia tekijöitä iäkkäiden puolisoitten näkökulmasta. Tutkimuksessa yhdistetään

niin inhimillisen suhdemuodostelman kuin materiaalisten sidosten tarkastelu. Arjen muuttuvaa sidoksellisuutta kuvaavat huokoinen, kuormittava, painava ja kiinnipitävä hoiva. Huokoista arkea eletään tilanteessa, jossa hoivaaja ja hoidettava eivät liity toisiinsa täysin tiiviisti ja arjessa on vielä tilaa sekä omille että yhteisille sosiaalisille suhteille. Kuormittava arki viittaa tilanteeseen, jossa hoivattavalla on jo mahdollisesti pitkäaikaissairauksia. Elämäntilanne on huokoiseen arkeen verrattuna kuormittavampaa ja vie enemmän voimia. Painava hoiva on taakaltaan raskaampaa ja liittyy tilanteisiin, joissa hoivattava on liikuntakyvytön. Arkea kuvaa ankaruus ja vaikea kestettävyyys. Tilannetta keventää se, jos hoidettavan ja hoivaajan välillä on edelleen vastavuoroisuutta. Kiinnipitävä hoiva on lukittua ja yhtenäistä, ja olotilaa voidaan kuvata kiinnisidotuksi. Hoivattava ei pysty liikkumaan ja hänellä on useita sekä fyysistä että henkistä vajavuutta aiheuttavia sairauksia. (Tikkanen 2016, 89–90.)

4.4 Sukupolvisuhteiden tiiviys

Aikuiset lapset perheineen ovat hoivaa tarvitseville vanhemmille tärkeä avun lähde. Avun ja hoivan antamiseen vaikuttavat perheen pitkä yhteinen historia ja sen myötä muodostuneet tavat auttaa ja toimia vastavuoroisesti. (Zechner & Valokivi 2009, 166.) Elias (1993, 33) toteaa, että ihmisen olemus tulee esiin siinä, mitä hän merkitsee toisille ihmisille tässä hetkessä ja myös tuleville sukupolville. Sen vuoksi ihminen on riippuvainen ihmiskunnan jatkuvuudesta halki sukupolvien. Sukupolvien välisistä suhteista tehdyt tutkimustulokset osoittavat, että sukulaisten välinen vuorovaikutus ja tuki ovat edelleen vahvalla pohjalla huolimatta yhteiskunnassa tapahtuneesta yksilöllistymiskehityksestä. Kyseessä on useimmiten sukulaisten välinen avunanto tai solidaarisuus. Kotona asuville vanhuksille perhe ja omaiset ovat haastattelututkimusten mukaan tärkeimpiä avun antajia. Vanhuksen oma sosiaalinen verkosto ja perheiden rooli ovat vain korostuneet, kun kotihoidon luonne on muuttunut intensiivisempään ja sairaanhoidollisempaan suuntaan. (Honka 2017.)

Monissa tapauksissa ikäihmisen arjen tukeminen on entistä enemmän läheisten vastuulla. Sukupolvien välinen avunanto jaetaan usein taloudelliseen ja käytännölliseen apuun sekä emotionaaliseen tukeen ja yhteydenpitoon. Käytännön apu sisältää konkreettista toimintaa, kuten lastenhoitoa, kotiapua, kuljetusta tai neuvoja ja ohjausta. Taloudellinen avunanto kulkee tavallisesti vanhemmista sukupolvista nuorempiin, kun taas konkreettisessa auttamisessa aikuiset lapset ovat usein antavana osapuolena. Perinteisesti tutkimustulokset ovat

osoittaneet, että läheisapua antavista yli puolet auttaa omia vanhempiaan, kun lapsiaan auttaa vain viisi prosenttia. (Haavio-Mannila ym. 2009, 13.)

Hoivaaminen ja auttaminen kasaantuu useimmiten yhdelle lapsista. Tähän voi olla syynä se, että hoivan kokonaisuutta on vaikea jakaa erillisiin tehtäviin useamman henkilön kesken. Toisaalta hoivaa antavan lapsen ja vanhemman välinen suhde on voinut sisältää jo aiemmin auttamista ja huolenpitoa. Siten hoivaaminen toimii jatkumona jo opitulle tavalle jakaa vastuuta ja huolehtia asioista. Lasten osallistuminen vanhempiensa hoivaan on vahvasti yhteydessä myös kulttuurissa vallitseviin normeihin. (Zechner & Valokivi 2009, 166–167.) Keski-ikäiset naiset auttavat eniten ja myös antavat useimmiten vaativaa ja pitkään kestävästä hoi-vaan. Lähes kolmasosa suurten ikäluokkien naisista on eniten yhteydessä äitinsä kanssa ja kymmenen prosenttia isänsä kanssa. Suhteessa on havaittavissa vastavuoroisuutta, sillä myös suurten ikäluokkien vanhemmat ovat usein yhteydessä aikuisiin lapsiinsa. (Haavio-Mannila ym. 2009, 42–43.)

Tutkimustulosten mukaan yhteydenpito nuorimman ja vanhimman sukupolven välillä on konkreettisesti vähentynyt. Nuorimman polven vastaajista vain viisi prosenttia on viikoittain yhteydessä isovanhempiinsa. Äidinäitiin pidetään tiiviimmin yhteyttä kuin muihin isovanhempiin. Yleisimpiä tapaamistilaisuuksia suvun kesken ovat merkkipäivät, vuosittaiset juhlat sekä sukukokoukset. Suuret ikäluokat ja heidän vanhempansa suhtautuvat auttamiseen pyyteettömämmin verrattuna nuorempaan ikäpolveen. Vastanneista yli puolet eivät odota saavansa autettavalta omaiseltaan apua, kun sitä itse tarvitsevat. Suurten ikäluokkien lapsista vain kolmannes on samaa mieltä eli heistä huomattavasti useampi odottaa saavansa vasta-apua omaiseltaan. (Haavio-Mannila ym. 2009, 44–93.)

Sukulaisten välinen auttaminen on edelleen keskeisessä roolissa ihmisten välisessä vuoro-vaikutuksessa. Evoluutioteorian näkemys siitä, että biologisia sukulaisia autetaan enemmän kuin muita läheisiä, saa vahvistusta myös tutkimustuloksista. Tosin myös ristiriitoja ja eri-mielisyyttä ilmenee useammin biologisten sukulaisten välillä. Sosiologiset teoriat korostavat sitä, että yhteiskunnassa voimistuvan yksilöitymisen myötä sosiaaliset suhteet rakentuvat mieltymysten kautta, eivätkä niinkään velvollisuudentunteen tai sitoutumisen pohjalta. Tu-

lokset kuitenkin osoittavat, että moni pitää sukulaisten auttamista itsestäänselvyytenä, riippumatta siitä, koetaanko se velvoittavana vai mieleisenä tehtävänä. (Haavio-Mannila ym. 2009, 119–120.)

5 Tutkimustehtävä ja menetelmät

Seuraavassa luvussa perehdytään tarkemmin tutkimuksen lähtökohtiin ja teoreettiseen viitekehykseen sekä tutkimuskysymyksiin. Kappaleessa esitellään valmis aineisto, jota tutkimuksessa on hyödynnetty, ja sen lisäksi kerrotaan tarkemmin kohderyhmästä ja sen keskeisistä taustatiedoista. Lisäksi perehdytään tutkimuksessa käytettyihin menetelmiin ja niiden teoreettiseen taustaan. Lopuksi käydään lävitse analyysin toteutusta ja esitetään tutkimusasetelman kannalta keskeiset teemat ja kategoriat.

5.1 Tutkimuksen lähtökohdat ja tutkimuskysymykset

Tämän tutkimuksen kontekstina toimii informaalin omaishoivan ja ansiotyön yhteensovittaminen. Tutkimus pyrkii aineistolähtökohtiensa kautta lisäämään työssäkäyvien omaishoitajien elämäntilanteiden teoreettista ja empiiristä ymmärrystä sekä etsimään ratkaisuja läheistään auttavien ongelmiin ja tarpeisiin. Tutkimuksen taustalla ja kiinnostuksen kohteena on hoivatoimintaa jäsentävät ajalliset kehykset ja se, miten ne ilmenevät läheishoivan kontekstissa. Hoivatyön ruumiilliset ja affektiiviset ominaisuudet ovat usein ristiriidassa tuottavuutta painottavassa yhteiskunnassa, jossa myös aikaa määrittää mitattavuus ja tehokkuus (esim. Hirvonen & Husso 2012). Hoivasuhteelle ominainen riippuvuus ja sen välttämättömyys haastaa länsimaista individualismia ja taloudellisen liberalismien yksilökäsityksiä, joissa korostetaan toimijuutta ja itsenäisen subjektin roolia (Anttonen & Zechner 2009, 37).

Käsillä oleva tutkimus on laadullinen ja sen keskeisenä menetelmänä käytetään sisällönanalyysiä. Laadullisen tutkimusotteen avulla voidaan selvittää hoivaan käytetyn ajan sisällöllistä ulottuvuutta ja ymmärtää mahdollisia taustalla vaikuttavia neuvottelu- ja vastuukysy-

myksiä, joita määrällinen tutkimus ei voi tavoittaa (Ylikännö 2009, 123). Tutkimus ei sitoudu vahvasti mihinkään tutkimukselliseen paradigmaan tai viitekehykseen. Tapa suhtautua todellisuuteen kytkeytyy kriittiseen realismiin ja sen näkökulmaan eli kielen ja ihmisten esiintuoman puheen välillä nähdään vastaavuutta sille, miten asiat todellisuudessa ilmenevät. Todellisuus on jossain määrin yhteinen ja objektiivinen, mutta samalla siihen suhtaudutaan kyseenalaistaen ja kriittisesti. Kriittisyys ja reflektio ovat olennainen osa kaikkea tutkimusta. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006, 76–77.) Tämän tutkimuksen teoreettiset lähtökohdat paikantuvat osaltaan myös hoivaetiikkaa koskevaan feministiseen keskusteluun. Käsillä olevassa tutkimuksessa hoiva määrittyy työnä ja sen erityisenä muotona. Myös laajemmassa kuvassa katsottuna, hoiva on edelleen suurelta osin naisten työtä niin palkatta kuin palkattunakin (esim. Noddings 2003).

Tutkimuskohteena ovat kahteen suuntaan hoivaavat niin sanotut ”sandwiched” -elämänvaiheen naiset, jotka elävät nuorempaa ja vanhempaa sukupolvea edustavien hoidettaviensa välissä. He huolehtivat työssäkäynnin ohella omasta vanhemmastaan tai molemmista vanhemmistaan ja osa heistä sen lisäksi vielä muusta läheisestään. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää sitä, miten vastaajien aika jakautuu kodin ja työn välillä sekä oman perheenjäsenten että hoivattavan kesken. Tutkimuksessa kartoitetaan vastaajien näkemyksiä omasta ajasta ja sen riittävydestä. Erityinen mielenkiinto kohdistetaan hoivaan käytettyyn aikaan ja sen ominaisuuksiin, kuten keston, ajoitukseen ja tempoon. Koska tutkimuksen keskiössä ovat työssäkäyvät naiset, on kiinnostavaa tietää, millaisena hoivatehtävien suorittaminen (sekvenssit) ja elämänmenon nopeatahtisuus näyttäytyvät ajankäyttörationaliteeteissa. Tutkimuksessa kartoitetaan lisäksi hoivan vastavuoroisuutta ja sidonnaisuutta kolmen sukupolven välillä tarkastellen auttamisen syitä sekä hoivasuhteen tiiviyyttä ja suuntaa hoivaajan näkökulmasta katsottuna. Päähuomio kiinnitetään hoivaajaan ja hänen puolisoonsa, lapsiin ja lapsenlapsiin sekä hoivattavaan ja heidän välillään tapahtuvaan kanssakäymiseen ja keskinäiseen tukeen.

Tutkimuskysymyksiä tarkastellaan:

1. Millaisena hoivan ajallisuus eli hoivaan käytetty aika näyttäytyy työssäkäyvien läheistään hoivaavien naisten näkökulmasta?
2. Millaista on hoivan vastavuoroisuus ja sidonnaisuus läheissuhteissa ja sukupolvien välillä?

5.2 Aineisto ja tutkimuksen kohderyhmä

Tutkimuksessa käytetään Yhteiskuntatieteellisen tietoarkiston kvalitatiivista aineistoa FSD3072 Omaishoito ja ansiotyö (2008–2009). Aineisto sisältää läheistään säännöllisesti hoitavien työssäkäyvien henkilöiden puolistrukturoituja teemahaastatteluita, joiden pääteema on työssäkäynnin ja omaishoidon yhdistäminen. Haastatteluissa käsitellään laajasti omaishoivaa, työelämää, perhettä, sosiaalisia suhteita, vapaa-aikaa ja palvelujärjestelmää. Tutkimus on osa kansainvälistä, jo päättyneitä WoCaWo-projektia (2008–2011) Working Carers and Caring Workers, Making Paid Employment and Care Responsibilities Compatible?

Suomenkieliseltä nimeltään projekti on Omaishoito, palkkatyö ja identiteetit eli siinä tarkastelun kohteena on hoivavelvollisuuksien ja työssäkäynnin yhteensovittamisen edellytykset. Aineistossa on kaikkiaan 66 haastattelua, joiden pituus vaihtelee noin 15 ja 40 A4-sivun välillä. Valtaosa (62) haastateltavista on naisia, ja heistä suurimmalla (59) osalla hoivan kohteena on itseä vanhempi lähisukulainen, kuten oma vanhempi, tati tai anoppi. Haastatteluiden taustatietoina ovat haastateltavan peitenimi, syntymävuosi, siviilisääty, perheellisyys, isovanhemmuus, sisarusten olemassaolo, ammatti, toimiala, työnantajasektori, auttamisen syy, asumisjärjestelyt, auttamisen useus ja saatu virallinen apu.

WoCaWo-projektin tavoitteena oli tutkia työssäkäynnin ja omaishoivan yhdistämisen onnistumisia ja ongelmia. Tutkimuksessa tarkasteltiin, miten työssäkäyvät omaishoitajat rakentavat identiteettiään ja miten palvelujärjestelmä, työelämän käytännöt ja kulttuuriset normit vaikuttavat työn ja hoivan yhdistämiseen. Laajempaan tutkimustehtävään oli selvittää, miten yhteiskunnan eri toimijat ja ihmisten lähiverkostot voivat tukea työssäkäyviä omaishoitajia heidän omien arvojensa mukaisesti. Tutkimuksen tavoitteena oli laajentaa työssäkäyvien

omaishoitajien elämäntilanteiden teoreettista ja empiiristä ymmärrystä. Se tuotti tietoa palvelujärjestelmälle, työmarkkinoille ja omaishoitajien etujärjestöille heidän etsiessään ratkaisuja läheistään auttavien ongelmiin ja tarpeisiin. Suomen osalta mukana projektissa olivat Jyväskylän yliopisto, Työterveyslaitos ja Kehitysvammaliitto. Hankkeen rahoittajana toimi Suomen Akatemian Työn ja hyvinvoinnin tulevaisuus -tutkimusohjelma (2008–2010) ja sitä koordinoi dosentti Teppo Kröger Jyväskylän yliopistosta. WoCaWo-projekti toimi yhteistyössä Leedsin, Tukholman sekä taiwanilaisen Yang-Ming yliopiston kanssa. (WoCaWo-hanke 2011.)

Kokonaisuudessaan WoCaWo-projektin myötä on valmistunut erilaisia tutkimuksia, julkaisuja ja esitelmiä useamman vuoden ajalta niin kansallisella kuin kansainvälisellä tasolla. Omaishoito ja ansiotyö aineistoon (2008–2009) pohjautuvia Jyväskylän yliopiston pro gradu-tutkielmia vuodelta 2011 ovat Salla Majasen yhteiskuntapolitiikan tutkimus Hoivasta hoivaan sekä Paula Vasaran sosiaalityön tutkimus Hoivan tarinoita. (WoCaWo-hanke 2011.) Anu Leinosen ja Outi Jolangin tutkimusjulkaisut käsittelevät laajasti ja monesta eri näkökulmasta omaishoivan ja ansiotyön yhdistämistä. Erityisesti Leinosen (2011) tutkimus läheistään hoivaavien oman ajan niukkuudesta ja sen yhteydestä palvelujen heikkoon saatavuuteen on ajankohtainen ja vertailukelpoinen myös käsillä olevan tutkimusasetelman kannalta.

Tämän tutkimuksen osa-aineisto koostui yhdestätoista haastateltavasta. Kohderyhmä rajattiin ansiotyössä käyviin avo- tai avioliitossa eläviin naisvastaajiin. Haastateltavat olivat kokopäivätyössä, osa-aikatyössä tai osa-aikaeläkkeellä. Useampi heistä teki vuorotyötä. Osa-aineistoon rajattiin mukaan avio- tai avoliitossa elävät naisvastaajat. Suurin osa vastaajien puolisoista oli edelleen mukana työelämässä, mutta osa heistä oli eläköitynyt erilaisten järjestelyiden kautta. Rajauksen jälkeen oli mahdollista selvittää tutkimuskysymystä kahden ansaitsijan talouksien näkökulmasta, ja huomioida lisäksi puolison merkitys läheissuhteiden verkostossa. Tutkimukseen valitut vastaajat hoitivat vanhemman sukupolven edustajaa eli omaa vanhempaa tai muuta lähisukulaista. Omaa puolisoaan hoivaavat vastaajat rajattiin tämän tutkimuksen kohderyhmän ulkopuolelle. Osa-aineistoon otettiin mukaan haastateltavat, joilla oli omia lapsia ja vähintään yksi lapsenlapsi. Koska aineiston vastaajien omat lapset olivat pääsääntöisesti jo aikuisia ja kotoa poismuuttaneita, otettiin lisätarkasteluun vastaajien suhde ja ajankäyttö omiin lapsenlapsiin. Aineiston rajauksen avulla voitiin tarkastella kolmen sukupolven välistä vuorovaikutusta.

Tässä aineistossa vastaajat eli hoivaa antavat naiset olivat iältään 54–67-vuotiaita (kyselyyn vastaushetkellä). Vastaajat olivat suurimmaksi osaksi työuransa loppupuolella lähellä eläkeikää, ja kuuluivat pääsääntöisesti vanhempiaan kotona hoivaavien ikäryhmään eli 45–64-vuotiaisiin (esim. Kauppinen & Jolanki 2012). Kaikki osa-aineistossa mukana olevat naisvastaajat elivät avo- tai avioliitossa. He asuivat pääsääntöisesti yhdessä puolisonsa kanssa. Suurimmalla osalla vastaajista myös puoliso oli edelleen mukana työelämässä. Muutamalla naisista puoliso oli kotona erilaisten eläkejärjestelyjen kautta. Osalla vastaajista oli uusi miesystävä ja he elivät uusperheen arkea. Yhden vastaajan puoliso asui palvelutalossa ja kävi viikoittain kotona. Kaikilla naisvastaajista oli lapsia ja lastenlapsia, yksi tai useampia. Lähes kaikki haastateltavista hoivasivat omaa äitiään tai molempia vanhempiaan. Vanhemman lisäksi vastaajista kolmella hoivan kohteena oli sukulainen: äidinäiti, täti tai käly. Hoivattavat olivat iältään 81–92-vuotiaita.

Taulukosta 1 voidaan havaita, että vastaajista yli puolet (6) teki kokoaikatyötä. Heistä neljä työskenteli vuorotyössä. Kaksi haastateltavaa oli osa-aikatyössä työskennellen noin 30 tuntia viikossa. Kaksi hoivaajista oli osa-aikaeläkkeellä. Yksi aineistossa mukana olleista haastateltavista oli päätoimisesti eläkkeellä, mutta teki edelleen säännöllisesti työvuoroja. Vastaajat edustivat melko monipuolisesti eri ammattiryhmiä. Haastateltavista seitsemän työskenteli hoito- ja opetusalan tehtävissä. Sen lisäksi he toimivat ravintola-, teollisuus-, tutkimus- sekä palvelualan työssä. Vastaajien joukossa oli useampia myöhemmällä iällä alaa tai työtehtäviä vaihtaneita. Tyhjät ruudut taulukossa tarkoittavat sitä, ettei haastateltavia koskevia tietoja ole saatavilla alkuperäisessä aineistossa.

Taulukko 1. Hoivaajan työssäkäyntiä kuvaavat tekijät

	Syntymä- vuosi	Ammatti	Työaika	Työn luonne
H 01	-52	perushoitaja	osa-aikatyö 30 h/vk	vuorotyö
H 13	-49	dementiahoitaja	kokopäivätyö	vuorotyö
H 20	-48	koulutussuunnittelija	osa-aikaeläke	
H 22	-42	tutkija	eläke n. 4 v	töitä ohessa
H 30		ravintolapäällikkö	kokopäivätyö	vuorotyö
H 40	-53	dementiahoitaja	kokopäivätyö	vuorotyö
H 42	-55	laborantti	kokopäivätyö	
H 43	-48	toimistotyöntekijä	osa-aikaeläke	
H 52	-47	koulusihteeri	osa-aikatyö, 30 h/vk	
H 59	-50	lehtori	kokopäivätyö	
H 64	-50	sairaanhoitaja	kokopäivätyö	vuorotyö

Tässä aineistossa vain yksi hoivaajista sai omaishoidon tukea haastatteluhetkellä. Lisäksi yhden vastaajan tapauksessa hoivattavan kotiin oli palkattu hoitaja omaishoidon tuella. Myös aiemmat tutkimustulokset vahvistavat näkemystä siitä, että suuri määrä hoivaajia (noin 20 000 henkilöä) tekee vaativaa ja sitovaa hoitotyötä ilman omaishoidon tukea (Kehusmaa 2014). Tässä aineistossa hoivattavien saama virallinen apu koostui pääsääntöisesti avohoidon palveluista, kuten koti- ja kotisairaanhoidosta, kauppa-avusta, ateriapalvelusta, palvelukotikäynneistä tai -jaksoista sekä intervallihoidosta. Hoivattavat saivat useimmiten rahallisena korvauksena eläkkeensaajan hoitotukea. Kaksi hoivattavista ei saanut läheishoivan lisäksi mitään virallista apua tai siitä ei ollut aineistossa erillistä mainintaa.

5.3 Menetelmät

Tämä tutkimus on kvalitatiivinen ja aineiston analyysimenetelmänä käytetään teoriaohjaavaa temaattista sisällönanalyysiä. Laadullisen tutkimuksen määrittely ei ole aivan yksinkertaista, mutta tietyt ominaispiirteet yhdistävät tätä tutkimuksellista otetta. Laadullinen tutkimus tarkoittaa ihmisen elämismaailman tutkimista ja tutkimuksen keskiössä ovat merkitykset, jotka ilmenevät mitä moninaisimmin tavoin (Varto 1992, 24). Laadullisille tutkimuksille on ominaista se, että ne rakentuvat aiemmista, tutkittavasta aiheesta tehdyistä tutkimuksista

ja muotoilluista teorioista, empiirisistä aineistoista sekä tutkijan omasta ajattelusta ja päättelystä (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006, 6).

Sisällönanalyysi menetelmänä pyrkii kuvaamaan ilmiötä tiivistetyssä ja yleisessä muodossa. Kyseessä on tekstianalyysi, jossa etsitään tekstin inhimillisiä merkityksiä. Sen avulla on tarkoitus löytää yhtäläisyyksiä ja eroja sekä tehdä tiivistystä tekstistä kadottamatta sen sisältämää informaatiota. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 117–122; Eskola & Suoranta 2008, 137.) Sisällönanalyysillä voidaan analysoida hyvin monenlaisia dokumentteja objektiivisesti ja systemaattisesti. Mielekkäiden johtopäätösten tekeminen on yksi keskeinen osa tutkimuksen toimivaa kokonaisuutta ja sisällönanalyysi menetelmänä edesauttaa kerätyn aineiston järjestämistä johtopäätösten esittämistä varten. (Grönfors 1982, 161.) Aineiston laadullisen käsittelyn pohjana on looginen päättely ja tulkinta. Sen mukaisesti aineisto hajotetaan ensin osiin, käsitteellistetään ja kootaan uudestaan loogiseksi kokonaisuudeksi. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122.)

Teoriaohjaavassa sisällönanalyysissä on mukana teoreettisia kytkeitä, jotka eivät suoraan pohjautu teoriaan, vaan se toimii apuna analyysin etenemisessä. Analyysiyksiköt poimitaan aineistosta, mutta aikaisempi tieto auttaa ja ohjaa analyysin tekemistä. Analyysistä voidaan tunnistaa aikaisemman tiedon vaikutus, mutta tarkoitus ei ole testata teoriaa, vaan ennemminkin löytää ja avata uusia ajatusuria. Teoriaohjaavassa analyysissä tutkittava ilmiö käsitteenä määritellään vapaammin suhteessa teoriaosan jo tiedettyyn tietoon tutkittavasta ilmiöstä. Teoriaohjaava analyysi perustuu useimmiten abduktiiviseen päättelyyn, jossa vaihtelevat sekä aineistolähtöisyys että valmiit mallit. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 109–111.)

Temaattinen analyysi on nimetty jo 1970-luvulla, ja se on ollut suhteellisen käytetty menetelmä psykologiassa. Temaattisen analyysin muotoon pätevät samat periaatteet ja logiikka kuin sisällönanalyysiin. Temaattinen analyysi voidaan myös tehdä joko aineisto- tai teorialähtöisesti. Aineistolähtöisen analyysin viitekehyksenä toimii aineisto, kun taas teorialähtöisessä analyysissä viitekehyksenä on jokin teoria tai malli. Lähtökohtaisesti sisällönanalyysi ja temaattinen analyysi etenevät verrannollisesti, mutta yksi keskeinen eroavaisuus liittyy aineistolähtöisen analyysin logiikkaan. Temaattisessa analyysissä tunnistetaan alkuvaiheessa perus- tai johtoajatukset, joiden ympärille kootaan temaattisen käsittekartan avulla

teemaan liittyvä kokonaisuus. Temaattisessa analyysissä yhä tiivistyvät teemat ovat sisäisesti johdonmukaisia ja ulkoisesti toisistaan eriäviä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 141–142.)

Sisällönanalyysistä voidaan käsitteenä puhua tarkoittaen niin sisällönanalyysiä kuin sisällön erittelyä. Analyysissä tuotettua aineistoa voidaan kvantifioida siten, että sanallisesti kuvata aineistosta tuotetaan määrällisiä tuloksia. Sisällön erittelyllä tarkoitetaan dokumenttien analyysiä, jonka tarkoituksena on kuvata kvantitatiivisesti esimerkiksi tekstin sisältöä. Kvantifiointi kuuluu sisällön erittelyn piiriin, mutta sitä voidaan käyttää sisällönanalyysin apuna. Sisällönanalyysiä voidaan edelleen jatkaa kategorioiden muodostamisen ja luokittelun jälkeen aineiston kvantifiointilla. Voidaan laskea jonkin asian esiintyvyyttä haastateltavien kuvauksissa tai sitä, kuinka moni vastaaja mainitsee kyseisen asian. Kvantifiointi voi tuoda lisänäkökulmaa laadullisen aineiston tulkintaan. Tosin haasteena on usein aineistojen pienuus ja tulosten yleistettävyyden puute. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 119–137.)

5.4 Analyysin eteneminen

Tässä tutkimuksessa käytettiin valmista aineistoa, jonka haastattelumateriaali oli valmiina tekstimuodossa litteroituna eli puhtaaksikirjoitettuna. Aineistoon tehdyn kohderyhmää koskevan rajauksen jälkeen, alkoi varsinainen haastatteluihin ja niiden keskeisiin teemoihin tutustuminen ja läpikäyminen. Ensimmäistä tutkimuskysymystä lähestyttiin teoriaohjaavan sisällönanalyysin avulla. Analyysirunko tai käsitejärjestelmä, jota ensimmäisen tutkimuskysymyksen kohdalla hyödynnettiin, pohjautui väljästi Barbara Adamin (2004) teoreettiseen malliin ajallisuudesta ja sen ominaisuuksista. Tarkoituksena oli kokeilla teorian tai lähinnä sen käsitteiden sopivuutta laadullisen aineiston analyysissä. Aineistosta oli löydettävissä ajallisia ominaisuuksia, jotka liittyivät hoivaan ja ansiotyöhön käytettyyn aikaan ja sen kestoon, hoivan ajoitukseen (vuorokaudenaika ja viikonpäivä) sekä tempoon (nopeus ja intensiteetti). Aineistosta löytyi myös jonkin verran ajanjaksoa (päivä, arki, viikonloppu, viikko, vuodenaika, vuosi) kuvaavia ilmauksia. Sekvenssejä eli toimintojen järjestystä ja peräkkäisyyttä kuvaavia ilmauksia löytyi pääsääntöisesti hoiva- ja työrytmiä ilmentävistä vastauksista.

Koodit tai indeksit voivat tarkoittaa aineistoon tehtyjä merkkejä tai jäseniteleviä luokitteluja, joita tehdään samankaltaisista tai toisiaan muistuttavista tekstikohdista. Koodauksessa aineistoon merkitään tutkimustehtävän ja -kysymysten kannalta olennaisia asioita, sillä tarkoitus on selkeyttää aineiston sisältöä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006, 81.) Analyysi etenee useimmiten siten, että analyysirungon sisälle muodostetaan erilaisia luokituksia tai kategorioita. Aineistosta voidaan poimia asiat, jotka kuuluvat analyysirungon sisälle sekä sellaiset asiat, jotka jäävät rungon ulkopuolelle. Analyysirungon ulkopuolelle jäävistä asioista muodostetaan uusia luokkia. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 127–128.) Aineiston analysointi voi olla luonteeltaan sekä analyyttistä että synteettistä. Analyyttisyys tarkoittaa aineiston luokittelua ja jäsentämistä systemaattisesti eri teema-alueisiin ja koodaamista helpommin tulkittaviin osiin. Oleellista on löytää temaattinen kokonaisrakenne, joka kannattelee koko aineistoa. (Kiviniemi 2018, 82–83.)

Tämän tutkimuksen analyysissä aineiston kannalta keskeisiä käsitteitä, lauseita tai vastausosioita koodattiin sekä värien että numeromerkintöjen avulla. Tavoitteena oli löytää toistuvia ja toisiaan muistuttavia ilmauksia hoivan ja ansiotyöajan ajallisista ominaisuuksista sekä hoivan vastavuoroisuudesta ja sidonnaisuudesta. Hoivan kestoa, ajoitusta sekä työhön käytettyä aikaa kuvaavat määrälliset ilmaukset olivat analyysin alkuvaiheessa luontevimmin käsiteltävissä luokittelun ja kvantifioinnin keinoin. Määrää ilmaisevat vastaukset ryhmiteltiin kvantifioimalla niitä toimintaan käytetyn ajan mukaan, esimerkiksi kuinka kauan vastaaja oli antanut hoivaa. Luokittelun ja kategorisoinnin jälkeen ajallisuutta kuvaavia ilmauksia eriteltiin haastateltavien määrän mukaan, esimerkiksi kuinka kauan hoivaprosessi oli kestänyt eri vastaajilla. Työhön käytetyn ajan osalta vastausten luokittelu toteutui luontevimmin aineiston valmiita taustatietoja hyödyntäen.

Työskentelyä jatkettiin edelleen pelkistämällä aineistoa eli karsimalla epäolennaista ja ylimääräistä materiaalia pois. Sen jälkeen ryhmiteltiin samankaltaisuuksia kuvaavat käsitteet yhteen. Käsillä olevia ilmauksia tiivistettiin ja käsitteet yhdistettiin kategorioiksi. Hoivan tempoon liittyen vastauksista koottiin yhteen viisi kategoriaa. Keskeiset kategoriat olivat *hoivattavan terveydentila*, *hoivaajan työtilanne*, *aikatauhulliset haasteet*, *riittämättömyyden kokemukset ja jatkuva huoli* sekä *hoivarutiinit ja vastuunjako*. Hoivatilanteen muutosnopeutta kuvasivat kolme kategoriaa, jotka ilmensivät muutoksen esiintymistä *vähitellen*, *suuntaa vaihdellen* ja *äkillisesti* sekä *salakavalasti* ja *vaivihkaa*. Työhön käytetystä ajasta ja

sen hoivaväytköksistä muodostettiin kolme erillistä kategoriaa, jotka olivat *vuorotyön haastavuus, työajan- ja tehtävien joustot* sekä *lyhyempi työaika ja enemmän vapaata*. Työn ja hoivan yhdistämistä tukevia ja haastavia tekijöitä ryhmiteltiin lisäksi työsuhtetyypeittäin: kokoaikaisesti vuorotyötä tekevät, kokoaikaisesti työskentelevät, osa-aikaisesti vuorotyötä tekevät, osa-aikaisesti työskentelevät sekä osa-aikaeläkkeellä olevat.

Toista tutkimuskysymystä koskevaan analyysiin ei ollut sovellettavissa selkeää teoriaa tai käsitejärjestelmää. Aineistoon perehtymisen myötä hoivan tiiviyyttä, suuntaa ja vastavuoroisuutta koodattiin ensin vastaajakohtaisesti. Tarkasteltaviksi teemoiksi alkoi vähitellen muotoutumaan vuorovaikutteisuus ja kanssakäyminen hoivaajan puolison, lasten, lastenlasten sekä hoivattavan välillä. Vastaajakohtaisia ilmauksia pelkistettiin edelleen ja niitä yhdistettiin keskenään sopiviin luokkiin. Kvantifiointia hyödynnettiin myös eri teemojen sisällä, kun tarkoituksena oli selvittää vastaajien välisiä eroavaisuuksia suhteiden tiiviyydessä. On varsin tavallista, että analyysi- tai koodausrunko elää, muuttuu ja täydentyy tutkimusprosessin aikana. Alkuvaiheessa muodostettu runko ei siten useimmiten ole valmis ja lopullinen versio koodauksen tuloksista. (Eskola & Suoranta 2008, 157.)

Käsillä olevista pelkistetyistä ilmauksista muodostettiin neljä erillistä aihetta ilmentävää teemaa: *syyt auttaa ja antaa hoivaa, puolison rooli, suhde ydinperheeseen* sekä *sukupolvien välinen yhteydenpito*. Lähes kaikkien teemojen sisälle muodostui edelleen aihetta tarkentavia ja vastauksia yhteen kokoavia käsitteitä. Auttamisen syitä käsittelevän teeman sisälle muodostui käsitteitä, jotka olivat *rakkaus ja läheinen suhde hoivattavaan, vastavuoroisuus, perhesuhteet* sekä *velvollisuuden- ja vastuuntunto*. Puolison roolia kuvaavan teeman käsitteitä olivat *tärkeä tuki, aktiivinen toimija, ymmärtäjä* sekä *sivustaseuraaja*. Aineistossa esiintulleita kokoavia käsitteitä ydinperheestä olivat *läheinen suhde, välimatka, ajalliset haasteet ja tasapainoilu* sekä *isoäitiyden merkitys*. Viimeisenä sukupolvien yhteydenpitoa käsittelevän teeman sisälle tarkentui käsitteitä, jotka olivat *lasten elämäntilanne, isovanhemman terveydentila, juhlapyhät, lasten luonne-erot* ja *sukupolvien keskinäiset välit*.

Tutkimuksen toteutuksen eri vaiheissa on tärkeää sitoutua tutkimuseettisiin periaatteisiin. Tässä tutkimuksessa käytetty aineisto on käsitelty siten, tutkittavia tai muita haastattelussa mainittuja yksittäisiä henkilöitä ei voi tunnistaa. Haastattelut on kirjattu tekstitiedostoiksi ja siinä yhteydessä esille tulevien muiden henkilöiden, organisaatioiden ja paikkakuntien nimet

on muutettu peitenimiksi. (FSD3072: omaishoito ja ansiotyö.) Tutkimusprosessin aikana tulee noudattaa eettisesti kestäviä toimintatapoja, kuten rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa, esittämisessä sekä tutkimuksen arvioinnissa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 150). Tässä tutkimuksessa vastaajien peitenimet häivytettiin siten, että haastateltavat esiintyvät ainoastaan numerotunnisteilla. Toimenpiteen avulla voidaan vahvistaa tutkittavien yksityisyyden suojaa erityisesti suorissa aineistolainauksissa. Aineistolainauksiin ei ole tehty kieliopillisia muutoksia tai korjauksia. Yksittäisissä esimerkeissä on lisätty sulkuihin jokin tarkentava sana, joka tuo lisäselvyyttä asiayhteyteen.

Tutkimuksen suunnitteluun, toteutukseen ja raportointiin liittyvät toimet on hyvä esittää riittävän tarkasti ja tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten mukaisesti (Kuula 2015, 35). Tietosuojanäkökulmat sekä riittävä avoimuus on huomioitava myös mahdollisissa tutkimusjulkaisuissa. Tutkijan roolissa toimiminen edellyttää objektiivista, puolueetonta ja arvopaata tutkimusotetta. (HTK-ohje 2012.) Tässä tutkimuksessa analyysin kulkua ja sen olennaisia vaiheita on aukikirjoitettu ja havainnollistettu tutkimusprosessin kuluessa. Tutkimuksen kannalta keskeiset kategoriat, teemat ja käsitteet on esitetty sekä analyysikuvauksen että tulososion yhteydessä. Luvussa esiteltyjä eettisiä ohjeita ja periaatteita on pyritty toteuttamaan ja noudattamaan tutkimusprosessin aikana ja sen eri vaiheissa.

6 Tuloksia hoivan ajallisuudesta ja vastavuoroisuudesta

Seuraavaksi esitellään tutkimuksen keskeisimmät tulokset hoivan ajallisuudesta ja vastavuoroisuudesta. Ensin perehdytään tarkemmin hoivan ajallisuutta kuvaaviin ilmapuksiin: kesto, ajoitus ja tempo. Hoivan tempoon yhteydessä olevat keskeiset kategoriat ovat *hoivattavan terveydentila, hoivaajan työtilanne, aikataululliset haasteet, riittämättömyyden kokemukset ja jatkuva huoli* sekä *hoivarutiinit ja vastuunjako*. Ne kuvataan tarkemmin omina alalukuihin. Tämän jälkeen käsitellään hoivatilanteen etenemistä ja muutosnopeutta. Lopuksi esitellään vielä tuloksia työajan yhteydestä hoivaan. Työhön käytettyä aikaa ja hoivaa yhdistävät kategoriat ovat *vuorotyön haastavuus, työajan- ja tehtävien joustot* sekä *lyhyempi työaika ja enemmän vapaata*, ja myös niiden sisältö kuvataan erillisissä alaluvuissa. Samassa yhteydessä käsitellään myös lyhyesti sekvenssiä ja ajanjaksoa.

Hoivan vastavuoroisuutta käsittelevässä osiossa perehdytään neljään aihetta ilmentävään teemaan: *syyt auttaa ja antaa hoivaa, puolison rooli, suhde ydinperheeseen sekä sukupolvien välinen yhteydenpito*. Vastaajien tarkka lukumäärä ilmoitetaan keskeisten tulosten kohdalla sulkumerkeillä (X). Sitaattiesimerkeissä vastaajat esitellään alkuperäisen aineiston numeroinnin mukaan käyttäen etuliitettä H (haastateltava).

6.1 Hoivan kesto ja ajoitus

Tutkimuksessa selvitettiin sitä, kauanko vastaajat olivat auttaneet läheistään. Lähes kaikki haastateltavista hoivasivat omaa vanhempaa tai lähisukulaistaan. Auttamisen alun *ajankohta ja hoivaan käytetyn ajan kokonaiskesto* vaihtelivat noin yhdestä yli kymmeneen vuoteen (taulukko 2). Suurin osa vastaajista (7) oli hoivannut läheistään keskimäärin kahdesta neljään vuotta. Yksi vastaaja oli hoivannut kuuden vuoden ajan ja kaksi haastateltavaa pisimilläään yli kymmenen vuotta. Yksi pitempään hoivanneista naisista luonnehti hoivaan käytettyä aikaa pitkäksi monen vuoden prosessiksi.

Taulukosta 2 voi nähdä sen, miten haastateltavien antama hoiva vaihteli päivittäisestä etähoivaan. Kaksi vastaajista antoi hoivaa päivittäin ja he molemmat asuivat fyysisesti lähellä hoivattavan kanssa. Toinen vastaajista asui samassa taloudessa hoivattavan kanssa ja toinen kerrosnaapureina. Kolme vastaajista hoivasi useamman kerran viikossa ja neljä antoi hoivaa viikoittain. Hoivakäynnit toteutuivat lähinnä iltaisin töiden jälkeen sekä viikonloppuisin. Kaksi vastaajista antoi etähoivaa ja molemmat olivat jo osittain eläköityneet työelämästä. He osallistuivat hoivaan viikonloppuisin tai sitä harvemmin. Aikaisemmat tutkimustulokset ovat hyvin samansuuntaisia verrattaessa tähän pienempään aineistoon eli hoivavastuun kantavat pääsääntöisesti naiset, jotka hoivaavat tyypillisesti viikoittain tai sitä useammin (Kauppinen & Silfver-Kuhalaampi 2015a, 12).

Taulukko 2. Hoivan kesto ja intensiteettiä kuvaavat tekijät

	Autettava	Avun intensiteetti	Asumisjärjestely	Hoivan kesto
H 01	äiti	päivittäin	eri talous, naapurusto	n. 3 v
H 13	äiti	päivittäin	eri talous, naapurusto	yli 10 v
H 20	äiti	viikonloppuisin/ei joka	etähoiva	n. 4 v
H 22	äiti ja käly	joka neljäs viikonloppu	etähoiva	n. 3 v
H 30	äidin äiti ja vanhemmat	useampi krt/vko	eri talous	useampia vuosia
H 40	äiti ja isä	viikoittain	eri talous	n. 2–3 v
H 42	äiti	useampi krt/vko	eri talous, naapurusto	n. 3 v
H 43	äiti	viikoittain	eri talous	n. 10 v
H 52	äiti	useampi krt/vko	eri talous	n. 4 v
H 59	äiti	viikoittain	eri talous	n. 4 v
H 64	äiti ja anoppi	päivittäin	päivittäin	n. 6 v

Hoivakäynnit limittyivät tavallisesti työssäkäynnin ja työvuorojen mukaan. Käyntien ajoitukseen vaikutti myös hoivattavan tarpeet ja tilanteen vaativuus. Sukupolvien välinen avunanto jaetaan usein taloudelliseen ja käytännölliseen apuun sekä emotionaaliseen tukeen ja yhteydenpitoon. Konkreettisesti auttamisessa aikuiset lapset ovat usein antavana osapuolena. (Haavio-Mannila ym. 2009, 12–14.) Myös tässä tutkimuksessa hoivaajan apu hoivatavalle tarkoitti konkreettista käytännön toimintaa, kuten kuljetusta, ruokahuoltoa, raha- ja paperiasioiden hoitoa, siivousta, lääkkeidenjakoa, hygieniasta huolehtimista tai pukemisessa avustamista.

6.2 Hoivan tempo ja koettu intensiteetti

Tempoa koskevia käsitteitä ovat nopeus, tahti, muutosvauhti ja intensiteetti. Tempo ilmaisee kuinka paljon toimintaa tietty ajanjakso sisältää. Seuraavaksi esitetään vastaajien esiin tuomia hoivan tempoon yhteydessä olevia tekijöitä. Vastauksista on koottu yhteen viisi kategoriaa liittyen hoivan tahtiin ja intensiteettiin. Keskeiset kategoriat ovat *hoivattavan terveydentila*, *hoivaajan työtilanne*, *aikataulliset haasteet*, *riittämättömyyden kokemukset* ja *jatkuva*

huoli sekä hoivarutiinit ja vastuunjako. Kategoriat ja niiden sisältö esitellään seuraavissa alaluvuissa.

Hoivattavan terveydentila

Moni vastaajista (5) kertoi siitä, miten *hoivattavan terveydentila* vaikutti hoivan tempoon ja intensiteetin kokemukseen. Useimmiten joko äkillisten tai vähittäisten voinnissa tapahtuneiden negatiivisten muutosten myötä, avuntarve oli pikkuhiljaa kasvanut. Auttamisen taustatekijöinä vaikuttivat useimmiten hoivattavan fyysiset sairaudet, muistiongelmät ja toimintakyvyn heikentyminen. Tutkimukset aiheesta vahvistavat sitä, että muistisairauksista on tullut yleisin omaishoitoon johtava syy ja niiden osuus on ollut jatkuvassa kasvussa jo useamman vuoden ajan (Kalliomaa-Puha 2018; Omaishoito ja perhehoito 2019). Usein myös hoivattava itse oli havahtunut omien voimien vähittäiseen hiipumiseen ja ympärillä laajenevaan auttajien määrään. Myös hoivan alkutilanteeseen ja hoivasuhteen käynnistymiseen vaikuttaneena tekijänä mainittiin useimmiten hoivattavan sairastuminen ja voinnin huononeminen. Tämä vaikutti luonnollisesti myös auttamissuhteen vähittäiseen syvenemiseen.

Osa vastaajista painotti, että hoivattava ymmärsi työn ja hoivan yhteensovittamisen vaatimuksia ja antoi siten hoivaajalle tilaa levätä ja hengähtää esimerkiksi yövuorojen aikana. Vastauksissa tuotiin esiin myös se, ettei hoiva tarkoita aina kiireistä auttamista ja tekemistä, vaan siihen kuuluu myös vähemmän vaativaa, leppoisaa läsnäoloa ja seuranpitoa. Tähän vaikutti pitkälti juuri hoivan tarpeet ja niiden vaativuus. Mitä enemmän hoivattava kykeni itse osallistumaan ja tekemään arjen askareita, sitä enemmän hoivasuhteessa oli liikkumavaraa toteuttaa vaihtoehtoisia ja kevyempiä toimintatapoja. Hoivattavan läsnäolo ja kyky orientoitua tähän hetkeen myötävaikuttivat keskinäiseen kanssakäymiseen ja lisäsi vuorovaikutteisuutta hoivaajan ja hoivattavan välillä.

”En, en ole ajatellu, ainakaan vielä (äidin hoidon lopettamista) (nauraa). Ei oo vielä ollu niin paljoo sitä avun tarvetta, että olisin näin ajatellu. Että kyllä sehän on monta kertaa silläkin tavalla, että vaikka mä menen sinne, niin kun me ollaan syöty, niin sit me katellaan ja ihmetellään siinä. Sit me vähän aikaa jutellaan, sit me luetaan yhdessä ja tehdään tämmöstä kaikkea, että se ei oo välttämättä avun tarvetta, apua ollenkaan. Että se on niin kun tämmöstä läsnäoloa ja seuranpitoa tavalla tai toisella (naurahdus).” (H 43)

Hoivaajan työtilanne

Lisäksi hoivan tempoon yhteydessä olevana tekijänä mainittiin useassa vastauksessa (5) hoivaajan *työtilanne*. Vuorotyöt, fyysinen työ sekä erilaiset ylityöt koettiin väsyttävinä ja ne vaikuttivat hoivatyössä jaksamiseen negatiivisesti. Myös aiemmat tutkimustulokset osoittavat, että työssäkäyntiin liittyvien ristiriitojen osalta kahden hoivan puristuksessa olevat kokivat useammin laiminlyövänsä hoivavelvoitteita työn vuoksi (Kauppinen & Silfver-Kuhalampi 2015b, 69).

”En oo ainakaan vielä kokenu, että se (auttaminen) olis ees raskasta. Ennemmin vois sanoo, että työn puolel- työn puolella on tullu, mutta ei niin kun ei, en mää sitä koe, että vanhempien, vanhempien suhteen. Et välillä tulee semmonen tunne, että pitäis käydä vähän useemmin, et kun kerkeis että, että tota.” (H 40)

Lähes kaikki haastateltavat työsuhdetyypistä riippumatta toivat esiin työn positiivisia vaikutuksia. Työn mukanaan tuoma vapaus sekä sosiaaliset suhteet myötävaikuttivat hoivatehtävien hoitamiseen ja arjessa jaksamiseen. Monelle heistä työ merkitsi ”henkireikä” oman arjen ja hoivatoimien pyörittämisen keskellä. Työn kautta mahdollistui sosiaalinen verkosto ja ihmissuhteet sekä tunne siitä, että kuului johonkin porukkaan. Myös vuorotyötä tekevät vastaajat kertoivat, etteivät he jaksaisi arkea ilman työtä, ja siksi sitä ei olla vielä valmiita vähentämään tai varsinkaan luopumaan lisääntyvien hoivavelvoitteiden vuoksi. Havainto on yhteneväinen Kauppinen ja Jolangin (2012, 147–150) tutkimustuloksiin, joiden mukaan työssäkäynti koetaan tärkeäksi sen tarjoamien taloudellisten syiden sekä sosiaalisten suhteiden vuoksi.

”Jossakin vaiheessa tän sairauden kanssa tuli semmonen, että olisko osatyökyvyttömyyseläke järkevää, mutta taloudellisestikaan se ei oo järkevää ja sitten, kun on pakko, niin sitten vaan täytyy jäädä, mutta kyllä mä tykkään töissä käydä. Musta on jopa ihanan helpottavaa aamulla painaa ulko-ovi kiinni ja mennä töihin.” (H 64)

On tärkeää, että työ- ja hoivatehtävät ovat tasapainossa, jolloin ne häiritsevät toisiaan mahdollisimman vähän. Aiemmat tutkimukset osoittavat, että moniroolisuus voi myös olla raskastuttava ja voimaannuttava ilmiö, kun työn ja kodin rooli tukevat toinen toisiaan. Se voi

myös selittää ”sandwiched”-ikävaiheeseen liittyviä positiivisia elämäntyytyväisyydestä kertovia tuntemuksia. (Kauppinen & Silfver-Kuhalampi 2015b, 57.)

Aikataululliset haasteet

Vastaajat (5) toivat esiin hoivan tempoon liittyvinä tekijöinä *aikataulujen yhteensovittamisen haasteet*. Naiset kertoivat aikatauluongelmista ja siitä, miten aikaa täytyy jakaa useamman eri tahon kesken yhä enemmän. Moni naisista mainitsi, ettei heillä ole juurikaan enempää mahdollisuuksia tai voimavaroja tehdä lisäkäyntejä hoivattavan luokse. Useampi vastaaja toi esiin sen, miten hoivattavan voinnin huononeminen oli lisännyt avuntarvetta yhdestä suunnitellusta käynnistä useampaan kertaan viikossa. Erityisesti vastaajat, jotka hoivasivat viikoittain tai sitä useammin kertoivat, että hoivantarve ennakoimattomiin ajankohtiin oli kasvanut entisestään. Yhteistä vastaajille oli tarve joustaa ja sopeutua muuttuvissa tilanteissa. Myös omat työt ja menot vaikuttivat siihen, miten hoivakäynnit käytännössä toteutuivat. Alun perin lyhyeksi ennakoitu käynti saattoi venähtää suunniteltua pidemmäksi, jos hoivattavan tilanne sitä vaati.

”No seki vaihtelee, mä monta kertaa aattelen ku mä meen et nyt mä en oo ku tunnin ja sit on kolme tuntii äkkii menny. Et jos pitää siel vähän siivoo keittiöä ja laittaa kato kun hän ihan eineksiä syö, niin mä haluan sit aina hänelle laittaa jotain omatekostaki, ettei aina joudu syömään sellasta.” (H 52)

Osa naisista toi esiin sen, että omalle ajalle ja läheisille täytyi vain jättää tilaa kalenteriin, jotta aika ei hupene vain työ- ja hoivatehtäviin. Useassa vastauksista mainittiin toive ja kaipuu omasta ajasta ja sen riittävydestä. Hoivatehtävät saattoivat olla mielessä vuorokauden ympäri ja täysin huolista vapaata aikaa ei ollut juuri lainkaan. Aikataulujen suunnittelussa tuli huomioida etukäteen sekä oman perheen menot että hoivattavan tilanne.

”No, kyllä mä varmaan oon joutunu luopuun just siitä semmosesta omasta vapaa-ajasta. Taikka siitä, että vois tehdä, mitä haluaa. Siis se on ihan aina, ihan joka päivä, ei pelkästään yöaikaan, päiväaikaankin. Se täytyy miettiä, että jos mä nyt lähden sinne, äiti tulee sillan, laitetaas sille sitä, tätä, tota.” (H 64)

Riittämättömyys ja jatkuva huoli

Osa vastaajista (2) kertoi *riittämättömyyden kokemuksista* liittyen hoivatehtävien toteuttamiseen. Naiset saattoivat kokea huonoa omaatuntoa väliin jääneistä käynneistä tai epätasaisesta vastuunjaosta hoivatehtävissä. Vastaajat olivat harmissaan siitä, että he välimatkan vuoksi pystyivät huolehtimaan vähemmän hoivattavasta kuin lähempänä asuvat sukulaiset. Tulokset ovat verrattavissa Gustaf Molanderin (2014) esittämiin ristiriidan tuntemuksiin, joita etähoivaajat kokevat pitkien välimatkojen vuoksi. Vastauksissa tuotiin esiin myös hoivatehtävien suuri määrä ja oma kyvyttömyys vastata täysin hoivan tarpeeseen. Myös aiemmissa tutkimuksissa on havaittu, että työssäkäyvillä hoivaajilla on useammin hoivakuormitukseen liittyviä riittämättömyyden tuntemuksia ja he kokivat enemmän stressiä työn ja perheen yhteensovittamisesta (Kauppinen & Silfver-Kuhalaampi 2015b, 69).

”Mut aina siel on jotain auttamista. Et mul on jatkuvasti semmonen huono omatunto, et kyl mä oisin voinu tänäänki voinu mennä ja miks mä en menny.” (H 52)

Lisäksi vastaajat (3) toivat esiin *jatkuvan huolen* tuntemuksia. Heillä oli huoli viikonlopuista, kun hoivattava oli yksin. He kokivat, että ainoa vaihtoehto oli lisätä käynntejä, jos muutakaan apua ei ole saatavilla. Vastauksissa tuli esiin myös kokopäivätyön ohella hoitamisen raskaus ja sen mukanaan tuoma jatkuva huoli hoivattavan tilasta ja pärjäämisestä arjessa. Kaksi haastateltavaa toi esiin väsymyksen tunteita liittyen hoivaan ja omaan arkeen. Lisää haastavuutta tilanteeseen toivat hoivattavan muistamattomuus ja persoonan muutokset, jotka osaltaan saivat välillä pohtimaan hoivan lopettamista. Vastauksissa oli havaittavissa myös ristiriitaisia tuntemuksia meneillään olevaa elämänvaihetta ja tilannetta kohtaan. Naiset kokivat väsymystä hoivaan, mutta myös yhtäaikaa huolta ja pelkoa hoivattavan voinnin heikentymisestä tai läheisen poismenosta. Leinosen (2011) tutkimustulokset vahvistavat käsitystä siitä, että hoivatilanteen kuormittavuus vähentää hoitajien omaa aikaa, joka on entistä stressaavampaa. Vapaa-ajan lisäksi haastateltavilta puuttui aikaa, jolloin ei tarvitsisi huolehtia läheisen hyvinvoinnista ja jaksamisesta.

Hoivarutiinit ja vastuunjako

Osa vastaajista (2) kertoi *rutiinien sekä tehtävien ja vastuunjaon* merkityksestä hoivan tempoon ja hoivarytmin muokkaajana. Yhteistyön sujuvuus sisarusten kesken myötävaikutti hoivavatehtävien suorittamiseen. Kun hoivattavan vointi oli heikentynyt, vastuuta lääkityksen jaosta siirrettiin yhä enemmän kotipalvelun työntekijöille. Tämän myötä hoivaajan käyntien määrää voitiin vähentää. Yhteydenpito hoivattavaan sekä virallisiin hoitotahoihin, kuten lääkäreihin ja kotiapuun onnistui myös puhelimitse. Hoivattavan asioiden hoitaminen etäyhteyksien välityksellä kevensi hoivaajan tilannetta silloin, kun ei itse päässyt paikan päälle käymään. Hoivavatehtävien ja -vastuun jakaminen eri tahojen välillä on tärkeää onnistuneen hoivan kannalta, sillä se voi lievittää omaisen huolta ja ahdistusta hoivattavan pärjäämisestä.

”Että kova huoli siitä vanhemman pärjäämisestä arjessa ja sitten loppujen lopuksi aika vähä mahdollisuuksia siinä sitte mitään konkreettista tehdä. Että aika iso osa on kuitenkin se, että pitää yhteyttä näihin kunnan, kunnan palveluorganisaatioihin. Niitten kanssa juttelee ja koettaa sitä tilannetta sitten kertoo sieltä.” (H 20)

Osittain jo eläköityneiden etähoivaajien (2) vastauksissa korostui läheisten ja myös virallisten palkattujen hoitajien *yhteistyön merkitys*. Oli tärkeää, että hoivaringissä voitiin jouhevasti vaihtaa ajatuksia ja kuulumisia hoivattavan tilanteesta ja siinä tapahtuvista muutoksista. Yhteistyön sujuvuus korostui tilanteissa, joissa hoivattava asui fyysisesti etäällä ja yhteyttä pidettiin viikonloppuisin tai sitä harvemmin.

6.3 Hoivatilanteen eteneminen ja muutosvauhti

Seuraavaksi kerrotaan tarkemmin tempoon liittyvästä muutosnopeudesta ja sen vaikutuksista hoivatilanteeseen. Luvussa perehdytään siihen, kuinka nopeasti hoivan tarve ja hoiva-tilanne ovat muuttuneet vastaajien näkökulmasta. Hoivatilanteen muutosnopeutta kuvaavat kolme kategoriaa, jotka ilmensivät muutoksen esiintymistä *vähitellen, suuntaa vaihdellen ja äkillisesti* sekä *salakavalasti ja vaivihkaa*. Hoivatarpeen kasvu ja tilanteen muutokset olivat suurimmassa osassa (7) vastauksista muodostuneet *vähitellen* vuosien kuluessa. Hoivan tarve on ollut alkuvaiheessa pienempää ja tilanteeseen on ehtinyt varautumaan ennakolta pidemmän ajan kuluessa.

”Tää äidinäiti, joka on 92-vuotias, niin tää on niinku, jos tarkottaa sitä millon tää ois lähteny käyntiin, niin täähän on ollu pitkä monen vuoden prosessi. Mä oon ollu hänelle aina hyvin läheinen. Ja sitte kun mummo kuitenkin tälläkin hetkellä vielä asuu omassa kotona, niin tässä niinku vaan vuosien varrella mä oon katsonu sen tilanteen, kun hän on mennt huonomaan kuntoon, et hän ei jaksa.” (H 30)

Vastauksissa (3) tuotiin esiin myös muutoksen *suunnanvaihtelut ja niiden äkillisyys*. Hoivattavan tilassa voi tapahtua muutoksia nopealla aikataululla ja sen lisäksi muutokset voivat tempoilla eri suuntiin aiheuttaen sekä hyviä että huonoja jaksoja hoiva-arkeen. Myös Tikkanen (2016, 40) toteaa, että arki voi olla kevyttä, sujua huomaamatta tuttujen rutiinien varassa, kunnes jotain arvaamatonta tapahtuu. Arki muuttuu kuormittavaksi silloin, kun asiat eivät suju ja huolet painavat. Erilaiset jännitteet elämän eri osa-alueilla lisäävät arjessa koettua painoa entisestään. Vastaajat totesivat sen, miten kuntoutus sekä erilainen apu ja tuki myötävaikuttivat hoivattavan voinnin kohenemiseen, kun taas seuraavassa hetkessä flunssa saattoi heikentää fyysistä kuntoa ja tuoda takapakkia kuntoutumiseen.

”Niin kun tää äitin vointikin se on ihan uskomatonta miten hyvässä kunnossa se oli kun rakennettiin. Mä olen sitä niinku katunut kauheesti että olis tehnyt sille kämpän että se olis ihan siinä lähellä siinä. Mutta ei voinut kuvitella. Se oli niin itsenäinen ja se muuttuu se vointi. Niin se on yksi päivä yks kaupunkireissu niin kuin silloin kun tuli se infarkti. Niin siitä se muuttu toimintakyky ja kaikki.” (H 1)

Yksi naisista kertoi, miten hoivattavan vointi huononi *salakavalasti ja vaivihkaa* siten, että omaiset havahtuivat avuntarpeen kasvuun vasta sitten, kun yksin asuminen oli muuttunut haastavaksi. Tilanteeseen vaikutti myös hoivattavan vastentahtoisuus ottaa apua vastaan. On varsin tavallista, että hoivattava pyrkii peittämään todellisen avuntarpeen mahdollisimman pitkälle myös läheisiltä. Huoli siitä, ettei enää pärjää yksin tai tarvitsee yhä enemmän toisten apua, voi tuntua ylivoimaiselta. Hoivattavan voi olla vaikea käsitellä ja hyväksyä muutoksia, jotka vaikuttavat omaan elämäntilanteeseen ja tulevaisuuteen ratkaisevasti. Vaikka sosiaali- ja terveydenhuolto tarjoaa hoitoa ja apua moniin elämän murroskohtiin, yllättäviin siirtymävaiheisiin ja äkillisiin muutostilanteisiin järjestelmän rakenteet eivät helpolla taivu. Valin-

nanvapauden ja itsepalvelun lisääntyminen tarkoittavat yhä useammin sitä, että omaisia tarvitaan jo hoivaprosessin alkuvaiheessa etsimään oikeat ja sopivat palvelut ikääntyvälle läheiselle. (Kalliomaa-Puha 2018, 45.)

6.4 Työajan yhteys hoivaan

Luvun loppuksi perehdytään vielä tarkemmin hoivaajien ansiotyöaikaan ja sen hoivakäytöksiin. Vastaajista neljä teki kokoaikatyötä yhdistettynä vuorotyöaikaan. Näistä naisista kaksi osallistui hoivatehtäviin päivittäin ja kaksi viikoittain tai useamman kerran viikossa. Voidaan siten ajatella, että kokoaikaisesti vuorotyötä tekevät naiset osallistuivat ajankäytöllisestä näkökulmasta katsottuna tiiviisti sekä työelämän tarpeisiin että hoivan vaatimuksiin. Vastauksissa oli havaittavissa työtä ja hoivaa haastavia sekä tukevia tekijöitä. Työhön käytettyä aikaa ja hoivaa yhdistäviksi kategorioiksi muodostuivat *vuorotyön haastavuus, työajan ja -tehtävien joustot sekä lyhyempi työaika ja enemmän vapaata*.

Vuorotyön haastavuus

Kokoaikaisesti vuorotyötä tekevät naiset toivat kaikki esiin *vuorotyön henkisen ja fyysisen raskauden*. Työ lisäsi väsymyksen tunteita. Se tuli helposti ajatuksissa kotiin ja moni vastaajista koki, ettei työltä jäänyt riittävästi omaa aikaa tai vapaa-aikaa. Vastaajat kertoivat myös siitä, miten yövuoroviikolla ei jaksaa olla mukana sosiaalisessa elämässä. Vastaajien mukaan työ lisäsi fyysisiä vaivoja ja kiputuntemuksia sekä häiritsi usein normaalia unirytmää. Tuolloin myös hoivatoimien ja -velvoitteiden hoitaminen oli entistä haastavampaa. Vastaajista kaksi mainitsi osallistuneensa kuntoutukseen sekä fyysisten että henkisten oireiden lisääntymisen vuoksi. Myös tutkimustulokset osoittavat, että monet hoivaajat kokevat laiminlyövänsä kotiasioita tai heillä on vaikeuksia keskittyä työhön. Moni heistä arvioi työkykynsä huonommaksi ja elämäntilanne kokonaisuudessaan koettiin työn ulkopuolella raskaammaksi verrattuna ei-hoivaaviin vastaajiin. (Kauppinen & Jolanki 2012, 145.)

”Mäkin kun herään neljän aikaan, puol neljältä, neljältä, että mä lähden koiran kans ulos. Mä haluan sen ulkoilun, koska se auttaa siihen yötyöhön jaksamiseen. Mulla menee tunti, puoltoista. Sitten kello on melkein kuus, sit mulla on ruokailu, sit mä syön. Mun on pakko

syödä jotakin siinä kohtaa, kun mä olen vasta heränny ja sit kello on yht'äkkiä jo puol kahdeksan, mä lähden puol yhdeksän töihin. Sit pitäis vielä äitin kans ehtiä kaupassa käymään.”
(H 13)

Myös osa-aikaisessa vuorotyössä vastaajat (2) kokivat negatiivisina tekijöinä tai haasteenpaikkoina *fyysisesti ja henkisesti raskaan työn*. Jos oma työ oli myös vanhusten parissa tapahtuvaa hoivatyötä, väsähtämisen aikoja tuli useammin.

”Viideltä herätys, aamuvuoron jälkeen ehtii vähän huilata ennen mummille menoa, sieltä pois kahdeksan maissa, ei sen jälkeen paljon enää jaksa, päivä on pitkä, vaikei omaishoivaa työnä ajattelisikaan, jos ei vapaata riittävästi ei ehdi toipua esim. kahden yövuoron jälkeen on niin puhki, että tuntuu että on väsyneempi kuin päästessä vapaalle”. (H 1)

Sekvenssit eli eri toimintojen peräkkäisyys ja järjestys tulivat hyvin esiin vuorotyötä tekevien vastaajien arjen kuvauksissa. Edellä mainitut esimerkit vuorotyöläisten päivän kulusta ja toimintojen hektisyydestä sekä tiiviistä aikataulutuksesta kertoivat siitä, miten epämääräisinä kellonaikoina suoritettut toimet kasautuivat tiettyihin ajankohtiin päivästä ja vaikuttivat arjessa jaksamiseen ja sosiaalisten suhteiden ylläpitoon.

Työajan ja -tehtävien joustot

Sekä päivä- että vuorotyötä tekevät vastaajat toivat esiin myös työn ja hoivan yhdistämistä tukevia tekijöitä. Vastaajat kokivat työn ja hoivan yhdistämisen luonnistuvan melko hyvin sekä *työaikajoustojen että -järjestelyjen* takia. Myös hoivattavan asumisjärjestelyt tukivat hoivan onnistumista. Suunnittelun vapaus työssä mahdollisti lisää vapaa-aikaa ja tuki siten myös hoivan toteuttamista. Eräs naisista kertoi, että esimiesasemassa oli mahdollista vaikuttaa enemmän loma- ja vapaapäivien sijoitteluun. Useampi vastaaja kertoi myös siitä, että hoivatehtäviä pystyi tekemään joustavasti eri vuorokaudenaikoina, joten erityisjärjestelyihin ei töissä ollut tarvetta.

”Mullahan on seitsemästä puolneljään on työaika. Mut mä voin tehdä sitä ja lähtee kolmelta pois, jos tuntuu tai kahelta pois, jos tuntuu useimmiten. Voin mennä aamulla kuuteen, voin

mennä kaheksaan, voin mennä, vaikka yheksäänkin, niin et kyllä sillai voin niin kun (mahdollisuus vaikuttaa työaikoihin).” (H 42)

Useampi sekä vuorotyön että kokoaikaisen päivätyön vastaajista oli suunnitellut tai toteuttanut *työtehtäviin tai alaan liittyviä vaihdoksia*. Moni heistä koki, että hoivatoimet vaativat liian paljon voimia. Toisaalta toivottiin, että työtehtävät vähän kevenisivät, mikä helpottaisi arjessa jaksamista nyt ja myös tulevaisuudessa. Vaihdos vuorotyöstä päivätyöhön oli yksi työntekoa keventävä tekijä. Osa naisista oli palannut aikaisemmin tekemäänsä tuttuun oman alan työhön. Osa heistä oli toteuttanut alanvaihdoksen aivan uuteen ammattiin tai he vasta suunnittelivat mahdollista ammatinvaihdosta. Haastateltavista suurin osa teki työtä hoiva- ja opetusallalla.

”Mul on kovasti se halu tehdä jotain muuta, päästä vähän helpommalla. Et vuorotyö, hänelle (puoliso) se sopii, hän ei oo moksiskaan, mut vuorotyö on mulle raskasta, hoitoala kiinnostaisi, se on ollut yks ajatus.” (H 30)

Lyhyempi työaika ja enemmän vapaata

Viisi vastaajista teki osa-aikatyötä tai he olivat osa-aikaeläkkeellä. Aiemmat tutkimukset osoittavat, että Suomessa osa-aikatyötä tehdään harvemmin kuin useimmissa muissa maissa myös ansiotyötä ja omaishoivaa koskevissa perhetilanteissa (Kalliomaa-Puha 2018). Osa-aikatyöläiset (2) osallistuivat hoivaan päivittäin tai useamman kerran viikossa, kun taas osa-aikaeläkkeellä (3) olevat vastaajat hoivasivat pääsääntöisesti etänä. Useampi vastaajista vähensi töitään myös siitä syystä, että hoivattavan tila oli huonontunut. Kevyemmän työtahdin taustalla vaikuttavia syitä olivat lisäksi oma väsymys ja voinnin heikentyminen. Työnteon vähentäminen osa-aikaeläkkeen myötä vaikutti siihen, että vapaa-ajan määrä oli lisääntynyt ja työn ja vapaan rajat selkeytyneet. Myös lyhyempää työaikaa tekevät vastaajat olivat kokonaisuudessaan tyytyväisiä tilanteeseen, jossa työssäkäynnin ohella oli enemmän vapaata ja omaa aikaa. Naiset kokivat, että lyhennetty työviikko sujuvoitti ja helpotti hoivatehtävistä suoriutumista ja tuki arjessa jaksamista.

”Nää työt, mitä nyt on jatkanu, niin ehkä se on just ollu se, että ei oo kerralla hävinny kaikki se, mitä on koko ikänsä tehny. Ja sitten kuitenkin ei tarvi elää kellon mukaan, eikä tarvi lähtee joka päivä. Että siihen sitten tulee tilalle jotakin muuta.” (H 22)

Ajanjaksoa käsittelevissä vastauksissa tuotiin esiin pääsääntöisesti juuri vapaa-aikaan liittyviä ilmauksia. Erityisesti painotettiin vapaiden merkitystä työstä palautumisessa ja jaksamisessa. Pidemmät vapaat mahdollistivat enemmän omaa aikaa osa-aikatyössä, ja lisäksi ne edesauttoivat työstä palautumista vuorotyöläisillä. Lisäksi vapaat jaksot lomien yhteydessä pidensivät varsinaista loma-aikaa ja toivat kaivattua hengähdystaukoa työntekoon. Toisaalta myös lyhyemmät puolen päivän tai päivän vapaat merkitsivät monelle vastaajalle hengähdystaukoa kiireiseen arkeen ja myötävaikuttivat arjessa jaksamiseen.

”Seitemässä vapaassa mä kyllä tunnen itteni, että pääsen siitä sillai, että palaudun siitä työstä. Ja nyt tosin kesällä mä haluan pitää yhden kuukauden palkatonta vapaata mä pidän sen sitten ihan sen takia, että musta vähä tuntuu nyt siltä, että nyt olis ihan kiva saada tähän vähän pisempi kesäloma.” (H 13)

6.5 Syyt auttaa ja antaa hoivaa

Ensimmäisenä hoivan vastavuoroisuutta ja sidonnaisuutta käsittelevänä teemana tarkastellaan hoivasuhteen taustalla vaikuttaneita syitä auttaa ja antaa hoivaa. Teeman sisälle muodostuneet keskeiset käsitteet olivat *rakkaus ja läheinen suhde hoivattavaan, vastavuoroisuus, perhesuhteet sekä velvollisuuden- ja vastuuntunto*. Näitä käsitteitä avataan seuraavassa alaluvussa tarkemmin.

Vastaajat (2) toivat vahvasti esiin auttamisen taustalla vaikuttavana tekijänä *rakkauden tunteen* hoivattavaa kohtaan sekä (5) *läheisen suhteen* autettavaan. Omaa vanhempaa kohtaan tunnetaan rakkautta ja kaveruutta, mikä on yksi keskeinen hoivasuhdetta ylläpitävä tekijä. Kun hoivatyön taustalla on vahva tunne rakkaudesta ja välittämisestä, hoivatilanne pohjautuu vahvasti hoivaajan ja hoivattavan väliseen suhteeseen (Anttonen & Zechner 2009, 26–27). Osa omaa äitiään hoivaavista naisista koki hoivaamisen eräänlaisena elämäntyönä. Vastauksissa (2) painotettiin myös sitä, että hoivaajan luonteella on merkitystä siinä, miten hoivasuhde toimii ja onnistuu. Hoivaan vaaditaan tietyn tyyppinen ja luonteinen ihminen, johon

kaikilla ei ole luontaisia valmiuksia ja kykyä. Myös Noddings (2003, 79–83) pohtii sitä, että luonnollisen hoivan tilanteet ilmenevät useimmiten läheisissä ihmissuhteissa ja niihin liittyvät asiat ovat vahvemmin emotionaalisesti latautuneita.

Vastaajat (2) mainitsivat myös auttamisen taustalla vaikuttavana tekijänä hoivaajan ja hoivattavan välisen *vastavuoroisuuden*, mikä ilmeni erilaisina pieninä avunantoina ja tehtävinä sukupolvien välillä. Naiset kertoivat siitä, miten omat vanhemmat ovat auttaneet aikanaan lastenhoidossa ja nyt on heidän vuoronsa auttaa apua tarvitsevaa vanhempaa. Osa vastaajista mainitsi vuorovaikutuksen hoivattavan välillä toimivan edelleen konkreettisissa jokapäiväisissä toimissa. Yksi haastateltavista kertoi, miten hoivattava teki säännöllisesti ruokaa hoivaajan perheelle ja toimi lisäksi lemmikkieläimen hoitoapuna päivisin.

”Siinä vastapäättä, niin käy siinä ja hän käy sitten meidän luona siinä, että joka päivä käyn. Ja sitten äidillä, sanoo että hän joka aamu keittää puuron, niin hän keittää niin paljon, että mäkin saan sit. Kun mä en keitä muuten, muuten en keittäisi puuroo (naurahdus). Hän huolehtii, että mä saan sitten kaurapuuroa aina aamusin. Hyötyä siitäkin sillai on, että kun mä tuun töistä aamusin, niin hän on keittäny aina puuron sit valmiiksi.” (H 13)

Asumisjärjestelyt samassa taloudessa tai fyysisesti lähekkäin yhtenäistävät arjen rytmiä hoivaajan kanssa ja säästävät aikaa ja vaivaa erillisiltä hoivatehtäviltä. Lisäksi ne voivat vahvistaa vuorovaikutuksen intensiivisyyttä, lisätä hoivattavan vireyttä ja sujuvoittaa monia arjen toimintoja hoivan ja työn yhteensovittamista koskevissa kysymyksissä. Myös tutkimustulokset vahvistavat näkemystä siitä, että vastavuoroisuuden elementit vahvistuvat erityisesti silloin, kun ikääntyvät vanhemmat voivat myös osallistua ja toimia lastensa apuna erilaisissa hoiva- ja huolenpitotehtävissä (Sloan Work and Family Research Network 2007). Vaikka fyysinen läheisyys hoivattavaan myös haastaa hoivaajan omaa arkea ja ajankäyttöä, niin läheiseen hoivasuhteeseen liittyy paljon positiivisia tekijöitä, jotka ovat alun perin myötävaikuttaneet hoivasuhteen muodostumiseen ja syvenemiseen.

Auttamisen taustalla vaikuttavana syynä mainittiin myös *perhesuhteet*. Tilanteessa, jossa hoivattava on perheen ainut lapsi, hoivaajan rooli on tullut luonnollisesti ja ikään kuin automaattisesti itsestäänselvyytenä hoivaajalle. Hoivaaminen ja auttaminen kasaantuu useimmi-

ten yhdelle lapsista. Tähän voi olla syynä se, että hoivan kokonaisuutta on vaikea jakaa erillisiin tehtäviin useamman henkilön kesken. Toisaalta hoivaa antavan lapsen ja vanhemman välinen suhde on voinut sisältää jo aiemmin auttamista ja huolenpitoa. (Zechner & Valokivi 2009, 166–167.)

Tämän aineiston otoksessa kahdeksalla vastaajista oli sisaruksia ja vain kolme naisista oli perheiden ainoita lapsia. Sisarusten olemassaolo ei tarkoita automaattisesti sitä, että hoivavastuu ja -velvoitteet jakautuvat tasaisesti perheenjäsenten kesken. Moni vastaajista (5) toi esiin kokemuksia siitä, etteivät sisarukset osallistu hoivaan tasavertaisesti. Useimmiten taustalla vaikuttivat myös kokemukset siitä, että vanhemmat ovat kohdelleet sisaruksia eriarvoisesti jo lapsuudessa. Eriarvoisuuden kokemukset voivat tulla esiin perheenjäsenten välisinä tunnelukkoina ja kyvyttömyytenä hoitaa yhteisiä asioita. Eräs vastaajista kuvasi sitä, miten puutteellinen hoivavastuu ilmeni riittämättömyyden, yksinäisyyden ja jopa uupumuksen kokemuksina.

”Riittämättömyyden, yksinäisyyden, uupumuksen tunteet, sisaruksista kukaan ei osallistu hoivatoimiin, eivät ymmärrä, että itse on aina kiinni hoidossa, ei saa tukea, pitävät äitiin yhteyttä, mutta hoivavastuu on puutteellista.” (H 1)

Osassa vastauksista tuotiin esiin myös negatiivisia tunteita hoivatilannetta ja hoivattavaa kohtaan. Haastateltavat (3) mainitsivat hoivatyön taustalla vaikuttavan *velvollisuuden- ja vastuuntunnon*. He korostivat näkemystä siitä, että kun itse vielä pystyy ja jaksaa auttaa, niin ei ole syytä jättää hoivattavaa ilman apua. Eräs vastaajista kertoi, että hoivasuhteeseen ajaututtiin eräänlaisena pakkoratkaisuna. Koska välit hoivattavaan olivat rikkonaiset jo pidemmän aikaa, auttamissuhdetta on kannatellut velvollisuudentunto. Törrönen (2016, 11–12) kirjoittaa, miten vastavuoroisuus voi tuntua pakolta toimia toisten odotusten mukaan. Koska ihmiset tietävät, miten toimia sosiaalisten normien ja odotusten mukaisesti, he saattavat vastata toisten odotuksiin velvollisuudentunnosta – eivät rakkaudesta tai välittämisestä.

”Varmaan se kauhee velvollisuus (saa jatkamaan auttamista) (naurahdus). Se semmonen niin kun, että pakko auttaa. Että jotenkin semmonen. Kyllähän se tietyllä tavalla tulee hyväkin mieli sen jälkeen, kun aina on tehny. Mutta kyl mä joka kerta ennen, mulla on esimerkiksi torstai se äiti-päivä, niin kyl se aina semmonen, että kerään kärsivällisyyttä siihen hitaaseen

kävelyyn ja tavallaan siihen jotenkin. Mut en tiedä, en varmaan pysty lopettaa, vaikka välillä ottaa hirveesti päähän.” (H 59)

6.6 Puolison rooli

Seuraavaksi perehdytään teemaan, joka käsittelee puolison roolia ja merkitystä hoiva-arjessa. Teeman sisälle muodostuneita puolison roolia kuvaavia keskeisiä ilmauksia olivat *tärkeä tuki, aktiivinen toimija, ymmärtäjä sekä sivustaseuraaja*. Vastaajista moni (5) kertoi, että puoliso oli *tärkeä tuki* hoiva-arjessa. Useampi haastateltava toi esiin sen, että suhde puolisoon oli tiivis ja puolisolta sai tukea ja turvaa konkreettisissa käytännön tilanteissa ja haasteissa. Myös Nealin ja Hammerin (2007) tutkimukset vahvistavat puolison tuen merkitystä hoivaajalle. Myönteinen tuki ja palaute sekä toimiva suhde puolisoon vaikuttavat positiivisesti hyvinvointiin ja perhe-elämään tyytyväisyyteen. Toisaalta tyytyväisyys tai tyytymättömyys vaikuttavat molempiin puolisoihin samansuuntaisesti joko lisäten tai vähentäen tyytyväisyyttä ja hyvinvointia. (Sloan Work and Family Research Network 2007.)

Puolisoa kuvattiin (6) myös *aktiiviseksi toimijaksi*, joka on usein mukana erilaisissa hoivatehtävissä. Osa naisista kertoi, että he liikkuvat puolison kanssa lähes aina yhdessä, joten hoiva ei ole sinällään vähentänyt yhteistä ajankäyttöä. Myös puoliso oli kiinnostunut hoivaajan vanhemmista ja auttoi erityisesti miehisissä töissä. Yksi vastaajista toi esiin sen, että kotona oleva puoliso oli tärkeä apu sekä hoivattavan että lasten ja lastenlasten hoidossa. Kolme naisista korosti sitä, että puoliso *ymmärtää* hoivaa ja sen vaikutuksia oman perheen arjessa. Myönteinen suhtautuminen hoivaan ja sen vaatimukseen edesauttoi hoivaajan suoriutumista haastavissakin tilanteissa ja ennen kaikkea lujitti puolisoitten keskinäistä suhdetta.

”Than yhtälaillla hänel (puoliso) on huoli mummosta ja mun äidistä ja isästä ja hän käy siel kaks kertaa viikos vähintään. Ja must se on aivan ihanaa, ku hän istuu ja juttelee tai pelaa isän kanssa jotain pasianssia.” (H 30)

Pieni osa vastaajista (2) mainitsi, että puolison rooli oli vähäisempi ja hän oli eräänlainen *sivustaseuraaja* hoivaa koskevissa asioissa. Puoliso ei juurikaan osallistunut varsinaisiin hoivatehtäviin esimerkiksi työkiireiden vuoksi. Yhden vastaajan puoliso asui palvelutalossa, eikä sen vuoksi ollut apuna ja tukena hoivatehtävissä.

Vastaajat toivat esiin tekijöitä, jotka haastoivat puolison roolia yhteisessä arjessa. Osa naisista (3) mainitsi, että puolison aktiivinen mukanaolo työelämässä vaikutti siihen, että keskinäinen parisuhdeaika oli jäänyt vähiin. Vastaajat kertoivat myös siitä, että yhdessä tekeminen ja harrastaminen oli jäänyt vähemmälle hoivatehtävien lisääntymisen myötä. Osa naisista oli havainnut väsymyksen merkkejä sekä itsessä että puoliossa myös hoivatilanteen myötävaikuttamina. Tilanteen stressaavuutta lisäsivät äkilliset muutokset hoivarutiineissa totutusta poikkeavina ajankohtina. Yhden vastaajan mukaan yhteinen huumori puolison kanssa oli oleellinen selviytymiskeino haastavissa arjen tilanteissa.

”No, ei se nyt toistaseks oo vielä (vaikutusta parisuhteeseen). Tai siis me, ehkä pienellä huumorillakin pärjätään tässä. Että me välillä, jos on semmonen hetki, että äiti on muualla, niin me näitä hänen tätä karjalaismurretta ja tätä, me ruvetaan tavallaan matkimaan.” (H 64)

6.7 Suhde lapsiin ja lasten perheisiin

Tässä aluvuossa tarkastelun kohteena on teema, joka käsittelee hoivaajan suhdetta lapsiin ja lapsenlapsiin. Tulosten perusteella voitiin havaita, että kaikki vastaajista olivat jollain tavoin tekemisissä ja vuorovaikutuksessa lasten ja lastenlasten kanssa. Aineistossa esiin tulleita koavia käsitteitä ydinperheestä olivat *läheinen suhde*, *välimatka*, *ajalliset haasteet ja tasapainoilu* sekä *isoäitiyden merkitys*. Osa vastaajista (3) kertoi, että omiin lapsiin on edelleen *läheinen suhde* ja he käyvät usein kotona. Myös aiemmat tutkimustulokset vahvistavat käsitystä siitä, että vuorovaikutus ja yhteydenpito suurten sukupolvien vanhempien ja heidän lastensa välillä on molempiin suuntiin tiivistä ja vilkasta (Haavio-Mannila ym. 2009, 42–43). On todettu, että läheiset ihmiset, kuten omat lapset voivat olla tärkeä apu ja tuki hoivajalle (Kauppinen ja Silfver-Kuhlampi 2015b, 32; Vallbacka 2019).

Vastauksissa (2) tuotiin esiin *välimatkan* vaikutus yhteydenpitoa muokkaavana ja useimmiten heikentävänä tekijänä sukupolvien välillä. Koska lapset ovat muuttaneet kauemmaksi asumaan töiden ja opiskelujen vuoksi, välimatka ja fyysinen etäisyys heikentävät ja harvennävät vuorovaikutusta. Lisäksi naiset toivat esiin hoivatehtävien *ajalliset haasteet ja tasapainoilun* erilaisten ympäristön vaatimusten välillä. Haastateltavat (2) myönsivät, että jos äidin läheishoiva ei veisi niin paljon aikaa, sitä jäisi enemmän lapsille ja lastenlapsille. Tarvetta

hoivatyöhön olisi enemmänkin, mutta aika ja voimavarat eivät riitä kaikkeen. Moni vastaajista (5) kertoi tasapainoilusta kahden maailman välillä, niin hoivattavan kuin omien lasten elämässä.

”Kolme lastenlasta, nuorin oma lapsi vielä kotona, pienessä ympyrässä ollaan kaikki, välillä mieltii, onko tänään mummopäivä vai lastenlasten päivä.” (H 30)

Moni naisista painotti *isoäitiyden merkitystä* omassa elämässään. Mummona oleminen on mukava ja tärkeä asia, vaikka toisaalta se tuo mukanaan huolen kaikesta. Vastauksissa tuotiin esiin se, miten lapsenlapset tuovat iloa ja valoa elämään ja heidän kanssaan halutaan olla paljon tekemisissä. Toisaalta korostettiin myös sitä, että omien lasten elämään ei ole hyvä puuttua liikaa, vaan nuorempaa sukupolvea tulee myös ymmärtää ja antaa heille riittävästi tilaa tehdä itsenäisiä omaa elämäänsä koskevia päätöksiä.

”Ilo kun ne tulee ja toisaalta ilo kun ne lähtee (naurua), yritän olla puuttumatta liikaa lasten elämään, ei samalla tavoin kuin äiti puuttui liikaakin elämäni, elämistä kahden maailman välillä ja yrittää ymmärtää puolin ja toisin.” (H 59)

6.8 Sukupolvien välinen vastavuoroisuus

Viimeisenä tarkastelun kohteena on tema sukupolvien välisestä yhteydenpidosta. Aineistossa esiin tulleita teeman sisäisiä käsitteitä olivat *lasten elämäntilanne, isovanhemman terveydentila, juhlapyhät, lasten luonne-erot ja sukupolvien keskinäiset välit*. Havainnot osoittivat, ettei vuorovaikutus nuorimman ja vanhimman sukupolven välillä ollut läheskään niin tiivistä kuin hoivaajan ja hänen omien lastensa välillä. Vastaajista vain kaksi toi esiin sen, että lapset tapaavat säännöllisesti tai usein isovanhempaansa, ja auttoivat myös jonkin verran hoivatoimissa.

Vastaajista suurin osa (8) mainitsi, että lasten ja lastenlasten yhteydenpito isovanhempiin oli vähäistä tai lähes olematonta. Vastauksista ilmeni, että lasten ja isovanhempien väliseen etäisyyteen vaikutti paljon nuoremman sukupolven eli *lasten elämäntilanne*. He olivat usein kiireisiä oman perheen askareiden ja töiden vuoksi. Varsinkin omat pienet lapset rajoittivat

mahdollisuuksia osallistua isovanhemman hoivaan. Moni lapsista oli osallistunut nuorempana kotona asuessaan enemmän isovanhempien avustamiseen. Lisäksi haastateltavat totesivat, että *isovanhemman terveydentila*, kuten muistiongelmien ja fyysisesti heikentynyt kunto vähensivät vuorovaikutusta sukupolvien välillä. Voinnin heikkeneminen etäännytti hoivattavaa henkisesti läheisistään, vaikka fyysistä läsnäoloa pyrittiin ylläpitämään terveysongelmista huolimatta järjestämällä yhteisiä kyläreissuja ja tapaamisia.

”Kyllä kuuluu (äiti perheeseen), mutta ei enää sillälaila, ku on kuitenkin niin huonos kunnos, et jos hänet ottaa niinku kyläänki, niin kyl hän on silleen vähän niinku ulkopuolinen, ku ei hän enää oikeen osaa osallistu mihinkään keskusteluihin, ja et, mut kyllä hän perheeseen kuuluu, hän on niin vahva ja johtaa tätä sukua, et hänen mukaan mennään kyl pitkälti.”
(H 52)

Haastateltavat kertoivat, että lapset yhdistivät usein vanhempien luona kyläilyyn myös isovanhemman luona vierailun. Vastaajista moni painotti sitä, että lapset pitivät enemmän puhelimitse ja etäyhteyksien kautta yhteyttä vanhempaan sukupolveen. Näin toimittiin erityisesti tilanteissa, joissa välimatkat ja etäisyydet lähisukulaisten välillä olivat suuret. Useassa (4) vastauksessa mainittiin *juhlapyhät* perheitä yhteen kokoavana tekijänä. Isovanhempi otettiin edelleen mukaan juhlapyhien tai merkkipäivien, kuten lastenlasten syntymäpäivien viettoon. Myös aiemmat tutkimukset ovat samansuuntaisia, sillä vain noin viisi prosenttia nuorimmasta polvesta on viikoittain yhteydessä isovanhempiinsa. Sukupolvia yhteen kokoavia tapaamistilaisuuksia ovat merkkipäivät, vuosittaiset juhlat sekä sukukokoukset. (Haavio-Mannila ym. 2009, 44.)

”Noo oikeestaan meidän pojat tapaa äitiä sillain että. Kun pojat tulee, siis ei näihin arkikäynteihin. Mutta tuota niin pojat tulee meille esimerkiks vaikka sunnuntaina syömään on sovittu näin. Niin sit mä tuon äitin, et ne tapaa tässä. Ja sitten se, että me äidin kanssa käydään sitten lastenlasten synttäreillä aina näin, mut ei niinkään tollai sillain toiste päin.”
(H 42)

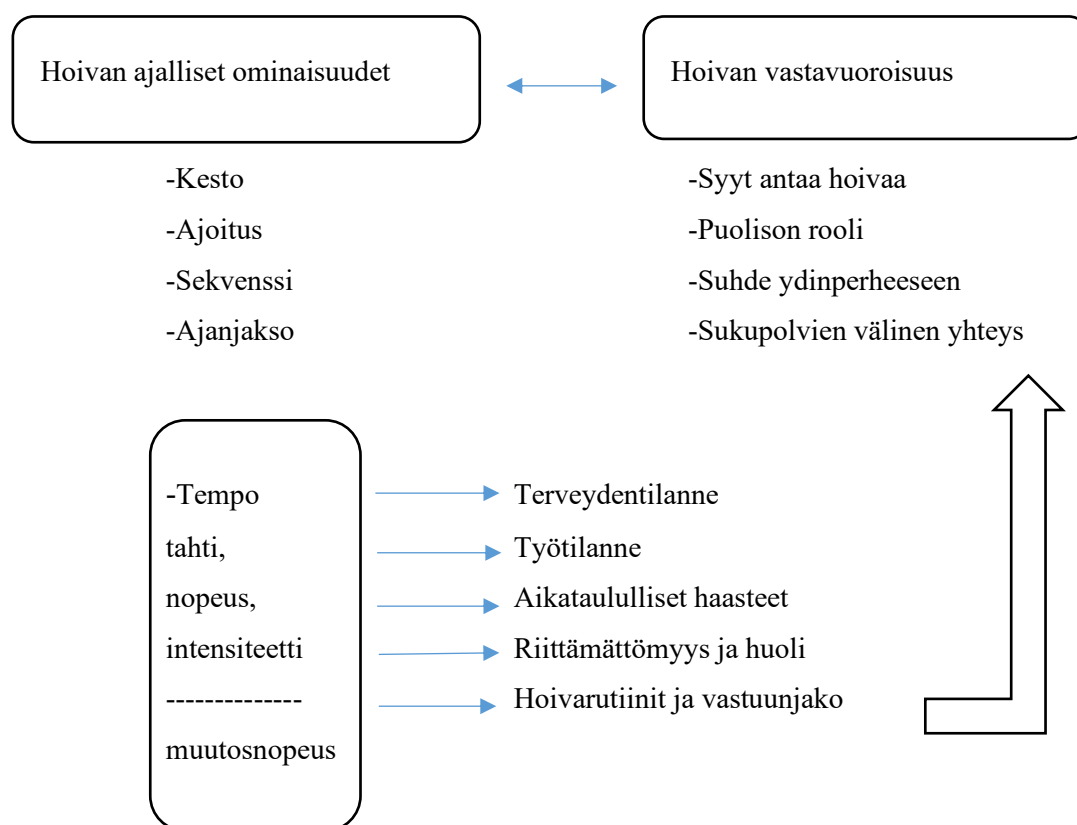
Haastateltavat kertoivat myös siitä, miten *lasten luonne-erot* vaikuttivat yhteydenpitoon isovanhempien välillä. Osa lapsista oli herkempiä ja kiinnostuneempia auttamaan ja huomioi-

maan vanhempia ihmisiä ja siten myös suhde isovanhempiin muodostui alun alkaen tiiviimäksi. Lisäksi mainittiin myös *sukupolvien keskinäisten välien* vaikutus suhteeseen. Lapset ottavat usein mallia vanhemmiltaan siinä, miten läheisenä vanhempi sukupolvi ja sen jäsenet koetaan. Toisaalta myös isovanhempien vuorovaikutuksen aloitteellisuus lapsia kohtaan voi vahvistaa suhteen toimivuutta ja vastavuoroisuutta myös pidemmälle tulevaisuuteen, kun lapset kasvavat ja aikuistuvat. Tutkimustulosten mukaan suuret ikäluokat ja heidän vanhempansa suhtautuvat auttamiseen pyyteettömämmin verrattuna nuorempaan ikäpolveen. Suurten ikäluokkien lapsista kolmannes odottaa saavansa vasta-apua omaiseltaan, kun heidän vanhemmistaan yli puolet eivät odota vastapalvelusta. (Haavio-Mannila ym. 2009, 44–93.)

Kuvion 1 tarkoituksena on havainnollistaa tämän tutkimuksen kannalta oleellisia käsitteitä ja havaintoja hoivan ajallisten ominaisuuksien ja vastavuoroisuuden yhteydestä ja vuorovaikutteisuudesta. Tutkimuksessa esiin tulleita ajallisia ominaisuuksia olivat hoivan kesto, ajoitus, sekvenssi, ajanjakso sekä tempo. Kaikki vastaajat olivat hoivanneet läheistään jo useamman vuoden ajan. Hoivakäynnit limittyivät työvuorojen ja hoivattavan tarpeiden mukaan eri vuorokauden aikoihin. Vanhempaa tai lähisukulaista hoivattiin vähintään viikoittain tai useammin. Läheishoivan ja työn yhteensovittamiseen vaikutti sekä työelämän hektisyys että hoivatehtävien intensiivisyys. Tutkimuksen havainnot osoittivat, että erityisesti vuorotyöntekijöillä sekvenssit sisälsivät paljon toimintaa ja tehtäviä toteutettiin useimmiten peräkkäin ja järjestyksenomaisesti. Ajanjaksoa kuvaavissa ilmauksissa tuotiin erityisesti esiin vapaiden merkitys palautumisen ja jaksamisen ylläpitäjänä. Hoivan tempoon yhteydessä olevat tekijät olivat hoivattavan terveydentilanne, hoivaajan työtilanne, aikataululliset haasteet, riittämättömyys ja huoli sekä hoivarutiinit ja vastuunjako. Nämä tekijät olivat myös keskeisessä roolissa sekä hoivaa että ansiotyötä koskevissa tahdin ja intensiteetin kokemuksissa. Hoivatilanteen muutosnopeus vaikutti hoivaajan kykyyn varautua tuleviin muutoksiin.

Auttamissuhteen taustalla vaikuttavana syynä olivat useimmiten läheisyys ja rakkauden tunne hoivattavaa kohtaan, vaikka hoivaamiseen kytketty myös vastuun- ja velvollisuudentunto. Puoliso oli tärkeä tuki ja avunantaja hoivatehtävissä ja vastavuoroisuutta ja kanssakäymistä tapahtui ennen kaikkea ydinperheen ja omien lasten perheiden kesken. Naiset olivat keskeisessä roolissa yhteydenpidon ylläpitäjinä ja kohteina. Sukupolvien välinen yhteydenpito oli vilkkainta hoivaajan ja hänen lastensa perheiden kanssa sekä toisaalta hoivaajan

ja hänen vanhempiensa välillä. Nuoremman ja vanhimman polven välinen etäisyys oli konkreettisempaa ja se tuli esiin harvemmin toteutuneina tapaamisina. Vastavuoroisuus hoivaajan ja hoivattavan välillä voi vahvistaa vuorovaikutuksen intensiivisyyttä, lisätä hoivattavan vireyttä ja sujuvoittaa monia arjen toimintoja hoivan ja työn yhteensovittamista koskevilla kysymyksillä. Kuviossa 1 tulee tiivistetysti esiin se, miten läheisten ja sukupolvien keskinäisellä tuella ja vuorovaikutuksella voidaan keventää hoivaajan kokemaa kuormitusta ja vastuuta sekä aikapaineita. Hoivarutiinit, vastuun jakaminen sekä aito ja läsnä oleva kohtaaminen ja kiinnostus hoivaajan tilanteesta voivat lisätä sukupolvien välistä yhteydenpitoa ja syventää hoivan vastavuoroisuutta.



KUVIO 1. Hoivan ajallisten ominaisuuksien yhteys vastavuoroisuuteen

7 Johtopäätökset

Käsillä olevan tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää kahteen suuntaan hoivaavien työssäkäyvien naisten hoivan ajallisuutta sekä vastavuoroisuutta. Tutkimuksen keskiössä oli se, miten ajankäyttö jakautuu hoivaan ja ansiotyöhön sekä millainen merkitys on läheissuhteilla ja vuorovaikutuksen tiiviydellä sukupolvien välillä. Tutkimus osoittaa, että hoivan ja työssäkäynnin yhdistäminen haastaa läheistään hoivaavien naisten arkirutiineja ja ajankäyttöä. Vastaajien elämäntilanteet ovat yksilöllisiä ja työn ja hoivan yhteensovittamiseen vaikuttavat sekä työelämän hektisyys että hoivatehtävien intensiivisyys. Läheisten antama informaali hoiva on yhä laajin ja keskeisin vanhusten hoivan muoto ja se on myös taloudellisesti erittäin merkittävää (Kauppinen & Silfver-Kuhlampi 2015b, 32). Myös aiemmat tutkimustulokset vahvistavat näkemystä siitä, että läheisapua antavista valtaosa on keski-ikäisiä naisia, jotka auttavat omia vanhempiaan ja antavat useimmiten vaativaa ja pitkään kestävästä hoivaa (Haavio-Mannila ym. 2009, 12–14).

Tutkimustuloksissa esiin tulleita hoivan tempoon vaikuttaneita tekijöitä olivat hoivattavan terveydentilanne, hoivaajan työtilanne, aikataululliset haasteet, riittämättömyys ja huoli sekä hoivarutiinit ja vastuunjako. Erityisesti vuorotyöntekijät kokivat haasteellisena hoivan ja työn yhdistämisen. Vuorotyötä tekevät naiset toivat selvästi enemmän esiin fyysiseen ja henkiseen vointiin, omaan aikaan sekä työ- ja hoivatehtävien suorittamiseen liittyviä haasteita. Myös aiemmat tutkimustulokset osoittavat, että pitkällä työajalla (yli 40 tuntia viikossa) on havaittu selkeä yhteys koettuun aikaristiriitaan työn ja perheen välillä niin lapsiperheissä kuin lapsettomilla pareilla. Jännitteet korostuvat erityisesti naisilla. (Tammelin 2009a, 140; Nätti & Väisänen 2000, 60.) Kahden ansaitsijan perheissä ansiotyö vie aikaa ja voimia ja hoivan päävastuu jää lähes aina naisen kannettavaksi. Huoli naisten oman ajan riittävyydestä on todellinen perheissä, joissa työpäivän jälkeen odottaa vielä lisävuoro koti- ja hoivatyötä. (Miettinen & Rotkirch 2012, 57–58; Pääkkönen & Hanifi 2011, 18–25.)

Lähes kaikki haastateltavat työsuhdetyypistä riippumatta toivat esiin työn positiivisia vaikutuksia. Työssäkäynti antoi taloudellista turvaa, uusia sosiaalisia suhteita sekä enemmän vapautta, mikä myötävaikuttanut hoivatehtävien hoitamiseen ja arjessa jaksamiseen. Vastaajista suurin osa ei ollut valmiita luopumaan työstään, vaikka hoivatehtävät lisääntyisivät. Edes

raskaampi fyysinen tai henkinen työ ei vaikuttanut töistä poisjäämiseen. Moni hoitotyötä työkseen tehnyt vastaaja koki ansiotyön tärkeäksi voimavaraksi ja vastapainoksi hoivalle ja kotityölle. Myös työolotutkimukset tukevat käsitystä siitä, että työ toimii kotiarjen vastapainona ja tarjoaa itsensä toteuttamisen mahdollisuuksia sekä sosiaalisia suhteita toisiin aikuisiin yhä useammalle läheistään hoivaavalle (Tammelin & Mustosmäki 2017, 123). Moniroolisuus elämän eri osa-alueilla voi olla rikastuttava ja voimaannuttava ilmiö, kun roolit ovat tasapainossa ja tukevat toisiaan (Kauppinen & Silfver-Kuhalaampi 2015b, 57).

Tutkimuksen havainnot osoittivat, että vastaajat toteuttavat hoivatoimintoja arjessaan useimmiten peräkkäin ja järjestyksenomaisesti, ei niinkään yhtäaikaisesti monisuorittamalla. Tätä voi selittää osin vastaajien kotitilanne, jossa omat lapset olivat lähes kaikki muuttaneet pois kotoa. Lisäksi vain yksi hoivaaja asui samassa taloudessa hoivattavan kanssa. Nämä tekijät vaikuttivat pitkälti siihen, että hoivatoimet toteutuivat sekä ajallisesti että tilallisesti erillään kotityöstä tai lastenlasten hoidosta. Tämän ajan haasteista selviytymiselle on ominaista maskuliinisten ajankäyttörationaliteettien yhdistäminen asioiden yhtäaikaiseen hallintaan. Tätä kuvastaa hyvin naisten kyky liikkua sujuvasti sekä perhe- että työelämän osa-alueilla. Koska erilaiset työt vaativat erilaista suhdetta aikaan, nainen elää kahdessa elämänrytmisessä ja kahdessa ajassa, perheen reproduktiivisessa ja palkkatyön lineaarisessa. (Julkunen 1985.)

Tutkimusaineistossa tuli esiin hoivatilanteen ja -tarpeen muutosnopeus, joka voi yllättää ja vaatia erityisjärjestelyjä hoivaajan töiden ja oman arjen sujuvuuden kannalta. Muutokset, joihin on vaikea varautua etukäteen aiheuttavat lisäkuormitusta ja stressiä. Vastaajien hoivatilanteet kuuluivat pääsääntöisesti huokoisen arjen vaiheeseen, jossa hoivaajalla ja hoivattavalla on vielä tilaa sekä omille että yhteisille sosiaalisille suhteille. Toisaalta monen haastateltavan arjessa oli havaittavissa kuormittavia piirteitä, kun hoivattavan vointi ja kokonais-tilanne olivat heikentyneet pitkäaikaissairauksien tai äkillisten muutosten myötä. (esim. Tikkanen 2016.) Kahden hoivan välinen puristus ei ollut tässä aineistossa niin voimakas kuin perheissä, joissa on edelleen kotona alaikäisiä lapsia. Hoivaajan kokemaa kuormitusta lisäsi ennen kaikkea hoivattavan tilanne, ei niinkään omia lapsia ja lastenlapsia koskevat hoiva-tehtävät. Sen vuoksi tutkimuksen kohderyhmää kuvaa osuvammin käsite kahteen suuntaan hoivaavat.

Havainnot osoittivat, että yhteiskunnan tuella sekä erilaisilla työaikajoustoilla ja työtehtävien uudelleen järjestelyillä on tärkeä merkitys vastaajien työssäjaksamisen kannalta ja ne myös sujuvoittavat hoivatehtäviä. Työministeri Timo Harakan mukaan hallituksen työllisyystavoitteen sekä yhdenvertaisuuden kannalta on haastavaa, jos omaiset jäävät kotiin huolehtimaan omista vanhemmistaan ja luopuvat sen vuoksi työstään. Työhön paluu hoivavelvoitteiden päättyessä voi vaikeutua pitkän kotonaolon jälkeen ja vaikuttaa kielteisesti naisten työssäkäyntiä koskeviin toiveisiin ja urasuunnitelmiin. Tulevaisuudessa tarvitaan uusia keinoja, joilla lisätään osa-aikatyötä ja vahvistetaan hoitovapaan käyttöä myös läheishoivan tilanteissa. (Berg 2019; Kalliomaa-Puha & Kangas, 2015.) Tämän tutkimuksen osa-aineistossa vain yksi hoivaaja sai omaishoidontukea, mikä kuvastaa tilannetta myös laajemmin eli hoivaajista lähes 20 000 tekee vaativaa ja sitovaa hoitotyötä ilman yhteiskunnan tukea (esim. Kehusmaa 2014). Yhteiskunnassa on vahva tahtotila siihen, että omaishoidon tukea tulisi myöntää ansiotyössä käyville läheishoivaajille jo huokoisen ja kevyemmän hoivan tilanteissa (Kalliomaa-Puha 2018, 69).

Tutkimuksen tuloksissa auttamissuhteiden taustalla vaikuttivat sekä läheisyys ja rakkauden tunne että vastuun- ja velvollisuudentunto hoivattavaa kohtaan. Hoivaajan ikäpolvi piti tiiviisti yhteyttä vanhemman sukupolven kanssa jo olemassa olevan hoivakontaktin vuoksi, mutta myös yleisen välittämisen ja keskinäisen sukulaissiteen takia. Kun hoivatyön taustalla on vahva tunne rakkaudesta ja välittämisestä, hoivatilanne pohjautuu vahvasti hoivaajan ja hoivattavan väliseen suhteeseen (Anttonen & Zechner 2009, 27). Aiemmat tutkimukset osoittavat, että läheishoivaan suhtaudutaan pääosin myönteisesti ja omaisista huolehditaan mielellään tai erittäin mielellään. Silti hoivatyössä kohdataan myös raskaita tilanteita, jotka voivat olla yhteydessä hoivattavan tilassa tapahtuviin muutoksiin ja niiden aiheuttamiin riskitilanteisiin. (Kauppinen & Silfver-Kuhalampi 2015b, 32.) Hoiva tulisi ymmärtää monimuotoisena ja -vaiheisena prosessina, jossa on mukana useita ihmisiä ja myös yhteiskunnan instituutioita (Tronto 1993). Vaativimmillaan hoivassa on kyse kokonaisvaltaisesta vuorovaikutussuhteesta ja vähimmilläänkin se pyrkii takaamaan hoivattavan turvallisuuden tunteen ja hyvinvoinnin (Koistinen 2003, 73).

Tämän tutkimuksen tuloksissa naiset olivat yhteydenpidon keskiössä molempien sukupolvien suuntaan. Havaintojen perusteella vastavuoroisuus ja kanssakäyminen toteutuivat ennen kaikkea ydinperheen jäsenten kesken. Puoliso oli konkreettisenä apuna hoivassa, mutta

keskeistä oli myös puolisolta saatu ymmärrys ja henkinen tuki. Aiemmat tutkimustulokset vahvistavat puolison merkitystä hoivaajan arjessa. Toimiva suhde puolisoon vaikuttaa myönteisesti molempien kumppaneiden hyvinvointiin ja edelleen perhe-elämään tyytyväisyyteen. (Sloan Work and Family Research Network 2007.) Hoivaajan sukupolven yhteydenpito omiin lapsiin ja lapsenlapsiin oli vastavuoroisen säännöllistä, mitä myös aiemmat tutkimustulokset vahvistavat (Haavio-Mannila ym. 2009). Kaiken kaikkiaan läheiset ihmiset, kuten puoliso tai omat lapset voivat olla tärkeä apu ja tuki hoivaajan arjessa (Kauppinen ja Silfver-Kuhlamäki 2015b, 32; Vallbacka 2019).

Hoivaajan lasten ja lastenlasten yhteydenpito vanhempaan sukupolveen eli isovanhempiin oli melko vähäistä. Toisaalta on ymmärrettävää, että isovanhemman terveydentilan huononeminen ja fyysinen etäisyys heikentävät mahdollisuuksia yhteydenpitoon. Isovanhempia tavattiin useimmiten juhlapyhinä ja merkkipäivinä sekä arjen keskellä etäyhteyksien välityksellä. Myös aiemmat tutkimustulokset vahvistavat käsitystä siitä, että yhteydenpito nuoremman ja vanhimman sukupolven välillä on harventunut (Haavio-Mannila ym. 2009). Toisaalta on hyvä ymmärtää, että hoivan ja huolenpidon lisäksi hyvinvointia tuottavaa vastavuoroisuutta on myös arkinen kanssakäyminen eri sukupolviin kuuluvien välillä ja monelle ikäihmisille juuri siitä voi muodostua keskeinen hyvinvoinnin lähde. Kokonaisvaltainen kohtaaminen ja osallistuminen erilaisiin hoiva- ja huolenpitotehtäviin voi syventää vastavuoroisuutta ja vähentää tekemisen ja kohtaamisen välistä ristiriitaa. (Karisto 2016, 36–37; Sloan Work and Family Research Network 2007.)

Vaikuttaa siltä, että genealoginen eli sukulaisuuteen pohjautuva järjestys oli vahvimmillaan ydinperheen jäsenten sekä vanhempien sukupolvien välisessä vuorovaikutuksessa. Merkitykselliset läheissuhteet antavat vuorovaikutukseen myös erityistä sitomisvoimaa. Nuorempien sukupolvien kohdalla voimistuu rakkauteen ja välittämiseen pohjautuva järjestys, jossa korostetaan ystävien ja tuttavien merkitystä avunsaajina ja -lähteinä. (vrt. Ketokivi 2010, 70). Elias (1993) kuvaa osuvasti sitä, miten ihmiset ovat rajallisia lenkkejä tai viestiä kuljettavia soihdunkantajia sukupolvien ketjussa. Inhimillinen riippuvuus on oleellinen ja väistämätön osa jokaisen ihmisen elämää. Tutkimustulosten mukaan suuret ikäluokat ja heidän vanhempansa suhtautuvat auttamiseen pyyteettömämmin verrattuna nuorempaan ikäpolveen (Haavio-Mannila ym. 2009). Yhteiskunnassa tarvitaan edelleen asennemuutosta van-

husväestöä, ikääntymistä ja erilaisuutta kohtaan, jotta luonnollinen vastavuoroisuus ja kanssakäyminen eri ihmisryhmien välillä lisääntyy. On tärkeää välittää heikompiosaisista ja vaa- lia solidaarisuutta ja yhteisöllisyyttä niin toiminnan kuin päätöksenteon tasoilla.

Tutkimuksen tulokset vahvistivat käsitystä siitä, että ajalla ja hoivan sitovuudella on vahva yhteys toisiinsa. Kun ruumiillinen hoiva lisääntyy tietyt päivittäiset rutiinit vievät enemmän aikaa ja muuttuvat vaativammiksi (Tikkanen 2016, 89). Hoivattavan tilassa voi tapahtua muutoksia vähitellen tai hyvinkin nopeasti, mikä aiheuttaa sekä hyviä että huonoja jaksoja hoiva-arkeen. Arki voi olla kevyttä ja sujua huomaamatta tuttujen rutiinien varassa, kunnes jotain arvaamatonta tapahtuu. Erilaiset jännitteet elämän eri osa-alueilla lisäävät arjessa ko- ettua painoa entisestään. Ansiotyön vaativuus erityisesti vuorotyössä voi lisätä kuormitusta niin perhe-elämän kuin hoivan suhteisiin. Tutkimuksessa esiin tulleet kuvaukset vuorotyö- läisten päivän kulusta kertoivat siitä, miten epämääräisinä kellonaikoina hoivatoimia suori- tettiin tai miten ne kasautuivat rypäsmäisesti tiettyihin taitekohtiin päivästä. Se, että ajan- käytön sekvenssit ovat liian täynnä toimintaa tai siirtymät ovat liian nopeita, vaikuttaa pi- demmän päälle hoivaajan arjessa jaksamiseen heikentävästi ja myös sosiaalisten suhteiden ylläpito kärsii (esim. Tikkanen 2016).

Hirvosen ja Husson (2012, 30) analyysi ajallisen hallinnan tehostumisesta hoivatyössä hei- jastelee yleisempää kokemusta taloudellis-hallinnollisen aikakehyksen ylivallasta ja sen pyr- kimyksestä muovata toimijuuttamme eri elämänalueilla. Ajan synkronointi tapahtuu aina suhteessa läheisiin, hoivattaviin ja työn kenttään, jossa elämme. Läheishoivan tehtäväkent- tään kuuluu monenlaisten asioiden hoitoa ja järjestelyä. Hoivan ajallinen hallittavuus on hy- vin haastavaa ja siksi olisi tärkeää, että läheisillä on aikaa käytännön tehtävien lisäksi myös aitoon kohtaamiseen, läsnäoloon ja seuranpitoon. Nykyinen tehokkuutta painottava näkemys voi estää eettisten periaatteiden toteutumisen hoivan käytännöissä sekä vaarantaa hoivaajien ja hoivattavien hyvinvointia myös läheishoivan tilanteissa, jos hoivan sitovuuteen ja sen ajal- lisiin kehyksiin ei kiinnitetä riittävästi huomiota.

Yhtenä haasteena käsillä olevassa tutkimuksessa oli aineiston vastaavuus esitettyihin tutki- muskysymyksiin. Tutkimuksen ajallisuutta ilmentävät käsitteet ja teoria eivät olleet suoraan yhdistettävissä valmiiseen aineistoon, vaan yhteensopivuus edellytti eriasteista muokkausta

ja soveltamista. Tavoitteena oli osaltaan kokeilla ja haastaa kvantitatiivisena pidetyn käsittejärjestelmän soveltuvuutta kvalitatiiviseen aineistoon, sillä henkilökohtaisten kokemusten painottaminen voi vahvistaa hyvinvoinnin ulottuvuutta ja monipuolistaa ajankäytön kokonaiskuvaa (esim. Ylikännö 2011, 26). Syväluotavaa tutkimusta hoivan ajallisuudesta ei ollut tarkoituksellista, eikä edes mahdollista toteuttaa tämän aineiston puitteissa. Hoivan vastaavuoroisuutta ja sidonnaisuutta koskevaan kysymykseen laadullinen haastatteluaineisto soveltui monelta osin paremmin, vaikka tutkimuskysymystä piti uudelleen muotoilla ja tarkentaa tutkimuksen edetessä. Haasteena tässä tutkimuksessa oli myös tulosten yleistettävyyys. Pieni otos ja kohderyhmä eivät ole yleistettävissä tilastollisessa merkityksessä. Monet havainnoista olivat kuitenkin samansuuntaisia aiempien teorioiden ja tutkimustulosten kanssa, mikä osaltaan vahvistaa analyysiä koskevia päätöksiä ja niiden osuvuutta. Voidaan ajatella, että tutkimustuloksia voidaan siirtää tai soveltaa ainakin joiltain osin toiseen toimintaympäristöön (Eskola & Suoranta 2008, 68).

Käsillä oleva aineisto FSD3072 Omaishoito ja ansiotyö (2008–2009) on yli kymmenen vuotta vanha, mikä osaltaan heikentää aineiston vertailtavuutta nykyhetkeen. Toisaalta vastaavaa yhtä laajasti ilmiötä käsittelevää uudempaa tutkimusta aiheesta ei ole toteutettu. Omaishoivan ja ansiotyön yhteensovittaminen ja kyseisen ilmiön monimuotoisuus ja erityispiirteet ovat silti monilta osin edelleen rinnastettavissa tähän hetkeen ja ajankohtaan. Edelleen tässä ajassa on havaittavissa samankaltaisia haasteita kuin kymmenen vuotta sitten, liittyen muun muassa naisten oman ajan riittävyyteen tai omaishoivan tuen kattavuuteen. Käsillä olevassa tutkimuksessa käytettiin sekä vanhempaa että uudempaa teoria- ja tutkimusmateriaalia aiheesta. Pääsääntöisesti tutkimuksen teoreettinen viitekehys pohjautui kotimaiseen tutkimuskirjallisuuteen, mutta myös kansainvälistä tutkimusta hyödynnettiin esimerkiksi ”sandwiched”-pariskunnista. Vaikka tämän tutkimuksen keskiössä on hoivaajan näkökulma, vuorovaikutuksen tarkastelu ylisukupolvisesti lapsiin ja lastenlapsiin päin tukee osaltaan myös hoivattavan ajatusmaailman huomioimista. Hoivattava ei ole tutkimuksessa vain kohde, vaan rooli tunnustetaan ja tunnustetaan, vaikkakin välillisesti.

Tutkimus tuottaa tietoa kahteen suuntaan hoivaavien työssäkäyvien naisten ansiotyön ja omaishoivan yhdistämisestä. Vastaajien henkilökohtainen tieto ja näkemys tuovat arvokasta lisäinformaatiota yhteiskunnalliseen keskusteluun sekä poliittiseen päätöksentekoon. Tule-

vaisuuden haasteena on vahvistaa epävirallisen auttamisen ja hoivatyön roolia osana ajankäytön kokonaisrakennetta ja dynamiikkaa. Tämä lisää näkyvyyttä ja tunnettavuutta työlle, jota naiset pitkälti hallitsevat. Hoivaetiikan mukainen käsitys ihmisenä olemisesta ja hoivasta osana perustarpeita tulisi sisällyttää osaksi sosiaalipolitiikkaa, jotta siitä kannettaisiin vastuuta koko yhteiskunnan tasolla (van Aerschot 2014, 25). Työn ja perheen yhteensovittamista tukevien toimien tulisi kattaa moninaisten perheiden kirjo ja erityisesti ne elämäntilanteet, joissa perheenjäseniä ja läheisiä autetaan yli sukupolvien (Salmi 2004, 183). Myös sosiaalityössä on tärkeä tiedostaa ajankäytön yhteydet yksilöiden arkeen ja jaksamiseen, jotta perheitä voidaan auttaa ja tukea riittävän ajoissa ja ennaltaehkäisevästi. Ihmisten lähiverkostot ja yhteiskunnan eri tason toimijat ovat keskeisessä roolissa siinä, miten kahteen suuntaan hoivaavia tuetaan heidän yksilöllisissä elämäntilanteissaan.

Aineisto

Kröger, Teppo (Jyväskylän yliopisto) & Jolanki, Outi (Jyväskylän yliopisto) & Leinonen, Anu (Jyväskylän yliopisto): Omaishoito ja ansiotyö 2008–2009 [sähköinen tietoaaineisto]. Versio 1.0 (2016-02-16). Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto [jakaja].
<http://urn.fi/urn:nbn:fi:fsd:T-FSD3072>

Lähteet

Adam, B. 2004. Time. Cambridge. Polity Press.

Anttonen, A. 2011. Hoivan sosiaaliset merkitykset. Teoksessa Kotiranta, T., Niemi, P. & Haaki, R. (toim.) Sosiaalisen toiminnan perusta. Helsinki: Yliopistokustannus.

Anttonen, A. & Zechner, M. 2009. Tutkimuksen lähestymistapoja hoivaan. Teoksessa Anttonen, A., Valokivi, H. & Zechner, M. (toim.) Hoiva: Tutkimus, politiikka ja arki. Tampere: Vastapaino, 16–53.

Berg, A. 16.10.2019. "Yhä useampi työikäinen jää omaishoitajaksi"–Ritva jätti uran tutkijana. MTV-verkkouutiset. Saatavilla <<https://www.mtvuutiset.fi/artikkeli/yha-useampi-tyoikainen-jaa-omaihoitajaksi-ritva-jatti-uran-tutkijana-aidin-sairastaminen-ja-lasten-teenivuodet-menivat-paallekkain/7590450#gs.6nz3rc>>, luettu 12.3.2020.

Burke, R.-J., Field, J. & Cooper, C.-L. 2012. The aging workforce: Individual and organizational opportunities and challenges. Sage Publications. 2013. Teoksessa Rogers, C. & Weller S. (toim.) *Critical Approaches to Care. Understanding Caring Relations, Identities and Cultures*.

Elias, N. 1978. *What is Sociology?* Lontoo: Hutchinson.

Elias, N. 1993. *Kuolevien yksinäisyys*. Suomennos Nieminen, J. & P. Tampere: Gaudeamus. Alkuperäisjulkaisu 1982.

Eskola, J. & Suoranta J. 2008. *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Garhammer, M. 2002. Pace of Life and enjoyment of life. *Journal of Happiness Studies* 3:3, 217–256.

Grönfors, M. 1982. *Kvalitatiiviset kenttätutkimusmenetelmät*. Helsinki: WSOY.

Haavio-Mannila, E., Majamaa, K., Tanskanen, A., Hämäläinen, H., Karisto, A., Rotkirch, A. & Roos, J.-P. 2009. Sukupolvien ketju: suuret ikäluokat ja sukupolvien välinen vuoro-vaikutus Suomessa. *Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia*, 107. Helsinki: Kela.

Held, V. 2006. *The Ethics of care: Personal, Political and Global*. Oxford: Oxford University Press.

Hiilamo, H. & Hiilamo, K. 2015. *Hoivataistelu: tekoja läheisten puolesta*. Helsinki: Kirjapaja.

Hirvonen, H., & Husso, M. 2012. Hoivatyön ajalliset kehykset ja rytmiristiriidat. *Työelämän tutkimus - Arbetslivsforskning*, 10 (2), 119–133. Saatavilla <<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/49072/hirvonenhussohoivatyonajallisetkehykset.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>, luettu 20.5.2019.

Honka, N. 1.12.2017. "Päätän päiväni itse ennen kuin joudun säästöjen heittopussiksi" –Läheiset kertovat iäkkäiden ahdingosta. Yle-verkkouutiset. Saatavilla <<https://yle.fi/uutiset/3-9952543>>, luettu 28.7.2020.

Hook, J. 2004. Reconsidering the division of household labor. Incorporating volunteer work and informal support. *Journal of Marriage and Family* 66 (2), 101–117.

Hoppania, H-K., Karsio, O., Näre, L. M., Olakivi, A. O., Sointu, L., Vaittinen, T., & Zechner, M. 2016. *Hoivan arvoiset: vaiva yhteiskunnan ytimessä*. Helsinki: Gaudeamus.

HTK-ohje. 2012. Saatavilla <https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf>, luettu 15.2.2020.

Jallinoja, R. 2014. Sosiaalisten sidosten tutkimisesta, Esimerkkeinä perhe ja suku. *Sosiologia* 2/2014, 168–174.

Julkunen, R. 1985. Naisten aika. *Tiede & Edistys* 10 (4), 295–308.

Julkunen, R., Nätti, J. & Anttila, T. 2004. *Aikanyrjähdys*. Tampere: Vastapaino.

Kalliomaa-Puha, L. & Kangas, O. 2015. Yhteistä ja yksityistä varautumista: vanhusten hoi-
van tulevaisuus. *Kalevi Sorsa -säätio*. Tartumaa: Ecoprint. Saatavilla <https://sorsafoundation.fi/wp-content/uploads/2015/03/Yhteista_Web.pdf>, luettu 17.8.2019.

Kalliomaa-Puha, L. 2018. Omaishoidon ja ansiotyön yhteensovittaminen – selvityshenkilön
raportti. Omaishoidon ja ansiotyön yhteensovittaminen. Sosiaali- ja terveysministeriön ra-
portteja ja muistioita 60/2018. Sosiaali- ja terveysministeriö, Helsinki 2018. Saatavilla
<[https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161286/R_60_2018_Omaishoi-
don_ja_ansiotyö_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161286/R_60_2018_Omaishoi-
don_ja_ansiotyö_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y)>, luettu 24.5.2019.

Karisto, A. 2016. Hyvinvointi ja vastavuoroisuus. Teoksessa Törrönen, M., Hänninen, K,
Jouttimäki, P., Lehto-Lundén, T., Salovaara, P. & Veistilä, M. (toim.) *Vastavuoroinen sosi-
aalityö*. Tallinna: Gaudeamus Oy, 25–38.

Kauppinen, K. 2013. Omais- ja läheishoitovapaan käytön tilanneselvitys 28.02.2013. Työ-
terveyslaitos. Saatavilla <[http://www.omaishoitajat.fi/sites/omaishoitaja.pohjaton-asia-
kas.fi/files/Tilanneselvitys%20omaishoitovapaa%2017.5.2013_0.pdf](http://www.omaishoitajat.fi/sites/omaishoitaja.pohjaton-asia-
kas.fi/files/Tilanneselvitys%20omaishoitovapaa%2017.5.2013_0.pdf)>, luettu 18.9.2016.

Kauppinen, K. & Jolanki, O. 2012. Työn sekä omais- ja läheishoivan yhdistäminen - työssä
jatkamisajatukset. Teoksessa Perkiö-Mäkelä M. & Kauppinen T. (toim.) *Työ, terveys ja
työssä jatkamisajatukset*. Helsinki: Työterveyslaitos, 133–156.

Kauppinen, K. & Silfver-Kuhalampi, M. 2015a. Työssäkäynti ja läheis- ja omaishoiva:
työssä jaksamisen ja jatkamisen tukeminen. Teoksessa Kauppinen, K. & Silfver-Kuhalampi,
M (toim.) *Työssäkäynti ja läheis- ja omaishoiva: Työssä jaksamisen ja jatkamisen
tukeminen*. Sosiaalitieteen laitoksen julkaisuja 2015:12. Helsingin yliopisto, Sosiaalitietei-
den laitos, 11–19. Saatavilla <[https://omaishoitajat.fi/wpcon-
tent/uploads/2017/11/T%C3%B6ss%C3%A4k%C3%A4ynti-1%C3%A4heis-ja-omais-
hoiva_Kaisa-Kauppinen.pdf](https://omaishoitajat.fi/wpcon-
tent/uploads/2017/11/T%C3%B6ss%C3%A4k%C3%A4ynti-1%C3%A4heis-ja-omais-
hoiva_Kaisa-Kauppinen.pdf)>, luettu 27.2.2018.

Kauppinen, K. & Silfver-Kuhalampi, M. 2015b. Läheishoivan ja työssäkäynnin yhteenso-
vittaminen: Kyselytutkimuksen tuloksia. Teoksessa Kauppinen, K. & Silfver-Kuhalampi,
M (toim.) *Työssäkäynti ja läheis- ja omaishoiva: Työssä jaksamisen ja jatkamisen tukemi-
nen*. Sosiaalitieteen laitoksen julkaisuja 2015:12. Helsingin yliopisto, Sosiaalitieteiden lai-
tos, 21–75. Saatavilla <[https://omaishoitajat.fi/wpcon-
tent/uploads/2017/11/T%C3%B6ss%C3%A4k%C3%A4ynti-1%C3%A4heis-ja-omais-
hoiva_Kaisa-Kauppinen.pdf](https://omaishoitajat.fi/wpcon-
tent/uploads/2017/11/T%C3%B6ss%C3%A4k%C3%A4ynti-1%C3%A4heis-ja-omais-
hoiva_Kaisa-Kauppinen.pdf)>, luettu 4.3.2017.

Kehusmaa, S. 2014. Hoidon menoja hillitsemässä. Heikkokuntoisten kotona asuvien ikäih-
misten palvelujen käyttö, omaishoito ja kuntoutus. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia
131. Tampere: Juvenes Print.

Ketokivi, K. 2010. *The Relational Self, the Social Bond and the Dynamics of Personal Re-
lationships*. Doctoral dissertation. *Sociology Research Reports*, 263, University of Hel-
sinki.

- Ketokivi, K. 2014. Sidoksen kysymys sosiologisessa ajattelussa ja läheissuhteiden tutkimuksessa. *Sosiologia* 2/2014. 139–154.
- Kiviniemi, K. 2018. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa Valli, R. (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Keuruu: PS-kustannus.
- Knijn, T. & Kremer, M. 1997. Gender and the caring dimension of welfare states: toward inclusive citizenship. *Social Politics* 4(3), 328–361.
- Koistinen, P. 2003. *Hoivan arvoitus*. Tampere: Vastapaino.
- Koistinen, P. 2010. Työn, hoivan ja hyvinvoinnin muuttuvat suhteet. Teoksessa (toim.) Niemelä, P. *Hyvinvointipolitiikka*. Helsinki: WSOY
- Kononen, H. 16.12.2019 "Kun puhelin soi, niin silloin pelottaa, että mitä nyt taas" – Hoidatko sinä läheistäsi kesken työpäivän? Saatavilla <<https://yle.fi/uutiset/3-11093570>>, luettu 15.10.2020.
- Kontula, O. 2018. *Perhebarometri: 2020-luvun perhepolitiikkaa*. Katsauksia E52/2018. Helsinki: Väestöliitto ry
- Kuronen, T. 2015. *Hoivapommin purkajat*. Helsinki: Gaudeamus.
- Kuula A. 2015. *Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys*. Vantaa: Vastapaino.
- Lammi-Taskula, J. & Salmi, M. 2014. Työnjako ja tyytyväisyys parisuhteeseen lapsiperheissä. Teoksessa Lammi-Taskula, J. & Karvonen, S. (toim.) *Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos*. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy, 72–81. Saatavilla <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116712/THL_2014_21Teema.pdf?sequence=1&isAllowed=y>, luettu 16.11.2017.
- Lammi-Taskula, J., Suhonen, A.-S. & Salmi, M. 2004. Ulottuvuuksina aika ja elämänvaiheet. Puolin ja toisin: tukea yli sukupolvien. Teoksessa Salmi, M. & Lammi-Taskula (toim.) *Puhelin, mummo vai joustava työaika? Työn ja perheen yhdistämisen arkea*. Helsinki: Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus, 97–113.
- Leinonen, A. 2011. Informal family carers and lack of personal time: Descriptions of being outside the sphere of formal help, *Nordic Social Work Research* 1 (2), 91-108.
- Linnosmaa, I., Jokinen, S., Vilkkö, A., Noro, A. & Siljander E. 2014. Omaishoidon tuki. Selvitys omaishoidon tuen palkkioista ja palveluista kunnissa vuonna 2012. THL-raportti 9/2014. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.
- Miettinen, A. & Rotkirch, A. 2012. Yhteistä aikaa etsimässä: lapsiperheiden ajankäyttö 2000-luvulla. *Perhebarometri. Väestötutkimuslaitos: katsauksia E42/2012*. Helsinki: Vammalan kirjapaino Oy.

- Miller, D. 1981. "The 'Sandwich' Generation: Adult Children of the Aging." *Social Work* 26, 419–423.
- Moisio, E. & Huuhtanen, H. 2007. Arki hallussa? Suomalaisten asiantuntijoiden näkemyksiä työstä, perheestä ja vapaa-ajasta vuonna 2015. Delfoi-paneelin tuloksia. Työ ja ihminen: Tutkimusraportti 31. Työterveyslaitos. Helsinki: Tampereen yliopistopaino Oy.
- Molander, G. 2014. Hoidanko oikein? Eettinen kuormitus ja päätöksenteko hoito- ja hoiva-työssä. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Morgan, D. H.-J. 1996. *Family Connections. An Introduction to Family Studies*. Cambridge: Polity Press.
- Neal, M. B., & Hammer, L. B. 2007. *Working couples caring for children and aging parents: Effects on work and well-being*. Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Noddings, N. 2003. *Caring. A Feminine approach to ethics and moral education*. Berkeley: University of California Press.
- Nätti, J. & Väisänen, M. 2000. Työajat ja työsuhteet kotitaloudessa. Teoksessa Lehto, A.-M. & Järnefelt, N. (toim.) *Jaksaa ja joustaa*. Artikkeleita työolotutkimuksesta 230. Tilastokeskus. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Omaishoito ja perhehoito. 2019. THL. Saatavilla <<https://thl.fi/fi/web/ikaantyminen/muutuvat-vanhuspalvelut/omaishoito-ja-perhehoito#Omaishoito>>, luettu 7.11.2019.
- Pääkkönen, H. 2010. *Perheiden aika ja ajankäyttö: tutkimuksia kokonaistyöajasta, vapaaehtoistyöstä, lapsista ja kiireestä*. Helsinki: Tilastokeskus.
- Pääkkönen, H. & Hanifi, R. 2011. *Ajankäytön muutokset 2000-luvulla*. Helsinki: Tilastokeskus.
- Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. *KvaliMOTV - menetelmäopetuksen tietovaranto* [pdf-verkkajulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Saatavilla <<https://www.fsd.tuni.fi/fi/tietoaarkisto/julkaisut/kvalimotv.pdf>>, luettu 25.4.2020.
- Salmi, M. 2004. Teesejä työn ja perheen yhteensovittamisen tulevaisuudesta. Teoksessa Salmi, M. & Lammi-Taskula (toim.) *Puhelin, mummo vai joustava työaika? Työn ja perheen yhdistämisen arkea*. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus, 173–183.
- Silfver-Kuhlampi, M. 2015. Työssäkäyvät läheisensä hoivaajat: mikä aiheuttaa stressiä, mikä auttaa jaksamaan? Teoksessa Kauppinen, K. & Silfver-Kuhlampi, M. (toim.) *Työssäkäynti ja läheis- ja omaishoiva: Työssä jaksamisen ja jatkamisen tukeminen*. Sosiaalitie-teen laitoksen julkaisuja 2015:12. Helsingin yliopisto, Sosiaalitieteiden laitos, 133–176.
- Sloan Work and Family Research Network. 2007. *Conversations with the Experts. Working Couples in the Sandwich Generation*. Boston College. 2007: 9 (1). Saatavilla

<<https://wfrn.org/wp-content/uploads/2018/09/Working-Couples-in-the-Sandwich-Generation-An-Interview-with-Margaret-B.-Neal-and-Leslie-B.-Hammer-intl-corner.pdf>>, luettu 18.9.2020.

Tammelin, M. 2009a. Working time and family time: experiences of the work and family interface among dual-earning couples in Finland. *Studies in Education, Psychology and Social Research* 355. Jyväskylä: University of Jyväskylä.

Tammelin, M. 2009b. Työaika ja perheen aika - Poisjättäytymistä vai ulosheittämistä? *Janus* 17 (2), 176–183.

Tammelin, M. & Mustosmäki A. 2017. Työn ja perheen yhteensovittaminen. Teoksessa Pyöriä, P. (toim.) *Työelämän myytit ja todellisuus*. Gaudeamus Helsinki University Press, 113–129.

Tikkanen, U. 2016. Omaishoidon arki: tutkimus hoivan sidoksista. Valtiotieteellinen tiedekunta. Väitöstutkimus. Helsingin yliopisto

Tronto, J. 1993. *Moral Boundaries: A Political Argument for an Ethic of Care*. New York: Routledge.

Tuomela, R. & Mäkelä, P. 2011. Sosiaalinen toiminta. Teoksessa Kotiranta, T., Niemi, P. & Haaki, R. (toim.) *Sosiaalisen toiminnan perusta*. Helsinki: Gaudeamus.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi Oy.

Työ ja terveys Suomessa 2009. Työterveyslaitos, Helsinki. Sastamala: Vammalan Kirjapaino Oy. Saatavilla <<https://www.ttl.fi/wp-content/uploads/2016/11/tyo-ja-terveys-suomessa-2009.pdf>>, luettu 22.1.2020.

Törrönen, M. 2016. Johdatus vastavuoroiseen sosiaalityöhön. Teoksessa Törrönen, M., Hänninen, K, Jouttimäki, P., Lehto-Lundén, T., Salovaara, P. & Veistilä, M. (toim.) *Vastavuoroinen sosiaalityö*. Tallinna: Gaudeamus Oy, 11–21.

Törrönen, M. 2018. Hyvinvointia luova vastavuoroisuus. Sosiaalityö. Teologinen Aikakauskirja. Helsingin yliopisto, 113–123. Saatavilla <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/306903/T_rr_nen_2018_2.pdf?sequence=1&isAllowed=y>, luettu 14.9.2020.

Vallbacka, E. 2019. Työn ja omaishoidon ristipaineessa. Laadullinen tutkimus omaishoitajien kokemuksista työn ja omaishoidon yhdistämisestä. Yhteiskunta- ja kulttuuritutkimuksen tiedekunta. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto.

Valokivi, H. & Zechner, M. 2009. Ristiriitainen omaishoiva – läheisten auttamisesta kunnan palveluksi. Teoksessa Anttonen, A., Valokivi, H. & Zechner, M. (toim.) *Hoiva – Tutkimus, politiikka ja arki*. Tampere: Vastapaino, 126–153.

van Aerschot, L. 2014. Vanhustenhoiva ja eriarvoisuus. Sosiaalisen ja taloudellisen taustan yhteys avun saamiseen ja palvelujen käyttöön. Acta Universitatis Tamperensis 1971. Tampere: Tampere University Press.

Varto, J. 1992. Laadullisen tutkimuksen metodologia. Helsinki: Kirjayhtymä.

Waerness, K. 1987. On the rationality of caring. Teoksessa Sassoon, A., S. (toim.) Women and the state. London: Hutchinson, 207–234.

WoCaWo-hanke. 2011. Working Carers - Caring Workers. Omaishoito, palkkatyö ja identiteetit. Mitä hoivavelvollisuuksien ja työssäkäynnin yhteensovittaminen edellyttää? Saata-villa <<https://www.jyu.fi/ytk/laitokset/yfi/en/old-research/clusters/concluded-projects/wocawo/suomeksi>>, luettu 5.11.2016.

Ylikännö, M. 2009. Isien ajankäytöstä: uuden isyyden hidas esiinmarssi. Yhteiskunta-politiikka 74 (2), 121–131.

Ylikännö, M. 2011. Sopivasti työtä ja vapaa-aikaa? Tutkimuksia ajankäytöstä eri elämäntilanteissa. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 117. Tampere: Juvenes Print.

Zechner, M. 2010. Informaali hoiva sosiaalipoliittisessa kontekstissa. Sosiaalipoliittikka. Väitöstutkimus. Tampere: University Press.

Zechner, M & Valokivi, H. 2009. Hoivan tarve ja vanhan ihmisen toimintakyky. Teoksessa Anttonen, A., Valokivi, H. & Zechner, M. (toim.) Hoiva: Tutkimus, politiikka ja arki. Tampere: Vastapaino, 154–175.