

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

Author(s): Kuusiahho, Inka-Liisa; Böök, Marja Leena; Rönkä, Anna

Title: Enemmän huolta, vähemmän tukea : yhteisvanhemmuuden ensi askeleet esikoistaan odottavilla vanhemmilla korona-aikana

Year: 2021

Version: Published version

Copyright: © Suomen sairaanhoitajaliitto, 2021

Rights: In Copyright

Rights url: <http://rightsstatements.org/page/InC/1.0/?language=en>

Please cite the original version:

Kuusiahho, I.-L., Böök, M. L., & Rönkä, A. (2021). Enemmän huolta, vähemmän tukea : yhteisvanhemmuuden ensi askeleet esikoistaan odottavilla vanhemmilla korona-aikana. *Tutkiva hoitotyö*, 19(2), 20-28.

Enemmän huolta, vähemmän tukea: yhteisvanhemmuuden ensi askeleet esikoistaan odottavilla vanhemmilla korona-aikana

Inka-Liisa Kuusiahho, kasvatustieteen maisteri, Kasvatustieteiden laitos, Jyväskylän yliopisto, inkuusia@student.jyu.fi

Marja Leena Böök, dosentti, yliopistonlehtori, Kasvatustieteiden laitos, Jyväskylän yliopisto marja.leena.book@jyu.fi

Anna Rönkä, professori, Kasvatustieteiden laitos, Jyväskylän yliopisto, anna.k.ronka@jyu.fi



Kuusiahho I-L, Böök ML, Rönkä A. 2021. Enemmän huolta, vähemmän tukea: yhteisvanhemmuuden ensi askeleet esikoistaan odottavilla vanhemmilla korona-aikana. Tutkiva Hoitotyö 19(2), 20–28.

Tiivistelmä

Enemmän huolta, vähemmän tukea: yhteisvanhemmuuden ensi askeleet esikoistaan odottavilla vanhemmilla korona-aikana

Tutkimuksen tarkoitus: Kuvata, miten esikoistaan odottavat vanhemmat kokivat koronapandemian vaikuttaneen vanhemmuuteen valmistautumiseen ja erityisesti siihen, miten he yhdessä valmistautuvat ja sitoutuvat tulevaan vanhemmuuteen (ns. yhteisvanhemmuus).

Aineisto ja menetelmät: Aineisto kerättiin puolistrukturoiduin yksilöhaastatteluin huhti-elokuussa 2020 ja toteutettiin etäyhteyksin. Tutkimukseen osallistui 22 esikoistaan odottavaa vanhempaa (11 pariskuntaa). Haastatteluaineisto analysoitiin temaattisella sisällönanalyysillä.

Tulokset: Odottavat vanhemmat kokivat, että koronapandemia vaikutti vanhemmuuteen valmistautumiseen siten, että isien osallistumismahdollisuudet rajoittuivat, yhteiskunnan tuki väheni, rajoitustoimet aiheuttivat sosiaalista eristäytymistä ja stressitekijät lisääntyivät. Yhteisvanhemmuuden kannalta haitallista oli puolisoiden jääminen palvelujen ulkopuolelle ja odottavien parien heikentynyt mahdollisuus saada tukea läheisiltä, vertaisilta ja palveluilta. Sosiaalisen eristämisen hyötynä odottavat vanhemmat pitivät lisääntynyttä parisuhdeaikaa ja mahdollisuutta keskittyä vauvan odotukseen.

Päätelmät: Korona-aika teki näkyväksi odottavien vanhempien vahvan toiveen molempien vanhempien osallistumiseen palveluissa. Odottavia vanhempia tulisi tukea niin, että puolison läsnäolo äidin rinnalla mahdollistuisi kaikissa tilanteissa, eivätkä he jäisi yksin tai tiedosta paitsi.

Asiasanat: koronapandemia, laadullinen haastattelu, neuvola, perhestressimalli, Suomi, vanhemmuuteen siirtymävaihe, yhteisvanhemmuus

Abstract

More worry, less support: the first steps of coparenting among expectant parents during the coronapandemic

Inka-Liisa Kuusiahho, Master of Arts (Education), Marja Leena Böök, PhD, Anna Rönkä, PhD

Aims: This study investigated how parents expecting their first child experienced the effect of coronapandemic on their preparation to parenthood and the start of coparenting, which is largely affected by the wider context including services, policies and social networks.

Sample and methods: Participants were 22 expectant parents (11 couples). Data was collected between April and August 2020 by means of semi-structured online interviews. Data was analysed by means of thematic content analysis.

Results: Expectant parents experienced that coronapandemic had an impact on their preparation to parenthood by restricting the participation of the father, decreasing societal support, restricting access to social network and increasing stress factors. The development of coparenting was impaired by reduced role of father and diminished support from spouse, social network and services.

Conclusions: It would be important to develop work practices, services and restrictions for exceptional times specifically bearing in mind expectant parents as couples. Coparenting among expectant parents should be supported so that the participation and support of the partner is possible in all situations and that parents are not left apart from support.

Keywords: coronapandemic, qualitative interviews, services, family stress model, Finland, transition to parenthood, coparenting

Esikoistaan odottavat vanhemmat ovat olleet keväästä 2020 lähtien kahden uuden ja ennakkoimattoman asian edessä: henkilökohtaisessa elämässä arkea on muuttanut lähestyvä vauvan syntymä, ja koko yhteiskuntaa on hämmäntänyt koronapandemia rajoitustoimineen. Rissanen ja kollegoiden (2020) mukaan poikkeustilan aikana odottaviin vanhempiin kohdistuivat äitiysneuvolapalveluita ja synnytys-sairaalan käytänteitä rajoittavat toimet. Äitiysneuvolapalveluita supistettiin ja siirrettiin etäpalveluiksi, ja neuvolaryhmät lopetettiin kriisin alkuvaiheessa. Tuolloin rajattiin tukihenkilön oikeutta osallistua raskauden seurantaan liittyviin tutkimuksiin kuten ultraäänitutkimuksiin, synnytyksen kaikkiin vaiheisiin sekä sairaalassa oleskeluun odottavan äidin kanssa. Tämän seurauksena neuvoloissa huomattiin odottavien vanhempien palveluntarpeen kasvu ja siihen vastattiin lisäämällä käyntejä. Myöhemmin arveltiin, että palveluista oli luovuttu liian isossa mittakaavassa. (Rissanen ym. 2020.)

Poikkeustilan aikana lapsen saaneet vanhemmat kokivat haasteellisenä synnytykseen liittyvät käytänteet. Tukihenkilön poissaolo raskausajan tutkimuksista, synnytyksestä ja osastolta vaikeutti perhekeskeistä toimintatapaa sekä lisäsi huolta ja yksinäisyyden tunnetta vanhemmissa (Rissanen ym. 2020, Klemetti ym. 2021). Synnytys-sairaaloissa on maailmanlaajuisesti huomattu synnytyspelon kääntyneen kasvuun, sillä äidit ovat tukihenkilön puuttuessa ja poikkeusolon aiheuttamasta stressistä johtuen henkisesti haavoittuvaisempia (Viaux ym. 2020). Tämä näkyy korona-aikaa käsittelevissä tutkimuksissa erityisesti odottavien äitien ahdistuneisuuden kasvuna (Rhodes ym. 2020).

Vaikka korona-ajan rajoitustoimet heikensivät odottavien isien (tai tukihenkilön) osallistumismahdollisuuksia (Rissanen ym. 2020), koronakriisin

Mitä tutkimusaiheesta jo tiedetään?

- Yhteisvanhemmuus – se miten vanhemmat yhdessä toimivat vanhempiena – on tärkeä voimavara ja hyvinvointia edistävä tekijä vanhemmaksitilovaiheessa.
- Poikkeusaikana äitiysneuvolapalveluita ja synnytys-sairaalan käytänteitä jouduttiin rajoittamaan, ja perhevalmennuksia peruttiin ja siirrettiin verkkoon.

Mitä uutta tietoa tutkimus tuottaa?

- Esikoistaan odottavat kokivat rajoitustoimien heikentävän yhteisvanhemmuutta, sillä ne kohdistuivat isien osallistumiseen sekä parien mahdollisuuksiin saada tukea toisiltaan, lähipiiriltä ja palveluista.
- Korona-ajan kokemukset toivat näkyväksi odottavien vanhempien voimakkaan halun vanhempien tasa-arvoiseen osallistumiseen neuvolapalveluissa ja synnytys-sairaalassa.
- Esikoistaan odottavien vanhempien ääntä ei toistaiseksi ole huomioitu missään muussa korona-ajan tutkimuksessa.

• Miten tuloksia voidaan hyödyntää hoitotyön käytännön, koulutuksen, johtamisen ja/tai tutkimuksen kehittämisessä?

- Äitiysneuvolassa ja synnytys-sairaalakäynneillä tulisi aina mahdollistaa molempien vanhempien osallistuminen, ja näin kannatella myös isien (tai puolisoitten) suhdetta syntymättömään lapseen, erityisesti esikoislapsen kohdalla.
- Koska yhteisvanhemmuus on tärkeä voimavara ja suojatekijä odottaville vanhemmille, sen tukeminen neuvolatoiminnassa ja perhevalmennuksessa olisi hyvin tärkeää pandemian jälkiseurauksen ennaltaehkäisemisessä.

kaltaisen yllättävän tilanteen tiedetään myös vahvistavan perinteisiä sukupuolirooleja perheissä (Alon ym. 2020), mikä voi olla haitallista yhteisvanhemmuuden rakentumisen kannalta.

TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT **Yhteisvanhemmuus odottavien vanhempien voimavarana**

Kansainvälisissä tutkimuksissa vanhempien (tai muiden huoltajien) välisestä yhteistyöstä puhutaan käsitteellä yhteisvanhemmuus (coparenting) (McHale ym. 2004), joka on vielä suomalaisessa tutkimuksessa vähän käytetty käsite. Yhteisvanhemmuuden ulottuvuuksista tunnetuin on oikeudenmukainen ja

tasapuolinen vastuunjakoa kotitöissä, hoivassa ja kasvatuksessa. Yhteisvanhemmuuteen kuuluu myös vanhempien keskinäinen arvostus, yhdenmukaisuus kasvatusta koskevissa periaatteissa sekä kyky käsitellä ristiriitoja (Feinberg 2003, Hock & Mooradian 2013). Toimiva yhteisvanhemmuus tukee parisuhteen laatua, molempien vanhempien tasa-arvoista vanhemmuutta sekä vanhempien ja vauvan hyvinvointia (Kotila ym. 2014, Durtschi ym. 2017). Toimiva yhteisvanhemmuus vaikuttaa hyvinvointiin muun muassa masennusta ja stressiä ehkäisevästi (Feinberg ym. 2021). Yhteisvanhemmuutta pidetään tärkeänä suojatekijänä vanhemmaksitilovaiheessa,

Kuusisto I-L, Böök ML, Rönkä A. 2021. Enemmän huolta, vähemmän tukea: yhteisvanhemmuuden ensi askeleet esikoistaan odottavilla vanhemmillä korona-aikana. *Tutkiva Hoitotyö* 19(2), 20–28.

johon sisältyy monia kuormittaviakin muutoksia (Durtschi ym. 2017).

Yhteisvanhemmuus alkaa varsinaisesti vauvan syntymästä, mutta yhteisvanhemmuutta pohjustetaan jo raskausaikana, kun yhteistä vauva-aikaa suunnitellaan ja odotetaan (McHale & Rotman 2007). Yhteisvanhemmuuden rakentumiseen vaikuttavat palvelut ja vertaisryhmät sekä perhe- ja työpolitiikka (Feinberg 2003, Kotila & Schoppe-Sullivan 2015). Korona-ajan rajoitustoimet kohdistuivat Suomessa perhevalmennus- ja vertaistapaamisiin sekä käytäntöihin osallistaa vanhemmat neuvola- ja synnytyssairaalakäynteihin.

Koronastressi sekä stressinhallinta perheissä

Koronapandemia voi lisätä odottavilla vanhemmilla elämänvaiheeseen muutenkin sisältyvää stressiä (Lobel ym. 2008). Yhteisvanhemmuuden näkökulmasta stressin määrän kasvaminen on olennaista, koska se voi lisätä keskinäisen tuen tarvetta pareilla odotusaikana. Brarenin ja kumppanien (2019) mukaan äidin stressikokemuksilla on yhteys myös kumppanin stressitasoihin. On eduksi, jos toinen puolisoista kykenee tunnistamaan toisen stressitason ja helpottamaan stressikokemusta esimerkiksi synnytystilanteessa (Braren ym. 2019). Esikoistaan odottavien vanhempien stressin tunnetta on lisäksi lisännyt vauvan saamiseen liittyvän ilon jääminen korona-ajan huolen alle. Aiemmin lapsen saaminen on lisännyt iloa ja tuonut ihmisiä yhteen, mutta korona-aikana lapsen saamisen on raportoitu lisäävän yksinäisyyttä, pelkoa ja huolta (Ravaldi ym. 2020).

Perheiden sisällä stressiä käsitellään eri tavoin. Koronan kaltainen ulkoinen tekijä tai lapsen syntymisen kaltainen sisäinen muutos ovat perhestressiteorian mukaan niin kutsuttuja häiriötiloja perheen elämässä. (Boss ym. 2016.) Perhestressin hallintaan liittyy jatkuvaa mukautumista sekä pieniin stressitekijöihin että harvinaisempiin suuriin, jopa traumaattisiin, stressitilanteisiin. Prime ja kumppanit (2020) arvioivat, että koronapandemia perheen elämää haittaavana stressitekijänä on vaikutuksiltaan laaja ja kestoltaan pitkä. Se on vaikuttanut perheisiin muuttamalla rutiineja sekä vähentämällä sosiaalista

tukea ja lisäämällä huolta ja stressiä vanhemmissa. Kaikki stressitilanteet eivät silti ole perheille haitaksi, sillä ne voivat myös lisätä perheen kykyä käyttää heille ominaisia vahvuuksia (Boss ym. 2016). Vallitseva koronapandemia saattaa olla odottaville perheille joko haaste, stressitekijä tai tärkeä oppimisen mahdollisuus, tai kaikkia näitä yhtäaikaaisesti. Koronapandemian haitat ovat kohdistuneet erityisesti heikommissa asemassa oleviin lapsiperheisiin (Feinberg ym. 2021, Klemetti ym. 2021), mutta näissä tutkimuksissa ei ole tarkasteltu odottavia vanhempia.

Tutkimuksen tavoite

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli tuottaa tietoa siitä, kuinka ensimmäistä lastaan odottavat vanhemmat kokivat vanhemmuuteen valmistautumisen koronapandemian aikana. Tarkoituksena oli kuvata, miten odottavat vanhemmat kokivat yhteisvanhemmuuden alkuke-

hityksen tilanteessa, jossa koronapandemian rajoitustoimet kohdistuivat moniin heitä koskeviin palveluihin. Yhteisvanhemmuuden nähdään rakentuvan sekä parien sisäisenä toimintana että suhteessa lähiverkostoihin, palveluihin ja politiikkaan (Feinberg 2003, Kotila & Schoppe-Sullivan 2015). Lisäksi hyödynsimme odottavien vanhempien kokemusten tarkastelussa perhestressiteoriaa (esim. Boss ym. 2016).

TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tutkimukseen osallistujat

Tutkimus oli osa Yhteisvanhemmuuteen oppimassa: Vertaileva pitkittäistutkimus yhteisvanhemmuuden rakentumisesta vanhemmuuteen siirtymävaiheessa (CopaGloba). Sen tavoitteena on lisätä ymmärrystä yhteisvanhemmuuden rakentumisesta ja siihen vaikuttavista tekijöistä vanhemmuuteen siirtymävaiheessa. Esikoistaan odottavia biologisia äitejä oli vuonna 2019 Suomessa 19 545

Taulukko 1. Tutkimukseen osallistujien taustatiedot.

		Isät (n=11) n	Äidit (n=11) n
Ikä	23–27	1	2
	28–32	6	5
	33–38	4	4
Koulutus	Toisen asteen tutkinto	4	2
	Alempi korkeakoulututkinto	5	3
	Ylempi korkeakoulututkinto	2	5
	Tohtorin tai lisensiaatin tutkinto		1
Tilanne työelämässä (äitiyslomalla olevien osalta työtilanne ennen äitiyslomaa, mikäli käy ilmi)	Opiskelija	1	1
	Työssä (palkansaaja)	7	7
	Työssä (esimiesasemassa)	2	
	Työssä (yrittäjä)	1	
	Eläkkeellä/ kuntoutustuella		1
	Äitiyslomalla		1
Parisuhdestatus	Työtön/lomautettu		1
	Avoliitto	4	4
	Avoliitto	7	7

ja uusia biologisia isiä 18 500 (Tilastokeskus 2021). Tässä osatutkimuksessa, jonka tutkimusasetelmana oli kuvaileva laadullinen tutkimus, oli mukana 22 heteroseksuaalisessa suhteessa olevaa odottavaa vanhempaa (11 pariskuntaa), joille lapsi oli ensimmäinen. Pareista kahdeksan ilmoitettiin mukaan Copa-Globa-hankkeen rekrytoinnin kautta, joka toteutettiin neljän tutkimuskunnan neuvoloissa ja loput kolme paria lumipallo-otannalla. Tutkimukseen osallistujien parisuhde oli kestänyt keskimäärin seitsemän ja puoli vuotta, ja he olivat iältään keskimäärin 30,7-vuotiaita (äidit) ja 31,4-vuotiaita (isät). He edustivat eri koulutusasteita (taulukko 1) ja suurin osa heistä kertoi tehneensä työtä normaalisti koronapandemiasta huolimatta.

Aineiston keruu ja analysointi

Haastattelut toteutettiin huhti-elokuussa 2020, yksi kolme kuukautta ennen laskettua aikaa. Aineistonkeruun alkuvaiheessa, huhti-toukokuussa, elettiin poikkeuslain aikaa, ja tuona ajanjaksona tehtiin viiden parin haastattelut (Perheet 1–5). Neljä pariskuntaa (Perheet 10–11) haastateltiin kesä-heinäkuussa, jolloin tartuntamäärät vähenivät ja rajoitustoimet koskivat lähinnä vain kokoontumismääriä. Loput kaksi haastattelua toteutettiin elokuussa (Perheet 1011), jolloin huoli pandemian toisesta aallosta alkoi lisääntyä.

Aineistonkeruun menetelmänä käytettiin puolistrukturoitua yksilöhaastattelua. Pääteemat haastattelussa olivat nykyinen elämäntilanne, toiveet ja odotukset yhteisvanhemmuudesta sekä tuen ja muiden ihmisten merkitys yhteisvanhemmuudelle. Lisäksi kysyttiin korona-ajan koetuista vaikutuksista vanhemmuuteen valmistautumiseen. Haastattelut toteutettiin etäyhteyksien avulla joko puhelinhaastatteluna tai videopuheluna, ja ne kestivät 30–60 minuuttia. Haastattelunauhoitteet tallennettiin NextCloud-järjestelmään, ja ne litteroitiin ja pseudonymisoitiin.

Haastatteluaineistoa kertyi yhteensä 14 200 sanaa (37 Word sivua). Aineisto analysoitiin temaattisen lähestymistavan avulla (Braun & Clarke 2012, ks. kuvio 1 ja taulukko 2). Erotetusta korona-aineistosta etsittiin ensin toistuvia aiheita sekä tunnistettiin alustavia teemoja. Tämän jälkeen aloitettiin ilmauksien kriittisen systemaattinen lukeminen, jonka perusteella korona-aiheinen puhe koodattiin sisältöä kuvailevilla sanoilla alateemoiksi. Sisällön perusteella alateemoista muodostettiin laajemmat teemakokonaisuudet, joita tunnistettiin neljä. Teemakokonaisuuksien sisällä äitien ja isien puhetta tarkasteltiin myös erikseen ja kummankin ryhmän sisältä etsittiin yhteneväisyyksiä. Ensimmäiseen tutkimuskysymykseen vastattaessa analyysi oli aineistolähtöistä (kuvio1), mutta toi-

ssa tutkimuskysymyksessä tunnistettuja teemakokonaisuuksia tarkennettiin teoriaohjaavasti (ks. Tuomi & Sarajärvi 2018) aiempien yhteisvanhemmuus- ja perhestressitutkimusten suunnassa.

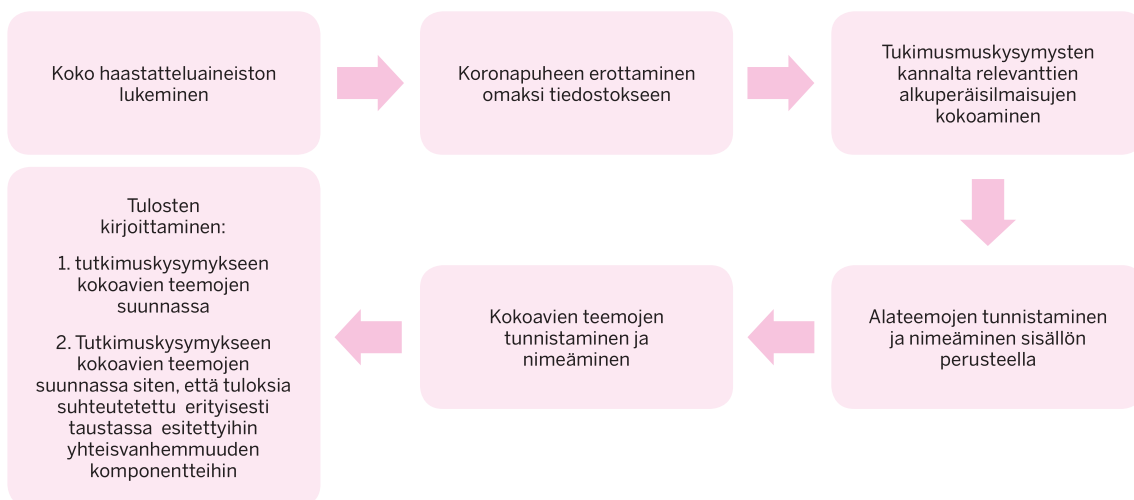
Eettiset ratkaisut

Tutkimukselle tehtiin eettinen ennakkoarviointi [Jyväskylän yliopiston eettinen toimikunta] ja tutkimukseen osallistujille lähetettiin tietosuojailmoitus ja tiedote tutkimuksen etenemisestä. Koska vanhemmaksi tulo on tutkimusaiheena henkilökohtainen ja tunteita herättävä (Luomanen & Nikander 2017), haastattelijoin opastettiin lähestymään odottavia vanhempia empaattisesti ja ymmärtämään, että vanhemmuuteen siirtymisen polut voivat olla moninaiset.

Tutkimukseen osallistuneet parit haastateltiin erikseen, jotta tavoitettaisiin kummankin vanhemman oma, henkilökohtainen kokemus vanhemmuuteen siirtymisestä ja yhteisvanhemmuuden alkuvaiheesta. Molempien osapuolien yksityisyys varmistettiin tutkimuksen eri vaiheissa (Daly 2007).

TULOKSET

Vanhemmat kokivat koronatilanteen vaikuttaneen vanhemmaksi valmistautumiseen monella tavoin. Sekä äidit että isät kokivat monet korona-ajan vaikutukset saman suuntaisesti, mutta äidit erottuivat isistä tuoden esiin huoltaan



Kuvio 1. Analyysin etenemisen vaiheet.

Taulukko 2. Esimerkki aineiston teemoittelusta.

Alkuperäinen ilmaus	Esimerkkejä esiintyvistä teemoista	Alateemojen ryhmittely	Kokoava teema
"...mulla on semmonen jonkin sortin sairaalakammo, että mua ei niinkun niinkään pelota se synnyttäminen, mutta mulla ahistaa se ajatus, että mä joudun jäämään sinne sitte yksin..."	Tuleva synnytys ja osasto-aika, pelko yksin jäämisestä	Tukihenkilön merkityksen korostuminen	Kokemukset isän osallisuuden rajoittamisesta
"Se on tietenkin ollu inhottavin että multa on sitte poistettu kaikki nämä neuvolat sun muut, että isät ei saa osallistua ja se synnytykspuolella sitten kans että se on synnytyksen jälkeen pari tuntia ja sitten moi!"	Tuleva synnytys, neuvola: isän pääsyn ja osallistumisen kieltäminen	Kokemus vanhempien epätasa-arvoisuudesta, isän osallisuus	Kokemukset isän osallisuuden rajoittamisesta
"...isä olis mukana ja tulis semmosta varmuutta sitte et ei, ettei tulis niinku sille isälle semmonen olo et ne ei ei niinku, että ei uskalla et osaa tehdä mittää (...) se ehkä mikä eniten ärsyttää et jos ei niinkun toi mies pääse mukkaan sinne osastolle niin tavallaan sit kun ensipäivät siinä ni sitte ois nii hyvä jos kumpikin meistä sais niinkun harjotella niitä juttuja ja kuulla et mite, mitä pittää tehdä ja näin kun on kummallekki niin uutta..."	Tuleva synnytys ja osasto-aika: isän rajalliset mahdollisuudet osallistua ja opetella vauvan hoitoa	Kokemus vanhempien epätasa-arvoisuudesta, isän osallisuus	Kokemukset isän osallisuuden rajoittamisesta
"...koko tämmönen poliittinen ajattelumalli siitä että raskaus ja perheasiat ja kaikki ne et ne on vaan naisten asia, et just vaikka sanotaan et neuvoloissa otetaan isät hyvin mukaan ni mun mielestä ei nyt, ei niitä kyllä vielääkään siellä kovin kummoisesti oteta mukaan että ne saa tulla paikalle, okei korona-aikaan ei ees saannu tulla paikalle (...) korona-aika osotti sen et kuinka helposti tavallaan ku tämmösisistä asioista niinkun just ne isät jätetään heti pois et ne on niinkun vaan taakka ja ne ei kuulu tähän asiaan ees kun kielletään tulemasta neuvolaan ja ultraan ja saati sit synnytyksen tukihenkilöks ni nää on kyl semmosia asioita että se vaatii kyl tosi suurta ajattelutavan muutosta."	Neuvola, isän läsnäolon ja pääsyn kieltäminen	Yhteiskunnallinen pohdinta vanhemmuudesta, isän osallisuus	Kokemukset isän osallisuuden rajoittamisesta

vanhempien tasa-arvosta korona-aikana. Temaattisen analyysin pohjalta muodostetut kokoavat teemat ja alateemat on esitetty kuviossa 2 ja tummennettuna tekstissä.

Isän osallisuuden rajoittaminen

Esikoistaan odottavat parit toivat haastatteluissa merkittävimpänä vanhemmuuteen valmistautumiseen vaikuttavana seikkana esille toimet, joilla rajoitettiin isän osallisuutta synnytykseen ja sen jälkeiseen osasto-aikaan, ultraäänitutkimukseen ja neuvolakäynteihin. Monet kokivat, että pandemia-aikana, jolloin tukea olisi tarvinnut ulkoisen stressitekijän takia tavallista enemmän, sitä oli tarjolla vähemmän kuin koskaan.

Kokemus vanhempien epätasa-arvoisuudesta. Vanhempien erottaminen toisistaan isän osallisuutta rajoittamalla nähtiin ikävänä erityisesti yhteisvanhemmuuden ja vanhempien tasa-arvon kannoilta. Isälle ja äidille koettiin annettavan poikkeusaikana

hyvin erilaiset osallisuuden ja osallistumisen mahdollisuudet eri palveluissa eikä yhteiskunnan nähty tukevan isää aktiivisesti. Isän roolin äkillinen pieneminen oli osalle hämmäntävää:

"Se on tietenkin ollu inhottavin että multa on sitte poistettu kaikki nämä neuvolat sun muut, että isät ei saa osallistua ja se synnytykspuolella sitten kans että se on synnytyksen jälkeen pari tuntia ja sitten moi!" (Isä 2)

Kun isä ei päässyt mukaan vauvan ensi hetkiin, äidin vastuulle jäi opetella vauvan hoito yksin. Monen äidin harmi liittyi siihen, että yhteinen vanhemmuus ei saisi tasa-arvoista alkua. Toivottiin, että isät olisi otettu paremmin huomioon yleisesti jo odotusaikana, ja erityisesti korona-aikana. Äidit toimivat aktiivisina isän merkityksen puolestapuhujina ja tasa-arvoisemman vanhemmuuden kannattajina.

"Vaikka sanotaan et neuvoloissa otetaan isät hyvin mukaan ni mun mielestä ei nyt, ei niitä kyllä vielääkään siellä kovin

kummoisesti oteta mukaan, että ne saa tulla paikalle, okei korona-aikaan ei ees saannu tulla paikalle." (Äiti 10)

Äitejä pelotti, että isän rooli ja asema vanhempana heikkenevät korona-ajan seurauksena. Lisäksi äidit kantoivat huolta siitä, että erityisesti poikkeusaikana isien valmistautuminen vanhemmuuteen ei toteutuisi äitien kanssa saman tahtisesti ja isät jäisivät tuen puuttuessa ulkopuoliksi. Osa äideistä pelkäsi, että tässä tilanteessa isän suhde syntyvään lapseen jäisi vahvistumatta, kun häneltä jää ultraäänikäynti väliin ja siten mielikuvaa syntyvästä vauvasta ei näin tueta.

Yhteiskunnallinen pohdinta vanhemmuudesta. Äidit erottuivat selkeästi isistä vanhemmuuden tasa-arvoisuuden puolestapuhujina. Osa äideistä koki vanhempien erottamisen esimerkiksi synnytyksessä ja neuvolakäynneillä vahvasti yhteiskunnallisena asiana. Tämän nähtiin kuvastavan jotakin merkityksellistä valalla olevista uskomuksista äidin ja isän

erilaisista rooleista vanhempina. Äidit puhuivat siitä, että koronapandemian kaltainen shokkitila paljasti yllättäen sen todellisuuden, jossa edelleen elettiin. Tasa-arvoisen vanhemmuuden ihanteen nähtiin olevan edelleen kaukana.

"On se mun mielest kyl tosi hurjaa, et pystyttiin kieltämään isien osallistuminen neuvolaan, että se ei jotenkin mun maailmankuvaan mee ollenkaan, jotenkin kerto mun mielestä paljon siitä, mitä vanhemmuudesta ajatellaan tai raskauksista." (Äiti 8)

Tukihenkilön merkityksen korostuminen. Osa vanhemmista koki isän tukihenkilönä toimimisen rajoitukset raskaana erityisesti synnytyksen ja osastoajan näkökulmista. Tuen puuttuminen näytti lisäävän vanhemmilla ahdistusta jo valmiiksi jännittävässä elämäntilanteessa. Erityisesti äideillä tämä saattoi aiheuttaa epävarmuutta siitä, kuinka lähestyvistä synnytyksestä voi selviytyä yksin.

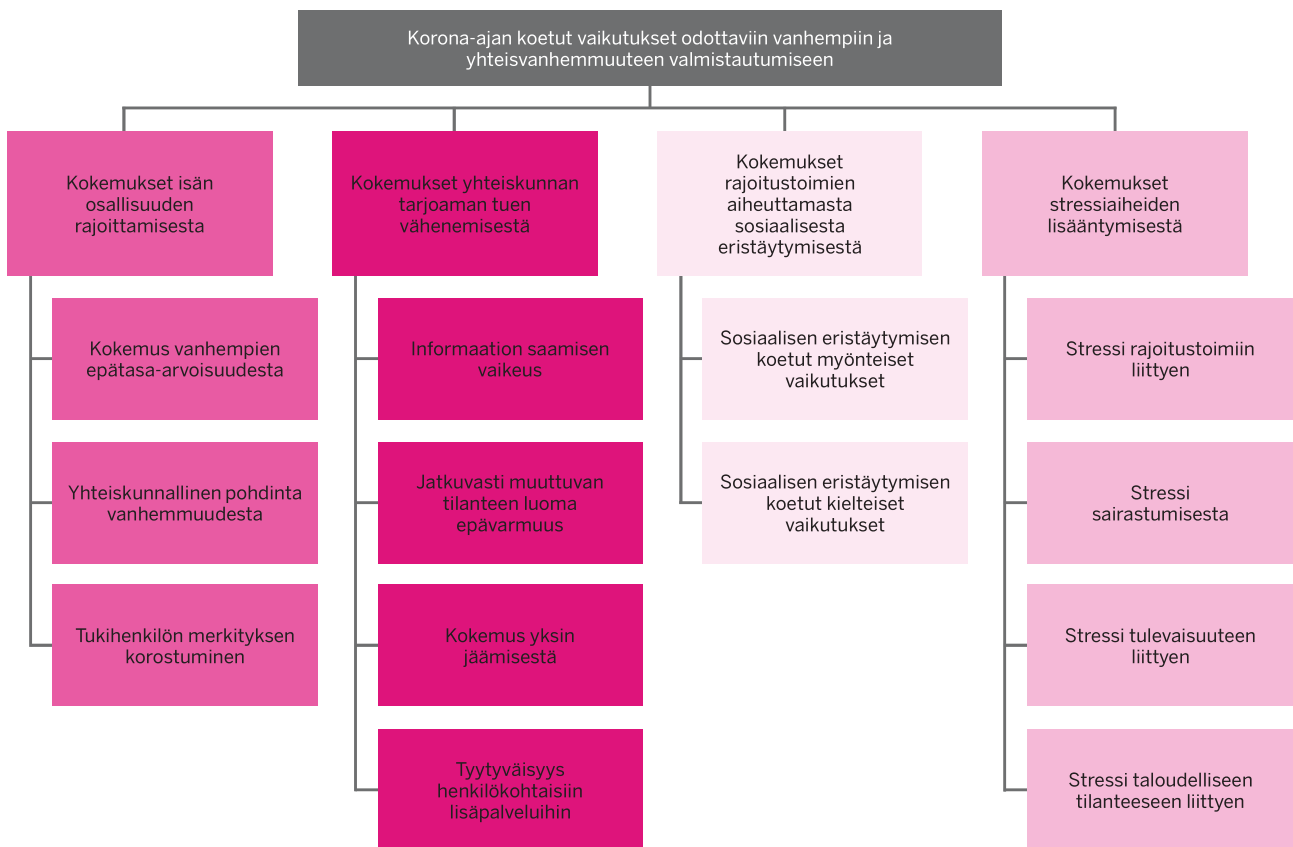
Isät eivät ottaneet äitien tavoin kantaa vanhemmuuden tasa-arvoisuuteen yhteiskunnallisesta näkökulmasta, vaikkakin suurin osa oli harmissaan oikeuksiensa rajoittamisesta. Isät vaikuttivat suhtautuvan vanhempien erottamisrajoituksiin joustavammin, ja *"sille nyt ei voinu mittään"* -asenteella. Molemmat ymmärsivät kuitenkin rajoituksiin johtavat syyt. Isien suurin huoli liittyi siihen, etteivät he voineet olla läsnä lapsen syntymään liittyvissä tärkeissä tapahtumissa. Ajatus poissaolemista synnytyksestä aiheutti hämmennystä, ja isät saattoivat pohtia asiaa erityisesti äidin kannalta, miten äiti pärjää tässä tilanteessa yksin:

"Itellekki on tärkeä juttu mutta ei se mulle mikkään elämää kaatava juttu, mut ehkä enemmän sen äitin kannalt et on se tuki siellä." (Isä 3)

Yhteiskunnan tarjoaman tuen väheneminen

Informaation saamisen vaikeus. Perhe- ja synnytysvalmennusten peruuntuminen ja muiden raskausajan palveluiden supistaminen aiheuttivat odottavissa vanhemmissa epävarmuutta siitä, saavatko he tarvittavat tiedot ennen lapsen syntymää. Osa näki oman asemansa esikoislapsen odottajana heikompana verrattuna niihin vanhempiin, jotka odottivat esimerkiksi toista tai kolmatta lastaan: *"ja on vielä esikoinen, että jos ois vaikka toinen lapsi, mutta ensimmäinen"*. Esikoista odottavina ja uuden asian edessä tukea ja tietoa olisi tarvittu erityisen paljon, mutta palvelutarjonta ja käytänteet kaikille odottajille olivat tutkittavien kokemusten mukaan samanlaiset.

Perhevalmennuksilta odotettiin paljon: niiden oletettiin pystyvän vastaamaan mietittyttäeneisiin kysymyksiin sekä antavan mallia ja mahdollisuuksia kokeilla eri asioita valmistautuessa



Kuvio 2. Teemaryhmittelyn kokoavat teemat ja alateemat.

Kuusiaho I-L, Böök ML, Rönkä A. 2021. Enemmän huolta, vähemmän tukea: yhteisvanhemmuuden ensi askeleet esikoistaan odottavilla vanhemmilla korona-aikana. Tutkiva Hoitotyö 19(2), 20–28.

vanhemmuuteen. Konkretian lisäksi osa vanhemmista kaipasi informaationvälityksen valikoimista heidän puolestaan, sillä odottavana vanhempana ”kun ei tiedä mitä pitäisi tietää”. Myös luontevaa tilannetta keskusteluille kaivattiin:

”Niitä perhevalmennuksia olis kaivannu ihan käytännön esimerkkiä ja se että olis jotain muutakin ollu kun esityksiä tai videoklippejä, et ois konkreettisesti nähny ja joku kertonu ja voinu kysyy sponttaanisti kysymyksiä.” (Isä 6)

Jatkuvasti muuttuvan tilanteen luoma epävarmuus. Muuttuva tilanne palveluiden saatavuudessa loi epävarmuutta. Rajoitustoimien ja palveluiden alati vaihtelevat käytänteet vaikeuttivat suhtautumista tulevaan synnytykseen herättäen pelkoa ja huolta siitä, miten synnytys ja sen jälkeinen aika tulee menemään ja pääseekö kumppani mukaan.

Varautuminen tulevaan näyttäytyi hankalana, ja muutosaltis tilanne saattoi luoda epävarmuutta sellaisiinkin tilanteisiin, joissa sitä ei muuten välttämättä olisi ollut. Esikoisen odottamiseen oli saatettu suhtautua luottavaisesti, mutta rajoitustoimien myötä suhtautuminen muuttui varovaisemmaksi ja vähemmän luottavaiseksi.

Kokemus yksin jäämisestä. Muutamat tutkimukseen osallistujat raportoivat suoranaista yksin jäämisen tunnetta, kun palveluita yhtäkkiä supistettiin olemattomiin. Osittain tähän kokemukseen vaikuttivat tuntemukset sosiaalisesta eristäytyneisyydestä ja ”omillaan olemisesta” kevään aikana. Valmennuksista ja vertaispalveluista olisi toivottu saatavan tukea vanhemmuuteen ja synnytykseen. Erityisesti ne odottavat vanhemmat, joilla ei ollut lähipiirissään samassa tilanteessa olevia ystäviä tai sukulaisia, kaipasivat keskusteluyhteyttä esimerkiksi isäkerhoista:

”Ois päässy siellä jotenkin puhumaan, jos siellä ois ollu isejä jolla ei oo ensimmäinen lapsi.” (Isä 2)

Tyytyväisyys lisäpalveluihin. Osa tutkimukseen osallistujista oli saanut pandemian aikana jotakin henkilökohtaista lisäpalvelua, kuten esimerkiksi käynti äitiyspsykologilla tai psykologilla sairaanhoitajalla. Ko. lisäpalveluun oltiin tyytyväisiä ja se vastasi siihen tuen tarpeeseen ja yhteiskunnan tarjoamien palveluiden puutteeseen, joka oli aiheut-

tanut vanhemmissa huolta ja ahdistusta:

”Synnytyospelkopoliklinikakäynti oli tuossa viime viikolla, ehtottomasti kaikista merkittävin, että siinä ensimmäistä kertaa oli oikeestaan sellanen fiilis että joku 45 minuutin, lähes 60 minuutin ajan sataprosenttisesti kiinnostunu tästä meidän tilanteesta.” (Isä 8)

Osa vanhemmista oli päässyt mukaan myös synnytystai perhevalmennusten verkkototeutuksiin. Etäkursit koettiin vallitsevassa tilanteessa erityisen hyödyllisiksi, ja niistä oli mahdollista saada materiaalia synnytykseen, lapsenhoitoon ja parisuhteeseen.

Rajoitustoimien aiheuttama sosiaalinen eristäytyminen

Odottavat vanhemmat katsoivat rajoitustoimista johtuvan sosiaalisten suhteiden vähenemisen heijastuvan sekä myönteisesti että kielteisesti vanhemmuuteen valmistautumiseen.

Sosiaalisen eristäytymisen koetut myönteiset vaikutukset. Myönteisenä asiana nähtiin, että sosiaaliset rajoitukset lisäsivät pariskunnan yhteistä aikaa ja kotonaoloa. Osa kertoi tämän auttaneen esimerkiksi kodin valmistelussa uutta tulokasta varten ja antaneen aikaa viimeistellä keskeneräisiä asioita. Rajoitustoimien aikana oli ollut mahdollista keskittyä vain kotiin liittyviin asioihin ja vauvan odotukseen:

”Ei oo ollu mitään menoja mihin pitäis mennä niin on vaan voinnu olla kotona ja keskittyy siihen eikä oo tarvinnu kokee mitään semmost painet et pitäs olla jossain sosiaalis tilanteis toimittamas jotain vaan voinnu vaan keskittyä käytännös siihen lapseen.” (Isä 7)

Sosiaalisen eristäytymisen koetut kielteiset vaikutukset. Toisaalta sosiaalisen eristäytyneisyyden nähtiin vaikeuttavan vanhemmuuteen valmistautumista. Lähipiiriltä saadun tuen määrän koettiin vähentyneen entisestään, ja vertaistukea oli kokemusten mukaan vaikea löytää. Läheisiä ei päästy näkemään normaaliin tapaan eikä etäyhteyksien koettu kompensoivan kasvokkain näkemistä. Valokuvat tai videoyhteydet eivät korvanneet läsnäoloa eivätkä näyttäneet yhtä tärkeinä tuen saamisen lähteenä kuin fyysinen kohtaaminen. Harmia ennakkoon aiheutti myös se, että vanhemmuuden ensi hetkiä ja lapsen kehityskulkua ei päässyt jakamaan

kasvotusten läheisten kanssa. Sosiaalinen eristäytyminen vaikutti osaan vanhemmista kuormittavasti ja teki odotuksesta raskasta:

”Jossain vaihees mä itkin niin paljon sitä et mulla menee koko raskausaika täällä neljän seinän sisällä enkä mä saa muualtakaan sellasta tukea, että esimerkiksi kun ei nähny omaa perhettä, et kylhän me paljon oltiin videopuheluissa ja soiteltiin ja kaikkee, mutta se otti mulla kyllä tosi koville.” (Äiti 8)

Palvelut mainittiin yhdeksi kanavaksi tutustua uusiin ihmisiin. Koska rajoitusajana ei ollut vertaistapahtumia, vertaistuen ja heiltä neuvojen ja kokemusten saaminen hankaloitui entisestään. Esimerkiksi eri valmennuksien ja perhekahviloiden alasajo vaikuttivat kokemukseen siitä, että oman alueen odottaviin vanhempiin ei päässyt tutustumaan niin kuin olisi toivonut.

Stressin lisääntyminen

Sanat ”stressi”, ”ahdistus” ja ”pelko” toistuivat haastatteluisissa. Koronapandemiaan liittyvät rajoitustoimet näyttäytyivät suurimpana vanhemmuuteen valmistautumista haittaavana stressin aiheena. Stressaavuus näkyi nimenomaan siinä, miten äkilliset muutokset rajoitustoimissa saivat aikaan suuria tunteita ja vahvoja kannanottoja.

Osa tutkimukseen osallistujista jännitti tautitilannetta, omaa sairastumista tai sitä, että voisi omilla toimillaan levittäävänsä sairautta esimerkiksi riskiryhmässä oleville sukulaisilleen, puolisolleen tai sikiölle. Tämän vuoksi useat odottavat vanhemmat välttelivät aktiivisesti julkisia paikkoja ja pysyivät ohjeistusten mukaan mahdollisuuksien mukaan vain kotona. Kotoa poistumisen ja pakollisten menojen yhteydessä kuvastui stressi sairastumisesta esimerkiksi korostuneena hygieniana ja varovaisuutena.

Koska koronaan sairastuneita vanhempia ei voitu ottaa vastaan terveydenhuollossa, stressitilanne pitkittyi. Raskauteen liittyvät tutkimukset ja neuvolakäynnit siirtyivät eteenpäin, ja koko tämän ajan vanhemmat huolehtivat ja jännittivät sikiön vointia, sillä tutkimustietoa koronaviruksen vaikutuksesta sikiöön ei ollut saatavilla.

”Et se tiedonsaanti, palveluiden saanti viivästy tai meinas jäädä saamatta, tietyt labrat ja ultrat siirty, ja ku siit aiheest ei

ollu tietoo ja se sitten rehellisesti sanottii et täst ei oo kauheesti tietoo, sit ite yrittää ettii jotain tutkimuksii tuolta mitä on löytyny niin niist yleensä tuli vaan paha mieli niin vaikutti suuresti ja ihan fyysiseen ja psyykkiseen vointiin siinä alkuraskaudessa.” (Äiti 9)

Osa tutkimukseen osallistujista puhui myös **tulevaisuuteen** ja erityisesti toiseen aaltoon liitetystä stressistä. Tulevaisuus näyttäytyi hyvin epävarmana ja aiheutti sen vuoksi ahdistuneisuutta. Toiset pohtivat ääneen sitä, että *”ei oikeesti voi tietää että miten tässä kellekki käy”* viemättä ajatusta sen pidemmälle, mutta toisille koronan toisen aallon mahdollisuus toi stressin tunteen esiin. Huoli toisesta aallosta saattoi liittyä esimerkiksi palveluiden uudelleen sulkemiseen tai etätöiden sävyttämään lapsiperheeseen:

”Jos tää jatkuu ens vuonna pitkälle, täs on joku taapero ja sitten on jotain etätönmääräyksiä muita ja kyl kans koko aika stressaa.” (Isä 9)

Muutamit isät mainitsivat haastatteluisia epävakaaat työmarkkinat. Erityisesti heitä askarrutti se, miten koronapandemian myötä mahdolliset muuttuvat työtilanteet saattavat vaikuttaa **taloudelliseen tilanteeseen** ja sitä kautta muuhunkin elämään.

POHDINTA

Tutkimus toi esiin esikoistaan odottavien äänen, jota ei toistaiseksi ole huomioitu muissa korona-ajan tutkimuksissa. Odottavat vanhemmat kokivat koronatilanteen hankalana: stressitekijät moninkertaistuivat mutta saatavilla oleva tuki väheni. Puolisoiden mahdollisuudet osallistua ja tukea toisiaan vähenivät, mutta etätöiden lisääntymisen vuoksi pariskunnilla oli tavanomaista enemmän aikaa keskittyä toisiinsa ja vauvantuloon.

Korona-aika ja yhteisvanhemmuuden rakentuminen

Uutena näkökulmanamme oli, miten koronapandemian koetut vaikutukset heijastuvat yhteisvanhemmuuteen, joka on tärkeä voimavara- ja suojatekijä perheiden hyvinvoinnissa (Durt-schi ym. 2017). Ensinnäkin rajoitustoimet heijastuivat yhteisvanhemmuuden alkukehityksen keskeisiin palveluihin (Hock & Mooradian 2013), jolloin isät jäivät äitiysneuvola- ja poliklinikakäyn-

tien sekä synnytyssairaalan palvelujen ulkopuolelle. Vanhemmat eivät voineet toteuttaa yhteisvanhemmuutta, jossa vastuu lapsesta kannetaan yhdessä (vrt. Rissanen ym. 2020). Synnytyksen lisäksi äitien huoli tasa-arvoisen vanhemmuuden sivuuttamisesta liittyi erityisesti vanhemmuuden konkreettisiin ja merkityksellisiin synnytyssairaalan ensihetkiin, joihin hetkellisesti vain äidit pääsivät osallistumaan (ks. Rissanen ym. 2020). Äidit näkivät isän osan pienentämisen jopa yhteiskunnallisesti, puolustivat isän roolia ja toivat esiin sen tärkeyttä.

Toiseksi koronapandemia heikensi puolisoitten keskinäistä tukea ja vähensi ilon jakamisen mahdollisuutta näinä ainutlaatuisina hetkinä (vrt. Ravaldi ym. 2020). Pandemia lisäsi vanhemmilla stressiä ja tuen tarvetta, mutta rajoitustoimien vuoksi puolison tuki ei aina ollut mahdollista, ja poikkeusajana jotkut äidit jäivät kokonaan sitä vaille. Vanhempien keskinäisen tuen antamiseen ja yhteistyöhön asennoituneet vanhemmat kokivat äkillisen muutoksen henkisesti kuormittavana ja ahdistavana. Kolmanneksi rajoitukset vähensivät myös läheisten, vertaisten ja perhevalmennuksen tarjoamaa tukea ja malleja odottavien vanhempien ympärillä (vrt. Klemetti ym. 2021), mikä on myös tärkeää yhteisvanhemmuudessa (Hock & Mooradian 2013). Koronarajoitukset aiheuttivat tutkimukseen osallistujien kokemusten mukaan äärimmillään kokemuksen yhteiskunnallisen avun ulkopuolelle jäämisestä. Odotusaikana sivuutetut ongelmat voivat tulla uudelleen ajankohtaiseksi jossakin muodossa tulevaisuudessa (Pietikäinen ym. 2020, Rhodes ym. 2020, Viaux ym. 2020).

Perhestressiteoria (mm. Prime ym 2020) sopi hyvin kuvaamaan stressin välittymistä myös perheen perustamisen vaiheessa. Kaikki stressi ei kuitenkaan altista perhettä ongelmille, ja vanhemmat näkivätkin tilanteessa myös myönteisiä asioita kuten kiireen vähenemistä ja puolisoitten keskinäisen ajan lisääntymistä. On mahdollista, että samat perheet, jotka ovat kokeneet stressiä koronatilanteessa, ovat löytäneet siinä sellaista perheen sisäistä vahvuutta, jota ilman korona-aikaa ei olisi tullut ilmi (ks. Boss ym. 2016).

Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksemme uskottavuutta, vahvistettavuutta ja siirrettävyyttä (Lincoln & Guba 1985) lisäävät tutkimusprosessin mahdollisimman tarkka kuvaus, analyysin havainnollistaminen graafisesti ja tulkintojen vahvistaminen autenttisin aineistokatkelmin. Vaikka koronapandemiaan liittyvän aiemman tutkimustiedon vähäisyys tutkimushetkellä saattaa heikentää tutkimuksen vahvistettavuutta, tehdyt tulokset ovat saaneet tukea aiemmista yhteisvanhemmuustutkimuksista.

Tutkimuksen haastattelurungon kysymykset on johdettu tutkimuskirjallisuudesta (mm. Feinberg 2003) ja pilotoitu ennen varsinaista tutkimusta. Haastatteluaineiston koko on pieni, mutta tietyt teemat ja sisällöt alkoivat niissä toistua. Saturaaation mahdollisti tutkimuksen osallistujia yhdistävä elämäntilanne. Tutkimuksen pysyvyyttä (Lincoln & Guba 1985) arvioitaessa tulee huomioida, että tutkimukseen osallistuneiden henkilöiden olosuhteet vaihtelivat haastatteluhetkellä ajankohdasta sekä paikkakunnasta riippuen.

Vaikka voimakkaimmat kokemukset isien roolin pienentämisestä ja vähenyneestä sosiaalisesta tuesta koskivat erityisesti poikkeusajaa, niin epävarmuus ja huoli esiintyivät tutkimukseen osallistujien puheissa myös poikkeusajan jälkeen. Tulostemme kautta saadaan ymmärrystä siihen, millaisia seurauksia odotusvaiheen kokemuksilla voi olla vauvaperheiden hyvinvointiin ja mihin jälkihuollossa tulisi panostaa.

Päätelmät

Molempien vanhempien osallistuminen tulisi mahdollistaa äitiysneuvolassa ja synnytyssairaalakäynneillä myös koronapandemian kaltaisissa poikkeusoloissa, ja näin kannatella puolisoitten suhdetta syntymättömään lapseen. Tutkimukseen osallistujien mielestä ensimmäisen lapsen odottajat olisi pitänyt huomioida em. palveluissa paremmin. THL:n työpöytäpaperissa (Hakulinen & Hasturp 2020) raportoidaan, että joissakin kunnissa ensimmäistä lastaan odottavat vanhemmat huomioitiin sallimalla myös isän läsnäolo neuvolakäynneillä, mutta tämän tutkimuksen perusteella tätä erityishuomiointia ei toteutettu kaikkialla. Rissanen ja kollegat (2020)

raportoivat, että keväällä 2020 huomattiin neuvoloissa kiireellinen palveluntarve ja arvioitiin, että palveluita oli supistettu liikaa. Tuloksemme puoltavat Rissasen ja kollegoiden arviota, sillä lähes kaikki tutkimukseen osallistujista raportoivat tarvetta valmennuksille tai muulle vanhemmuuden tuelle.

Tutkimuksemme perusteella olisi tärkeää kehittää esikoisen odottajia koskevia kriisiajan toimintamalleja, palvelujärjestelmää ja jopa rajoitustoimia. Puolisoiden testaaminen, maskin käyttö ja karanteeninomaiset olot ennen synnytystä voisivat mahdollistaa puolison läsnäolon myös synnytysosastolla. Etäyhteyksien kehittäminen ja monipuolinen hyödyntäminen sekä esimerkiksi ulkona pidettävät valmennukset voisivat tuoda kaivattua yhteisöllisyyttä ja mahdollistaa myös vertaistukea.

Koska odotusaikana esiintynyt stressi voi aiheuttaa vanhemmissa ahdistusta, masentuneisuutta ja näiden myötä myös vuorovaikutusongelmia (Hakanen ym. 2019), on vauvaperheiden jälkihuolto neuvolatoiminnassa pandemian jälkeen tärkeää (Valtioneuvosto 2021). Yhteisvanhemmuuden tukeminen on tehokasta ongelmien ennaltaehkäisyä (Feinberg ym. 2021), joten neuvolassa on tärkeä kannustaa molempia vanhempia osallistumaan, sitoutumaan ja tukemaan toisiaan. Vanhempia on hyvä ohjata vertaistuen pariin (Autio 2020), ja heidän mielialojaan on tärkeä seurata (Hakanen ym. 2019). Jatkotutkimuksissa on tärkeä tutkia raskaudenaikaisen koronastressin vaikutuksia vauvaperheiden hyvinvointiin ja selvittää, voiko hyvä yhteisvanhemmuus toimia suojatekijänä koronastressiä vastaan (Durtschi ym. 2017).

LÄHTEET

- Alon T, Doepke M, Olmstead-Rumsey J, Tertilt M. 2020. The impact of covid-19 on gender equality. National Bureau of Economic Research. Working paper 26947, 1–37.
- Autio L. 2020. MLL:n perhekahvilat lapsiperheiden arjen ja vanhemmuuden tukena. Mannerheimin Lastensuojeluliiton perhekahvilatutkimus 2020. <https://cdn.mll.fi/prod/2020/09/10093750/mll-perhekahvilatutkimus-raportti-2020-nettiin.pdf> [luettu 25.5.2021]
- Boss P, Bryant C, Mancini J. 2016. Family stress management: A contextual approach. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Braren S, Brandes-Aitken A, Ribner A, Perry R, Blair C. 2020. Maternal psychological stress moderates diurnal cortisol linkage in expectant fathers and mothers during late pregnancy. *Psychoneuroendocrinology* 111, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2019.104474>
- Braun V, Clarke V. 2012. Thematic analysis. APA handbook of research methods in psychology 2, 57–71. doi: 10.1111/famp.12649
- Daly K. 2007. Qualitative methods for family studies and human development. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Durtschi J, Soloski K, Kimmes J. 2017. The dyadic effects of supportive coparenting and parental stress on relationship quality across the transition to parenthood. *Journal of Marital and Family Therapy* 43(2), 308–321.
- Feinberg M. 2003. The internal structure and ecological context of coparenting: A framework for research and intervention. *Parenting* 3(2), 94–131.
- Feinberg M, Mogle J, Lee J-K, Tornello S, Hostetler M, Cifelli J, Bai S, Hotez E. 2021. Impact of the COVID-19 pandemic on parent, child, and family functioning. *Family Process*. 1–14. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.048>
- Hakanen H, Flykt M, Sinervä E, Nolvi S, Kataja E, Peltö J, Karlsson H, Karlsson L, Korja R. 2019. How maternal pre- and postnatal symptoms of depression and anxiety affect early mother-infant interaction? *Journal of Affective Disorders* 257, 83–90.
- Hakulinen T, Hastrup A. 2020. Perhekeskusverkoston tietopyynnöt. Lasten, nuorten ja perheiden peruspalvelut koronakeväänä 2020. THL Työpöytä 26/2020. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos: Helsinki.
- Hock R, Mooradian J. 2013. Defining coparenting for social work practice: a critical interpretive synthesis. *Journal of Family Social Work* 16(4), 314–331.
- Klemetti R, Vuorenmaa M, Helakorpi S. 2021. Vauvaperheiden hyvinvointi – FinLapset -kyselytutkimus 2020: Koronapandemia on heikentänyt vauvaperheiden jaksamista – tyytyväisyys perhe-elämään silti suurta. THL–Tilastoraportti 6/2021. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe202103227990> [luettu 25.5.2021]
- Kotila L, Schoppe-Sullivan S. 2015. Integrating sociological and psychological perspectives on coparenting. *Sociology Compass* 9(8), 731–744.
- Kotila L, Schoppe-Sullivan S, Kamp Dush C. 2014. Time in parenting activities in dual-earner families at the transition to parenthood. *Family Relations* 62(5), 795–807.
- Lincoln YS, Guba EG. 1985. *Naturalistic inquiry*. California: Sage.
- Lobel M, Cannella D, Graham-Engeland J, DeVincent C, Schneider J, Meyer P. 2008. Pregnancy-specific stress, prenatal health behaviors, and birth outcomes. *Health Psychology* 27(5), 604–615.
- Luomanen J, Nikander, P. 2017. Haavoittuvat haastateltavat? Teoksessa M. Hyvärinen, P. Nikander, P. & J. Ruusuvoori. Tutkimus-haastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino, 287–296
- McHale J, Kuersten-Hogan R, Rao N. 2004. Growing points for coparenting theory and research. *Journal of Adult Development* 11(3), 221–234.
- McHale J, Rotman T. 2007. Is seeing believing? Expectant parents' outlook on coparenting and later coparenting solidarity. *Infant Behavior & Development* 30(1), 63–81.
- Pietikäinen J, Hakulinen T, Holopainen A. 2020. Raskausajan ja synnytyksen jälkeisen masennuksen ja ahdistuneisuuden varhaisa hoitoa tulee tehostaa. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 57(2), 192–194.
- Prime H, Wade M, Browne DT. 2020. Risk and the resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychological Association* 75(5), 631–643.
- Ravaldi C, Wilson A, Ricca W, Homer C, Vannacci A. 2020. Pregnant women voice their concerns and birth expectations during the COVID-19 pandemic in Italy. *Women and Birth* 33. <http://dx.doi.org/10.1016/j.wombi.2020.07.002>
- Rhodes A, Kheireddine S, Smith A. 2020. Experiences, attitudes, and needs of users of a pregnancy and parenting app (Baby Buddy) during the COVID-19 pandemic: mixed methods study. *JMIR Mhealth Uhealth* 8(12), 1–15.
- Rissanen P, Parhiala K, Keistilä L, Härmä V, Honkatukia J, Jormanainen V. 2020. COVID-19 epidemian vaikutukset väestön palvelutarpeisiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen – nopea vaikutusarvio. Raportti 8/2020. Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos, Helsinki. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139694/URN_ISBN_978-952-343-496-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y [luettu 25.5.2021]
- Tilastokeskus 2021. Syntyneet 2020. <https://tilastokeskus.fi/til/synt/index.html> [luettu 25.5.2021]
- Tuomi J, Sarajärvi A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Valtioneuvosto 2021. Lapset, nuoret ja koronakriisi. Lapsistrategian koronatöryhmän arvio ja esitykset lapsen oikeuksien toteuttamiseksi. VN julkaisu 2021:2. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/162647> [luettu 14.5]
- Viaux S, Maurice P, Cohen D, Jouannic JM. 2020. Giving birth under lockdown during the COVID-19 epidemic. *Journal of Gynecology Obstetrics and Human Reproduction* 49. doi 10.1016/j.jogoh.2020.101785