

**Viisivuotiaiden lasten vanhempien kokemukset hyvinvoinnistaan
varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteiden aikana 2020**

Reetta Pajula

Varhaiskasvatustieteen pro gradu- tutkielma

Kevätlukukausi 2022

Kasvatustieteiden laitos

Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Pajula, Reetta. 2022. Viisivuotiaiden lasten vanhempien kokemukset hyvinvoinnistaan varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteiden aikana 2020. Varhaiskasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteenlaitos. 38 sivua.

Tässä pro gradu -tutkielmassa tarkasteltiin varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteistä aiheutuneita muutoksia noin 5- vuotiaiden lasten perheissä kevään 2020 aikana. Tutkielmassa selvitettiin, millaisia muutoksia sulkutoimenpiteistä on seurannut perheiden arkeen ja onko lasten kotihoidon sekä vanhempien etätyön yhteensovittamisella ollut merkitystä perheiden kokemaan hyvinvointiin. Vanhempien omasanaiset vastaukset toivat tärkeää tietoa siitä, millaisia seuraamuksia koronapandemialla ja varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteillä on ollut ja miten se on vanhempien kertoman mukaan vaikuttanut perheiden kokemaan hyvinvointiin.

Tämä tutkielma tehtiin osana varhaiskasvatus- ja koronapandemia -hanketta, joka toteutettiin yhteistyössä Jyväskylän yliopiston sekä Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen kanssa. Tutkielmassa hyödynnettiin hankkeen kyselytutkimusta, joka tuotti tietoa koronapandemiasta noin 5- vuotiaiden lasten perheiden osalta. Tutkimusaineisto kerättiin Webropol- verkkokyselyllä suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi loppuvuodesta 2020. Kyselyyn vastasi 1850 huoltajaa, 87 Suomen kunnasta. Tutkielmassa käytetty osa-aineisto vanhempien kirjallisista vastauksista analysoitiin hyvinvoinninnäkökulmasta aineistolähtöisellä teema-analyysillä ATLAS.ti -ohjelmalla.

Analyysi osoitti, että sulkutoimenpiteistä ja kotihoitosuosituksista seurasi muutoksia ja haasteita monien perheiden arkeen sekä hyvinvointiin liittyen. Vanhemmat hoitivat lastensa etäkoulua, varhaiskasvatusikäisiä lapsiaan sekä tekivät etätöitä samaan aikaan kotona. Perheiden tavallisesti käyttämiä tukiverkostoja ei poikkeusolojen aikana pystynyt käyttämään, joka kulutti monien vanhempien voimavaroja. Vanhempien vastaukset käsittelivät hyvinvointia ja vastauksista nousseet teemat liittyivät ajankäytön hallintaan ja sosiaalisten tukiverkostojen rajoittamiseen. Hyvinvointi oli monella tapaa koetuksella, mutta poikkeusolot toivat myös myönteisiä kokemuksia perheiden arkeen.

Asiasanat: etätyö, hyvinvointi, koronapandemia, sulkutoimenpiteet, varhaiskasvatus

Sisällys

1 JOHDANTO	4
1.1 HYVINVOINNIN MÄÄRITELMÄ	5
1.2 HYVINVOINTI LAPSIPERHEISSÄ	7
1.3 PERHE- JA TYÖELÄMÄN YHDISTÄMINEN	9
1.4 VARHAISKASVATUS JA MUUT LASTENHOITOJÄRJESTELYT	10
1.5 TUTKIMUSKYSYMYKSET	12
2 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	13
2.1 TUTKIMUSAINEISTO JA AINEISTON KERUU	13
2.2 AINEISTON ANALYYSI.....	14
2.3 EETTISET RATKAISUT.....	16
3 TULOKSET	17
3.1 AJANKÄYTÖN HALLINTA HYVINVOINNIN TUKENA	18
3.1.1 TYÖAIKA.....	19
3.1.2 VAPAA-AIKA	21
3.1.3 PERHEEN YHTEINEN AIKA.....	22
3.2 SOSIAALISET TUKIVERKOSTOT PERHEIDEN HYVINVOINNIN TUKENA ..	23
3.2.2 VARHAISKASVATUS JA MUUT LASTENHOITOPALVELUT	24
3.2.3 LÄHEISISTÄ MUODOSTUVAT TUKIVERKOSTOT.....	27
4 POHDINTA	29
LÄHTEET	34

1 JOHDANTO

Joulukuussa 2019 Kiinassa havaittiin uusi tuntematon koronavirus SARS-Cov-2. Virusta alettiin kutsua kansainvälisesti nimellä COVID-19, (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2021) tässä tutkielmassa viruksesta käytetään nimeä koronavirus. Koronavirus alkoi leviää Suomessa laajasti keväällä 2020, jolloin hallitus linjasi yhdessä tasavallan presidentin kanssa Suomeen poikkeusolot. Käyttöön otettiin valmiuslaki 13.3.2020. Hallitus teki useita rajoitustoimenpiteitä pahentuneen koronapandemia tilanteen vuoksi. (Eduskunta, 2020.)

Rajoitustoimenpiteet koskettivat myös opetusta, kouluja ja varhaiskasvatusta. Poikkeusolojen ajaksi koulut ja vapaa-ajan harrastustoiminta suljettiin. Koulussa lähiopetusta järjestettiin vain 1.–3.luokkalaisille, joiden vanhemmat työskentelevät kriittiseksi luokitelluilla aloilla. Varhaiskasvatuksen osalta valtioneuvoston (2020) suositukset olivat, että mahdollisuuksien mukaan lapsen hoito järjestettäisiin kotona. Varhaiskasvatuksen ja esiopetuksen toiminnan auki pitämisellä turvattiin ensisijaisesti kriittisillä aloilla työskentelevien vanhempien työssä käynti. Poikkeusolot muuttivat myös työssä käyntiä siten, että mahdollisuuksien mukaan organisaatiot siirtyivät etätyöhön. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2020).

Etätyöhön siirtymisen vaikutukset koronaviruksen leviämiseen olivat merkittävät, koska sen avulla pystyttiin vähentämään kontakteja työpaikoilla sekä työmatkoilla (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2021). Monet vanhemmat siirtyivät etätöihin ja suositusten mukaisesti hoitivat samaan aikaan lasten etäkoulua sekä varhaiskasvatusikäisiä lapsiaan kotona. Poikkeustila toi myös monia muita sosiaalisia vaikutuksia perheiden ja lasten elämään. Muutokset turvaverkostoissa ja arjen rakenteissa toivat haasteita perheiden ja lasten hyvinvointiin. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2020.) Valtioneuvosto (2020) esitti, että koronapandemialla on huomattavia vaikutuksia lasten hyvinvointiin ja oikeuksien toteutumiseen. Poikkeusolot ja koronapandemia toivat lapsille epävarmuutta ja turvattomuutta. Lisäksi huoltajille tilanne oli kuormittava, minkä vuoksi perheet olivat koetuksella. (Valtioneuvosto, 2020.) Poikkeustila heikensi myös Lapsen ääni 2020- kyselyn perusteella lasten ja perheiden hyvinvointia sekä lisäsi huolta taloudesta ja jaksamisesta. Lisääntynyt kotona vietetty aika ja etäopetus lisäsi perheiden ja lapsien eriarvoisuutta, hankalassa tilanteessa olivat etenkin vähävaraiset perheet. (Pelastakaa lapset ry, 2020.)

Lapsiperheiden hyvinvointi ja lasten kasvuolosuhteet kotona ovat merkityksellisiä lasten tulevaisuudelle ja tasa-arvon toteutumiselle (Törrönen, 2012). Perhe- ja työelämän tasapaino on merkittävä hyvinvoinnin osatekijä. Perhe-elämän tunne- ja hoivasuhteet sekä työn tuoma

taloudellinen turva sekä vanhempien itsensä kehittäminen ovat perheiden hyvinvoinnin kannalta tärkeitä. Perhe- sekä työelämä vievät osansa vanhempien fyysisiä sekä henkisiä voimavaroja ja aikaa. Hyvinvoinnin kokemuksen kannalta on merkittävää kokea tasapainoa fyysisten ja henkisten asioiden välillä siten, että aika ja voimavarat riittävät elämän eri osa-alueille. (Lammi-Taskula & Salmi, 2009.)

Koronaviruksesta ja sen vaikutuksista ihmisiin on tehty jo monia tutkimuksia, mutta harvat tutkimukset tarkastelevat sen vaikutusta vanhempiin tai tutkivat lastenhoitoon liittyviä asioita. Vanhempien hyvinvointi on tärkeä koko perheen kannalta ja se on yhteydessä lasten kehitykseen, vanhempien parisuhteen päättymiseen, taloudellisiin vaikeuksiin ja jopa koronaviruksen leviämiseen. (Huebener, Waights, Spiess, Siegel & Wagner, 2021.) Perheiden hyvinvointia tarkastellaan tässä tutkielmassa hyödyntäen varhaiskasvatus- ja koronapandemia hankkeen osaineiston kyselytutkimusta. Tutkielman tarkoituksena on selvittää, millaisia muutoksia varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteistä on aiheutunut noin 5-vuotiaiden lasten perheiden elämään sekä millaisia seuraamuksia sulkutoimenpiteillä on ollut perheiden hyvinvoinnin kokemuksiin.

1.1 Hyvinvoinnin määritelmä

Hyvinvointi on moniulotteinen käsite, jonka maailman terveysjärjestö WHO (World Health Organisation) on määritellyt sosiaalisen, psyykkisen ja fyysisen hyvinvoinnin kokonaisuudeksi. Hyvinvoinnin käsitteeseen sisältyy arvojen määritelmä, yhteiskunnan määritelmä, ihmisten tarpeiden määritelmä sekä hyvinvoinnin määritelmä (Huttunen, 2020). Perinteisesti moninainen hyvinvoinnin käsite määritellään jakamalla se objektiiviseen ja subjektiiviseen hyvinvointiin. Objektiivisella hyvinvoinnilla tarkoitetaan esimerkiksi yksilön sairauksia, tulotasoa ja asuinneliöitä eli henkilön olosuhteita, jotka ovat yksilön näkemyksistä riippumattomia. Subjektiivisella hyvinvoinnilla taas tarkoitetaan yksilön itse koettua hyvinvointia, esimerkiksi minkälaisena omaa terveydentilaa pidetään ja kuinka hyvänä omaa taloudellista tilannetta pidetään. Subjektiivisen ja objektiivisen hyvinvoinnin määritelmien mittaamisessa on ongelmansa, kuten se, että niiden keskinäinen yhteys on varsin heikko. (Aaltonen, Kivijärvi & Myllylä, 2018.) Tässä tutkielmassa kiinnostuksen kohteena on vastanneiden subjektiivinen eli koettu hyvinvointi, eikä tämä tutkielma nojaudu suoraan aiempiin hyvinvoinnin määritelmiin.

Subjektiivisen hyvinvoinnin kokemukseen vaikuttavat paljon yksilön ominaisuudet, vapaus, oikeudet, ihmissuhteet ja turvallisuuden tunne. Koetun hyvinvoinnin tutkimus perustuu yksilöiden subjektiivisiin kokemuksiin, näin saadaan tietoa ihmisten omakohtaisista kokemuksista, eli siitä

kuinka ihmiset voivat ja mitä he tuntevat. (Törrönen, 2012.) Yksilöiden kokemasta hyvinvoinnista voidaan saada tietoa muun muassa kyselyillä, tilastoista ja rekistereistä. Tietojen perusteella voidaan tavoittaa eri hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Eniten pohjoismaalaisessa tutkimuksessa on sovellettu Erik Allardtin (1993) määrittelemiä hyvinvoinnin ulottuvuuksia. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2022.)

Erik Allardtin (1976) näkemyksen mukaan hyvinvointi muodostuu ihmisen keskeisten perustarpeiden tyydyttämisen mahdollisuuksista. Allardtin tarveperusteinen hyvinvointikäsitys on vakiintunut ja se jakautuu kolmeen ulottuvuuteen, jotka ovat ystävyysuhteet (*having*), onnellisuus (*loving*) ja elämänlaatu (*being*). *Having* – osa-alue käsittää elinolot, kuten toimeentulon, työllisyyden, terveyden ja koulutuksen. *Loving*- osa-alue viittaa käsityksiin sosiaalisista suhteista, kuten perheestä, ystävistä, sukulaisista ja yhteisöistä. *Being*- ulottuvuus viittaa osallistumisen mahdollisuuksiin, päätöksiin sekä vapaa-ajan toimintaan. (Allardt, 1976.) Nämä kolme hyvinvoinnin ulottuvuutta ovat yhteydessä toisiinsa, eivätkä korvaa toisiaan. Yksilö tarvitsee kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin kaikkia kolmea Allardtin teorian osa-alueita (Bardy, 2009).

Toinen tunnettu ja paljon tutkimuksissa käytetty hyvinvointiteoria on Seligmanin (2011) PERMA-hyvinvointiteoria. Myöskään PERMA:N mukaan hyvinvointia ei voida määritellä yksittäisellä mittarilla tyhjentävästi sen monimuotoisuuden takia. Teorian mukaan hyvinvointi koostuu viidestä osatekijästä, joista kukin edistää hyvinvointia. Teorian osatekijät ovat P= *positive emotions* (myönteiset tunteet), E= *engagement* (sitoutuminen), R= *relationships* (ihmissuhteet), M= *meaning* (merkityksellisyys) ja A= *accomplishment* (saavuttaminen). (Khaw & Kern, 2015.) *Myönteisillä tunteilla* viitataan esimerkiksi mielihyvään, onnellisuuteen ja mukavuuden tunteeseen. Näillä tunteilla voidaan lisätä yksilön voimavaroja ja laajentaa yksilön eri toimintamalleja. *Sitoutuminen* liittyy tietynlaiseen uppoutumisen kokemukseen tai syvään kiinnostukseen jotakin asiaa kohtaan. Tämän tyyppinen sitoutuminen voidaan määritellä flow-tilaksi. *Ihmissuhteet* ovat paras tapa oman mielialan kohottamiseen ja vastoinkäymisten käsittelyyn. Arvostetuksi- ja rakastetuksi tulemista, sosiaalista tukea ja huolehdituksi tulemista on pidetty yhtenä tärkeimmistä hyvinvoinnin osatekijöistä kaikissa kulttuureissa ja kaikkina aikoina. *Merkityksellisyydellä* tarkoitetaan omaa näkemystä johonkin kuulumisesta ja oman elämänsä merkityksellisyydestä. Sillä pyritään saamaan suunta omalle elämälle ja tarjoamaan yksilölle näkemyksiä. Yksilön tulisi aina kehittää voimavarojaan ja omia vahvuuksia sekä hyödyntää niitä. *Saavuttamisella* tarkoitetaan voittamista, menestymistä ja hyviin suorituksiin pääsemistä niiden itsensä takia. Usein tavoitellaan saavuttamista, vaikka se ei saisikaan aikaan positiivisia asioita tai merkityksellisyyttä. (Leskisenoja, 2016.)

1.2 Hyvinvointi lapsiperheissä

Koronapandemia ja sulkutoimenpiteet ovat aiheuttaneet huolta vanhempien, lasten ja perheiden hyvinvoinnista. Osalla perheistä tuen tarpeet ovat kasvaneet ja hyvinvointi heikentynyt. Sosiaaliin suhteisiin liittyvät rajoitukset ovat aiheuttaneet ongelmia lapsille sekä aikuisille. Tukiverkostojen mahdollisuudet auttaa perheiden arjessa vähentyi huomattavasti ja pitkät poissaolot varhaiskasvatuksesta ja koulusta haastoivat etenkin heikommassa asemassa olevia lapsia. (Hakulinen ym., 2020.) Lapsen hyvinvoinnin yksi keskeisimmistä tekijöistä on perhe, jossa lapsi kasvaa. Lapsen, vanhempien ja koko perheen resurssit sekä voimavarat ovat olennaisen tärkeitä hyvinvoinnin kannalta. (Forssen, Laine & Tähtinen 2002.)

Hyvinvoinnin ja onnellisuuden keskiössä tutkimusten mukaan ovat läheiset sekä merkitykselliset ihmissuhteet. Keskeisin voimavara useimmilla yksilöillä on puoliso ja muut perheenjäsenet. (Kontula, 2013.) Lapsiperheessä tyytymättömyyttä liittyy nimenomaan yhteisen ajan puutteeseen. Vanhemmat kokevat tyytyväisyyttä molemmin puoleiseen kunnioitukseen sekä yhteenkuuluvuuden tunteeseen parisuhteessaan. (Lammi-Taskula & Salmi, 2014.) Aikuisille työ merkitsee useimmiten elannon ja toimeentulon turvaamisen lisäksi mieluisaa toimintaa, itsensä toteuttamista ja sosiaalisia suhteita (Lammi-Taskula & Salmi, 2009). Työssäkäyvät tai opiskelevat vanhemmat ovat osallisena ja kokevat kuuluvansa perheen ulkopuolella syntyviin sosiaaliin suhteisiin, mikä koetaan merkittäväksi osaksi hyvinvointia. Lapsilla ja aikuisilla on erilaiset tehtävät ja paikat hyvinvoinnin ulottuvuuksilla. Aikuiset sekä lapset nähdään aktiivisina toimijoina hyvinvoinnin edistämässä. (Bardy, 2009.)

Saksassa 2021 tehdyn tutkimuksen mukaan koronaviruspandemia alensi lapsiperheiden hyvinvointia erityisesti perheissä, joissa oli pieniä lapsia sekä perheissä, joiden vanhemmilla oli toisen asteen koulutus. Tutkimuksen tulosten perusteella pandemian hillitsemiseksi tehdyillä julkisilla poliittisilla toimilla voi olla suuria vaikutuksia perheiden hyvinvointiin, mitkä vaikuttavat suoraan lasten kehitykseen ja vanhempien varallisuuteen. Koulujen ja päiväkotien sulkemiset ovat saaneet monet vanhemmat viettämään enemmän aikaa lastensa kanssa ja toimenpiteet ovat johtaneet vakiintuneiden työ-, perhe- ja muiden rutiinien äkilliseen katkeamiseen. Monet vanhemmat ovat lyhentäneet työaikaansa ja siten myös perheen tuloja tai yrittäneet yhdistää kotona työskentelyn ja lasten hoitamisen. Myös monet muut tekijät ovat vaikuttaneet erityisesti perheisiin, kuten sosiaalisten kontaktien kiellot ja pandemian pelko. (Huebener ym., 2021.)

Lapsiperheiden hyvinvoinnin takaamiseksi on tärkeää, että perheellä on riittävästi sosiaalista tukea saatavilla. Sosiaalinen tuki voi muodostua isovanhemmista, ystävistä, naapureista tai muista läheisiksi koetuista henkilöistä, joilta perhe voi tarvittaessa pyytää apua esimerkiksi lastenhoidossa. Koronapandemian aikana tukiverkostoja ja sosiaalisia aktiviteetteja on rajoitettu, jolloin, perheiden ja lasten elinpiirit ovat kaventuneet ja rajoittuneet omaan ydinperheeseen. Mannerheimin lastensuojeluliiton mukaan perheiden avuntarve on poikkeusolojen aikana lisääntynyt. (Mannerheimin lastensuojeluliitto, 2020.) Koronapandemia vaikuttaa eri väestöryhmiin lähes kaikissa osissa maailmaa. Ryhmä, jotka kohtaavat eniten haasteita ovat lapset, koska lapset ovat riippuvaisia muista selviytyäkseen. Pandemia on asettanut paljon kohtuuttomia sosiaalisia ja taloudellisia paineita etenkin vähävaraisille perheille. Näiden perheisiin kohdistuneiden paineiden vuoksi tällaisten perheiden lapset kärsivät todennäköisesti eniten. Lapset saattavat joutua jäämään pois paitsi koulujärjestelmästä ja sen taloudellisista ja sosiaalisista eduista, kuten maksuttomista aterioista. (Owusu & Fripong-Manso, 2020.)

Tyypillisesti lapsen arkipäivään kuuluu tiiviisti päiväkotia ja koulu, joissa keskeistä ovat sosiaaliset suhteet aikuisten ja lasten välillä sekä lapsen omat vertaissuhteet (Bardy, 2009). Kuuluminen osaksi ryhmää ja ystävyysuhteet ovat lapselle merkityksellisiä ja tärkeitä. Vertaisryhmän hyväksyntä ja myönteiset ystävyysuhteet tukevat lapsen emotionaalista ja sosiaalista kehitystä. Vuorovaikutussuhteet vertaisten kanssa tarjoavat lapselle kontekstin, jossa perustaidot ja kyvyt kehittyvät ja pääsevät esille. Vertaisten kanssa opitaan itsetuntemusta, sosiaalisen todellisuuden tajuamista ja vastavuoroisuutta. Myös lapsen itsetunto kehittyy sosiaalisissa prosesseissa. (Laine, 2005.)

Yhdysvalloissa 2020 tehdyllä tutkimuksella oli tarkoitus selvittää, kuinka pandemia ja rajoitustoimenpiteet vaikuttivat lasten ja vanhempien henkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin. Tutkimus toteutettiin kyselytutkimuksella vanhemmille, joilla oli alle 18-vuotaita lapsia. 27 prosenttia vanhemmista ilmoitti oman henkisen hyvinvointinsa heikentyneen, 14 prosenttia ilmoitti pandemian vaikuttaneen negatiivisesti lastensa käyttäytymiseen ja 48 prosenttia ilmoitti menettäneensä säännöllisen lastenhoidon. (Patrick ym., 2020.)

1.3 Perhe- ja työelämän yhdistäminen

Työ ja perhe-elämän yhdistäminen vaativat vanhemmilta aikaa sekä fyysisiä ja henkisiä voimavaroja. Koettuun hyvinvointiin liittyy tasapaino, jossa ajankäyttö jakautuu tasaisesti elämän eri osa-alueille. Ongelmat ajankäytössä ja voimavaroissa asettavat haasteita kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnin kokemukselle. Arjen tasapainon löytäminen voi olla haastavaa lapsiperheessä. Tyypillinen ongelma vanhemmilla on koettu syyllisyyden tunne suhteessa perheeseen tai lapsiin. Perheen ja työn yhdistäminen koetaan kuitenkin toisiaan tasapainottavaksi vaihteluksi. (Lammi-Taskula & Salmi, 2009.) Viime vuosikymmeninä kiinnostus työn ja perheen väliseen tasapainoon on kasvanut eri maissa merkittävästi. Se, että työn ja perhe-elämän välisillä ristiriidoilla on kielteisiä vaikutuksia ihmisten elämänlaatuun, erityisesti lasten ja naisten hyvinvoinnin osalta on saanut yhä enemmän huomiota. Myös työoloihin, työn tuottavuuteen ja työntekijöiden terveyteen on kiinnitetty enemmän huomiota. (Sorj, 2004.)

Elämä lapsiperheenä on usein kiireistä, kun aikaa on riitettävä työlle, parisuhteelle ja lapsista huolehtimiselle. Aiemmissa tutkimuksissa on tullut ilmi, että lähes kolmasosa vanhemmista kokee usein, ettei työn vuoksi pysty antamaan tarpeeksi aikaa lapsilleen tai parisuhteelleen. Lammi-Taskulan ja Salmen 2014 tekemään tutkimukseen osallistuneista vanhemmista 40 % oli huolissaan omasta jaksamisestaan vanhempana. Huolta herättää erityisesti uupumus, masennus ja työtilanne. (Lammi- Taskula & Salmi, 2014.) Työ ja perhe vaativat sekä odottavat yksilöltä tiettyjä asioita, eivätkä odotukset mene aina yhteen toistensa kanssa. Vaatimukset voivat tuntua kohtuuttomilta, jolloin tuntuu, ettei aika riitä mihinkään. (Ylikännö, 2011.)

Etätyö mahdollistaa joustavuutta sekä työn ja perheen tasapainon löytämistä, samalla vähentäen liikkumisen ympäristövaikutuksia. Vaikka etätyössä on paljon etuja, ei sen käyttöönotto ole edennyt odotettua vauhtia kaikkialla Euroopassa. Yhtenä syynä tähän on pidetty talouskriisiä. Koronaviruksen takia etätyö on kokenut yhtäkkisen uuden elpymisen virukselta suojelevien toimenpiteiden seurauksena. Vuoden 2020 alussa useat hallitukset suosittelivat, että yritykset helpottaisivat etätyötä, jotta työntekijät eivät kokoontuisi samaan paikkaan. (Belzunegui-Eraso & Erro-Graces, 2020.)

Työaika-autonomiasta puhuttaessa, tarkoitetaan mahdollisuutta vaikuttaa työaikaan esimerkiksi työpäivän pituudella, liukuvalla työajalla ja mahdollisuudella vaikuttaa työpäivän aloitus- ja

loppumisaikoihin. Paikallisella joustavuudella tarkoitetaan työntekijän mahdollisuuksia tehdä muun muassa etätöitä, jonka avulla saadaan vähennettyä työmatkoihin kuluvaan aikaa. Usein joustavuus auttaa työntekijää sekä työnantajaa. Työaika-autonomian on koettu olevan vahvasti yhteydessä perheen ja työn yhdistämiseen. Työpaikan joustavuuden koetaan parhaassa tapauksessa lisäävään työntekijän hyvinvointia, terveyttä ja elämänhallintaa. Aikaisemman vuonna 2003–2008 tehdyn työolotutkimuksen mukaan etätöiden tekeminen on aiheuttanut myös syyllisyyttä ja kiistoja puolison kanssa sekä lisännyt perheen ja työn yhteen sovittamiseen liittyviä vaikeuksia. (Sorsa & Rotkirch, 2020.)

Koronapandemian aiheuttamat sulkutoimenpiteet ovat luoneet uusia tilanteita, ja perhe elämän tasapainon säilyminen on vaatinut kykyä neuvotella ja ajatella uudelleen keskinäisiä rooleja perheen sisällä. Kotona pakotetun rinnakkaiselon kausi on johtanut muutoksiin perheen sisällä muun muassa päivittäisten askareiden hoidossa, tilojen hoidossa ja käytössä sekä asioiden organisoinnissa. Näissä perheissä tapahtuvissa muutoksissa perheen rutiineilla on tärkeä rooli perheen vuorovaikutuksen kehittymisen ja perheen hyvinvoinnin edistämisen kannalta. Rutiineilla on myös tärkeä rooli lasten sosiaalisten, fyysisten ja henkisten taitojen kehityksessä. (Lagomarsino, Coppola, Parisi & Rania, 2020.)

1.4 Varhaiskasvatus ja muut lastenhoitojärjestelyt

Vuonna 2020 varhaiskasvatukseen osallistui Suomessa 245255 lasta eli noin 77 prosenttia 1–6 vuotiaista lapsista. Varhaiskasvatuksen tavoitteena on lisätä koulutuksen tasa-arvon toteutumista, edistää sukupuolten tasa-arvoa ja tarjota kaikille yhdenvertaiset mahdollisuudet varhaiskasvatukseen. (Heinonen ym., 2016.) Laadukas varhaiskasvatus edistää lapsen terveyttä ja hyvinvointia sekä tasoittaa köyhyydestä ja huono-osaisuudesta aiheutuvia riskejä elämässä. Varhaiskasvatuspalvelut mahdollistavat molempien vanhempien työssäkäynnin ja näin ollen kohentavat tasa-arvoa, toimeentuloa sekä elinoloja. Varhaiskasvatuksen tehtävänä on tukea ja edistää lapsen kehitystä, hyvinvointia ja oppimista. (Kekkonen, 2014.) Kaikilla lapsilla on oikeus kokopäiväiseen varhaiskasvatukseen lapsen tarpeen mukaan, riippumatta huoltajan työllisyys tai opiskelu tilanteesta. Tämä vahvistaa lapsen yhdenvertaisuutta perhetilanteesta riippumatta. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2019.)

Varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteiden aikana suurin osa lapsista siirtyi tilapäisesti kotihoitoon. Reilu neljännes jatkoi varhaiskasvatuksessa pienin muutoksin tai kokonaan ilman muutoksia. Tutkimuksessa on raportoitu, että tärkeimmät syyt osallistua varhaiskasvatukseen sulkutoimenpiteiden aikana on huoltajan työssäkäynnin tai opiskelun mahdollistaminen. Muita tärkeäksi koettuja seikkoja pitää lapsi varhaiskasvatuksessa olivat varhaiskasvatuksen auki pysyminen, lapsen kasvun ja oppimisen tukeminen sekä vanhemman halu siihen, että lapsi käy varhaiskasvatuksessa tavalliseen tapaan. Tärkeimpiä syitä vanhemmille kotihoitoon siirtymisessä olivat hallituksen antama kotihoitosuositus sekä halu pitää lapsi turvassa kotona. (Alasuutari, Saranko & Sulkanen, 2021.)

Varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteiden vaikutus näkyy kunnallisen varhaiskasvatuksen läsnäolopäivien vähentymisenä (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2020). Suomen Monikkoperheet ry:n (2020) tekemässä kyselyssä, tuli ilmi, että viranomaisten ja hallituksen suosituksia pienten lasten kotona pitämisestä noudatettiin monissa perheissä, vaikka sen koettiin johtavan sietämättömään tilanteeseen perheen arjessa. Erilaisia perheiden ja lasten palveluita poikkeusolojen aikana käytettiin vähemmän kuin yleensä, esimerkiksi neuvolan, varhaiskasvatuksen sekä terveystalveluiden osalta. (Heino & Kara, 2020.)

Yhdysvalloissa tehdyssä tutkimuksessa koronapandemia on paljastanut luotettavien, turvallisten ja kohtuuhintaisten lastenhoitojärjestelyiden puutteen. Koulujen sulkemisen vuoksi myös vanhemmat lapset tarvitsevat valvontaa koko päivän. Tämän vuoksi vanhemmat ovat joutuneet harkitsemaan ja käyttämään sellaisia lastenhoitojärjestelyitä, jotka eivät normaalisti vastaisi parhaiten heidän perheensä tarpeita. Näihin järjestelyihin kuuluu muun muassa vanhempien työstä poisjääminen ja ystävien tai perheenjäsenten kutsumisen valvomaan ja hoitamaan lapsiaan. Luotettava ja turvallinen lastenhoito on välttämätöntä sosiaalisen ja taloudellisen elpymisen ja myöhemmin vakauden kannalta. Lastenhoidon turvaaminen on ollut erityisen haastavaa vähävaraisille perheille, perheille, joiden vanhemmat työskentelevät epäsäännöllisissä työvuoroissa, muuta kieltä puhuville perheille sekä perheille, jotka asuvat maaseudulla. (Kalluri, Kelly & Garg, 2021.)

Hyvät sukulaisverokostot auttavat lastenhoidossa ja huolenpidossa. Yhteisöllisyys antaa turvaa lapsille ja vanhemmille henkisesti, sosiaalisesti ja taloudellisesti. Isovanhempien, vanhempien ja lasten hyvä vuorovaikutus antaa iloa ja lisää hyvinvointia vastavuoroisissa sukupolvisuhteissa. (Törrönen, 2012.) Suomessa tyypillisesti isovanhemmat antavat paljon lastenhoitoapua eli heistä on iso apu vanhemmille. Sukupolvienketju-aineistojen vuonna 2012 tehdyn kyselyn mukaan noin 80 % isovanhemmista osallistui lapsenlapsien hoitoon. (Danielsbacka, Hämäläinen & Tanskanen 2020.) Läheisten ystävien kanssa ollaan usein vähintäänkin yhtä läheisiä kuin omien sisarusten kanssa.

Ystäviltä saadaan tukea arkeen, jos sitä tarvitaan ja myös lastenhoito helpottuu, kun se jaetaan ystävien kanssa. (Rotkirch & Berg, 2020.)

Johanna Lammi-Taskulan ja Johanna Närvin 2021 tekemään tutkimukseen vastanneiden pienten lasten isien ja äitien ansiotyössä käyvien osuus laski hieman koronapandemian alettua keväällä 2020. Useimmiten vanhemmat siirtyivät osa-aikatyöhön, hoitamaan lapsiaan/lastaan kotona tai tulivat lomautetuksi. Alkuvuonna 2020 isien ja äitien kokopäivä työskentelyssä ei ollut suurta eroa, mutta loppuvuonna ero oli kasvanut hieman. Äidit olivat siirtyneet muun muassa uudelle äitiysvapaalle, opiskelijoiksi tai osa-aikatyöhön. Työssäkävivistä vanhemmista suurin osa siirtyi koronapandemian alettua etätöihin, mutta osa jatkoi työskentelyä ainoastaan työpaikalla. Äidit kävivät isiä enemmän työpaikalla töissä ja palasivat töihin isejä nopeammin. Äideistä isolla osalla työmäärä kasvoi keväällä 2020, mutta joillain myös pieneni. Koulutuksella ja ammattiasemalla oli iso merkitys vanhempien työtilanteen vaihtelevuuteen. Lastenhoidon ja ansiotyön yhdistämisen vanhemmat, etenkin äidit kokivat keväällä 2020 koronapandemian aikana selvästi hankalammaksi kuin ennen poikkeusoloja. Perhe-elämälle ja vanhemmuudella pienten lasten vanhemmat kokivat selvästi enemmän positiivisia kuin negatiivisia seurauksia. (Närvi & Lammi-Taskula, 2021.)

1.5 Tutkimuskysymykset

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena on selvittää työn ja perheen yhdistämisen muutoksia hyvinvoinnin näkökulmasta varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteiden aikana perheissä, joissa on noin 5-vuotias lapsi. Varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteiden aikana keväällä 2020 suositeltiin pitämään lapset mahdollisuuksien mukaan kotihoidossa ja useat työpaikat siirtyivät etätöihin. Ensimmäinen tutkimuskysymys tarkastelee muutoksia, joita varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteistä on seurannut työn ja lastenhoidon yhdistämiseen kotihoidon ja etätösuosituksen aikana. Toinen tutkimuskysymys tarkastelee seuraamuksia, joita lapsen kotihoitoon ja etätöihin jääminen on tuonut perheiden kokemaan hyvinvointiin.

Tutkimuskysymykset ovat:

1 Millaisia muutoksia etätyön ja lastenhoidon yhdistäminen on vanhempien kuvausten perusteella tuonut perheille sulkutoimenpiteiden aikana?

2 Mitä seuraamuksia lasten kotihoitoon jäämisellä sekä etätyöllä on ollut perheiden hyvinvoinnin kokemuksiin?

2 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

2.1 Tutkimusaineisto ja aineiston keruu

Varhaiskasvatus- ja koronahanke on toteutettu yhteistyössä Jyväskylän yliopiston ja terveyden- ja hyvinvoinnin laitoksen kanssa. Hanke koostui kahdesta osatutkimuksesta, joista ensimmäinen suuntautui varhaiskasvatuspalveluiden näkökulmaan ja toinen osatutkimus keskittyi 5- vuotiaiden lasten perheiden hyvinvointiin ja varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteisiin liittyviin asioihin koronapandemian aikana. Tämä tutkielma käsittelee aihetta toisesta osatutkimuksesta, jonka aineisto on kerätty kyselytutkimuksella noin 5- vuotiaiden lasten vanhemmilta. Tutkimusaineisto on kerätty verkkokyselyllä Webropol-ohjelmalla suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi marras-joulukuussa 2020. Vastausaikaa oli tammikuun 15. päivään 2021 asti.

Kyselykutsuja lähetettiin ympäri Suomea 8836 huoltajalle ja kohderyhmänä olivat noin 5-vuotiaiden lasten vanhemmat. Tutkimuksen otos koostui kahdesta osasta. Ensimmäisessä osassa kyselyyn valittiin kaupunkeja, joissa koronatartuntoja oli runsaasti sekä kaupunkeja, joissa tartuntojen määrä oli vähäinen. Pyrkimyksenä oli valita kuntia laajasti eri puolilta Suomea. Ensimmäisessä osassa kysely lähetettiin 7227 vanhemmalle, edustaen 4261 lasta. Toinen osa otoksesta muodostui CHILDCARE- tutkimushankkeen vuonna 2019 toteuttaman kyselytutkimuksen vastaajista, jotka olivat antaneet suostumuksensa jatkokyselyyn lähettämiseen. Otoksen vanhemmat edustivat 87 eri kuntaa. Näitä vanhempia oli yhteensä 1609, joilla yhteensä 1286 viisivuotiasta lasta. (Sulkanen, Alasuutari, Närvi & Lammi-Taskula, 2021.)

Kyselyyn vastasi yhteensä 1850 vanhempaa 1603 lapselta, vastausosuus oli 20,9 prosenttia. Vastaajat olivat keskimäärin 38- vuotiaita, tyypillisesti korkeakoulutettuja, vakituudessa ansiotyössä käyviä ja puolison sekä useamman lapsen kanssa asuvia. Vastaajista suurempi osuus oli äitejä (71,1 %) kuin isiä (28,5 %). Vastaajat asuivat 87 eri kunnassa ympäri Suomen. Ensimmäiset kyselykutsut lähetettiin vanhemmille marraskuun lopussa ja sen jälkeen muistutukset joulukuun alussa ja lopussa. Lisäksi toisen muistutuksen yhteydessä lähetettiin paperinen kyselylomake suomeksi. (Sulkanen ym., 2021.)

Kysely käsitteli vanhempien työtä, työn ja perheen yhteensovittamista, vanhemmuutta, 5- vuotiaan lapsen hoito- ja varhaiskasvatusjärjestelyjä, terveyttä ja kehitystä sekä koronapandemiaa. Kyselylomake koostui 14 vastausosiosta ja 93 kysymyksestä. Tämä kvalitatiivinen tutkielma pohjautuu kyselyn lopussa olevaan avoimeen kysymykseen 89: ”Voit halutessasi kertoa, mitä korona on merkinnyt perheellesi tai kommentoida muita tämän lomakkeen käsittelemiä asioita.” Tähän kysymykseen vastasi 562 huoltajaa.

2.2 Aineiston analyysi

Tämä kvalitatiivinen tutkielma on toteutettu aineistolähtöisellä teema-analyysillä. Laajasta käytöstä huolimatta teema-analyysi on vasta äskettäin alkanut saavuttaa arvostusta analyysimenetelmänä. Teema-analyysi on pohjimmiltaan menetelmä laadullisen aineiston tunnistamiseksi ja analysoimiseksi. Siitä lähtien, kun se nimettiin ensimmäisen kerran lähestymistavaksi 1970-luvulla, on siitä tehty useita erilaisia versioita. Jotkut rajaavat teema-analyysin fenomenologiseksi menetelmäksi, mutta Braun ja Clarke (2006) korostavat sen joustavuutta ja tunnistavat sen analyttiseksi menetelmäksi, jonka avulla pystytään tunnistamaan, analysoimaan ja raportoimaan rakenteita ja säännönmukaisuuksia tutkittavasta aineistosta, nämä säännönmukaisuudet muodostavat teemoja. He toteavat teema-analyysin olevan teoreettisesti joustava, koska kielen välisten yhteyksien etsiminen ja tutkiminen edellyttää sitä. Tämä tarkoittaa, että sitä voidaan soveltaa eri teoreettisissa viitekehyksissä. Teema-analyysi soveltuu monenlaisiin tutkimusintresseihin ja teoreettisiin näkökulmiin ja on hyödyllinen perusmenetelmänä, koska se toimii monenlaisten tutkimuskysymysten kanssa, sitä voidaan käyttää erityyppisten tietojen analysointiin toissijaisista lähteistä, kuten mediasta tai haastatteluista, se toimii suurten ja pienten tietokokonaisuuksien kanssa ja sitä voidaan soveltaa aineistopohjaisiin tai teorialähtöisiin analyysiin. (Braun & Clarke, 2006.)

Braun ja Clarke (2006) ovat esittäneet kuusi teema-analyysin vaihetta. Ensimmäinen vaihe on aineistoon tutustuminen, jossa aineistoa luetaan uudelleen ja uudelleen ja hahmotellaan alustavia koodeja. Toisessa vaiheessa aineisto koodataan. Kolmas vaihe on teemojen etsiminen, koodeista muodostetaan teemoja. Neljäs vaihe koostuu teemojen tarkistamisesta. Viidennessä vaiheessa teemoja nimetään ja selkiytetään. Kuudes vaihe on raportin tuottaminen. (Teräs & Toiviainen, 2014.)

Aineiston käsittelyssä käytettiin ATLAS.ti ohjelmaa. Ensimmäisessä analyysi vaiheessa luin aineiston läpi useampaan otteeseen, jolloin alustava tutkimusaihe ja tutkimuskysymykset alkoivat muodostua. Vastaukset rajattiin ja jaettiin etätyötä tekeviin vanhempiin, jotka pitivät lapsensa suositusten mukaisesti kotihoidossa. Vastauksessa täytyi tulla ilmi se, että vanhempi teki etätyötä ja lapset eivät osallistuneet varhaiskasvatukseen sulkutoimenpiteiden aikana. Subjekttiivisen hyvinvoinnin kokemukset kuten vanhempien jaksaminen ja voimavarat toistuivat aineistossa, joten lähestymistavaksi valikoitui hyvinvoinnin näkökulma. Seuraavassa vaiheessa rajatusta aineistosta nostettiin esiin pääteemoja, etsimällä vastauksista yhdistäviä tekijöitä ja samankaltaisuuksia. Aineistosta muodostettiin kaksi pääteemaa, jonka jälkeen tutkimustehtävää ja tutkimuskysymyksiä pystyttiin tarkentamaan. Analyysia jatkettiin tekemällä pääteemoista alaluokkia eli alateemoja, jotka vastaavat tutkimuskysymyksiin. Alateemoja muodostui yhteensä viisi. (KUVIO 1.)

Tutkimusaineiston analyysin eri vaiheissa pyrin kuvaamaan ja tiivistämään aineiston sisältöä sen alkuperäisessä muodossa, koska vastaukset perustuivat vastaajien kokemuksiin. Näin pyrin varmistamaan, ettei aineistosta häviä vastaajien sanoman ydin, vaan vastausten sisältö säilyy muuttumattomana. Tiivistämisen ja kuvauksen jälkeen etsin aineistosta merkityskokonaisuuksia. Vastaukset, jotka eivät vastanneet tutkimuskysymyksiin jätettiin tutkimuksen ulkopuolelle ja lopullinen vastausten määrä tässä tutkimuksessa oli 128. Analyysin ulkopuolelle jäivät vastaukset, jotka eivät vastanneet tutkimuskysymyksiin, käsitelivät muita koronapandemiaan liittyviä asioita, tai lapset olivat hoidossa kodin ulkopuolella kotihoito suosituksesta huolimatta. Tutkimusaineiston keräämiseen suunnattu kysymys ”Voit halutessasi kertoa, mitä korona on merkinnyt perheellesi tai kommentoida muita tämän lomakkeen asioita” on laajasti käsiteltävä ja se jättää tutkittavien kokemusten kerronnalle tilaa, eikä se ohjaa vastauksia mielipiteiden tai käsitysten tasolle. Kysymys kuitenkin rajaa vastaukset mahdollisesti koronapandemiaan ja sen merkityksiin. Aineiston monipuolisuuden ja laajuuden vuoksi teema-analyysin toteuttaminen ja aiheen rajaaminen oli haastavaa, mutta aineisto antoi kattavasti vastauksia tutkimuskysymyksiin.

2.3 Eettiset ratkaisut

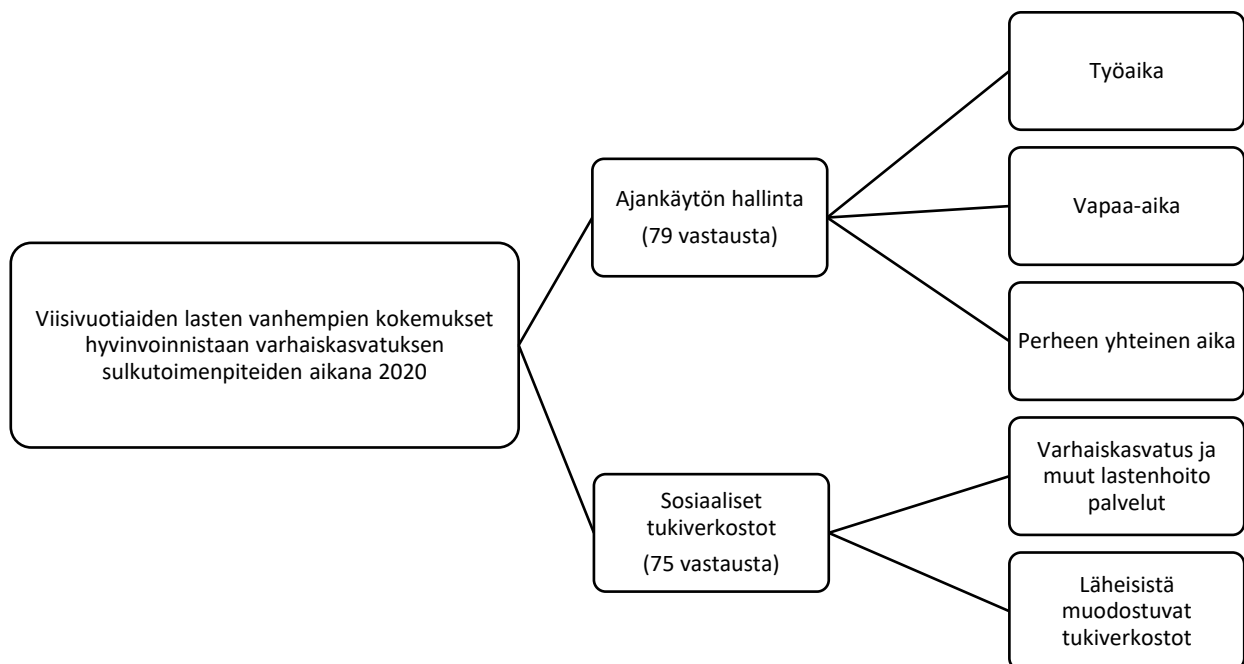
Varhaiskasvatus ja koronapandemia tutkimushankkeelle on annettu myönteinen eettinen ennakoarvio. Vastaajien henkilötietoja säilytetään Jyväskylän yliopiston tietojärjestelmässä tietoturvaohjeita noudattaen. Tutkimusaineisto arkistoidaan vuoden 2025 loppuun mennessä Tietoarkistoon anonymisoituna myöhempää opetus- ja tutkimuskäyttöä varten. Tämän tutkielman aineistossa ei ole käsitelty vastaajien henkilötietoja. Tutkielmassa käytetty osa-aineisto on saatu anonymisoituna ja aineisto on analysoitu tutkimussuunnitelmaan perustuen siten, ettei yksittäisen henkilön tiedot ilmene tuloksissa, eikä vastaajia pysty vastauksista tunnistamaan. Tämän tutkielman aineistoa on käsitelty huolellisesti salasanalla suojattuna ja ainoastaan tutkimustarkoitukseen. Tämän tutkielman osalta tutkimusaineisto siirretään Atlas.ti-tiedostona hankkeen s-asemalle koodauksineen.

Tutkimuksessa on toimittu yleisten eettisten periaatteiden mukaisesti kunnioittaen tutkittavien ihmisarvoa, yksityisyyttä ja itsemääräämisoikeutta, hyviä tieteellisiä käytäntöjä noudattaen. Aineiston vastaukset olivat vanhempien itse kirjoittamia, mikä lisää aineiston luotettavuutta kokemuksiin perustuvassa tutkimuksessa. Tutkimuksen osaan vastanneiden määrä oli hyvä kvalitatiiviseen tutkimukseen. Vastaukset koostuvat vanhempien henkilökohtaisista näkemyksistä ja kokemuksista, jolloin analyysi perustuu yksilöiden kuvauksiin ajasta keväällä 2020. Kyselyssä esitetty kysymys oli melko laaja, joten aineistoon sisältyi paljon erilaisia vastauksia, jotka eivät olleet tämän tutkielman kannalta merkittäviä. Aineistoa rajattiin vastauksiin, jotka vastasivat tämän tutkielman tutkimuskysymyksiin. Aineiston käsittelyssä käytin ATLAS.ti aineistonkäsittelyohjelmaa. Teema-analyysia tehdessä vastaukset säilytettiin alkuperäisessä muodossaan, jolloin vastaukset säilyivät muuttumattomina analyysin eri vaiheissa.

3 TULOKSET

Varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteistä johtuen työn ja lastenhoidon yhdistäminen poikkeusolojen aikana on tuonut muutoksia monien perheiden tavalliseen arkeen, jossa vanhemmat ovat töissä ja lapset koulussa tai varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatusikäiset lapset jäivät pääosin kotihoitoon, koululaiset kävivät koulua kotoa käsin ja vanhemmat tekivät työnsä mahdollisuuksien mukaan osittain tai kokonaan etänä. Näiden asioiden yhdistämisessä perheet ovat kohdanneet haasteita ja löytäneet erilaisia ratkaisuja sekä tapoja toimia. Useimmat vanhempien vastaukset liittyivät hyvinvointiin ja sen ulottuvuuksiin sekä siihen, minkälaisia seurauksia poikkeusolot ovat aiheuttaneet perheille. Hyvinvoinnin teeman ympärille muodostui vastausten perusteella kaksi pääteemaa, jotka ovat vaikuttaneet perheiden kokemaan hyvinvointiin tässä uudessa poikkeustilanteessa. Teemat ovat ajankäytön hallinta- ja sosiaaliset tukiverkostot hyvinvoinnin tukena. Osa vastauksista sisältyy useampaan teemaan ja teemat menevät osin päällekkäin. Pääteemat on jaettu viiteen alateemaan, jotka muodostuivat vanhempien antamista vastauksista. (KUVIO 1.)

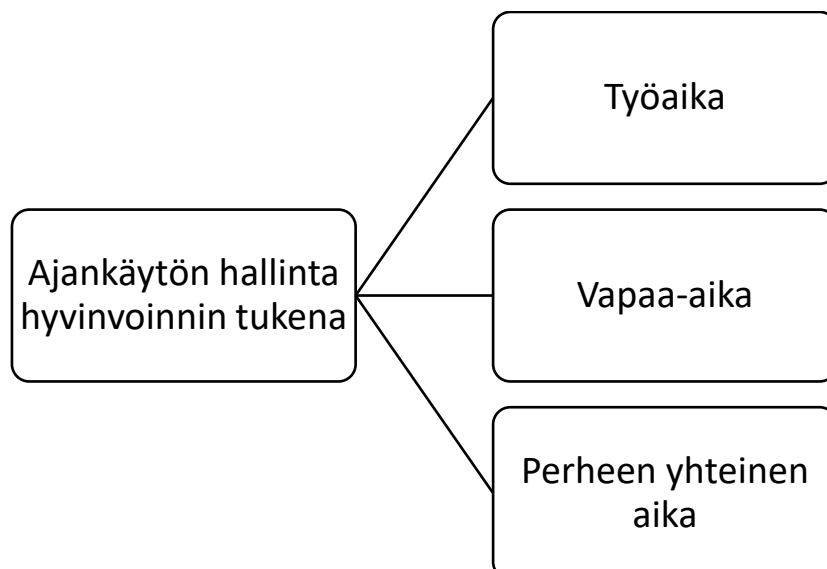
KUVIO 1. Aineistosta nousseet teemat



3.1 Ajankäytön hallinta hyvinvoinnin tukena

Vanhemmat olivat tehneet erilaisia ratkaisuja työn ja perheen yhteensovittamiseksi, useimmissa vastauksissa kuitenkin yhtälö koettiin kuormittavaksi. Aika perheissä jakautui eri tavoin, ja jaoin perheiden ajankäytön hallinnan aineistossa esiintyviin alateemoihin, (KUVIO 2.) joita ovat työaika, vapaa-aika ja perheen yhteinen aika. Suositus pitää lapset mahdollisuuksien mukaan kotihoidossa poikkeusolojen aikana on vanhempien kertomuksissa lisännyt työn ja perhe-elämän yhdistämiseen liittyviä haasteita. Vanhempien antamista vastauksista ilmeni, että poikkeusolojen aikana vanhemmilla on ollut vaikeaa ja positiivisia tunteita on voinut olla vaikea löytää, näin vanhempien voimavaroja on kulunut ja vanhemmat ovat kokeneet uupumusta, riittämättömyyttä ja yksinäisyyttä. Osa vanhemmista löysi poikkeusajasta myös myönteisiä muutoksia ja tunteita, esimerkiksi normaalisti kiireiseksi koettu arki on rauhoittunut ja perheen yhteinen aika lisääntynyt.

KUVIO 2. Ajankäytön hallinta poikkeusolojen aikana.



3.1.1 Työaika

Ajankäyttöön liittyvät haasteet tulivat esiin useassa vastauksessa. Etätöiden ja lasten hoidon yhdistäminen on kuormittanut ja lisännyt ajan riittämättömyyttä. Monissa perheissä oman työn ja varhaiskasvatusikäisen lapsen hoidon lisäksi vanhempien on täytynyt pitää vanhemmille lapsille kotikoulua. Vanhempien aika ei ole riittänyt omien töiden, etäkoulun ja varhaiskasvatusikäisten lasten hoitoon, jolloin arjesta selviytyminen on tuntunut monissa perheissä raskaalta ja lähes mahdottomalta. Tämän kaltaiset vastaukset olivat tyypillisiä ja toistuvia aineistossa.

”...Etänä, kotona vietetty koronakevät oli todella raskas... Kotikoulun pitäminen samalla, kun yritti jotenkin viihdyttää ja aktivoita 5-vuotiasta, ja samalla työtä ja työpaineita oli valtavasti (työnantaja myös odotti 100% työpanosta)...”

Osa vastanneista vanhemmista on saanut työnantajan puolesta joustoa ja ymmärrystä poikkeustilanteeseen, ja tämän myötä perheet ovat voineet tehdä helpottavia ratkaisuja arkeen, kuten pitää lomapäiviä tai muuttaa työaikaa tarpeen mukaan. Tämänkaltaiset järjestelyt olivat tavallisia vanhempien vastauksissa. Työnantajan joustavuus lisäsi vastausten perusteella arjen järjesteltävyyttä ja mahdollisuutta yhdistää lapsiperhe- ja työelämä sulkutoimenpiteiden aikana. Joustavuudella on koettu olevan myönteistä vaikutusta koettuun hyvinvointiin ja arjen sujumiseen.

”... työnantajan taholta tuli työaikojen suhteen joustoa ja itse pystyn yrittäjänä vaikuttamaan omiin työaikoihin. toinen vanhemmista teki töitä ns. ”aamuvuorossa” ja toinen ”iltavuorossa”.

Vastauksista ilmeni, että osa vanhemmista on kokenut työajan ja lastenhoidon järjestelyiden aiheuttaneet perheen sisäisiä ristiriitoja. Vanhempien välinen tasa-arvo on voinut ollut koetuksella ajankäytön jakautumisessa. Tämän tyyppisissä vastauksissa kuvailtiin usein, sitä miten toisen vanhemman on täytynyt joustaa ja mukautua enemmän poikkeustilanteessa ja toinen vanhempi on voinut esimerkiksi jatkaa töitä normaalisti kodin ulkopuolella. Stressi, uupumus sekä riittämättömyyden tunteet ovat lisänneet perheissä konfliktiherkkyttä useamman vastauksen mukaan.

”Hoitotyö jaettiin käytännössä puoliksi, joskin se vaati aika paljon "neuvottelua", kun aiemmin tasa-arvoisessa suhteessamme mies yhtäkkiä arvotti oman työnsä tärkeydessään omani yli. Onneksi työnantajalta löytyi koko kevään ymmärrystä siihen, että työtä tehtiin vajaalla teholla, mutta lopulta jäin 2 kuukaudeksi osa-aikaiseksi (80%), jotta kotityö ja perhe saatiin paremmin sovitettua yhteen ilman jatkuvaa riitelyä aiheesta.”

”Korona on merkinnyt perheellemme eriarvoistunutta asemaa vanhempien kesken: minä teen pelkästään etätöitä ja olen hoitanut enemmän kotiin ja lapseen liittyviä asioita, kun taas mieheni on jatkanut lähestulkoon normaalisti työelämässä ja työskentelee ainoastaan työpaikallaan. Minä olen kokenut tilanteen ahdistavampana ja masentavampana kuin puolisoni.”

Monet vastanneista vanhemmista kokivat riittämättömyyttä vanhempana ja työntekijänä. Vanhemmat kokivat lasten jäävän liikaa omilleen, kun vanhempien oli tehtävä töitä. Osa vastanneista vanhemmista oli huolissaan lapsensa kehityksestä. Myös työntekijänä koetaan syyllisyyttä, kun lastenhoidon lomassa on vaikeaa tehdä töitä täydellä tehokkuudella. Muutamissa vastauksissa käy ilmi, ettei työkavereilta tai työnantajalta ole saanut ymmärrystä haastavaan tilanteeseen työn ja lastenhoidon yhdistämisessä, joka on lisännyt kielteisiä emotionaalisia tunteita.

”Tein päiväkodin koronasulun aikana (7 viikkoa) kotona etätöitä ja samalla yritin auttaa etäkoulussa ja keksiä 5 vuotiaalle jotain puuhaa. Viimeistään iltapäivästä oli pakko lähteä ulos, joten työpäivän pituudeksi jäi useimmiten noin 6 tuntia. Oli riittämätön olo vanhempana sekä työntekijänä.”

”Kun lapset olivat keväällä kotona (5 ja 10v), oli erittäin stressaavaa yrittää olla samaan aikaan vanhempi ja hoitaa työt. Koin, että ammatillinen uskottavuuteni kärsi, kun hoidin lapsia palaverien aikaan. Lisäksi tuntui, että lapsettomat työkaverit eivät ymmärtäneet, miksi olin myöhässä/ei tavoitettavissa/jouduin poistumaan kesken palaverin.”

Omien menojen ja opiskeluiden vähentyminen ja viivästyminen ovat vaikuttaneet kielteisesti vanhempien mielialaan sekä aiheuttanut uupumusta. Tukiverkostojen puuttuminen sekä etätöiden ja lastenhoidon yhdistäminen ovat näkyneet myöhemmin uupumuksena sekä stressinä. Useassa vastauksessa todetaan 5- vuotiaan lapsen ruutuajan kasvaneen merkittävästi sulkutoimenpiteiden aikana. Vanhemmat ovat kokeneet syyllisyyttä siitä, että lapsilta on puuttunut aikataulut ja he ovat katsoneet paljon televisiota.

”Opiskeluun liittyvä työharjoitteluni on keskeytynyt kahdesti koronavirusasian takia keväällä ja kesällä 2020. Myös opintojen suorittaminen muutoin on viivästynyt. Tämä on vaikuttanut negatiivisesti mielialaan, aiheuttanut stressiä sekä vaikeuttanut taloudellista tilannetta...”

”ETÄTYÖ 5 V KANSSA EI OLE KOVIN LAADUSKASTA/TEHOKASTA JA ON SUORAAN VERRANNOLLINEN RUUTUAIKAAN.”

3.1.2 Vapaa-aika

Poikkeusolot vähensivät vanhempien mahdollisuuksia omaan vapaa-aikaan sekä omien ystäviensä kanssa olemiseen. Harrastustoimintaa ja sosiaalisia kontakteja rajoitettiin ja aika meni lasten hoidon ja työn yhdistämisen järjestämiseen. Etätöihin jääminen vähensi sosiaalisia kontakteja, joita moni vastanneista vanhemmista kaipaa. Useat vanhemmat kokivat perheen ulkopuolisten aikuisten kanssa vuorovaikutuksessa olemisen tärkeänä osana omaa hyvinvointia.

” kaipaen aivan valtavasti työkavereita, muita kavereita, omien vanhempieni tapaamista, juhlia ja muita sosiaalisia kokoontumisia.”

”..aikuiset kokevat heidän pienienkin (noin 1kerta/vko) harrastustensa olevan niin suuri virkistys että sellaisten pois jääminen on raskasta.”

Vastauksien perusteella monet kahden vanhemman perheet kokivat, että aika parisuhteelle on merkittävästi vähentynyt poikkeusolojen aikana. Siihen ovat vaikuttaneet esimerkiksi työaikaan ja lastenhoitoon liittyneet järjestelyt. Työ ja lapset täytyi laittaa monissa perheissä parisuhdeajan edelle. Töitä tehtiin esimerkiksi eri vuoroissa, joka on mahdollistanut työn ja lasten hoidon yhdistämisen. Perheet kokivat parisuhteelle haastavaksi myös sen, että lastenhoitoavun saaminen on ollut poikkeusolojen aikana haastavaa, jolloin aikaa parisuhteelle ilman lapsia oli vaikeaa järjestää.

”Koronan vuoksi vanhemmat eivät ole saaneet "hengähdystaukoa", koska lapset eivät ole olleet isovanhemmilla hoidossa/yökylässä koronan alkamisen jälkeen. Tämän vuoksi korona-aika tuntunut aina välillä raskaammalta. ”

”..Lastenhoitoavun (illat/ viikonloput) puute hiertää parisuhdetta kun vanhemmilla ei ole yhtään yhteistä aikaa.”

Työ- ja vapaa-aika limittyvät toisiinsa ja ajanhallinta kokonaisuutena on merkittävänä osana yksilön ja perheen kokemaa hyvinvointia. Aineistossa esiintyi eniten työaikaan liittyviä vastauksia. Työaikaan liittyvissä vastauksissa korostui enemmän ajankäytön muutoksiin liittyvät haasteet ja stressitekijät. Monissa vastauksissa työ- ja vapaa-ajan välinen tasapaino on ollut vaikeaa löytää poikkeusolojen aikana. Vanhemmat kertoivat vastauksissaan, työajan ja vapaa-ajan olevan vaikea erottaa toisistaan koko perheen ollessa kotona.

3.1.3 Perheen yhteinen aika

Vaikka koronapandemian kielteiset emotionaaliset seuraukset korostuivat vanhempien vastauksissa, vanhempien vastauksista oli löydettävissä myös myönteisiä muutoksia. Myönteisten muutosten kuvaaminen ei ollut vastauksissa yleistä, mutta tietyt myönteiset muutokset vanhempien kuvailuissa toistuivat. Yksi myönteisesti voimavaroihin vaikuttaneista tekijöistä kuvailtiin olevan arjen rauhoittuminen, perheen yhteisen ajan lisääntyminen sekä ylimääräisten sosiaalisten kontaktien väheneminen.

”Korona kevät oli yllättävän levollista aikaa. En kaipaa suurta laumaa ihmisiä ympärilleni. Arki muuttui rauhallisemmaksi kun lasten harrastukset loppuivat. ”

Useissa vastauksissa mainittiin etätöiden rauhoittaneen elämää ja vapauttaneen lisää aikaa vapaa-ajan viettoon. Etätöiden alettua työmatkat ovat jääneet pois ja päivässä on näin ollen ollut enemmän aikaa viettää perheen kanssa. Ennen työmatkoihin kulunut aika on sulkutoimenpiteiden aikana vapautunut muun muassa kotitöihin ja näin ollen vähentänyt vanhempien koettua stressiä.

”Etätöiden takia työmatkoihin ei tarvitse käyttää aikaa, joten säästän arkipäivisin n. pari tuntia aikaa. Tämä tuntuu ylellisyydeltä ja toivon koronan jälkeenkkin etätöiden olevan mahdollista säännöllisesti. Tämä jatkuva edestakaisin ramppaamisen vähentyminen on lisännyt omaa vitaalia

energiaani ja vähentänyt stressiä, siksi kun ehtii ja jaksaa hoitaa kotityöt, lastenhoidon, työn ja vapaa-ajan paremmin.”

Myönteisesti voimavaroihin ja hyvinvointiin vaikuttaneista asioista vanhemmat mainitsivat vastauksissa, että perheen lisääntynyt kotona vietetty aika on tuonut mahdollisuuksia viettää kiireetöntä aikaa enemmän oman perheen seurassa. Osa vastanneista kertoi yhteisen perheajan lisääntyessä, myös sisarusuhteiden lähentyneen ja vahvistuneen.

”Korona on tiivistänyt sisarusuhteita ja näin lisännyt lasten yhteisiä leikkejä merkittävästi. Mielikuvitusmatkoja (avaruus, hotelli, ulkomaat) on esimerkiksi lähes päivittäin. Perhe on tehnyt paljon enemmän yhteisiä retkiä (kävelen/pyöräillen) ja keksinyt yhdessä kotikylpylää, kotielokuvateatteria, kotiteatteria jne. Keväällä ei ollut aamuisin kiire kerhoon tai iltaisin harrastuksiin”

”..olen arvostanut lisääntynyttä aikaa perheen kanssa. Uskon, että lapsille on tehnyt hyvää saada olla paljon kotona vanhempien kanssa..”

”Korona merkitsi meille enemmän yhteistä aikaa ilman tiukkoja aikatauluja. Sisarusukset lähentyivät entisestään.”

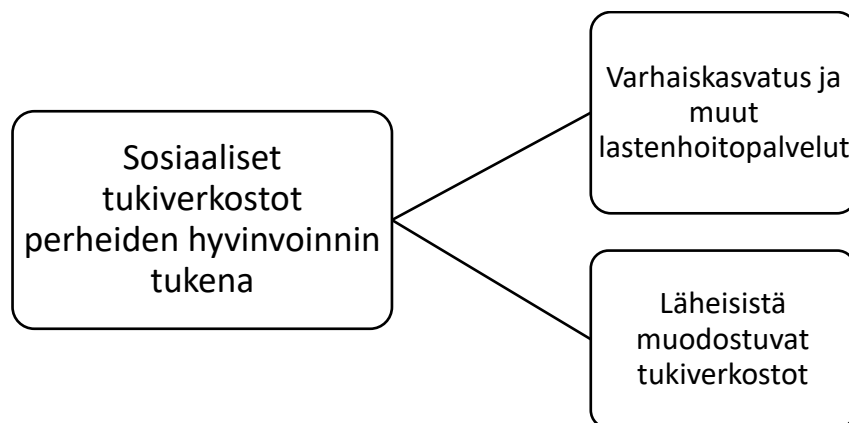
Vanhempien voimavarat ja jaksaminen on ollut koetuksella koronapandemian takia. Kielteiset emotionaaliset muutokset heijastuvat koko perheen hyvinvointiin ja jaksamiseen. Vastausten perusteella vanhemmat kaipasivat enemmän tukea arjessa selviytymiseen. Myönteiset emotionaaliset muutokset ovat auttaneet selviytymään arjessa ja lähentäneet perhesuhteita. Ajankäytön hallinta on ollut merkityksellisessä roolissa sulkutoimenpiteiden aikana. Vanhemmat ovat käyttäneet paljon aikaa arjen suunnitteluun ajankäytön suhteen. Ajanhallinnan haasteisiin on vaikuttanut myös perheen ulkopuoliset tekijät, kuten työntekijän joustamattomuus.

3.2 Sosiaaliset tukiverkostot perheiden hyvinvoinnin tukena

Sosiaaliset tukiverkostot ovat ihmisille ja perheille yksilöllisiä. Tässä tutkimuksessa tukiverkostot on jaettu teemoihin, jotka ovat: varhaiskasvatus ja muut lastenhoitopalvelut sekä läheisistä muodostuvat tukiverkostot. (KUVIO 3.) Vastaukset keskittyivät vanhempien tilanteeseen ja sosiaalisiin suhteisiin varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteiden aikana, lasten sosiaalisia suhteita vastauksissa kuvattiin vain harvoin. Muutamissa vastauksissa nousi kuitenkin esiin huoli lapsen sosiaalisesta kehityksestä sulkutoimenpiteiden aikana. Vanhemmat ovat tottuneet käyttämään tiettyjä tukiverkostoja lastenhoidon apuna, kuten isovanhempien ja muiden läheisten apua, varhaiskasvatusta tai muita lastenhoitopalveluita. Nämä edellä mainitut tukiverkostot olivat kuitenkin poikkeusolojen takia vaikeasti käytettävissä tai kokonaan pois käytöstä ja tämän vuoksi perheet joutuivat keksimään uusia ratkaisuja. Kevään 2020 aikana suositeltiin välttämään sosiaalisia kontakteja, jolloin läheisistä ihmissuhteista koostuvat tukiverkostot vähenivät tai loppuivat monissa perheissä kokonaan. Aineiston vastauksissa ilmenee, että monet perheet ovat kokeneet tukiverkostojen vähentymisen raskaana ja kuormittavana. Lastenhoitoavun tarve korostui tämän teeman vastauksissa.

”Tukiverkoston lastenhoitoapu on loppunut koronan myötä.”

KUVIO 3. Perheiden tukiverkostot.



3.2.2 Varhaiskasvatus ja muut lastenhoitopalvelut

Normaaleista oloista poiketen varhaiskasvatus ei ole toiminut perheiden tukena arjessa, koska koronapandemian johdosta suositeltiin lasten kotiin jäämistä. Varhaiskasvatuksella pyrittiin turvaamaan vain yhteiskunnan kannalta kriittisillä aloilla työskentelevien perheiden lastenhoito. Perheet ovat kotihoitosuosituksen aikana kaivanneet erilaisia tukiverkostoja ja apua lastenhoitoon. Muutamissa vastauksissa mainittiin yksityiset lastenhoitopalvelut, joiden todettiin olevan melko hintavia tai muuten hankalasti tavoitettavissa esimerkiksi syrjäisen asuinsijainnin vuoksi. Usein näistä syistä perheillä ei vastausten perusteella ole ollut mahdollisuutta käyttää yksityisiä lastenhoitopalveluita apukeinona arjessaan.

”Korona on eräällä tavalla vaikeuttanut meidän elämää, koska tukiverkostomme on erittäin ohut ja lapsi on ainoastaan meidän kanssa kun päivähoito on ollut kiinni koronan vuoksi. Samalla yksityisten hoitajien palkkaaminen on melkein mahdottomuus asuinpaikamme syrjäisyyden vuoksi.”

”Välillä olisi kaivannut matalan kynnyksen kotiapua lastenhoidossa kun etätyöpäivä oli pitkä, mutta yritysten palvelut melko kalliita.”

Varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteet ovat tuntuneet liian kuormittavilta ja sen vaikutukset vanhempien työn tekoon sekä opiskeluun ovat olleet merkittävät. Osa vastanneista mainitsi, ettei olisi enää toistamiseen valmis ottamaan lasta pois varhaiskasvatuksesta, jos kotihoitosuositus toistuisi. Useissa vastauksissa toivottiin, ettei toista kertaa jouduttaisi tilanteeseen, jossa varhaiskasvatuspalvelut suljetaan. Varhaiskasvatuksen merkitys nähtiin tärkeänä sekä lapsen kehityksen kannalta, että vanhempien töiden ja opiskelujen mahdollistajana. Myös osa vastanneiden lapsista on oireillut kotihoitoon jäämisen vuoksi muun muassa taantumalla. Useat vastanneet eivät olisi toista kertaa valmiita samankaltaisiin lastenhoitojärjestelyihin kuin keväällä 2020, vaan pitäisivät lapset suosituksista huolimatta varhaiskasvatuksessa.

”Toivon toki, että jatkossa päivähoito pidettäisiin mahdollisimman pitkään auki, sillä varhaiskasvatus on erittäin tärkeää.”

”Jälkeen päin ajateltuna olisi pitänyt pitää lapsi päivähoidossa koko koronakevään ajan. Siitä ajasta on helvetilliset muistot: lapsi oireili taantumalla, kaksi aikuista teki öisin työtä kun päivällä hoidettiin varhaiskasvatus ja kouluopetus.”

”... Olen siis sitä mieltä, että vanhemmille tulee antaa mahdollisuus valita vievätkö he lapsensa hoitoon vai ei, vaikka pandemia tässä vielä lähtisi pahemmin jylläämään..”

Muutamissa vastauksissa mainittiin huoli lapsen sosiaalisten suhteiden vähentymisestä varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteiden aikana. Lapset kaipasivat ystäviään päiväkodissa ja vanhemmilla ei ole ollut mahdollisuuksia tarjota lapsille riittävästi sosiaalisiakontakteja rajoitusten aikana. Tämän kaltaiset vastaukset lasten sosiaalisten kontaktien vähyydestä olivat vain satunnaisia.

”Lapsen elinpiirin kaventuminen ja muiden lasten seuran puute huolettavat tilanteessa eniten. Toivomme, että lapsi pääsisi pian palaamaan päivähoitoon.”

”Myös lapsissa alkui näkyä jatkuva kotona oleminen ja he eivät saaneet yhtä paljon sosiaalisia virikkeitä kuin päiväkodissa ollessaan. Tytöt nauttivat todella paljon päiväkodissa olemisesta.”

Varhaiskasvatukselta sulkutoimenpiteiden aikana osa vastanneista olisi toivonut aktiivisempaa yhteydenpitoa perheisiin ja lapsiin. Varhaiskasvatuspalvelujen järjestäminen etänä ja yhteydenpito perheiden ja päiväkodin välillä on ollut vastauksien mukaan heikkoa tai sitä ei ole ollut. Varhaiskasvatuksen toimintatapoja käsittelevät vastaukset eivät olleet kuitenkaan aineistossa tyypillisiä.

”..5-VUOTIAAN PÄIVÄKODISTA EI TOSIN PIDETTY MITENKÄÄN YHTEYTTÄ, ENKÄ ITSE SITÄ SIINÄ KOHTAA OSANNUT PYYTÄÄ. JATKUVAT HENKILÖSTÖMUUTOKSET EHKÄ RASITTEENA? ITSELLE/ LAPSELLE NE AINAKIN AIHEUTTIVAT LUOTTAMUSPULAA, KUN JATKUVUUTTA EI OLLUT”

Varhaiskasvatuksen ja yksityisten lastenhoitopalveluiden puute keväällä 2020 on kuormittanut ja haastanut vanhempien opiskelua sekä työssäkäyntiä. Muutos lastenhoidossa on aiheuttanut hankaluuksia arjen järjesteltävyyteen. Vastanneet vanhemmat toivoivat yksityisiltä

lastenhoitopalveluilta edullisempia hintoja ja parempaa saavutettavuutta. Varhaiskasvatuksen osalta vastanneet toivoivat ettei päiväkotija enää laitettaisi kiinni tai vastaavanlainen kotihoitosuositus toistuisi. Varhaiskasvatus nähdään merkityksellisenä ja osa vanhemmista oli myös huolissaan lapsensa hyvinvoinnista kotihoitoa alettua. Vastausten perusteella vanhemmat kokivat sulkutilanteen haastavimmaksi omalle hyvinvoinnilleen. Varhaiskasvatuksen tärkeys on vastauten perusteella korostunut monissa perheissä sulkutoimenpiteiden aikana.

3.2.3 Läheisistä muodostuvat tukiverkostot

Monet perheet ovat tottuneet hyödyntämään isovanhempia lastenhoidon apuna, mutta poikkeusolojen takia näin ei ole voinut enää tehdä, jos isovanhemmat kuuluvat riskiryhmään tai sosiaalisia kontakteja on muuten rajoitettu suositusten mukaisesti. Isovanhempien merkitys tukiverkostona ilmeni useissa vastauksissa. Isovanhempien lastenhoitoapua pidettiin vastauksien perusteella tärkeimpänä tukena lapsiperheen arjessa. Vanhemmat ja lapset ovat kokeneet tämän yhtenä raskaimmista asioista koronapandemiaan liittyen. Vanhemmat tuovat ilmi vastauksissaan, että lapset sekä vanhemmat itse kaipaavat isovanhempien seuraa ja tukea.

”Suurin muutos koronaa edeltäneeseen aikaan on ollut perheen ulkopuolisten kontaktien radikaali väheneminen, erityisesti riskiryhmään kuuluvia isovanhempia ei ole ollut mukana perheen arjessa. Sillä on ollut vaikutusta koko perheeseen, ja myös poistanut mahdollisuuden viedä lapset vähäksi aikaa hoitoon mummilaan, mikä on vaikeuttanut työntekoani. Lapset kaipaavat sukulaisiaan, harrastuksiaan ja kyläilyreissuja, aikuiset samoin. Viihdymme kotona, mutta liika on liikaa.”

”Etänä, kotona vietetty koronakevät oli todella raskas, kun normaali, isovanhemmista koostuva turvaverkko ja lastenhoitoapu jäi täysin pois (isovanhemmat ikänsä puolesta riskiryhmää).”

”Riskiryhmien huomioiminen ja tapaamisten rajoittaminen on vähentänyt isovanhempien ja lapsen yhtistä aikaa. se on erittäin surullista kaikille.”

Vanhempien vastauksissa toistuivat tyypillisesti se, että kaikkien tukiverkostojen väheneminen on hankaloittanut perheiden arkea huomattavasti. Rajoittunut mahdollisuus käyttää totuttuja tukiverkostoja on kuormittanut erityisesti vanhempia, mutta aiheuttanut surua myös lapsille ja isovanhemmille. Varhaiskasvatuksesta, kerhoista, isovanhemmista ja muista läheisistä muodostuva

tukiverkostojen on koettu antavan voimavaroja vanhemmille ja tärkeitä sosiaalisia kontakteja lapselle kodinulkopuolella.

”Hoito verkostot ovat pienentyneet, voimavarat siksi osittain vähentyneet. Sosiaalisten verkostojen voimauttava tuki on liian vähäistä, ystävien näkeminen ja kerhot antavat paljon voimia lapsiperheen arjessa. Taas pitäisi näitä rajoittaa ja se kuormittaa paljon, kun on yksin kotona lasten kanssa suurimman osan lasten hereillä olo ajasta.”

Lähikontaktein vähentyminen ja tuttavien vähentynyt näkeminen on aiheuttanut yksinäisyyttä varsinkin kahdestaan lapsen kanssa asuville, jolloin kotona ei ole aikuistaseuraa. Etätyöt ja yksin työskentely on aiheuttanut yksinäisyyttä, kun aikuiset eivät ole päässeet työskentelemään fyysisesti muiden kanssa, jolloin kodinulkopuoliset sosiaaliset kontaktit ovat vähentyneet tai loppuneet kokonaan.

”Kahdestaan lapsen kanssa asuvana korona on lisännyt yksinäisyyttä. Vaikka ystävät on etäyhteydessä ja esim.puhelimessa, niin lähikontakteja on vähän. Minulla ei ole turvaverkkoa ja vähäininkin avunsaanti on jäänyt, koska ihmiset eivät uskalla tulla meille koronan takia ja siksi joudun ahertamaan kaiken nyt täysin yksin.”

”...Koen olevani myös todella yksinäinen, kun en saa muiden aikuisten seuraa päivisin”

Osa perheistä kertoi vastauksissaan kehittäneensä uusia lastenhoitojärjestelyitä vanhojen totuttujen tukiverkostojen tilalle. Naapuruston ja ystävien kanssa on toteutettu lastenhoitoa yhdessä sulkutoimenpiteiden aikana, mikä on koettu hyväksi ja toimivaksi ratkaisuksi kaikille osapuolille. Tämän kaltaiset järjestelyt ovat mahdollistaneet vanhemmille aikaa ilman lapsia. Suurin osa vastauksissa käsitteli tukiverkostojen puuttumiseen ja kaventumiseen liittyviä haasteita ja vain muutamissa vastauksissa ilmeni, että oli kehitelty uusia ratkaisuja lastenhoitoon liittyen.

”Olemme lyöttäytyneet yhteen naapuruston muiden lapsiperheiden aikana ja se on ollut merkittävä apu. Maaliskuusta asti olemme hoitaneet viikottain toistemme lapsia 2,5h viikossa ja saaneet saman

verran kahdenkeskistä aikaa puolison kanssa. Lisäksi meillä on nykyään ruuanlaittovuoro joten korona-aika toi paljon hyvää.”

”Järjestimme keväällä lastenhoidon yhdessä naapureiden kanssa ns. koronakuplassa. Kokemus kolmen 3-5-vuotiaan hoitamisesta neljän aikuisen kesken vuoroissa oli rankka, mutta toimi hienosti ja lapset saivat arvokasta aikaa keskenään.”

Perheiden tukiverkostoissa on tapahtunut sulkutoimenpiteiden aikana merkittäviä muutoksia, joilla on ollut seuraamuksia vanhempien ja lasten hyvinvointiin. Läheisistä muodostuvien tukiverkostojen väheneminen keväällä 2020 on aiheuttanut perheille ja heidän läheisilleen surua sekä yksinäisyyttä. Vanhemmat sekä lapset ovat kaivanneet läheisistä muodostuvia tukiverkostojaan paljon rajoitusten aikana. Tukiverkostojen väheneminen on hankaloittanut myös useissa vastauksissa arjen järjesteltävyyttä ja sujuvuutta. Osa vastanneista paikkasi puuttuvia tukiverkostoja uusilla toimintatavoilla, kuten jakaen naapureiden kanssa yhdessä lastenhoitovuoroja.

4 Pohdinta

Tutkielmassa tarkasteltiin kevään 2020 varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteiden vuoksi aiheutuneita muutoksia vanhempien arjessa lasten kotihoitoon ja etätöiden yhteensovittamisen aikana. Tutkielma pyrki selvittämään, millaisia seuraamuksia lasten kotihoitoon jäämiseen liittyvillä muutoksilla on koettu olevan perheiden hyvinvoinnin kokemuksiin. Tuloksissa selvisi, että sulkutoimenpiteistä on aiheutunut muutoksia perheiden arjen järjesteltävyyteen, kuten ajankäytön hallintaan ja sosiaalisiin tukiverkostoihin. Muutokset arjessa ovat vaikuttaneet perheissä vanhempien vastausten mukaan sekä myönteisesti että kielteisesti riippuen yksilön subjektiivisesta kokemuksesta. Vastauksissa kuitenkin korostui koronapandemiasta aiheutuneet kielteiset muutokset ja näin ollen myös tuloksissa korostuivat vanhempien kokemukset kielteisistä seurauksista. Tutkielman aineistolla ja analyysillä pystyttiin vastaamaan esitettyihin tutkimuskysymyksiin.

Ajanhallinta ja tasapainon löytäminen on ollut haastavaa perheen ja työn välillä ja se on lisännyt useiden vastaajien kuormitusta. Ongelmat ajankäytössä asettavat haasteita perheiden kokemalle hyvinvoinnille (Lammi-Taskula & Salmi, 2009.) Vanhemmat kokivat ajan riittämättömyyttä omien

töiden, etäkoulun ja lasten päivähoiton järjestämisessä. Toisaalta työmatkojen jäätyä pois, osa vastanneista koki sen lisännen merkittävästi perheen kanssa vietettävää yhteistä aikaa. Työnantajan joustavuus on helpottanut ajankäytönhallintaa ja arjen järjesteltävyyttä. Vanhemmat ovat kokeneet ristiriitoja ja epätasa-arvoa työn ja lastenhoidon järjestelyissä. Ajankäytön hallinnan teema ylittää Allardtin (1976) hyvinvointiteorian kaikille kolmelle hyvinvoinnin ulottuvuudelle. Etätöiden vähentäessä sosiaalisia suhteita työpaikolla ja harrastuksissa *Loving*-ulottuvuus on menettänyt yhden tärkeän osatekijänsä ja näin ollen vaikuttanut koettuun hyvinvointiin. Yksilön päätäntävaltaan ja osallistumisen mahdollisuuksiin ovat vaikuttaneet sulkutoimenpiteiden aikana tehdyt rajoitukset, jotka ovat keskeisiä *Being*-ulottuvuudella. Vanhemmat ovat saattaneet joutua vähentämään opiskelua ja työaikaansa, jotta työn ja lastenhoidon yhdistäminen on saatu onnistumaan, mikä on vaikuttanut muun muassa vanhempien toimeentuloon, joka on osa *Having*-ulottuvuutta. (Allardt, 1976.)

Varhaiskasvatuksen auki pitämisellä turvattiin kriittisillä aloilla työskentelevien vanhempien työssä käynti, joten suuri osa vanhemmista piti lapsensa kotihoidossa. (Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2020.) Varhaiskasvatuksen sulkutoimenpiteet keväällä 2020 on koetellut perheiden jaksamista ja vastanneet vanhemmat toivoivat, että päiväkodit pysyisivät vastaavanlaisissa tilanteissa toiminnassa. Varhaiskasvatuksella edistetään lapsen hyvinvointia ja terveyttä sekä tuetaan lapsen kehitystä ja oppimista (Kekkonen, 2014). Osassa vastauksissa vanhemmat kertoivat lastensa oireilleen kotihoidon aikana ja kaivanneen paljon ystäviään. Vanhemmat eivät pystyneet muutaman vastauksen mukaan tarjoamaan lapsilleen riittävästi sosiaalisia kontakteja ja virikkeitä. Kotihoitoon jäämisellä on tulosten perusteella ollut vaikutuksia sekä lasten että vanhempien hyvinvointiin ja jaksamiseen. Olisi tärkeää vastaavanlaisissa tilanteissa turvata perheiden hyvinvointi tarjoamalla varhaiskasvatusta sitä tarvitseville ja kehittää etävarhaiskasvatuksen toimintatapoja, jolloin perheet eivät kokisi jäävänsä yksin haasteidensa kanssa.

Keskeinen osa yksilön hyvinvointia useiden teorioiden mukaan on sosiaaliset suhteet, kuten ystävät, perheenjäsenet, työkaverit ja muut yhteisöt. Ihmisellä on luontainen tarve kuulua johonkin ja yhteen kuulumisen kokemus lisää elämän merkityksellisyyttä. (Bardy, 2009.) Koronapandemian aikana perheiden elinpiiri on kaventunut merkittävästi ja sosiaaliset suhteet ovat monissa kertomuksissa rajautuneet ydinperheeseen. Myös isovanhempien tuoma tukiverkosto on vähentynyt tai loppunut kokonaan poikkeusolojen aikana. Erityisesti vanhemmilla on ollut yksinjäämisen ja yksinäisyyden tunteita etätöiden, lomautusten sekä lasten hoidon ja opetuksen järjestämisen vuoksi. Annettujen vastausten perusteella vain pieni osa vanhemmista on huolissaan lapsiensa sosiaalisista suhteista, mutta monet ovat huolissaan lapsen jäämisestä yksin vanhempien hoitaessa työvelvollisuuksiaan.

Harrastustoiminnan loppuminen ja etäopetukseen siirtyminen esiintyy vanhempien vastauksissa arkea haastavana. Vanhempien omat sosiaaliset kontaktit perheen ulkopuolella ovat vähentyneet, jonka on koettu vaikuttavan voimavaroihin ja jaksamiseen. Muiden aikuisten seura harrastuksissa ja työpaikalla koetaan usein tärkeäksi koetun hyvinvoinnin kannalta (Bardy, 2009). Etätyön ja lastenhoidon yhdistäminen on tuonut myös haasteita parisuhteelle, vanhempien on ollut haastavaa järjestää aikaa toisilleen. Myönteisesti hyvinvointiin on vaikuttanut perheen yhteisen ajan lisääntyminen, ylimääräisten sosiaalisten kontaktien vähentyminen ja arjen rauhoittuminen.

Allardtin hyvinvointiteorian *Loving* -ulottuvuudella viitataan ihmisen käsityksiin sosiaalisista suhteista, kuten ystävästä, perheestä ja yhteisöistä. Näillä käsityksillä on suora yhteys ihmisen koettuun hyvinvointiin ja ilman sosiaalisia suhteita hyvinvointi ei ole kokonaisvaltaista. (Bardy, 2009.) Myös Seligmanin (2011) PERMA-teoriassa yksi viidestä osatekijästä on *relationship* eli ihmissuhteet. Sosiaalista tukea ja arvostetuksi- ja rakastetuksi tulemistä on pidetty yhtenä tärkeimmistä hyvinvoinnin osatekijöistä kaikkina aikoina ja kaikissa kulttuureissa. (Khaw & Kern, 2015.) Molemmissa teorioissa ihmissuhteet ja sosiaalinen tuki ovat yksi hyvinvoinnin tärkeimmistä tekijöistä, jota ei voi jättää huomioimatta. Sosiaalisen tuen puute koronapandemian aikana on useimmissa vanhempien vastauksissa heikentänyt vanhempien sekä lasten hyvinvointia. Etenkin jos perheessä on koululaisia sekä varhaiskasvatukseen lapsia, pienemmät ovat jääneet vanhempien kokemuksen mukaan vaille huomiota vanhemman etätyön ja koululaisten etäopetuksen vuoksi. Vanhemmat kertovat tämän vuoksi muun muassa ruutuajan lisääntyneen 5- vuotiailla lapsillaan. Vastauksissa kuvaillaan tukiverkoston ja lastenhoitoavun muutosta, koska apua on ollut vaikea saada ja vanhemmat ovat kokeneet jääneensä yksin.

Pohjoismaiseen hyvinvointitutkimukseen on vakiintunut resurssiperustainen näkökulma, jossa hyvinvointi rinnastetaan yksilön resurssien hallintaan. Resurssit nähdään välineinä, joilla ihmiset tietoisesti ohjaavat elämänsä kulkua. Voimavarojen avulla yksilö kykenee tekemään elämäänsä koskevia päätöksiä sekä valintoja. Väestötasolla alaikäisten lasten vanhempien kokema huoli omasta jaksamisesta on yleistä. Huolen taustalla on monia tekijöitä, jotka voivat liittyä esimerkiksi toimeentuloon, työnkuormittavuuteen, parisuhteeseen tai ruuhkavuosiin liittyviin valintoihin. (Lammi-Taskula & Salmi, 2009.) Vanhempien vastauksissa mainittiin toistuvasti poikkeusolojen kuormittaneen lapsiperhearkea entisestään. Monissa vastauksissa vanhemmat kertovat uupumuksesta sekä riittämättömyydestä ja yksinäisyydestä. Koronapandemia on lisännyt useiden vanhempien huolta tulevasta ja aiheuttanut epävarmuutta. *Having*- ulottuvuus Allardtin teoriassa käsittelee elinoloja, kuten työllisyyttä, toimeentuloa, koulutusta ja terveyttä (Bardy, 2009). Poikkeusolot ovat vaikuttaneet näihin kaikkiin elinoloihin liittyviin osatekijöihin. Monien vanhempien voimavarat ovat

olleet koetuksella ja tuloksista käy ilmi, että vanhemmat ovat vain koettaneet selviytyä arjestaan. Omiin elinoloihin on jouduttu keksimään myös poikkeuksellisia ratkaisuja, joilla arki on jollakin tavalla mahdollistunut.

Tuloksissa käy ilmi, että useat vastanneista ovat kärsineet uupumuksesta sekä riittämättömyyden tunteista keväällä 2020. Uupumuksella tarkoitetaan tilaa, jossa yksilö kokee päivittäisten askareiden tai vaatimusten ylittävän omat voimavarat, mikä voi johtaa stressiin tai psyykkiseen kuormitukseen. Kokemukset yksinäisyydestä, syyllisyydestä ja häpeästä ovat yleisiä uupumukselle. Vanhemmuuden uupumuksella saattaa olla negatiivisia seurauksia koko perheelle, myös lapsille. (Mikolajczak & Roskam, 2018.) PERMA-teoriassa myönteisillä tunteilla voidaan lisätä yksilön voimavaroja ja laajentaa toimintamalleja (Khaw & Kern, 2015). Myönteisiä tunteita vastaukset käsittelivät vain harvoin ja niiden puuttumisella sulkutoimenpiteiden aikana on suuri merkitys hyvinvointiin. Myönteisiä muutoksia osa vanhemmista olivat kuvanneet vastauksissa perheen yhteisen ajan lisääntymisenä ja elämän kokonaisvaltaisena rauhoittumisena. Jos poikkeusajasta on pystynyt löytämään myönteisiä asioita, sen vaikutukset hyvinvointiin ovat merkittäviä.

Koska hyvinvointi on kokonaisuus, esimerkiksi Allardtin teorian mukaan hyvinvointi koostuu kolmesta ulottuvuudesta ja kaikkia hyvinvoinnin ulottuvuuksia tarvitaan subjektiiviseen hyvinvoinnin kokemukseen. Aineiston vastausten perusteella lähes jokainen vastaaja on joutunut koronapandemian aikana luopumaan jostain hyvinvoinnin ulottuvuudesta joko kokonaan tai osittain. Näiden ulottuvuuksien pois jäämisellä on kielteisiä seuraamuksia yksilön hyvinvointiin kokonaisuutena. Myös Seligmanin (2011) PERMA- teoriassa hyvinvointi koostuu viidestä eri osatekijästä, joista jokainen edistää hyvinvointia omalta osaltaan ja jos jokin osatekijästä puuttuu tai on vajavainen, sillä on suoraan vaikutus koettuun hyvinvointiin (Khaw & Kern, 2015). Tutkielmassa käytetty aineisto pohjautuu yksilöiden kokemuksiin, eikä niiden perusteella voida tehdä suoria johtopäätöksiä tai yleistyksiä, koska jokaisella vastaajalla on oma subjektiivinen kokemuksena. Tutkielman tulokset vahvistivat aiemmin tehtyä tutkimusta siitä, että jonkin hyvinvoinnin ulottuvuuden puutteellisuus merkitsee muutosta yksilön koettuun hyvinvointiin. Aiemman tutkimuksen ja aineiston vastausten perusteella voidaan sanoa, että poikkeusolojen muutoksista johtuvat seuraukset ovat horjuttaneet monissa perheissä yksilöiden koettua hyvinvointia, eikä ilman kaikkia hyvinvoinnin ulottuvuuden osa-alueita voida ylläpitää hyvinvointia pitkällä aikavälillä.

Tämän tutkielman vahvuutena voidaan pitää aineiston vastauksia, jotka olivat vanhempien itse kirjoittamia, mikä lisää aineiston luotettavuutta kokemuksiin perustuvassa tutkimuksessa. Tutkielma

perustuu yksilöiden kuvauksiin kevästä 2020, koska vastaukset olivat vanhempien henkilökohtaisia näkemyksiä. Yksilöiden subjektiivisten kokemusten tulkitseminen on vaikeaa eikä niistä voida tehdä yleistyksiä, koska ne ovat jokaisen vastaajan henkilökohtaisia kokemuksia. Tulosten perusteella on kuitenkin selvää, että sulkutoimenpiteet ja etätyöt ovat aiheuttaneet monenlaisia muutoksia perheiden arkeen ja sillä on ollut vaikutusta yksilöiden kokemaan hyvinvointiin kokonaisuutena. Samankaltaisten vastausten toistuminen aineistossa voi johtaa helposti yleistysten tekemiseen, tulee kuitenkin pitää mielessä, että vastaukset ovat subjektiivisia kokemuksia poikkeusajasta. Vastausmäärä avoimeen kysymykseen oli hyvä ja vastauksia oli riittävän paljon, jotta niiden pohjalta pystyi tekemään kattavan analyysin. Kyselyssä esitetty kysymys oli melko laaja, joten aineistoon sisältyi paljon erilaisia vastauksia, jotka eivät olleet tämän tutkielman kannalta merkittäviä.

Jatkotutkimusaiheena olisi tärkeää tutkia, miten perheet ovat saaneet hyvinvointia kohennettua sekä millaisia vaikutuksia 2020 keväällä on ollut lapsien tai vanhempien hyvinvointiin pidemmällä aikavälillä. Tutkimusta tulisi tehdä varhaiskasvatuksen toimintatavoista poikkeusolojen aikana muun muassa siitä miten varhaiskasvatus on pitänyt yhteyttä perheisiin ja millaista varhaiskasvatusta on tarjottu perheille sulkutoimenpiteiden aikana. Lisäksi olisi mielenkiintoista tietää tehdä, mitä uusia ratkaisuja arkeensa perheet ovat tehneet kevään 2020 jälkeen ja onko poikkeusajasta jäänyt perheille jotain hyvää. Vastaavissa tilanteissa tulisi varmistaa, että perheet saavat tarvitsemaansa tukea ja apua. Varhaiskasvatuspalvelut ovat iso osa vanhempien ja lasten tasapainoista hyvinvointia tukevaa arkea. Lapsiperheiden palveluita, kuten varhaiskasvatusta tulisi rajoittaa viimeisenä vaihtoehtona kriisitilanteessa. Varhaiskasvatuksen etätoimintamalleja tulisi kehittää ja yhtenäistää päiväkotien ja kaupunkien välillä, jolloin perheillä olisi samanlaiset mahdollisuudet varhaiskasvatukseen asuinpaikasta riippumatta vastaavanlaisissa tilanteissa tulevaisuudessa.

Lähteet

- Aaltonen, S., Kivijärvi, A., & Myllylä, M. (2019). Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten aikuisten koettu hyvinvointi. *Yhteiskuntapolitiikka*, 84. Haettu https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137076/YP1903_Aaltonenym.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Allardt, E. (1976). *Hyvinvoinnin ulottuvuuksia*. Helsinki: WSOY.
- Bardy, M. (2009). *Hyvinvoinnin ulottuvuudet – perheen ja yhteiskunnan suhteissa*. Lapsiperheiden hyvinvointi (s.227-240). Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Haettu <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80047/0e6f5676-9ccf-4490-8496-45c7b3acce5f.pdf?sequence=1&isAllowed=y#page=227>
- Belzunegui-Eraso, A., & Erro- Graces, A. (2020). Teleworking in the context of the covid-19 crisis. *Sustainability*, 12. Haettu <https://www.mdpi.com/2071-1050/12/9/3662/htm>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77–101. Haettu <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1191/1478088706qp063oa>
- Danielsbacka, M., Hämäläinen, H., & Tanskanen, A. (2020). *Suomalainen auttaminen – Tukiverkostot suurten ikäluokkien ja heidän lastensa elämässä*. Gaudeamus.
- Eduskunta. (2020, maaliskuu). Valmiuslain käyttöönottoaminen korona-aikana. [Eduskunta] Haettu https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/kirjasto/aineistot/kotimainen_oikeus/LATI/Sivut/valmiuslain-kayttoonottaminen-koronavirustilanteessa.aspx
- Forsen, K., Laine, K., & Tähtinen, J. (2002). Hyvinvoinnin tekijät ja uhat lapsuudessa. Jyväskylän yliopisto. Haettu <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/44433/SoPhi65.pdf?sequence=3>
- Hakulinen, T., Hietanen-Peltola, M., Hasturp, A., Vaara, S., Jahnukainen, J., & Varonen, P. (2020). ”Pahin syksy ikinä”: Lasten, nuorten ja perheiden peruspalvelut koronasyksynä 2020. THL. Haettu https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140643/URN_ISBN_978-952-343-579-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Heino, E., & Kara, H. (2020). Lapsiperheiden vanhempien kuvaukset saadusta sosiaalisesta tuesta poikkeusolojen aikana. *Tiede & edistys*, 3. (s. 252–266). Haettu <https://tiedejaedistys.journal.fi/article/view/109668/64456>
- Heinonen, H., Iivonen, E., Korhonen, M., Lahtinen, N., Muronen, K., Semi, R., & Siimes, U. (2016). *Lasten oikeudet ja aikuisten vastuut varhaiskasvatuksessa*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Huebener, M., Waights, S., Spiess, C.K., Siegel, N., & Wagner G. (2021). Parental well-being in times of Covid-19 in Germany. *Review of Economics of the Household*, 19. Haettu <https://link.springer.com/article/10.1007/s11150-020-09529-4>
- Huttunen, J. (2020, 5. marraskuuta). Mitä terveys on? [Duodecim]. Haettu <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00903>
- Kalluri, N., Kelly, C. & Garg, A. (2021). Child Care During the COVID-19 pandemic: A Bad Situation Made Worse. *Pediatrics*, 147. Haettu <https://publications.aap.org/pediatrics/article/147/3/e2020041525/33388/Child-Care-During-the-COVID-19-Pandemic-A-Bad>
- Kekkonen, M. (2014). *Perheiden lastenhoitojärjestelyt ja tyytyväisyys päivähoidopalveluihin. Hyvinvointi lapsiperheen arjessa*. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. (s. 258–273) Haettu https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116712/THL_2014_21Teema.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Khaw, D., & Kern, M, L. (2015). A cross-cultural comparison of the PERMA model of well-being. *Journal of Psychology at Berkeley*. Haettu https://www.peggykern.org/uploads/5/6/6/7/56678211/khaw_kern_2015_-_a_cross-cultural_comparison_of_the_perma_model_of_well-being.pdf
- Kontula, O. (2013). *Yhdessä vai erikseen? Tutkimus suomalaisten parisuhteiden vahvuuksista, ristiriidoista ja erojen syistä*. Helsinki: Väestöliitto Ry. Haettu <https://www.vaestoliitto.fi/uploads/2020/11/c9037b3b-perhebarometri-2013.pdf>
- Lagomarsino, F., Coppola, I., Parisi, R., & Rania, N. (2020). Care Tasks and New Routines for Italian Families during the COVID-19 Pandemic: Perspectives for Women. *Italian Sociological Review*, 10. Verona. Haettu

<https://www.proquest.com/openview/8f658d386a41d4e08b0362b2be4299ab/1?pq-origsite=gscholar&cbl=1796337>

Laine, K. (2005). *Minä, me ja muut sosiaalisissa verkostoissa*. Helsinki: Otava.

Lammi-Taskula, J., & Salmi, M. (2009). *Työ, perhe ja hyvinvointi. Hyvinvointi lapsiperheen arjessa*. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Haettu <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80047/0e6f5676-9ccf4490-8496-45c7b3acce5f.pdf?sequence=1#page=39>

Lammi-Taskula, J., & Salmi, M. (2014). *Lapsiperheiden hyvinvointi - Hyvinvointi lapsiperheen arjessa*. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Haettu https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116712/THL_2014_21Teema.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Leskisenoja, E. (2016). *Vuosi koulua, vuosi iloa. PERMA-teoriaan pohjautuvat luokkakäytänteet kouluilona edistäjinä*. (Väitöskirja, Lapin yliopisto). Haettu https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/62568/Leskisenoja_Eliisa_ActaE198_pdfA.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Mannerheimin lastensuojeluliitto. (2020). *Perheiden hyvinvointi ja tuen tarpeet koronan aiheuttamassa poikkeustilanteessa*. Lausunto. Haettu <https://www.mll.fi/kannanotot-ja-lausunnot/perheiden-hyvinvointi-ja-tuen-tarpeet-koronan-aiheuttamassa-poikkeustilanteessa/>

Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2018). A Theoretical and clinical framework for parental burnout: The balance between risks and resources. *Research institute for psychological sciences*. Haettu <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.00886/full>

Närvi, J. & Lammi-Taskula, J. (2021). *Lapsiperheiden hyvinvointi koronapandemian aikana. Osaraportti 3: Vanhempien kokemukset työn ja perheen yhteensovittamisesta ja hoivan jakamisesta*. Jyväskylän yliopisto. Haettu https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/78630/1/978-951-39-8938-5_JYU_Reports_11_jyx.pdf

- Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2019). *Lapsen oikeus kokoaikaiseen varhaiskasvatukseen palautuu*. [Tiedote]. Haettu <https://valtioneuvosto.fi/-/1410845/lapsen-oikeus-kokoaikaiseen-varhaiskasvatukseen-palautuu>
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2020). *Valtioneuvoston linjaukset varhaiskasvatuksen, esiopetuksen, perusopetuksen, lukio- ja ammatillisen koulutuksen, korkeakoulutuksen, vapaan sivistystyön sekä taiteen perusopetuksen järjestäjille koronavirustartuntojen leviämisen hidastamiseksi*. Opetus- ja kulttuuriministeriö. [Tiedote]. Haettu [https://minedu.fi/-/valtioneuvoston-linjauksista-varhaiskasvatuksen-esiopetuksen-perusopetuksen-lukio-ja-ammattillisen-koulutuksen-korkeakoulutuksen-vapaan-sivistystyön-ja-taiteen-perusopetuksen-jarjestajille-koronavirustartuntojen-leviamisen-hidastamiseksi](https://minedu.fi/-/valtioneuvoston-linjauksista-varhaiskasvatuksen-esiopetuksen-perusopetuksen-lukio-ja-ammattillisen-koulutuksen-korkeakoulutuksen-vapaan-sivistystyon-ja-taiteen-perusopetuksen-jarjestajille-koronavirustartuntojen-leviamisen-hidastamiseksi)
- Owusu, L. D., & Frimpong-Manso, K. (2020). The impact of COVID-19 on children from poor families in Ghana and the role of welfare institutions. *Journal of Children's Services, 15*. Haettu <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/JCS-07-2020-0033/full/html>
- Patrick, S. W., Henkhaus, L. E., Zickafoose, J. S., Lovell, K., Halvorson, A., Loch, S., Letterie, M., & Davis, M. M. (2020). Well-Being of parents and children during the Covid-19 pandemic: A national survey. *Pediatrics, 146*. Haettu <https://www.publications.aap.org/pediatrics/article-split/146/4/e2020016824/79686/Well-being-of-Parents-and-Children-During-the-Covid-19-pandemic>
- Pelastakaa lapset Ry. (2020). *Koronapandemia heikentää lasten hyvinvointia ja aiheuttaa huolta vanhemmista – haastavimmassa asemassa vähävaraisten perheiden lapset*. [Pelastakaa lasten raportti]. Haettu <https://www.pelastakaalapsset.fi/uutiset/pelastakaa-lasten-raportti-koronapandemia-heikentaa-lasten-hyvinvointia-ja-aiheuttaa-huolta-vanhemmista-haastavimmassa-aseassa-vahavaraisten-perheiden-lapsset/>
- Rotkirch, A., & Berg, V. E. (2020). *Ystävät: Suomalainen auttaminen*. Gaudeamus.
- Sorj, B. (2004). Reconciling work and family: Issues and policies in Brazil. *Conditions of work and employment, 8*. Haettu http://www.ilo.int/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms_travail_pub_8.pdf
- Sorsa, T., & Rotkirch, A. (2020). *Työ ja perhe ne yhteen soppii?* Väestöliitto Ry.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. (2021). *Etätyöt koronavirus tilanteessa*. Haettu <https://stm.fi/etatyot-koronavirustilanteessa>

- Sulkanen, M., Alasuutari, M., Närvi, J., & Lammi-Taskula, J. (2021). *Lapsiperheiden hyvinvointi koronapandemian aikana. Osaraportti 1: Aineistonkeruu, metodit ja vastaajat*. Jyväskylän yliopisto. Haettu https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/76256/JYU_Reports_4.pdf?sequence=4
- Sulkanen, M., Alasuutari, M., & Saranko, L. (2021). *Lapsiperheiden hyvinvointi koronapandemian aikana. Osaraportti 2: Hoito- ja varhaiskasvatusjärjestelyt koronapoikkeusaikana*. Jyväskylän yliopisto. Haettu https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/77912/1/978-951-39-8859-3_jyu_reports_9.pdf
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2020). *Koronan vaikutukset lastensuojeluun*. Haettu https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140789/TUTI2020_034_Koronan%20vaikutukset%20lastensuojeluun_korjattu_s.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2021). *Koronavirus COVID-19*. Haettu <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/taudit-ja-torjunta/taudit-ja-taudinaiheuttajat-a-o/koronavirus-covid-19>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2022). *Hyvinvointi*. Haettu <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>
- Teräs, M., & Toiviainen, H. (2014). Kehittävä teema-analyysi kasvatustieteen tutkimusmenetelmänä. *Aikuiskasvatus*, 2. Haettu <https://journal.fi/aikuiskasvatus/article/view/94084/52762>
- Törrönen, M. (2012). *Onni on joka päivä: lapsiperheen arki ja hyvinvointi*. Gaudeamus.
- Valtioneuvosto. (2020). *Hallitus on todennut yhteistoiminnassa tasavallan presidentin kanssa Suomen olevan poikkeusoloissa koronavirustilanteen vuoksi*. [Tiedote]. Haettu <https://valtioneuvosto.fi/-/10616/hallitus-totesi-suomen-olevan-poikkeusoloissa-koronavirustilanteen-vuoksi>
- Ylikännö, M. (2011). *Sopivasti työtä ja vapaa-aikaa?* Helsinki: Kelan tutkimusosasto.