

# ”Olen jatkuvasti oman jaksamisen äärirajoilla”

Yksinhuoltajaperheiden kokemat haasteet korona-arjessa keväällä  
2020

Johanna Raivio  
514600  
Pro gradu -tutkielma  
Turun yliopisto  
Sosiaalitieteiden laitos  
Sosiaalipolitiikka  
10.8.2021

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

TURUN YLIOPISTO

Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta

Sosiaalitieteiden laitos

RAIVIO, JOHANNA: ”Olen jatkuvasti oman jaksamisen ääri rajoilla”  
Yksinhuoltajaperheiden kokemat haasteet korona-arjessa keväällä 2020

Pro Gradu -tutkielma, 22 s.

Sosiaalipolitiikka

Elokuu 2021

---

Vuoden 2020 keväällä, COVID-19 pandemian myötä koulujen opetus siirtyi etäopetukseen, päivähoitoikäisten lasten suositeltiin jäävän hoidettavaksi kotiin ja monilla aloilla siirryttiin etätöihin. Tämä tutkimus tarkastelee yksinhuoltajaperheiden kokemia haasteita kyseisessä poikkeuksellisessa arjessa. Tutkimuksessa perehdytään koettuihin haasteisiin 45 yksinhuoltajan kertomuksen kautta, aineistolähtöisen sisällönanalyysin keinoin.

Tulosten perusteella poikkeuksellinen korona-arki on aiheuttanut yksinhuoltajille huomattavaa stressiä ja uupumusta. Stressin ja uupumuksen kokemukset ovat seurausta muutoksista ja haasteista eri elämänalueilla. Haasteita on koettu työ- ja perhe-elämän yhdistämisessä, sosiaalisten kontaktien puutteen seurauksissa ja yhteistyössä lapsen toisen vanhemman kanssa. Erityisesti oman etätöiden ja lasten hoitamisen tai koulunkäynnissä avustamisen yhdistämisen havaittiin tuottavan riittämättömyyden tunteita yksinhuoltajille.

Tutkimus osoittaa korona-arjen olleen raskasta aikaa yksinhuoltajaperheille, joissa arjen uusiin vaatimuksiin on jouduttu vastaamaan ilman toista aikuista kotitaloudessa. Onkin tärkeää kiinnittää huomioita perheiden ja erityisesti yksinhuoltajaperheiden hyvinvointiin ja avun saamisen mahdollisuuksiin nyt COVID-19 pandemian aikana, mutta myös sen jälkeen. Lisäksi etätöiden yleistyessä, työ- ja perhe-elämän yhteensovittamisen keinoja on kehitettävä.

Asiasanat: perhe, yksinhuoltajat, hyvinvointi, COVID-19, arki

# Sisällys

<b>1. Johdanto</b> .....	1
<b>2. Arki yksinhuoltajaperheissä</b> .....	2
<b>3. Lapsiperheet ja COVID-19 pandemia</b> .....	3
<b>4. Tutkimusasetelma</b> .....	5
<b>5. Tulokset</b> .....	7
<b>6. Johtopäätökset</b> .....	16
<b>Lähteet:</b> .....	19

# 1. Johdanto

Vuoden 2020 alussa havaittu ja nopeasti laajalle levinnyt COVID-19 viruksen aiheuttama pandemia on muokannut yhteiskuntaa ja jokapäiväistä arkea niin Suomessa kuin muuallakin. Pandemiasta seuranneet muutokset ja rajoitukset jokapäiväiseen elämään nostattivat julkisessa keskustelussa huolta perheistä ja niiden hyvinvoinnista Covid-19 pandemian aikana. Huolta on herättänyt muun muassa lasten oppimistulosten erot (Yle Uutiset 26.4.2020) ja erityistuen tarpeessa olevien oppilaiden jääminen ilman tarvitsemaansa apua (Yle Uutiset 14.4.2020). Muuttunut arki, etätyö ja lasten koulunkäynnissä avustaminen sekä niihin liittyvät vaikeudet ovat myös saaneet huomiota osakseen (Yle Uutiset 5.4.2020).

Eriarvoisuuden lisääntyminen on merkittävä riski COVID-19 pandemiasta seuranneiden rajoitusten osuessa raskaammin jo valmiiksi heikommassa asemassa oleviin (Furceri ym. 2020). Lapsiperheiden kohdalla on oltu huolissaan erilaisten perhetaustojen vaikutuksista etäopiskelun sujuvuuteen sekä erityisesti naisten mahdollisuuksiin yhdistää työ- ja perhe-elämää lasten jäädessä kotiin (THL 2020). COVID-19 pandemia on muun muassa kasvattanut äitien työtaakkaa hoivatyön lisääntyessä (Women's budget Group 2020). Äitien on myös havaittu olevan isiä enemmän huolissaan lapsistaan pandemian aikana ja tämä yhdistettynä epätasaisesti jakaantuneisiin hoivavelvollisuuksiin, on lisännyt huomattavasti naisten stressikokemuksia (Czymara, Langenkamp & Cano 2021).

Erityisesti Suomessa yksinhuoltajaperheiden hyvinvointia korona-arjessa on kuitenkin tarkasteltu vasta vähän, mutta esille on nostettu kysymys siitä, kasatutuvatko vaikeudet yksinhuoltajien kohdalla (Lammi-Taskula ym. 2020, 53). Vuonna 2019 Suomen lapsiperheistä noin 23 prosenttia oli yksinhuoltajaperheitä ja 82 prosenttia yksinhuoltajista oli naisia (Tilastokeskus 2020). Iso-Britanniassa yksinhuoltajaäitien on havaittu COVID-19 pandemian aikana olevan pääosin yksin vastuussa lastensa hoidosta enemmän kuin yksinhuoltajaisien tai kumppanin kanssa asuvien äitien. Myös yksinhuoltajien kyky vastata kaikkiin perheen arjen asettamiin vaatimuksiin on heikentynyt entisestään ja siten kasvattanut riskiä uupumukseen. (Women's budget Group 2020.) Yksinhuoltajat joutuvat usein turvautumaan arjessa sosiaalisiin verkostoihinsa, etenkin omiin vanhempiinsa, vähentääkseen työ- ja perhe-elämän yhteensovittamisen ongelmia (Roman 2017). COVID-19 pandemia on kuitenkin vaikeuttanut avun saamista, sillä ikääntyneet ihmiset kuuluvat koronaviruseräilyriskiryhmään ja muutenkin sosiaalisia kontakteja on neuvottu välttämään.

Tässä pro gradu -tutkielmassa vastataan osaltaan tiedon puutteeseen yksinhuoltajien tilanteesta COVID-19 pandemiassa. Tutkimuksessa kysytään, *millaisia haasteita yksinhuoltajaperheet<sup>1</sup> ovat kokeneet korona-arjessa?* Kysymykseen vastataan laadullisin analyysikeinoin vuoden 2020 keväällä kerätyn Korona-arki lapsiperheissä aineiston avulla.

## 2. Arki yksinhuoltajaperheissä

Felskin (2000) mukaan arki on yksityisen ja julkisen elämän monimutkainen suhde, joka rakentuu toiston, kodintunnon ja tottumusten ympärille. Sujuessaan arki voi tarjota levon ja turvallisuuden tunteita ennakoitavuudessaan, mutta se vaatii työstöä konfliktien, neuvotteluiden ja hallinnoinnin kautta (Jokinen 2005, 10–13). Lapsiperheissä, vanhempien näkökulmasta tarkasteltuna, arki muodostuu työn, hoivan ja vapaa-ajan yhteensovittamisesta (Bakker & Karsten 2013).

Arki voi osoittautua hyvinkin uuvuttavaksi, jos velvollisuudet kohdistuvat vahvemmin vain toiselle vanhemmalle, kuten saattaa olla joissain yksinhuoltajaperheissä. Yksinhuoltajaäideillä onkin naimisissa olevia korkeampi riski sairastua masennukseen. He kokevat todennäköisemmin kroonista stressiä ja arvioivat saamansa sosiaalisen tuen heikommaksi kuin naimisissa olevat, mitkä altistavat heidät masennukselle. (Cairney, Boyle, Offord & Racine 2003.) Yksinhuoltajuus ei itsessään ole riskitekijä, mutta se vaikuttaa usein negatiivisesti resursseihin, kuten taloudellisiin varoihin, sekä voimavaroihin, kun kahden vanhemman sijasta arjen sujuvuudesta vastaa vain yksi aikuinen. Nämä puutteelliset resurssit saattavat siten aiheuttaa ongelmia perheen toimivuuteen. Yksinhuoltajat kokevatkin vanhemmuuden keskimääräisesti hieman raskaammaksi kuin muut vanhemmat. On kuitenkin huomioitava, että joskus yksinhuoltajuus voi olla myös helpotus vanhempien erimielisyyksien poistussa arjen käytännöstä. Usein yksinhuoltajaperheissä vuorovaikutus ja ongelmienratkaisu koetaankin keskimääräistä toimivammaksi. (Broberg & Tähtinen 2009.)

Yksi stressitekijä yksinhuoltajien arjessa on työ- ja perhe-elämän yhteensovittamisen ongelmat. Sue Campbell Clarkin (2000) kehittämä työn ja perheen rajateoria käsittelee työtä ja perhettä erillisinä, mutta osin päällekkäisinä osa-alueina, jotka sisältävät toisistaan poikkeavia odotuksia yksilön roolista ja vastuista. Jotta tasapaino osa-alueiden välillä säilyy, osa-alueiden tulisi toimia tyydyttävällä tavalla ilman suuria konflikteja roolien välillä. Työn ja perheen osa-alueiden yhteensovittaminen ja

---

<sup>1</sup> Aineistosyistä tässä tutkimuksessa yksinhuoltajilla viitataan vastaajiin, jotka ovat ilmoittaneet, ettei heillä ole puolisoa. Näin ollen aineisto kattaa niin lähi- kuin etävanhempia, eikä aineiston perusteella voida tehdä eroa heidän välillään.

tasapainon säilyttäminen on erityisen vaikeaa yksinhuoltajille (esim. Roman 2017), joilla ei ole samassa taloudessa toista aikuista auttamassa lasten ja talouden hoidossa. He kokevat yhdessä asuvia vanhempia harvemmin työ- ja perhe-elämän osa-alueet toisistaan erillisiksi, jolloin perheasiat tunkeutuvat usein myös työajalle ja päinvastoin (Bakker & Karsten 2013).

Työ- ja perhe-elämän yhteensovittamista on pyritty Suomessa helpottamaan laajalla päivähoitojärjestelmällä. Vaikka Suomen päivähoitojärjestelmä on kattava, huomattava osa yksinhuoltajista joutuu säännöllisesti turvautumaan epäviralliseen verkostoonsa mahdollistaakseen omaa työssäkäyntiään ja paikatakseen lastenhoitoon jääviä aukkoja. Yksinhuoltajan omilta vanhemmilta saatu hoiva-apu on osoittautunut ratkaisevaksi työ- ja perhe-elämän yhteensovittamisessa. Epätyypilliset työajat tai erikoistilanteet, kuten lapsen sairastuminen, lisäävät kuitenkin hoivaköyhyyden riskiä. Hoivaköyhyys viittaa tilanteeseen, jossa hoivan tarve ylittää saatavilla olevan virallisen ja epävirallisen hoiva-avun. Kun omaa verkostoa käytetään säännöllisesti lastenhoitoapuna työaikana, apua on usein vaikea pyytää ja saada enää vapaa-ajalle. Näin ollen yksinhuoltajien mahdollisuudet vapaa-aikaan saattavat olla hyvinkin rajalliset ja riskinä on uupuminen. (Kröger 2006; Roman 2017.)

Yksinhuoltajien kohdalla toinen vanhempi voi olla huomattava resurssi, mikäli hänen apunsa on tosiasiaissa käytettävissä joustavasti (em.) Etävanhemman aktiivinen osallistuminen lapsen elämään ja erityisesti vuoroasuminen helpottavat yksinhuoltajan työ- ja perhe-elämän yhteensovittamista (Bakker & Karsten 2013). Siihen, tapaako etävanhempi säännöllisesti lapsiaan, vaikuttaa muun muassa yksinhuoltajuuden kesto, lasten määrä ja lasten iät. Vanhempien kyky kommunikoida keskenään lisää todennäköisyyttä sille, että etävanhempi tapaa lapsiaan, mikä puolestaan lisää todennäköisyyttä myös elatusavun maksamiselle. (Hakovirta & Broberg 2007.) Mikäli eronneiden vanhempien välillä on kuitenkin vahvoja erimielisyyksiä, jotka kulkeutuvat myös lasten hoivasta sopimiseen, toinen vanhempi ei esiinnykään enää resurssina, vaan ongelmia lisäävänä tekijänä. (Marschall 2017.)

### **3. Lapsiperheet ja COVID-19 pandemia**

Suomen hallitus julisti vuoden 2020 maaliskuussa poikkeusolot vastauksena leviävään COVID-19 pandemiaan. Poikkeusolojen tuomilla lisätoimenpiteillä pyrittiin rajoittamaan viruksen leviämistä kansalaisten keskuudessa ja turvaamaan terveydenhuollon kapasiteettia. Asetettuihin rajoituksiin

kuului muun muassa peruskoulujen, toisen asteen ja kolmannen asteen oppilaitosten opetuksen siirtäminen lähiopetuksesta etäopetukseen. (OKM ja STM 16.3.2020.) Aiemmin oli annettu suosituksia myös etätöistä niillä aloilla ja työpaikoilla, joilla työtehtävät sen sallivat sekä turhien kontaktien välttämiseksi. Rajoitukset keskittivät ihmisten toimintaa yhä vahvemmin kodin piiriin ja minimoivat monien sosiaalisia kontakteja kotitalouden ulkopuolella.

Peilaamalla COVID-19 pandemian aiheuttamia muutoksia aiempiin kriiseihin ja pandemioihin, on arvioitu, että COVID-19 pandemiolla saattaa olla pitkäaikaisia ja epäsuotuisia vaikutuksia perheiden suhteisiin ja hyvinvointiin (Prime ym. 2020). Toisaalta perheen sisäisten suhteiden ja yhdessä vietetyn ajan on myös havaittu auttavan yksilöitä kestämään poikkeuksellisen ajan luomaa stressiä (Salin ym. 2020).

Korona-arki on korostanut perheissä perinteisiä sukupuolirooleja. Saksalaisessa tutkimuksessa miesten havaittiin olevan pandemian aikana enemmän huolissaan palkallisesta työstä ja naisten perheen hyvinvoinnista. Tutkimuksessa arvioitiin stressin ja metatyön kasautuvan yhä vahvemmin äideille. (Czymara, Langenkamp & Cano 2021.) Vastaavia tuloksia on saatu myös muissa tutkimuksissa. Äitien hoivataakka on kasvanut lasten siirryttyä päivähoidosta ja koulusta kotiin, mikä on puolestaan lisännyt äitien kokemaa stressiä ja vastuun määrää (Traunmüller ym. 2020, Auoardottir & Rudolfsdottir 2020).

Jo ennen COVID-19 pandemiaa etätöiden on havaittu vaikeuttavan naisten kykyä yhdistää työ- ja perhe-elämää, sillä he vastaavat yhä huomattavasta osasta palkattomasta työstä (Kurowska 2020). COVID-19 pandemian myötä etätöistä on tullut huomattavasti yleisempää monilla aloilla. Lasten koulunkäynnin tai hoidon siirryttyä kotiin samalla kun myös useiden vanhempien työn, työ- ja perhe-elämän yhdistäminen on vaikeutunut etenkin äideillä. Konfliktit työn ja hoivan välillä ovatkin olleet merkittävä syy äitien lisääntyneelle stressille. (Clark ym. 2020.)

Työ- ja perhe-elämän yhdistäminen on osoittautunut vielä vaikeammaksi yksinhuoltajille kuin äideille, joilla on kumppani (Yerkes ym. 2020). Lastenhoitopalvelujen sulkeutuminen tai vaikeampi saavutettavuus COVID-19 pandemian myötä on vaikeuttanut yksinhuoltajien mahdollisuuksia vastata työn muuttuneisiin vaatimuksiin, sillä yksinhuoltajilla ei ole taloudessa toista vanhempaa auttamassa tilanteen edellyttämässä joustoissa (Dromey, Dewar & Finnegan 2020). Yksinhuoltajat ovat kokeneet työskentelyn kotona erittäin vaikeaksi hoivavelvollisuuksiensa ohella ja ovatkin usein joutuneet siirtämään työtehtäviään epätavallisille ajoille, jolloin lapset esimerkiksi nukkuvat tai eivät muutoin tarvitse yksinhuoltajan huomiota (Hertz, Mattes & Shook 2020).

COVID-19 pandemia ja siihen liittyvät sosiaalisten kontaktien rajoitukset ovat vaikeuttaneet myös yksinhuoltajille tärkeän epävirallisen avun saamista (em). Avun saamisen epävarmuus ja toisen aikuisen puuttuminen kotitaloudessa ovatkin todennäköinen syy sille, miksi yksinhuoltajat ovat enemmän huolissaan sairastumisesta kuin muut perheet (Paju 2020). Aiemmin mainittujen työhön ja lastenhoitoon liittyvien huolien lisäksi yksinhuoltajia on rasittanut sosiaalisten kontaktien ja oman ajan puute (Langenkamp, Cano & Czymara 2021).

Ennen toimiva yhteistyö ja avun saaminen lapsen tai lasten toiselta vanhemmaltakaan ei välttämättä ole ollut varmaa korona-arjessa. Epävarmuuden, stressin ja muutosten on arvioitu olevan riskitekijä eronneiden vanhempien yhteistyökyvyille. Osa eroperheistä on esimerkiksi joutunut muuttamaan lasten tapaamiseen liittyviä käytäntöjään, mikä saattaa aiheuttaa stressiä vanhempien lisäksi myös lapsille. (Smyth ym. 2020.)

## 4. Tutkimusasetelma

Tässä pro gradu -tutkielmassa ollaan kiinnostuneita yksinhuoltajaperheiden kokemuksista COVID-19 pandemian aikana keväällä 2020. Tutkimuksessa kysytään:

*Millaisia haasteita yksinhuoltajaperheet ovat kokeneet korona-arjessa?*

Tutkimuksessa käytetään Korona-arki lapsiperheissä -aineistoa, joka on kerätty Turun yliopiston sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön oppiaineissa verkkokyselynä 23.4–17.5.2020. Kyseisellä aikavälillä Suomessa vallitsi COVID-19 pandemian leviämisen hillitsemiseksi poikkeusolot. Peruskouluissa palattiin lähiopetukseen jo tarkastelujakson lopulla 14. toukokuuta, mutta tässä tutkimuksessa tarkastellut vastaukset on kaikki annettu etäkoulun aikana. Kyselyssä kartoitettiin määrällisten sekä laadullisten kysymysten avulla työn ja perheen yhteensovittamista, perheen sisäisiä konflikteja, hyvinvointia ja yleisemmin arjen sujumista pandemia-aikana.

Aineisto on kerätty mukavuusotannalla (*convenience sampling*). Mukavuusotannalla vastaajiksi valikoituvat helpoimmin saavutettavissa olleet yksilöt, jotka täyttävät vastaajalle asetetut kriteerit. Mukavuusotannalla on kuitenkin taipumus luoda aineistoon valikoituvuutta, eikä otantaa siten tulisi pitää koko populaatiota edustavana. (Galloway 2005.) Mukavuusotannan valikoituvuuden ongelmiin on pyritty aineiston keruuvaiheessa vastaamaan levittämällä tietoa osallistumismahdollisuudesta useiden kanavien – kuten median edustajien, Turun yliopiston nettisivujen ja sosiaalisen median – kautta.



Aineistossa on 654 vastaajaa, joista kaikilla on vähintään yksi alle 18-vuotias lapsi. Tätä tutkimusta varten aineisto rajattiin yksinhuoltajiin sen perusteella, ketkä olivat vastanneet ”minulla ei ole puolisoa” kysymykseen puolison työskentelyjärjestelyistä COVID-19 pandemian aikana. Aineistossa oli yhteensä 68 yksinhuoltajaa, mutta osa oli jättänyt tätä tutkimusta varten tarkastellun avoimen vastauksen tyhjäksi, joten lopullinen tarkasteltava joukko kattoi 45 vastaajaa. Vastaajien määrää voidaan pitää riittävänä laadulliseen analyysiin ja yksinhuoltajien tarkasteluun vastausten saturaation<sup>2</sup> vuoksi. Yksinhuoltajilta ei aineistossa kysytty, ovatko he lähi- vai etävanhempia tai kuinka paljon aikaa lapsi tai lapset viettävät toisen vanhemman kanssa. Monien vastaajien kohdalla oli kuitenkin pääteltävissä, oliko kyse lähi- vai etävanhemmasta. Pääteltävissä olevien vastausten perusteella kyselyyn vastasi enemmän lähivanhempia kuin etävanhempia.

Analysoitavan aineiston vastaajat ovat iältään 19–58 vuotta ja mediaani-ikä on 40 vuotta. Puolella vastaajista on kaksi lasta ja loput jakautuvat lähes tasan sen suhteen onko heillä yksi lapsi vai kolme tai useampi lapsi. Lapsista noin 64 prosenttia on kouluikäisiä ja loput sitä nuorempia. Naiset ovat selvästi yliedustettuina aineistossa, sillä noin 89 prosenttia vastaajista tunnistautui naiseksi ja 9 prosenttia mieheksi. Yksi vastaaja oli jättänyt sukupuolikysymyksen tyhjäksi. Naisten yliedustus aineistossa on kuitenkin ymmärrettävä jo siksi, että naiset ovat useammin lähivanhempia eroperheissä (Tilastokeskus 2020). Aineiston vastaajat ovat myös melko kouluttautuneita. Jopa noin 73 prosentilla on korkeakoulututkinto, 20 prosentilla toisen asteen tutkinto ja 2 prosentilla perusasteen koulutus. Kaksi vastaajaa ei ilmoittanut koulutustasoaan.

Tutkimuskysymyksen tarkastelu perustuu avoimiin vastauksiin kyselyn kohtaan: ”*Kirjoita alle vapaamuotoinen kirjoituksesi perheesi haasteista ja erimielisyyksistä korona-arjessa. Voit myös kirjoittaa miten olette näitä haasteita ratkaisseet.*” Aineiston sisällön ja tutkimuksen laajuuden vuoksi tarkasteltava aihe rajataan koskemaan perheiden kokemia haasteita jättäen erimielisyydet sekä haasteiden ratkaisemisen tarkastelun ulkopuolelle. Havainnollistamaan perheiden arjen järjestämistä COVID-19 pandemian aikana, tarkastellaan lisäksi muuttujien ”Ovatko lapset kotona, päiväkodissa vai koulussa?” ja ”Miten työskentelet korona-aikana?” suoria jakaumia.

Tutkimuskysymykseen vastataan aineistolähtöisen sisällönanalyysin keinoin. Sisällönanalyysissä vastausta haetaan kysymällä aineistolta tutkimuskysymyksen mukaisia kysymyksiä sekä pelkistämällä ja uudelleenkategorisoimalla aineistosta hahmottuvia aiheita. Aineistolähtöisessä lähestymistavassa analyysiyksiköitä ei määritellä ennalta, vaan ne nousevat aineistosta

---

<sup>2</sup> Saturaatio eli kylläntyminen viittaa tilanteeseen, jossa aineisto ei tuota enää uutta tietoa vaan alkaa toistaa itseään (Eskola & Suoranta 1998, 62-63).

tutkimuskysymysten perusteella. Lopputuloksena saadaan kattava yleiskuva tarkasteltavasta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Aineistolähtöinen lähestymistapa soveltuu tutkimuksen tarkoitukseen teoriaohjaavaa paremmin, sillä kyseessä on poikkeuksellisessa tilanteessa kerätty aineisto, eivätkä aiemmat tutkimukset välttämättä ole suoraan verrattavissa kyseisen aineiston tilanteeseen.

Aineistolähtöisen sisällönanalyysin eteneminen pohjautuu Tuomen ja Sarajärven (2018) kuvaukseen analyysin vaiheista. Ensin aineisto luettiin läpi vastausjärjestyksessä ja sen sisältöön perehdyttiin pitäen tutkimuskysymys mielessä. Tämän jälkeen aineistosta nousseita ilmauksia ja tekstipätkiä ryhmiteltiin samankaltaisuuksien perusteella alaluokiksi. Luokittelussa käytettiin apuna NVivoa, joka on laadulliseen analyysiin tarkoitettu ohjelmisto. NVivoa käytettiin työkaluna helpottamaan aineiston luokittelua, mutta luokittelun valinnat olivat tutkijan tekemiä aineistoon ja tutkimuskysymykseen perustuen. Alaluokkia syntyi näin yhteensä yhdeksän. Seuraavaksi alaluokkia yhdistettiin yläluokiksi ja niitä edelleen pääluokiksi. Yläluokkia muodostui kolme, jotka edelleen yhdistyivät yhteen pääluokkaan. Muodostuneet luokat esitellään tulokset -osiossa.

## **5. Tulokset**

Ennen tulosten tarkempaa esittelyä, tarkastellaan lyhyesti aineiston yksinhuoltajien työskentelyoloja ja heidän lastensa opiskelu- tai päivähoitotilanteita taulukossa 1. Tämän avulla voidaan valottaa yksinhuoltajaperheiden korona-arjen olosuhteita, joissa haasteet ovat muodostuneet.

Hieman alle puolet aineiston yksinhuoltajista oli keväällä 2020 etätöissä kotonaan. Lapsista suurin osa oli pääasiassa kotona etäkoulussa tai muuten hoidettavana. Huomattavassa osassa yksinhuoltajaperheistä vanhempi siis työskenteli kotoa käsin samalla kun hoiti lapsiaan tai lapset olivat etäkoulussa kotona. Koska lapsista suurempi osuus kuin vanhemmista oli kotona pääsääntöisesti, on mahdollista, että osa lapsista joutui ajoittain viettämään enemmän aikaa yksin kotona kuin koulujen ja päivähoidon ollessa käytettävissä.

Taulukko 1. Yksinhuoltajien työskentelymuodot ja heidän lastensa koulunkäynnin tai päivähoidon järjestäminen COVID-19 pandemian aikana, % (n)

<b>Yksinhuoltajan työskentelymuoto</b>	
Työskentelen kokonaan kotona	44,4 (20)
osittain etätöissä kotona ja osittain työpaikalla	15,6 (7)
kokonaan työpaikalla	13,3 (6)
olen työttömänä/lomautettuna	6,7 (3)
muu, mikä?	20,0 (9)
<b>Yhteensä</b>	<b>100,0 (45)</b>
<b>Lasten koulunkäynnin tai päivähoidon järjestäminen</b>	
kaikki lapset (pääasiassa) kotona	80,0 (36)
kaikki lapset päiväkodissa/koulussa	4,4 (2)
osittain kotona ja osittain päiväkodissa/koulussa	8,9 (4)
muu järjestely, vuoroasuminen	6,7 (3)
<b>Yhteensä</b>	<b>100,0 (45)</b>

Kuviossa 1 esitellään sisällönanalyysissa muodostuneet luokat. COVID-19 pandemian muuttama arki keväällä 2020 aiheutti yksinhuoltajille uupumusta ja stressiä. Tämä nousikin sisällönanalyysissa kaikkia luokkia yhdistäväksi pääluokaksi. Analyysin tulosten tarkastelu aloitetaan pääluokasta ja edetään sitten aineistosta nousseihin yläluokkiin. Yläluokat muodostuvat työ- ja perhe-elämän yhteensovittamisen haasteista, sosiaalisten kontaktien puutteesta ja haasteista lapsen vanhempien yhteistyössä. Yläluokat on järjestetty taulukossa oikealta vasemmalle niin, että oikealla on eniten aineistossa esiintynyt aihealue. Alaluokat ovat yläluokkien sisällä esiintyneitä, tarkempia aiheita, joista syntyi haasteita, kuten ongelmat etäkoulussa tai -töissä. Alaluokat puolestaan on järjestetty ylhäältä alas niin, että ylimpänä näkyvät aiheet esiintyivät aineistossa eniten kunkin yläluokan alla.



Kuvio 1. Sisällönanalyysin luokat

## Poikkeuksellisesta arjesta seurannut uupumus ja stressi

Kevään 2020 COVID-19 pandemiatilanteen aiheuttama poikkeuksellinen arki on muuttanut yksinhuoltajaperheiden arjen rytmiä, tiloja ja tottumuksia. Toimiessaan nämä arjen osa-alueet ja niiden synnyttämä itsestäänselvyden tunne voivat luoda turvan ja levon tunnetta arjen toimiessa ”autopilotilla” (Jokinen 2005, 11). Koska niin suuri osa yksilön elämästä tapahtuu totuttujen rytmien mukaan, pakotettu ja nopea arjen rytmeistä luopuminen voi aiheuttaa hämmennyksen ja ahdistuksen tunteita (Felski 2000, 92). COVID-19 pandemia aiheutti nopeita muutoksia arkisille elämän osa-alueille, kuten työhön, kotiin ja sosiaaliin suhteisiin. Arjen rytmiin sekä työn ja koulun tiloihin kohdistui suuria muutoksia. Monissa tapauksissa yksinhuoltajat kokivat nämä muutokset raskaiksi. Poikkeukselliseen arkeen oli sopeuduttava yksinhuoltajaperheissä ilman toisen aikuisen apua, mikä on saattanut asettaa yksinhuoltajat kahden vanhemman perheitä vaikeampaan tilanteeseen (ks. Salin ym. 2020).

Stressin ja uupumuksen tunteet olivat huomattavan yleinen aihe yksinhuoltajien kokemuksissa. Myös Itävallassa COVID-19 pandemian ajan on havaittu lisänneen masennusta, stressiä ja ahdistusta erityisesti naisten kohdalla (Traunmüller ym. 2020). Tässä tutkimuksessa stressiä syntyi huomattavassa määrin etätyön ja -koulun tai hoivan aiheuttamista ristipaineista, perheen ulkopuolisten kontaktien vähydestä ja tukiverkoston puutteesta sekä toisen vanhemman kanssa syntyneistä erimielisyyksistä koskien arjen käytäntöjä COVID-19 pandemian aikana. Muutokset arjen osa-alueiden vaatimuksissa ja kiireen tuntu haastavat arjen rytmiä sekä sujuvuutta ja vaatiikin aikaa sekä resursseja tottua muutoksiin (Jokinen 2005, 85–91). Yksinhuoltajat kokivat vastuidensa lisääntyneen COVID-19 pandemian myötä niin, että niihin vastaaminen yksin oli pahimmassa tapauksessa oman jaksamisen kannalta lähes ylivoimaista.

*Olen jatkuvasti oman jaksamisen äärirajoilla, ja tämä näkyy tietysti kaikessa kommunikaatiossa, sekä lasten että kollegoiden kanssa. En uskalla laittaa myöskään lapsia kouluun koska kuulun itse riskiryhmään. Ratkaisuja tai apua ei ole löytynyt. Ensimmäistä kertaa elämässäni pelkään oman mielenterveyteni puolesta.*

Yksinhuoltajien kokemuksissa näkyi vahvasti, että he olivat tilanteessa yksin, ilman riittävää apua. Yksinhuoltajat saattavat useammin kokea vanhemmuuden raskaana (Broberg & Tähtinen 2009) ja ovat huolissaan, etteivät kykene tarjoamaan lapsilleen haluamaansa arkea (Kääriäinen 2009). COVID-19 pandemian aikana kyseiset tuntemukset ovat mahdollisesti vahvistuneet, ja moni yksinhuoltaja kertoikin, etteivät voimavarat riittäneet ylläpitämään arkea halutulla tavalla. Osa joutuikin antamaan lisää vastuuta vanhemmille lapsilleen tai joustamaan esimerkiksi kotitöiden tasossa.

*...olen ratkaissut asian niin, että teen vain sen mikä on pakko. Pelastaakseni mielenterveyttäni olen alkanut tilata ruokaa kaupasta ja lääkkeitä apteekista, kun aiemmin hain niitä itse. Ruokaa teen crockpotissa, jotta ei tarvitse vahtia siitä ja olen jopa tilannut ruokaa ravintoloista. Tilaan sitten jossain vaiheessa siivousapua.*

## **Työ- ja perhe-elämän yhteensovittamisen haasteet**

Arki on keskittynyt COVID-19 pandemian aikana entistä enemmän kotiin. Työ- ja perhe-elämän yhteensovittamisen haasteet ilmenivät yksinhuoltajaperheissä neljän alaluokan kautta. Nämä alaluokat sisälsivät haasteita koskien etäkoulua, etätyötä, muuta hoivaa ja kotitöitä. Lasten etäkoulussa tukeminen vaati yksinhuoltajilta paljon aikaa, mikä oli pois heidän omasta työstään.

Täysipäiväisen työn yleisyys suomalaisten äitien keskuudessa vaikuttaakin asettavan heille rasitteita työ- ja perhe-elämän yhdistämisessä korona-arjessa (Yerkes ym. 2020). Kun päivähoitoa ei ollut pandemiatilanteen vuoksi saatavilla samoin kuin ennen tai sitä ei uskallettu käyttää, joutuivat yksinhuoltajat käyttämään aikaansa työnsä ohella myös lastenhoitoon. Yksinhuoltajien kohdalla kasvaneet hoivavastuut ja oma työ osoittautuivat haastavaksi yhdistelmäksi, sillä he eivät välttämättä pääse jakamaan vastuuta lasten hoivasta toisen aikuisen kanssa. Yksinhuoltajille työ- ja perhe-elämän yhteensovittaminen on normaalistikin haastavaa (Roman 2017), mutta COVID-19 pandemian asettamat rajoitteet ovat vaikeuttaneet tilannetta entisestään.

Etäkoulu muodosti paljon haasteita yksinhuoltajien kertomuksissa. Etäkoulussa avustaminen vei yksinhuoltajien aikaa heidän työltään ja muilta vastuultaan. Varsinkin keskittymis- ja toiminnanohjaushäiriöistä kärsivien lasten koulunkäynnissä avustaminen rajoitti paljon yksinhuoltajien omaa työntekoa. He myös kokivat lastensa keskittymishäiriöiden ilmenevän normaalia useammin COVID-19 pandemian aiheuttaman poikkeustilanteen aikana. Etäopiskelun onkin havaittu syventäneen oppimiseroja keskittymishäiriöisten ja muiden lasten välillä (Becker ym. 2020). Yksinhuoltajien kertomuksista ilmeni kuitenkin, että haasteita oli koettu myös muiden lasten kohdalla ja monet kokivat, ettei koulu tarjonnut riittävästi tukea etäkoulun aikana, vaan opetuksesta vastaaminen jäi vanhemmille.

*Opettajien tavoissa hoitaa etäopetusta on todella suuria eroja. Kotona on pakko olla paljon oppilaan tukena, kun 4 luokkalaiselle ei tarjota varsinaista etäopetusta juuri lainkaan, vaan ainoastaan annetaan itse opiskeltavat asiat ja tehtävät tehtäviksi. Omien töiden lisäksi iltaisin on autettava koululaisia.*

Felskin (2000) mukaan koti ja arjen paikallisuus ovat olennainen osa arjen muodostumista. Arki on kuitenkin kodin lisäksi sidottu työpaikkaan ja muihin arjessa toistuviin paikkoihin. Työ- ja perhe-elämä pyritäänkin usein erottamaan toisistaan ajan ja paikan avulla. COVID-19 pandemia ja etätyöt ovat muuttaneet tätä paikallista ja ajallista sidonnaisuutta ja sulauttaneet näitä kahta osa-aluetta yhteen, kun suuressa osassa työ ja hoiva siirtyivät kotiin samanaikaisesti. Sue Campbell Clark (2016) nimittää kyseistä tapahtumaa raja-alueiden hälvenemiseksi. Raja-alueista on tullut läpäisevämpiä, eli perheen alueeseen kuuluvien ihmisten ja tehtävien kulkeutuminen työn alueelle on muuttunut helpommaksi työn ja perheen fyysisten tilojen yhdistämisen myötä. Tämä osa-alueiden yhdistyminen saattaa herkästi horjuttaa työn ja perheen balanssia ja aiheuttaa entistä enemmän konflikteja niiden välille. Yksinhuoltajat kokivatkin, että työaika oli vaikea rajata omatoimisesti, mutta suurin syy työpäivien venymiselle oli kuitenkin työpäivän aikana aiheutuneet keskeytykset lasten tarvitseman

avun ja huomion vuoksi. Kun työhön ei pystytty keskittymään päivän aikana riittävästi, yksinhuoltajat päätyivät tekemään jäljelle jääneitä työtehtäviä normaalista poikkeavina aikoina, kuten illalla lasten mentyä nukkumaan. Useat vanhemmat kokivat myös huonoa omatuntoa venyvistä opiskelu- tai työpäivistään ja olivat huolissaan siitä, kuinka paljon lapset joutuivat olemaan yksin.

*Teen tällä hetkellä opintojani loppuun ja lasten etäkoulun vuoksi koen, että olen joutunut madaltamaan omia tavoitteitani lopputyön suhteen. Lasten jatkuva läsnäolo vaikuttaa paljon keskittymiseen ja toisaalta koen myös syyllisyyttä oman työn tärkeydestä, sillä se on saatava tiettyyn määräaikaan mennessä valmiiksi. Olen siis paljon tietokoneella, mutta työn laatu ei välttämättä ole sitä, mitä ajattelin sen olevan ja samalla ajattelen lasten kärsivän yhteisen ajan puutteesta.*

Vaikka etäkoulussa avustaminen herätti huomattavampia haasteita yksinhuoltajille, syntyi ongelmia myös alle kouluikäisten lasten hoivasta työaikana. Pienille lapsille saattoi olla vaikeaa ymmärtää, että vanhempi oli kotona, mutta ei kuitenkaan jatkuvasti käytettävissä. Yksinhuoltajilla ei ole mahdollisuutta vuorotella työpäivän aikana toisen vanhemman kanssa lapsen hoivan kohdalla, mikä on koettu kahden vanhemman perheissä merkittäväksi elämänhallintakeinoksi korona-arjessa (Salin ym. 2020). Täten yksinhuoltajaperheissä keskeytykset kohdistuivat aina yhdelle vanhemmalle ja siten vaikutukset työpäivään olivat merkittävät.

*Haastavinta on, että lapseni haluaa vanhemman huomiota pitkin päivää, vaikka yritän keskittyä työtehtäviin. Tämä on ymmärrettävää (kyseessä 6-vuotias), mutta melko rasittavaa. Työhön keskittyminen on heikentynyt selvästi ja tekeminen keskeytyy jatkuvasti. Lapseni vaatii minulta nyt hiukan erilaista seuraa kuin aiemmin, sillä eskarissa leikkimisen puuttuessa hän vaatii minua leikkikaveriksi hippaan, legoleikkeihin ym. Hän ymmärtää kyllä työni tekemisen tärkeyden (olen selittänyt, että muuten äiti ei saa palkkaa, jolla maksetaan esim. ruoka ja lelut), mutta ei aina jaksaa odottaa.*

Lasten hoitamisen ja auttamisen sekä etätöiden yhteensovittamisen lisäksi lisätöitä on kertynyt kotitöistä. Kaikkien ollessa normaalia enemmän kotona esimerkiksi ruokaa jouduttiin valmistamaan enemmän, kun koko perhe söi myös lounaan kotona eikä koulussa, päivähoidossa tai työpaikalla. Osa kouluista tarjosi etäkoulun aikana mahdollisuuden aterian hakemiseen koululta kotiin, mutta kaikilla ei tähän ollut mahdollisuuksia. Kuten Auoardottirin ja Rudolfsdottirin (2020) perheiden COVID-19 pandemian aikaiseen elämään keskittyvässä tutkimuksessa, myös tässä tutkimuksessa yksinhuoltajat kokivat, ettei aika ja voimavarat riittäneet vastaamaan lisääntyneeseen työmäärään. Vaikka yhä

monissa perheissä naiset tekevät suuremman osan kotitöistä (esim. Bianchi ym. 2012) on taakka silti suurempi yksinhuoltajaperheissä, joissa kotityöt jo lähtökohtaisesti päätyvät yhden vanhemman harteille.

*Ehkä isoin lisäkuormitus tulee ruoka ja pyykki/siivoustouhuissa kun ollaan normaalia enemmän kaikki kotona. Siihen pitäisi riittää vielä energiaa opiskelu/työpäivän jälkeen ja ulkoilemaankin olisi kiva ehtiä sisällä istuminen jälkeen.*

## **Sosiaalisten kontaktien puute**

COVID-19 pandemia-ajan suositukset välttää tarpeettomia kontakteja johtivat väistämättä sosiaalisten kanssakäymisten vähenemiseen. Niin aikuisten kuin lastenkin kyky ylläpitää sosiaalisia suhteita on joutunut koetukselle, kun kontaktit tapahtuvat pääosin etäyhteyksin. Sosiaalisten kontaktien puutteen alaluokiksi muodostuivat haasteet lasten ystäväkontaktien puutteesta, vaikeuksista hyödyntää tukiverkostoa ja yksinhuoltajien omien aikuiskontaktien puutteesta. Se etteivät lapset voineet tavata ystäviään, aiheutti huolta todennäköisesti kaikissa perheissä. Sen sijaan tukiverkoston ja aikuiskontaktien puute on ollut merkittävä muutos yksinhuoltajille, joiden arjessa kotitalouden ulkopuolinen apu on olennainen osa arjen sujuvuutta (Roman 2017) ja jossa ei ole toista aikuista tarjoamassa päivittäistä aikuiskontaktia.

Yksinhuoltajat havaitsivat lastensa olevan harmissaan siitä, etteivät he voineet tavata ystäviään tai muita sukulaisia. Kontakteja pyrittiin ylläpitämään etänä, mutta moni yksinhuoltaja kertoi lasten kontaktien puutteen aiheuttavan huonotuulisuutta ja alakuloisuutta. Myös harrastukset olivat tauolla, mikä synnytti tekemisen puutetta lapsille. Kun muuta tekemistä ei ollut ja ystäviin saattoi pitää yhteyttä vain internetin kautta, ruutuaika lisääntyi huomattavasti.

*Ruutuaikaa lapsi saa ihan liikaa, koska en jaksaa aloittaa riitaa ja vaihtoehtoja ruutuajalle on rajoitetusti, kun kavereita ei voi tavata eikä juuri leikkiä leikkipuistoissakaan.*

Sosiaalisten kontaktien puute ja yksinäisyys vaivasi lasten lisäksi yksinhuoltajia itseään. Monille työyhteisö on tärkeä, päivittäinen yhteys, mutta etätyöt katkaisivat nämä yhteydet ainakin jossain määrin. Sosiaalisten kontaktien väheneminen korona-arjessa onkin osoittautunut huomattavaksi huolenaiheeksi myös muiden kuin yksinhuoltajien kohdalla (Czymara, Langenkamp & Cano 2021).



Yksinhuoltajien kohdalla yksinäisyyden tunteisiin vaikuttanee kuitenkin toisen aikuisen puuttuminen kotitaloudesta, jolloin muut aikuiskontaktit ovat päivän aikana hyvin vähäisiä, ellei jopa olemattomia.

*Yksinäisyys noussut itselle todella kipeäksi asiaksi. Tässä tilanteessa korostuu, koska aikuiskontakteja livenä hyvin minimaalisesti. Yksi työpäivä oikeastaan siksi, että näkee edes kahta työkaveria.*

Yksinhuoltajien kohdalla merkittävä haaste korona-arjessa oli myös tukiverkoston heikkeneminen tai katoaminen. Sosiaalinen tuki on olennainen tekijä yksinhuoltajien arjen sujuvuuden sekä työ- ja perhe-elämän yhteensovittamisen kannalta (Roman 2017), mutta COVID-19 pandemia on vähintäänkin vaikeuttanut tuen saamista arjessa. Huolta herätti, miten lasten käy, jos yksinhuoltaja itse sairastuu, kun taloudessa ei ole toista aikuista, eikä lasten toinen vanhempi ole välttämättä käytettävissä. Tukiverkoston puuttuminen vaikeutti myös arkisempia toimintoja kuten työskentelyä ja kaupassakäyntiä. Etävanhemman ohella myös muut läheiset ja erityisesti yksinhuoltajan omat vanhemmat ovat yleinen avun lähde (em.). COVID-19 pandemian myötä sosiaalisia kontakteja on kuitenkin neuvottu välttämään, mikä on vaikeuttanut läheisten ja etenkin riskiryhmään kuuluvien, ikääntyneiden vanhempien avun hyödyntämistä arjessa.

*Isovanhemmat eivät ole voineet auttaa ja siksi isosisko on joutunut hoitamaan pikkusisaruksia paljon enemmän kuin ennen.*

## **Haasteet lapsen vanhempien yhteistyössä**

Arki on ensisijaisesti ajallinen termi, sillä se määrittyy päivittäisten ja kausimaisten rytmien, kuten työajan, viikonloppujen ja lomien mukaan. Toisto onkin olennainen osa arkea. (Felski 2000, 81.) Yksinhuoltajaperheissä mahdollinen toisen vanhemman tapaaminen tai tämän kodissa ajoittain asuminen on usein säännöllinen ja toistuva tapahtuma lasten arjessa. Haasteet lapsen vanhempien yhteistyössä sisältää alaluokat lapsen ja toisen vanhemman tapaamisesta sekä lapsen vanhempien välisistä erimielisyyksistä. COVID-19 pandemia on pakottanut muuttuneiden käytäntöjen, liikkumisen vaikeutumisen ja kontaktien rajoittamisen myötä ainakin osan yksinhuoltajaperheistä neuvottelemaan uudelleen lasten tapaamisista. Muutokset ja epävarmuus ovat puolestaan nostaneet esiin uusia ja vanhoja erimielisyyksiä eronneiden vanhempien välillä.

COVID-19 pandemia vaikutti yksinhuoltajaperheiden totuttuihin rytmeihin vaikeuttamalla lasten ja toisen vanhemman tapaamista. Aiempiin säännöllisiin tapaamisiin saatettiin joutua tekemään

muutoksia esimerkiksi toisen vanhemman työskentelytilanteen tai kotien etäisyyksien vuoksi. Tapaamisten ja asumisjärjestelyjen muutokset ovat koskettaneet lasten lisäksi heidän vanhempiaan. Yksinhuoltajien kertomuksista ilmenikin, että muutokset lasten tapaamisiin ovat aiheuttaneet kokemuksia omasta huonosta vanhemmuudesta.

*Lapset tarvitsevat tukea koulunkäyntiin. Minä en voi tätä tukea antaa heille. Isänsä luona lapsilla on aina joku vanhempi kotona, ovat saaneet työajat sovittelua. Koronan ja töidemme takia lapset ei voi olla kummankin vanhemman luona viikko-viikko systeemillä. Minä saan lapseni luokse vain minun vapaapäivinäni, kun voin olla heidän kanssaan. -- Tämä järjestely ja isän sivuhuomautukset saa minut tuntemaan olevani huono äiti, kun en voi viettää lasteni kanssa aikaa niin paljon kuin ennen.*

COVID-19 pandemia ja siihen liittyvät rajoitukset ovat voineet jopa estää etävanhempaa tapaamasta lapsiaan. Lapsen tapaamisoikeutta on ohjattu noudattamaan myös COVID-19 pandemian aikana asianomaisten terveystilanteen sallimissa rajoissa (THL 2021). Yksinhuoltajien kertomuksista kuitenkin ilmeni, ettei kaikissa perheissä tapaamisoikeutta olla voitu tai haluttu pitää yllä, jolloin lapsen oikeus molempiin vanhempiinsa on kärsinyt ja etävanhemman tilanne muuttunut hyvin vaikeaksi.

*Haasteena ollut, että lapsen äiti ei ole koronan takia sallinut lapselle tapaamissopimuksen mukaisia vierailuja luokseni toiselle paikkakunnalle. Kummassakaan kyseessä olevassa maakunnassa ei tilanne ole koronan suhteen paha verrattuna Etelä-Suomeen. Olen yrittänyt hoitaa asiaa oikeusaputoimiston ja lastenvalvojien kautta, mutta mitään ei voi tehdä. Tilanne on käsittämätön. Etävanhemman oikeus lapseensa ja lapsen oikeus etävanhempaansa on surkea ja aiheuttaa henkistä kärsimystä.*

Tapaamisten muutokset ja niihin liittyvät tuntemukset saattoivat aiheuttaa konflikteja sekä stressiä niin lapsille, kuin vanhemmillekin, vaikka vanhemmat olisivat ennen olleet hyvinkin yhteistyökykyisiä (Smyth ym. 2020). Yksinhuoltajien kertomusten perusteella aiemmat konfliktit toisen vanhemman kanssa olivat osalla vahvistuneet entisestään. Erimielisyyksiä syntyi myös riittämättömästä avusta arjessa ja lapsen koulunkäynnissä sekä eriävistä näkemyksistä COVID-19 pandemiasta seuranneita rajoituksia koskien.

*Lapsen isä lepsuilee valtioneuvoston ohjeiden suhteen. Tapaavat ihmisiä isäviikoilla, lapsi ollut sukulaisella yökylässä, isä pitänyt juhlat jne. Ei voi ratkaista, mies kieltäytyy noudattamasta ohjeita.*

## 6. Johtopäätökset

Tässä pro gradu -tutkielmassa tarkasteltiin yksinhuoltajaperheiden kokemia haasteita korona-arjessa. Tuloksissa nousi vahvasti esille poikkeuksellisen korona-arjen yksinhuoltajille aiheuttama stressi ja uupumuksen kokemukset. Etätyö yhdessä lastenhoidon tai lasten etäkoulussa auttamisen kanssa vaikeutti yksinhuoltajien mahdollisuuksia yhdistää työ- ja perhe-elämää. Sosiaalisten kontaktien väheneminen pahensi myös osaltaan stressin ja uupumuksen tunteita yksinäisyyden ja sosiaalisen tuen saatavuuden heikkenemisen vuoksi. Yksinhuoltajille on aiheutunut haasteita myös, kun toisen vanhemman kanssa on jouduttu neuvottelemaan uudelleen lasten tapaamista ja muita arjen sääntöjä.

COVID-19 pandemia on murtanut arkeen muodostunutta toistoa ja tottumuksia sekä hälventänyt tilojen merkitystä, kun koulunkäynti, lasten hoiva ja työskentely siirtyivät monelta osin kotiin. Arjen käytännöt ovat vaatineet uudelleenneuvottelua, mikä on muuttanut arjen näkyvämmäksi. Yksilö kiinnittääkin arkeen usein huomiota vasta kun se ei toimi totutulla tavalla (Jokinen 2005). Muutosten vuoksi arki ei ole enää toiminut yksinhuoltajaperheissä ”autopilotilla”, minkä vuoksi arjen tarjoama mahdollisuus lepoon ja turvallisuuden tunteeseen on heikentynyt. Näin ollen muutokset arjen keskeisillä osa-alueilla ovatkin johtaneet stressin lisääntymiseen ja lopulta uupumuksen kokemuksiin, kun yksinhuoltajat ovat kokeneet vaatimukset liian suuriksi.

Tulokset ovat yhteneviä Iso-Britanniassa tehdyn tutkimuksen kanssa, missä hoivan havaittiin lisääntyneen huomattavasti ja siten myös yksinhuoltajien kokeman stressin (Women’s Budget Group 2020). Suomessa lapsi- ja perhejärjestöt ovat peräänkuuluttaneet toimia perheiden auttamiseksi COVID-19 pandemian aikana (MLL 2020), mutta tämän tutkimuksen tulosten valossa erityistä huomiota tulisi kiinnittää yksinhuoltajaperheisiin, joissa kasvaneet vaatimukset saattavat olla usein yhden vanhemman harteilla ja siten riski uupumuksen kokemuksiin huomattava. Akuutin avun tarve perheissä oli varmasti suurinta kevään 2020 poikkeusolojen aikana. Lasten ja perheiden palveluiden saatavuus heikkeni ja osa palveluista oli jopa katkolla, mikä on vaikeuttanut perheiden avunsaantia (Valtioneuvosto 2020). Yksinhuoltajaperheille tulisikin tarjota apua korona-arjen rasitteista selviämiseen ja niistä toipumiseen pandemian jälkeen. Keväällä 2020 nostettiinkin monelta taholta esiin tarvetta välttää 1990-luvun laman aikana tehtyjä virheitä, jolloin esimerkiksi lapsiperheiden

palveluita leikattiin ja siten heikennettiin lapsiperheiden hyvinvointia (Lastensuojelun keskusliitto 2020). Etätöiden muuttuessa uudeksi normaaliksi lukuisissa työpaikoissa, tulisi myös työelämän vihdoin tunnistaa lapsiperheiden ja etenkin yksinhuoltajien hoivavelvollisuudet työn ohella.

Tutkimuksessa tarkasteltiin ainoastaan yksinhuoltajaperheitä, eikä näin ollen voitu vertailla yksinhuoltajien kokemia haasteita muiden perheiden kokemuksiin haasteisiin. Kuitenkin Suomen ja Alankomaiden korkeakoulutettujen äitien välillä tehdyssä vertailussa työ- ja perhe-elämän yhdistämisen vaikeudet COVID-19 pandemian aikana osoittautuivat merkittävämmiksi yksinhuoltajaäideille (Yerkes ym. 2020). On siis mahdollista, että perheet ja erityisesti äidit jakavat monia samoja haasteita korona-arjessa, mutta osa haasteista esiintyy todennäköisesti vahvemmin yksinhuoltajilla, joilla on vähemmän apua saatavilla arjessa. Aihe vaatii kuitenkin vielä jatkotutkimusta ja laajempaa vertailua eri perhemallien välillä.

Tämän tutkimuksen heikkoutena on huomioitava aineiston yksinhuoltajien hyvin homogeeniset taustat. Valtaosa yksinhuoltajista oli naisia ja kertomusten perusteella lähivanhempia sekä korkeasti koulutettuja. Suurin osa lähivanhemmista on naisia (Tilastokeskus 2020), mutta lähivanhempien ja naisten osuus aineistossa on saattanut vaikuttaa siihen, mitkä haasteet nousivat esille kertomuksissa. Lähivanhemmillä hoivan ja työn yhteensovittamisen ongelmat olivat huomattavia, kun taas aineiston harvojen etävanhempien kertomusten kohdalla korostuivat vaikeudet tavata lapsia. Vastaavasti korkeakoulutettujen osuus aineistossa on todennäköisesti vaikuttanut ensinnäkin heidän työskentelytilanteeseensa COVID-19 pandemian aikana, sillä korkeakoulutuksen vaativissa ammateissa on todennäköisemmin voitu siirtyä etätöihin, kuin esimerkiksi palvelualalla. Tuloksissa ei juuri noussutkaan esiin huolia taloudellisesta tilanteesta, vaikka esimerkiksi Iso-Britanniassa on etenkin yksinhuoltajien arvioitu kärsineen taloudellisesti COVID-19 pandemian aikana (Dromey, Dewar & Finnegan 2020). Tämä on varmasti pitkälti yhteydessä aineiston yksinhuoltajien korkeakoulutettuun asemaan ja vähäisiin lomautuksiin. Jatkossa olisikin tärkeää tutkia yksinhuoltajien kokemuksia korona-arjessa myös laajemmalla otoksella, joka kattaisi useampia etävanhempia ja moninaisempia sosioekonomisia taustoja.

Vaikka tässä tutkimuksessa keskityttiin tarkastelemaan yksinhuoltajien kokemia haasteita korona-arjessa, on kuitenkin syytä huomioida, että yksinhuoltajat toivat esille myös positiivisia kokemuksia. Osa perheistä oli sopeutunut hyvin COVID-19 pandemian tuomiin muutoksiin ja kokivat arjen jopa helpommaksi ja rauhallisemmaksi. Vaikka etäkoulu aiheuttikin haasteita, muutama yksinhuoltaja huomasi etäkoulun sopivan jopa lähiovetusta paremmin lapselleen. Perheen yhteisen ajan koettiin myös lisääntyneen korona-arjen myötä. Yksinhuoltajatutkimuksessa negatiiviset lähtökohdat ja asetelmat ovat enemmän kuin yleisiä (Hakovirta 2006, 31), mihin tämä tutkimus osaltaan osallistui.

Tiede yhteisössä onkin jo jonkin aikaan nostettu esiin yksinhuoltajatutkimuksen ongelmakeskeisyyttä ja tarvetta tarkastella aihetta positiivisestakin näkökulmasta (em.). Aineiston yksinhuoltajien positiiviset kokemukset korona-arjessa osoittavatkin tutkimustarpeen poikkeusaikojen hyödyistä perheissä. Korona-arki ei selvästikään ole vain asettanut haasteita yksinhuoltajaperheille, vaan muuttuneeseen tilanteeseen on onnistuttu sopeutumaan hyvin ja se on jopa saattanut tuoda perheitä tiiviimmin yhteen.

## Lähteet:

- Auoardottir, Audur Magndis & Rudolfsdottir, Annadis G. (2020). Chaos ruined the children's sleep, diet and behaviour: Gendered discourses on family life in pandemic times. *Gender, work and organization*, 2020-08-17.
- Bakker, Wilma & Karsten, Lia (2013). Balancing paid work, care and leisure in post-separation households: A comparison of single parents with co-parents. *Acta sociologica*, 56 (2), 173-187.
- Becker, Stephen P.; Breaux, Rosanna; Cusick, Caroline N.; Dvorsky, Melissa R.; Marsh, Nicholas P.; Sciberras, Emma & Langberg, Joshua M. (2020). Remote learning during COVID-19: Examining school practices, service continuation, and difficulties for adolescents with and without attention-deficit/hyperactivity disorder. *Journal of Adolescent Health*, 67, 769-777.
- Bianchi, S. M., Sayer, L. C., Milkie, M. A. & Robinson, J. P. (2012) Housework: Who did, does or will do it, and how much does it matter? *Social Forces* 91(1), 55–63.
- Broberg, Mari & Tähtinen, Juhani (2009). Perheen toimivuus ja vanhemmuus yksinhuoltajaperheissä. Teoksessa: Forssén, Katja; Haataja, Anita & Hakovirta, Mia (toim.). Yksinhuoltajuus Suomessa. Helsinki: Väestöntutkimuslaitos.
- Clark, Serena; McGrane, Amy; Boyle, Neasa; Joksimovic, Natasha; Burke, Lydia, Rock, Nicole & O'Sullivan, Katriona (2020). "You're a teacher, you're a mother, you're a worker": Gender inequality during COVID-19 in Ireland. *Gender, Work and Organization*.
- Clark, Sue C. (2000). Work/Family Border Theory: A New Theory of Work/Family Balance. *Human Relations* 53 (6), 747-770.
- Cairney, John; Boyle, Michael; Offord, David R. & Racine, Yvonne (2003). Stress, social support and depression in single and married mothers. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 38 (8), 442-449.
- Czymara, Christian S.; Langenkamp, Alexander & Cano, Tomás (2021). Cause for concerns: gender inequality in experiencing the COVID-19 lockdown in Germany. *European Societies*, 23 (1), 68-81.
- Dromey, Joe; Dewar, Laura & Finnegan, Jerome (2020). Tackling single parent poverty after coronavirus. *Learning & Work Institute*. <https://learningandwork.org.uk/wp-content/uploads/2020/12/Tackling-single-parent-poverty-after-coronavirus.pdf>

- Eskola, Jari & Suoranta, Juha (1998). Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Felski, Rita (2000). The Invention of Everyday Life. Teoksessa: Felski, Rita (toim.). *Doing Time: Feminist Theory and Postmodern Culture*. NYU Press. 77-98.
- Furceri, Davide; Loungani, Prakash; Ostry, Jonathan D. & Pizzuto, Pietro (2020). COVID-19 will raise inequality if past pandemics are a guide. <https://voxeu.org/article/covid-19-will-raise-inequality-if-past-pandemics-are-guide>. [Viitattu 16.10.2020]
- Galloway, Allison (2005). Non-Probability Sampling. Teoksessa: Kempf-Leonard, Kimberly (toim.) *Encyclopedia of Social Measurement*, 859-864.
- Hakovirta, Mia & Broberg, Mari (2007). Parenting from a Distance: Factors Connected to the Contact between Children and a Non-resident Parent. *Nordisk sosialt arbeid*, 27 (1), 19–33.
- Hakovirta, Mia (2006). Yksinhuoltajaäitien työllisyys, toimeentulo ja työmarkkinavalinnat. Helsinki: Väestöntutkimuslaitos.
- Hertz, R., Mattes, J., & Shook, A. (2020). When Paid Work Invades the Family: Single Mothers in the COVID-19 Pandemic. *Journal of Family Issues*, 1–27.
- Jokinen, Eeva (2005). Aikuisten arki. Helsinki: Gaudeamus.
- Kröger, Teppo (2006). Lastenhoito yksinhuoltajaperheissä – palvelujen käyttöä, perheen sisäistä tukea ja hoivaköyhyyttä. Teoksessa: Hokkanen, Liisa & Sauvola, Maritta (toim.). *Puhumattomat paikat. Puheenvuoroja perheestä*. Oulu: Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskuksen julkaisusarja 22, 70-92.
- Kurowska, Anna (2020). Gendered Effects of Home-Based Work on Parents' Capability to Balance Work with Non-work: Two Countries with Different Models of Division of Labour Compared. *Social Indicators Research*, 151 (2), 405–425.
- Kääriäinen, Aino (2009). Ero haastaa vanhemmuuden. Lastensuojelun Keskusliitto/ Neuvo-projekti. Helsinki: Libris Oy.
- Lammi-Taskula, Johanna; Klemetti, Reija; Heino, Tarja; Hietanen-Peitola, Marke; Paju, Petri; Sarkia, Aino ja Lahtinen Jenni (2020). Lasten, nuorten ja perheiden hyvinvointi. Teoksessa: Kestilä, Laura; Härmä, Vuokko ja Rissanen, Pekka (toim.) *Covid-19 -epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen*. Asiantuntija-arvio, syksy 2020. Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin tutkimuskeskus.

Langenkamp, Alexander; Cano, Tomas & Czymara, Christian S. (2020). Family Structure and Concerns During the COVID-19 Pandemic: A Computational, Mixed-method Approach.

<https://doi.org/10.31235/osf.io/6c42q>

Lastensuojelun keskusliitto (2020). Koronakriisin hoidossa ei pidä toistaa 1990-luvun laman virheitä. Lapsen arki. <https://www.lskl.fi/blog/koronakriisin-hoidossa-ei-pida-toistaa-1990-luvun-laman-virheitä/> [viitattu 5.8.2021].

Marschall, Anja (2017). When everyday life is double looped. Exploring children's (and parents') perspectives on post-divorce family life with two households. *Children & society*, 31 (5), 342-352.

MLL (2020). Perheiden hyvinvointi ja tuen tarpeet koronan aiheuttamassa poikkeustilanteessa. Kannanotot ja lausunnot. <https://www.mll.fi/kannanotot-ja-lausunnot/perheiden-hyvinvointi-ja-tuen-tarpeet-koronan-aiheuttamassa-poikkeustilanteessa/> [viitattu 16.12.2020]

OKM ja STM (16.3.2020). Hallitus on todennut yhteistoiminnassa tasavallan presidentin kanssa Suomen olevan poikkeusoloissa koronavirustilanteen vuoksi. Tiedote. <https://minedu.fi/-/10616/hallitus-totesi-suomen-olevan-poikkeusoloissa-koronavirustilanteen-vuoksi> [viitattu 16.12.2020]

Paju, Petri (2020). Paikoiltaan siirretty arki: Koronakriisin vaikutukset lapsiperheiden elämään. Lastensuojelun Keskusliiton verkkojulkaisu 2/2020.

Prime, Heather; Wade, Mark; Browne, Dillon T & Kazak, Anne E (2020). *The American psychologist*, 75 (5), 631-643.

Roman, Christine (2017). Between Money and Love: Work-family Conflict Among Swedish Low-income Single Mothers. *Nordic journal of working life studies*, 7 (3), 23-41.

Salin, Milla; Kaittila, Anniina; Hakovirta, Mia & Anttila, Mari. (2020). Family Coping Strategies During Finland's COVID-19 Lockdown. *Sustainability* 12(21).

Smyth, Bruce M.; Moloney, Lawrence J.; Brady, Jacqueline M.; Judge Harman, Joe & Esler, Marian (2020). Covid-19 In Australia: Impacts on Separated Families, Family Law Professionals, And Family Courts. *Family Court Review* 2020-09-24.

THL (2020). Koronaepidemia ja eriarvoisuus. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveys/ajankohtaista/koronaepidemia-ja-eriarvoisuus>. [Viitattu 16.10.2020]



THL (2021). Lapset ja koronavirus. <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/lapset-ja-koronavirus> [Viitattu 29.5.2021]

Tilastokeskus (2020). Pikkulapsiperheiden määrä vähentynyt lähes viidenneksellä 2010-luvulla. Julkaistu 22.5.2020. [https://www.stat.fi/til/perh/2019/perh\\_2019\\_2020-05-22\\_tie\\_001\\_fi.html](https://www.stat.fi/til/perh/2019/perh_2019_2020-05-22_tie_001_fi.html). [Viitattu 22.10.2020]

Traunmüller, Claudia; Stelfitz, Rene; Gaisbachgrabner, Kerstin & Schwerdtfeger, Andreas (2020). Psychological correlates of COVID-19 pandemic in the Austrian population. *BMC Public Health*.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2018). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Valtioneuvosto (2020). Lasten ja Nuorten hyvinvointi koronakriisin jälkihoidossa. Lapsistrategian koronatyöryhmän raportti lapsen oikeuksien toteutumisesta 24.6.2020- Helsinki: Valtionneuvoston hallintoyksikkö, Julkaisutuotanto.

Women's Budget Group (2020). Parenting and COVID-19 – Research evidence. <https://wbg.org.uk/wp-content/uploads/2020/08/Coronavirus-the-impact-on-parents-20.08.2020.pdf>

Yle Uutiset (5.4.2020). Korona-arki pistää perheet koville – perheenäiti Mari Argillander: "Aikuiset jo ihan finaalissa, oispa kaljaa". Perheet, Yle Uutiset. <https://yle.fi/uutiset/3-11288170> [Viitattu 14.4.2021]

Yle Uutiset (14.4.2020). Lastensuojeluilmoituksia ja punaisia Wilma-merkintöjä – monet erityislapset jääneet ilman tukitoimia etäkoulun vuoksi. Koronavirus, Yle Uutiset. <https://yle.fi/uutiset/3-11301350> [Viitattu 14.4.2021]

Yle Uutiset (26.4.2020). Minkälaisia jälkiä korona jättää perheisiin: Lisää lapsia vai avioeroja? Neljä asiantuntijaa kertoo, miten perheet selviävät kriisistä, joka mullisti arjen. Koronavirus, Yle Uutiset. <https://yle.fi/uutiset/3-11321782> [Viitattu 14.4.2021]

Yerkes, Mara A.; Andre, Stefanie; Remery, Chantal; Salin, Milla; Hakovirta, Mia & van Gerven, Minna (2020). Unequal but Balanced: Highly educated mothers' perceptions of work-life balance during the COVID-19 lockdown in Finland and the Netherlands. <https://doi.org/10.31235/osf.io/652mh>