

# Vanhemmuuden haasteet ja mahdollisuudet monikkoperheessä

JOHANNA HYVÄLUOMA

## Johdanto

Lasten syntymä ja vanhemmuuden roolin omaksuminen on aina perheessä merkittävä asia. Vanhemmuus rikastuttaa elämää monin tavoin, mutta samalla se tuottaa erilaisia haasteita päivittäin. Entistä suuremman haasteen edessä vanhemmat ovat silloin, kun kyseessä on monikkoraskaus eli kaksosten, kolmosten tai vielä useamman lapsen odotus. Useimmiten monikkoraskaus tulee perheeseen yllätyksenä, ei-suunniteltuna elämäntilanteena, jolloin vanhempien tunnetilat voivat olla hyvin ristiriitaisia ja vaihdella järkytyksestä suureen iloon. Monikkovanhemmuus edellyttää erityistä johdonmukaisuutta, soveltamista ja suunnitelmallisuutta lisääntyvien arjen vaatimusten myötä.

Uusia monikkoperheitä syntyy vuosittain Suomessa noin 890. Näistä kaksoperheitä on 880 ja kolmosperheitä kymmenen. Nelosten syntyminen on harvinaista: viimeksi Suomessa on syntynyt neloset vuonna 1994. Monikkolasten osuus vuonna 2007 kaikista syntyneistä lapsista oli noin kolme prosenttia. (Gissler & Vuori 2008.) Useimmiten monikkoperheessä on lisäksi myös yksittäin syntyneitä lapsia. Monikkoperheellistymisen osuus on kasvanut viime vuosikymmeninä syntyvyyden vaihteluista huolimatta. Tätä ilmiötä on selitetty usein ensisynnyttäjiä iän nousulla. (Gissler 2007.) Vielä 1990-luvun loppupuolella noin 20 prosenttia monikkoraskauksista oli lapsettomuus- ja/tai hedelmöityshoitojen ansiota. Valtaosa perheistä (80 %) sai monikot kuitenkin spontaanisti, ilman hedelmöityshoitoja. Vuonna 2007 monisikiöisten synnytysten osuus hoitoja saaneilla oli enää 10,8 prosenttia. (Gissler & Vuori 2009.) Monikkoperheen äitien lapsilukumäärä on muiden lapsiperheiden äitejä suurempi: keskimääräinen lapsiluku kaikilla äideiksi

tulleilla on 2,23 lasta naista kohden, mutta monikkolapset synnyttäneillä 3,36 lasta (Ruokolainen 2010).

Sekä kansainvälisten tutkimusten että suomalaisten monikkoperheiden vanhempien kokemusten mukaan monikkoperheellistyminen tuo mukanaan erityisiä elämänhallinnan vaatimuksia, jolloin vanhemmuus, parisuhde, perheen toimeentulo sekä vanhemman oma jakaminen voivat joutua koetukselle. Paineita kasautuu niin vanhempien fyysiselle ja psyykkiselle hyvinvoinnille kuin sosiaaliselle ja taloudellisellekin elämänalueelle. (Kumpulainen 2009; Campbell & al. 2004; Ellison & Hall 2003; Thorpe & al. 1991.) Äidin katkonaiset yöunet, ajan ja energian puute työmäärän kasvaessa kotona ovat useimmiten synnä monikkoperheen vanhempien hyvinvoinnin heikkenemiselle (Campbell & al. 2004, 660). Vanhemmat joutuvat työstämään usein myös monikkolasten keskinäiseen suhteeseen ja yksilöllisyyden tukemiseen liittyviä erityistilanteita. Vanhemmilta vaaditaan yksilöidyn huomion ja ajan antamista kaikille, usein yhtäaikaaisesti ja intensiivisesti tarvitsevuuttaan ilmaiseksi lapsille (Trias & al. 2006) Monikkovanhemmuus tuo erityisiä huolia jo raskausaikaan, kun ennenaikaisen synnytyksen riski on suuri. Monikkoperheellä voi olla takanaan myös lapsettomuushoitoja, jotka ovat jo perheellistymisen alkuvaiheessa kuormittaneet vanhempia niin fyysisesti kuin psyykkisesti.

Millaisena vanhemmuus näyttäytyy suomalaisissa monikkoperheissä? Esiintyykö monikkovanhemmuudessa suurempia hyvinvoinnin riskejä kuin yksittäin syntyneiden lasten perheissä niin kuin yleisestä monikkoperhekeskustelusta ja kansainvälisistä tutkimustuloksista voitaisiin päätellä? Millaista apua ja tukea monikkoperheiden vanhemmille on tarjolla tukiverkos-

tojen ja perhepalvelujen kautta? Tässä katsauksessa pyrin vastaamaan näihin kysymyksiin esittelemällä monikkovanhemmuutta ja monikkovanhempien psykososiaalista hyvinvointia koskevia tutkimustuloksia ensimmäisestä suomalaisesta monikkovanhemmille suunnatusta hyvinvointikyselystä (Hyväluoma 2010). Lisäksi tuon esille monikkovanhempien kokemuksia omasta jaksamisestaan ja psyykkisestä hyvinvoinnistaan haastavan arjen keskellä. Lopuksi käsitelen monikkovanhempien kokemuksia perhettään tukevista voimavaroista, kuten sosiaalisesta verkostosta ja perhepalveluista. Päättävöitteenä on selvittää aiheutuuko monikkoperheessä vanhemmuudelle suurempia hyvinvointia uhkaavia riskejä kuin perheen saadessa lapset yksi kerrallaan.

## Aineistot ja menetelmä

Analyysi perustuu vuonna 2009 toteutettuun monikkoperheiden hyvinvointitutkimukseen, joka on ensimmäinen suomalainen suoraan monikkoperheiden vanhempien hyvinvointiin kohdistettu tutkimus. Monikkoperheiden hyvinvointitutkimus toteutettiin yhteistyössä Suomen Monikkoperheet ry:n ja Jyväskylän yliopiston Perhetutkimuskeskuksen kanssa, ja se on osa Suomen Monikkoperheet ry:n hallinnoimaa Hyvä alku monikkovanhemmuuteen -hanketta. Tutkimuksen sähköinen kyselyaineisto kerättiin syys-lokakuussa 2009. Internet-kysely suunnattiin 2 500:lle monikkoperheen äidille ja heidän mahdollisille puolisoilleen. Otos koostui poimintahetkellä alle 18-vuotiaiden monikkolasten äideistä, koska rekisteröityjä henkilötietoja monikkolasten isistä ei ole saatavilla. Kyselyyn osallistui 1 572 monikkovanhempaa, 1 133 äitiä ja 439 puolisoa, yhteensä 1 181 monikkoperheestä eri puolilta Manner-Suomea. Monikkoperheiden vastausprosentiksi kyselyssä muodostui 47,2 prosenttia vastaamaan kutsuttujen perheiden määrästä laskettuna.

Aineiston monikkoäidit olivat hieman puolisoitaan nuorempia äitien keski-ikä ollessa 39 vuotta 3 kuukautta ja puolisoiden 41 vuotta 3 kuukautta. Tutkittavat monikkoperheet olivat pääosin avioliitossa olevia kahden vanhemman perheitä (76 %). Yksinhuoltajaäitejä aineistoon kuului noin 12 prosenttia. Vastajien perheissä oli keskimäärin kolme lasta ja kotona asuvien lasten lukumäärä vaihteli yhden ja 14 lapsen välil-

lä. Yleisimmin perheiden nuorimmat lapset olivat iältään 6–11-vuotiaita (29 %) ja 24 prosenttia nuorimmista lapsista oli 12–18-vuotiaita. Alle kolmivuotiaiden lasten perheiden osuus aineistossa oli 27 prosenttia. Kyselyyn vastanneet vanhemmat olivat yleisimmin keskitasoisesti koulutettuja. Äidit olivat puolisoita yleisemmin korkeakoulutuksen saaneita. Tästä huolimatta puoliset olivat selkeästi useammin työelämässä kuin äidit, joista lähes 30 prosenttia oli kotona. Puoliset työskentelivät äitejä useammin johtavissa asemassa, ylempinä toimihenkilöinä ja yrittäjinä (63 %). Äitien ammattiasemana oli useimmiten työntekijä ja alempi toimihenkilö (61 %). Tässä analyysissä vanhemmuuden haasteita ja mahdollisuuksia tarkastellaan sekä lasten iän ja lukumäärän että vanhempien siviilissäädyn mukaan.

Analyysissa hyödynnetään vertailuaineistona Stakesin (nyk. THL) toteuttaman Hyvinvointi ja palvelut 2006 -selvityksen (Hypa06) kyselyaineistoa suomalaisten lapsiperheiden hyvinvoinnista (ks. Moisio 2007). Vertailun mahdollistamiseksi monikkoperheiden hyvinvointitutkimuksessa käytettiin osin samoja kysymyksiä Hypa06:n kanssa. Kaikki tässä analyysissä esitetyt kysymykset ovat identtiset Hypa06-kyselylomakkeen kanssa. Hypa06-aineiston avulla monikkoperheiden vanhempien psykososiaalista hyvinvointia tarkastellaan suhteessa ei-monikkoperheellisten lapsiperheiden vanhempien hyvinvointiin.

## Vanhemmuuden stressikokemukset voimakkaita monikkoperheissä

Monikkoperheissä koettiin varsin usein vanhemmuudesta aiheutuvaa stressiä, sillä lähes 40 prosenttia vanhemmista kertoi olevansa huolissaan omasta jaksamisestaan ja reilu 40 prosenttia vanhemmista koki riittämättömyyttä vanhempiana (taulukko 1). Näin omia kokemuksiaan monikkovanhemmuuden haasteista kyselyn avoimissa vastauksissa kuvasi eräs äiti: *”Riittämättömyys vauva-vaiheessa. Sain vain harvoin olla rauhassa vauvan kanssa, aina toinen huusi. Ja ensimmäiset kaksi vuotta jouduin heräämään joka yö kymmeniä kertoja ... Jouduin yksin valvomaan, koska vain minulla piti hermo. Jäljet ovat jääneet, sekä omaan terveyteen että parisuhteeseen.”* (äiti 46 v., kaksoset). Riittämättömyyden kokemukset olivatkin monikkovan-

Taulukko 1. Vanhemmuuden haasteet ja stressikokemukset (jokseenkin tai täysin samaa mieltä), %

Väittäjä	Monikkoperheet (n=1499–1515)	HYPÄ06-perheet (n=2471–2842)
Olen huolissani omasta jaksamisesta vanhempana	38,8	38,2
Olen huolissani puolison jaksamisesta vanhempana	31,7	32,2
Koen riittämättömyyttä vanhempana	43,0***	32,1
Koen puolisoni riittämättömäksi vanhempana	15,9	16,5
Koen, että vanhemmuuteeni kohdistuvia haasteita ei ymmärretä riittävästi	42,5	#
Monikkolasten kasvattaminen on haastavampaa kuin osasin odottaa	39,4	#
Hermostun monikkolapsille liian usein	33,3	#
Lasten kasvatuksessa tarvitaan fyysisiä kurinpitokeinoja	7,4	13,9***
Lasten kasvatuksessa tarvitaan fyysisiä hellyydenosoituksia	97,5	98,7
Monikkolasten yksilöllinen ja tasavertainen kohtelu on ollut helppoa	59,5	#
Perheen ulkopuolisten neuvot ovat silloin tällöin tarpeen (monikko)lasten kasvatuksessa	31,7	38,0***

(Analyysimenetelmänä käytetty ristiintaulukointia ja Khi-neliötestiä)

Huom. \*\*\* = ero tilastollisesti erittäin merkitsevä, # = tietoa ei saatavilla

hemmilla selvästi yleisempiä kuin muilla vanhemmilla. Monikkolasten yhtäaikaista vaatimista huomio sekä hoidon ja kasvatuksen erityishaasteet lisäävät todennäköisesti vanhempien kokemusta omasta riittämättömyydestä. Puolison jaksaminen tai riittämättömyys vanhempana huolestutti vastaajia vähemmän kuin oma jaksaminen. Monikkoäitejä oma jaksaminen ja riittämättömyys huolestuttivat selvästi puolisoita useammin. Yli 40 prosenttia vanhemmista koki myös, ettei monikkovanhemmuuteen kohdistuvia haasteita ymmärretä riittävästi – erityisesti äidit olivat tätä mieltä (äidit 48 % / puoliset 30 %).

Lähes 40 prosenttia vanhemmista koki monikkolasten kasvatuksen haastavampana kuin oli osannut odottaa. Hermostumista monikkolapsille liian usein tapahtui omien arvioidensa mukaan noin kolmasosalle vanhemmista. Kuitenkin vain seitsemän prosenttia monikkovanhemmista oli sitä mieltä, että fyysisiä kurinpitokeinoja tarvitaan kasvatuksessa. Monikkovanhemmat pitivät fyysisiä kurinpitokeinoja selvästi tarpeettomampana kasvatuksessa kuin Hypä06:n vanhemmat. Sen sijaan fyysisten hellyydenosoitusten tärkeys lasten kasvatuksessa oli lähes kaikille vanhemmille ilmeistä. Tyyppillinen ajatus miehistä kurinpitäjinä ja äideistä hoivaajina tuli esille myös tässä tutkimuksessa: monikkoäitien puoliset sallivat fyysiset kurinpitokeinot äitejä useam-

min, kun taas äidit korostivat hieman puolisoita enemmän fyysisiä hellyydenosoituksia.

Vaikka vanhemmuus kuormitti vanhempia yleisesti, kertoi suurin osa monikkovanhemmista monikkolasten yksilöllisen ja tasavertaisen kohtelun olleen helppoa. Kiintoisaa on, että riittämättömyyden kokemisesta huolimatta monikkovanhemmat katsoivat myös selviävänsä vanhemmuuteen liittyvistä haasteista perheen kesken ilman ulkopuolisten neuvoja huomattavasti useammin kuin Hypä06-vanhemmat. Usein monikkoperheeseen yhdistetäänkin selviytymisen paineet, jolloin vanhemmat yrittävät pärjätä itsenäisesti haasteistaan huolimatta tai he ovat jo yksinkertaisesti liian uupuneita avun pyytämiseen (Kauppi 2004; Sipponen 2000, 51). Vanhemmat voivat myös kokea, etteivät ulkopuoliset ihmiset ymmärrä monikkoperheen arkea eivätkä näin ollen osaa neuvoa monikkolasten kasvatuksessa.

Muita perheitä useammin huolissaan omasta ja puolisonsa jaksamisesta olivat erityisesti yksinhuoltajavanhemmat sekä alle kolmivuotiaiden pikkulasten vanhemmat. Yksinhuoltajat, alle kolmivuotiaiden lasten vanhemmat sekä neljän tai sitä useamman lapsen vanhemmat kokivat itsensä myös muita useammin riittämättömiksi vanhempana. Lisäksi alle kolmivuotiaiden monikkolasten vanhemmat kokivat muita monikkoperheitä useammin monikkolasten kasvattami-

sen ennakoitua haastavammaksi ja että heidän vanhemmuuden haasteitaan ei ymmärretä riittävästi. Tulokset ovat hyvin ymmärrettävissä, koska yksinhuoltajilla arki monikkolasten vanhempana voi olla hyvin työntäyteistä eikä heillä ole puolisoa jakamassa arjen haasteita. Pienten lasten monikkoperheissä vauva-arki voi myös helposti uuvuttaa, kun jatkuvaa hoivaa vaatii yhtäaikaaisesti useampi lapsi. Tällöin vanhemman jaksaminen on koetuksella ja väsyneenä kärsivällisyyskin lapsia kohtaan mahdollisesti aiempaa vähäisempää.

Vaikka vanhemmuuden stressikokemukset näyttävät keskittyvän lasten pikkulapsivaiheeseen, kokivat kouluikäisten (7–11-v.) monikkolasten vanhemmat muita useammin monikkolasten tasavertaisen kohtelun vaikeaksi. Alle 12-vuotiaiden lasten vanhemmat katsoivat fyysiset hellyydenosoitukset teini-ikäisten lasten vanhempia useammin tarpeelliseksi kasvatuksessa. Ulkopuolisten neuvoja monikkolasten kasvatukseen kaipasivat erityisesti yksinhuoltajavanhemmat, joka on hyvin ymmärrettävissä vanhemmuudesta koetun stressin kautta. Ulkopuolisten neuvojen tarpeellisuus väheni perheen lasten lukumäärän kasvaessa.

## Monikkovanhempien psyykinen hyvinvointi koetuksella?

Lähes 30 prosenttia monikkovanhemmista kertoi kyselyssä olleensa viime aikoina melko tai erittäin stressaantuneita (asteikolla 1=ei lainkaan,

5=erittäin paljon, taulukko 2). Äidit kokivat itsensä stressaantuneemmaksi kuin heidän puolisonsa: äideistä melko tai erittäin paljon stressiä koki 29 prosenttia ja puolisoista 23 prosenttia. Hypa06:n vanhemmat kokivat itsensä erittäin stressaantuneeksi monikkovanhempia hieman harvemmin. Vaikka erot monikkovanhempien ja muiden vanhempien välillä ovat melko pieniä, nousevat ne aineistosta esille tilastollisesti erittäin merkitsevinä. Negatiivisia tuntemuksia<sup>1</sup>, kuten uupumusta, alakuloisuutta, ahdistuneisuutta ja fyysisiä kiputiloja monikkovanhemmat kokivat kuitenkin harvoin, jopa harvemmin kuin muut lapsiperheiden vanhemmat. Arjesta selviytymisen apuna toimii monikkoperheissä todennäköisesti jaettu vanhemmuus ja toimivat tukiverkostot, jotka parhaimmillaan edistävät kummankin monikkovanhemman psyykkistä hyvinvointia. Lisäksi on hyvä muistaa, että monikkovanhemmukseen sisältyy useimmiten myös tuplasti iloa ja onnea. Suurin osa (71 %) monikkovanhemmista kertoikin kokevansa positiivisia tuntemuksia<sup>2</sup>, kuten onnellisuutta, tehokkuutta ja tasapainoisuutta raskaista hetkistä huolimatta erittäin usein. Näin monikkovanhemmuuden iloista kyselyn avoimissa vastauksissa kuvasi eräs äiti: *”Parasta monikkovanhemmuudessa on 2 ihanaa rakasta lasta, jotka ovat tehneet elämästä täyden ja hauskan.”* (äiti 40 v., kaksoiset). On myös havaittu, että vanhempien keskinäinen luottamus ja arvostus toisiaan kohtaan, avoin rakkautta ilmaiseva parisuhde sekä oman ajan löytyminen kohtuulliseen taloudelliseen toi-

Taulukko 2. Monikkovanhempien ja muiden lapsiperheiden psyykinen hyvinvointi, %

	Monikkovanhemmat (n=1494–1499)	Hypa06-vanhemmat (n=2850–2862)
Kokee stressiä erittäin tai melko paljon	27,5***	24,9
Kokee erittäin tai melko usein itsessään negatiivisia tuntemuksia	14,9	16,9**
Kokee erittäin tai melko usein itsessään positiivisia tuntemuksia	71,2	#

(Analyysimenetelmänä käytetty ristiintaulukointia ja Khi-neliötestiä)

Huom. \*\*\* = p < .001, \*\* = p < .01, # = tietoa ei saatavilla

1. Negatiivisia tuntemuksia -keskiarvosummamuuttuja rakennettiin seuraavista väittämistä: 1) Tunnen kipua, särkyä, pahoinvointia tai kutinaa, 2) Tunnen itseni surulliseksi, alakuloiseksi tai masentuneeksi, 3) Tunnen itseni ahdistuneeksi tai jännittyneeksi, 4) Tunnen itseni uupuneeksi, väsyneeksi tai voimattomaksi, 5) Tunnen itseni aggressiiviseksi ja hermostuneeksi, 6) Tunnen itseni sosiaalisesti eristäytyneeksi.

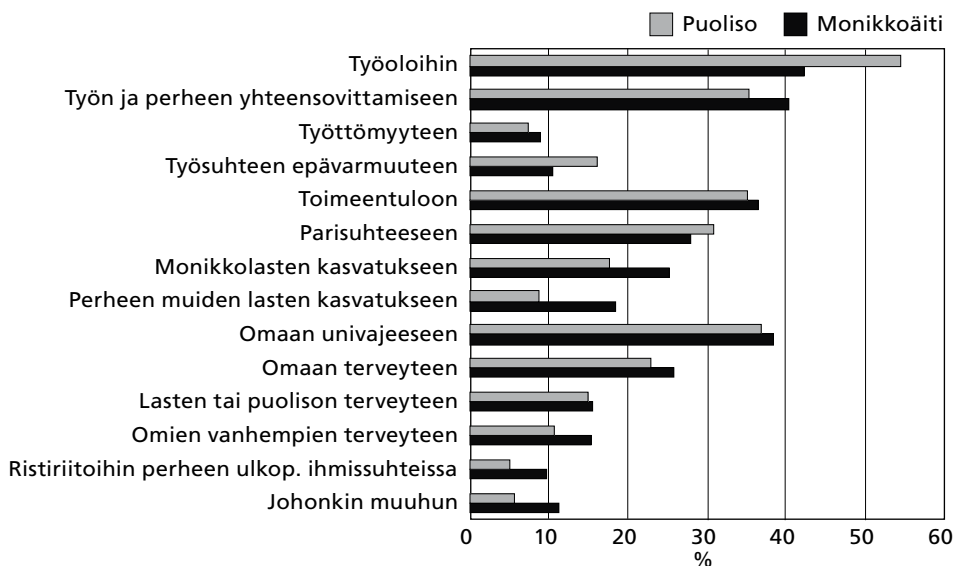
2. Positiivisia tuntemuksia -keskiarvosummamuuttuja rakennettiin seuraavista väittämistä: 1) Tunnen itseni onnelliseksi ja tyytyväiseksi, 2) Tunnen itseni aikaansaavaksi ja tehokkaaksi, 3) Tunnen oloni rennoksi ja tasapainoiseksi.

meentuloon yhdistettynä antavat monikkovanhemmille voimaa jaksaa monikkoarjen keskellä (Hyväluoma 2010). Toimivan parisuhteen merkitystä monikkoperheessä korostaa myös kyselyn avoimissa vastauksissa erään äidin kommentti: ”*Voimavarana puolisoni ja minun hyvä perussuhde, jota ei pikku riidat ja huolet horjuta: yhdessä olemme voima!*” (äiti 31 v., kaksoset + 6 lasta). Monikkoäidit kokivat itsessään sekä negatiivisia että positiivisia tunteita hieman puolisoitaan useammin. Vaikka äidit siis kokevat ahdistusta ja väsymystä, on heillä vastaavasti myös ilon ja onnen hetkiä puolisoita yleisemmin.

Useimmiten monikkovanhempien kokemus stressiä yhdistyi työoloihin, työn ja perheen yhteensovittamiseen, omaan univajeeseen ja toimeentuloon (kuvio 1), vaikka vastaukset erosivat puolisoitten kesken monessa eri aihe-alueessa. Äidit yhdistivät kokemansa stressin puolisoita useammin omaan univajeeseen, perheen muiden lasten kasvatukseen, omien vanhempien terveyteen ja ristiriitoihin perheen ulkopuolisissa ihmissuhteissa sekä muihin asioihin, kuten esimerkiksi opiskeluun ja perheenjäsenen kuolemaan. Puolisoiden stressi yhdistyi äitejä useammin työhön liittyviin tekijöihin, kuten työoloihin ja työsuhteen epävarmuuteen. Samansuuntaisia tuloksia on saatu aiemmin myös Aune Karhumäen (2010) tutkimuksessa, jossa äidit yhdistivät huo-

lensa omaan jaksamiseen ja isät toimeentuloon. Hypa06:n lapsiperheiden vanhemmat yhdistivät stressin yleisimmin työoloihin, toimeentuloon ja parisuhteeseen. Tarkkoja tilastollisia vertailuja stressin aiheuttajista perheiden välillä ei voitu tehdä väittämien erilaisuuden vuoksi.

Monikkoperheiden vanhempien stressikokemukset ja negatiiviset tuntemukset vaihtelivat vanhempien siviilisäädyn, perheen nuorimman lapsen iän ja lasten lukumäärän suhteen mukaan. Yksinhuoltajat kokivat olevansa kahden huoltajan perheitä useammin erittäin ja melko stressaantuneita (yksinhuoltajat 38 %, kahden huoltajan perheet 26 %) sekä tunsivat itsessään useammin negatiivisia tunteita. Stressikokemukset vaihtelivat myös monikkoperheen nuorimman lapsen iän mukaan: alle kouluikäisten lasten vanhemmat kokivat muita monikkoperheiden vanhempia yleisemmin erittäin tai melko paljon stressiä. Negatiivisia tunteita koetaan muita perheitä useammin alle 3-vuotiaiden lasten monikkoperheissä. Lasten vauva- ja pikkulapsi-iat onkin koettu haastavimmiksi vaiheiksi monikkovanhemmuudessa (Hyväluoma 2010). Monikkoperheen lasten lukumäärällä ei ollut yhteyksiä vanhempien stressikokemuksiin, mutta negatiivisia tunteita oli eniten kahden lapsen vanhemmilla eli niissä perheissä, joissa oli vain kaksoset.



Kuvio 1. Mihin kokemallasi stressillä on ollut yhteyttä? (%)

## Perhepalvelut apuna monikkovanhemmuudessa – kohtaavtko tarve ja saatavuus?

Arjen haasteista huolimatta monikkoperheiden vanhemmat eivät kokeneet kovinkaan yleisesti tarvitsevansa tukea yhteiskunnan perhepalveluista, eikä mahdollisten vanhemmuuden haasteiden kanssa ainakaan kovin helposti käännytty ammattilaisten puoleen (taulukko 3). Suurin osa vanhemmista oli vastannut avun hakemiseen ja saamiseen liittyviin kysymyksiin ”en ole tarvinnut”. Eniten monikkovanhemmat olivat viimeisen vuoden aikana hakeneet ja saaneet apua perhe-elämäänsä liittyvissä asioissa päivähoidon tai koulun henkilöstöltä (36 %) sekä lääkäriltä (28 %). Myös perheneuvolasta oli saanut tukea reilu kymmenesosa monikkovanhemmista. Vaikka avun tarve oli monikkovanhemmillä kokonaisuudessaan melko alhainen, olivat he silti sekä tarvinneet että saaneet tarvitsemaansa apua lähes kaikista mainituista palveluista Hypa06:n vanhempia useammin.

Yleisesti ottaen monikkovanhemmat eivät olleet kovinkaan usein jääneet ilman tarvittavaa apua ja tukea. Kuitenkin reilu kymmenen prosenttia monikkovanhemmista koki jääneensä ilman tarvitsemaansa lapsiperheille suunnattua kotipalvelua ja lähes viisi prosenttia sosiaalitoimiston apua. Monikkovanhemmat kokivatkin jääneensä ilman tarvitsemaansa apua selvästi muita lapsiperheitä useammin juuri näistä sosiaalipalveluista sekä perheneuvolasta. Eroa voidaan selittää sillä, että monikkovanhemmillä oli selvästi suurempi tarve avulle ja tuelle kuin Hypa06-perheiden vanhemmilla, jolloin he ovat hakeneetkin apua enemmän. Kuitenkin ilman apua jääneiden osuus monikkovanhemmista on erityisesti kotipalvelun osalta huolestuttavan korkea, ja se voi heijastua suoraan vanhempien jaksamiseen ja hyvinvointiin, kun vaikeuksia ennaltaehkäisevät palvelut jäävät puuttumaan. Kyselyn avoimissa vastauksissa kokemuksiin perhepalveluista kuvasivat eräät äidit seuraavasti: ”*Vauvavuotena olisimme kaivanneet kotiapua, muttemme sitä saaneet. Th:n mukaan sitä saa vain todella*

Taulukko 3. Monikkoperheiden ja muiden lapsiperheiden vanhempien avun hakeminen ja saamisen viimeisten 12 kk:n aikana

Perhepalvelu	Monikkoperheet			Hypa06-perheet		
	En ole tarvinnut tukea	Olen saanut tukea	Olisin tarvinnut, mutta en ole saanut	En ole tarvinnut tukea	Olen saanut tukea	Olisin tarvinnut, mutta en ole saanut
Lapsiperheiden kunnallisesta kotipalvelusta	84,5	<u>5,3</u>	<u>10,2</u>	<u>97,8</u>	1,4	0,8
Sosiaalitoimistosta (esim. perhetyötä)	89,1	6,0	<u>4,8</u>	<u>91,8</u>	6,7	1,6
Perheneuvolasta	86,7	<u>11,2</u>	<u>2,0</u>	<u>90,8</u>	8,6	0,7
Psyykkisen terveydenhuollon palveluista	89,8	8,7	1,4	#	#	#
Lääkäriltä	70,7	<u>27,8</u>	1,5	<u>80,9</u>	18,1	1,0
Päivähoidon tai koulun henkilöstöltä	63,5	35,5	1,0	#	#	#
Yksityisistä hoivayrityksistä	97,3	<u>2,2</u>	<u>0,5</u>	<u>98,6</u>	1,3	0,2
Vapaaehtoisjärjestöistä	92,5	<u>4,0</u>	3,5	<u>98,2</u>	1,5	0,3
Seurakunnasta	91,7	<u>8,0</u>	0,4	<u>95,8</u>	3,9	0,3

(Analyysimenetelmänä käytetty ristiintaulukointia ja Khi-neliötestiä)

Huom. Alleviivattujen solujen erot tilastollisesti merkitseviä monikkoperheiden ja Hypa06-perheiden välillä, # = tietoa ei saatavilla

*apua tarvitsevat. Lopulta olin niin väsynyt, että olin viikon ensi- ja turvakodissa lasten kanssa lepäämässä.*” (äiti 31 v., kaksoiset), *”Vauvu-  
vuosina olisin kaivannut käytännön lastenhoitoapua edes silloin tällöin. Tosin en sitä osannut kovin suuriäänisesti vaatiakaan, pidin kunnia-asiana selviytyä yksin päivistä. ... Jälkikäteen ajateltuna minun olisi pitänyt ymmärtää pyytää apua, olin todella väsynyt.*” (äiti 38 v., kaksoiset + 1 lapsi). Olennaista olisi selvittää, jäävätkö monikkovanhemmat ilman tarvittavaa tukea resurssien vähäisyyden vuoksi vai onko kynnys avun hakemiseen liian suuri, kuten Karhumäki (2009) on todennut.

Avun saaminen ja saamatta jääminen vaihteli perheen lasten iän ja lukumäärän sekä vanhempien siviilissäädyn mukaan. Alle kouluikäisten lasten vanhemmat olivat saaneet kouluikäisten lasten vanhempia enemmän apua, mutta myös jääneet useammin ilman tarvittavaa apua lapsiperheille tarkoitettusta kunnallisesta kotipalvelusta, perheneuvolasta, sosiaalitoimistosta ja vapaaehtoisjärjestöistä. Apua oli siis saatu, mutta tarve avulle olisi lasten pikkulapsi-iässä vieläkin suurempi. Avun saannin keskittyminen pikkulapsiperheisiin onkin luonnollista, sillä työmäärä lastenhoidossa on tällöin suurta ja apua haetaan enemmän. Lasten saavutettua kouluiän säännöllinen yhteys moniin pikkulapsiperheiden palveluihin vähenee ja avun saanti harvenee. Avun saaminen vaihteli osittain myös perheen lasten lukumäärän suhteen, sillä suurissa (4+ lasta) perheissä kotipalvelun ja sosiaalitoimiston apu oli jäänyt saamatta pienempiä monikkoperheitä useammin. Suurissa perheissä avun tarve voikin olla entistä suurempi, ja siihen kuntien varaamat resurssit eivät ehkä riitä. Yksinhuoltajavanhemmat kokivat puolestaan muita perheitä useammin toisaalta saaneensa apua, mutta myös jääneensä ilman tarvitsemaansa apua sosiaalitoimistosta, eli apu ei ollut ollut riittävää. Lisäksi yksinhuoltajat olivat saaneet muita enemmän tukea psykisen terveydenhuollon palveluista. Avun saamisella oli selvä yhteys myös vanhempien omaan hyvinvointiin. Ne vanhemmat, jotka eivät olleet saaneet tarvitsemaansa apua yhteiskunnan sosiaali- ja perhepalveluista kokivat itsensä muita useammin erittäin stressaantuneiksi ja tunsivat itsensä enemmän negatiivisia tuntemuksia.

## **Pohdinta ja johtopäätökset – monikkovanhemmuuden kuormitus ja voimavarat**

Tässä analyysissä olen tarkastellut monikkovanhemmuutta ja vanhempien kokemuksia psykososiaalisesta hyvinvoinnistaan. Analyysin tavoitteena oli selvittää aiheuttaako monikkovanhemmuus suurempia hyvinvointia uhkaavia riskejä kuin perheen saadessa lapset yksi kerrallaan. Aineisto perustui ensimmäiseen, laajaan suomalaiseseen monikkoperheille suunnattuun hyvinvointikyselyyn. Vertailuaineistona käytettiin Stakesin vuonna 2006 keräämää Hypa06-kyselyä, josta selviää muiden lapsiperheiden hyvinvointi.

Edellä kuvaamani tutkimustulokset antavat selviä viitteitä siitä, että monikkovanhemmuus sisältää erityispiirteitä verrattuna yksittäin syntyneiden lasten perheisiin. Lastenhoidon edellyttämän työmäärän lisääntyessä väsymyksen ja uupumuksen tunteista voi muodostua monikkovanhemmille jokapäiväisiä. Monikkoperheissä vanhemmuus koettiin varsin usein kuormittavana, jolloin vanhemman, erityisesti äidin oma jaksaminen ja riittäminen olivat koetuksella. Monikkovanhemmat kokivat myös itsensä hyvin stressaantuneiksi hie-  
man useammin kuin muut lapsiperheiden vanhemmat. Erityisesti nämä vanhemmuuden taakat kohdistuivat yksinhuoltajien ja pikkulapsiperheiden vanhempien harteille, jolloin monikkovanhempien voimat kuluivat arjesta selviytymiseen ja perushoidon rutiininomaiseen toteuttamiseen oman jaksamisen kustannuksella. Yksinhuoltajilla puolestaan ei ole päivittäistä tukea puolisosta, jonka kanssa jakaisi monikkovanhemmuuden kuormat – yksin on vain selvitävä. Kun vanhemmuuden stressikokemukset lisääntyvät, väsymys voi uuvuttaa ja henkinen sekä fyysinen hyvinvointi vaarantua. Myös omillaan selviytymisen paineet saattavat luoda monikkovanhempien hyvinvoinnille lisähaasteita.

Vaikka monikkovanhemmuutta ja monikkoperheen arkea kuvataan usein erityishaasteiden kautta, on kuitenkin perheitä, jotka eivät koe monikkovanhemmuutta erityisen kuormittavana. Negatiivisten tuntemusten kokeminen oli monikkovanhempien keskuudessa jopa muita perheitä vähäisempää. Stressikokemukset ovat siis arkipäiväisiä, mutta niistä selvitään useimmiten ilman vakavia ahdistus- tai masennustiloja. Arjesta selviytymisen apuna toimii tällöin todennäköisesti jaettu vanhemmuus ja toimivat tuki-

verkostot, jotka parhaimmillaan edistävät kummankin monikkovanhemman psyykkistä hyvinvointia. Lisäksi on hyvä muistaa, että monikkovanhemmuuteen sisältyy useimmiten myös tuplasti iloa ja onnea. Toisaalla onkin havaittu, että vanhempien keskinäinen luottamus ja arvostus toisiaan kohtaan, avoin rakkautta ilmaiseva parisuhde sekä oman ajan löytyminen kohtuulliseen taloudelliseen toimeentuloon yhdistettynä antavat monikkovanhemmille voimaa jaksaa monikkoarjen keskellä (Hyväluoma 2010). Erik Allardtin (1976) mukaan hyvinvointi koostuu elintason lisäksi myös yhteisyyssuhteista ja itsensä toteuttamisen muodoista, jotka vahvistavat elämänlaatua myös monikkoperheissä.

Sosiaalisen verkoston tarjoama lähituki on ilmeisen isossa roolissa monikkovanhempien jakamista ja hyvinvointia tarkasteltaessa, sillä ammattilaisen apua monikkovanhemmat eivät koe tarvitsevansa kovinkaan usein. Tästä huolimatta monikkovanhemmat kokevat jäävänsä ilman tarvittavaa apua hieman muita lapsiperheitä useammin. Yhteiskunnan perhepalveluista selvästi huonoimmin monikkoperheiden kannalta toimii lapsiperheille tarkoitettu kotipalvelu, josta vanhemmat toivovat usein apua sitä kuitenkaan saamatta. Varsinkin pienten lasten monikkovanhemmille kotipalvelun apu olisi erityisen tarpeellista arkielämän sujuvuuden ja vanhempien jak-

## TIIVISTELMÄ

### *Johanna Hyväluoma: Vanhemmuuden haasteet ja mahdollisuudet monikkoperheessä*

Monikkovanhemmuus edellyttää erityistä johdonmukaisuutta, soveltamista ja suunnitelmallisuutta lisääntyvien arjen vaatimusten myötä. Monikkoperheellistyminen tuo mukanaan moninkertaiset elämänhallinnan vaatimukset, jolloin vanhemmuus voi joutua koetukselle. Paineita kasautuu usein niin vanhempien fyysiselle ja psyykkiselle hyvinvoinnille kuin sosiaalisellekin elämänalueelle. Tässä analyysissä tarkastelen monikkovanhemmuutta ja monikkovanhemman psykososiaalista hyvinvointia koskevia tutkimustuloksia ensimmäisestä suomalaisesta, alle 18-vuotiaiden monikkolasten vanhemmille suunnatusta hyvinvointikyselystä (Hyväluoma 2010). Vertailuaineistona hyödynnetään Stakesin (nyk. THL) keräämää Suomalaisen hyvinvointi ja palvelut 2006 -selvitystä lapsiperheiden hyvinvoinnista. Tavoitteena on selvittää aiheutuko monikkoperheessä vanhemmuudelle suurempia hyvinvointia uhkaavia riskejä kuin perheen saadessa lapset yksi kerrallaan.

Tulosten mukaan monikkovanhemmuuteen sisältyy haastavan arjen myötä erityispiirteitä verrattuna yksittäin syntyneiden lasten perheisiin. Monikkoper-

heiden kannalta. Lasten ja kodin hoitoon saadun avun on koettu säästävän äitejä uupumiselta ja vähentävän jopa masennusriskiä.

Tämä tutkimus antaa selkeän kuvan siitä, että nykyiset perhepoliittiset tukimuodot eivät pysty riittävästi vastaamaan monikkovanhemmuuden kuormitukseen ja niistä mahdollisesti aiheutuviin muihin perhe-elämän ongelmiin. Vastauksena julkisen sektorin riittämättömyydelle voidaan pitää ns. hyvinvointipluralismia, jossa vastuuta hyvinvoinnista jaetaan eri toimijoiden kesken (Julkunen 2006). Yhteiskunnan perhepalveluiden resurssien puutetta voidaan pyrkiä korvaamaan muun muassa kolmannen sektorin kanssa tehtävän tehokkaamman yhteistyön kautta, jolloin monipuolisia tuen ja avun muotoja olisi mahdollista tuottaa erilaisista lähtökohdista tulevien lapsiperheiden tarpeisiin. Vanhemmuutta ja psyykkistä hyvinvointia vahvistavilla joustavilla tukimuodoilla voisi olla mahdollisuudet luoda erityisesti pienten lasten ja yksinhuoltajien monikkoperheille muiden lapsiperheiden kanssa tasavertaiset lähtökohdat arjessa selviytymiseen. Olennaista olisi helpottaa palvelujen saatavuutta ja madaltaa kynnystä palvelujen hakemiseen muun muassa tiedottamalla paremmin olemassa olevista tukimuodoista ja lisäämällä resursseja todelliseen lapsiperheitä tukevaan, ennaltaehkäisevään työhön.

heissä vanhemmuus koetaan varsin usein kuormittavana, jolloin erityisesti äidin oma jaksaminen ja riittäminen ovat koetuksella. Myös monikkolasten kasvatusta koetaan odotettua haastavampana ja ulkopuolisten ymmärrystä monikkovanhemmuuden haasteisiin riittämättömänä. Monikkovanhemmat kokivat myös itsensä hyvin stressaantuneiksi hieman useammin kuin muut lapsiperheiden vanhemmat. Lastenhoidon edellyttämän työmäärän lisääntyessä väsymyksen ja uupumuksen tunteista voi muodostua monikkovanhemmille jokapäiväisiä. Erityisesti nämä vanhemmuuden taakat kohdistuivat yksinhuoltajien ja pikkulapsiperheiden vanhempien harteille. Ammattilaisen apua monikkovanhemmat eivät haasteistaan huolimatta koe tarvitsevansa kovinkaan usein. Tästä huolimatta monikkovanhemmat kokevat jäävänsä ilman tarvittavaa apua hieman muita lapsiperheitä useammin. Yhteiskunnan perhepalveluista selvästi huonoimmin monikkoperheiden kannalta toimii lapsiperheille tarkoitettu kotipalvelu, josta vanhemmat toivovat usein apua sitä kuitenkaan saamatta. Varsinkin pienten lasten monikkovanhemmille ja yksinhuoltajille kotipalvelun apu olisi erityisen tarpeellista arkielämän sujuvuuden ja vanhemmuudessa jaksamisen kannalta.



## KIRJALLISUUS

- Allardt, Erik: Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Porvoo: WSOY, 1976
- Campbell, Doris & van Teijlingen, Edwin & Yip, Livia: Economic and social implications of multiple birth. *Best Practice & Research Clinical Obstetrics and Gynaecology* 18 (2004): 4, 657–668
- Ellison, Marcia & Hall, Janet: Social stigma and compounded losses: quality-of-life issues for multiple birth families. *Fertility and Sterility* 80 (2003): 2, 405–414
- Gissler, Mika: Pohjoismaiset perinataalitalostat. *Tilastotiedote* 22/2007. *Terveys* 2007. Helsinki: Stakes, 2007 <<http://www.stakes.fi/tilastot/synnyttajat>> [7.4.2008]
- Gissler, Mika & Vuori, Eija: Synnytykset ja vastasyntyneet 2008. *Tilastoraportti* 22/2009. *Terveys* 2009. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2009
- Gissler, Mika & Vuori, Eija: Synnyttäjät, synnytykset ja vastasyntyneet 2007. *Tilastotiedote* 30/2008. *Terveys* 2008. Helsinki: Stakes, 2008 <<http://www.stakes.fi/FI/tilastot/aiheittain/Lisaantyminen/synnyttajat/index.htm>>
- Hyväluoma, Johanna: Moninkertaisia onnenhetkiä ja arjen haasteita. Monikkoperheiden vanhempien kokemuksia perheen hyvinvoinnista. 2010. Käsikirjoitus. 30.3.2010
- Julkunen, Raija: Kuka vastaa? Hyvinvointivaltion rajat ja julkinen vastuu. Helsinki: Stakes, 2006
- Karhumäki, Aune: Monikkoperheiden hyvinvoinnin tukeminen. Teoksessa: Lammi-Taskula, Johanna & Karvonen, Sakari & Ahlström, Salme (toim.): *Lapsiperheiden hyvinvointi* 2009. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2009
- Kauppi, Mirja: Elämä kahden vauvan kanssa oli kaukana ruusunpunasta. *Sairaanhoitaja-lehti* (2004) 12
- Kumpula, Ulla: Lausunto monikkoperheen erityispiirteistä perheen etuus- ja palvelupäätöksiä tekevien käyttöön. Suomen Monikkoperheet ry 2009 <[http://www.suomenmonikkoperheet.fi/monikko2008/tiedostot/lausunto\\_erityistarpeista\\_26062009.pdf](http://www.suomenmonikkoperheet.fi/monikko2008/tiedostot/lausunto_erityistarpeista_26062009.pdf)> 24.9.2009
- Moisio, Pasi: Hyvinvointi ja palvelut -kyselyn 2006 aineistokuvaus. *Stakesin työpapereita* 33/2007. Helsinki: Stakes, 2007
- Ruokolainen, Anne: Tietoja monikkoperheiden lapsiluvusta Hedelmällisyys ja koulutus 1970–2008 -rekisteriaineistosta. 2010. [25.1.2010 sähköinen tiedoksianto]
- Sipponen, Marjatta: Monikkoperheiden moninaiset ajatukset. Teoksessa: Cacciatore, Raisa & Reinholm, Minna & Sipponen, Marjatta: *Perheverkkoja kokemassa 1998–2000*. Väestöliiton seksuaaliterveysklinikan pikkulapsiperheprojektin loppuraportti. Helsinki: Väestöliitto, 2000 <[http://www.vaestoliitto.fi/mp/db/file\\_library/x/IMG/12823/file/perheverkko.pdf](http://www.vaestoliitto.fi/mp/db/file_library/x/IMG/12823/file/perheverkko.pdf)> 24.9.2009
- Thorpe, Karen & Golding, Jean & MacGillivray, Ian & Greenwood, Rosemary: Comparison of prevalence of depression in mothers of twins and mothers of singletons. *British Medical Journal* 302 (1991): 6781, 875–879
- Trias, L. Tuulikki & Ebeling, Hanna & Penninkilampi-Kerola, Varpu & Kunelius, Anne M. & Tirkkonen, T. & Moilanen, Irma: How long do the consequences of parental preference last. A study of twins from pregnancy to young adulthood. *Twin Res Hum Genet* 9 (2006): 2, 240–249.