

Rytmihäiriöitä lapsiperheiden arjessa

– arjen rytmittämisen haasteet

ajelehtivassa arjessa

Sanna Sekki & Pirjo Korvela

1 Johdanto

Sosiaalityöntekijä: Mutta, että miksi sitten lähetettiin tähän Arki Haltuun [-hankkeeseen], niin on huomattu, että jatkuva vaikeus on edelleen se kotoa lähteminen ja semmoinen kodin oma muodostuminen. Että ei oikein tiedetä, mitä se on. Ja sä oot ite kuvannut, että se on vähän sellaista, että asiat menee siellä, saattaa päivä viuhahtaa ja sä et oo saanut tehtyä niitä asioita, mitä sun on pitänyt. Ja sit toisaalta on hirveesti niitä asioita, mitä sä haluat tehdä. Ja te ette läheskään aina pääse sinne tukiryhmään yhdeksäksi aamulla. Että sä oot kertonut, että aamut jotenkin menee, että sulla on nukkumisvaikeutta, mutta myös rauhoittumisvaikeutta iltaisin mennä ajoissa sinne nukkumaan ja muuta. (Perhe 2. Aloitusneuvottelu 28.10.2008.)

Edellä oleva kuvaus on peräisin asiakasperheen aloitusneuvottelusta, jossa sosiaalityöntekijä kuvailee perheen arjen haasteita Väestöliiton Arki Haltuun -hankkeessa tehtävälle perhetyölle työskentelyn käynnistymisen yhteydessä. Väestöliiton tekemässä perhetyössä oli aiemminkin kohdattu asiakasperheitä, joiden oli vaikea saada ote arjesta. Perheet olivat mahdollisesti saaneet ajoittain apua, mutta eivät pärjänneet pitkään ilman ulkopuolista tukea. Kun asiakkuus käynnistyi uudelleen, perheiden kanssa ratkottiin samoja ongelmia kuin edellisellä työskentelyjaksolla. (Jonsson, 2011, s. 8.) Tätä ilmiötä nimitetään ajelehtivaksi arjeksi (Korvela, 2011; ks. myös Korvela, Saarilahti & Sekki, tämä teos). Ajelehtivan arjen ongelmat liittyivät useaan eri osa-alueeseen, kuten arjen rytmittämiseen, kodin rakentumiseen, vanhemmuuteen tai suhteisiin lähiyhteisöön ja yhteiskuntaan. (esim. Jonsson, 2006, s. 38; Kupiainen & Holmberg, 2011, s. 53.)

Ajelehtivan arjen käsitteellistämisen taustalla ovat Korvelan (2003; 2011) havainnot pikkulapsiperheen arjen rakentumisesta sekvensseittäin eli ajallisesti toisiaan seuraavista vaiheista. Perheiden arkea kuvaavan videoai-

neiston perusteella tutkimusperheiden arjesta paikantui tekoja, jotka toistuivat tiettyyn kellonaikaan, eli perheiden arjesta löytyi samankaltaisia rakenteita. Esimerkiksi perheen illat kotiinpaluun jälkeen sisälsivät muun muassa kotiin asettautumisen, yhdessä tekemisen ja nukkumaan laittautumisen sekvenssit. Perheet tuottavat sekvenssit yksilöllisesti, mutta sekvenssistä toiseen siirtyminen edellyttää perheenjäsenten tekojen yhteensovittamista. Nukkumaan laittautuminen pitkittyy, jos lapset keskittyvät muuhun toimintaan sen sijaan, että edistäisivät sitä käymällä iltapesulla ja vaihtamalla yövaatteet päälle. (ks. Korvela 2003.) Väestöliiton perhetyössä tehdyt havainnot liittyvät siis sekvenssien rytmittymisen ongelmaan tai jopa niiden puuttumiseen.

Ajelehtivan arjen ilmiö otettiin tutkimisen ja kehittämisen kohteeksi Väestöliiton Arki Haltuun -perhetyön kehittämishankkeessa 2007–2010. Hankkeessa ilmiöön tartuttiin perheiden arjen toimijuutta vahvistavalla sekvenssimenetelmällä. Kentällä perheiden arjen ongelmat näyttäytyivät niin moninaisina, että keskusteluun ja psykososiaaliseen tukeen pohjautuvat työskentelymuodot olivat perheille riittämättömiä. Sekvenssimenetelmään kuuluvan keskeisen välineen, sekvenssikartan, avulla pyrittiin rytmittämään perheiden ajankäyttöä ja luomaan rutiineja. Rutiinien myötä arki muuttui ennakoitavammaksi ja säännönmukaisemmaksi ja perheen voimavaroja vapautui muille elämänalueille. Työvälineenä sekvenssikartta muokkautuu erilaisten perheiden vaihteleviin tarpeisiin. (Kupiainen & Holmberg, 2011, 44; ks. myös Korvela, Saarilahti & Sekki, tämä teos.)

Vaikka ajelehtivan arjen ilmiö oli jo aiemmin tunnistettu Väestöliiton perhetyössä (ks. Jonsson, 2006), ilmiön teoreettinen tulkinta oli Arki Haltuun -hankkeen käynnistyessä vasta alkuvaiheessa. Tässä artikkelissa tutkimme aineistolähtöisesti, miten ajelehtiva arki jäsentyy tutkimusperheissä erityisesti arjen rytmittämisen näkökulmasta. *Artikkelissa analysoimme, millaisena arki näyttäytyy lapsiperheissä, joilta puuttuvat arkea kannattelevat rutiinit tai joiden arkea eivät rytmitä kodin ulkopuolelta tulevat aikataulut.*

Tarkastelemme aluksi perheiden nykyiseen tilanteeseen vaikuttanutta yhteiskunnallista kehitystä. Esittelemme myös kirjallisuudessa käytettyä kaoottisen arjen käsitettä. Tutkimusaineiston ja analyysin kuvauksen kautta siirrymme tulosten esittelyyn ja kokoamiseen.

2 Lapsiperheet ja yhteiskunnallinen muutos

Yhteiskunnallinen tilanne ja muutokset vaikuttavat merkittävästi perheiden arkeen ja hyvinvointiin. Luomme seuraavassa katsauksen 1990-luvun laman jälkeiseen kehitykseen, joka vaikutti perheiden tilanteeseen ja jonka seurauksena perheitä tukevia palveluita karsittiin.

Lapsiin kohdistuvia peruspalveluita, kuten lastenneuvola- ja kouluterveydenhuoltoa, karsittiin esimerkiksi määräaikaistarkastuksia supistamalla. Vanhemmuuteen kasvamista tukevia palveluita, kuten neuvoloiden perhevalmennusta, vähennettiin. Kouluterveydenhoitajien ennaltaehkäisevään terveystarkastukseen liittyvää työtä on vähennetty huomattavasti. Opetussectorilla koulujen lakkauttaminen, suuremmat ryhmäkoot, erityisopetuksen karsiminen ja opettajien lomautukset ovat olleet arkipäivää lamavuosista lähtien. Koulujen iltapäiväkerhotoimintaa karsittiin, mikä vaikeutti lasten iltapäivähoidon järjestämistä monissa perheissä. Kun tuki ja kontrolli vähentyivät, vanhempien oma kasvatusvastuu korostui. Lasten kannalta katsottuna supistukset merkitsivät helposti lähestyttävien aikuisten määrän ja aikuisten kanssa jaetun yksilöllisen ajan vähenemistä. (Yli-Pietilä, 1996, s. 134–156; Salmi, 2008, s. 42–43.)

Perheiden kotiin saama apu on myös vähentynyt 1990-luvulta merkittävästi. Sosiaali- ja terveysministeriö (2012) otti väliraportissaan esille erityispalveluiden lisääntymisen peruspalveluiden ohenemisen kustannuksella. Esimerkiksi lapsiperheille suunnattu kotipalvelu on korvautunut pääasiallisesti perhetyöllä. Perhetyön sisällöt vaihtelevat kuntakohtaisesti suuresti, ja palveluiden saamisen ehdoissa on eroja. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2012, s. 5.) Työmuotona kotipalvelu oli matalan kynnyksen konkreettista apua perheiden arjen tukemiseen.

Tilastojen valossa laman aikana tehdyt ratkaisut osoittautuivat kestävämmiksi lasten ja perheiden kannalta. Esimerkiksi 2000-luvulla kehitys on ollut huolestuttavaa: lastensuojelun avohuollon asiakkaiden määrä on lisääntynyt muutaman prosentin vuosivauhdilla. Vuoden 2011 tilastojen mukaan 81 500 lasta ja nuorta oli lastensuojelun avohuollon asiakkaana. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2011, s. 9.) Myös kodin ulkopuolelle sijoitettujen lasten ja nuorten määrä kasvaa kaiken aikaa. Vuonna 2011 kodin ulkopuolelle sijoitettujen lasten lukumäärä oli 17 409. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2011, s. 6.)

Yhteiskunnassa ja työelämässä tapahtuneet muutokset ovat myös vaikuttaneet perheiden arkeen. 1990-luvun lama vaikutti perheiden aineellisiin ja henkisiin resurssiin; taloudelliset ongelmat ja työttömyys jättivät jälkensä perhe-elämään, toisaalta suuret työpaineet ja epävarmuus töiden jatkumisesta niille, joilla töitä oli. Työttömyyden ja toisaalta työpaineiden koetellessa perheitä vanhempien ja lasten väliset suhteet joutuivat koetukselle. (Salmi, 2008, s. 38.)

3 Kaottinen kotitalous

Kansainvälisessä kirjallisuudessa on nostettu esiin kaoottisen kotitalouden käsite. Kodin kaoottisuutta on tutkittu havainnoimalla perheitä kotikäyntien yhteydessä. Matheney, Wachs, Ludvig ja Phillips (1995) esittelevät tutkimusryhmänsä kanssa kaoottisen kodin tutkimukseen kehiteltyjä määrällisiä lähestymistapoja. Tutkimusryhmä kehitti kodin ympäristön epäjärjestyttä mittaavan niin sanotun CHAOS-mittarin. Nimi koostuu sanoista Confusion (epäjärjestys, sekasorto), Hubbub (hälinä, melske), Order (järjestys) sekä Scale (asteikko). CHAOS-mittarissa hyödynnetään vanhempien kokonaisvaltaisia kokemuksia perheen elinympäristöstä. Kysymyspatteristo, joka käsittää 15 kysymystä, kehiteltiin perheisiin kotikäyntejä tehneiden henkilöiden kodin melua ja epäjärjestyttä kuvaavien luonnehdintojen sekä vanhempien kodin ilmapiiriä kuvaavien haastatteluiden pohjalta. (Matheney ym., 1995, s. 429–433.) Mittaria on sovellettu ja muokattu runsaasti myöhemmissä kodin kaaokseen liittyvissä tutkimuksissa (esim. Dumas, Nissley, Nordstrom, Smith & Levine, 2005; Coldwell, Pike & Dunn, 2006).

Kaoottisen kasvuympäristön tunnusmerkkejä ovat television, radion ja puhelimen aiheuttama melu, jatkuva väenpaljous kotona, usein vaihtuva asuinympäristö, rutiinien ja säännöllisen rytmin puute sekä lapsen kehityksen laiminlyönti (esim. Matheney ym., 1995).

Kaoottista kasvuympäristöä pidetään erittäin huolestuttavana lasten kasvun ja kehityksen kannalta. Useissa tutkimuksissa kaoottisen kasvuympäristön on todettu lisäävän lasten ongelmakäyttäytymistä (Coldwell ym., 2006, s. 1119) ja erilaisia univaikeuksia (Brown & Low, 2008, s. 922). Hansacombe, Howorth, Davis, Jaffee ja Plomin (2011) tutkivat lasten kodin kaoottisuuden ja heidän koulumenestyksensä välistä yhteyttä kahdessa ikäryhmässä. Tutkimuksessa havaittiin kaoottisen kodin ja heikon koulumenestyksen yhteys. Kodin sekavuus, meluisuus sekä epäjohtonmukaisuus vaikuttivat lasten koulunkäyntiin. (Hansacombe, ym., 2011, s. 1217.)

Kaoottinen kasvuympäristö heijastuu lapsiin suorana vaikutuksena sekä myös epäsuorasti vanhemmuuden kautta. Esimerkiksi Corapcin ja Wachs (2002) mukaan pienten lasten vanhemmat reagoivat lasten ääntelyyn huonosti sekä antoivat lapsille vähän virikkeitä. Myös vanhemman uupumus, ajoittainen huonotuulisuus ja hermostuneisuus sekä vaikeudet rajojen asettamisessa yhdistettiin vanhemmuuteen kaoottisessa kasvuympäristössä. (Corapi & Wachs, 2002, s. 190.)

Kaoottinen kotitalous näyttäytyy siis sekasortoisena, jäsentymättömänä ja lapsille haitallisena kasvuympäristönä. Perheiltä puuttuu sinnikkyyttä ja sietokykyä, jotka arjen vastoinkäymisten yhteydessä nousevat merkityksellisiksi arjen hallinnan tunteen säilyttämisessä. Kirjallisuudessa perheiden sinnikkyydestä ja lannistumattomuudesta haastavissa elämäntilanteissa käytetään käsitettä *family resilience*. (esim. Black & Lobo, 2008, s. 33–36.)

4 Tutkimuksen tavoite ja aineisto

Tämän artikkelin tavoitteena on tutkia, millaista lapsiperheiden ajelehtiva arki on. Analysoimme Väestöliitossa vuosina 2007–2010 toteutetussa Arki Haltuun -perhetyön kehittämishankkeessa kerättyä aineistoa. Hankkeessa oli mukana kaikkiaan 30 perhettä. Hankkeessa kerätty aineisto muodostui äänitallennetuista keskusteluista perhetyöntekijöiden kotikäyntien aikana, perhetyöntekijöiden kirjoittamista muistioista ja kehittämishankkeen työntekijöiden tiimipalavereiden äänitallenteista. Aineiston tallentamisesta huolehtivat perhetyöntekijät. Tässä artikkelissa analysoidaan 10 perheen kotikäyntimuistioaineisto (taulukko 1). Perhetyöntekijöiden kirjoit-

Taulukko 1. Tutkimusaineiston kuvaus

PERHE			AINEISTO		
Aikuiset	Lapset*	ARJEN HAASTEIDEN ILMENEMINEN PERHEISSÄ	Kotikäyntien määrä (ja kesto)	Neuvottelut	Muistiot (sivum.)
äiti	5	Perheellä ei ole yhteisiä rutiineita eron jälkeen. Äidin ja lasten välillä on vuorovaikutusongelmia, lapset oireilevat. Äiti on uupunut arjen pyörytyksessä ja kokee riittämättömyyden tunnetta arjessa.	20 (47 t 25 min)	3	39
äiti	1	Arkiaamut ja kotoa lähteminen ovat vaikeita. Päätöksen tekeminen arkisissa asioissa tuottaa äidille vaikeuksia.	18 (58 t 40 min)	4	33
äiti ja isä	2	Huoli perheen arjen sujumisesta ja kodin siisteydestä.	20 (62 t 55 min)	4	35
äiti	2	Äidin jaksaminen arjessa. Kodin epäsiisteys ja kodinhoidon rutiinien puute.	21 (68 t 15 min)	3	24
äiti	2	Lasten koulunkäymättömyys. Äidin uupuminen arjessa. Kotitöiden tekeminen ja työnjako.	19 (45 t 5 min)	4	36
äiti ja äidin puoliso	2	Äidin uupuminen arjessa. Lapsilta vaaditaan ikätasoon nähden liikaa. Vanhempien erilaiset näkemykset lasten kasvatuksesta.	17 (44 t 5 min)	3	26
isä	1	Lapsiperheen päivärytmin puute ja arjen suunnitteleminen. Rajojen asettamisen vaikeus ja rajaamistilanteiden loppuun vieminen.	15 (31 t 40 min)	4	35
äiti ja isä	1	Arjen sujuminen lapsen kanssa ongelmallista, kotitöiden organisointi. Äiti uupunut. Neuvottomuus lapsen kasvatukseen liittyvissä asioissa.	22 (70 t 45 min)	3	36
äiti ja isä	3	Lapset ottavat heille kuulumatonta valtaa perheessä. Vanhemmilla ei ole keinoja lasten kanssa. Lasten kasvattaminen uuteen kulttuuriin on myös haaste vanhemmille.	13 (34 t 15 min)	4	45
äiti	4	Iltojen rytmittömyys. Koti muuttuvassa tilassa kaiken aikaa. Lapsilla ongelmia koulussa. Äiti uupunut yksin vastuuseen kodista.	21 (34 t 55 min)	3	28

* Kotona asuvien lasten lukumäärä

tama muistioaineisto sisältää 330 sivua päiväkirjamerkintöjä. Yhden perheen aineiston pituus oli keskimäärin 20–40 sivua. Muistioaineistoon perustuvaa analyysiä on täydennetty kotikäyntien äänitallenne- sekä perhetyöntekijöiden tiimipalaveriaineistoilla. Aineiston erittelyn lisäksi taulukkoon 1 on kirjattu kuvaukset työskentelyn kannalta keskeisimmistä arjen haasteita kussakin perheessä.

Koska tutkimusaineisto on syntynyt kehittämishankkeen yhteydessä, aineistoa voidaan kutsua sekundaariaineistoksi (Eskola & Suoranta, 2000, s. 117–118). Toisin kuin valmiiksi kerätyt aineistot yleensä, kyseinen aineisto ei sisällä valmiita, päättelyä ohjaavia luokituksia (Anttila, 2000, s. 239). Tutkijat eivät ole osallistuneet aineiston keräämiseen tai olleet muutenkaan yhteydessä tutkimusperheisiin. Kokonaiskäsitys perheiden arjesta on muodostunut tutustumalla huolella eri aineistoihin. Perhetyöntekijöiden kotikäyntien dokumentointi on huolellista ja sisältää yksityiskohtaisia kuvauksia kotikäyntien tapahtumista sekä perhetyöntekijöiden havaintoja perheessä tapahtuneista muutoksista hankkeen aikana.

Sosiaaliryöön dokumentoinnin yhteydessä painotetaan, että dokumenttien tulisi olla mahdollisimman yksityiskohtaisia. Mitä tarkemmin tilanteet, hajut tai ilmeet on kuvattu, sen uskottavampi dokumentti on. Dokumentoinnissa suositellaan tuomaan vahvasti esiin tekstien kontekstuaalisuus eli kiinnittyminen selkeästi tiettyyn aikaan ja paikkaan. Työntekijällä on mahdollisuus tuoda dokumenteissa esiin ajoittain ristiriitaisiakin näkemyksiä perheestä: ristiriitaisten tuntemusten auki kirjoittaminen on keino asettaa tiedot arvioitaviksi. (Kääriäinen, 2007, s. 23–25.)

5 Aineiston analyysimenetelmät

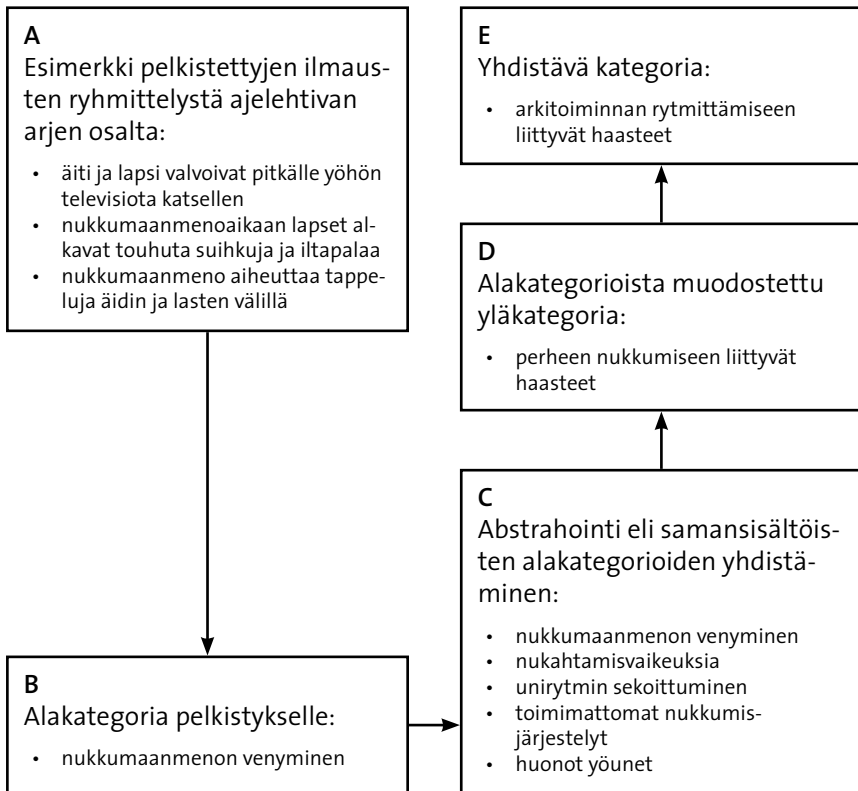
Edellä kuvattua laajaa aineistoa oli rajattava ennen tämän tutkimuksen varsinaista analyysiä eli lapsiperheiden ajalehtivan arjen luonteen tarkempaa tutkimista. Aineiston rajaamiseksi lähdimme analysoimaan, millaisia laadullisia eroja perheiden arjessa oli hankkeen aikana arjen haltuunoton näkökulmasta. Olimme kiinnostuneita siitä, millaista arkea ajalehtivien elementtien lisäksi perheissä elettiin, sekä missä ja miten ajalehtiva arki muuttui laadullisesti erilaiseksi. Analyysiä varten yhden perheen aineisto käytiin systemaattisesti läpi. Perheen valinta perustui aineistosta tehtyyn aiempaan tutkielmaan (Sekki, 2010). Jokaisen kotikäynnin aineistosta poimittiin perheen arkea kuvaavia toiminnallisia teemoja. Teemoja arvioitiin laadullisesti muun muassa perheen käytössä olevien psyykkisten voimavarojen ja senhetkisen tilanteen, kontekstin näkökulmasta. Esimerkiksi tutkimusperheen 4 kotikäyntimuistiosta poimittiin seuraava ajalehtivaa arkea kuvaava ote (teema): *”Lapset eivät olleet tänään koulussa, koska olivat nukkuneet pommiin. Toinen lapsi kertoi aamutoimiin menevän niin kauan aikaa, etteivät he olleet lähteneet kouluun sitten ollenkaan kun olisivat olleet*

niin paljon myöhässä.” (Perhe 4. Kotikäyntimuistio, 8. kotikäynti 27.5.2008.) Kouluaamuna pitkään nukkuminen ja sen seurauksena koulusta pois jääminen oli perheen lapsille tyypillistä. Kotikäynneillä asiaa työsti, mutta siitä huolimatta perheessä ilmeni tekijöitä, jotka aiheuttivat toistuvaa myöhästelyä. Vastaavasti työskentelyn loppuvaiheessa poimittiin samasta teemasta koulunkäyntiin liittyvä ote, joka osoitti lasten koulunkäynnin muuttuneen: ”Lapsi sanoi, että hän haluaa suorittaa peruskoulun, jotta pääsee ammattikouluun ja jossain vaiheessa töihin. Hän sanoi, ettei haluaisi jäädä ylimääräiseksi vuosiksi yläasteelle ’lillumaan’, koska se voisi tuntua turhautavalta.” (Perhe 4. Kotikäyntimuistio, lopetusneuvottelu 15.10.2008.) Kotikäynneillä oli tuossa vaiheessa merkkejä koulunkäynnin säännöllisyydestä ja orientoitumisesta tulevaisuuteen. Kotikäynneiltä poimitut teemat sijoitettiin ja pisteytettiin koordinaatistoon, joka kuvasi teemojen laadullista muutosta suhteessa kontekstiin liittyviin tekijöihin. Laadullisesti toisiaan lähelle sijoitettuja teemoja yhdistettiin kokonaisuuksiksi ja niille annettiin arjen haltuunottoa kuvaavat nimet: 1) ajelehtiva arki, 2) haavoittuva arki, 3) arjessa säännönmukaisuutta ja ajelehtivia elementtejä, 4) arjen ennakoitavuuden lisääntyminen sekä 5) joustava, ennakoitava arki.

Tässä artikkelissa on käytetty edellä esitetyllä tavalla rajatun aineiston aineistolähtöisenä analyysimenetelmänä induktiivista sisällön analyysia. Se on analyysimenetelmä, jolla voidaan analysoida dokumenttiaineistoa objektiivisesti ja systemaattisesti. (Elo & Kyngäs, 2008, s. 107, 109.) Tutkittavasta ilmiöstä pyritään saamaan kuvaus tiivistetyssä muodossa. Analyysiprosessin vaiheet ovat aineiston pelkistäminen, ryhmittely ja abstrahointi, yläkategorioiden luominen sekä yhdistävien kategorioiden muodostaminen niin pitkälle kuin se aineiston kannalta osoittautuu mielekkääksi. (esim. Kyngäs & Vanhanen, 1999, s. 3–12.)

Analyysia ohjasi siis kiinnostus perheiden arjen ilmenemiseen perheyöntekijöiden kotikäyntimuistioiden perusteella. Arjella tarkoitetaan tutkimuksessa esimerkiksi perheen kotitöitä, ihmissuhteita, vuorovaikutusta, voimavaroja, terveyttä, ruokailuja, unta. Aineiston pelkistämisen yhteydessä tekstistä poimittiin siis perheiden arkeen liittyviä asioita. Päiväkirjamerkintöjen kanssa edettiin rivi riviltä, koska ne toivat hyvin tiiviisti esille edellä esitettyjä asioita. Aineistosta poimittiin kaikkiaan 2 400 arkea kuvaavaa alkuperäisilmaisua. Pelkistämisen yhteydessä alkuperäisilmaisu tiivistyy kadottamatta kuitenkaan alkuperäistä merkitystään. Pelkistämisen yhteydessä aineiston ryhmittelyä ohjasivat aiemmassa analyysissä löytyneet viisi arjen haltuunoton astetta. Pelkistykset käytiin huolella läpi ja sijoitettiin arjen haltuunoton viidelle asteelle ajelehtivasta arjesta – joustavaan, ennakoitavaan arkeen. Analyysissä on myös huomioitu kontekstisidonnaisuus eli miten esimerkiksi tiskivuoren tai pyykkikaaoksen esiintyminen kodissa oli yhteydessä arjen kokonaisuuteen. Jos pyykkikaaos sai aikaan sen, että lapsilla ei ollut puhtaita vaatteita kouluun tai likapyykit olivat vallanneet yhden kodin huoneen, niin silloin perheen tilanteen katsottiin olevan

Kuvio 1. Induktiivisen sisällönanalyysin eteneminen Kyngästä ja Vanhasta (1999) mukaillen



vaatehuollon osalta lähinnä ajelehtivaa arkea. Aineiston abstrahoinnin yhteydessä yhdistettiin samansisältöisiä kategorioita. Abstrahoinnin jälkeen luokat nimettiin niiden sisältöä kuvaavalla nimellä, eli niistä muodostui yläkategoriat. Samansisältöisiä yläkategorioita yhdistämällä syntyi yhdistäviä kategorioita. Analyysin eteneminen on esitetty kuviossa 1.

Analyysissä perheiden arjesta rakentui hyvin moniulotteinen kuva. Yhdistäviä kategorioita on seitsemän: 1) *arkitoiminnan rytmittämiseen liittyvät haasteet*, 2) *perheen arjen haasteet*, 3) *toiminnallisuus arjessa*, 4) *suhde kodin ulkopuoliseen*, 5) *perheen sisäinen vuorovaikutus*, 6) *lasten ja nuorten arki sekä* 7) *vanhemman voimavarat*. Tässä tutkimuksessa tulkinta arjesta rakentuu edellä mainittujen kategorioiden ympärille. Kategorioiden rajat ovat hyvin liukuvia, koska arkiset tekemiset ja tekemättä jättämiset kietoutuvat toisiinsa.

Tämän artikkelin tavoitteena on analysoida ajelehtivan arjen luonnetta. Tarkemman analyysin kohteeksi valittiin edellä esitetystä laajasta aineistosta ne kohdat, joissa esiintyy ajelehtivaksi ja haavoittuvaksi arjeksi tun-

Kuvio 2. Tämän artikkelin analyysin kohdentuminen arjen rakentumista kuvaaviin kategorioihin ja haltuunoton asteisiin

Arjen haltuunoton asteet (luotu yhden perheen analyysin perusteella)	Arjen rakentumista kuvaavat 7 yhdistävää kategoriaa (10 perheen analyysin perusteella)						
	Arkitoiminnan rytmittämiin liittyvät haasteet	Perheen arjen haasteet	Toiminnallisuus arjessa	Suhde kodin ulkopuoliseen	Perheen sisäinen vuorovaikutus	Lasten ja nuorten arki	Vanhemman voimavarat
Joustava, ennakoitava arki							
Arjen ennakoitavuuden lisääntyminen							
Arjessa säännönmukaisuutta ja ajelehtivia elementtejä							
Haavoittuva arki	Tulosluku: Arjen rytmittämisen analyysi						
Ajelehtiva arki							

nistettuja piirteitä. Haavoittuvan arjen piirteet on valittu mukaan analyysiin, koska sitä luonnehtivat samat piirteet kuin ajelehtivaakin arkea, mutta kyseessä olevia piirteitä esiintyy kokonaisuudessaan vähemmän. Vaikka tämän artikkelin analyysissä nämä piirteet on yhdistetty ajelehtivaksi arjeksi, haavoittuva ja ajelehtiva arki oli tarkoituksenmukaista erottaa kahdeksi erilliseksi kokonaisuudeksi, koska arjen haltuunottoa ajatellen haavoittuvassa arjessa on enemmän arjen hallinnan näkökulmasta toimivia elementtejä kuin ajelehtivassa arjessa. Tässä artikkelissa keskitytään analysoimaan edellä esitetyistä arkea rakentavasta seitsemästä kategoriasta kategoriaa *arkitoiminnan rytmittämiseen liittyvät haasteet* (kuvio 2), koska arjen rytmittäminen liittyy käsillä olevan teoksen teemaan arjen rytmeistä.

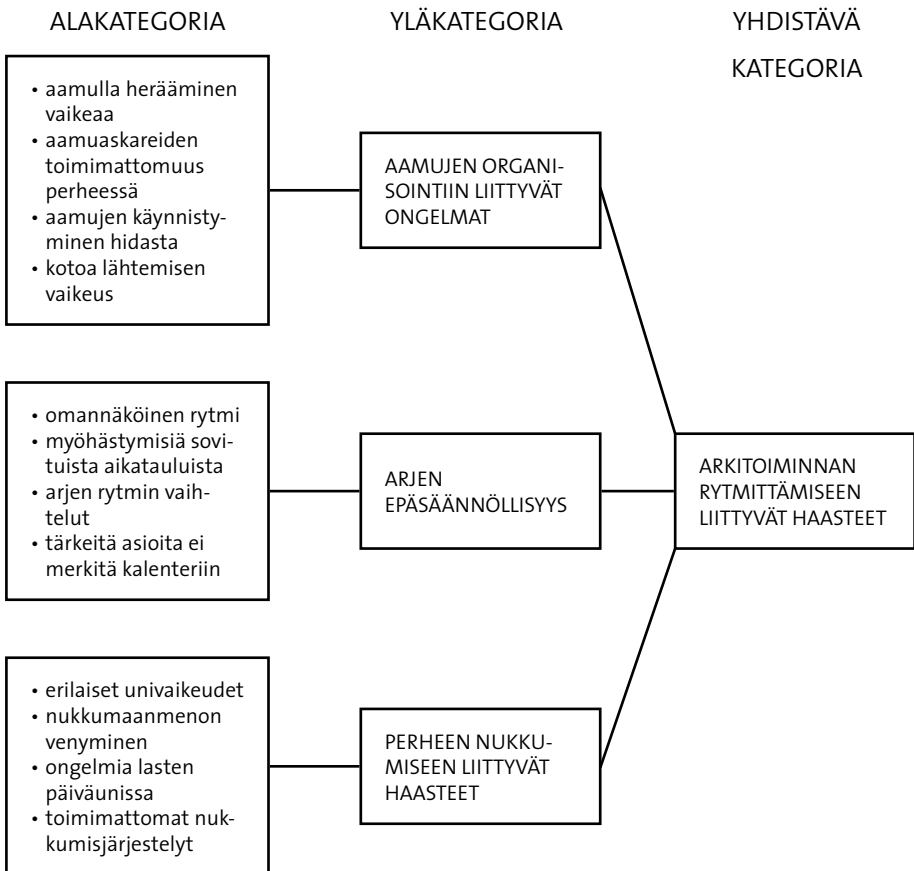
Ajelehtivan arjen analyysiä laajennetaan myöhemmin kattamaan kaikki kuviossa 2 mainitut seitsemän yhdistävää kategoriaa. Kuviossa esitetään arjen rakentumisen ja haltuunoton kokonaisuuden ja tämän artikkelin analyysin suhteet. -

6 Tutkimuksen tulokset: arjen rytmittämisen haasteet ajelehtivan arjen ilmentäjänä

Arki Haltuun -hankkeen aineistossa ajelehtivaa arkea keskeisesti rakentaa kategoria *arkitoiminnan rytmittämiseen liittyvät haasteet*. Ajelehtivan arjen kontekstissa tämä kategoria muodostui seuraavista yläkategorioista: *aamujen organisointiin liittyvät ongelmat*, *arjen epäsäännöllisyys* sekä *perheen nukkumiseen liittyvät haasteet* (kuvio 3).

Kuviossa 3 on esitetty yhdistävän kategorian muodostuminen yläkategorioista ja niiden alakategorioista. Esittelemme seuraavissa alaluvuissa arjen rytmittämisen haasteisiin liittyvät yläkategoriat ja niihin liittyvät alakategoriat aineistoesimerkkeineen.

Kuvio 3. Kategorian ”arkitoiminnan rytmittämiseen liittyvät haasteet” muodostuminen



6.1 Aamujen organisointiin liittyvät ongelmat

Monissa tutkimusperheissä aamut olivat haasteellisia. Vanhemmat ja lapset kamppailivat heräämiseen liittyvien ongelmien kanssa. Perheillä oli vaikeuksia nousta herätyskellon soittoon, tai herätyksen toistuva siirtäminen saattoi venyttää heräämistä useita tunteja. Perhetyöntekijät herättelivät usein nukkuvia perheitä aamulla kotikäynnille saapuessaan. Heräämisvaikeudet olivat seurausta esimerkiksi perheen päivärhythmistä, joka painotui myöhäisiltaan.

Ä: Tänäänkin, jos te ette ois tullut, mä tiän, niin mä en ois oikeesti noussut kaheksalta. Että mä oisin nukkunut niin pitkään kun lapsikin nukkuu taas. Sit me ois nukuttu johonkin yheksään. Ellei kymmenenkin, kun eilen meni niin myöhään nukkumaan.

(Perhe 2. 4. kotikäynti 18.11.2008.)

Hyvin toimivan perheen aamuissa korostuvat selkeä työnjako ja kyky tehdä useita päällekkäisiä toimintoja samanaikaisesti. Osalle tutkimusperheitä oli kuitenkin epäselvää, mitä asioita aamuissa tulisi tehdä ja missä järjestyksessä. Aamujen organisointiin liittyi perheissä paljon epävarmuutta sekä vaikeuksia tehdä päätöksiä, esimerkiksi mitä vaatteita lapsille puetaan ja mitä valmistetaan aamupalaksi. Epäolennaiseen tekemiseen keskittyminen pitkitti monien perheiden aamutoimia. Epäolennaisella tekemisellä tarkoitetaan tekemistä, joka ei suoranaisesti liity meneillään olevan sekvenssin toteuttamiseen eli senhetkiseen tilanteeseen, esimerkiksi siihen, että pyrittäisiin lähtemään kotoa tiettyyn aikaan.

Aamujen toimimattomuus ilmeni kiireen tuntuna ja aamutoimiin varatun ajan vähyytenä. Perheen aamupala jäi usein syömättä, tai lapset saattoivat lähteä kouluun liian vähissä vaatteissa. Joissakin perheissä lapset joutuivat itse ottamaan ikätasoonsa nähden liian suuren vastuun kouluun lähtemisestä, aamupalan laittamisesta ja syömisestä sekä vaatteiden valinnasta ja pukemisesta. Myöhästymiset päiväkodista, koulusta tai sovituista menoista olivat looginen seuraus aamun tapahtumaketjulle. Kotoa lähtemistä hankaloittivat myös muut asiat. Esimerkiksi lasten hallitsematon kiukuttelu ja vanhempien keinottomuus ratkaista tilannetta estivät joissakin perheissä kotoa ajoissa lähtemisen. Päivän rytmittäminen osoitautui usein hankalaksi, jos aikataulu viivästyi heti aamusta. Sovituista menoista myöhästymisen lisäksi lasten ulkoilut, ruokailut ja päiväunet kärsivät eniten aikataulun muutoksista.

Yksinkertaiselta tuntuvat rutiinit voivat osoittautua vaikeiksi. Perheillä on usein käsitys siitä, kuinka asioiden tulisi tapahtua, ja halu toimia sen mukaan, mutta käytännössä eri tekojen rytmittäminen ei toimi. Esimerkiksi aamuissa tekemistä ei osattu rajata tai aikatauluttaa lähtemisen kannalta järkevästi.

Ä: Mä tiijän sen, miten se pitäis mennä, se päivä. Niin kun mullakin on päässä, että miten niinku pitäs tehdä se päivä periaatteessa, mutta sit ei taas ikinä saa sitä oikein toteutumaan. Jos mä saisin sen toteutuu, niin se ois ainakin, että perheryhmäpäivinä herättäs seittemältä, ja vaikka vapaapäivänä kaheksalta. Ja sit niinku just sen takia pitäs seittemältä herätä silloin tukiryhmäpäivänä, että ennättää justiin nää potalla käymiset ja puurot ja kaikki. Ne vie niin pirun kauan, niinku tänään näitte. Että kyllä se kesti kaks tuntia, se tässä valmistautuminen uloslähtöön. (Perhe 2. 4. kotikäynti 18.11.2008.)

Perheiden aamut sisältävät yleensä samankaltaisia toimintoja, kuten herääminen, pukeminen sekä aamupalan valmistaminen ja syöminen. Nämä toiminnot muodostavat yhden kokonaisuuden, sekvenssin. Arkipäivä muodostuu sekvenssirakenteesta, joka voidaan nähdä eräänlaisena päivän tukirakenteena. Tämä tukirakenne muodostaa kehyksen päivän aikana tapahtuville toimille. (Korvela, 2003.) Arjessa sekvenssirakenne ei toistu aina samanlaisessa järjestyksessä, vaan yllättävien asioiden ilmaantuessa tilannetta joudutaan arvioimaan uudelleen ja suunnitelmaa muuttamaan (ks. myös Korvela & Kaartti, tämä teos). Perheenjäsenten tekojen yhteensovittaminen saattaa myös venyttää sekvenssirakennetta ajallisesti: esimerkiksi aamutoimet venyvät, kun lapset keskittyvät muuhun kuin ko-toa lähtemiseen liittyviin aamutoimiin (Korvela, 2003).

Ennakoinnilla, tekojen rytmittämällä ja tiettyjen toimintojen vakioimisella aamujen aikapaine helpottuu. Lapsen kannalta aamurutiinien noudattaminen toisi arkeen ennakoitavuutta ja vähentäisi jatkuvaa neuvottelun tarvetta. Esimerkiksi Felski (1999/2000, s. 18) yhdistää arkirutiinit toistoon. Arkitoimintojen eteneminen tietyn, toistuvan rytmin mukaan vähentäisi jatkuvan suunnittelun ja organisoinnin tarvetta ja sitä kautta helpot-taisi elämää. Kun arkinen tekeminen muuttuu rutiiniksi, säästytään jatku-valta suunnittelulta ja päätöksenteolta ja huomio voidaan kiinnittää muihin asioihin (esim. Highmore, 2004, s. 307).

6.2 Arjen epäsäännöllisyys

Tutkimusperheistä osa oli työskentelyjaksolla työttömänä tai muista syistä arkipäivät kotona. Kiinnekohdat yhteiskunnan rakenteisiin puuttui-vat, mikä antoi mahdollisuuden omanlaisen arjen rakentumiselle, eli aamulla ei ollut pakko herätä tiettyyn aikaan tai nukkumaan meneminen saattoi venyä pitkälle yöhön. Aika on kotitalouden tärkeimpiä resursseja, ja sen avulla kotitalouden toimintaa voidaan jäsentää. Ajankäyttöön vai-kuttavat yleensä ansiotyön määrä ja sijoittuminen, palveluiden aikataulut sekä kotona suoritettavat työt. (Raijas, 2005, s. 79.) Osalle tutkimusaineis-ton perheistä ajalla ei ollut samanlaista arvoa kuin sillä on yhteiskunnas-samme, jossa kaikki aika halutaan käyttää mahdollisimman tarkkaan hyö-

dyksi. Arjen epäsäännöllisyys näkyi perheiden ajankäytössä. Kun aikaa oli paljon, asioiden siirtäminen eteenpäin oli helppoa ja tekemiseen oli vaikea tarttua. Useissa kodeissa vallitsi myös epäjärjestys, likaisuus sekä tiski- ja pyykkikaaos.

PT 1: Mihi aikaa suunillee sä / te lähet sit et – aktivoitunut sillee niikun?

Ä: Aktivoidun tossa ennen puoltapäivää.

PT 1: Joo.

Ä: Ja sitte jos tarvii tota pesutupaan mennä ja muuta, nii yleensä mä otan tosta puolesta päivästä eteenpäin tota pesutupaa varailen, että se on tossa naapuritalossa.

Ä: Niitä kaikkia mää hoitelen tos päivällä ja. Sit mä iltapäivästä. Iltapäivästä teen lounasta. Ja alku iltapäivästä ja – mitäs mää sitte teen? Emmä tiedä. Se on vähän niiku vaihtelee sitte mitä mää tee. Jos o jotain tekemistä ni mä tee, ja joskus vaik ois tekemistä nii en tee – ni emmä tiedä. Se ni vaihtelee.

Ä jatkaa: Mut sitte ku alkaa Päivie viemää, nii siitä lähtie mä en tee enää mitää muuta kun kattelen televisioo ja teen sitte iltapalaa ja tämmöstä näi. Se alkaa kuustoista neljäkymmentä (nauraa.)

(Perhe 1. 1. kotikäynti 18.6.2007.)

Osassa perheitä lapset olivat päivähoidossa tai kävivät koulua. Vanhempien ja lasten välipitämättömyys päiväkodin ja koulun alkamisajoista oli kuitenkin yleistä. Vanhemmat saattoivat pitää päiväkotiin viemiseen ja hakemiseen liittyviä aikoja enemmän viitteellisinä kuin vakavasti otettavina. Koulusta myöhästely oli lapsille hyvin tyypillistä. Välipitämättömyys kodin ulkopuolisten toimintajärjestelmien aikatauluja kohtaan voi olla merkkinä arjen ajalehtimisestä, mitä edesauttaa se, että sidokset kodin ulkopuolisiin toimintajärjestelmiin katkeavat tai ne katkaistaan (Korvela, Holmberg, Jonsson & Kupiainen, 2009, s. 103–104).

Perheille oli tyypillistä, että arki vaihteli eri viikonpäivien ja viikonlopon sekä normaalin arjen ja koulujen loma-aikojen välillä merkittävästi. Viikonlopon ja pitkien lomien jälkeen perheiden oli vaikea päästä takaisin ”normaaliin” rytmiin. Usein lomien aikaan rytmistä poikkeaminen oli tietoinen valinta. Normaaliin arkirutiinien heikkous teki rutiineihin palaamisesta entistä vaikeampaa.

Ä: Niin. Jotenkin, mä en tiedä, jotenkin, kun on kotipäivä, niin tuntuu, että se päivä vaan venyy ja venyy ja sä et loppujen lopuksi pääse mihinkään liikkeelle sieltä. Että sentään, kun me lähetään tonne perheryhmään, niin sit on se päivä, me saatetaan pariinkin kertaan ulkoilla. Mutta sit kun jotenkin oot kotona, niin sit se (ulkoilu) menee ainakin siihen, että lapsi herää päikkäreiltä. No, sit mä syötän sille välipalaa ja sit se pitäs siinä välissä lähteä ennen kuin on seuraava ruo-

kailu. Tai sit se venyy vasta sinne, kun se on syönyt sen iltaruuan ja sit me lähetään vasta ulos. Se on niin kun ... tuntuu, että se päivä aina menee ja menee. Ja sä et pääse mihinkään sieltä neljän seinän sisältä.

(Perhe 2. Aloitusneuvottelu 28.10.2008.)

Asioiden suunnittelu ja kirjaaminen oli monessa perheessä täysin vieras asia. Sovittuja menoja, esimerkiksi lääkäri- ja terapiakäyntejä tai perhetyöntekijöiden kotikäyntejä, ei merkitty muistiin, mikä johti helposti niiden unohtamiseen. Suunnittelemattomuus ja arjen aikatauluttomuus toivat elämään epäsäännöllisyyttä. Usein perheissä kuitenkin tunnistettiin epäsäännöllisen rytmien vaikutukset varsinkin lasten kanssa ja kaivattiin työkaluja arjen jäsentämiseksi. Varjonen kiteyttää tässä teoksessa rytmien merkitystä: ne tuovat suunniteltua ja ennakoitavaa vaihtelua elämään.

Ä: Kun mä halusin siihen, tavallaan siihen arkeenkin sitä säännöllisyyttä. Ja sit ne sekvenssikartat, senkin asian takia, tietsä, kun musta on ollut aika niin kun semmoista... Et kun se ois semmoinen asia, joka tukis mua. Että mä voin lapsille sanoa, että tossa tapahtuu tota ja tossa tapahtuu tota. Ja sitten ei olis aina semmoista kyselyä, että koska sitä ja koska tätä, kun vois sanoa. Ja sit mä koen esimerkiksi lapsen kanssa niin kun semmoisen...et musta tuntuu, että hän kaipais vielä kaikista eniten säännön mukaisuutta siinä omassa elämässään. Että sillä on mitä odottaa, ja tietää milloin ne tapahtuu. Ei tartte koko aikaa miettii sitä ja odottaa, että sitten se ois tossa.

(Perhe 3. Välineuvottelu 13.2.2009.)

Muutokset elämäntilanteissa, esimerkiksi eron yhteydessä, vaikuttivat perheiden arjen rytmittämiseen. Esimerkiksi kotitöiden tekeminen muuttui vaikeammaksi yksin.

Ä: Siis, mä oon oikeesti huomannut sen, että mulle on oikeesti lähtenyt menee ihan alamäkeä, taas tää homma (puhuu ajasta eron jälkeen).

PT: Mitä se tarkoittaa?

Ä: No, just nää kaikki mun lähtemiset, niin mennyt vielä vaikeammaksi. Tai siis kaikki nukkumiset on vielä vaikeampaa. Entistä vaikeampaa. Mä saan nukuttuu vielä vähemmän. Ja nyt mä oon väsyneempi. Mä en saa kotona tehtyä yhtään mitään samalla tavalla kuin ennen. Kyl mä silleen pärjään lapsen kanssa. Mutta silleen just, ettei oo energiaa kotitöihin, että kun on niin vähällä unella. Sit mä tosiaan oon myöhästellyt perherymästäkin.

(Perhe 2. 12. kotikäynti 18.12.2008.)

Perheen arjessa tapahtuneilla positiivisilla muutoksilla saattoi olla rytmittämisen näkökulmasta kuitenkin negatiivisia vaikutuksia. Perheessä 1 vanhemman työllistyminen aiheutti hetkellisen lamaannuksen kotitöiden tekemisessä, kun uusi työ vei kaikki voimavarat. Toisaalta samassa tilanteessa on mahdollista saada myös pienemmällä aikaresurssilla enemmän aikaan, kun enää ei voi siirtää loputtomasti asioiden tekemistä.

6.3 Perheen nukkumiseen liittyvät haasteet

Riittävä yöuni on lapsen kasvun ja kehityksen tärkeimpiä edellytyksiä. Alle 3-vuotiaat nukkuvat 12–13 tuntia yössä, leikki-ikäiset 11–12 tuntia ja koulukäiset 9–11 tuntia. Tavallisimmin nukkumisongelmat ilmenevät vaikeuksina saada unta tai unen ylläpitämisessä. (Hiscock & Davey, 2012, s. 1–2.) Univajeen on todettu vaikuttavan muun muassa kognitiivisiin toimintoihin, käyttäytymiseen ja terveyteen. Lisää tutkimustietoa kaivataan esimerkiksi jatkuvan osittaisen unen vaikutuksista yksilön aivojen kehitykseen. (Jan ym., 2009, s. 386.)

Tutkimusperheissä univaikeudet olivat merkittävimpiä arkeen vaikuttaneita tekijöitä. Perheissä vanhemmat ja lapset kärsivät erilaisista univaikeuksista, kuten nukahtamisvaikeuksista iltaisin, katkonaisesta yönestä, unirytmien sekoittumisesta tai unettomuudesta. Univaikeuksien seuraukset heijastuivat arjessa jaksamisen puutteena. Vanhemmat tunsivat itsensä väsyneiksi päivisin. Unen puute vaikutti myös lasten kanssa olemiseen: yhteinen tekeminen ja läsnäolo oli haastavampaa väsyneenä. Väsymys purkautui ylireagoitena lasten toimintaan ja yleisenä pahantuulisuuksena. Myös Corapi ja Wachs (2002) havaitsivat vanhemman uupumuksen purkautuvan huonotuulisuuksena ja hermostuneisuutena lapsia kohtaan.

Ä: Niin kun tuntui, että mulla oli semmoista, niinku että mä koko päivän touhusin lasten kanssa ja sit mulle tulee, että nyt riitti! Nyt kaikki tavallaan pois silmistä. Pois tästä läheisyydestä. Se niin kun äänten määrä ja kaikki se lasten touhu oli sit vaan niinku liikaa. Ja sit mä olin suurin piirtein niinku, että kadotkaa siitä. Ja sit, niin kun mä väsyin ja mä halusin jo sen tilanteen rauhoittuvan, niin sit mä niinku rupeen rähisemään sitä omaa väsymystä. Niin kun sit se oli vaan semmoista niin kun hampaiden pesulle ja nukkumaan. Että siitä ei oo koskaan ollut semmoista niinku että, et se ilta voi... Siis mä toivoisin, että vois olla semmoista esimerkiksi, et se iltasatu. Mutta mulla ei oo semmoista niinku, että mä jaksaisin. Mä haluan sen oman rauhan ja äkkiä niinku, niinku... tota. Että se tulee niin semmoinen, että mä en ehdi sitten enää yhtään itse rauhoittua ja tota, ja sit olla.

(Perhe 3. Aloitusneuvottelu 15.1.2009.)

Lasten nukkumiseen liittyvät ongelmat heijastuivat esimerkiksi koulun-käyntiaktiivisuuden vähenemisenä. Myöhään jatkunut pelaaminen kostaui aamulla väsymyksenä. Koulusta jäätiin pois melko helposti. Vanhemmilla ei ollut välttämättä keinoja ja voimavaroja puuttua asiaan.

Perheiden illoissa oli samankaltaisia ongelmia kuin aamuissa eli sekvenssit venyivät (vrt. Korvela, 2003). Vanhempien ja lasten nukkumaan meneminen pitkittyi, mikä osaltaan aiheutti erilaisia univaikeuksia. Television katselu vei suuren osan vanhempien illasta, jopa niin, että muut tekemiset kärsivät sen vuoksi. Monissa perheissä kotityöt ajoittuivat myöhäiseen iltaan. Puolisolla oli myös merkitystä iltapainotteiseen rytmiin. Lasten men-tyä nukkumaan ilta oli ainut mahdollisuus viettää kumppanin kanssa kahdenkeskistä aikaa tai omaa aikaa. Perheissä oli siis vaikeuksia rajata riittävästi aikaa lepoa varten.

PT: Mitä sä teet? Katot sä telkkaria vai?

Ä: No, ensiks kun saa ton yleensä nukkuu, niin sit mä teen just jotain kotihommia. Ja sit mä yleensä vähäksi aikaa niinku haluan, että joo, nyt mä istun tohon telkkarin ääreen. Ja sit huomaankin, että mä oon istunut siinä kaks tuntia tai enemmänkin.

Ä: Se on se oma aika silloin illalla niin ihanaa, että siitä ei halua ees mennä nukkumaan. Ja sit loppujen lopuksi aamulla väsyttää niin perhanasti. (Perhe 2. Aloitusneuvottelu 28.10.2008.)

Monissa perheissä lapset saivat valvoa myöhään ilman, että vanhemmat puuttuivat asiaan. Myös lasten illat kuuluivat televisiota katsellen tai pelaten. Vanhemmilla ei ollut keinoja rajoittaa pelaamista. Nukkumaan menemisen yhteydessä lapset käyttivät valtaansa vanhempiin ja kehittivät monenlaisia verukkeita yöunien kustannuksella. Iltaisin perheissä saatettiin tehdä ajankohtaan nähden epätavallisia, hetken mielijohteesta syntyneitä tekoja, esimerkiksi paistaa ohukaisia lasten pyynnöstä. Hiscockin ja Daveyn (2012) mukaan vanhempien olisi tärkeää luoda lapsille säännölliset rutiinit nukkumaanmenoaikaan.

Kaikilla perheillä ei ollut perheenjäsenille kunnon nukkumapaikkoja, vaan lapsia oli sijoitettu yhteisiin huoneisiin tai jopa samoihin sänkyihin. Järjestelyjen toimimattomuus toi levottomuutta koko perheen öihin, ja usein lapset keskeyttivät vanhempien unet, jos heille ei tullut unta omassa nukkumapaikassaan.

Ä: Silloin tammikuussa oli vaikeeta, kun lapsi herätti mua. Niin kun se herätti joka yö mua. Se kaks viiva kymmenen kertaa yössä herätti. Niin se oli tosi raskasta. Ei niinku Luojan tähän, mulla meinas niinku veto loppuu sit siihen hommaan kyllä. Tuntui, että tuntui, että se on ahdistavaa. Se ahdisti se, että mä jouduin siihen tilanteeseen, että mä

jouduin joka yö vähän väliä heräämään ja mä en saa sitä lepoa. Ja mua ahdisti tavallaan jo ajatuskin siitä levon puutteesta.

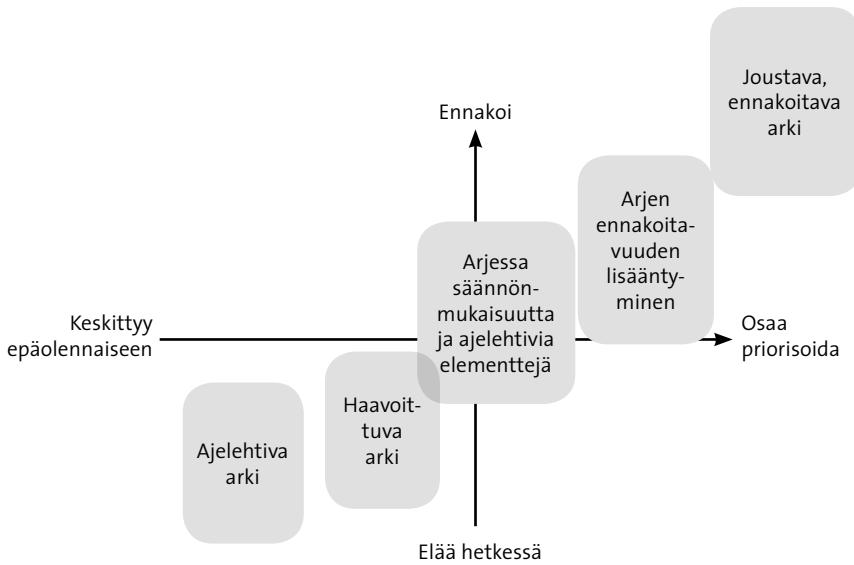
(Perhe 3. Välineuvottelu 27.11.2008.)

Lapsilla saattoi esiintyä yöllä pelkotiloja, mikä vaikutti koko perheen nukkumiseen. Myös Hiscockin ja Daveyn (2012) mukaan yölliset pelot ja ahdistuneisuus voivat ilmetä taisteluina nukkuman menemisen yhteydessä tai lasten pelkona nukkua yksin huoneessaan. Muutokset perheen kokoonpanossa heijastuivat herkästi lasten uniin, esimerkiksi vanhempien eron yhteydessä. Lasten kasvuun ja kehitykseen liittyvät tekijät, kuten hampaiden puhkeaminen, sekoittivat perheiden unirytmisiä ja valvottivat välillä. Pienten lasten päiväunet eivät ole välttämättä säännöllisiä, ja ne jäivät usein liian lyhyiksi.

7 Tulosten koontia

Arjen rytmittämisen näkökulmasta epäsäännöllinen arki sekä toimimattomat aamu- ja iltasekvenssit aiheuttivat perheissä haasteita. Kuviossa 4 on havainnollistettu perheen kykyä priorisoida ja ennakoida asioita eri arjen haltuunoton asteilla. Ajelehtivaa ja haavoittuvaa arkea elävissä perheissä tekeminen kohdistui usein tilanteen kokonaisuuden kannalta epäolennaiseen eikä asioita osattu asettaa tärkeysjärjestykseen. Monen tehtävän tekeminen yhtäaikaaisesti oli vaikeaa, eikä osattu päättää selkeää etenemisjärjestystä. Omien valintojen seurauksia ei ajateltu meneillään olevaa hetkeä pidemmälle. Ennakoimattomuus aiheutti haastavia tilanteita aamu- ja iltasekvenssien yhteydessä, koska useita tekoja olisi pitänyt sovittaa tiettyyn aikaan ja perheenjäsenten erilaisiin tarpeisiin. Arjen rytmittämisen näkökulmasta nukkumaanmenon jatkuva pitkittyminen saattoi aiheuttaa väsymyskierteen, jolla oli vaikutuksensa koko perheen arjelle. Arjessa asiat kietoutuvat yhteen, ja edellä tarkemmin esitellyillä arkitoiminnan rytmittämiseen liittyvillä haasteilla on yhteistä rajapintaa useiden muiden kategorioiden kanssa (ks. kuvio 2). Ennakoimattomuus tuli arjessa esille rytmittämisen lisäksi monilla muilla osa-alueilla. Ennakoimattomuus saattoi johtaa rytmittämisen ongelmiin arjessa. Ruoanvalmistuksen aikaan kotoa ei välttämättä löytynyt tarvittavia raaka-aineita. Rahankäyttö oli joissakin perheissä hallitsematonta. Kun perhe sai rahaa, saatettiin tehdä kalliita hankintoja, kuten kodin elektroniikkaa, mikä vastaavasti pienensi perheen ruokabudjettia. Tyypillistä oli myös eriasteisen tavarakaoksen muodostuminen koteihin. Tiskit, pyykit, tavarat ja lika kasautuivat monissa kodeissa ongelmaksi. Kotityöt jäivät tekemättä jäsentymättömän ajankäytön, uupumuksen, perheen työnjakoon liittyvien tekijöiden vuoksi tai koska sopivat välineet tai taidot puuttuivat.

Kuvio 4. Arjen haltuunoton asteet asioiden ennakoinnin ja priorisoinnin näkökulmasta



Arjen rytmittämisen lisäksi perheet kohtasivat vastoinkäymisiä useilla muilla elämänalueilla. Perheiden tukiverkostot ja sidokset ympäröivään yhteiskuntaan olivat löyhät. Voimavarat olivat niin vähäiset, että suhteita ei jaksettu ylläpitää tai luoda eikä ulkopuolelta tuleviin muutostarpeisiin vastata. Perheenjäsenten vuorovaikutuksella oli arjessa keskeinen merkitys. Parisuhde oli usein ajautunut ongelmiin, ja siihen liittyvät asiat kuluttivat merkittävästi perheen voimavaroja. Parhaimmillaan toimiva suhde lapsiin ja puolisoon on merkittävä voimavara arjessa. Lasten kasvatusta oli monissa perheissä haastavaa: vanhemmilta puuttuivat keinot ja jaksaminen lasten kanssa toimimiseen. Toiminnallisuus liittyi arjessa moneen osa-alueeseen, kuten asioiden hoitamiseen, kodin rakentumiseen ja perheen sisäiseen työnjakoon. Kodin kaaostilanteet voidaan liittää paitsi rytmittämisen myös toiminnallisuuden puutteeseen.

Milloin arki ajelehtii?

Arjen teoilla tai niiden tekemättä jättämisellä on aina seurauksensa, ja vaikutukset ulottuvat usealle elämänalueelle. Se, milloin perheen arjen voi sanoa ajelehtivan, on aina usean tekijän yhteisvaikutus. Perhekohtaisuus ja tilannesidonnaisuus ovat vahvasti läsnä perheiden arkea arvioitaessa. Joissain tilanteissa perheiden voimavarat ovat vähäisemmät ja arki luisuu helpommin raiteiltaan. Olemassa olevien resurssien hyödyntäminen, käyttäminen, jakaminen tai kompensoiminen oli hyvin perhekohtaista. Usein perheissä ongelmien kasautuminen sai arjen pois raiteiltaan. Eri perheitä ei siis voi asettaa samalle viivalle eikä luokitella yksiselitteisesti joidenkin

ominaisuuksien perusteella: samat tunnusmerkit eivät välttämättä saa arkea ajelehtimaan toisessa perheessä. Arjen rakentamisen yhteydessä perheen elämä voi parantua sellaiselle tasolle, että perheen arki muuttuu merkittävästi, mutta jonkin toisen perheen mielestä arki ei olisi vielä edes tyydyttävällä tasolla.

Voiko arki ajelehtia myös niin sanotuissa normaaleissa perheissä? Tiskit ja vaatehuolto kasautuvat aika ajoin jokaisessa perheessä. Merkittävänä erona on, että tavallisissa perheissä tilanteeseen puututaan jonkin ajan kuluessa perheen omin voimin, yleensä muiden kiireiden hellittäessä. Ajelehtivassa arjessa tiskit ja pyykki vuori jatkavat kasautumistaan. Tiskeistä ja vaatteista saatetaan hoitaa ne välttämättömimmät, jotta syöminen tai lasten kouluun meneminen mahdollistuu. Omat voimavarat eivät enää riitä kaaoksen selvittämiseen, vaan siihen tarvitaan ulkopuolista apua. Tyypillistä on, että tiskit ja pyykki alkavat kasautua uudelleen eli omia voimavaroja ei ole myöskään ylläpitoon.

On syytä muistaa, että jokaisessa perheessä on hyviä, toimivia asioita, vaikka tietyillä osa-alueilla ongelmat ovatkin niin suuria, että perheen tilanne edellyttää puuttumista yhteiskunnan taholta. Lapsiperheen ajelehtiva arki ei välttämättä tarkoita huonoa vanhemmuutta tai lasten laiminlyöntiä. Useimmissa perheissä lasten perushoiva toteutui, mutta perheitä autettiin tekemään arjesta lasten kannalta katsottuna ennakoitavampaa ja säännöllisempää. Vanhempien hyvinvoinnin lisääntyessä muutos näkyi myös lapsissa.

Tämän aineiston perusteella näyttäisi siis siltä, että *ajelehtiva arki paikantuu perheen voimavaroihin, rutiinien puuttumiseen eri elämänalueilta sekä perheen ihmissuhteisiin ja sidoksiin kodin ulkopuolelle.*

8 Johtopäätökset

Ajelehtivan arjen käsite tuo uudenlaisen näkökulman kaottisen kotitalouden käsitteeseen laajentaen määritelmää kodin fyysisestä ympäristöstä ja toiminnallisista ongelmista arjen rytmittämisen haasteisiin. Matheneyn ym. (1995) esittämä viisitoistakohtainen asteikko (*chaos scale*) kaaoksen arvioimiseksi sisältää yhden myöhästelemiseen liittyvän kysymyksen, jonka voi tulkita liittyvän arjen rytmittämiseen. Kuten edellä on esitetty, ajelehtivan arjen tarkastelu laadullisesti tuo käsitteelle moniulotteisemman sisällön. Kaottisen kotitalouden kuvauksen lisäksi ilmiöstä esitetään kirjallisuudessa vastakkaisia puolia, mikä auttaa paikantamaan ajelehtivan arjen ilmiötä ja siihen liittyviä työtapoja perheessä. Perheiden tukemisen näkökulmasta on kiinnostavaa, miksi osa perheistä selviytyy työttömyyden, taloudellisen ahdingon ja haastavien ihmissuhteiden ristipaineessa muita perheitä paremmin. Miksi pahoinvointi kasautuu joillekin perheille? Perheiden lannistumattomuutta ja sinnikkyyttä kuvaavan käsitteen *family*

resilience (esim. Black & Lobo, 2008, s. 33–36) mukaan perhettä suojaavia avaintekijöitä ovat esimerkiksi positiivinen ajattelutapa, avoin vuorovaikutus perheenjäsenten välillä, perheen yhteinen aika ja samanlaiset mielenkiinnon kohteet, arkisten rutiinien ylläpito sekä riittävät tukiverkostot. Kaikki perheet kohtaavat jossain vaiheessa vastoinkäymisiä; merkityksellistä kuitenkin on, kuinka tilanteeseen sopeudutaan ja miten siinä toimitaan. Joissakin perheissä suojaavia tekijöitä on enemmän ja vastoinkäymiset osataan kääntää voitoksi. (Black & Lobo, 2008, s. 37–38.)

Yhteiskunnalliset muutokset ovat vaikuttaneet merkittävästi perheiden nykyiseen tilanteeseen sekä perheitä tukeviin palveluihin. Vaikka yhteiskunnan taloustilanne kohentui, perheet eivät ole saaneet takaisin 1990-luvun laman jälkeen menetettyjä etuuksiaan. Uusien taloudellisten taantumien myötä etuuksia ja palveluita on edelleen leikattu. Yhteiskunnan taloudellinen ja poliittinen kehitys vaikuttavat oleellisesti sosiaalityön toteutumiseen. Poliittiset tahot säästävät helposti hyvinvointipalveluista. Vasta nyt on havahduttu konkreettisen, matalan kynnyksen avun puuttumiseen perheiltä. Kaste-ohjelman eli Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallisen kehittämisohjelman (2012–2015) yhtenä osatavoitteena on ”vahvistaa ehkäiseviä ja varhaisen tuen palveluja sekä kehittää lastensuojelutyötä”, eli pyritään esimerkiksi kehittämään lastensuojelun avohuoltoa vahvistamalla kotipalvelua ja kotiin vietäviä muita palveluita. (Hastrup, 2013.)

Perheiden arki on moninaistunut yhteiskunnallisen kehityksen seurauksena, ja arjen haasteet ovat erilaisia kuin vuosikymmeniä sitten. Ihmisiltä vaaditaan kaiken aikaa enemmän neuvottelutaitoja perheen sisällä sekä aktiivista vuorovaikutusta kodin ulkopuolisten toimintajärjestelmien kanssa. Enää eivät riitä kädentaitoihin tai työn jakamiseen perustuvat ongelmanratkaisutaidot. (Korvela, 2011, s. 220–221.) Hämäläinen (2013) esittää tavoitteeksi arjen kompleksiteetin vähentämisen. Tällä tarkoitetaan arjen monimutkaisuuden, epävarmuuden ja kuormittavuuden vähentämistä nyky-yhteiskunnasta hyvinvoinnin lisäämiseksi (Hämäläinen, 2013). Apua tarvitsevien perheiden tunnistaminen on tärkeää. Perheet eivät ole välttämättä tietoisia saatavilla olevista palveluista. Vähäiset voimavarat eivät riitä erilaisten perhettä tukevien palveluiden selvittämiseen tai niiden pariin hakeutumiseen. Edellä esitetty tarkastelu osoittaa, että perheen arjen ongelmat ovat hyvin moninaisia ja vaativat yksilöllisempiä, perhekohtaisia ratkaisuja. On tarpeen kiinnittää huomiota työtapoihin. Psykososiaalista tukea toiminnallisempi, arjen rytmittämiseen ja rutiinien luomiseen keskittyvä työtapo pureutuu paremmin ajolehtivan arjen ilmiöön. Arki Hal- tuun -hankkeessa toiminnallinen työtapo oli useissa perheissä merkityksellinen. Yhdessä tekemisen ja tarvittaessa puolesta tekemisen avulla arki alkoi vähitellen kohentua. Keskusteluun perustuvat työskentelymuodot eivät riitä kantamaan perheitä moninaisten arjen ongelmien kanssa. Kotipalvelu ja muut kotiin viedyt työmuodot tulisi päivittää perheiden tämänhetkisten tarpeiden mukaisiksi. (Jonsson & Korvela, 2013.)

- ANTTILA, P. (2000). *Tutkimisen taito ja tiedon hankinta. Taito-, taide- ja matkailualojen työvälineet*. Hamina: Akatiimi.
- BLACK, K., & LOBO, M. (2008). A conceptual Review of Family Resilience Factors. *Journal of Family Nursing*, 14, 33–55.
- COLDWELL, J., PIKE, A., & DUNN, J. (2006). Household chaos – links with parenting and child behaviour. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47, 1116–1122.
- CORAPCI, F., & WACHS, T. D. (2002). Does Parental mood or Efficacy Mediate the Influence of Environmental Chaos Upon Parenting Behaviour? *Journal of Developmental Psychology*, 48, 182–202.
- DUMAS, J. E., NISSLEY, J., NORDSTRÖM, A., SMITH, E. P., PRINZ, R. J., & LEVINE, D. W. (2005). Home Chaos: Sociodemographic, Parenting, Interactional, and Child Correlates. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 34, 93–104.
- ELO, S., & KYNGÄS, H. (2007). The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing*, 62, 107–115.
- ESKOLA, J., & SUORANTA, J. (2000). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- FELSKI, R. (1999–2000). The invention of everyday life. *New Formations A Journal of Culture/Theory/Politics* 39, 15–31.
- HANSACOMBE, K. B., HAWORTH, C. M. A., DAVIS, O. S. P., JAFFEE, S. R., & PLOMIN, R. (2011). Chaotic homes and school achievement: a twin study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 52, 1212–1220.
- HASTRUP, A. (2013). Lasten, nuorten ja lapsiperheiden palveluja uudistetaan -osaohjelman keskeiset linjaukset. Powerpoint-esitys. Haettu 28.5.2013 osoitteesta <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/d8f8a333-245d-4288-88a2-ca451b869313>
- HIGHMORE, B. (2004). Homework. Routine, social aesthetics and the ambiguity of everyday life. *Cultural Studies*, 18, 306–327.
- HISCOCK, H., & DAVEY, M. J. (2012). Sleep disorders in infants and children. *Journal of Pediatrics and Child Health, Annotation*, 1–4.
- HÄMÄLÄINEN, T. (2013). Hyvinvointi. Teoksessa J. Saari (toim.), *Suomen sillat tulevaisuuteen* (Kulttajatutkimuskeskuksen kirjoja 8) (s. 209–234). Helsinki. Haettu 19.5.2014 osoitteesta http://www.kulttajatutkimuskeskus.fi/files/5771/o8_hyvinvointi_hamalainen.pdf
- JAN, J. E., REITER, R. J., BAX, M. C. O., RIBARY, U., FREEMAN, R. D., & WASDELL, M. B. (2009). Long-term sleep disturbances in children: A cause of neuronal loss. *European Journal of Pediatric Neurology*, 14, 380–390.
- JONSSON, M. (2006). *Perhetyö, arki ja sekvenssit. Raportti Arki Haltuun kehittämishankkeesta*. Opinnäytetyö. Järvenpää: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- JONSSON, M. (2011). Oven takana. Teoksessa S. Fågel, M. Jonsson, P. Korvela, & A. Kupiainen (toim.), *Arki Haltuun -sekvenssimenetelmä perhetyössä* (s. 7–9). Helsinki: Väestöliitto.
- JONSSON, M., & KORVELA, P. (2013). Uudenlaista kotipalvelua lapsiperheille. Teoksessa J. Syrjälä & R. Åberg (toim.), *Vuosikirja 2012 – Rohkeasti elämässä* (s. 31–37). Helsinki: Väestöliitto.
- KORVELA, P. (2003). *Yhdessä ja erikseen. Perheenjäsenten kotona olemisen ja tekemisen dynamiikka* (Tutkimuksia 130). Helsinki: Stakes.
- KORVELA, P., HOLMBERG, M., JONSSON, M., & KUPIAINEN, A. (2009). Ajelehtivasta ankuroituun arkeen – arkirytmien muuttamisen tukeminen perhetyössä sekvenssikartta -menetelmällä. Teoksessa H. Janhonen-Abuquah (toim.), *Kodin arki* (Kotitalous- ja käsityöiteiden laitoksen julkaisuja 19) (s. 103–119). Helsingin yliopisto.
- KORVELA, P. (2011). Arki, päivärytmi ja sekvenssit. Miten käsitteellistää arkea ja kotia? Teoksessa S. Fågel, M. Jonsson, P. Korvela, & A. Kupiainen (toim.), *Arki Haltuun –sekvenssimenetelmä perhetyössä* (s. 219–223). Helsinki: Väestöliitto.
- KUPIAINEN, A., & HOLMBERG, M. (2011). Arki haltuun sekvenssimenetelmällä. Teoksessa S. Fågel, M. Jonsson, P. Korvela, & A. Kupiainen (toim.), *Arki Haltuun -sekvenssimenetelmä perhetyössä* (s. 43–64). Helsinki: Väestöliitto.
- KYNGÄS, H. & VANHANEN, L. (1999). Sisällön analyysi. *Hoitotiede*, 11, 3–12.

- KÄÄRIÄINEN, A., LEINONEN, A., & METSÄRANTA, H. (2007). *Lastensuojelutyön dokumentointi. Opastusta ja ideoita käytäntöön*. Helsinki: Palmenia.
- MATHENEY, A., WACHS, T., LUDVIG, J. & PHILLIPS, K. (1995). Bringing order out of chaos: psychometric characteristics of the confusion, hubbub, and order scale. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 16, 429–444.
- RAIJAS, A. (2005). Kotitalouden voimavarat ja niiden hallinta. Teoksessa V. Heinonen, A. Raijas, K. Hyvönen, K. Leskinen, J. Litmala, M. Panzar, T. Römer-Paakkanen & P. Timonen (toim.), *Kulttajaekonomia. Kotitalous ja kulutus* (s. 69–100). Helsinki: WSOY.
- SALMI, M. (2008). Rakenteellinen välinpitämättömyys riski lasten tulevaisuudelle. *Futura*, 4, 37–47.
- SALMI, M., HUTTUNEN, J., & YLI-PIETILÄ, P. (1996). *Lapset ja lama* (Stakes Raportteja 197). Helsinki: Stakes.
- SEKKI, S. (2010). *Arjen rakentaminen ja keskustelunaloitteet kotikäynneillä Väestöliiton Arki Haltuun -hankkeessa*. Kotitaloustieteen pro gradu -tutkielma. Helsingin yliopisto, opettajankoulutuslaitos.
- Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö (2012). *Toimiva lastensuojelu. Selvitys kuntien perhetyön, lastensuojelun toimintatapojen sekä lastensuojelun toimivuuden kehittämistä*. Väiliraportti. Haettu 8.4.2013 osoitteesta http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=5065240&name=DLFE-24702.pdf
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2011). *Lastensuojelu 2011*. Tilastoraportti. Haettu 8.4.2013 osoitteesta http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90891/Tr26_12.pdf?sequence=5