

FinLapset-tutkimus vauvaperheiden vanhemmille 2024

Lomake vauvan synnyttäneelle äidille

Pyydämme sinua ystävällisesti vastaamaan kyselyyn mahdollisimman pian, mielellään viimeistään 10 päivän kuluessa. Palauta vastauksesi oheisessa vastauskuoressa, johon ei tarvita postimerkkiä. Kyselyn voit täyttää myös internet-osoitteessa thl.fi/finlapset/vastaa, jonne voit kirjautua joko käyttäen vahvaa tunnistautumista (esim. pankkitunnuksia) tai tunnuksella ja salasanalla, jotka löytyvät tämän kyselylomakkeen etusivun yläosasta.

Kiitos vastauksestasi!

Ohjeita vastaamiseen

- Jos sinulla on vuonna 2024 syntyneet kaksoset, kolmoset tai neloset, vastaa vanhimman lapsen osalta.
- Jos olet adoptiovanhempi, vastaa sinulle soveltuviin kysymyksiin.
- Jos et osaa vastata johonkin kysymykseen, voit siirtyä seuraavaan kysymykseen.
- Käytä lyijykynää tai kuulakärkikynää.
- Vastaa merkitsemällä rasti ruutuun.
- Jos haluat muuttaa vastaustasi, älä käytä pyyhekumia, vaan täytä ensin merkkeamasi ruutu kokonaan tummaksi ja rastita sen jälkeen oikea vaihtoehto.

Lisätietoja tutkimuksesta:

- thl.fi/finlapset/kysely
- Infonumero: p. 029 524 8197 (arkisin klo 9–15)
- Sähköposti: finlapset@thl.fi

Taustatiedot

1. Mikä on koulutuksesi? Valitse ylin suorittamasi koulutus.

- vähemmän kuin peruskoulu (alle 9 vuotta)
- peruskoulu
- ammatillinen kurssi tai työpaikkakoulutus
- ylioppilastutkinto
- ammatillinen perustutkinto, ammatti- tai erikoisammattitutkinto
- ammatillinen opisto
- alempi ammattikorkeakoulu- tai korkeakoulututkinto (kandidaatin tutkinto)
- ylempi ammattikorkeakoulu- tai korkeakoulututkinto (maisterin, lisensiaatin tai tohtorin tutkinto)
- en osaa sanoa

2. Olitko tätä perhevapaata edeltävien 12 kuukauden aikana pääasiassa?

Voit valita useamman vaihtoehdon.

- palkansaaja toisen palveluksessa
- vuokratyöntekijä
- itsensä työllistäjä (yksinyrittäjä, ammatinharjoittaja, freelancer, apurahan saaja)
- työnantajayrittäjä
- opiskelija
- varusmies- tai siviilipalveluksessa
- perhevapaalla (vanhempainvapaalla tai kotihoidon tuella)
- työtön tai lomautettu
- työelämän ulkopuolella muista syistä (esim. sairauseläkkeellä)
- muu

3. Oletko tällä hetkellä parisuhteessa?

- kyllä, asumme yhdessä
- kyllä, emme asu yhdessä
- en

4. Mikä kuvaa parhaiten vauvan asumista? Vauva asuu

- vanhempiensa kanssa yhteisessä kodissa
- vuoroviikoin/suunnilleen yhtä paljon vanhempiensa kanssa, jotka eivät asu yhdessä
- pääasiassa tai pelkästään minun kanssani
- pääasiassa tai pelkästään jonkun muun vanhempansa kanssa
- jotenkin muuten järjestettynä

5. Asuuko perheessäsi **vauvan lisäksi** muita alle 18-vuotiaita lapsia (myös perheessäsi osan aikaa asuvat)?

- kyllä
- ei (siirry kysymykseen 7)

6. Perheessäni **vauvan lisäksi** asuvat muut alle 18-vuotiaat lapset ovat

Voit valita useamman vaihtoehdon.

- minun ja nykyisen puolisoni yhteisiä lapsia
- minun lapsiani (myös perheessäni osan aikaa asuvat)
- puolisoni lapsia (myös perheessäni osan aikaa asuvat)
- perheeseeni sijoitettuja lapsia

Hyvinvointi ja palvelut vauvan odotusaikana

7. Miten vauvan odotusaika mielestäsi sujui?

- paremmin kuin olin odottanut tai ajatellut
- suurin piirtein niin kuin olin odottanut tai ajatellut
- huonommin kuin olin odottanut tai ajatellut

8. Oliko sinulla vauvan odotusaikana vähintään yksi yhtämittainen 2 viikon jakso, jolloin tunsit itsesi erityisen huolestuneeksi, onnettomaksi tai masentuneeksi?
- kyllä
 - ei (siirry kysymykseen 10)
9. Kerroitko siitä jollekin ammattilaiselle (esimerkiksi terveydenhoitajalle, sairaanhoitajalle, lääkärille, psykologille, terapeutille, sosiaalityöntekijälle)?
- kyllä, enkä tarvinnut enempää apua
 - kyllä, tarvitsin lisäapua tilanteeseeni
 - en
10. Saitko vauvan odotusaikana eri alan ammattilaisilta (mukaan lukien äitiysneuvola) riittävästi tukea seuraaviin asioihin?
- En tarvinnut
Sain, tuki oli riittävää
Sain, mutta tuki ei ollut riittävää
Olisin tarvinnut, mutta en saanut tukea
Olisin tarvinnut, mutta en tuonut tuen tarvetta esille

Raskausajan yleinen vointi
Oma masennusoireilu
Oma jaksaminen
Parisuhde
Seksuaalisuus
Synnytyspelko
Synnytykseen valmistautuminen

Jos et halunnut tai kokenut tarpeelliseksi osallistua perhe- tai synnytysvalmennukseen, siirry kysymykseen 13.

11. Mihin seuraavista perhe- tai synnytysvalmennuksista osallistuit tai olisit halunnut osallistua? Voit valita kaikki itsellesi sopivat vaihtoehdot.

Osallistuin
Olisin osallistunut, mutta tätä ei ollut tarjolla tai en tiennyt tästä

Neurolassa paikan päällä järjestettyyn valmennukseen
Videovälitteisesti neuvolan järjestämään valmennukseen
Synnytys sairaalassa paikan päällä järjestettyyn valmennukseen
Yksityisen tahon järjestämään valmennukseen
Synnytys sairaalaan tutustumiseen paikan päällä
Itsenäiseen valmentautumiseen videoita yms. katsomalla

Jos et osallistunut mihinkään perhe- tai synnytysvalmennukseen, siirry kysymykseen 13.

12. Käsiteltiinkö perhe- tai synnytysvalmennuksessa seuraavia asioita?

- Kyllä, riittävästi
- Kyllä, mutta riittämättömästi
- Kyllä, mutta ei olisi tarvinnut
- Ei, eikä olisi tarvinnut
- Ei, mutta olisi tarvinnut

Synnytykseen valmistautuminen
Synnytyspelko
Tunne-elämä
Parisuhde
Seksi synnytyksen jälkeen
Vanhemmuus
Vauvan ruokinta (ml. imetys)
Vauvan muu hoito

13. Mitä mieltä olet raskauden seurannasta äitiysneuvolassa tämän vauvan osalta?

- Täysin samaa mieltä
- Samaa mieltä
- Ei samaa eikä eri mieltä
- Eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Raskautta seurattiin asiantuntevasti ja osaavasti
Koin tulleet kuulluksi
Puhuttiin minulle tärkeistä asioista
Selvitettiin koko perheen hyvinvointia ja elämäntilannetta
Sain riittävästi tukea vanhemmuuteen
Uskalsin kertoa asioistani rehellisesti

14. Oliko sinulla äitiysneuvolakäynneillä useimmiten sama terveydenhoitaja tai kättilö?

- kyllä
- kyllä, mutta olisin toivonut terveydenhoitajan tai kättilön vaihtuvan
- ei, en olisi halunnut terveydenhoitajan tai kättilön vaihtuvan
- ei, mutta se ei haitannut

15. Tarjottiinko äitiys- tai lastenneuvolasta kotikäyntiä raskausaikana tai synnytyksen jälkeen ja oliko käynti hyödyllinen?

- Ei tarjottu enkä olisi tarvinnutkaan
- Ei tarjottu, mutta olisin tarvinnut
- Tarjottiin, mutta en katsonut tarpeelliseksi
- Tarjottiin, mutta käynti ei ollut hyödyllinen
- Tarjottiin, käynti oli hyödyllinen

Raskausaikana
Synnytyksen jälkeen

Synnytystoiveet ja -kokemukset

16. Mitä synnytystapaa toivoit?

- alatiesynnytystä (siirry kysymykseen 18)
- keisarileikkausta
- minulla ei ollut erityisiä toiveita (siirry kysymykseen 18)

17. Mistä syystä toivoit keisarileikkausta? Voit valita useamman vaihtoehdon.

- omaan terveyteeni tai raskauteen liittyvistä syistä
- lapsen terveyteen liittyvistä syistä
- synnytyspelon vuoksi
- muusta syystä

18. Mitä asioita pidät synnytyspaikassa tärkeimpinä? Valitse kolme tärkeimpänä pitämääsi asiaa.

- mahdollisimman lyhyt matka synnytysairaalaan
- kodinomaisuus
- vaihtoehtoiset synnityksen kivunlievitys- ja hoitomuodot
- lasten tehohoitomahdollisuus
- perhehuone
- kuulluksi tuleminen
- muut asiat

19. Saitko mielestäsi selkeät ohjeet siitä, milloin on oikea hetki lähteä synnyttämään?

- kyllä
- en

20. Miten synnytys mielestäsi sujui?

- paremmin kuin olin odottanut tai ajatellut
- suurin piirtein niin kuin olin odottanut tai ajatellut
- huonommin kuin olin odottanut tai ajatellut

21. Minkä numeerisen arvion (VAS-pisteen) annoit synnytyskokemuksestasi synnytyssairaalassa ollessasi? 1 kuvaa huonointa mahdollista ja 10 parasta mahdollista synnytyskokemusta

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10

- annoin arvion, mutta en muista sitä
- arviota ei kysytty

22. Minkä numeerisen arvion (VAS-pisteen) antaisit synnytyskokemuksellesi **tällä hetkellä**, kun muistelet synnytystäsi? 1 kuvaa huonointa mahdollista ja 10 parasta mahdollista synnytyskokemusta

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10

- en osaa sanoa

23. Naisilla on erilaisia kokemuksia synnyttämisestä ja synnytyksestä. Mitä mieltä olet seuraavista väitteistä?

Samaa mieltä
Osittain samaa mieltä
Eri mieltä

En ollut lainkaan huolestunut synnytyksen aikana
Koin oloni hyvin ahdistuneeksi synnytyksen aikana
Koin saavani hyvin tukea henkilökunnalta synnytyksen aikana
Minusta synnyttäminen oli psyykkisesti kuormittava kokemus
Koin menettäväni hallinnan tunteen synnytyksen aikana
Henkilökunta kommunikoi kanssani hyvin synnytyksen aikana

Joskus synnytyksessä tapahtuu jotain sellaista, joka jää painamaan mieltä tai häiritsemään arkea.

24. Onko oma synnytyskokemuksesi häirinnyt arkeasi viimeksi kuluneen viikon aikana?

- koko ajan
- joskus
- harvoin
- ei lainkaan

25. Kuinka hyvin olet mielestäsi toipunut synnytyksestä?

Erittäin hyvin
Melko hyvin
Keskinkertaisesti
Melko huonosti
Erittäin huonosti

Psyykkisesti
Fyysisesti

Palvelut vauvan syntymän jälkeen

26. Jos tarvitsit **viikon sisällä** synnytyssairaalasta kotiuduttuasi apua vauvan tai oman vointisi takia, mihin otit yhteyttä ja oliko apu riittävää?

- En tarvinnut apua
- Otin yhteyttä ja sain riittävästi apua
- Otin yhteyttä, mutta en saanut riittävästi apua
- Otin yhteyttä, mutta en saanut lainkaan apua
- Olisin tarvinnut apua, mutta en ottanut yhteyttä

Synnytyssairaalaan
Neuvolaan
Muuhun tahoon

27. Saitko helposti yhteyden neuvolaan synnytyssairaalasta kotiutumisen jälkeen?

- kyllä
- en
- neuvolasta otettiin minuun yhteyttä

28. Oletko **vauvan syntymän jälkeen** saanut eri alojen ammattilaisilta (mukaan lukien lastenneuvola) riittävästi tukea seuraaviin asioihin?

- En ole tarvinnut
- Olen saanut, tuki on ollut riittävää
- Olen saanut, mutta tuki ei ole ollut riittävää
- Olisin tarvinnut, mutta en ole saanut tukea
- Olisin tarvinnut, mutta en ole tuonut tuen tarvetta esille

Vuorovaikutus vauvan kanssa
Vauvan nukkuminen
Vauvan itkuisuus
Oma masennusoireilu
Oma jaksaminen
Parisuhde

29. Miten seuraavat asiat ovat toteutuneet vauvan **neuvolakäynneillä**?

- Täysin samaa mieltä
- Samaa mieltä
- Ei samaa eikä eri mieltä
- Eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Vauvan terveyttä, kasvua ja kehitystä on seurattu asiantuntevasti ja osaavasti

- On kerrottu riittävästi rokotuksista
- On kerrottu riittävästi rokotuksilla ehkäistävistä taudeista
- On puhuttu minulle tärkeistä asioista
- On kuunneltu riittävästi, mitä minulla on ollut sanottavana
- On selvitetty koko perheen hyvinvointia ja elämäntilannetta
- On annettu riittävästi tukea vanhemmuuteen
- Olen uskaltanut kertoa asioista rehellisesti

30. Oletko tarvinnut ja saanut riittävästi seuraavia palveluja 12 viime kuukauden aikana? Älä laske mukaan yksityisiltä yrityksiltä itse hankkimiasi palveluja.

- En ole tarvinnut
- Olen saanut, palvelu on ollut riittävää
- Olen saanut, mutta palvelu ei ole ollut riittävää
- Olisin tarvinnut, mutta en ole saanut palvelua
- Olisin tarvinnut, mutta en ole tuonut palvelun tarvetta esille

Konkreettista apua arjen toimintoihin kuten kotitöihin, lastenhoitoon ja asiointiin
Keskusteluapua ja ohjausta esimerkiksi lasten hoitoon ja kasvatukseen
Mielenterveyspalveluja
Lääkäripalveluja lapsen sairastuessa

31. Onko vauvalla yksityinen sairauskuluvakuutus, josta saa korvauksen yksityislääkärikäynnistä?

- kyllä, ja sitä on käytetty
- kyllä, mutta sitä ei ole käytetty
- ei

Vauvan syöttäminen ja imetys

32. Kun olit raskaana, miten suunnittelit syöttäväsi vauvaa?

- vain rintamaidolla
- rintamaidolla ja äidinmaidon korvikkeella
- vain äidinmaidon korvikkeella
- en osaa sanoa
- en suunnitellut asiaa

33. Mitä maitoa vauva on saanut synnytyssairaalaan kotiutumisen jälkeen? Mieti koko synnytyssairaalan jälkeistä aikaa.

Koko ajan
Hyvin usein
Joskus
Harvoin
Hyvin harvoin
Ei lainkaan

Rintamaitoa
Äidinmaidon korviketta

34. Mitä ruokaa vauva saa nykyisin?

Kyllä
Ei

Rintamaitoa
Äidinmaidon korviketta
Lisäruokaa esim. soseita, sormiruokaa tai maisteluannoksia

35. Kuinka riittävästi olet saanut ohjausta ja tukea imetykseen seuraavilta tahoilta?

- En ole tarvinnut
- Riittävästi
- Keskinkertaisesti
- Riittämättömästi

Äitiysneuvolasta raskausaikana

Synnytyssairaalasta

Lastenneuvolasta synnytyksen jälkeen

Yksityiseltä imetysohjaajalta

Imetyksen vertaistuesta, esim. netistä, chatista tai imetystukiryhmästä

Joltain läheiseltä (esim. puoliso, vanhemmat, ystävät)

Jos et ole lainkaan imettänyt vauvaa, siirry kysymykseen 37.

36. Mitä mieltä olet seuraavista imettämiseen liittyvistä väittämistä?

- Täysin samaa mieltä
- Samaa mieltä
- Ei samaa eikä eri mieltä
- Eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Imetys on sujunut pääosin hyvin

Imetys oli alussa hankalaa, mutta nyt sujuu hyvin

Imetys on ollut positiivinen kokemus

Olen kokenut imetyksen usein kivuliaaksi

Olen kokenut imetyksen liian sitovaksi

Olen pelännyt, että rintamaitoa on tullut liian vähän vauvan tarpeisiin

Raskauden ehkäisy ja tulevaisuuden lapsitoiveet

37. Mitä ehkäisymenetelmää käytätte nykyisin? Voit valita useamman vaihtoehdon.

- ehkäisypillerit (ml minipillerit)
- ehkäisyrengas tai -laastari
- kierukka
- kondomi
- jälkiehkäisy ("katumuspillerit")
- oma tai kumppanin sterilisaatio
- jokin muu ehkäisymenetelmä
- ei mitään

38. Toivotko tulevaisuudessa saavasi lisää lapsia?

- kyllä (siirry kysymykseen 40)
- en
- en osaa sanoa

39. Arvioi missä määrin seuraavat tekijät vaikuttavat siihen, **ettet osaa kertoa lapsitoiveesta tai ettet toivo enempää lapsia**. Valitse yksi vaihtoehto joka riviltä.

- Ei lainkaan
- Hieman
- Merkittävästi

Meillä/Minulla on jo sopiva määrä lapsia
Oma tai puolisoni terveydentila
Aiempi vaikea synnytyskokemus
Jaksaminen vanhempana
Parisuhdetilanne
Riittämätön sosiaalinen verkosto tai yksinäisyys
Opiskelun tai työn ja perheen yhteensovittaminen
Halu keskittyä opiskeluihin/työn tekoon
Epävarma työtilanne
Taloudellinen tilanne
Yhteiskunnan riittämätön tuki
Huoli ilmastonmuutoksesta ja planeetan ekologisesta kantokyvystä
Maailman tilanne (esim. koronan kaltaiset pandemiat, Ukrainan sota)

Terveys ja hyvinvointi vauvan syntymän jälkeen

40. Oletko elämääsi tällä hetkellä?

- erittäin tyytyväinen
- melko tyytyväinen
- en tyytyväinen enkä tyytymätön
- melko tyytymätön
- erittäin tyytymätön

41. Onko terveydentilasi mielestäsi nykyisin?

- hyvä
- melko hyvä
- keskitasoinen
- melko huono
- huono

42. Onko sinulla jokin pitkäaikainen sairaus tai muu pitkäaikainen terveysongelma?

- kyllä
- ei

43. Rajoittaako jokin terveysongelma sinua toimissa, joita ihmiset tavallisesti tekevät?

- rajoittaa vakavasti
- rajoittaa, muttei vakavasti
- ei rajoita lainkaan (siirry kysymykseen 45)

44. Onko rajoituksia ollut vähintään kuuden viime kuukauden ajan?

- kyllä
- ei

45. Seuraavat 10 kysymystä viittaavat siihen, miltä sinusta on tuntunut ja miten olet toiminut **viimeisen kuukauden aikana**. Valitse sopivin vaihtoehto.

Harvoin tai ei lainkaan
Joitakin kertoja
Usein
Koko ajan

Tunsin itseni masentuneeksi
Tuntui, että kaikki mitä tein oli ponnistuksen takana
Uneni oli levotonta
Olin onnellinen
Oloni oli yksinäinen
Ihmiset olivat epäystävällisiä
Nautin elämästä
Tunsin itseni surulliseksi
Minusta tuntui, että minusta ei pidetä
Minulla oli vaikeuksia saada itseni liikkeelle

Elintavat

46. Kuinka usein sinä liikut **vähintään puoli tuntia** niin, että ainakin lievästi hengästyt ja hikoilet?

- vähintään 5 kertaa viikossa
- 3–4 kertaa viikossa
- 1–2 kertaa viikossa
- harvemmin kuin kerran viikossa
- en voi vamman tai sairauden vuoksi harrastaa liikuntaa tai en ole toipunut vielä synnytyksestä riittävän hyvin

47. Käytätkö nykyisin seuraavia tuotteita?

Kyllä, päivittäin
Kyllä, satunnaisesti
En lainkaan
En ole koskaan käyttänyt

Savukkeita
Nuuskaa
Sähkötupakkaa
Muita nikotiinituotteita

48. Oletko käyttänyt alkoholia **raskausaikana** tai **vauvan syntymän jälkeen**?

- en (siirry kysymykseen 52)
- kyllä

49. Joitko alkoholia raskausaikana sen jälkeen, kun sait tietää olevasi raskaana?

- en koskaan (siirry kysymykseen 51)
- 1–2 kertaa
- harvemmin kuin kerran kuukaudessa
- kerran kuukaudessa
- kerran viikossa
- päivittäin tai lähes päivittäin

50. Kuinka paljon joit yleensä kerralla? Katso oheisia laatikoita.

- vähemmän kuin yhden annoksen
- 1–2 annosta
- 3–4 annosta
- 5–6 annosta
- 7 annosta tai enemmän

Esimerkkejä:

0,5 l tuoppi keskiolutta tai siideriä = 1,5 annosta

0,5 l tuoppi A-olutta tai vahvaa siideriä = 2 annosta

0,75 l pullo mietoa (12 %) viiniä = 6 annosta

0,5 l pullo väkeviä = 13 annosta

Yksi alkoholiannos on:

pullo (33 cl) keskiolutta tai siideriä tai

lasi (12 cl) mietoa viiniä tai

pieni lasi (8 cl) väkevää viiniä tai

ravintola-annos (4 cl) väkeviä

51. Kuinka usein olet juonut alkoholia vähintään 4 annosta kerralla vauvan syntymän jälkeen?

- en koskaan
- harvemmin kuin kerran kuukaudessa
- kerran kuukaudessa
- kerran viikossa
- päivittäin tai lähes päivittäin

Väkivalta

Lapsiperheet elävät monenlaisissa tilanteissa ja osassa perheistä kohdataan myös vaikeita asioita. Läheinen ihminen voidaan kohdata erilaisin tavoin. Kohtaaminen voi sisältää myös huonoa tai väkivaltaista kohtelua. Myös näistä asioista ja avun saamisesta on tärkeää saada tietoa kattavasti tuen ja palvelujen kehittämiseksi.

52. Onko terveydenhoitaja tai lääkäri kysynyt sinulta neuvolassa 12 viime kuukauden aikana, oletko kokenut lähisuhdeväkivaltaa?

- kyllä
- ei

Jos et ole ollut parisuhteessa 12 viime kuukauden aikana, siirry kysymykseen 54.

53. Onko puolisosi tai entinen puolisosi tehnyt seuraavia asioita 12 viime kuukauden aikana?

Ei kertaakaan
Kerran
Tosinaan
Usein

Nimitellyt, uhkaillut, haukkunut, nöyryyttänyt tai painostanut sinua
Estänyt sinua liikkumasta, tarttunut kiinni, töninyt, lyönyt tai potkinut
Häirinnyt sinua seksuaalisesti loukkaavilla sanoilla tai teoilla, pakottanut tai yrittänyt pakottaa sinua seksuaalisiin tekoihin
Rajoittanut tai yrittänyt rajoittaa yhteydenpitoasi läheisiisi
Estänyt sinua päättämästä perheen raha-asioista tai tekemästä itsenäisesti ostoksia

Jos sinusta tuntuu, että kotonasi ei ole turvallista tai jos haluat keskustella näistä asioista jonkun kanssa, ota yhteys **Nollalinjaan** (puhelin: 080 005 005), **turvakotiin** (www.thl.fi/turvakotipalvelut) tai neuvolasi **terveydenhoitajaan**.

Oman lapsuuden kokemukset

Seuraavaksi kysymme lapsuudestasi. Joihinkin kohtiin vastaaminen voi tuntua raskaalta. Kysymykset koskevat aikaa, jolloin olit alle 18-vuotias.

54. Missä tahansa, kotona tai muualla:

Ei koskaan
Harvoin
Joskus
Usein
Jatkuvasti

Minua kiusattiin
Jouduin seksuaalisen häirinnän tai seksuaalisen väkivallan kohteeksi
Minulla oli aikuinen, jolle pystyin kertomaan omista asioistani

55. Vanhemmat ja perhe: Vanhemmalla tarkoitetaan aikuista, jolla oli **vastuu sinusta**. Vastaa ajatellen vanhempaasi, joka kyseisen väitteen suhteen **kohteli sinua huonoimmin**.

Ei koskaan
Harvoin
Joskus
Usein
Jatkuvasti

Vanhempani loukkasi, vähätteli tai nöyryytti minua
Vanhempani läimäytti, löi, potki, tukisti tai muulla tavoin satutti fyysisesti minua
Vanhempani läimäytti, löi, potki, tukisti tai muulla tavoin satutti fyysisesti toista vanhempaani
Vanhempani oli päihtyneenä (humalassa tai huumeissa)
Jouduin olemaan nälissäni tai esimerkiksi likaisissa tai rikkinäisissä vaatteissa
Perheenjäsenelläni oli mielenterveyden ongelmia, esimerkiksi masennusta tai itsetuhoisuutta

Mikäli kyselyyn vastaaminen herätti sinussa halun keskustella lisää aiheesta, voit olla yhteydessä alueesi sosiaali- ja terveydenhuollon palveluihin, Kriisipuhelimeen p. 09 2525 0111 ja väkivaltakokemuksista Nollalinjaan p. 080 005 005.

Perheen arki

Jos et ole parisuhteessa, siirry kysymykseen 57.

56. Kuinka tyytyväinen olet parisuhteesi eri puoliin?

Erittäin tyytyväinen
Melko tyytyväinen
En tyytyväinen enkä tyytymätön
Melko tyytymätön
Erittäin tyytymätön

Molemminpuolinen kunnioitus
Yhteisen ajan määrä
Yhdessä tekeminen
Keskustelun avoimuus
Ymmärretyksi tuleminen
Seksi
Työnjako kotitöissä
Työnjako lastenhoidossa
Yhteenkuuluvuuden tunne

57. Arvioi mahdollisuuksiasi saada apua läheisiltäsi, kun olet avun tai tuen tarpeessa. Voit valita useamman vaihtoehdon.

Puoliso, kumppani
Vauvan isovanhemmat
Läheinen ystävä
Joku muu läheinen
Ei kukaan

Kenen kanssa voit jakaa arjen iloja ja suruja?

Kenen voit todella uskoa välittävän sinusta, tapahtuipa sinulle mitä tahansa?

Keneltä saat käytännön apua, kun sitä tarvitset?

Keneltä saat lastenhoitoapua, kun sitä tarvitset?

58. Alla on esitetty joitakin väittämiä tunteista ja ajatuksista. Merkitse jokaisen väittämän kohdalle se vaihtoehto, mikä parhaiten kuvaa kokemuksiasi **2 viime viikon aikana**.

En koskaan
Harvoin
Silloin tällöin
Usein
Koko ajan

väittäjä toiveikkuuden tunteesta

väittäjä hyödyllisyyden tunteesta

väittäjä rentoutuneisuuden tunteesta

väittäjä ongelmien käsittelystä

väittäjä ajattelun selkeydestä

väittäjä läheisyyden tunteesta

väittäjä kyvystä tehdä päätöksiä.

Warwick Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS) © University of Warwick and Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
Kaikki oikeudet pidätetty.

Vanhemmuuden kokemus

59. Kuinka tyytyväinen olet itseesi vanhempana?

- erittäin tyytyväinen
- melko tyytyväinen
- en tyytyväinen enkä tyytymätön
- melko tyytymätön
- erittäin tyytymätön

60. Kuinka usein sinusta tuntuu seuraavalta?

Ei koskaan
Harvoin
Joskus
Melko usein
Hyvin usein
Aina

Minulla on läheinen suhde vauvaani
Haluaisin palata takaisin siihen aikaan, kun minulla ei vielä ollut vauvaa
Vauva ei tunnu omaltani
Vauva käy hermoilleni
Vauvani on syötävän suloinen
Olen onnellinen, kun vauvani hymyilee tai nauraa
Vauvani ärsyttää minua
Vauvani itkee liikaa
Tunnen joutuneeni loukkuun vanhempana
En voi hyväksyä vauvaani
Vauvani on maailman kaunein vauva
Toivon, että vauva katoaisi jonnekin

Uupumus on tunne, jota kuka tahansa vanhempi saattaa tuntea. Voit yhtäältä rakastaa lapsiasi syvästi ja iloita heistä, ja toisaalta kokea uupumusta vanhemman roolissa. Nämä tunteet eivät sulje toisiaan pois. Oman jaksamisesi ja hyvinvointisi vuoksi on tärkeää tunnistaa nämä tunteet ajoissa. Tukea on tarvittaessa saatavilla esimerkiksi neuvolasta.

**61. Kun mietit omaa rooliasi vanhempana, kuinka usein koet seuraavilla tavoilla?
Valitse kokemustasi parhaiten vastaava vaihtoehto kultakin riviltä.**

Päivittäin
Kerran tai pari viikossa
Harvemmin tai en lainkaan

Olen niin väsynyt rooliini vanhempana, ettei edes nukkuminen auta
Tunnen olevani aivan lopen uupunut vanhempana
Tuntuu kuin huolehtisin lapsestani/lapsistani automaattiohjauksella (teen vain välttämättömät asiat mutta en enempää)
En enää pysty näyttämään lapselleni/lapsilleni, kuinka paljon rakastan häntä/heitä
Minusta tuntuu, etten jaks enempää vanhempana

Lapsen hoidon suunnitelma**62. Minkä ikäiseksi olette suunnitelleet vauvaa hoidettavan kotona? Merkitse kyseinen ikä vuosina ja kuukausina.**

_____ vuotta ja _____ kuukautta

- ei vielä suunnitelmia

Jos vauvalla on vain yksi vanhempi, siirry kysymykseen 64.

63. Kuinka aiotte jakaa vanhempainvapaan vanhempien kesken?

- vain minä aion pitää vanhempainvapaata
- aiomme molemmat pitää vanhempainvapaata, mutta minä pidän suurimman osan
- jaamme vanhempainvapaan suunnilleen puoliksi
- aiomme molemmat pitää vanhempainvapaata, mutta puolisoni tai vauvan toinen vanhempi pitää suurimman osan
- vain puolisoni tai vauvan toinen vanhempi aikoo pitää vanhempainvapaata
- ei vielä suunnitelmia

Taloudellinen tilanne**64. Millaiseksi arvioit perheesi taloudellisen tilanteen?**

- erittäin hyväksi
- melko hyväksi
- kohtalaiseksi
- melko huonoksi
- erittäin huonoksi

65. Oletko joskus 12 viime kuukauden aikana:

En
Kyllä

Pelännyt, että teiltä loppuu ruoka, ennen kuin saat/saatte rahaa ostaaksenne lisää
Joutunut tinkimään lääkkeiden ostosta rahan puutteen vuoksi
Jättänyt rahan puutteen vuoksi käymättä lääkärissä

Naapurusto ja yhteisö**66. Missä määrin olet samaa tai eri mieltä seuraavien naapurustoosi liittyvien väitteiden kanssa? Vastaa jokaiseen väitteeseen käyttäen alla annettua asteikkoa.**

Täysin samaa mieltä
Samaa mieltä
Ei samaa eikä eri mieltä
Eri mieltä
Täysin eri mieltä

Alueella voi turvallisesti kävellä yksin pimeään tultua
Lapset voivat turvallisesti leikkiä ulkona päiväsaikaan
Aiomme jatkossakin asua tällä alueella
Olemme asettuneet alueelle ja olemme osa sen yhteisöä

Kriisitilanteessa toimiminen

Kriisillä tarkoitetaan tässä vakavaa uhkaa tai tilannetta, joka vaatii nopeita toimenpiteitä tai sopeutumista. Kriisi voi olla esimerkiksi luonnonkatastrofi, terveyskriisi (esim. pandemia) tai jokin turvallisuusuhka.

67. Kuinka hyvin kykenet mielestäsi toimimaan kriisitilanteissa?

- erittäin huonosti
- melko huonosti
- en hyvin enkä huonosti
- melko hyvin
- erittäin hyvin

68. Kuinka paljon luotat kriisitilanteissa seuraaviin?

En lainkaan
Vähän
Jonkin verran
Paljon
Erittäin paljon

Päätöksentekijöiden kykyyn tehdä kansalaisten kannalta hyviä päätöksiä
Viranomaisten antamiin ohjeisiin
Median kykyyn välittää totuudenmukaista ja riippumatonta informaatiota
Läheisten ihmisten apuun
Omaan itseeni

Yhteiskunnallinen osallisuus

69. Missä määrin olet samaa tai eri mieltä seuraavien väittämien kanssa? Merkitse jokaisen väittämän kohdalla se vaihtoehto, joka kuvaa parhaiten tilannettasi.

Täysin samaa mieltä
Samaa mieltä
Ei samaa eikä eri mieltä
Eri mieltä
Täysin eri mieltä

Tunnen, että päivittäiset tekemiseni ovat merkityksellisiä
Saan myönteistä palautetta tekemisistäni
Kuulun itselleni tärkeään ryhmään tai yhteisöön
Olen tarpeellinen muille ihmisille
Pystyn vaikuttamaan oman elämäni kulkuun
Tunnen, että elämälläni on tarkoitus
Pystyn tavoittelemaan minulle tärkeitä asioita
Saan itse apua silloin, kun sitä todella tarvitsen
Koen, että minuun luotetaan
Pystyn vaikuttamaan joihinkin elinympäristöni asioihin

70. Kuinka hyvin seuraavat väittämät kuvaavat elämääsi ja ajatuksiasi?

- Erittäin hyvin
- Hyvin
- Ei hyvin eikä huonosti
- Huonosti
- Erittäin huonosti

Oma, lapseni ja perheeni tulevaisuus vaikuttaa hyvältä

Olen huolestunut ilmastonmuutoksesta

Pyrin syömään mahdollisimman eettisesti tuotettua ruokaa, vaikka se olisi kalliimpaa

Liikunta on tärkeä osa hyvinvointiani

Asuinseutuni tulevaisuus näyttää myönteiseltä

Suomi on puolustamisen arvoinen maa

Suomi on tasa-arvoinen maa

Suomessa ei ole rasismia

71. Mihin yhteiskunnallisiin teemoihin pitäisi mielestäsi erityisesti kiinnittää huomiota lähitulevaisuudessa? Valitse seuraavista **3 tärkeimpänä pitämääsi**.

- kestävä julkinen talous
- työllisyyden parantaminen
- yritysten toimintaedellytykset ja investointimahdollisuudet
- ilmastokriisin torjuminen
- luontokadon ehkäiseminen
- toimiva terveydenhuolto
- laadukas koulutus ja varhaiskasvatus
- köyhyyden vähentäminen
- syrjäytymisen ehkäiseminen
- ihmisten yhdenvertaisuus
- maahanmuuton helpottaminen
- arjen ja lähiympäristön turvallisuus
- sotilaallinen maanpuolustus

Palautetta tästä lomakkeesta:

Kiitos vastauksestasi!