

Perhesiirtymät ja mielen hyvinvointi elämäkullussa

Nyky-yhteiskunnassa perheen rooli ja merkitys ovat jatkuvassa muutoksessa. Historiallisesti perhe on ollut yksi tärkeimmistä sosiaalisista instituutioista, joka on tarjonnut yksilölle turvaa, tukea ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Viimeisten vuosikymmenien aikana perherakenteet ja perhesiirtymät ovat kuitenkin kokeneet muutoksia, kun perherakenteet ovat muuttuneet yhä monimuotoisemmiksi (1).

Kukin meistä on varmasti törmännyt otsikoihin liittyen perhe-elämän muutoksista. Olemme saattaneet lukea otsikoita ja uutisia lapsettomuuden lisääntymisestä, avioliittojen vähentymisestä, tai vanhemmuuden myöhentämisestä yhä myöhempään elämäkulkuun (esim. 2,3). Syitä näihin muutoksiin on monia, niin yhteiskunnallisesta näkökulmasta kuin yksilön näkökulmasta. Yhä yksilöllisempi yhteiskunta on myös osaltaan antanut mahdollisuuden oman näköisen perherakenteen ja siirtymien muodostamiseen.

Yhteiskunnallisista muutoksista huolimatta, perhe näyttäytyy yhä edelleen yhtenä keskeisenä tekijänä elämässämme, miten tahansa sen kukin määrittelekään. Erilaiset perhetekijät, kuten perhesiirtymät tai perherakenteet, heijastuvat usein mielen hyvinvointiimme ja elämäkulkuun laajemminkin (4). Perhesuhteet, oli kyseessä parisuhde tai omat lapset, tarjoavat monenlaisia resursseja, kuten emotionaalista tukea, yhteenkuuluvuuden tunnetta, tai jopa taloudellista apua, jotka kaikki vaikuttavat siihen, miten koemme oman hyvinvointimme ja kykymme selviytyä elämän haasteista (5).

Elämäkulun aikana monet meistä voivat kokea monia erilaisia perherakenteita ja -siirtymiä. Lapsuudessa perhe rakentuu lapsuudenperheen ympärille, kun puolestaan aikuisuudessa oman perheen perustamisen ympärille – oli kyse sitten sinkkuudesta, parisuhteesta ilman lapsia, perinteisestä ydinperheestä puolison ja lapsen kanssa, tai yksinhuoltajuudesta. Elämäkulunäkökulma antaa tässä hyvän viitekehyksen, sillä se tarkastelee elämää jatkuvana prosessina, jossa eri-

laiset menneet kokemukset ja tapahtumat ovat yhteydessä myös tuleviin tapahtumiin (6). Tässä viitekehyksessä nähdään, kuinka eri elämäntilanteissa yksilöillä voi olla erilaisia normeja ja odotuksia liittyen esimerkiksi parisuhteeseen. Esimerkiksi nuoruudessa odotukset parisuhteesta voivat olla kovin erilaisia kuin keski-ikässä. (7.)

Myös siirtymien ajoittumisella on merkitys yksilön mielen hyvinvoinnille. Normatiivisesti ajoittuvat elämäntapahtumat, kuten vanhemmaksi tuleminen, ovat usein positiivisesti yhteydessä mielen hyvinvointiin (6). Täten elämäntilanteiden heijastuu myös mielen hyvinvointiin, kun eri ikävaiheissa erilaisilla elämäntapahtumilla, kuten perhesiirtymillä tai -rakenteilla, voi olla erilaisia yhteyksiä mielen hyvinvointiin. Edellä esimerkkinä 22-vuotiaana lapsettomuus voi olla haluttua, mutta 42-vuotiaana lapsi on jo toivottu lisä, mikä heijastuu haasteena mielen hyvinvoinnille, jos tämä toive ei ole täyttynyt. Erilaiset roolit eri ikäisenä voivat olla palkitsevia mutta myös haastavia.

MIELEN HYVINVOINTI PERHESUHEITA TARKASTELTAESSA

Mielen hyvinvointi on moniulotteinen käsite, joka sisältää sekä positiivisia että negatiivisia elementtejä. Sen määrittely on ollut haastavaa, sillä tutkijoilla on ollut erilaisia määritelmiä mielen hyvinvoinnille, eikä selkeää yksimielistä määritelmää välttämättä ole. Usein saatamme kuulla enemmän puhuttavan mielenterveydestä. Mielenterveyskäsite kuitenkin mielletään usein oireilun tai mielenterveyden häiriön näkökulmasta, jolloin positiiviset mielenterveydelliset resurssit jäävät ulkopuolelle (8). Mielen hyvinvointi pyrkii huomioimaan molemmat nämä puolet. Tässä väitöskirjatutkimuksessa tarkasteltiin niin mielen hyvinvoinnin positiivisia näkökulmia, eli itsetuntoa ja merkityksellisyyttä, sekä negatiivista oireilunäkökulmaa, eli masennusoireilua. Monelle nämä mielen hyvinvoinnin tekijät voivatkin olla tuttuja, mutta se, miten perhetekijät, -rakenteet tai -siirtymät voivat heijastua näihin, voi olla epäselvää.

Itsetunnolla tarkoitetaan yksilön käsitystä itsestään ja omasta arvosta (9). Se koostuu uskomuksista ja asenteista, joita henkilöllä on itseään kohtaan. Hyvä itsetunto tarkoittaa, että ihminen arvostaa itseään, uskoo omiin kykyihinsä ja tuntee olevansa arvokas ja rakastettava sellaisenaan. Päinvastoin matala itsetunto voi heikentää henkilön uskoa itseensä ja kykyynsä selviytyä erilaisista elämäntilanteista. Perheellä on keskeinen rooli itsetunnon kehittämisessä aina lapsuudesta lähtien. Lapsuudessa perheenjäsenten antama tuki, hyväksyntä ja kannustus voivat vahvistaa lapsen ja nuoren itsetuntoa. Myöhemmin aikuisuudessa puolestaan positiivinen ja avoin parisuhde, jossa kunnioitus ja ymmärrys ovat läsnä, voivat tukea ja vahvistaa aikuisen itsetuntoa, samoin kuin positiiviset kokemukset vanhemmuudesta. Ristiriidat, sisäiset konfliktit tai eroprosessi voivat horjuttaa sitä ja aiheuttaa epävarmuutta omasta arvosta.

Merkityksellisyden tunne puolestaan kuvastaa sitä, kuinka tärkeänä yksilö kokee oman elämänsä ja toimintansa (10). Merkityksellisyden tunne voi löytyä erilaisista elämäntilanteista, kuten perheestä, työstä tai arvoista ja uskomuksista. Perheellä on keskeinen rooli merkityksellisyden muodostumisessa. Perheen myötä yksilö saa usein ensimmäiset kokemuksensa yhteenkuuluvuudesta, minkä kokeminen voi antaa elämälle syvemmän merkityksenä. Parisuhteessa ja vanhemmuudessa koettu yhteys ja yhteenkuuluvuus voivat vahvistaa merkityksellisyden tunnetta. Esimerkiksi lasten kautta voidaan saada elämään elämäntarkoitusta ja merkitystä. Perheen sisäiset konfliktit, läheisen menettäminen tai lastensaantiin liittyvät vaikeudet voivat kuitenkin haastaa merkityksellisyden kokemusta (11).

Masennusoireilu ja masennus puolestaan kuvaavat kokonaisvaltaista mielialan laskua, joka voi vaikuttaa merkittävästi yksilön päivittäiseen toimintakykyyn ja elämäntilanteeseen. Sille on ominaista muun muassa jatkuva suru ja kiinnostuksen menetys. (12.) Perheen rooli tässä kontekstissa on monimuotoinen: se voi tarjota tukea ja ymmärrystä, mutta samalla negatiiviset perhe-tekijät voivat lisätä stressiä ja heijastua masennusoireiluun. Erityisesti vanhemmuus voi olla sekä voimavara että tuoda haasteita, ja sen myötä kohdatut odotukset ja paineet voivat vaikuttaa masennusoireilun riskiin.

Koska perheen merkitys mielen hyvinvointiin ja edellä mainittuihin mielen hyvinvoinnin ulottuvuuksiin on selkeä, on perhesiirtymien ja perherakenteiden yhteyttä mielen hyvinvointiin, ja erityisesti masennukseen, tutkittakin pitkään (8). Perheen on todettu olevan keskeinen mielen hyvinvoinnin tekijä, joka voi vahvistaa tai heikentää yksilön mielen hyvinvointia (13).

Väitöskirjatutkimuksessa käytettiin aineistona ”Stressi, kehitys ja mielenterveys”, eli tutummin TAM-aineistoa. Tämän aineiston keruu on aloitettu vuonna 1983, kun tutkimukseen osallistuivat lähes kaikki tamperelaiset yhdeksäsluokkalaiset. Aineiston keruuta on tämän jälkeen jatkettu eri ikävaiheissa 22-, 32-, 42- ja 52-vuotiaana samoilla ihmisillä. (14,15.) Aineistossa on siis tutkittu yhden kohortin elämäntilanteita aina nuoruudesta keski-ikään. Tällaisen pitkittäisen aineiston myötä pystymme huomioimaan yksilön perhesiirtymiä, eli tässä tutkimuksessa parisuhdetilanteita ja vanhemmuustekijöitä pitkin elämäntilanteita.

PARISUHDE JA MIELEN HYVINVOINTI

Parisuhteista erityisesti avioliiton on pitkään todettu olevan yhteydessä positiivisesti mielen hyvinvointiin (16,17). Useimmat tutkimukset ovat kuitenkin keskittyneet vertaamaan avioliitossa olevia aviottomiin (5), aviottomien kategorian sisältäessä monia erilaisia parisuhdetilanteita, aina avioliitosta seurusteleviin ja eronneisiin tai leskiin. On selvää, että näiden aviottomien kesken parisuhdetilanteet ovat erilaisia, mutta tästä huolimatta ne on usein lajiteltu samaan kategoriaan. Nykypäivänä avioliitto on noussut yhdeksi erilliseksi kategoriaksi, mikä on tärkeä muutos nyky-yhteiskunnan perhesuhteisiin nähden.

Osana nykypäivän muutoksia on tärkeää tarkastella myös seurustelevia ja sinkkuja omia kategoriinaan. Tämä näkyi myös tässä tutkimuksessa, jossa parisuhteen tärkeys korostui erityisesti miesten tuloksissa. Sinkkuus ja ero olivat jatkuvasti yhteydessä lisääntyneeseen masennusoireiluun ja heikompaan itsetuntoon miehillä, mikä kertoo parisuhteen tuovan miesten elämään jotain, mitä muualta he eivät välttämättä saa. (18.) Koska naisilla tällaisia tuloksia ei ollut, voidaan yhdeksi mahdolliseksi syyksi nostaa sosiaalinen tuki. Aikaisempien tutkimuksien mukaan miesten ja naisten saamassa sosiaalisessa tuessa on

eroja, sillä miesten on todettu saavan sosiaalista tukea parisuhteesta, kun naisilla puolestaan on todettu olevan laajemmat sosiaaliset verkostot, josta he voivat halutessaan hakea tukea (19). Tämä on aiemmin nostettu yhdeksi mahdolliseksi selittäväksi tekijäksi, sillä usein saatu sosiaalinen tuki on yhteydessä myös mielen hyvinvointiin ja siihen liittyviin haasteisiin.

Vaikka miehillä oli viitteitä myös siitä, että vain avioliitto oli yhteydessä positiivisesti mielen hyvinvointiin, löydettiin kokonaisuudessaan myös tuloksia siitä, miten pelkkä parisuhde voi olla mielen hyvinvoinnille tärkeä tekijä, eikä niinkään avioliitto (18). Avioliiton aseman muutos heijastuu myös näihin tuloksiin, jossa parisuhde, on se sitten seurustelu, avioliitto tai avioliitto, tuottaa samanlaisia positiivisia resursseja, jotka ovat yhteydessä mielen hyvinvointiin pitkän elämäntietokulun. Tämä on tärkeä löydös nyky-päivään, jossa avioliittojen määrä on laskussa ja muut parisuhteen muodot ovat lisääntyneet.

VANHEMMUUS JA MIELEN HYVINVOINTI

Vanhemmaksi tuloa pidetään yhtenä merkittä-vimpänä elämäntapahtumana ja siirtymänä elä-mänkulussa. Sen yhteys mielen hyvinvointiin on monitahoinen, ja vaikutukset mielen hyvinvointiin voivat olla sekä positiivisia ja/tai negatiivisia (20,21). Myös se, milloin vanhemman mielen hy-vinvointia mitataan, on tärkeä huomioida. Usein on todettu, että juuri vanhemmaksi tuloon liitt-yvä aika, eli ensimmäiset vuodet lapsen syntymän jälkeen, voi olla monille hyvin kuormittava, mikä voi näyttäytyä myös mielen hyvinvoinnin haas-teina (22). Yksi tällainen merkittävä asia on esi-merkiksi raskauden jälkeinen masennus, joka on yleinen erityisesti naisilla. Toisaalta tähän aikaan liittyy myös paljon uutta ja jännittävää, mikä tuo mielen hyvinvointiin paljon uusia positiivisia puolia. Tämä aika voi olla monille ristiriitaista, mikä voi heijastua mielen hyvinvointiin, mutta pitkittäisessä juoksussa, vanhempien mielen hy-vinvointi näyttää tasaantuvan. Miesten itsetun-non osalta jopa laskevan, kun katsotaan koko aikaa vanhemmaksi tulon jälkeen. (23.)

Onko vanhemmuudella sitten kuitenkin posi-tiivisia vaikutuksia mielen hyvinvointiin? Sekä että. Lisäksi pelkän vanhemmuuden sijaan, eli onko lapsia vai ei, muut vanhemmuustekijät, kun-ten ajoittuminen ja lasten määrä voivat vaikuttaa tähän yhteyteen. Esimerkiksi ajoittuminen, eli

missä iässä tulee vanhemmaksi, voi vaikuttaa mielen hyvinvointiin (24). Nuoruudessa koettu vanhemmuus voi keskeyttää monia tähän elä-mänvaiheeseen liittyviä elämäntapahtumia, kun-ten esimerkiksi koulutuspolkua tai työelämään siirtymistä, mutta se voi myös kasvattaa emotio-naalista ja ekonomista stressiä. Kun puolestaan myöhemmässä ikävaiheessa yksilön emotionaali-nen ja ekonominen tilanne voivat olla jo erilaisia, toisaalta koulutus on usein suoritettu jo loppuun ja paikka työelämässä on vakiintunut. (25) Van-hemmuuteen voidaan olla enemmän valmistau-tuneita esimerkiksi henkisesti ja taloudellisesti, jolloin vanhemmaksi tuloon ei välttämättä liity samanlaisia haasteita kuin nuorena lapsen saa-neilla.

Lasten määrän osalta puolestaan useamman lapsen vanhemmilla on havaittu olevan enemmän mielen hyvinvoinnin haasteita. Mahdollisia syitä voidaan etsiä esimerkiksi suuremmasta taloude-lisestä stressistä, tai suuremmasta vastuusta, kun lapsia on useita. (26,27.)

Suhde vanhemmuuden ja mielen hyvinvoin-nilla ei näidenkään tulosten osalta ollut aivan yksiselitteinen, vaan erilaiset mielen hyvinvoinnin tekijät korostuivat eri sukupuolilla, mutta myös vanhemmuuden mittareilla. Yhtenä selkeänä oli kuitenkin merkityksellisyyteen liittyvät tulokset. Usein vanhemmuuden sanotaan tuovan elämään merkitystä, ja myös tässä tutkimuksessa havait-tiin vanhemmuuden olevan yhteydessä korkeam-paan merkityksellisyyden tunteeseen. Tarkastel-taessa vanhempien ja ei-vanhempien eroja pitkit-täisestä näkökulmasta, merkityksellisyys nousi myös täällä vanhemmilla, erityisesti miehillä. Ko-konaisuudessa kuitenkin korostui jälleen pari-suhteen merkitys, kun pitkittäin tarkasteltuna vanhemmilla ja ei-vanhemmilla ei juuri näyttänyt olevan eroja silloin, kun parisuhde huomioitiin. Tämä osaltaan viittaa siihen, että parisuhde voi olla tärkeämpi tekijä kuin vanhemmuus itses-sään. (28.)

LOPPUSANAT

Kokonaiskuvaa katsottaessa, voimme todeta perhesiirtymien ja -suhteiden merkityksen mielen hyvinvoinnille olevan tärkeä. Mutta emme voi unohtaa myös mielen hyvinvoinnin merkitystä sille, millaisia perhesiirtymiä tai -suhteita meille voi muodostua elämäntietokulun aikana. Aikaisem-mat tutkimukset ovatkin korostaneet, miten

heikko mielen hyvinvointi voi vaikuttaa parisuhteeseen tai siihen, tuleeko vanhemmaksi (29,30). Tässä tutkimuksessa havaittiin samaa: heikompi itsetunto nuoruudessa voi olla yhteydessä lapsettomuuteen, tai masennusoireilu puolestaan aikaiseen vanhemmuuteen. Erityisesti miehillä korostui heikon itsetunnon yhteys vanhemmuuteen, joka osaltaan saattaa liittyä heikon itsetunnon yhteydestä parisuhteen muodostamisen haasteeseen. Nämä tulokset korostavat mielen hyvinvoinnin tekijöitä jo varhaisessa vaiheessa yksilön elämäntapaa, ja sen merkitystä yksilön elämäntapalle. (18.)

Kun on kyse perhesiirtymistä ja -rakenteista, on tärkeää pohtia asiaa myös sukupuolen näkökulmasta. Vaikka perinteiset sukupuolittuneet roolit ovat muuttuneet ja erot kaventuneet, on naisilla usein edelleen ensisijaisen hoivaajan rooli. Tällaiset perinteiset perheen sisäiset roolit voivat olla erityisen tuttuja tutkitulle kohortille, jotka ovat syntyneet 1960-luvun loppupuolella. Tälle kohortille vanhemmuuteen liittyvät tehtävät on voitu nähdä kasaantuvan usein naisille, kun miehen rooli on saattanut enemmän olla elättäjän (provider) roolissa. Tämä näkyy myös tämän kohortin aikana olleessa perhepolitiikassa. Perinteiset sukupuolittuneet roolit voivat olla yksi syy sille, miksi tässäkin tutkimuksessa havaittiin naisilla ja miehillä erilaisia yhteyksiä eri mielen hyvinvoinnin tekijöissä. Naisilla korostui enemmän masennusoireilu, kun puolestaan miehillä itsetunto. (18,28.)

Pitkittäisiä tutkimuksia on myös tarkasteltava aina kohortin näkökulmasta. 1960-luvun loppupuolella syntyneet ovat eläneet hyvin erilaisessa yhteiskunnassa, kuin nykypäivän 22-vuotiaat. Vaikka erilaiset normit ja odotukset parisuhdetta ja perhettä kohtaan ovat jo heidän aikanaan muuttuneet merkittävästi, on nykypäivänä vielä uudenlaiset odotukset ja normit parisuhdetta ja perhettä kohtaan. Millaisia tuloksia olisimme löytäneet nykypäivänä parisuhteiden osalta? Tai nousisiko vanhempien ja ei-vanhempien välillä nykypäivänä eroja, kun lapsettomuus on yhä enenevässä määrin lisääntymässä?

Nykypäivän keskustelussa ovat olleet juuri perherakenteiden muutokset, mutta myös vahva diskurssi vanhemmuuden ja lapsettomuuden välisistä eroista, erityisesti vanhempien kokemasta uupumuksesta, vanhemmuuden tuomista haas-

teista, ja toisaalta lapsettomuuden tuomasta vapaudesta. Usein luemme tarinoita siitä, miten perhe-elämä voi olla stressaavaa, ja kuinka useat kamppailevat tasapainoilemalla työn, perheen ja oman hyvinvointinsa välillä. Vaikka vanhemmuus tuo mukanaan haasteita, voimme todeta kokonaisuudessaan perhesuhteiden olevan tärkeä mielen hyvinvointia tukeva tekijä.

KIRJALLISUUS

- (1) Sobotka T, Berghammer C. Demography of family change in Europe. *Res Handb Sociol Fam.* 2021 Jun 11;162–86. <https://doi.org/10.4337/9781788975544.00019>
- (2) Yle Uutiset. Avioliitosta tuli nuorille aikuisille vähemmistön elämäntapa – jo sata vuotta povattu muutos toteutuu nyt ainakin osittain. 2022. Viitattu 8.5.2024. Saatavilla: <https://yle.fi/a/3-12312535>
- (3) Yle Uutiset. Lapsettomien alle 35-vuotiaiden naisten määrä on lisääntynyt selvästi – miehet toivovat lapsia naisia useammin. 2024. Viitattu 8.5.2024. Saatavilla: <https://yle.fi/a/74-20068526>
- (4) George LK. Sociological Perspectives on Life Transitions. *Annu Rev Sociol.* 1993;19:353–73. <https://doi.org/10.1146/annurev.so.19.080193.002033>
- (5) Umberson D, Thomeer MB, Williams K. Family Status and Mental Health: Recent Advances and Future Directions. Teoksessa: Aneshensel CS, Phelan JC, Bierman A (toim.). *Handbook of the Sociology of Mental Health.* Dordrecht: Springer Netherlands; 2013. p. 405–31. (Handbooks of Sociology and Social Research).
- (6) Elder GH. The Life Course as Developmental Theory. *Child Dev.* 1998 Feb;69(1):1.
- (7) Wadsworth T. Marriage and Subjective Well-Being: How and Why Context Matters. *Soc Indic Res.* 2016 Apr 1;126(3):1025–48. <https://doi.org/10.1007/s11205-015-0930-9>
- (8) Ferraro KF, Wilkinson LR. Age, aging, and mental health. In: *Handbook of the sociology of mental health*, 2nd ed. New York, NY, US: Springer Science + Business Media; 2013. p. 183–203. (Handbooks of sociology and social research).
- (9) Rosenberg M. Society and the Adolescent Self-Image [Internet]. Princeton University Press; 1965. <http://www.jstor.org/stable/j.ctt183pjih>
- (10) Steger MF. Meaning in life. In: Lopez SJ, editor. *Oxford handbook of positive psychology* (2nd edition). Oxford, UK: Oxford University Press; 2009. p. 679–87.
- (11) Steger MF, Frazier P, Oishi S, ym. The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *J Couns Psychol.* 2006 Jan;53(1):80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>

- (12) Ingram RE, Siegle GJ. Methodological issues in the study of depression. In: Handbook of depression, 2nd ed. New York, NY, US: The Guilford Press; 2009. p. 69–92.
- (13) Thomas PA, Liu H, Umberson D. Family Relationships and Well-Being. *Innov Aging*. 2017 Nov 1;1(3):igx025. doi: 10.1093/geroni/igx025.
- (14) Berg N, Kiviruusu O, Grundström J, ym. Stress, development and mental health study, the follow-up study of Finnish TAM cohort from adolescence to midlife: cohort profile. *BMJ Open*. 2021 Dec 2;11(12):e046654. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-046654>
- (15) Stressi, kehitys ja mielenarveys (TAM). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavilla: <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/stressi-kehitys-ja-mielenarveys-tam>
- (16) Kim HK, McHenry PC. The Relationship Between Marriage and Psychological Well-being: A Longitudinal Analysis. *J Fam Issues*. 2002 Nov;23(8):885–911. <https://doi.org/10.1177/019251302237296>
- (17) Williams K, Umberson D. Marital Status, Marital Transitions, and Health: A Gendered Life Course Perspective. *J Health Soc Behav*. 2004 Mar;45(1):81–98. doi: 10.1177/002214650404500106
- (18) Grundström J, Konttinen H, Berg N, ym. Associations between relationship status and mental well-being in different life phases from young to middle adulthood. *SSM - Popul Health*. 2021 Jun 1;14:100774. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2021.100774>
- (19) Stronge S, Overall NC, Sibley CG. Gender differences in the associations between relationship status, social support, and wellbeing. *J Fam Psychol*. 2019;33:819–29. <https://doi.org/10.1037/fam0000540>
- (20) Asselmann E, Garthus-Niegel S, Knappe S, ym. Physical and mental health changes in the five years before and five years after childbirth: A population-based panel study in first-time mothers and fathers from Germany. *J Affect Disord*. 2022 Mar;301:138–44. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.01.050>
- (21) Chen EYJ, Enright RD, Tung EYL. The influence of family unions and parenthood transitions on self-development. *J Fam Psychol JFP J Div Fam Psychol Am Psychol Assoc Div 43*. 2016 Apr;30(3):341–52. <https://doi.org/10.1037/fam0000154>
- (22) Nomaguchi KM, Milkie MA. Costs and Rewards of Children: The Effects of Becoming a Parent on Adults' Lives. *J Marriage Fam*. 2003;65(2):356–74. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00356.x>
- (23) Grundström J, Konttinen H, Berg N, ym. (submitoitu). Transition to parenthood and trajectories of self-esteem and meaningfulness during the life course.
- (24) Umberson D, Pudrovska T, Reczek C. Parenthood, Childlessness, and Well-Being: A Life Course Perspective. *J Marriage Fam*. 2010 Jun;72(3):612–29. doi: 10.1111/j.1741-3737.2010.00721.x.
- (25) Kokko K, Pulkkinen L, Mesiäinen P. Timing of parenthood in relation to other life transitions and adult social functioning. *Int J Behav Dev*. 2009 Jul;33(4):356–65. <https://doi.org/10.1177/01650254091038>
- (26) Kravdal Ø, Grundy E, Skirbekk V. Fertility history and use of antidepressant medication in late mid-life: a register-based analysis of Norwegian women and men. *Aging Ment Health*. 2017 May 4;21(5):477–86. <https://doi.org/10.1080/13607863.2015.1118010>
- (27) Pearson RM, Culpin I, Loret de Mola C, ym. Transition to parenthood and mental health at 30 years: a prospective comparison of mothers and fathers in a large Brazilian birth cohort. *Arch Womens Ment Health*. 2019 Oct;22(5):621–9. <https://doi.org/10.1007/s00737-018-0935-x>
- (28) Grundström J, Kiviruusu O, Konttinen H, Berg N. Reciprocal associations between parenthood and mental well-being – a prospective analysis from age 16 to 52 years. *Curr Psychol*. 2023 Mar 9;1–15. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04487-3>
- (29) Laursen TM, Munk-Olsen T. Reproductive patterns in psychotic patients. *Schizophr Res*. 2010 Aug;121(1–3):234–40. <https://doi.org/10.1016/j.schres.2010.05.018>
- (30) Mastekaasa A. Marriage and Psychological Well-Being: Some Evidence on Selection Into Marriage. *J Marriage Fam*. 1992 Nov;54(4):901–11. <https://doi.org/10.2307/353171>

JENNA GRUNDSTRÖM

VTT, suunnittelija

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

Yhteiskuntatieteiden maisteri Jenna Grundström väitöskirja (Family transitions and mental well-being – Longitudinal study from the age of 16 to 52) tarkastettiin Helsingin yliopiston Valtiotieteellisessä tiedekunnassa 10.5.2024. Vastaväittäjä toimi tutkimusjohtaja, dosentti Katja Kokko Jyväskylän yliopistosta ja ohjaajina dosentti Hanna Konttinen, dosentti Noora Berg ja dosentti Olli Kiviruusu.