



Vanhempainpuhelimien ja nettipalveluiden vuosiraportti 2025



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

LAPSET ENSIN.

Julkaisija

Mannerheimin Lastensuojeluliitto
Toinen Linja 17
00530 Helsinki

Teksti

Johanna Laine-Hatami ja Anna Weckström

Taitto

Tarja Petrell

Kansikuva

Colourbox

Mannerheimin Lastensuojeluliitto on avoin kansalaisjärjestö, joka edistää lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia. MLL:n tavoitteena on lapsiystävällinen Suomi.

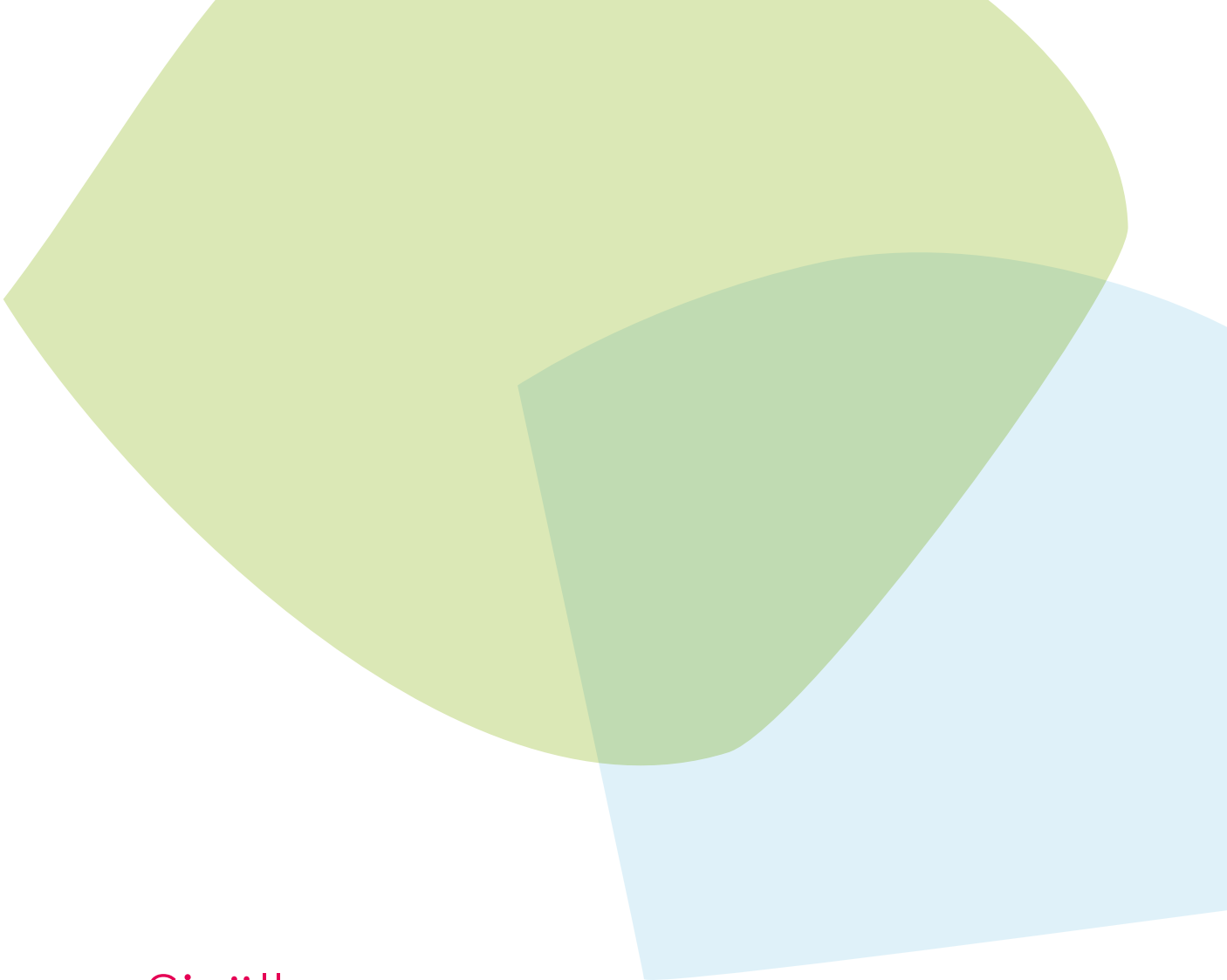
MLL tuntee lasten, nuorten ja perheiden arjen ja tarjoaa eri elämäntilanteissa vertaistukea, monipuolista vapaaehtoistoimintaa sekä osallistumisen ja vaikuttamisen mahdollisuuksia. Suomen suurimpaan lastensuojelujärjestöön kuuluu 71 107 jäsentä, 532 paikallisyhdistystä, 9 piirijärjestöä ja keskusjärjestö.

Vuosittain

- Lasten ja nuorten puhelin ja chat vastaa lähes 20 000 puheluun, chat-keskusteluun ja nettikirjeeseen.
- Vanhempainpuhelin, Vanhempainnetin kirjepalvelu ja chat vastaa lähes 2 500 yhteydenottoon.
- Ylä- ja yhtenäiskouluissa toimii noin 11 000 MLL:n tukioppilasta, internetissä nuoria tukevat verkkotukioppilaat eli verkk@rit.
- 2 500 MLL:n kouluttamaa tukihenkilöä tekee työtä perheiden ja nuorten parissa.
- MLL ylläpitää yli 650 perhekahvilaa, joissa kokoonnutaan noin 380 000 kertaa.
- MLL:ssa toimii noin 150 vertaisryhmää ja muuta aikuisten ryhmää.
- MLL:n kerhoissa käydään lähes 400 000 kertaa.
- MLL järjestää koulujen alkaessa Hyvä alku koulutielle -kampanjan, jolla tavoitetaan noin 50 000 ekaluokkalaisten vanhemmat.
- MLL järjestää vuosittain SuperDigikoulun, joka tavoitti vuonna 2025 95 000 yläkoululaista.

MLL tarjoaa kaikenikäisille mahdollisuuden osallistua työhön lasten hyväksi. MLL:n toiminnan perusta on paikallinen vapaaehtoistoiminta.

ml.fi



Sisällys

Vahvat signaalit viestivät vanhempien toteutumattomista tuen tarpeista | s. 5

Hiljaiset signaalit | s. 7

Johtopäätökset ja suositukset | s. 8

Yhteydenotot vuonna 2025 | s. 10

Yhteydenottajat | s. 10

Yhteydenottojen aiheet | s. 11

Lasta koskevat aiheet | s. 11

Aikuista koskevat aiheet | s. 12

Jatko-ohjaus ja ammattiavusta kertominen | s. 13

Ajanvarauschatissa ammattilaisen tukea | s. 15

Haluanko vanhemmaksi-palvelu | s. 16

Yhteydenottajien palaute | s. 17

Vanhempien toiveiden kohtaaminen | s. 18

Päivystystoiminta vuonna 2025 | s. 19

Vanhempainnetti | s. 20

Liite:

Toimintaa ohjaavat eettiset periaatteet | s. 21

Vanhempainpuhelin ja -nettipalvelut

Vanhempainpuhelin on vanhemmuuden tuen muoto, jonka painopiste on vanhempien omien voimavarojen tukemisessa ja yhteydenottajien kuuntelemisessa. Vanhempainpuhelimien numerossa 0800 922 77 päivystävät MLL:n kouluttamat vapaaehtoiset päivystäjät MLL:n ammattilaisen ohjauksessa. Vanhempainpuhelin päivystää joka arkipäivä: maanantaisin ja tiistaisin kello 10–13 ja 17–20, keskiviikkoisin kello 10–13, torstaisin kello 14–20 ja perjantaisin kello 10–13. Soittaminen on maksutonta.

Vanhempainnetin kirjepalvelu on anonyymi nettikirjepalvelu, jonne voi kirjoittaa ympäri vuorokauden. Viesteihin vastataan viikon kuluessa.

Vanhempainnetin chat päivystää MLL:n verkkosivuilla maanantaisin, tiistaisin ja perjantaisin kello 10–13 sekä torstaisin kello 17–20. Chat tarjoaa vanhemmuuden tukea ja on suunnattu erityisesti niille, joilla on huoli lapsesta tai jotka kaipaavat keskustelutukea vanhemmuuteen. Vanhemmalla on halutessaan mahdollisuus varata aika ajanvarauschattiin MLL:n vanhemmuuden tuen työntekijän kanssa. Chat-palvelussa kohdataan myös vanhempia ja ammattilaisia, jotka hakevat tietoa MLL:n muista palveluista.

Vanhempainpuhelimeen, nettikirjepalveluun ja chatiin voi ottaa yhteyttä nimettömästi ja luottamuksellisesti kaikissa vanhemmuuteen, lapsiperheen arkeen sekä lapsen ja nuoren kasvuun ja kehitykseen liittyvissä kysymyksissä ja pohdinnoissa. Tavoitteena on vahvistaa vanhempien jaksamista, selviytymiskeinoja ja tietoisuutta kasvatusasioissa ja siten edistää lasten hyvinvointia.

Vanhempainpuhelimien, nettikirjepalvelun ja chatin päivystysvuoroja ohjaa ja vapaaehtoisia päivystäjiä tukee MLL:n työntekijä. Päivystystoiminta noudattaa Vapaaehtoisen puhelin- ja verkkoauttamisen eettisten periaatteiden neuvottelukunnan periaatteita. Niiden mukaan yhteydenottajalle tarjotaan ennen kaikkea mahdollisuus luottamukselliseen keskusteluun. Puhelin- ja verkkoauttamisesta vastaa taustaorganisaatio, ei yksittäinen päivystäjä.

Haluanko vanhemmaksi -sivusto tarjoaa tietoa ja tukea aikuisille, jotka pohtivat vanhemmuutta. Sivustolla on nettikirjepalvelu, kokemustarinoita liittyen erilaisiin vaihtoehtoihin, tietoa, kyselyitä sekä keskustelupalsta.

Vanhempainpuhelin ja nettipalvelut ovat Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskuskuksen (STEA) rahoittamaa toimintaa.

Vahvat signaalit viestivät vanhempien toteutumattomista tuen tarpeista

Vanhempainpuhelimessa ja nettipalveluissa kuullaan monitasoisia, eri-ikäisten lasten ja erilaisissa tilanteissa olevien vanhempien ja perheiden huolia. Pitkän aikavälin tarkastelussa tietyt teemat toistuvat yleisimpinä aiheina. Ne ovat vahvoja signaaleja siitä, millaisiin tilanteisiin vanhemmat tarvitsevat tukea vuodesta toiseen, haasteita, joihin ei olla kyetty yhteiskunnassa ja palveluissa vastaamaan tai joihin vanhempien on mahdollisesti vaikea pyytää tai saada apua.

Seuraavissa kappaleissa on yhteenvetoa vanhempien kokemuksista toistuvien teemojen osalta.

Uupumus ja stressi vaikuttavat vanhemmuuteen

Vuonna 2025 vanhemman uupumukseen ja stressiin liittyvät yhteydenotot kaksinkertaistuivat edellisvuoteen verrattuna. Hyvin usein yhteydenotoissa, joissa keskustellaan riittämättömyyden ja syyllisyyden tunteista, taustalta nousee esiin vanhemman uupumusta ja stressioreilua. Uupumuksen kokemusta kuvailevat erityisesti vauva-, taapero- ja leikki-ikäisten vanhemmat. Yhteydenotoissa nousi esiin vanhemman voimakas väsymys kotitöiden ja lastenhoidon keskellä. Vanhempi saattoi kuvailla, että arjesta oli vaikea löytää ilon aiheita. Uupumus ja stressi yhdistettynä tukiverkoston puutteeseen sekä kokemukseen siitä, että jäi myös parisuhteessa yksin ja ilman tukea, kuormittivat useaa yhteydenottajaa.

Uupumus ja stressi vaikuttavat vanhemman tunteidensäätelyyn. Usein palveluihin saatettiin olla yhteydessä akuutissa tilanteessa, jossa vanhempi oli menettänyt malttinsa, reagoinut lasta kohtaan voimakkaasti huutamalla tai käyttämällä fyysistä väkivaltaa, ja kaipasi rauhallista kuulijaa tilanteen purkamiseen. Joskus vanhempi kertoi, että pelkäsi käyttävänsä väkivaltaa lasta kohtaan, mutta sitä ei ollut vielä tapahtunut. Lapselle hermostuminen tai lapseen kohdistuvat negatiiviset tunteet syvensivät vanhemman syyllisyyden tunteita ja epävarmuutta siitä, onko toiminut lapsen kehitykselle haitallisesti.

Keskusteluissa nousi esiin myös pohdintoja omasta isyydestä ja äitiydestä ja siitä, miten oma eletty elämä ja kokemukset mahdollisesti heijastuivat omaan vanhemmuuteen. Jotkut vanhemmat kuvasivat, miten omat traumaattiset lapsuudenkokemukset olivat nousseet pintaan vanhemmaksi tulon myötä. Monessa keskustelussa yhteydenotaja puhui siitä, miten haluaisi toimia vanhemmuudessa eri tavoin kuin omat vanhemmat olivat toimineet, ja kaipasi tukea omien, joskus syväänkin juurtuneiden toimintamallien muutokseen ja purkamiseen.

Perheen sisäiset ihmissuhteet kuormittavat

Monissa perheissä on pitkittyneitä vuorovaikutuksen haasteita. Eniten puhuttavat aikuisten väliset ristiriidat, mutta vuonna 2025 yhteydenotoissa puhuttiin edellisvuoteen verrattuna kaksinkertaisesti myös vanhemman keskusteluvaikeuksista lapsen kanssa.

Usein yhteydenotoissa nousi esiin arjen vastuiden epätasainen jakaantuminen perheen aikuisten välillä. Parisuhteen ristiriidat, kuten riitely tai puhumattomuus, sekä eriävät kasvatuskäytännöt lapsen toisen vanhemman kanssa olivat yleisiä keskustelun aiheita. Vaikeudet eron jälkeisessä vanhemmuudessa, uusperheiden pulmat sekä sisarusuhteet puhuttivat nekin.

Keskusteluvaikeudet lapsen kanssa liittyivät usein rajojen asettamiseen ja vanhemman neuvottomuuteen esimerkiksi tahtoikäisen tai alakouluikäisen voimakkaan rajojen koetteluun edessä. Vanhempi saattoi kuvata, että lapsi käyttäytyi aggressiivisesti ja haastavasti vanhempaa kohtaan, ja keskusteluyhteyden löytäminen oli vaikeaa. Usein vanhempi kaipasi vinkkejä ja tukea siihen, miten asettaa toimivia rajoja ja tukea lapsen tunteiden kehittymistä.

Myös nuoruusikäisten vanhemmat kuvasivat vuorovaikutuksen ongelmia lastensa kanssa. Nuoren päihdekokeilut, koulukielteisyyden peläminen ja sen rajaaminen ja näihin tilanteisiin puuttuminen tai ulkopuolisen avun saamisen ongelmat olivat monen yhteydenoton aiheena. Usein vanhempi koki neuvottomuutta, kun keskustelu-

yhteyttä lapseen ei välttämättä ollut ollenkaan, tai vuorovaikutus oli lähinnä riitelyä tai huutamista.

Monesti ihmissuhteisiin liittyvissä yhteydenotoissa ongelmat ovat monisyisiä ja esimerkiksi eroavuudet kasvatusnäkemyksissä perheen aikuisten välillä heijastuivat myös vanhemman vaikeuksiin lapsen kanssa. Moni vanhempi koki, että toinen vanhempi ei rajannut riittävästi tai rajasi lasta liikaa tai väärin. Tilanteita ilmeni niin ydinperheissä kuin eron jälkeisessä jaetussa vanhemmuudessa. Moni yhteydenottaja kuvasi, että vanhemmat saattoivat olla täysin eri linjoilla esimerkiksi lapsen pelaamisen, nukkumaanmenoaikojen, koulutyön hoitamisen tai kotitöihin osallistumisen suhteen. Silloin vanhempien viestit myös lapsen suuntaan olivat ristiriitaisia, mikä vaikeutti vuorovaikutusta entisestään.

Lapsen psyykkiseen oireiluun on vaikea saada apua

Lapsen tai nuoren mielenterveys on ollut 2020-luvulla yksi yleisimpiä yhteydenoton syitä, ja osuus on kasvanut viime vuosina. Lähes joka viidennessä (18 %) Vanhempainpuhelimeen ja nettipalveluihin tullessa, lapseen liittyvässä yhteydenotossa keskusteltiin lapsen tai nuoren mielen terveyden ongelmista.

Vanhemmalla oli useimmin huolta lapsen tai nuoren ahdistuneesta tai masentuneesta mielialasta. Pienten lasten ja alakouluikäisten kohdalla vanhemmat puhuivat erityisesti lapsensa voimakkaista peloista ja tunnesäätelyn haasteista, jotka ilmenivät usein väkivaltaisena käyttäytymisenä. Lapsi saattoi käyttäytyä aggressiivisesti ja saada voimakkaita raivokohtauksia sekä kotona että päiväkodissa tai koulussa. Nuorten vanhemmat puhuivat useammin lapsensa masentuneisuudesta ja ahdistuneisuudesta. Nuoren huono vointi purkautui esimerkiksi itsetuhoisena käyttäytymisenä kuten viiltelynä, vetäytymisenä tai päihteidenkäyttönä. Monesti myös syömishäiriöoireilu nousi esiin. Myös haasteet koulunkäynnin kanssa liittyivät usein lapsen tai nuoren psyykkiseen huonovointisuuteen ja sosiaaliseen vetäytymiseen. Näissä tilanteissa lapsi tai nuori kieltäytyi lähtemästä kouluun ja poissaoloja kertyi huomattavia määriä. Vanhempi oli usein tehnyt kaikkensa, jotta tilanne ratkeaisi ja lapsi palaisi kouluun. Tyypillistä oli, että vanhemmat eivät olleet varmoja, mikä kouluikäymättömyyden oli laukaissut ja mitkä kaikki tekijät (kiusaaminen, ulkopuolelle jääminen, sosiaalisten tilanteiden pelko, masennus tai ahdistuneisuus, oppimisvaikeudet) siihen oman lapsen kohdalla vaikuttivat. Joskus taustalla oli pitempi sairastaminen, jonka jälkeen lapsi ei suostunut enää palaamaan kouluun.

Lapsen iästä riippumatta yhteydenottajat kokivat usein neuvottomuutta, kuinka hankkia apua psyykkisesti oireilevalle lapselle tai nuorelle. Jonot palveluihin kuten perheneuvolaan tai erikoissairaanhoidon olivat pitkiä, ja esimerkiksi tilanteissa, joissa lapsi tai nuori kieltäytyi menemästä kouluun, vanhempi koki usein, että perhe ei saanut koululta riittävästi tukea tilanteen ratkaisemiseksi. Toisaalta lapsella tai nuorella saattoi jo olla tukitoimia elämässään, mutta vaikeat tunnesäätelyn pulmat tai mielenterveyden ongelmat eivät hellittäneet ammattiavusta huolimatta.

Vanhemmat kokevat epäluottamusta ammattipalveluihin

Osassa yhteydenotoista vanhemmat sivusivat kokemuksiaan kohtaamisistaan eri alojen ammattilaisten kanssa. Usein vanhempi kuvasi sitä, miten ammattilainen ei ottanut vanhemman huolta tosissaan tai vanhempi ei kokenut tulleen kuulluksi ja ymmärretyksi kohtaamisen aikana. Esimerkiksi vanhemman huoli päiväkotikäisen lapsen käyttäytyksestä tai nuoren pitkittyneeseen ahdistukseen liittyen saatettiin ohittaa ja selitettiin vain ikävaiheeseen kuuluvana asiana kuulematta vanhemman huolta. Vanhempi saattoi myös kokea syyttelyä tai epäasiallista käytöstä ammattilaisen taholta. Esimerkiksi vanhemmat kuvasivat ammattilaisen syyttävän vanhempaa päiväkotikäisen lapsen rajattomuudesta, koululaisen koulunkäyntihaasteista, tai ammattilaisen toimivan puolueellisesti ja jopa lapsen edun vastaisesti. Lisäksi vanhempi saattoi jäädä epätietoiseksi mahdollisen jatkosuhteen, kun jatkosta ei sovittu selkeästi tai vanhempi ei kokenut saaneensa tarvitsemaansa apua ammattilaiselta. Vanhempi saattoi kokea kohtaamisen epämukavana, etäisenä ja kiireisenä. Vanhempien kohtaanattomuuden kokemukset loivat luottamuspulaa ammattilaisiin ja sen vuoksi osa asioista, joihin vanhemmat tarvitsivat tukea, jäivät jakamatta ammattilaisen kanssa.

Hiljaiset signaalit

Hiljaiset signaalit kertovat jostakin ilmiöstä, teemasta tai muutoksesta, joka näyttäytyi kuluneen vuoden yhteydenotoissa uutena tai kasvavana teemana. Hiljainen signaali voi olla vielä määrällisesti pientä, mutta sisällöllisesti kiinnostavaa ja merkityksellistä tietoa – Vanhempainpuhelimen ja nettipalveluiden yhteydenottojen hiljaisia signaaleja tunnistamalla ja esiin nostamalla avataan näkymiä ja mahdollisia tulevaisuuskuvia siihen, millaiset tarpeet tai haasteet vanhempia ja perheitä lähivuosina yhä enenevässä määrin koskettavat.

Vanhemman vakavat mielenterveyshaasteet

Merkityksellisenä nousevana ilmiönä vanhemman uupumukseen liittyen Vanhempainpuhelimessa ja nettipalveluissa on kuultu yhä syvempää ja vaikeampaa vanhemman psyykkistä oireilua. Vanhempi saattoi kuvata omaa tilannettaan toivottomaksi ja oloaan täysin uupuneeksi myös tilanteissa, joissa puolisoilla oli mielenterveysongelmia ja arjen kannattelu oli yhteydenottajan harteilla. Palvelussa on kuulunut myös yhä enemmän akuutisti huonovointiset vanhemmat.

Nuoren päihteidenkäyttö ja rahapelaaminen

Lapsen tai nuoren päihteidenkäyttöön liittyvät yhteydenotot ovat vähäisiä, mutta ne ovat hienoisesti lisääntyneet muutaman vuoden sisällä. Vanhemmilla oli huolta nuoren sähkötupakoinnista tai alkoholin tai kanabiksen käytöstä. Usein vanhempi kertoi, että päihteidenkäyttö kietoutui yhteen paitsi murrosikään liittyvän kehitysvaiheen ja rajojen kokeilun kanssa, myös erilaisiin nuoren mielenterveyden haasteisiin – masentuneisuuteen, ahdistukseen sekä itsetuhoisiin ajatuksiin.

Joissain yhteydenotoissa nousi esiin, että nuoren muutoinkin runsas ja vaikeasti rajattava pelaaminen sisälsi myös nettikasinoilla pelaamista. Kun vanhempi otti yhteyttä palveluun, hän oli saanut juuri tietää rahapelaamisesta ja kaipasi tukea. Vanhempi oli tällaisissa tilanteissa neuvoton, miten puuttua tilanteeseen ja puhua rahapelaamisen riskeistä nuoren kanssa.

Iso huoli itsenäistyvistä nuoresta

Myöhäisnuoruuksikäisten vanhempien yhteydenotot ovat kasvaneet hieman muutaman viime vuoden aikana. Vanhemmilla oli huolta itsenäistymisvaiheessa olevasta nuorestaan etenkin tilanteissa, joissa nuori lähestyi täysi-ikäisyyttä ja vanhempi koki, että 18 vuoden rajapyykin ylittämisen jälkeen ammattiavun saaminen tai nuoren taivuttelu avun piiriin olisi vielä vaikeampaa. Jo täysi-ikäisten lastensa voinnista ja pärjäämisestä huolta kantavat vanhemmat kertoivat yhteydenotoissa esimerkiksi nuortensa kokemasta yksinäisyydestä ja haasteista opintojen parissa.

Taloushuolet kasvavat

Vanhemmat ottivat yhä useammin yhteyttä talousongelmiin liittyen. Erityisesti kaivattiin suoraa aineellista tukea esimerkiksi joulun tai lapsen syntymäpäivän järjestämiseen, vaatehankintoihin tai harrastusmaksuihin. Vanhemmat kuvasivat, miten esimerkiksi työttömyys, lomautus tai sairausloma kiristivät perheen taloudellista tilannetta, ja vaikuttivat vanhemman arjessa jaksamiseen ja hyvinvointiin. Joissain yhteydenotoissa nousi esiin, miten eron jälkeisessä vanhemmuudessa taloustilanne on vaikeutunut, esimerkiksi toisen vanhemman jättäessä elatusmaksuja maksamatta.

Johtopäätökset ja suositukset

Vanhempien kokema stressi vaarantaa lasten hyvinvointia

Yhteydenotot MLL:n vanhemmuuden tuen palveluihin osoittavat, että monet vanhemmat kokevat uupumusta ja stressiä, erityisesti lasten ollessa pieniä. Vuonna 2025 vanhemman stressikokemukset kaksinkertaistuivat edellisvuoteen verrattuna. Yhteydenottojen perusteella erityisesti äidit kokevat uupumista ja stressiä perhe-elämän arjessa. Monen perheen arkea kuormittaa myös jatkuva riitely perheenjäsenten kesken.

Perheet tarvitsevat tukea lapsen eri ikävaiheissa, mutta erityisen merkityksellistä se on lapsen ensimmäisten elinvuosien aikana, jolloin vanhempien kokema stressi vaikuttaa lasten kehitykseen haitallisesti. Vauva-aika myös muovaa vanhemman suhdetta lapseen ja muokkaa mielikuvaa tulevasta lapsiperhe-elämästä.

MLL pitää tärkeänä kartoittaa monissa perheissä koettujen pitkittyneiden vuorovaikutusongelmien syitä sekä kannustaa pohtimaan pienten lasten vanhempien jaksamista tukevia keinoja systemaattisemmin.

Koska vastuiden epätasainen jako perheissä sekä kasvatusnäkemysten erot kuormittavat monia yhteydenottajia, olisi ennakoiva vanhemmuuden tuki: nuorten aikuisten tai perhesuunnittelua pohtivien aikuisten parisuhdevalmennus sekä perhevalmennuksen vahvistaminen yksi keino ennaltaehkäistä esimerkiksi epätasaista vastuunjakoa tulevassa perhe-elämässä.

Perheet tarvitsevat oikea-aikaista, arkeen integroituvaa, kohtaavaa tukea

Lasten ja nuorten kokema psyykinen huonovointisuus kuormittaa yhteydenottojen perusteella vanhempia ja yhä useampi kokee saavansa riittämättömästi tukea itselleen. Vanhemmat tarvitsevat palveluja, joissa hoidon ja tuen kohteena eivät ole yksittäiset lapset tai nuoret, vaan koko perhe.

Myös kohtaamisen laatuun on kiinnitettävä palveluissa huomiota. Tuen onnistumisen edellytyksiä on kokemus kohdatuksi ja kuuluksi tulemisesta. Kiireisissä kohtauksissa luottamusta ei synny. Palvelujen rakenteita on pohdittava toimivimmiksi ja palautteita vanhemmilta saamansa tuen toimivuudesta seurattava tarkasti.

Tärkeää on myös turvata järjestöjen matalan kynnyksen palvelut, jotka tarjoavat nopeaa, oikea-aikaista ja monesti kiireetöntä tukea perheille. Tämä edellyttää, että sote-järjestöjen avustuksia näihin toimintoihin ei enää leikata. Matalan kynnyksen palvelut sekä ennaltaehkäisevät että auttavat akuuteissa tilanteissa. Monesti lasten ja nuorten ensimmäisinä kontakteina ne tarjoavat välitöntä tukea sekä rohkaisevat ja konkreettisesti auttavat eteenpäin myös muihin palveluihin.

Vapaaehtois- ja vertaistoiminnalla ja kokemusten jakamisella voi olla suuri merkitys vanhempien hyvinvoinnille ja voimavaroille, kuten MLL:n perhekahviloilla ja muilla avoimilla kohtaamispaikoilla. Perhekahviloilla on erityinen merkitys myös, kun lapsiperhe muuttaa uudelle paikkakunnalle tai asuinalueelle, haluaa tutustua uuden lähiympäristön perheisiin tai perheellä ei ole uudella paikkakunnalla tukiverkostoja kuten isovanhempia. Tuore kysely perhekahviloiden kävijöille ja vapaaehtoisille piirtää vahvan kuvan siitä, että tarve maksuttomalle matalan kynnyksen toiminnalle on suurta.

Vahvat signaalit

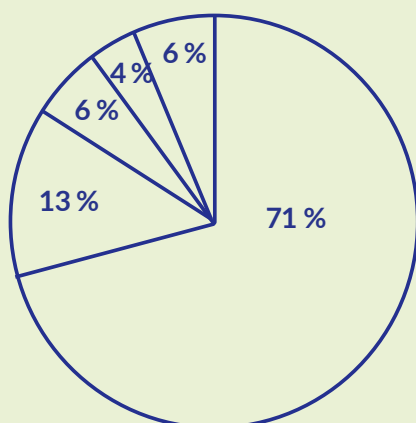
- Vanhemman uupumus ja stressi
- Perheen ihmissuhteet
- Lapsen psyykkinen oireilu
- Vanhempien epäluottamus ammattilaisiin

Hiljaiset signaalit

- Vanhemman vakavat mielenterveyshaasteet
- Nuoren päihteidenkäyttö ja rahapelaaminen
- Huolet itsenäistyvistä nuorista
- Talousongelmat kasvavat

Vanhempainpuhelin ja nettipalvelut vuonna 2025

Yhteydenottajat vuonna 2025



äidit **71 %**

isät **13 %**

muut aikuiset (esim.
bonusvanhempi,
sukulainen, naapuri) **6 %**

isovanhemmat **4 %**

ei tietoa **6 %**

 **1 105**
puhelia

 **675**
chat-keskustelua

 **263**
nettikirjettä

 **251** ajanvaraus-
chat-keskustelua

 **43** Haluanko
vanhemmaksi
-nettikirjettä

Yhteensä **2 337**

**"Oli hyvä purkaa
sydäntä. Kiitos
kun kuuntelit."**

97 %
päivystäjien kirjaamista
palautteista positiivisia.

Ammattiapua jatko-ohjattiin hakemaan

  **68 %**

  **75 %**

  **75 %**

Yhteydenotot vuonna 2025

Vuonna 2025 Vanhempainpuhelimessa ja nettipalveluissa vastattiin yhteensä 2 337 yhteydenottoon, joista puheluita oli 1 105, chat-keskusteluja 675, nettikirjeitä 263, ammatteisvetoisia ajanvarauschat-keskusteluja 251 ja Haluanko vanhemmaksi -palvelun nettikirjeitä 43.

Puheluista noin 79 % oli keskusteluyhteydenottoja, 5 % hiljaisia yhteydenottoja ja 16 % kohderyhmään kuulumattomia yhteydenottoja. Chat-keskusteluista 77 % oli keskusteluyhteydenottoja, 17 % hiljaisia ja 6 % kohderyhmään kuulumattomia yhteydenottoja. Kohderyhmään kuulumattomilla yhteydenotoilla tarkoitetaan yhteydenottoja, joiden aihe ei liity vanhemmuuteen tai kasvatukseen. Hiljaiset yhteydenotot ovat yhteydenottoja, joiden aikana ei synny vuoropuhelua – esimerkiksi chatissa vuoroaan odottanut vanhempi on jo poistunut linjoilta, kun päivystäjä aloittaa keskustelun.

Puheluista 53 % kesti alle puoli tuntia ja 36 % puolesta tunnista tuntiin. 11 % puheluista kesti yli tunnin. Chat-yhteydenottojen kesto oli yleisimmin 15 minuutin ja tunnin välillä. Vastauskirjeiden kirjoittaminen kesti lähes aina vähintään puoli tuntia, yleisimmin 1–2 tuntia.

Yhteydenottajat

Vuonna 2025 Vanhempainpuhelimeen, nettikirjepalveluun ja chatiin yhteyttä ottaneista 79 % oli naisia ja 14 % miehiä. 7 %:ssa yhteydenotoista yhteydenottajan sukupuoli ei käynyt keskustelun aikana ilmi.

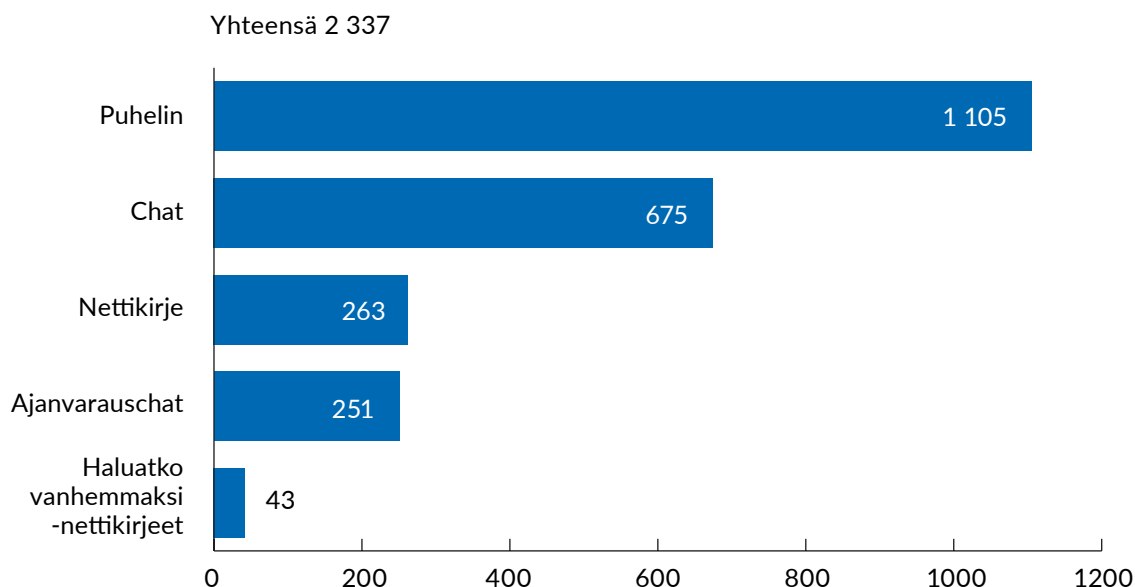
Vanhempainpuhelimeen soittaneista 79 % oli naisia ja 20 % miehiä, yhdessä prosentissa soittajan sukupuoli ei käynyt ilmi. Kirjepalvelussa 88 % yhteydenottajista oli naisia ja 11 % miehiä, yhdessä prosentissa sukupuolesta ei ollut tietoa. Chatissa 74 % yhteydenottajista oli naisia, 5 % miehiä ja 21 %:ssa yhteydenotoista yhteydenottajan sukupuoli ei käynyt ilmi.

Yhteydenottaja oli yleisimmin lapsen vanhempi, mutta palveluihin ottivat yhteyttä myös isovanhemmat ja muut sukulaiset tai läheiset aikuiset.

Noin 24 % yhteydenottajista oli 30–39-vuotiaita ja 18 % 40–49-vuotiaita. Yhteydenottajan ikä ei käynyt ilmi 46 %:ssa yhteydenotoista.

Yhteydenottajista 43 % asui kahden vanhemman perheessä, 27 % oli yksin- tai yhteishuoltajia ja 6 % asui uusperheessä. 21 % perhemuoto ei käynyt ilmi ja kolmessa prosentissa perhemuoto oli jokin muu, esimerkiksi sijaisperhe.

Yhteydenotot vuonna 2025



Eniten yhteydenottoja tuli alakouluikäisten, leikki-ikäisten sekä varhaisnuoruuksikäisten lasten vanhemmilta. Neljänneksi eniten yhteyttä ottivat vauva- ja taaperoi-ikäisten vanhemmat.

Yhteydenottojen aiheet

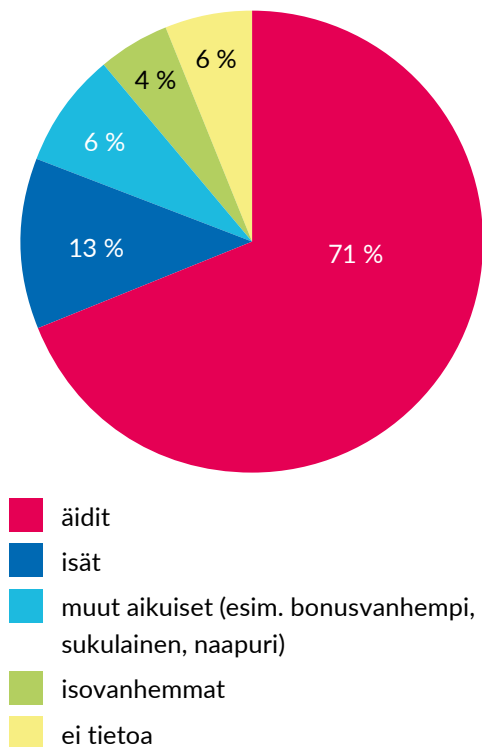
Puhelut, kirjeet ja chat-keskustelut tilastoidaan yli sata aihetta kattavaan tilastointiohjelmaan. Yhteydenottajat eivät ole tunnistettavissa. Tilastoinnissa erotetaan lasta ja aikuista koskevat aiheet. Vuonna 2025 noin puolet tilastoiduista aiheista liittyivät lapseen ja puolet yhteydenottajaan tai muuhun aikuiseen.

Lasta koskevat aiheet

Kehitysvaiheet

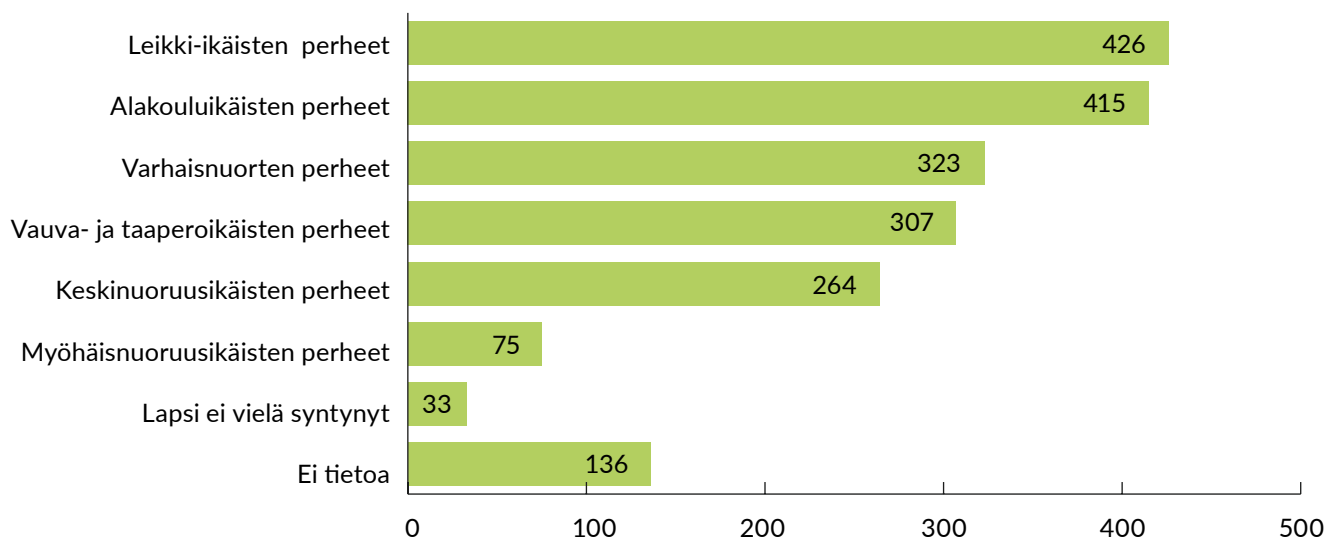
Lasta koskevissa yhteydenotoissa eri-ikäisten lasten kehitysvaiheet olivat yleisin yhteydenoton aihe. Pikkulasten eli 0–6-vuotiaiden kehitykseen ja temperamenttiin, syömiseen ja nukkumiseen liittyviä yhteydenottoja tuli runsaasti etenkin chatissa. Keskustelut koskivat esimerkiksi lapsen temperamenttia ja rajojen asettamista tahtoikäisel-

Yhteydenottajat vuonna 2025



Huom! Yhteydenottajan taustatieto merkitään kaikista paitsi hiljaisista ja kohderyhmään kuulumattomista yhteydenotoista.

Perheiden lasten ikä



Huom. Perheen lasten ikävaiheeksi voidaan valita useampi vaihtoehto.

le sekä sitä, kuinka lapsen ikä- ja kehitysvaihe vaikuttavat tunnesäätelyyn, nukkumiseen, syömiseen ja muihin arjen toimintoihin.

12–17-vuotiaiden vanhemmat ottivat eniten yhteyttä murrosiän pulmissa. Murrosikä kuohuntoineen ja rajojen testauksineen pohditutti, ja yhteydenotoissa keskusteltiin myös murrosiän mukanaan tuomista fyysisistä muutoksista ja nuoren seksuaalisuuden heräämisestä. Myös neuropsykiatristen haasteiden pohdinta kuului kaikenikäisiä lapsia ja nuoria koskevissa yhteydenotoissa.

Psyykkinen terveys

Vuonna 2025 lapsen tai nuoren psyykkiseen terveyteen liittyvistä huolista keskusteltiin 18 %:ssa yhteydenotoista. Erityisesti lapsen tai nuoren väkivaltaiseen käyttäytymiseen liittyviä keskusteluja käytiin viime vuosia enemmän. Pienempien lasten kohdalla vanhemman huolena oli usein myös lapsen pelot. Alakouluikäisten ja nuoruusikäisten vanhemmat kaipaivat usein lapsen tai nuoren väkivaltaiseen käyttäytymiseen liittyvien huolien lisäksi tukea tilanteissa, joissa nuorella ilmeni masentuneisuutta tai ahdistunutta mielialaa, itsetuhoisia ajatuksia tai viittelyä.

Arjen haasteet

Alakouluikäisten ja sitä nuorempien lasten rajojen kokeilu, kuten tottelemattomuus tai valehtelu, sekä kodin pelisääntöihin ja arjen rutiineihin liittyvät asiat olivat yleisiä keskustelunaiheita. Lisäksi alakouluikäisten haastava käytös, kuten nimittely, töniminen ja lyöminen, raivo-kohtaukset sekä uhkailu vanhempaa tai toista lasta kohtaan huolettivat vanhempia. Varhaisnuoruutta elävien 12–14-vuotiaiden nuorten vanhempia huoletti erityisesti nuorten päihdekokeilut ja valehtelu. Keskinuoruutta ja myöhäisnuoruutta elävien 15–25-vuotiaiden nuorten vanhemmat pohtivat erityisesti nuortensa itsenäistymistä ja aikuistumista sekä rajojen kokeilua. Myös lasten ja nuorten harrastaminen ja harrastusten ulkopuolelle jääminen sekä vapaa-ajanviettotavat kuuluivat keskusteluissa.

Ihmissuhteet

Ihmissuhteet olivat yksi yhteydenottojen yleisimpiä puheenaiheita lapsiin liittyvissä aiheissa. Erityisesti alakouluikäisten lasten vanhemmat ottivat yhteyttä vertaissuhteisiin liittyen. Useimmiten vanhempi halusi keskustella lapsensa vertaissuhteista, erilaisista haasteista kaverisuhteissa tai kaverien puutteesta ja siitä seuranneesta yksinäisyydestä, sekä siitä, miten tukea lasta kaverisuhteissa. Vanhemmat olivat huolissaan edellisvuotta enemmän 12–17-vuotiaiden ja yli 18-vuotiaiden nuorten kaverien puutteesta ja yksinäisyydestä.

Vanhempien tuloillaan olevan tai jo toteutuneen eron

vaikutukset lapseen ja lapsen suhteeseen vanhempaan kuuluivat useassa yhteydenotossa. Myös uusperheen mukanaan tuomat uudet ihmissuhteet, erilaiset tavat toimia muuttuneissa perhekokoonpanoissa sekä omien että entisen puolison ja tämän mahdollisen uuden kumppanin kasvatusnäkemysten yhteensovittaminen ja vaikutus lapseen mietityttivät. Yhteydenotoissa keskusteltiin myös lapsen tai nuoren sisarussuhteista, seurustelusuhteista sekä ei-toivotusta kaveripiiristä.

Koulu ja varhaiskasvatus

Koulusta ja varhaiskasvatuksesta keskusteltiin noin 11 % yhteydenotoista. Yleisimpiä varhaiskasvatusikäisiin liittyviä aiheita oli lapsen kaverisuhteet ja käyttäytymisvaikeudet varhaiskasvatuksessa sekä lapsen suhde varhaiskasvatuspaikan henkilökuntaan. Yleisimpiä alakouluikäisiin lapsiin liittyviä aiheita oli keskittymis- ja käyttäytymisvaikeudet, koulukielteisyyttä sekä suhde koulun opettajiin tai muuhun henkilökuntaan.

Nuoruusikäisten kohdalla kouluun liittyvissä yhteydenotoissa käsiteltiin useimmiten koulukielteisyyttä, koulu-poissaoloja ja lintsaamista. Vanhemman vaikeuksista saada lapsi tai nuori lähtemään kouluun puhuttiin enemmän kuin edellisvuosina. Lisäksi yhteydenotoissa nousi esiin nuoruusikäisten keskittymis- ja käyttäytymisvaikeudet ja oppimisvaikeudet.

Kaltoinkohtelu ja kiusaaminen

Vanhempainpuhelimen ja nettipalveluiden yhteydenotoista 9 %:ssa käsiteltiin lapsen kaltoinkohtelua. Useimmiten yhteydenottaja kertoi, että lapsen toinen vanhempi kohteli lasta kaltoin. Joskus eron jälkeisissä tilanteissa huoli lapsen oloista toisessa kodissa aiheutti huolta. Yhteydenotoissa nousi esiin lapsen emotionaalista kaltoinkohtelua kuten aikuisen lapseen kohdistamaa nimittelyä ja toistuvaa raivoamista sekä aikuisen lapseen kohdistamaa kovakouraista kohtelua ja lapsen tarpeiden laiminlyöntiä.

Kiusaamisesta puhuttiin 4 %:ssa yhteydenotoista. Lapseen kohdistuvaan kiusaamiseen liittyvissä yhteydenotoissa oli tyypillistä, että lasta oli kiusattu pitkään. Yhteydenotoissa nousi esiin kokemus, että varhaiskasvatuksessa tai koulussa asiaan ei suhtauduta vakavasti, siihen ei puututa tai puuttumisyrityksistä huolimatta kiusaamista ei ollut saatu loppumaan. Näissä yhteydenotoissa kuului vanhempien kokemaa voimattomuutta ja keinottomuutta tilanteessa. Vanhemmat kuvasivat, että kiusaamista kokeneet lapset ja nuoret voivat usein psyykkisesti huonosti.

Aikuista koskevat aiheet Ihmissuhteet

Perheen ihmissuhteet olivat yleisimpiä teemoja yhteydenotoissa ja niistä keskusteltiin selvästi edellisvuotta

enemmän. Aiheina olivat esimerkiksi aikuisten väliset ristiriidat, kuten arjen vastuiden epätasainen jakaantuminen, vanhemman perheen arjesta ja lapsista huolehtimisesta vastuussa yksin oleminen, vaikka perheessä oli toinen aikuinen. Vanhempia mietitytti myös parisuhteen ristiriidat, kuten keskusteluvaikeudet vanhempien välillä ja kokemus siitä, että vanhempi ei tule kuulluksi ja huomioduksi parisuhteessa. Myös erilaiset käsitykset lasten kasvatuksesta ja tavasta suhtautua lapsiin sekä ulkopuolisen avun hakemisen tarpeesta loi ristiriitoja vanhempien välille.

Yhteydenotoissa keskusteltiin myös vanhempien jo toteutuneesta tai vasta käsillä olevasta erosta. Vanhempien eroon liittyvissä yhteydenotoissa korostui edellisvuosien tapaan vanhempien vaikeudet sopia eron jälkeen lapsen asioista, kuten lapsen asumisesta, tapaamisesta, elatuksesta sekä yhteisistä toimintatavoista. Vanhempien eroon liittyvissä yhteydenotoissa ristiriidat liittyivät myös vanhemman ja lapsen yhteydenpidon hankaloittamiseen, lapsen tarpeista huolehtimiseen ja sopimusten noudattamatta jättämiseen. Huono keskusteluyhteys vanhempien välillä saattoi vaikeuttaa eron jälkeistä elämää vuosia. Myös uusperheen haasteet sekä sisarusuhteet puhuttivat. Vanhempien ja isovanhempien väliset ristiriidat ja erot kasvatustähtäyksissä kuuluivat joissain yhteydenotoissa.

Vanhemmuuden pohdinta

Aikuista koskevista aiheista yleisimpiä oli yhteydenottajan oma vanhemmuuden pohdinta monista eri näkökulmista. Yhteydenottajat halusivat keskustella erityisesti vanhemmuuteen liittyvistä vaikeista ja usein vaietuista tunteista, kuten riittämättömyyden ja syyllisyyden kokemuksistaan vanhempina ja kasvattajana. Usein vanhempi lähti purkamaan jotakin arkista tilannetta, joka oli aiheuttanut vanhemmassa epävarmuutta ja vanhempi pohti, onko hän toiminut tilanteessa oikein ja oliko toiminta vaikuttanut lapseen negatiivisesti.

Usein riittämättömyyden ja syyllisyyden tunteiden taustalla oli vanhemman uupumus, voimavarojen vähyys ja keinottomuuden kokemukset arjen haasteiden edessä. Usein tilanteeseen liittyi kuormittava elämäntilanne esimerkiksi parisuhteen ongelmien, vaativan työn, eron tai muun ison elämänmuutoksen vuoksi.

Myös vanhemman haasteet omien tunteiden hallinnassa ja lapselle hermostuminen tai lapseen kajoaminen aiheuttivat syyllisyyden ja riittämättömyyden tunteita. Jotkut vanhemmat ottivat palveluun yhteyttä tunteiden vallassa, esimerkiksi tilanteissa, jossa he olivat säikähtäneet omaa voimakasta reaktiotaan, toimintaansa tai ajatuksiaan lasta kohtaan. Vanhempien omien tunteiden hallinnan haasteisiin liittyvissä yhteydenotoissa vanhemmat useimmiten tiedostivat toimintansa ja kaipasivat tukea oman toiminnan muuttamiseen ja vinkkejä toisin toimimiseen. Näissä yhtey-

denotoissa korostui vanhemman tarve kohdata rauhallinen kuuntelija, jonka avulla sai etäisyyttä tapahtuneeseen ja tukea tilanteen jäsentämiseen.

Moni vanhempi pohti omaan vanhemmuuteensa asettamaan odotuksia ja vaikeuksia niiden saavuttamisessa. Usein vanhempi halusi keskustella myös siitä, miten omat lapsuuden tai muut oman elämänhistorian kokemukset, kuten mielenterveyden haasteet, vaikuttivat nykyhetkeen ja omaan toimintaan vanhempana.

Vanhemmuudessa koetuista yksinäisyyden tunteista keskusteltiin aiempien vuosien tapaan paljon. Tyypillistä oli, että vanhempi ei välttämättä ollut konkreettisesti yksin, lähellä saattoi olla puoliso, tukiverkosta tai ystäviä, mutta yhteydenottaja koki, että jää silti vanhemmuudessaan vaille tukea ja keskustelukumppania.

Arjen haasteet ja rajojen asettaminen

Yhteydenotoissa keskusteltiin usein arjen hallintaan ja järjestämiseen liittyvistä haasteista. Yhteydenottajat halusivat purkaa mieltään arjen pyörittämisestä koituvasta väsymyksestä, joka vaikutti omaan vanhemmuuteen. Myös taloudellinen ahdinko ja taloushuolet kuuluivat arkea haastavina ja kuormittavina tekijöinä selvästi edellisvuotta enemmän.

Rajojen asettamiseen liittyvissä yhteydenotoissa puhutti vaikeus asettaa yhteisiä pelisääntöjä tai rajoja lapselle tai nuorelle. Yhteydenottajat kaipasivat tukea ja vahvistusta esimerkiksi kotiintuloajoista sopimiseen, digitaalisten laitteiden käyttöön ja pelaamiseen liittyvissä tilanteissa ja erityisesti niihin liittyvien rajojen asettamisessa. Perheen aikuisilla saattoi olla näkemyseroja esimerkiksi lapsen tai nuoren peliajan tai puhelinajan rajaamisesta.

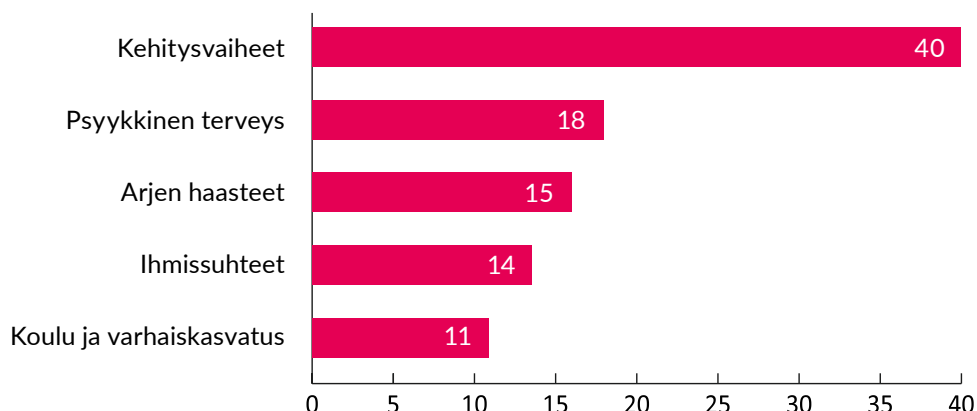
Psyykinen terveys

Aikuisten psyykkiseen terveyteen liittyvien yhteydenottojen näkyvin teema oli vanhemman, perheen toisen aikuisen tai lapsen toisen vanhemman mielenterveyden haasteet kuten masennus, ahdistus ja uupumus. Myös omaan tai puolison stressiin sekä päihteiden käyttöön liittyviä keskusteluja käytiin paljon.

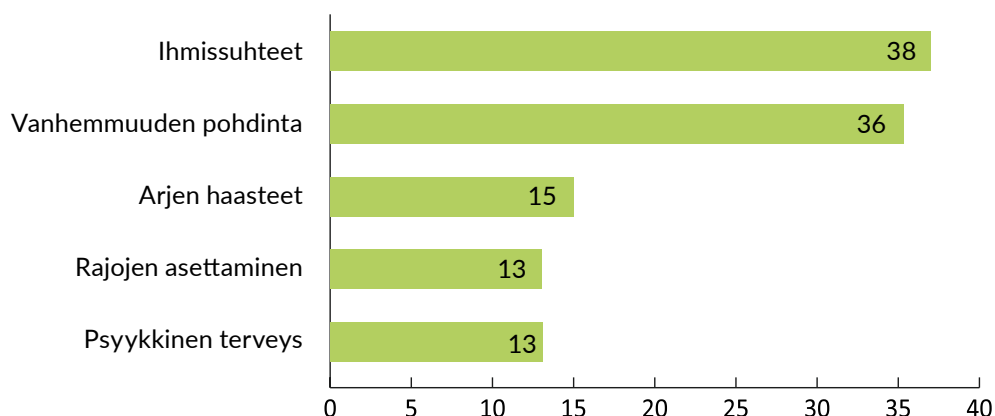
Jatko-ohjaus ja ammattiavusta kertominen

Suurin osa yhteydenottajista kaipasi ensisijaisesti keskustelutukea, mutta myös ammattiavusta keskusteltiin kaikissa palveluissa säännöllisesti. Puhelimen yhteydenotoissa ammattiavun hakemisesta keskusteltiin 68 %:ssa ja chatissa 75 %:ssa yhteydenotoista. Kirjepalvelun vastauskirjeissä yli 75 %:ssa kerrottiin ammattiavusta. Puhelimessa

Viisi yleisintä lasta koskevaa aihetta, %



Viisi yleisintä aikuista koskevaa aihetta, %



Finnish Safer Internet Centre -hanke

MLL ja Pelastakaa Lapset ry ovat mukana Taide- ja kulttuuriviraston (ent. Kansallinen Audiovisuaalinen Instituutti) koordinoimassa Finnish Safer Internet Centre -hankkeessa. EU:n rahoittama projekti on osa Euroopassa toimivaa SIC-verkostoa (Safer Internet Centres). Hanke edistää lasten ja nuorten hyvinvointia tukevaa digitaalisen median käyttöä sekä tuo eurooppalaisia lasten, nuorten ja vanhempien kanssa työskenteleviä ammattilaisia yhteen jakamaan tietoa ja osaamista.

Vanhempainpuhelin ja nettipalvelut tarjoavat vanhemmille valtakunnallisesti maksutonta anonyymia tukea mediaan liittyvissä kysymyksissä. Palvelun vapaaehtoiset päivystäjät ja työntekijät saavat tehtävään koulutuksen.

Vuonna 2025 vastattiin 128 mediaan liittyvään yhteydenottoon. Yleisimmin yhteydenoton aihe liittyi liialliseen mediasisältöjen kulutukseen, lapsen vertais-suhteisiin sosiaalisen median alustoilla, netissä tapahtuvaan kiusaamiseen tai huoleen, että lapsi tai nuori on nähnyt vahingollista sisältöä. Usein kyse oli myös yhteydenottajan tai jonkun läheisen aikuisen median käytöstä. Yleisiä aikuisiin liittyviä huolia olivat liiallinen mediasisältöjen käyttö tai lapselle haitallisten sisältöjen katsominen lapsen seurassa. Vanhempainpuhelimien ja nettipalveluiden edustaja osallistui SIC-verkoston tapaamisiin ja seminaareihin.

ja chatissa ammattiavun hakemisesta keskusteltiin selvästi edellisvuotta enemmän ja vastauskirjeissä puolestaan hieman edellisvuotta vähemmän.

Moni yhteydenottaja oli itse pohtinut ammattiavun hakemista ja kaipasi siihen vahvistusta. Toiset kaipasivat tietoa erilaisista perheille suunnatuista tukipalveluista. Osa yhteydenottajista oli tietoisia palveluista, mutta koki avun hakemisen vaikeaksi. Osalla oli kielteisiä kokemuksia esimerkiksi kohtaamattomuudesta tai ongelmien vähättelystä ja osa koki, että ei saanut kaipaamaan sa apua, vaikka oli hakenut sitä. Osa oli huolissaan, että avun hakemisesta seuraisi jotain ikävää, esimerkiksi lastensuojelullisia toimenpiteitä kuten lasten sijoittaminen kodin ulkopuolelle. Pienillä paikkakunnilla pelättiin leimautumista ja perheen asioiden leviämistä muualle kuin asianosaisille.

Useissa yhteydenotoissa päivystäjät antoivat tietoa ammattilaisten vaihtoehtoisuudesta ja lapsiperheille suunnattujen palvelujen prosesseista ja annettavasta tuesta. Tieto lievensi pelkoja ja madalsi kynnystä ammattiavun hakemiseen.

Yleisimpiä ammattipalveluja, joista yhteydenottajan kanssa keskusteltiin, olivat sosiaalipalvelut, kuten perheneuvola, lastensuojelu, lastenvalvoja ja parisuhdeneuvonta sekä terveydenhuollon palvelut, kuten neuvola. Muita jatko-ohjaustahoja olivat koulu, opettajat ja opiskeluhuoltopalvelujen ammattilaiset sekä varhaiskasvatuksen ammattilaiset.

Ajanvarauschatissa ammattilaisen tukea

Ajanvarauschatissa vanhempi voi varata MLL:n nettisivuilta itselleen sopivan ajankohdan ja keskustella MLL:n vanhemmuuden tuen työntekijän kanssa. Keskusteluja on mahdollisuus jatkaa saman ammattilaisen kanssa niin monta kertaa kuin vanhemmasta itsestään tuntuu sopivalta. Keskustelut ovat tunnin mittaisia.

Ajanvarauschatissa voi keskustella mistä tahansa vanhemmuuden aiheesta luottamuksellisesti, nimettömästi ja maksutta. Vuonna 2025 toteutui 251 keskustelua, joista hieman yli puolet oli jatkoaikoja. Kaikkiaan vuoden aikana oli tarjolla 399 keskusteluaikaa. Pääosin keskustelut yhden vanhemman kanssa ovat 2–6 erillisen keskustelun mittaisia mutta vuonna 2025 oli myös joitain noin 15 keskustelun prosesseja.

Mahdollisuus keskustella saman ammattilaisen kanssa useamman kerran on vanhemman kannalta merkittävä etu. Ajanvarauschat on palveluna joustava ja vanhemman yksilölliset tarpeet huomioiva, koska vanhempi itse määrittää keskustelujen määrän ja sen, mihin ajankohtaan seuraava keskustelu sovitaan. Lisäksi jatkokeskustelut

mahdollistavat eri teemojen käsittelyn: vanhempi voi jokaisella keskustelukerralla tuoda esiin sen asian, joka juuri sillä hetkellä mietityttää. Tietoisuus keskustelujen jatkumisesta oman toiveen mukaan luo myös jatkuvuutta. Parhaimmillaan chat-keskustelut kannattelevat haastavan vaiheen yli tai kunnes vanhempi tai perhe pääsee tuen piiriin omalla asuinpaikkakunnallaan.

Keskustelujen välillä vanhempi voi kokeilla erilaisia toimintatapoja ja keskustella sitten ammattilaisen kanssa niiden toimivuudesta. Näin keskustelut voivat lisätä vanhemman luottamusta omaan vanhemmuuteensa.

Viime vuonna palautetta annettiin 119 keskustelun jälkeen. Palautteen antajista 93 % koki hyötynensä keskustelusta ja 96 % suosittelisi chat-palvelua toiselle vastaavassa tilanteessa olevalle. Ajanvarauschattiin yhteyttä ottaneet vanhemmat kaipasivat pääosin tilaisuutta keskustella tilanteestaan avoimesti, minkä erityisesti palvelun anonyymiyys ja luottamuksellisuus mahdollistavat. Lisäksi vanhemmat kaipasivat ajatusta ja vinkkiä siihen, miten heidän olisi hyvä tilanteessa toimia.

Reilussa puolessa (56 %) keskusteluista vanhemmaa rohkaistiin ottamaan yhteyttä ammattitahoon omalla asuinpaikkakunnalla.

Yhteydenottajista 84 % oli äitejä ja 8 % isiä, loput muita aikuisia tai sukulaisia. Yhteydenottajista yli puolet (63 %) eli kahden vanhemman perheessä, ja viidesosalla (20 %) oli yhteishuoltajuus entisen puolison kanssa. Muut yhteydenottajat elivät uusperheessä tai yksinhuoltajina tai heidän perhemuodostaan ei ollut tietoa. Yhteydenottajien perheissä oli hyvin tasaisesti eri-ikäisiä lapsia eli minkään tietyn ikäisten lasten perheet eivät erityisesti korostuneet yhteydenotoissa.

Vuonna 2025 yleisimmät huolet koskivat niin lasten kuin aikuistenkin psyykkistä terveyttä. Valtaosassa ajanvarauschatin keskustelujen aiheista koskivat aikuisia, yleensä vanhempaa itseään mutta myös puolisoa tai lapsen toista vanhempaa. Vanhempien puheissa korostuivat uupumus ja stressi lapsen tai perheen tilanteeseen liittyen. Joidenkin vanhempien arkea kuormitti työn, lasten ja kodin hoitamisen lisäksi myös esimerkiksi puolison ikävä käytös tai vaikea parisuhdetilanne. Usein kuormittavissa tilanteissa elävät vanhemmat olivat huolensa kanssa kovin yksin, vaikka elivätkin parisuhteessa.

Yhteydenottojen perusteella erityisen haastavia olivat tilanteet eron jälkeen: aikuisten välit olivat usein epäsuhtaisia ja ristiriidat vaikeita. Erityisen haastavaa oli yhteydenottajien mukaan tällaisissa tilanteissa sellaisen aputahon löytäminen, joka oikeasti pystyisi tilanteessa toimimaan ja auttamaan. Psyykkisen terveyden ja hyvinvoinnin sekä aikuisten välisten ristiriitojen lisäksi vanhemmat pohtivat yhteydenotoissa omaa vanhemmuuttaan, kuten riittämättömyyden ja syyllisyyden tunteita ja omia

odotuksia tai kielteisiä tunteita lasta kohtaan. Myös rajojen asettamisen vaikeudet mietityttivät vanhempia.

Vuonna 2025 vanhempien lasta koskevissa keskusteluaiheissa korostui huoli lapsen psyykkisestä terveydestä. Yhteydenotoissa kuului lasten ja nuorten ahdistuneisuus ja masennusoireet, viiltely ja itsetuhoiset ajatukset. Psyyken haasteet eivät olleet vain nuorten vanhempien huoli vaan oireita oli jo esimurrosikäisillä lapsilla.

Erityisesti lasten ja nuorten neuropsykiatriset häiriöt (diagnosoidut tai vahvat epäilyt) korostuivat vuoden 2025 yhteydenotoissa. Neuropsykiatrisesti oireilevan lapsen tai nuoren tilanne saattoi olla haastava monella tapaa: vaikeuksia vertaissuhteissa, kuormittumista kouluarjesta, oppimisvaikeuksia, koulua käymättömyyttä, tunnesäätelyn haasteita, väkivaltaisuutta, haasteita perhesuhteissa, päihteitä ja mielialaoireita. Valtaosa neuropsykiatrisesti oireilevien lasten tai nuorten vanhemmista koki, ettei lapsen saama hoito ollut riittävää tai sitä ei saanut ollenkaan. Joskus murrosikäinen nuori saattoi itse kieltäytyä menemästä tutkimuksiin, lääkärikäynnille tai ottamasta määrättyjä lääkkeitä. Myös toinen vanhempi saattoi estää lapsen tai nuoren neuropsykiatriset tutkimukset ja hoidon. Juuri neuropsykiatrisesti oireilevien lasten ja nuorten vanhempien yhteydenotoissa kuului uupumus ja joskus myös epätoivo pitkään jatkuneessa kuormittavassa tilanteessa.

Lapsen psyykkisen terveyden ja neuropsykiatristen haasteiden lisäksi vanhemmilla oli huolta lapsen tai nuoren kaverisuhteista. Osa lapsista ja nuorista oli yksinäisiä, koska toisten kanssa oleminen oli vaikeaa tai oli vaikea päästä osaksi mitään porukkaa. Osa lapsista taas joutui herkästi ristiriitoihin vertaisten kanssa tai vanhemmalla oli huolta nuoren muuttuneesta kaveripiiristä ja sen vaikutuksesta nuoren hyvinvointiin.

Haluanko vanhemmaksi -palvelu

Haluanko vanhemmaksi -sivusto on MLL:n vuonna 2021 avaama palvelu, joka tarjoaa tietoa ja tukea aikuisille, joilla ei ole lapsia. Se auttaa jäsentämään omaa elämäntilannetta ja pohtimaan vaihtoehtoisia tulevaisuuskuvia elämästä lapsilla ja ilman. Sivustolla on nettikirjepalvelu, kokemustarinoita liittyen erilaisiin vaihtoehtoihin (esim. vapaaehtoinen lapsettomuus, kumppanuusvanhemmuus, itsellinen äitiys), tietoa, kyselyitä sekä keskustelupalsta. Vuoden 2023 alusta alkaen Haluanko vanhemmaksi -palvelu on toiminut osana MLL:n Vanhempainpuhelinta ja nettipalveluita, joita rahoittaa Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA).

Vuonna 2025 sivustolla vieraili noin 7 800 eri käyttäjää ja sen sisältöjä katseltiin noin 15 000 kertaa. Sivuston keskustelupalstan sivuja luettiin noin 2 800 kertaa, ja palstalle kirjoitettiin 26 viestiä. Haluanko vanhemmaksi -palvelun etusivun vaihtuviin gallupeihin vastasi noin 1 100 vierailijaa.

Haluanko vanhemmaksi -nettikirjepalveluun tuli 43 kirjettä, joista 14 oli jatkokirjeitä aiemmilta yhteydenottajilta. Yleisimmin kirjoittajat pohtivat yleisesti sitä, haluavatko lasta vai eivät. Osa pohti sitä, miten omat kyvyt ja jakaminen riittävät mahdolliseen vanhemmuuteen. Osa pohti mielenterveyshuolien vaikutusta mahdolliseen vanhemmuuteen. Kirjoittajat toivat esiin myös asumiseen, talouteen ja elämäntilanteeseen liittyviä huolia. Osa kirjoittajista mietitytti erityisesti parisuhteen sisällä eriyvä näkemys mahdollisesta lapsesta. Osa taas pohti, milloin voisi olla oikea hetki ryhtyä vanhemmaksi. Osa kirjoittajista koki painetta päätöksentekoon ikäänsä tai hedelmällisyyteen liittyvien seikkojen vuoksi.

Vuonna 2025 yhteydenotoissa nousi erityisesti esiin huoli omasta terveydestä sekä pohdinta siitä, olisiko itsellinen äitiys itselle sopiva tapa saada lapsi.

Yhteydenottajien palaute

Puhelut

Päivystäjät kirjasivat 715 puhelun aikana annettua palautetta. Niistä 98 % oli positiivisia. Positiivisissa palautteissa yhteydenottaja tavallisimmin kiitti päivystäjää. Moni kertoi, että yhteydenotto oli helpottanut omaa oloa, yhteydenottaja koki tulleen ymmärretyksi, kohtaamisesta tuli hyvä mieli ja siitä sai vahvistusta vanhemmuuteen. Moni sai yhteydenotosta rohkeutta hakea apua ja lähteä ratkomaan perheensä tilannetta perhepalveluista.

Moni yhteydenottaja kiitti siitä, että koki tulleen palvelussa aidosti ja empaattisesti kuulluksi ja kohdatuksi. Usein avoimissa palautteissa korostui myös kokemus siitä, että oman vanhemmuuden jakamiseen ei ole omassa elinpiirissä mahdollisuutta, ja siksi palvelua pidettiin erityisen tärkeänä. Alle 2 % päivystäjien kirjaamista palautteista oli neutraaleja, kehitysehdotuksia tai negatiivisia. Useimmin neutraalissa tai negatiivisessa palautteessa yhteydenottaja oli pettynyt, kun ei saanut konkreettista tukea tilanteeseensa.

Chat-keskustelut

Chat-palvelun yhteydenottajilla on keskustelun päätyttyä mahdollisuus antaa palautetta keskustelusta chat-palvelun kautta. Palautetta antoi 255 henkilöä. Palautelomakkeen kysymyksiin vastanneista 78 % koki keskustelusta olleen hyötyä ja 80 % suosittelisi palvelua vastaavassa tilanteessa olevalle. Avoimissa palautteissa moni kiitti matalan kynnyksen palvelusta ja saamastaan avusta. Moni kirjoitti palautteessaan siitä, kuinka tärkeää on, että vanhemmille on tarjolla anonyymeja palveluita, joissa voi ottaa esiin asioita, joista voi olla vaikea puhua muualla.

Päivystäjät kirjasivat chat-keskusteluissa saamaansa palautetta tilastointiohjelmaan 401 kertaa. Näistä 97 % oli positiivisia. Yleisimmin yhteydenottaja kiitti päivystäjää keskustelusta tai kertoi olonsa helpottaneen keskustelun myötä. Moni kertoi saaneensa uusia näkökulmia tai vinkkejä tilanteeseensa. Neutraaleja, kehitysehdotuksia tai negatiivisia palautteita päivystäjät olivat kirjanneet 3 %:ssa chat-yhteydenotoista. Useimmiten näissä palautteissa tuli ilmi, että yhteydenottaja olisi kaivannut konkreettista ja nopeaa apua tai tukea perheelleen.

Nettikirjeet

Nettikirjepalvelun palautelomakkeella jätettiin 21 palautetta. Puolessa palautteista yhteydenottaja oli kirjoittanut palveluun kirjeen, ja halusi antaa kiittävää palautetta saamastaan vastauksesta. Puolet palautelomakkeen kautta tulleista palautteista koski muuta MLL:oon liittyvää asiaa.

Päivystäjät olivat kirjanneet tilastointiohjelmaan 18 palautetta nettikirjeistä. Palautteista 17 oli positiivisia ja niissä useimmiten kiitettiin vastauskirjeestä.

Vanhempien toiveiden kohtaaminen

Vuonna 2025 yhteydenottajilta saadusta palautteesta yli 97 % oli positiivista palautetta ja palautteessa nousi esiin vanhempien toiveita kohtaamiselle. Vanhempainpuhelimessa ja nettipalveluissa yhteydenottajilta saatu palaute on tärkeää ja palautteen perusteella palveluiden kohtaamisen tavoitteita sekä kohtaamisen tapaa muovataan vastaamaan yhteydenottajien tarpeisiin.

Kiireettömyyden vaaliminen

"Kiitos kiireettömästä keskustelusta!"

Vanhemmat kiittivät kiireettömästä kohtaamisesta. Kiireetön, läsnä oleva kohtaaminen mahdollisti kuulluksi ja kohdatuksi tulemisen kokemuksen.

Välittämisen osoittaminen – kysytään ja kuunnellaan

"On mukavaa, että joku kuuntelee huoleni ja vastaa niihin. Kiitos tuhannesti, että jaksoit kuunnella ja auttaa!"

"Keskustelu ei ollut syyllistävä vaan todella rakentava ja antoi voimia."

"Oli hyvä purkaa sydäntä. Kiitos kun kuuntelit."

Vanhemmat kiittivät kuulluksi tulemisesta. Vanhempia huojensi se, että heidän huolensa tulivat kuulluksi eikä huolia vähätelty tai ohitettu. Vanhemman huolen äärelle pysähtyminen ja tilanteen kartoittaminen antoi vanhemmalle luvan purkaa huoltaan ja antoi vanhemmalle tunteen, että hänen asiansa on tärkeä.

Vanhemman erilaisten tunteiden vastaanottaminen

Vanhemman huoli näyttäytyi toisinaan vanhemman tunnekuohuina ja vanhemmat kiittivät siitä, että he saattoivat tuoda esiin vaikeita tunteita. Vaikeiden tunteiden sietäminen ja vastaanottaminen auttoi vanhempaa purkamaan ja jäsentämään huoltaan sekä rauhoittumaan.

Vanhemmuuden vahvistaminen sekä tiedon ja uusien näkökulmien tarjoaminen

"Kiitos, että sain kuulla olevani hyvä, huolehtiva ja kannustava vanhempi."

"Kiitos keskustelusta! Kukaan ei ole koskaan puhunut minulle yhtä kauniisti kuin sinä."

"Sain vastauksistasi todella hyviä oivalluksia. Tuntuu nyt jo heti, että ymmärrän paremmin lapseni käytöstä"

Vanhemmat kiittivät siitä, että heitä kannustettiin ja heitä autettiin näkemään tilanteensa eri puolia. Vanhemman olo helpottui, kun kiinnitettiin huomiota vanhemman vahvuuksiin ja tuettiin vanhemmuutta tuomalla esiin siinä havaittuja toimivia ja hyviä asioita. Myös tiedon tarjoaminen ja asioiden tarkastelu eri näkökulmista lisäsi vanhemman ymmärrystä omaa tilannetta kohtaan ja auttoi näkemään tilanteen eri näkökulmista.

Tuen tarpeesta kysyminen ja omista auttamismahdollisuuksista kertominen

"Kiitos, kun sanot ääneen, että ansaitsemme apua."

Moni vanhempi kertoi avunhakemisen kynnyksen olevan korkea. Vanhemmat kiittivät siitä, että heitä vahvistettiin luottamaan omaan arvioonsa ja kannustettiin hakemaan apua. Moni vanhempi kertoi, että heiltä ei ole kysytty, millaista apua he kokevat tarvitsevansa ja millaisen avun he kokisivat hyödylliseksi tilanteessaan. Vanhemmat kaipasivat myös tietoa avunsaantimahdollisuuksista ylipäättään. Tieto ammattilaisten vaihtolovelvollisuudesta ja lapsiperheille suunnattujen palvelujen prosesseista sekä annettavasta tuesta koettiin lieventävän pelkoja ja madaltavan kynnystä avun hakemiseen.

Luottamuksen luominen tulevaan ja asioiden etenemisen suunnittelu

"Kiitos! Nyt tiedän, miten on hyvä toimia ja olen luottavainen jatkoon suhteen."

Moni vanhempi kertoi oman tilanteen herättämästä toivottomuudesta ja epävarmuudesta liittyen asioiden etenemiseen. Moni vanhempi koki, että omista huolista keskustelun ja aidosti kohdatuksi tulemisen myötä he olivat toiveikkaampia tulevaisuuden suhteen ja tiesivät, miten edetä asiansa kanssa. Toivon ylläpitäminen loi luottamusta siihen, että asiat järjestyvät tavalla tai toisella.

Päivystystoiminta vuonna 2025

Vanhempainpuhelimen ja nettipalveluiden yhteydenottoihin vastataan ryhmäpäivystysmallin mukaisesti. Päivystys tapahtuu MLL:n ylläpitämissä tiloissa ja vapaaehtoisten päivystäjien tukena on MLL:n työntekijä. Vuonna 2025 päivystys tapahtui sekä lähiryhmissä että etäryhmissä.

Vuonna 2025 Vanhempainpuhelimessa ja nettipalveluissa toimi 82 päivystäjää ja heitä oli enemmän kuin edellisenä vuonna. He päivystivät yhteensä 775 kertaa. Yksi päivystysvuoro kestää 3 tuntia 45 minuuttia. Vapaaehtoistyötä tehtiin yhteensä yli 2 900 tuntia. Vuoden 2025 aikana toteutettiin kolme noin 40 tunnin pituista peruskurssia, joilta valmistui yhteensä 17 uutta päivystäjää.

Vuonna 2025 päivystäjille järjestettiin viisi täydennyskoulutusta, joiden aiheita olivat lasten ja nuorten kohtaaminen kriisissä, mediakasvatus ja turvataidot digitaalisessa ympäristössä, uusperheen aikuinen, asiaa syömishäiriöstä ja syömishäiriösensitiivisyydestä sekä miten

puhua seksistä lasten ja nuorten kanssa. Täydennyskoulutusten lisäksi päivystäjille järjestettiin kaikilla kolmella päivystyspaikkakunnalla yhteensä kuusi virkistystilaisuutta.

Vuonna 2025 Auttavien palveluiden vapaaehtoisille päivystäjille toteutettiin päivystäjäkysely, jonka avulla kartoitettiin päivystäjien kokemuksia päivystystyöstä ja kehitetään toimintaa tulosten pohjalta. Kyselyn tulokset (n=159) olivat erinomaisia: 100 % vastaajista koki tekemänsä päivystystyön tärkeäksi, 100 % koki toiminnasta auttamisen iloa ja 96 % sai toiminnasta merkitystä omaan elämään. Päivystysohjaajan läsnäolon ja palautteen mielekkyyttä lisäävänä tekijänä päivystystyössä mainitsi 96 % vastaajista.

Yhdelle Vanhempainpuhelimen ja nettipalveluiden päivystäjälle myönnettiin MLL:n kultainen ansiomerkki viidentoista vuoden vapaaehtoistyöstä ja yhdelle hopeinen ansiomerkki kymmenen vuoden vapaaehtoistyöstä.

Vanhempainnetti

MLL

:n Vanhempainnetti-sivusto on suunnattu 0–18-vuotiaiden lasten vanhempien tueksi. Sivustolla on paljon tietoa

lapsen ja nuoren kasvusta ja kehityksestä sekä vinkkejä perhearjen tueksi ja haastaviin tilanteisiin. Vanhempainnetissä on mahdollisuus myös vertaistukeen keskustelupalstalla. Vanhempien lisäksi sivusto on hyödyllinen sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteen ammattilaisille sekä MLL:n Vanhempainpuhelimien ja nettipalveluiden vapaaehtoisille päivystäjille.

Vuonna 2025 Vanhempainnetissä käytiin 1,2 miljoonaa kertaa. Yksittäisiä kävijöitä sivustolla oli vuoden aikana noin 760 000 ja sivunkatseluita 2 miljoonaa. Suosituimpia sisältöjä olivat aiempien vuosien tapaan pikkulapsiaikaan ja pienen lapsen kehitykseen liittyvät sisällöt.

Toimintaa ohjaavat eettiset periaatteet

Auttavat puhelin- ja nettipalvelut kuuluvat Vapaaehtoisen puhelin- ja verkkoauttamisen eettisten periaatteiden neuvottelukuntaan (PuhEet). Sen periaatteissa määritellään palvelun luonne sekä oikeudet ja velvollisuudet niin yhteydenottajalle, päivystäjälle kuin taustaorganisaatiolle.

”

PUHEET

Periaatteet on tiivistetty seuraavaan kolmeen kohtaan:

1. Palvelusta ja sen laadusta vastaa ylläpitäjäyhteisö, joka voi olla yhdistys, säätiö ja uskonnollinen yhdyskunta. Toiminta on yleishyödyllistä eikä palvelun ylläpitäjäyhteisö saa siitä taloudellista hyötyä.
2. Yhteydenottajalle tarjotaan mahdollisuutta tulla kuulluksi kyseiseen palveluun kuuluvissa asioissa. Palvelussa toteutuvat luottamuksellisuus, nimettömyys ja yhteydenottajan kunnioittaminen.
3. Päivystäjä on vapaaehtoinen tai palkattu, palvelun ylläpitäjäyhteisön tehtävään valitsema ja kouluttama henkilö, joka saa tehtäväänsä tukea ja ohjausta. Päivystäjällä on oikeus pysyä nimettömänä ja olla suostumatta epäasialliseen kohteluun.

Vanhempainpuhelin

p. 0800 922 77 (maksuton)

ma 10–13 ja 17–20

ti 10–13 ja 17–20

ke 10–13

to 14–20

pe 10–13

Vanhempainnetin nettikirjepalvelu

vanhempainnetti.fi

Chat

ma 10–13

ti 10–13

to 17–20

pe 10–13

vanhempainnetti.fi



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO



Yhteisrahoitettu Euroopan unionin
Verkkojen Eurooppa -välineestä

