



Osaamista
ja oivallusta
tulevaisuuden
tekemiseen

Petra-Maria Heino

Vahvistuva vanhemmuus

Vanhemmuuden roolikartta ® apuna huumeperheessä
eläneiden vanhempien voimaantumisessa

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK)

Sosiaalialan koulutusohjelma

Opinnäytetyö

3.10.2018

Tekijä Otsikko	Petra-Maria Heino Vahvistuva vanhemmuus
Sivumäärä Aika	29 sivua + 6 liitettä 3.10.2018
Tutkinto	Sosionomi (AMK)
Tutkinto-ohjelma	Sosiaalialan tutkinto-ohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Sosionomi
Ohjaaja(t)	Lehtori Ulla Saukkonen Lehtori Kirsi Lautala
<p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli pitää vanhemmille ohjattu tuokio, jonka tavoitteena oli saada vanhemmat pohtimaan omaa vanhemmuuttaan ja sen eri osa-alueita. Lisäksi tavoitteena oli voimaantumisen kokemuksen ja vertaistuen saaminen. Opinnäytetyön tietoperusta käsitteli riittävän hyvää vanhemmuutta, sekä vanhemmuuden eri tehtäviä ja rooleja. Työvälineenä käytettiin Vanhemmuuden roolikarttaa ®, jolla on myös iso teoriaosuus. Vanhemmuuden roolikartta ® sisältää viisi eri pääroolia: <i>huoltaja</i>, <i>elämän opettaja</i>, <i>rajojen asettaja</i>, <i>rakkauten antaja</i> ja <i>ihmissuhdeosaaja</i>. Jokaisella pääroolilla on alaroleja. Vanhemmuuden roolikartan ® tarkoitus on jäsentää vanhemmuuden sisältöä suhteessa lapsen tarpeisiin. Se on visuaalinen työväline, joka tuo esiin arkisia vanhemmuuden osaamisalueita.</p> <p>Opinnäytetyö on tehty yhteistyössä Irti Huumeista ry:n kanssa. Opinnäytetyö on monimuotoinen opinnäytetyö. Käytännön toteutus tapahtui järjestön Oikeus turvalliseen arkeen-hankkeen leirillä, johon osallistui kolme yksinhuoltajavanhempaa alle kouluikäisten lasten kanssa. Vanhemmat ja lapset ovat aiemmin eläneet perheessä, jossa toinen vanhemmista on käyttänyt huumeita.</p> <p>Opinnäytetyön ohjattu tuokio jaettiin kahteen osaan. Ensimmäisessä osiossa vanhemmat kävivät läpi Vanhemmuuden roolikarttaa ® keskustellen kaikki viisi pääroolia auki. Toisessa osiossa vanhemmat pääsivät tekemään omat roolikartat. Tekemissään roolikartoissa vanhemmat pohtivat omaa vanhemmuuttaan ja heidän tuli miettiä mitkä ovat heidän vahvuuksiinsa ja mitä heidän vanhemmuudessaan tulisi kehittää.</p> <p>Vanhemmat pohtivat oman vanhemmuutensa vahvoja ja kehitettäviä puolia hyvin ja ajatukset näkyivät myös heidän omista roolikartoissaan. Vanhemmat saivat voimaantumisen kokemuksia, löytäessään itsestään ja omasta vanhemmuudestaan positiivisia puolia. Vanhemmat saivat myös toisiltaan vertaistukea. Vanhempien antaman palautteen perusteella tuokion ensimmäisessä osiossa olisi voinut johdatella ja ohjeistaa paremmin keskustelun käymisessä, koska Vanhemmuuden roolikartta ® oli heille täysin uusi työväline. Vanhemmuuden roolikarttaa ® olisi hyvä käyttää päihdetyössä, koska se auttaa pohtimaan omaa vanhemmuutta ja helpottaa asiakkaan ja työntekijän välillä käytävää keskustelua luoden yhteisen kielen. Jatkossa voisi myös tehdä lisätutkimuksia liittyen erityisesti huumeperheisiin ja huumeperheiden vanhempien vanhemmuudesta, koska perheissä esiintyvä huumeiden käyttö on lisääntynyt.</p>	
Avainsanat	Vanhemmuus, Vanhemmuuden roolikartta, päihdeperhe

Author Title	Petra-Maria Heino Strengthening parenthood
Number of Pages Date	29 pages + 6 appendices 3 October 2018
Degree	Bachelor of Social Services
Degree Programme	Social Services
Specialisation option	Social Services
Instructor(s)	Ulla Saukkonen, Senior Lecturer Kirsi Lautala, Senior Lecturer
<p>My thesis' goal was that the parents could consider their own parenthood and its different forms. The experience of empowerment and getting peer support were also the goals of this thesis. The theory of this thesis was dealing with a good enough parenthood, and different tasks and roles of a parenthood. The tool which I used at the session was the Role Map of Parenthood ® and there is also a theory section about this in the thesis. The Role Map of Parenthood ® includes five different main roles: the <i>guardian</i>, <i>teacher of life</i>, <i>boundary giver</i>, <i>love giver</i> and <i>relationship expert</i>. Each of the main roles has different sub-roles. The purpose of the Role Map of Parenthood ® is to be a visual tool which shows what is expected from parenthood and what parents are supposed to handle. The Role Map is primarily meant to be used in family rehabilitation.</p> <p>My thesis was executed with Irti Huumeista ry and the thesis is a practice based thesis. The practical execution took place at the organization's camp which was part of the following project "The right of a secured daily life". There were three single parents with their under school-aged children. The parents and children have lived in a family where one of the parents has been abusing drugs. The purpose of the thesis was to execute a practical session for the parents.</p> <p>The session was separated in two sections. In the first section, the parents went through the Role Map of Parenthood ® and discussed the five main roles between each other. In the second section, I gave the parents a task where they should do their own role maps of their own parenthood. The parents were supposed to think which things are strong in their parenthood and what should be developed.</p> <p>The parents reflected the strong aspects of their parenthood, but they also found aspects that should be developed. The parents gained experience of empowerment when they found positive aspects of themselves and from their parenthood. The parents got also peer support from each other. A feedback which was given by the parents showed that the first sections instructions could have been more clearer because the Role Map of Parenthood ® was a new tool to these parents. In the future the Role Map of Parenthood ® would be perfect tool in substance abuse work because it helps parents to reflect their own parenthood. It also gives a common language between a client and a worker.</p>	
Keywords	Parenthood, Role Map of Parenthood, substance abuse family

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Vanhemmuus	2
2.1	Vanhemmuuden tehtävä	2
2.2	Vanhemmuuden roolikartta ®	4
2.2.1	Ihmissuhdeosaaja	6
2.2.2	Rajojen asettaja	7
2.2.3	Huoltaja	7
2.2.4	Rakkauden antaja	8
2.2.5	Elämän opettaja	9
3	Huumeiden käyttö ja päihdeperhe	10
3.1	Huumeriippuvuus ja huumeiden käyttö Suomessa	10
3.2	Päihdeperhe	11
3.2.1	Vanhempi käyttää päihteitä	12
3.2.2	Vanhemmuus, kun kumppani käyttää päihteitä	14
4	Vertaistuki ja voimaantuminen	15
4.1	Vertaistuki	15
4.2	Voimaantuminen	16
5	Opinnäytetyön toteutus	17
5.1	Irti Huumeista ry	18
5.2	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet	18
5.3	Käytännön toteutus	20
5.3.1	Tuokion ensimmäinen osio	20
5.3.2	Tuokion toinen osio	22
6	Arviointi	24
7	Pohdinta	27
	Lähteet	30

Liitteet

Liite 1. Vanhemmuuden roolikartta ®

Liite 2. Muunneltu roolikartta

Liite 3. Tutkimuslupa

Liite 4. Vanhempien tekemät roolikartat (vahvuudet)

Liite 5. Vanhempien tekemät roolikartat (kehitettävää)

Liite 6. Arviointilomake

1 Johdanto

Tekemäni opinnäytetyö on monimuotoinen eli toiminnallinen opinnäytetyö. Opinnäytetyö käsittelee vanhemmuutta päihdeperheessä ja perheessä, jossa päihteenkäytön ympäristöstä on päästy pois. Toteutin opinnäytetyöni käytännön osuuden yhteistyössä Irti Huumeista ry:n kanssa heidän järjestämällään leirillä. Leiri oli osa ”Oikeus turvalliseen arkeen”- hanketta. Hanke on kolmivuotinen ja se toteutetaan vuosina 2017 -2020. Hankkeen tavoitteena on tukea kahdeksaa perhettä, joissa ainakin toinen vanhemmista on käyttänyt huumeita aiemmin. Perheitä tuetaan ammattilaisten ohjauksella, lapsille tarkoitulla vapaaehtoistyöllä ja vanhemmille annettavalla vertaistuellä. Hankkeen tarkoituksena on parantaa perheiden hyvinvointia ja arjen rutiinien hallitsemista.

Käytännön toteutuksen tavoitteena oli saada vanhemmat tarkastelemaan omaa vanhemmuuttaan ja pohtimaan mitä hyvää ja mitä kehitettävää heidän omassa vanhemmuudessaan olisi. Lisäksi tavoitteena oli vanhempien voimaannuttaminen ja vertaistuen mahdollistaminen. Työvälineenäni käytin Vanhemmuuden roolikarttaa®, johon on määriteltä viisi eri pääroolia, jotka vanhemman tulisi hallita. Kaikkiin viiteen päärooliin liittyy erilaisia alaroleja, jotka avaavat enemmän pääroolien sisältöä. Tavoitteenani oli myös se, että vanhemmat saisivat toisiltaan vertaistukea.

Käytännön toteutukseni koostui kahdesta eri osiosta: ensimmäiseksi kävimme vanhempien kanssa läpi Vanhemmuuden roolikartan® viittä pääroolia niin, että vanhemmat saivat vapaasti pohtia ja keskustella siitä mitä heille tulee näistä rooleista mieleen. Toisessa osiossa vanhemmat pääsivät tekemään kaksi omaa roolikarttaa liittyen heidän omaan vanhemmuuteen. Toiseen karttaan kuvattiin oman vanhemmuuden vahvuudet, ja toiseen karttaan kehitettävät asiat.

Työn teoreettisena viitekehystenä toimivat määrittelyt Vanhemmuuden roolikartasta®, päihdeperheestä ja vertaistuesta. Käytännön toteutukseni oli suunnattu huumeperheissä eläneille vanhemmille. Päihdeperheessä voidaan käyttää monia erilaisia päihteitä, kuten alkoholia, huumeita ja/ tai lääkkeitä. Vaikka opinnäytetyöni käytännön toteutus olikin suunnattu huumeperheissä eläneille vanhemmille, niin perheissä on kuitenkin voinut esiintyä sekakäyttöä, koska tämä ilmiö on nykypäivänä yleisempi päihteenkäytön muoto.

Opinnäytetyöni aihe on ajankohtainen, koska huumeidenkäyttöä esiintyy lapsiperheissä yhä useammin. Vanhemmat tarvitsevat tukea omaan vanhemmuuteensa ja erityisesti ne

vanhemmat jotka ovat raitis osapuoli huumeperheen aikuisista. Suomessa lastensuojeluasiakkuudet ovat lisääntyneet huomattavasti viime vuosina ja perheissä on ongelmia vanhemmuuteen liittyen. Siksi Vanhemmuuden roolikartta ® on sosiaalialalla hyvä työväline, koska se konkretisoi vanhemmuuden osa-alueet. Sosiaalialalla on myös hyvin tärkeää tukea vanhempia heidän vanhemmuudessaan ja voimaantuminen on tässä työssä keskeisessä asemassa. On tärkeää, että vanhemmat löytävät itsestään positiivisia asioita vanhempana ja sosiaalialan ammattilaisilla on tässä iso rooli.

2 Vanhemmuus

Vanhemmuus on läheinen ja tärkeä kahden eri sukupolven välillä vallitseva ihmissuhde. Lapsen tuleminen elämään käynnistää aikuisen elämässä uuden vaiheen, vanhemmuuden. (Laakkonen 2010: 16.) Vanhemmuus rikastuttaa elämää, mutta se tuo myös elämään lisää haasteita. Vanhemmuuteen kasvetaan lapsen kasvaessa ja erilaiset kokemukset ja huolet muuttavat muotoaan. Vanhemmuudessa ei ole vain kysymys käytännön asioiden hoitamisesta, vaan kahden ihmisen välisestä syvästä tunnesiteestä. Vanhempi on lapselle tärkein ja ensimmäinen malli. Vanhemmuus on siis sekä hyvin henkilökohtaista ja subjektiivista, mutta myös universaalia, koska monissa muissakin perheissä esiintyy samanlaisia piirteitä ja ongelmia. (Seppänen 2009: 9–10.) Huttunen (1995) jakaa vanhemmuuden psykologiseen ja sosiologiseen näkökulmaan. Psykologisessa näkökulmassa vanhemmuus on kahden eri ihmisen välille muodostuva side, jonka osapuolet ovat eri sukupolvea. Näiden kahden ihmisen välille syntyy suhde, joka sisältää kiintymystä ja vuorovaikutusta. (Huttunen 1995: 49.) Psykologisesti katsottuna vanhempi on samaistumiskohde. Vanhemman on ylläpidettävä jatkuvaa vuorovaikutusta lapsen kanssa. (Huttunen 1995: 53–54.) Sosiologisen näkökulman mukaan vanhemmuus on yhteiskunnallinen instituutio, jolla on tietyt normit, tavat ja lait. Vanhemmuudelle ei kuitenkaan löydy täysin selkeää ja universaalisti hyväksyttyä tavoitetta. Yhteiskunta tai valtio eivät anna selkeitä ohjeita vanhemmuuteen, mutta siinä voidaan kuitenkin joissain tilanteissa nähdä puutteita, jolloin seurauksena voi olla esimerkiksi huostaanotto. (Huttunen 1995: 50.)

2.1 Vanhemmuuden tehtävä

Lastensuojelulaissa asetetaan vanhemmuuden tehtäväksi olla ensisijaisesti vastuussa lapsen hyvinvoinnista. Vanhemman tehtävänä on lain mukaan myös taata vakaa kehitys lapselle. (Valtioneuvoston asetus lastensuojelulaista 417/2007 § 2). Vanhemman kuuluu antaa lapselle riittävät fyysiset, psyykkiset ja kehitykselliset valmiudet. Hyvän ja vakaan

kasvuympäristön luominen ja ylläpito kuuluu vanhemman tehtäviin. Perheessä pitää näkyä rakkautta, hyväksyntää, luottamusta ja turvallisuutta. Lapset odottavat vanhemmiltaan vuorovaikutusta ja aikuisen roolia. (Itäpuisto 2008: 38–39.) Erilaiset konkreettiset asiat, kuten ruoasta ja hygieniasta huolehtiminen, sekä taloudellisten asioiden hoito kuuluvat vanhemmuuteen (Hyytinen 2007: 93). Vanhempien tehtävänä on valmistaa lasta tulevaisuuteen ja antaa hänelle keinoja elämässä pärjäämiseen itsenäistymisen kynnyksellä. Tässä asiassa vanhempi voi tukea lasta tekemällä parhaansa. Tällainen voi olla esimerkiksi harrastusten tukeminen, jotka vahvistavat lapsen kehitystä ja kykyjä. Joissakin asioissa vanhempi ei kuitenkaan voi vaikuttaa millään tavalla. Esimerkiksi perimän tuomat seikat ulkonäköön tai lapsen luonne ja temperamentti ovat sellaisia asioita, joihin vanhempi ei voi vaikuttaa, jolloin vanhemman pitää vain hyväksyä nämä piirteet. (Sinkkonen 2008: 22–24.) Lapsella on oikeus nähdä ja kohdata vanhemmassaan aikuinen. Aikuisen näkemys elämästä on laajempi ja tätä lapsi ja nuori tarvitsee turvallisuuden tunteeseen. Niin sanottu ”kaverivanhemmuus” ei ole hyvä tapa toteuttaa vanhemmuutta. Tässä tavassa lapsi ei näe oikeaa kuvaa aikuisuudesta ja lapsuudesta. (Luumi 2003: 26–29.)

Vanhemmuus on haasteellinen tehtävä ja siihen on jokaisen vanhemman kasvettava. Kukaan ei synny vanhemmaksi. (Kaimola 2005: 14.) Vanhemman tulee olla valmis sitoutumaan lapsen tukemiseen koko hänen elämänsä ajan ja myös erilaisten kriisien keskellä (Kaimola 2005: 14). Kun vanhempi on oma itsensä ja on johdonmukainen omien arvojensa ilmaisun suhteen, on vanhemmuus riittävän hyvää. Vanhemman ei siis kannata pyrkiä johonkin mitä hän ei ole. Itsevarmuus ja itseluottamus ovat tärkeitä hyvässä vanhemmuudessa. Nämä mahdollistavat vuorovaikutuksen luomisen lapseen sisältäen luovuutta, spontaaniutta ja itsenäisyyttä. (Huttunen 1995: 57.) Näitä edellä mainittuja kykyjä vanhempi voi saada viettämällä aikaa lapsensa kanssa. Vanhemmuus voi muuttua lapselle haitalliseksi, jos turvallisuutta, ennakkointia tai tietoa tulevasta ei ole saatavilla. (Wahlberg 2005: 85–86.)

Täydellistä vanhemmuutta ei ole olemassa ja suurin osa vanhemmuudesta on toimivaa ja riittävää. Riittävän hyvään vanhemmuuteen tarvitaan rakkautta lasta kohtaan, halua tukea lasta ja auttaa lasta tämän kasvussa. Kun lapsi tarvitsee näitä asioita, sekä huolenpitoa, turvallisuutta ja rajoja, tulee vanhemman asettaa nämä tarpeet omien tarpeidensa edelle. (Mattila 2011: 55–56.)

2.2 Vanhemmuuden roolikartta ®

Vanhemmuuden roolikartta ® on työväline, joka on tarkoitettu käytettäväksi ensisijaisesti perhekuntoutuksessa. Sitä voidaan käyttää esimerkiksi työntekijän ja asiakkaan välisessä yhteistyössä, työntekijän apuna arvioitaessa vanhemmuutta ja lastensuojelun tarvetta, sekä apuna muutoksen saamiseksi. Roolikarttaa voidaan käyttää myös apuna, jos perheessä halutaan keskustella roolien jakautumisesta, tai sitä voidaan käyttää apuna erilaisissa valmennuksissa liittyen vanhemmuuteen. (Helminen – Iso-Heiniemi 1999: 11.) Vanhempi tai vanhemmat voivat itse arvioida omaa vanhemmuuttaan tämän kartan avulla myös omatoimisesti (Helminen – Iso-Heiniemi 1999: 9). Vanhemmuuden roolikartan ® syntymisen taustalla oli mieltä, miten vanhemmuutta voitaisiin hahmottaa tavallisen arjen keskellä mahdollisimman selkeästi ja luontevasti (Vanhemmuuden roolikartta® 2013). Roolikartan on tarkoitus jäsentää vanhemmuuden sisältöä suhteessa siihen mitä lapsi tarvitsee. Se on visuaalinen työväline, joka tuo esiin arkisia vanhemmuuden osaamisalueita.

Vanhemmuuden roolikartta ® on syntynyt Suomen Kuntaliiton käynnistämän LASSO-projektin myötä. Projektin tarkoitus oli vuosina 1997-1999 edesauttaa vanhusten koti- ja asumispalveluiden sekä lastensuojelun laadunhallintaa. Lastensuojelun osalta mukana olivat monen muun yksikön lisäksi myös Halikon ja Kaarinan lastenkodit, joiden työ oli painottunut perhekuntoutukseen ja vanhemmuuden arviointiin. Näihin osa-alueisiin toivottiin kuitenkin lisää työvälineitä, erityisesti liittyen vanhempien kanssa työskentelyyn. (Helminen – Iso-Heiniemi 1999: 9.) Varsinainen roolikartta saatiin työstettyä vuonna 1998 Kaarinan ja Halikon lastenkotien kehittämispäivillä. Vanhemmuuden roolikartan ® viisi pääroolia ovat syntyneet Kaarinan ja Halikon lastenkotien työryhmän pohtimisen tuloksena. Työryhmä lähti kartoittamaan rooleja miettimällä mitä odotuksia yhteisö ja ihmiset asettavat vanhemmille. Tämän lisäksi pohdittiin lainsäädännön tuomia edellytyksiä liittyen vanhemmuuteen. Pääroolit ovat: elämän opettaja, ihmissuhdeosaaja, rajojen asettaja, rakkauden antaja ja huoltaja. (Helminen – Iso-Heiniemi 1999: 10–11.) Moni näistä rooleista liittyy esimerkiksi sosiaaliseen ja psykologiseen vanhemmuuteen. Sosiaalisessa vanhemmuudessa vanhempi osoittaa käytännön huolenpitoa lasta kohtaan. Hän huolehtii lapsen arjesta ja viettää aikaa lapsen kanssa. Psykologisessa vanhemmuudessa korostuu vanhemman ja lapsen välinen kiintymyssuhde, eli lapsi on kiintynyt vanhempaansa ja heitä yhdistää tunneside. (Rytkönen 2004: 8–9.) Huoltajan roolissa voidaan nähdä lainsäädännön puoli eli lapsella on oikeus huoltajaan. Lapselle pitää turvata hyvä hoito ja kasvatusta. Lapsella tulee myös olla turvallinen kasvuympäristö. Huollon

tehtävät kuuluvat lapsen huoltajalle. (Valtioneuvoston asetus lapsen huollosta ja tapamisoikeudesta 1983/361 § 1, 4).

Vanhemmuuden roolikartta ® pohjautuu Jacob Levy Morenon luomaan rooliteoriaan, jonka hän teki työnsä apuvälineeksi hahmottamaan ihmisten välisiä vuorovaikutussuhteita. Morenon kehittämän roolikartan avulla voidaan pohtia sisäisiä rooleja suhteessa eri ihmisiin. Myös ihmisen vanhemmuus voidaan nähdä kokonaisuutena, joka sisältää erilaisia rooleja. (Helminen–Iso-Heiniemi 1999: 12.) Morenon roolikartta muodostuu neljästä eri roolista: *psykosomaattiset roolit*, *sosiaaliset roolit*, *psykologiset roolit* ja *henkiset roolit*. Psykosomaattisiin rooleihin kuuluvat ihmisen ruumilliset toiminnot. Sosiaaliset roolit ilmenevät sosiaalisessa vuorovaikutuksessa tai tehtävissä, kuten äitiä tai isänä olemisessa. Psykologiset roolit tuovat persoonallisen lisän sosiaalsiin rooleihin. Henkiset roolit kehittyvät vasta aikuisen, jos silloinkaan. Tämä rooli ilmenee esimerkiksi epäitsekkyytinä ja ihminen asettaa muut jatkuvasti itsensä edelle esimerkiksi työssään. (Salo 2013) Morenon mukaan minuus rakentuu eri roolien pohjalta ja ilmenee ihmisen kehityksessä myöhemmin (Silvola — Merikivi 2015: 272). Morenon mukaan yksilön kehitys voidaan kuvata käyttäen apuna roolien kehittymistä. Eri roolitasot vaikuttavat toisiinsa, limittyvät ja muodostuvat toistensa päälle. (Silvola— Merikivi 2015: 272.)

Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä ja A-klinikkasäätiö kehittivät Vanhemmuuden roolikartasta ® verkkoversion vuonna 2008 osana A-klinikkasäätiön ”Lasinen lapsuus”-hanketta. Vanhempi voi käyttää verkkoversiota oman vanhemmuutensa arviointiin. Kartta kysyy vanhempien omia käsityksiä ja toimintatapoja ohjatusti liittyen roolikartan viiteen eri teemaan. (Preventiimi n.d.; A-klinikkasäätiö n.d.)

Seuraavaksi käyn läpi pääpiirteittäin kaikki roolikartan viisi pääroolia. Olen ottanut tähän työhön esille leikki-ian, kouluian, varhaisnuoruuden ja itsenäistymisen vaiheen. Olen jakanut roolit alaotsikoihin ja jokaisen pääroolin alle olen kertonut, että mitä vanhemmalta odotetaan näiden roolien osalta suhteessa lapsen ikään ja kehitysvaiheeseen. Roolikartan pääroolit sisältävät paljon samoja asioita liittyen vanhemmuuden tehtäviin, joita on esitelty aikaisemmin tässä työssä. Vanhemmuuden roolikarttaa ® voidaan pitää yhteensopivana suhteessa muihin vanhemmuuden määritelmiin yhdessä lainsäädännön kanssa. Esimerkiksi roolikartan huoltajan rooli on yhteensopiva Hyytisen (2007) määritelmän kanssa liittyen lapsen erilaisiin huollollisiin tarpeisiin. Hyytinen (2007) mainitsee vanhemmuuteen kuuluvan ruoasta ja hygieniasta huolehtiminen (Hyytinen 2007: 93). Vanhemmuuden roolikartassa ® huoltajan rooliin kuuluu myös lapsen ruokailuista huolehtiminen, sekä oikean vaatetuksen pukeminen (Rautiainen 2001: 30). Itäpuisto (2008)

kirjoittaa vanhemmuuteen kuuluvan rakkautta, hyväksyntää, luottamusta ja turvallisuutta (Itäpuisto 2008: 38–39). Vastaavasti Vanhemmuuden roolikartassa ® on erikseen rooli *rakkauden antaja*, johon kuuluvat muun muassa hyväksyjän, lohduttajan ja hellyyden antajan alaroolit (Helminen–Iso-Heiniemi 1999: 32).

2.2.1 Ihmissuhdeosaaja

Ihmissuhdetaitojen opettamisessa puhutaan kahdesta eri väylästä, jotka toimivat samaan aikaan. Vanhemmat näyttävät omalla toiminnallaan mallia siitä, miten eletään ja kohdataan vastoinkäymisiä. Toiseksi vanhemman tehtävä on antaa neuvoja, ohjeita ja tarvittaessa rajata. Se, että vanhemman puhe ja toiminta ovat linjassa keskenään on tärkeää. Jos toiminta ja puhe on ristiriidassa keskenään, ei lapsi hahmota miten hänen tulisi arvioida itseään. (Rautiainen 2001: 27.)

Leikki-ikäisen lapsen kohdalla ihmissuhdeosaajan rooli näyttäytyy enemmänkin aikuisen läsnäolona. Aikuinen voi omalla läsnäolollaan ja rauhallisuudellaan vaikuttaa lapsen tunnetilaan ja säädellä tämän tunteita. (Rautiainen 2001: 27.) Kouluiässä lapsi haluaa usein samoja asioita kuin kaverit ja usein kavereiden mielipiteistä tulee tärkeitä. Kouluiikäisen lapsen näkemyksiä tulisi kuunnella ja kunnioittaa, mutta vanhemman näkemys pitää myös tuoda esille. Kuuntelemalla ja olemalla läsnä vanhempi voi auttaa lasta muodostamaan oman näkemyksen asioista. (Ylitalo 2001: 37.)

Varhaisnuoruuden aikana vanhempien esimerkki on parhain opettamisen väline, kun nuorelle opetetaan ihmissuhdetaitoja. Vanhempi voi omalla toiminnallaan vaikuttaa nuoren käyttäytymiseen ja uskallukseen ottaa kontaktia ihmisiin, joita hän pitää etäisinä tai epämiellyttävinä. Jos aikuinen kohtaa muita ihmisiä kunnioittavasti, rohkeasti ja arvostaen, niin nuori voi ottaa tästä myös mallia. Vanhempi voi opettaa nuorelle myös sopimuksen tekoa erilaisissa tilanteissa. Kotitöistä, kotiintuloajoista ja muista arkisista asioista voidaan tehdä nuoren kanssa sopimuksia puolin ja toisin. Molempien osapuolien on pidettävä sopimuksesta kiinni ja nuoren kanssa pitää keskustella, jos hän rikkoo sopimusta. (Niemistö 2001: 48.)

Nuoren itsenäistymisvaiheessa vanhemman ihmissuhdeosaajan rooli toimii enemmänkin kuuntelijana ja keskustelijana. Aikuisen tulee antaa tilaa nuoren tunteiden ilmaisulle ja häntä tulee kuulla, vaikka kaikkea ei tarvitse hyväksyä. Nuori tarvitsee uusiin ihmissuhteisiin, opintojen valitsemiseen ja työelämän aloittamiseen vanhemmalta neuvoja ja

apua. Rohkaisu ja omien kokemusten jakaminen auttavat nuorta valinnoissaan ja kohottavat itsetuntoa. Tärkeää tässä elämänvaiheessa on välittäminen ja hyvä vuorovaikutus nuoren ja aikuisen välillä. (Tervamäki 2001: 56).

2.2.2 Rajojen asettaja

Rajojen asettaminen tulee ajankohtaiseksi lapsen ollessa leikki-ikäinen. Tässä vaiheessa lapsi alkaa liikkumaan enemmän, puhe ja mielikuvitus kehittyvät. Rajojen asettamisessa toistot ovat tärkeitä ja näin lapsi oppii lopulta mitä saa ja mitä ei saa tehdä. Rajoja asetettaessa vanhemman tulee kuitenkin olla johdonmukainen. Vanhempi ei voi antaa heti periksi, jos hän on ensin kieltänyt lapselta jotakin. Muuten lapsi hämmentyy eikä tiedä miten pitäisi reagoida. Rajojen asettamisen tarkoitus ei ole kiusata lasta vaan luoda turvallisuutta. Siksi perusteluina rajoittamiselle tuleekin olla lapsen suojeleminen vaaroilta ja pahoilta asioilta. (Rautiainen 2001: 25 – 26.)

Kouluiässä rajojen asettamista tulee perustella lapselle ja kertoa miksi toimitaan milläkin tavalla. Joissain tilanteissa lapsen kanssa voidaan tehdä yhteistyössä sopimuksia, mutta loppujen lopuksi päävastuu ja päätäntävalta on vanhemmalla (Ylitalo 2001: 37 – 38.) Varhaisessa nuoruusiässä lapsi alkaa irrottautumaan vanhemmistaan. Tämä saattaa joissain tilanteissa näkyä kapinointina, jolloin nuori saattaa lähteä kavereiden kanssa juomaan alkoholia yömyöhään tai häiriköidä. Näissä tilanteissa vanhemman tulee asettaa rajat ja pysyä niissä tiukasti, koska nämä rajat suojaavat nuoria. Vaikka usein vanhempi saa nuoren vihat päälleen näissä tilanteissa, niin vanhemman tulee olla johdonmukainen ja turvallinen aikuinen, jolle nuori saakin kapinoida. (Niemi 2001: 49.)

Nuoren itsenäistymisvaiheen alussa vanhempi toimii edelleen rajojen asettajana, mutta kahdelta perustalta. Hän suojaa nuorta huonoilta valinnoilta, sekä asettaa nuorelle vastuuta kotona, kuten kotiaskareiden tekoa. Vaikka nuori yrittäisikin jatkuvasti jättää sovitut asiat tekemättä, niin vanhemman ei pidä antaa periksi. (Tervamäki 2001: 53.)

2.2.3 Huoltaja

Leikki-ikäisen lapsen kohdalla huoltajan rooli näkyy hyvin konkreettisilla käytännön tehtävillä. Vanhempi opettaa lapselle, miten huolletaan itse itseään. Huoltaja huolehtii oikeiden ruokamäärien koosta ja säännöllisistä ruokailuajoista. Vanhempi huolehtii myös, että tiettyihin paikkoihin mennään oikein pukeutuneena. Näissä asioissa lapsen mielipidettä

ei kysyä, vaan päätävältä pysyy vanhemmalla, joka ajattelee lapsen parasta. Huoltajana vanhemman on hyvä myös opettaa lapselle tunteidensäätelyä ja kertoa lapselle, että tämä saa olla vihainen tai surullinen, jos asiat epäonnistuvat. Aikuisen ei myöskään tarvitse aina pystyä pitämään negatiivisia tunteitaan piilossa. Jos vanhempi suuttuu, niin hänen pitää kuitenkin pyytää lapselta anteeksi toimintaansa. Näin lapsi oppii, että kaikki suuttuvat joskus, mutta siitä selvitään. (Rautiainen 2001: 30.)

Kouluikäisen lapsen vanhemman tulee seurata miten koulu ja muu arki lapselta sujuu. Lapsi ei kouluiässä pysty kaikessa pärjäämään täysin itsenäisesti, vaan vanhemman tarvitsee välillä auttaa ja säädellä lapsen arkea. Harrastuksiin ja koulutöihin käytetty aika tulisi olla vanhemman tiedossa ja määriteltävissä. Vielä kouluiässäkin vanhemman tulee toimia virikkeiden säätelijänä ja arvioida lapsen psyykkistä ja fyysistä jaksamista, koska lapsi ei välttämättä itse osaa arvioida omaa jaksamistaan. (Ylitalo 2001: 37.)

Varhaisnuoruudessa nuori pyrkii irrottautumaan vanhemmistaan sosiaalisella tavalla, eli kaverit ja harrastukset tulevat tärkeämmiksi. Tästä huolimatta nuori kuitenkin kaipaa vanhemmalta huoltajan roolia, eli hän edelleen toivoo esimerkiksi aikuisen tekevän hänelle ruokaa tai vievän häntä harrastuksiin. Vanhemman on hyvä olla tässä vaiheessa läsnä, mutta ei liikaa. Vaikka nuoren meneminen huolestuttaa, niin nuori voi tuntea vanhemman liiallisen huolenpidon ahdistavana. Tällöin nuori voi haluta vielä kauemmaksi aikuisesta. Huoltajana vanhemman tulee kuitenkin tarkkailla ja seurata nuoren kasvua. Jos nuori tarvitsee apua kriiseissään, niin vanhemman on oltava apuna ja hänen on tarvittaessa haettava nuorelle ammattiapua, mikäli kriisi pääsee menemään pahaksi. (Niemistö 2001: 45 – 46.)

Vaikka itsenäistyvää nuori pystyykin huolehtimaan hyvin itsestään liittyen koulunkäyntiin ja harrastuksissa pärjäämiseen, niin hän tarvitsee silti vanhemman, joka toimii huoltajana. Nuori tarvitsee vanhempia, jotka ovat kotona hänen siellä ollessaan. Vanhempien tehtävä on edelleen huolehtia nuoren riittävästä ravinnosta ja vaatetuksesta, sekä opintojen rahoittamisesta. Huoltajan tehtävänä on myös toimia rakkauden antajana ja osoittaa nuorelle, ettei hän ole yksin, vaikka pärjääkin monessa asiassa itsenäisesti. (Tervämäki 2001: 54.)

2.2.4 Rakkauden antaja

Rakkaus tarkoittaa toisen ihmisen puolella olemista ja sitä, että ihminen pystyy omistautumaan toiselle ihmiselle ja tämän kokemille tunteille. Rakastaessaan ihminen pystyy

myös jakamaan nämä tunteet toisen kanssa. Kun vanhempi rakastaa lastaan ja myös osoittaa tämän rakkauden, oppii lapsi näkemään toiset ihmiset arvokkaana. Rakastetuksi tulemisen kokemus auttaa lasta myös kehittämään itselleen hyvän itsetunnon. (Rautiainen 2001: 28.) Leikki-iässä lapselle tulee tarve olla hyvä omassa tekemisessään ja tällöin vanhemman kannustaminen ja tukeminen on tärkeää. Jos lapsi saa aikuiselta kannustusta, ihailua ja kiinnostusta, kehittyy hänelle hyvä itsetunto. Päinvastainen tulos syntyy, kun lapsi joutuu kokemaan häpeän tunnetta. Jos vanhempi ei reagoi tai katsoo paheksuen, haluaa lapsi pois tilanteesta ja voi muuttua poissaolevaksi. (Rautiainen 2001: 29.)

Kouluiässä lapsen tarpeet rakkauden saamisen suhteen ovat samat kuin leikki-iässäkin: hyväksyntä, lohdutus, hellyys ja ymmärrys. Usein kouluikäisen lapsen kohdalla nämä asiat voivat unohtua vanhemmalta. Lapsen ollessa koulussa hän on oppimassa uusia asioita, kaverit ovat enemmän mukana arjessa ja vanhempiin otetaan hieman etäisyyttä. Vanhemmat saattavat ajatella, että lapsi pärjää enemmän omillaan, eikä tarvitse näitä edellä mainittuja rakkauden ilmaisemisen muotoja. (Ylitalo 2001: 36.)

Varhaisnuoruudessa lapsi ei enää yleensä halua vanhemmalta fyysistä läheisyyttä, jolloin myös aikuisen tulisi kunnioittaa nuoren toiveita ja pitää fyysistä etäisyyttä. Tässä ikävaiheessa henkisen rakkauden antaminen on oleellista. Keskustelu ja kuunteleminen ovat avainasemassa tässä kehitysvaiheessa. Nuori tarvitsee rakkautta myös silloin, jos hän on tehnyt typerä asioita, kuten varastanut. Vanhemman tulisi antaa rakkautta osoittamalla itsensä luotettavaksi aikuiseksi, jolle nuori voi uskoutua. Vanhemman ei kuitenkaan pidä hyväksyä nuoren väärä tekoja ja nämä asiat pitää keskustella nuoren kanssa vakavasti. Nuori saa kuitenkin hyvän kokemuksen, jos hän voi luottaa hänelle lähimpiin ihmisiin. (Niemistö 2001: 46.) Itsenäistynyt nuori tarvitsee myös rakkautta vanhemmaltaan. Nuori on alkanut mahdollisesti päässyt itse kokeilemaan mitä on antaa rakkautta toiselle ihmiselle. Kuitenkin ihmissuhteissa voi tapahtua välirikkoja, jolloin nuori kaipaa hyväksyntää luotettavalta vanhemmaltaan. Vanhemman tulisi antaa nuorelle myös positiivista palautetta nuoren tehdessä jotain hyvää. Myös itsenäistynyt nuori kaipaa huomiota ja tarvitsee hyväksyntää. (Tervämäki 2001: 54 – 56.)

2.2.5 Elämän opettaja

Elämän opettajan rooliin kuuluvat muun muassa seuraavat asiat: arkielämän taidot, oikean ja väärän opettaminen, mallin antaminen, arvojen selittäminen, tapojen opettaminen ja sosiaalisten taitojen opettaminen (Helminen – Iso-Heiniemi 1999: 26 – 27). Leikki-

ikäisen lapsen kohdalla elämän opettajan rooli on hyvin samanlainen kuin ihmissuhdeosaajan rooli. Vanhempi voi opettaa lapselle edellä mainittuja asioita pääosin näyttämällä itse mallia ja luomalla lapselle turvallisuutta omalla käytöksellään ja rutiineilla. (Rautiainen 2001: 27.) Kouluikään saavuttaessa kasvatuksen avuksi tulee koulu, missä myös opetetaan arvoja, erilaisia taitoja ja sosiaalisia suhteita yritetään pitää yllä ja opettaa. Vanhemman tehtävä on edelleen opettaa edellä mainittuja asioita, mutta on tärkeää tehdä yhteistyötä koulun kanssa, ettei tule ristiriitoja tai eroavaisuuksia lapselle opetettavista asioista. (Ylitalo 2001: 35 – 36.)

Varhaisnuoruuden aikana lapsi saavuttaa murrosiän ja seksuaalisuus tulee ajankohitaiseksi. Nuori kokee sekä fyysisiä että henkisiä muutoksia, jotka saattavat olla hyvinkin hämmentäviä. Vanhemman tehtävänä on puhua näistä asioista ja selittää nuorelle häntä askarruttavat asiat. Tärkeintä on kuitenkin muistaa hienovaraisuus, koska nuorelle tämän kyseisen elämän osa-alueet voivat usein tuntua todella kiusallisilta. (Niemistö 2001: 46 – 47.) Itsenäistyvän nuoren kohdalla vanhemman tehtävänä on suojella nuorta erilaisilta valinnoilta, jotka saattavat rajoittaa tulevaisuudessa nuoren pääsemistä työelämään tai opiskelemaan. Tällainen rajoittava tekijä voi olla esimerkiksi rikostuomio. On kuitenkin tärkeää, ettei nuorta aja pois liian jyrkillä kannanotoilla. Nuorelle on hyvä tehdä selväksi, että mitä mieltä vanhempi on nuoren valinnoista, mutta nuoren pitää kuitenkin tietää, että hänestä välitetään ja hänet hyväksytään. (Tervamäki 2001: 55 – 56.)

3 Huumeiden käyttö ja päihdeperhe

Seuraavaksi kerron huumeriippuvuudesta yleisesti ja sen jälkeen huumeriippuvuudesta, sekä päihdeperheistä Suomessa. Sen jälkeen kerron päihdeperheen erilaisista muodoista, eli käsittelen perheenjäsenen päihteidenkäyttöä lapsen ja puolison/ kumppanin näkökulmasta niin, että keskiössä on vanhemmuus.

3.1 Huumeriippuvuus ja huumeiden käyttö Suomessa

Huumeriippuvuus aiheutuu aineista, jotka vaikuttavat ihmisen hermostoon ja psyykeeseen. Eri huumeilla on erilaisia vaikutuksia ja niiden riippuvuusominaisuudet vaihtelevat. Esimerkiksi kannabis ei aiheuta riippuvuutta yhtä voimakkaasti kuten taas amfetamiini, kokaiini ja heroïini. (Holopainen 2005.) Ihmisen voidaan sanoa olevan riippuvainen, kun hänellä on pakonomainen tarve saada ainetta jatkuvasti tai tietyin väliajoin, eikä hän pysty hallitsemaan suhdettaan riippuvuutta aiheuttavaan aineeseen (Havio – Inkinen – Partanen 2013: 42). Huumeiden käytön yleistyttyä päihteiden käyttöön on tullut mukaan

alkoholin ja erilaisten lääkkeiden sekakäyttö, sekä erilaiset muut psykoaktiiviset aineet. Päihteiden sekakäyttö tarkoittaa kahden tai useamman eri päihteen käyttöä samanaikaisesti. Tarkoituksena on saada mahdollisimman voimakas päihtymystila tai sen pitkitäminen. Myös vieroitusoireiden lievittäminen, toimintakyvyn parantaminen tai jonkin sairauden aiheuttaman kivun helpottaminen voivat toimia syinä sekakäytölle. Sekakäytössä ihminen ei siis välttämättä ole yksinään riippuvainen vain alkoholista tai huumeista, vaan esimerkiksi erilaisista unilääkkeistä ja niiden käytöstä yhdessä alkoholin kanssa. Jos sekakäyttö pääsee etenemään pitkälle ja muuttumaan riippuvuudeksi, voi ihmisen sosiaalinen elämä hankaloitua ja hänelle voi tulla myös terveydellisiä haittoja. Syrjäytyminen ja erilaiset mielenterveysongelmat ovat tyypillisiä haittoja. Sekakäytön tapaista huumeongelmaa pidetään kaikkein vaikeimpana huumeongelman muotona. (Holopainen – Karjalainen 2015.)

Suomessa huumeiden käyttö muuttui 1990-luvulla ja esimerkiksi kannabiksen käyttö kaksinkertaistui. Rikollisuus ja erilaiset sairauden kasvoivat huumeaineiden käytön lisääntymisen vuoksi. 2000-luvulla näytti siltä, että huumeiden käyttö olisi lähtenyt laskuun, mutta viime vuosina huumeaineiden käyttö on lähtenyt jälleen nousuun ja etenkin kannabiksen käyttö on lisääntynyt. Viimeisimmän, vuonna 2010 suomalaisille tehdyn väestökyselyn mukaan 17 prosenttia vastaajista kertoivat kokeilleensa jotakin huumeainetta ainakin kerran elämässään. Tutkimuksessa havaittiin myös, että humalahakuinen juominen oli yleisempää ihmisten keskuudessa, jotka käyttävät kannabista tai muita huumeaineita, kuin sellaisten ihmisten keskuudessa, jotka eivät olleet käyttäneet huumeita. Huumeiden ja alkoholin kytkeytyminen toisiinsa on siis nykyään yleisempää, kuin pelkkä alkoholin tai huumeiden käyttö sellaisenaan. (Varjonen 2015: 29–32.)

3.2 Päihdeperhe

Perhe, jossa toinen vanhemmista tai molemmat vanhemmat, ja joskus myös lapset käyttävät päihteitä niin, että se on haitallista käyttäjälle itselleen tai perheen jäsenille, kutsutaan päihdeperheeksi (Holmberg 2003: 10–11). Päihteiden käyttö ei vaikuta vain itse käyttäjän elämään, vaan myös perhe ja muut läheiset kärsivät (Seppä – Aalto – Alho – Kiiänmaa 2012: 145). Haitat ovat subjektiivisia tai perhekohtaisia, mutta yleisesti päihdeperheen riippuvuus koetaan ongelmaksi ja perheenjäsenten fyysinen ja psyykinen terveys usein kärsii. Lisäksi voi ilmetä sosiaalisten suhteiden häviämistä, taloudellisia vaikeuksia ja usein huumeiden kanssa elävien kohdalla tämä johtaa rikollisuuteen. (Holmberg 2003: 10–11.) Päihdeperheessä päihteidenkäyttäjä hallitsee yleensä koko muuta perhettä. Käyttäjä vetää muun perheen mukaan erilaisiin vaikeisiin tilanteisiin.

Käytännön asiat voivat olla vaikeita hoitaa ja suunnitella, mikä puolestaan vaikuttaa perheen sisäiseen vuorovaikutukseen. (Pennanen 2007: 5.) Joissakin päihdeperheissä arkielämän ongelmista ja haasteista selviydytään jotenkin, koska perheessä voi ilmetä raittiita jaksoja ja jotkut käyttäjät pystyvät käymään töissä ja pitämään kodin ylläpidon ulkoisesti hyvän näköisenä. Valitettavasti kuitenkin moni lapsi joutuu elämään päihderiippuvaisessa kodissa ja elämästä puuttuu johdonmukaisuus ja pysyvyys, mikä lisää turvattomuuden tunnetta. (Holmberg 2003: 11–12.) Kun esimerkiksi huumeidenkäyttö tulee osaksi perhe-elämää, joutuu perhe yleensä kriisiin. Asiat palautuvat vain harvoin ennalleen ja huumeongelman hyväksyminen ja tilanteeseen sopeutuminen vievät aikaa. (Kun lapsi käyttää huumeita – Opas vanhemmille ja läheisille n.d).

3.2.1 Vanhempi käyttää päihteitä

Päihteidenkäytön seuraukset lapselle ovat hyvin erilaisia ja ne riippuvat paljon lapsen iästä, vanhemman päihteiden käytön vaiheesta, vaikeusasteesta ja ilmenemismuodosta. Lapsen kehitys on vaarassa sitä enemmän mitä vakavampaa hänen hoidon laiminlyönti on. Itse päihteiden käyttö ei välttämättä vaikuta lapseen suoraan, mutta se miten vanhemman käytös ja toimintakyky häiriintyvät ja heikentyvät, vaikuttavat lapsen hyvinvointiin. Päihteiden käyttö siis vaikuttaa vanhemman kykyyn toimia vanhempana. (Haavio–Inkinen–Partanen 2013: 159–160.) Jos vanhempi käyttää huumeita, niin vanhemman käytös voi olla lapselle hämmentävämpää, kuin humalassa olevan aikuisen käytös. Huumeista ei välttämättä ole lapsella tarpeeksi tietoa, koska niitä ei käytetä julkisesti, kuten alkoholia. Lapsi ei välttämättä ymmärrä mistä vanhemman omituinen käytös johtuu. Lapsi saattaa alkaa selittämään vanhemman käytöstä flunssalla, huonosti nukutulla yöllä tai muuten huonolla päivällä. Jos vanhemman huumeiden vaikutuksen alainen käytös jatkuu kuitenkin toistuvasti, alkaa lasta usein ahdistaa ja turvattomuuden, sekä pelon tunne lisääntyy. (Holmberg 2003: 14.) Jos perheessä on kaksi vanhempaa, jotka käyttävät päihteitä, kärsii lapsi vielä enemmän (Holmberg 2003: 24). Lapsen psyykkinen kehitys muodostuu vanhemman kanssa olevan vuorovaikutuksen kautta. Jo varhaislapsuuden aikaiset kokemukset vaikuttavat lapsen kehitykseen ja mikäli vanhemman päihteiden käyttö vaarantaa lapsen kanssa käytävää vuorovaikutusta, voi lapsen psyykkinen kehitys vaarantua. (Haavio–Inkinen–Partanen 2013: 160.) Huumeet heikentävät vanhemman toimintakykyä. Hyytinen (2007) määrittelee ”huumeisen vanhemmuuden” tarkoittavan ”psyykkisiä ja fyysisiä vaikutuksia vanhemmassa, tämän persoonassaan ja toiminnassaan”. (Hyytinen 2007: 89.) Huumeiperheen lapset kokevat sekä psyykkisiä että

fyysisiä vaikutuksia vanhempien huumeiden käytön vuoksi. Vanhemmalla voi olla mielilavaihteluita ja masennusta. Hänen fyysinen toimintakykynsä heikkeneminen voi johtaa lasten hoidon laiminlyöntiin. (Hyytinen 2007: 89–91.)

Lapsi kokee vanhemman päihteiden käytön eri tavalla riippuen lapsen iästä ja kehitystasesta. Leikki-ikässä lapsi ei todennäköisesti ymmärrä mistä vanhemman omituinen käytös johtuu, jos tämä on päihtynyt. Lapsi voi luulla tätä käytöstä leikiksi ja saattaa pyytää vanhempaa lopettamaan. Lapsi saattaa myös pitää itseään syyllisenä, jos vanhempi on päihtymyksen vuoksi vihainen. Tällöin lapsi voi ajatella, että hänen täytyy olla kiltimpi ja käyttäytyä paremmin. Lapsi saattaa tuoda pahaa oloaan ilmi erilaisten kuvallisten piirrosten kautta, hänellä voi olla fyysisesti huono-olo tai hän saattaa nähdä öisin painajaisia. (Holmberg 2003: 28.) Kouluikäinen päihdeperheen lapsi usein häpeää perheen tilannetta ja pyrkii peittelemään kotona tapahtuvia asioita. Lapsi saattaa joutua myös huolehtimaan vanhemman velvollisuuksista, jos tämä ei siihen kykene. Myös eräänlaisena tukihenkilönä toimiminen vanhemmalle voi olla tuttua monelle kouluikäiselle lapselle. Päihdeperheen lapselle ei välttämättä ole kotona rajoja, joten hänen voi olla vaikeaa vastaanottaa niitä muualla, joten erilaisia ristiriitoja voi syntyä kodin ulkopuolella. Sama koskee erilaisia tunteita, jotka saattavat olla päihdeperheen lapsella vääristyneitä. (Holmberg 2003: 28–29.) Murrosikässä lapsen oma identiteetti alkaa muotoutua. Kuitenkin nuori tarvitsee tukea ja läsnäoloa vanhemmiltaan. Jos nuori ei kuitenkaan ole saanut mahdollisuutta ja apua kasvaa henkisesti itsenäisemmäksi, voi nuori jäädä pienemmän lapsen tasolle tunne-elämässään. Jos nuorelle ei ole opetettu oikean ja väärän eroa, saattaa tämä joutua rikollisuuden pariin. Myös huono itsetunto kuuluu päihdeperheen nuoren elämään ja erilaiset mielenterveysongelmat voivat kasvaa. (Holmberg 2003: 29–30.) Päihdeperheiden lapsilla on todettu muita enemmän masennusta. Muita psyykkisiä oireita voivat olla levottomuus, pelkotilat, ahdistuneisuus, ylivilkkaus ja itkuisuus. (Haavio–Inkinen–Partanen 2013: 160.) Päihdeperheen nuori voi myös itse alkaa käyttää päihteitä väärin, kuten huumeita. Pelkoa kiinnijäämisestä vanhemmille ei edes välttämättä ole, koska vanhemmat eivät edes huomaa tai näe rajaamista tarpeelliseksi. Jotkut vanhemmat saattavat käyttää nuoren kanssa yhdessä huumeita. (Holmberg 2003: 30.)

Kun lapsen kokemuksia huumeperheessä lähdetään purkamaan, voi vanhemmalle tulla syyllisyyden tunne. Tätä tunnetta voidaan kuitenkin käyttää voimavarana, koska jos syyllisyyden tunnetta ei synny, voi vanhemmalta jäädä lapsen näkökulma ymmärtämättä. Syyllisyyden tunne voi antaa vanhemmalle empatiakykyä ja motivaatiota muuttaa tilannetta. Näin vanhempi voi myös ottaa vastuuta omista teoistaan ja tunnistaa erilaisia asioita omassa toiminnassaan. Nämä ovat edellytyksiä hyvälle vanhemmuudelle. (Hyytinen

2007: 140–141.) Vanhemmuus liittyy vahvasti minäkuvaan ja vanhemmuus voikin toimia apuna uuden minäkuvan rakentamisessa. Usein päihderiippuvaisen vanhemman täytyy todistaa kyvykkyytensä vanhemmuuteen, jos lapsi otetaan esimerkiksi huostaan. Toipumisprosessissa vanhempi voi siis rakentaa omaa persoonallista ja sosiaalista minäkuvansa. Persoonallisen minäkuvan rakentamisessa näkyy vanhemman kyky tehdä omia päätöksiä lapseen liittyen ja kykyä toimia vanhempana omana itsenään ja omia kykyjään käyttäen. Sosiaalisen minäkuvan rakentamiseen liittyy yhteiskunnan hyväksyminen, esimerkiksi huostaanottojen purkaminen. Tällöin yhteiskunta katsoo vanhemman olevan kykenevä huolehtimaan lapsesta. Päihderiippuvuudesta toipumisessa vanhemmuus voidaan siis nähdä tärkeänä voimavarana. Lasten oleminen läsnä kuntoutuksessa on vanhemmalle tärkeää ja motivoivaa. (Ruisniemi 2006: 184–187.)

3.2.2 Vanhemmuus, kun kumppani käyttää päihteitä

Jos joku perheenjäsen käyttää esimerkiksi huumeita, niin myös muut perheenjäsenet joutuvat mukautumaan itse käyttäjän elämäntilanteeseen (Kun lapsi käyttää huumeita – Opas vanhemmille ja läheisille n.d). Epätietoisuus käyttäjän olinpaikasta voi aiheuttaa huolta ja ahdistusta. Näin itsestä huolehtiminen voi jäädä taka-alalle ja oma jaksaminen ei välttämättä kiinnosta, jos kaikki energia kuluu kumppanista huolehtimiseen. Myös erilaisten käytännön asioiden, kuten perheen talouden tai lomien suunnitteleminen voi olla mahdotonta, koska kaikessa tulee ottaa huomioon perheen käyttäjän tilanne. Jos käyttäjän päihdeongelma on vakava, niin hän ei välttämättä kykene käymään töissä ainakaan säännöllisesti. Näin perheen elatusvastuu jää raittiille aikuiselle. Päihteiden ja huumeiden käytöstä kertyy kuitenkin erilaisia kuluja ja velkoja, jotka pitäisi pystyä maksamaan. (Pennanen 2007: 5.)

Jos toinen vanhemmista käyttää päihteitä, niin myös toisen vanhemman käyttäytyminen muuttuu. Raittiin vanhemman huomio voi olla jatkuvasti suunnattuna päihteitä käyttävään vanhempaan ja tämän ongelmiin. Hän saattaa peitellä puolison tai kumppanin käyttäytymistä ja kaikki käytännön asiat voivat jäädä raittiin vanhemman yksin hoidettavaksi. (Havio–Inkinen–Partanen 2013: 178.) Päihdeperheen toinen vanhempi voi myös kokea häpeää. Hän voi olla yhtä aikaa erilaisen väkivallan, laiminlyönnin ja hyväksikäytön kohteena. Samaan aikaan hän voi kuitenkin olla päihteen käyttäjän tukihenkilö, johon turvautua. (Seppä ym. 2012: 147.) Hän voi kieltää ongelman ja pyrkiä pitämään asiat kontrollissa. Erilaiset selviytymiskeinot voivat myöhemmin muuttua automaattisiksi, jolloin ne vahingoittavat kyseistä henkilöä enemmän kuin suojelevat. Päihdeongelmaisen kanssa eläneiden ihmisten on todettu myös sairastuvan helposti masennukseen. (Kelly 2015:

76–78.) Vaikka raittiina oleva vanhempi haluaisi muutoksia tapahtuvan, niin tämä toive ei välttämättä toteudu vaikka sen ottaisi päihderiippuvaisen vanhemman kanssa puheeksi. Päihderiippuvainen vanhempi ei todennäköisesti halua muuttaa toimintaansa, vaan on tyytyväinen elämäntilanteeseen. Muut perheenjäsenet tai raittiina oleva vanhempi saattaa myös lopulta tyytyä sen hetkiseen elämäntilanteeseen ja olla yrittämättä saada muutosta aikaan. Hän saattaa perustella valintaansa sillä, että on turvallisempaa ja helpompaa unohtaa muutos ja ylläpitää tasapainoa perheessä (Kelly 2015: 30.)

4 Vertaistuki ja voimaantuminen

4.1 Vertaistuki

Vertaistukea voidaan määritellä monella eri tavalla (Huuskonen 2015). Vertaistuellla tarkoitetaan samanlaisten asioiden kanssa tekemisissä olleiden ihmisten keskinäistä tukemista ja auttamista, eli kokemustiedon jakamista (Sosped säätiö n.d). Kokemustiedolla tarkoitetaan sitä, että henkilölle on syntynyt omakohtaisen elämän myötä kokemus jostakin asiasta, kuten sairaudesta. Henkilö on voinut itse sairastua tai läheinen on voinut sairastua ja näin on syntynyt omakohtainen kokemus kyseisestä sairaudesta. (Mielenterveystalo n.d.)

Jonkun ihmisen kokemustieto voi auttaa samassa tilanteessa elävän ahdistusta ja mahdollista kuntoutumista (Mielenterveyden keskusliitto n.d). Yhteisten kokemusten jakaminen lisää ymmärrystä jakajien välille. Vertaistuki toimii myös apuna menneisyyden ymmärtämisessä ja antaa myös toivoa tulevaisuuteen. (Mielenterveystalo n.d.) Vertaisryhmän tavoitteena on selkeä asenteenmuutos johonkin tiettyyn asiaan. Asenteenmuutoksella pyritään saavuttamaan parempi elämänhallinta. Tämän vuoksi on tärkeää, että ryhmässä keskustellaan asioista, jotka vastaavat kohderyhmän tarpeita. (Saviranta – Åhlberg 2010: 8–9.)

Vertaistuellla on erilaisia muotoja, joita ovat esimerkiksi kahdenkeskinen tuki, vertaistukiryhmä ja internet. Kahdenkeskisessä tuessa toinen osapuoli on tukihenkilö, joka voi toimia apuna erilaisissa arkisissakin asioissa. Yleensä tukihenkilön kanssa kuitenkin keskustellaan tukea vaativaan asiaan liittyen ja myös muistakin asioista. (Mielenterveystalo n.d.) Vertaistukiryhmässä voi keskustella monen muun ihmisen kanssa, jotka elävät samanlaisessa elämäntilanteessa tai heillä on samanlaisia kokemuksia. Ryhmät koontuvat usein säännöllisesti ja ne voivat olla avoimia tai suljettuja. Ryhmä voi koostua

pelkästä keskustelusta, mutta on myös toiminnallisia ryhmiä, joissa voi esimerkiksi as-
karrella tai tehdä käsitöitä. (Mielenterveyden keskusliitto n.d.) Kunnioittavassa ilmapii-
rissä jakaminen vähentää ahdistusta ja pelkoa, joita tukea tarvitseva henkilö saattaa ko-
kea (Mielenterveystalo n.d). Internetistä löytyy paljon erilaisia keskustelupalstoja, jotka
on tarkoitettu vertaistukea varten. Keskustelupalstoilla voi usein keskustella kahdenkes-
kisesti tai ryhmässä. (Mielenterveystalo n.d.)

Vertaistuki ja ammattiapu ovat kaksi eri asiaa, mutta ne voivat toimia rinnakkain. Koke-
musasiantuntijuus on kuitenkin jäänyt usein käyttämättä, vaikka asiakkaat kokevat
omiin asioihinsa vaikuttamisen yksin vaikeana. Kokemusasiantuntijuuden lisäämisellä
julkisiin palveluihin voisi vahvistaa asiakkaiden osallisuutta. Ammatilainen voi puoles-
taan pitää yhteyttä vertaistukea tarjoaviin tahoihin ja tiedottaa niistä asiakkaille. Amat-
tilainen voi olla myös vertaistukitoiminnan käynnistäjä tai ohjaaja. (Huuskonen 2015.)

4.2 Voimaantuminen

Voimaantumisen tarkoitetaan sitä, että ihminen käy läpi sisäisen prosessin, jossa hä-
nellä on mahdollisuus löytää omia voimavaroja ja vahvuuksia omasta itsestään. Samalla
hän voi myös oppi itsestään uusia asioita. Sisäinen voimantunne, myönteisyys ja arvos-
tuksen kokemus ovat merkkejä henkilön voimaantumisesta. (Voimaantuminen 2017.) Ih-
minen löytää siis itsestään positiivisia ominaisuuksia (Hiltunen 2015: 40). Ihminen oppii
kontrolloimaan itseään paremmin ja omaa toimintaansa. Lisäksi hän saa enemmän roh-
keutta ja taitoja vaikuttaa asioihin. Voimaantuminen kytkeytyy myös ihmisen tunteisiin ja
voimaantuessaan ihminen löytää sisäisen subjektinsa luomalla yhteyden omiin tuntei-
siin. (Hiltunen 2015: 39.) Prosessin aikana ihminen löytää itselleen haastavia asioita.
Prosessin aikana yksilö tuo itsensä ja omat kokemuksensa näkyville sekä itselleen että
muille. (Hiltunen 2015: 40.) Voimaantuminen on omien vahvuuksien tunnistamista ja nä-
kyväksi tekemistä. Ajatuksia voidaan suunnata positiivisuuteen ja aiempia myönteisiä
kokemuksia voidaan käyttää apuna. (Heimonen — Juote — Räsänen — Björkqvist 2017:
7.)

Voimaantumista voidaan tarkastella yksilöllisellä ja yhteisöllisenä prosessina. Yksilöllis-
essä prosessissa voimaantuminen on yksilöstä itsestään lähtevä prosessi, jota määrit-
televät henkilön omat tavoitteet ja uskomukset. Yhteisö voidaan puolestaan nähdä mah-
dollistavana tekijänä voimaantumisen, jolloin yksilölle voidaan antaa mahdollisuus ja
tilaa käyttää omia voimavarojaan. (Lassander – Solin – Tamminen – Stengård 2013.)

Myös annettu ympäristö ja siinä sijaitsevat elementit vaikuttavat yksilön kykyyn voimaantua. Esimerkiksi luottamuksellisuus, tasa-arvo, vapaus ja turvallisuuden tunne ovat keskeisiä tekijöitä, jotka vaikuttavat voimaantumisen kokemukseen. (Mäkinen 2008: 11.) Vaikka voimaantuminen tapahtuukin ihmisestä itsestään, niin kannustava palaute ja ympäristö vaikuttavat voimaantumisen syntyyn (Mäkinen 2008: 9). Voimaantuessaan ihminen kykenee näkemään ja tunnistamaan omia ja muiden ihmisten tunteita. Lisäksi hän haluaa yrittää ottaa vastuuta muiden ihmisten hyvinvoinnista, jotka elävät samassa yhteisössä. (Horuz — Lauriala 2013: 9.)

Voimaantuminen voidaan nähdä myös laajemmin kytkeytyneen yhteisöön, jolloin mukana on sosiaalinen ja poliittinen ulottuvuus. Voimaantuminen voidaan jakaa psyykkiseen ja yhteisölliseen voimaantumiseen. Psykkisessä voimaantumisen yksilö kokee olevansa oman elämänsä hallitsija. Tämä voidaan saavuttaa myös niin, että ihminen on mukana jossain ryhmässä, mutta tässä ei vaadita vielä poliittista toimintaa. Yhteisöllinen voimaantuminen taas puolestaan sisältää sen jäsenten psyykkisen voimaantumisen, jolloin he voivat osallistua poliittiseen toimintaan. Näin yhteisön tilanne paranee. (Mäkinen 2008: 10.)

5 Opinnäytetyön toteutus

Opinnäytetyöni on monimuotoinen opinnäytetyö. Monimuotoisen tai toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on tavoitella käytännön toiminnan kehittämistä työelämässä. Toteutus voi olla esimerkiksi jokin tuote, projekti, opas tai jonkin tilaisuuden suunnittelu ja järjestäminen. Monimuotoinen opinnäytetyö koostuu kahdesta osiosta: teoreettinen viitekehys, johon toiminnallinen osuus pohjautuu ja raporttiosuus arviointi- ja pohdintaosuusineen. Oleellista on myös kriittinen suhtautuminen omaan tekemiseen ja kirjoittamiseen. (Lumme ym. 2006.)

Toteutin ohjatun tuokion Irti Huumeista ry:n Oikeus turvallisempaan arkeen- hankkeen leirillä Helsingin Sipoossa. Hanke on kolmivuotinen ja se toteutetaan vuosina 2017—2020. Oikeus turvallisempaan arkeen- hankkeen tavoitteena on tukea kahdeksaa perhettä, joissa ainakin toinen vanhemmista on käyttänyt huumeita aiemmin. Kohderyhmän perheissä on vähintään yksi lapsi iältään 2–15- vuotias. Perheitä tuetaan ammattilaisten ohjauksella, lapsille tarkoitettulla vapaaehtoistyöllä ja vanhemmille annettavalla vertais- tuella. Hankkeen tarkoituksena on parantaa perheiden hyvinvointia ja arjen rutiinien hallitsemista. Tavoitteena on myös vahvistaa perheen sosiaalista verkostoa ja lisätä perheen välistä luottamusta.

5.1 Irti Huumeista ry

Irti Huumeista ry on perustettu vuonna 1984 ja se on sekä poliittisesti, että uskonnollisesti sitoutumaton järjestö. Irti Huumeista ry:n tarkoituksena on tarjota huumeista toipuville käyttäjille, sekä huumeita käyttävien läheisille vertaistukea ja ammattiapua. Järjestön tavoitteena on huumeista aiheutuvien haittojen vähentäminen ja ehkäiseminen. Matalankynnyksen periaate kuuluu järjestön työnkuvaan, sekä ihmisoikeuksien edesauttaminen. Huumeiden käyttäjät ja heidän läheisensä kokevat syrjintää ja eriarvoisuutta, mihin Irti Huumeista ry haluaa puuttua osallistumalla yhteiskunnalliseen keskusteluun ja vaikuttamalla edunvalvontaan. (Irti Huumeista ry n.d.)

Irti Huumeista ry tarjoaa erilaisia neuvontapalveluita ja he toteuttavat myös erilaisia hankkeita. Nettisivuilla on tietopaketteja liittyen huumeiden käytön lopettamiseen ja huumeiden käyttäjän läheisenä olemiseen. Järjestöllä on käytössään myös auttava puhelinpalvelu. (Irti Huumeista ry n.d.)

5.2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

Tavoitteenani on pitää leirille osallistuneille vanhemmille ohjattu tuokio liittyen hyvään ja riittävään vanhemmuuteen. Tavoitteena on saada vanhemmat tarkastelemaan omaa vanhemmuuttaan ja pohtimaan mitä hyvää ja mitä kehitettävää heidän omassa vanhemmuudessaan olisi. Lisäksi tavoitteena on voimaantumisen ja vertaistuen antamisen ja saamisen mahdollistaminen.

Työvälineenä käytän Vanhemmuuden roolikarttaa ®. Sen käytölle on annettu yleinen käyttöohje: vanhempi piirtää jokaisesta viidestä osa-alueesta oman ympyränsä. Ympyrän koko määrittää kuinka kehittynyt vanhempi on kyseessä olevassa osa-alueessa. Mitä isompi ympyrä sitä kehittyneempi vanhempi on tässä osiossa. Kaikilla viidellä roolilla tai osa-alueella on alarooleja (Liite 1). Alarooleihin vanhempi merkitsee plus- tai miinus merkkejä sen mukaan, kuinka kehittynyt hän on kyseessä olevassa alaroolissa. Työntekijän tehtävänä on toimia peilauspintana ja palautteen antajana. (Helminen–Iso-Heiniemi 1999: 16–18.) Tämä tapa perustuu Jacob Morenon rooliteoriaan, jossa hänen kehittämät roolit voivat olla syntymättömiä, alikehittyneitä, toimivia, ylikehittyneitä tai vääristyneitä (Salo 2013).

Valitsin Vanhemmuuden roolikartan ® työvälineeksi, koska se käsittelee arkisia asioita liittyen vanhemmuuden haasteisiin ja sisältöihin (Rousu–Helminen 2002: 3–4). Vaikka

roolikartta ei varsinaisesti anna vastauksia vanhemmuuden haasteisiin, niin sen avulla voidaan kuitenkin pohtia monia kysymyksiä liittyen vanhemmuuteen (Rautiainen 2001: 7–8). Vanhemmuuden roolikarttaa ® on käytetty ennenkin päihdetyössä. Roolikarttaa on hyödynnetty keskusteltaessa vanhemmuuteen liittyvistä asioista ja niiden monipuolisuudesta (Tuokko–Kallio 2001: 90). Vanhemmuuden roolikartta ® toimii myös selkeyttävänä välineenä, kun keskustellaan perheen ongelmista. Roolikartta auttaa käymään keskustelua vanhempien kanssa ja luo yhteisen kielen, jonka avulla käydään vanhemmuutta läpi. (Tuokko–Kallio 2001: 90.) Tavoitteenani on siis saada vanhemmat tarkastelemaan omaa vanhemmuuttaan ja voimaantumisen, ja tämän vuoksi Vanhemmuuden roolikartta ® on työvälineenäni tässä opinnäytetyön käytännön toteutuksessa, koska sen on todettu auttavan vanhempia jäsentämään ja havainnoimaan omaa vanhemmuuttaan.

Pitämäni tuokio on tarkoitus jakaa kahteen osaan: ensin näytän vanhemmille vanhemmuuden roolikartan, jossa näkyvät kaikki viisi osa-aluetta. Tämän jälkeen vanhempien olisi tarkoitus pohtia mitä heille tulee mieleen näistä teemoista ja mitä heidän mielestään nämä teemat voisivat sisältää. Pohdinnan jälkeen voidaan keskustella ryhmässä ja miettiä yhdessä teemojen sisältöjä. Vanhemmuuden roolikartan tarkoitus on auttaa vanhempia näkemään, mitkä ovat vahvuuksia ja mitkä kehitettäviä asioita heidän omassa vanhemmuudessaan (Tuokko–Kallio 2001: 91). Tämän vuoksi haluan jakaa tuokion kahteen osaan, koska keskustelun myötä seuraavan osion tekeminen voi olla helpompaa, kun roolikartan teemat on ensin keskusteltu auki ryhmässä.

Toisessa osiossa vanhemmat saavat muodostaa paperille omat vanhemmuuden roolikartat. Tavoitteena on, että vanhemmat voivat miettiä missä osa-alueissa he kokevat olevansa hyviä vanhempia ja missä taas voisi olla kehitettävää. Kartta saa olla ulkoasultaan sellainen kuin vanhempi haluaa sen olevan ja käytössä on erivärisiä kyniä ja papereita. Jos vanhemmat haluavat niin heidän karttojaan voidaan käydä yleisesti ryhmässä läpi ja näin he voivat saada toisiltaan vertaistukea ja kannustusta. Tavoitteena on kuitenkin se, että ryhmässä on hyvä ryhmähenki, vapaus kertoa mistä vain luottamuksellisesti ja mukavan yhdessäolon henki.

Halusin suunnata opinnäytetyöni ohjatun tuokion vanhemmille, koska päihdeperheen elämä koskettaa kaikkia perheenjäseniä. Perheessä käytettävien päihdeiden vaikutuksista lapsiin on tutkittu paljon ja päihdeperheiden lasten hyvinvoinnin edistämiseksi on tehty paljon työtä ja tehdään edelleen. En kuitenkaan ole löytänyt suomenkielistä tutkimuksia tai tukipalveluita, jotka olisi suunnattu päihdeitä käyttäville vanhemmille tai heidän puolisoilleen niin, että tukemisen kohteena olisi vanhemmuus ja sen osa-alueet. Halusin

siis mahdollistaa näille vanhemmille, jotka ovat tai ovat olleet osana päihdeperhettä, tulla kuulluksi ja autetuksi vanhemmuuden haasteisiin liittyen. Vanhemmuuden tukeminen ja vahvistaminen kuitenkin ehkäisisivät lastensuojelutarvetta, sekä erilaisia mielenterveysongelmia ja eriarvoistumista (Aula 2017).

5.3 Käytännön toteutus

Opinnäytetyöni käytännön toteutus tapahtui Irti Huumeista ry:n järjestämällä perheleirillä Sipoossa. Leirille osallistui kolme vanhempaa ja viisi alle kouluikäistä lasta. Toteuttamani ohjattu tuokio oli suunnattu vanhemmille. Leirille osallistuneet vanhemmat ja lapset ovat eläneet perheessä, jossa toinen vanhempi on käyttänyt huumeita tai mahdollisesti käyttää edelleen. Leirille osallistuneet vanhemmat ovat tällä hetkellä yksinhuoltajia, eli eivät enää asu huumeita käyttäneen kumppanin tai puolison kanssa. Vanhemmat tunsivat toisensa entuudestaan, joten mitään ryhmäyttämistä tai tutustumista ei tarvittu.

Aloitin tuokion esittelemällä itseni ja opinnäytetyön tarkoituksen. Tämän jälkeen kerroin haluavani äänittää tuokiossa käytävän keskustelun, eli ääninauhuri olisi päällä koko tuokion ajan. Kerroin lyhyesti nauhoituksen käytöstä ja siihen liittyvistä eettisistä seikoista. Tämän jälkeen jaoin paperiset tutkimusluvut, joihin sain kaikkien allekirjoitukset. Tämän jälkeen laitoin nauhurin päälle ja aloitin tuokion pitämisen. Kysyin vanhemmilta, että onko Vanhemmuuden roolikartta ® heille ennestään tuttu ja kukaan ei aiemmin ollut kuullut tai nähnyt sitä. Tämä oli tietenkin itselleni positiivinen asia, koska pääsin ensimmäisenä esittelemään tätä työvälinettä näille vanhemmille. Kerroin lyhyesti, miten Vanhemmuuden roolikartta ® on syntynyt ja mikä sen tarkoitus on. Jaoin omatekemäni roolikartan paperisena vanhemmille. Tekemäni roolikartta oli pelkistetty versio Vanhemmuuden roolikartasta ® (Liite 2) eli siitä oli poistettu teemojen vieressä olevat alaroolit ranskalaisilla viivoilla olevat asiat. Halusin vanhempien miettivän itse teemojen sisältöjä, joten en halunnut valmiita ”vastauksia” näkyville, jotta vanhemmat voisivat itse pohtia enemmän ja mahdollisesti oivaltaa uusia asioita itsestään. Korostin, että ei tarvitse miettiä oikeita vastauksia, koska sellaisia ei ole vaan jokainen vanhempi on yksilö ja jokainen lapsi on yksilö. Tästä syystä myös jokaisen vanhemmuus on erilainen.

5.3.1 Tuokion ensimmäinen osio

Olin tehnyt pelkistetyn version Vanhemmuuden roolikartasta ®, eli kartassa olivat vain viisi pääroolia ja alaroolit olivat poistettu. Tavoitteena oli, että jokaisesta pääroolista käydään keskustelua ja vanhemmat pääsisivät miettimään mitä nämä roolit voisivat sisältää.

Annettuani tekemäni version Vanhemmuuden roolikartasta ® vanhemmat pääsivät miettimään viiden teeman sisältöjä, jotka siis olivat: ihmissuhdeosaaja, rajojen asettaja, huoltaja, rakkauden antaja ja elämän opettaja (Helminen – Iso-Heiniemi 1999). Tämän jälkeen lähdimme käymään jokaista teemaa läpi yksitellen. Tavoitteenani oli, että olisin enemmän sivustaseuraaja ja halusin puuttua mahdollisimman vähän vanhempien käymään keskusteluun. Halusin kuitenkin kannustaa ja rohkaista hyvistä kommentteista, joita nousi paljon esiin.

Aloitimme vanhempien kanssa Vanhemmuuden roolikartan ® käymistä läpi teema kerrallaan. Teemoista syntyi hyvää keskustelua ja vanhemmat pohtivat hyvin teemojen eri sisältöjä, vaikka eivät olleet aiemmin nähneet Vanhemmuuden roolikarttaa ®. Keskustelun aikana nousi joitakin asioita, joita ilmenee päihdeperheissä vanhemmuuteen liittyen. Kohderyhmäni vanhemmat eivät kuitenkaan elä päihdeperheessä enää, mutta keskustelusta huomaa kuitenkin joidenkin asioiden jääneen vielä haasteiksi.

Suurimpana haasteena oli rajojen asettamisen vaikeus. Se on kuitenkin yksi tärkeimmistä rooleista etenkin pienten lasten kohdalla. Ne luovat turvallisuutta arkeen ja mitä aiemmin rajojen asettamisen aloittaa, niin sitä helpompaa myös vanhemman lapsen on hyväksyä rajat. Aikuisen on kuitenkin pysyttävä johdonmukaisena eikä käyttäytymisen ja puheen välillä saa olla ristiriitaa. (Rautiainen 1999: 25.)

”Välillä se on vähän vaikeaa sille, että vaikka on tietty säännöt niin välillä on niin väsyneä, että lepsuu niistä asioista”

Eräs vanhempi kertoi hermostuvansa myös itse välillä. Hermostuminen ja negatiivisten tunteiden näyttäminen lapselle ei kuitenkaan ole vaarallista. Lapsi voi ennemminkin hämmäntä siitä, ettei vanhempi näytä suuttumustaan vaikka olisi vihainen. Vanhemman on kuitenkin tärkeää pyytää anteeksi käytöstään ja selittää miksi oli ärsyntynyt. Näin myös lapsi oppii, että kaikki ovat joskus pahalla tuulella, mutta niistä pystyy selviämään. (Rautiainen 1999: 30.)

Huoltajan rooli on yleensä haastavin osa-alue päihdeperheissä (Tuokko – Kallio 2001: 92). Keskustelussa tuli esiin, että joillakin vanhemmilla oli välillä hankalaa pitää yllä selkeää päivärytmiä tai se on ollut hankalaa silloin, kun on asuttu huumeita käyttäneen vanhemman kanssa. Laurikainen (2016) kirjoittaa, että päihdeperheen lapsilla ei välttämättä ole arjen rutiineita tai niistä kiinnipitäminen vaihtelee (Laurikainen 2016: 10). Arjen rutiinien ylläpitäminen vaihtelee päihteiden käytön määrän mukaan. Vanhemmalla

voi olla vaikeuksia ylläpitää tasapainoa vanhemmuuden velvollisuuksien ja päihdekeskeisen elämän välillä. (Aitta-aho 2010: 10.)

”Vaatetus, ruokailu ja nukkumen. Niin, että kaikki pelaa. Fyysiset, henkiset ja sosiaaliset elämät ja menot.”

5.3.2 Tuokion toinen osio

Toisessa osiossa vanhemmat pääsivät tekemään kaksi omaa roolikarttaa. Toiseen paperiin oli tarkoitus tulla asioista, joissa vanhemmat kokevat heidän vanhemmuutensa olevan vahvalla pohjalla ja toiseen paperiin oli tarkoitus tulla asioita, joissa vanhempi haluaisi kehittyä. Vanhemmat saivat valita eri värisistä papereista mieleisensä paperit ja tarjolla oli tusseja ja askarteluun tarkoitettua glitteriä. Karttojen (Liite 4 ja 5) askartelun jälkeen jokainen sai esitellä vapaasti omat tuotoksensa ja kertoa ajatuksistaan liittyen näihin kahteen teemaan. Vanhemmat kertoivat mielestäni vapaasti ja avoimesti ajatuksistaan, vaikka mukana oli myös arkojakin asioita.

Toiminnassa, jossa asiakkaan tulee pohtia omia vahvuuksia voi syntyä tilanne, jossa asiakas ei pysty löytämään itsestään mitään positiivista. Tällöin työntekijällä on velvollisuus lähteä etsimään näitä vahvuuksia yhdessä asiakkaan kanssa. Tässä voidaan käyttää esimerkiksi sosiaalipedagogista työskentelytapaa. Sosiaalipedagogiikan tarkoituksena on tarkastella ihmisen kasvua yhteisöjen ja yhteiskunnan jäsenenä. Lisäksi sosiaalipedagogiikan tarkoituksena on tukea ihmisen sosiaalista kasvua tukemalla tätä elämän eri vaiheissa ihmisen tukeminen ja saaminen täysivaltaiseksi kansalaiseksi. Ihmisen saaminen toimimaan omaehtoisesti yksilönä päättäen omista asioistaan ovat myös sosiaalipedagogiikan tavoitteita. Tavoitteena on myös eriarvoisuuden ja syrjäytymisen ehkäiseminen ja lieventäminen. (Sosiaalipedagogiikka n.d.) Ryhmän ohjaajana pyrin kuitenkin toimimaan etäämmällä ja haluan antaa vanhemmille mahdollisimman paljon tilaa keskustella. Vertaistuki on osallistujien välistä jakamista, joka perustuu heidän omiin kokemuksiin ja tunteisiin. Ammattilaisen tulee ryhmän ohjaajana turvata ja luoda ryhmälle turvallinen tila ja rohkaista keskusteluun ja jakamiseen. (Huuskonen 2015.)

Karttoja tehdessään vanhemmat löysivät omasta vanhemmuudestaan paljon samoja teemoja ja asioita, joita on mainittu myös Vanhemmuuden roolikartassa ® ja siksi kartan käyminen läpi alussa olikin hyvä asia, koska se auttoi vanhempia miettimään heidän vanhemmuutensa osa-alueita omia karttoja tehdessään. Etenkin *rakkauden antajan, elämän opettajan ja Huoltajan roolien* sisällöt nousivat vanhempien kokemusten mukaan

heidän vahvuuksiksi. Omien vahvuuksien kokoaminen paperille visuaalisessa muodossa auttoi vanhempia näkemään omat vahvuudet ja saamaan voimaantumisen kokemuksen, kun he huomasivat heidän vanhemmuudessaan olevan paljon positiivisia asioita. Kun alussa keskusteltiin Vanhemmuuden roolikartan ® teemoista, niin keskustelussa nousi paljon esiin haasteita ja kehitettäviä asioita. Tässä tehtävässä vanhemmat pääsivät puolestaan pohtimaan positiivisia asioita ja saivat varmasti myös kokemuksen siitä, että myös he voivat olla hyviä vanhempia. Alle olen koennut muutaman lainauksen, jotka kuvastavat hyvin tämän ryhmän vanhempien ajatuksia liittyen *rakkauden antajan ja huoltajan rooleihin*.

”Hellyyden antaminen, lohduttaminen, positiivisen palautteen antaminen, yhdessä tekeminen, neuvominen, ohjeistaminen, kuunteleminen.”

”Mä koen, että meillä on ollu alusta asti selkeä päivärytmi. Sit hellyys, kyläily, ulkoilu”.

Rakkaus on sitä, että vanhempi pystyy eläytymään lapsen tunteeseen tai tilanteeseen. Tällöin lapsi tarvitsee lohdutusta, jos hänellä on paha mieli tai hänen kanssaan voidaan iloita yhdessä hyvistä asioista. Lapselle kehuminen ja ihailu ovat tärkeitä asioita. Tämän vuoksi vanhemman on myös hyvä huomata lapsen tekeminen ja kehua häntä vaikka piirustuksen tekemisestä. (Rautiainen 1999: 28–29.) Päivärytmin ylläpito kuuluu huoltajan rooliin ja siihen kuuluvat asiat koettiin yleisesti vahvuuksina, vaikka niissäkin on ollut vaikeuksia. Samoin sosiaalisten suhteiden ylläpito on vanhempien mielestä hyvällä mallilla.

”Yhteiset sisäleikit. Ollaan tosi paljon ulkona, mut tosi harvoin tulee leikittyä lasten kanssa sisällä”.

”Yhteistekemistä, vähentää karkin syömistä, selkeät rajat, vähentää kännykkää ja padia lapsella sekä itsellä. Vois lukea enemmän”.

Lapsen kanssa yhdessä oleminen nousi myös tärkeäksi kehittämisen kohteeksi. Päihdeperheessä voi esiintyä lapsen psyykkistä laiminlyöntiä. Tämä voi esiintyä esimerkiksi vähäisenä aikana ja huomiona lapselle. (Aitta-aho 2010: 10.) Vanhemman tehtävänä on olla saatavilla ja tarvittaessa lapsen apuna. Vuorovaikutus on lapsen kehityksen

kannalta tärkeää. Sitä kautta lapsi myös oppii omasta itsestään ja luo omaa identiteettiään. Samalla lapsi oppii myös mikä on mahdollista ja mikä ei. Lapsi tarvitsee vastavuoroisuutta ja aikuisen osoittamaa mielenkiintoa. Näin lapsi voi saada tunteen siitä, että hän on arvokas ja merkitsee jotakin vanhemmalleen. Jos vanhempi tuntee syyllisyyttä liian vähäisestä ajankäytöstä lapsen kanssa ja toivoisi, että lapselle löytyisi enemmän aikaa kertoo hyvästä vanhemmuudesta. (Pienten lasten vanhemmilla hälyttävän vähän aikaa lapsilleen n.d.)

6 Arviointi

Tuokion lopuksi annoin vanhemmille arviointilomakkeet (Liite 6), jotka he saivat täyttää leiriviikon aikana. He palauttivat lomakkeet leirin ohjaajalle, joka puolestaan lähetti minulle skannatut versiot sähköpostilla. Lomakkeisiin ei tullut vanhempien nimiä tai muitaakaan henkilötietoja, joten kaikki käsiteltiin anonyymisti. Arviointilomakkeessa oli viisi kysymystä, jotka mahdollistivat oman osallistumisen arvioimista ja tuokion sekä ohjaajan arvioimisen. Kysyin myös tuokion lopuksi suullisesti palautetta, mikä tallentui ääninauhurille. Kaikki vanhemmat antoivat sekä positiivista palautetta että kehittämissideoita. He olivat arvioineet myös omaa toimintaansa esimerkiksi vertaistukeen liittyen.

Hyväksi tai parhaaksi asiaksi vanhemmat kokivat oman vanhemmuuden pohdiskelun ja ”itseensä menemisen”. Vanhemmuuden roolikartta ® ja roolien käyminen läpi auttaa vanhempia ymmärtämään oman vanhemmuuden vahvuudet ja haasteet, ja mitä tulisi kehittää (Tuokko – Kallio 2001: 91). Asettamieni tavoitteiden osalta vanhemmat pystyivät tarkastelemaan omaa vanhemmuuttaan hyvin löytäen vahvuuksia, sekä kehitettäviä asioita.

Voimaantumista voidaan tukea myös ulkopuolisilla tekijöillä. Yksilö voidaan tukea esimerkiksi avoimuudella, turvallisen tilan ja luottamuksellisen ympäristön luomisella. Näillä elementeillä on todettu olevan vaikutusta ihmisen sisäiseen voimaantumiseen. (Mäkinen 2008: 11.) Tuokiota pitäessäni halusin, että vanhemmat voisivat kokea vapauden ja luottamuksen tunteita. Vanhemmat ovat samanlaisista lähtökohdista ja samankaltaisessa elämäntilanteessa, joten tilanteessa vallitsi tasa-arvo kaikkien kesken, eikä kenenkään tarvinnut kokea olevansa toista huonompi. Tilanteessa mahdollistettiin myös luottamuksellinen ilmapiiri, koska vanhemmat ovat olleet ennenkin yhdessä ja tuntevat toisensa. Kannustin keskustelun aikana vanhempia heidän oivalluksistaan heidän kertoessaan ongelmistaan vanhemmuudessa tai löytäessään positiivisia asioita itsestään. Positiivisen

palautteen antaminen ja kannustaminen ovat myös vaikuttavia tekijöitä ihmisen voimaantumiseen (Mäkinen 2008: 11). Voimaantumiseen on todettu myös liittyvän valinnan vapaus ja itsenäisyys (Mäkinen 2008: 11). Tuokion toisessa osiossa tehdyt roolikartat antoivatkin vanhemmille vapautta toteuttaa itseään ja he saivat mahdollisuuden pohtien itsenäisesti itsekseen omaa vanhemmuuttaan.

”Tykkäsin ja ihan kiva käydä keskustelua ja oli vähän sellasta itteensä memistä.”

”Kyllä aina pieni pohdiskelu on hyväksi. Tulee mietittyä omaa vanhemmuutta ja kehitettäviä asioita.”

”Ehkä ymmärsin enemmän, että kaikki puolet ovat yhtä tärkeitä.”

Tuokioni oli siis vanhempia voimaannuttavaa sekä omasta mielestäni että vanhempien itsensä mielestä. He ilmaisivat pohtineensa vanhemmuuttaan ja siihen liittyviä elementtejä. Keskustelu muiden vanhempien kanssa koettiin myös hyväksi ja se auttoi myös näkemään uusia asioita. Tuokion toinen osio, eli omien roolikarttojen tekeminen koettiin myös hyväksi ja jopa parhaimmaksi osaksi koko tuokiota. Vanhemmat kokivat myös, että tuokiosta oli apua heidän omaan vanhemmuuteensa. Vanhempien voimaantuminen tuokion aikana näkyi siten, että vanhemmat löysivät itsestään ja omasta vanhemmuudestaan positiivisia asioita. Molempien osioiden aikana nousi esiin myös haastavia asioita. Voimaantuessaan ihminen tunnistaa omat vahvuutensa, kykynsä ja taitonsa. Tämän seurauksena ihminen saa tunteen hyvinvoinnin ja elämänhallinnan lisääntymisestä, jolloin myös usko tulevaisuuteen lisääntyy. (Horuz — Lauriala 2013: 9.)

Tavoitteenani oli myös se, että vanhemmat saisivat ja pääsisivät antamaan vertaistukea toisilleen. Vertaistuki on tärkeä elementti ryhmän keskellä, koska sen kautta voi saada voimavaroja arjessa jaksamiseen. Vertaistuki auttaa myös omien vahvuuksien löytämisessä. (Miksi vertaistukea? n.d.) Kaikilla ryhmän vanhemmilla on huumeperhetausta ja he ovat kaikki myös vanhempia, joten mahdollisuus vertaistukeen oli hyvä.

Kaikki vanhemmat kokivat saaneensa vertaistukea ja he pääsivät myös omasta mielestään antamaan vertaistukea toisilleen, mikä heidän mielestään tuntui hyvältä. Vanhemmat jakoivat paljon syviä ja henkilökohtaisia asioita keskenään ja ryhmässä oli hyvä ja vapaa ilmapiiri vanhempien kesken.

”Sain tukea, että muillakin on samoja ongelmia.”

”Pääsin antamaan vertaistukea, tuntui hyvältä ja kannustavalta.”

Tuokiossani vertaistuki vaikutti myös voimaantumisen saamiseen, koska vanhemmilla oli ollut paljon samoja ongelmia vanhemmuuteen liittyen ja kaikilla on huumeperhe-tausta. Samoista asioista keskustelu ja kuunteleminen ovat voimaantumista lisääviä tekijöitä. Jääskeläinen (2015) kertoo, että vertaistuellalla on todettu olevan voimaannuttava vaikutus. Kokemus voimaantumisesta riippuu myös omasta asenteesta ja sitoutumisesta vertaistukiryhmässä. Voimaantumiseen vaikuttaakin ryhmässä käsitelty aihe, jonka tulisi olla kaikille ryhmäläisille tärkeä ja arvokas. (Jääskeläinen 2015: 14.)

Sain vanhemmilta myös palautetta liittyen tuokion ohjaamiseen. Eräs vanhempi antoi palautetta tuokion alkuun liittyen siitä, että ohjeistus olisi voinut olla selkeämpi ja olen tästä samaa mieltä. Antamani tehtävä oli ehkä hieman liian laaja, eli olisin vaihtoehtoisesti voinut jakaa alkuperäisen Vanhemmuuden roolikartan ®, jossa olisi ollut myös alaroolit listattuna. Näin ollen vanhemmat olisivat ehkä hahmottaneet paremmin mitä roolikartan rooleilla haetaan tai mikä niiden tarkoitus on. En taas itse halunnut ohjeistuksessa vanhemmille liikaa vinkkejä tai esimerkkejä, koska halusin heidän itse pohtivat roolien sisältöjä tuoden samalla ehkä myös jotain lisää.

Toteuttamani tuokio tapahtui sellaisessa ympäristössä, jossa on oltava hyvin sensitiivinen ja vaitiolovelvollisuus on erittäin tärkeää. Halusin äänittää pitämäni tuokion ja siksi tein vanhemmille tutkimusluvut, jotka he halutessaan saivat allekirjoittaa. (Liite 3). Tutkimusluvassa korostin vaitiolovelvollisuutta ja anonymiyyttä. Eli äänitteessä olevat asiat tulevat vain opinnäytetyön raporttiin ja opinnäytetyön valmistuttua äänite poistetaan. Äänitys tapahtui erillisellä nauhurilla ja äänitettä ei siirretty tietokoneelle, vaan äänite kuunneltiin suoraan nauhurilta kuulokkeita käyttäen. Näin nauhoitteella ei ole mahdollisuutta päätyä edes vahingossa internetiin tai jäädä tietokoneen tiedostoihin. Samoin vanhempien tekemistä roolikartoista otetut kuvat otettiin erillisellä kameralla eikä puhelimella. Kuvat hävitettiin, kun ne oli lisätty opinnäytetyön liitteeksi.

Tutkimusluvassa kerrottiin myös opinnäytetyön tavoite ja tarkoitus. Tutkimusluvan oli tarkoitus olla selkeä ja yksityiskohtainen, ja siinä korostettiin kaiken tapahtuvan vapaaehtoisesti. Raporttiin tulleet asiat kirjoitettiin anonymisti tuomatta esiin edes vanhemman sukupuolta tai ikää.

7 Pohdinta

Toteutin tuokioni yksinhuoltajavanhemmille, jotka ovat eläneet lasten kanssa huumeperheessä, jossa ainakin toinen vanhempi on käyttänyt huumeita. Tavoitteenani oli saada vanhemmat tarkastelemaan omaa vanhemmuuttaan ja pohtimaan, mitä hyvää ja mitä kehitettävää heidän omassa vanhemuudessaan olisi. Tämän lisäksi tavoitteena oli vanhempien voimaantuminen ja vertaistuen saaminen. Tuokion aikana nousi joitakin asioita, joita ilmenee päihdeperheissä vanhemmuuteen liittyen.

Vanhemmat löysivät omasta vanhemmuudestaan sekä positiivisia että kehitettäviä asioita. Voimaantumisen tavoite onnistui, koska vanhemmat löysivät omin avuin itsestään myönteisiä puolia vanhempana. He keskustelivat syvällisesti ja toivat luottamuksella esiin arkojakin asioita elämästään. Vanhempien tekemistä roolikartoista näkyi heidän omaa ja itsenäistä pohdintaa, mikä kuuluu voimaantumisen elementteihin. Vanhemmat antoivat toisilleen myös vertaistukea kannustaen ja jakamalla samankaltaisia asioita.

Vanhempien miitteet vastasivat hyvin teoriaa liittyen päihdeperheen arkeen ja vanhemmuuteen. Tuokiosta oli myös apua vanhemmille sekä itselleni, koska sain kokemusta ryhmän itsenäisestä ohjaamisesta ja tuokion suunnittelusta. Oli hyvä saada palautetta vanhemmilta ja myös reflektoida omaa toimintaa huomaten samalla uusia asioita omasta työtavastaan ja persoonastaan.

Haasteena oli se, että tuokioon osallistuneet vanhemmat eivät asu enää huumeperheessä, joten heidän elämäntilanteensa on muuttunut. Siitä huolimatta huumeiden ympäröimä elämä varmasti vaikuttaa nykyhetkeen ja vanhemmuuteen. Valitettavasti vanhempien keskustelusta ei voida kuitenkaan täysin varmasti luoda johtopäätöksiä liittyen siihen vaikuttaako huumeperhetausta vanhempien nykyisiin vanhemmuuden haasteisiin vai onko nämä haasteet tulleet esiin vasta, kun vanhempi on päättänyt lähteä lasten kanssa pois huumeita käyttäneen kumppanin luota. Kuitenkin Tuomola (2012) kertoo, että kun päihteitä käyttävä perheenjäsen raitistuu, voi muista perheenjäsenistä paljastua tunneköyhyyttä, yksinäisyyttä ja tyhjyyden tunnetta. Päihteiden käyttö on siis mahdollistanut tunteiden ilmaisun ja vuorovaikutuksen, mutta ongelman kadottua perheen jäsenen pitää sopeutua uuteen tilanteeseen. (Tuomola 2012: 146.) Mielestäni edellä mainittua teoriaa voisi soveltaa niissä tapauksissa, joissa raitis vanhempi on päättänyt lähteä päihdeperheestä. Kuten eräs vanhempi kertoi tuokion aikana, että hänellä on vaikeuksia puhua itselleen vaikeista asioista, etenkin lapsille. Edellä mainitun teorian perusteella voitaisiin sanoa, että vanhemmuudessa voi ilmetä paljon haasteita myös sen jälkeen,

kun huumeperheestä on lähdetty pois. Ehkä vanhempi kamppailee samojen ongelmien kanssa, kun huumeperheessä eläessään tai mukaan voi tulla uusia asioita, kun huumeita käyttävää kumppania ei tarvitse miettiä koko ajan tai hänestä ei ole jatkuvaa huolta. Totuttu arki muuttaa äkillisesti muotoaan ja vanhemman voi olla vaikea löytää uutta tasapainoa arkeen ja vanhempana toimimiseen.

Yksi mielenkiintoinen jatkotutkimus voisi liittyä huumeperheiden vanhempien vanhemmuuden ja raittiiden perheiden vanhempien vanhemmuuden vertailuun. Jos erilaisten perheiden vanhemmat tekisivät vastaavanlaiset roolikartat omasta vanhemmuudestaan, kuten tämän opinnäytetyön tuokiassa, niin nousisiko esiin samoja haasteita ja vahvuuksia? Nähtäisiinkö rajojen asettaminen, päivärytmin ylläpito ja yhteistekemisen puute haasteina perheissä, joissa ei ole ollut huume- tai päihdeongelmia? Tuokioon osallistuneet vanhemmat nostivat isoimmaksi vahvuudeksi vanhemmuudessaan rakkauden. Entä nousisiko rakkauden teema ja siihen liittyvä läheisyys ja hellyys niin voimakkaasti esiin muissa perheissä vai onko se täysin itsestäänselvyys kaiken muun arjen keskellä? Suomessa olisi myös hyvä tutkia enemmän huumeperheiden vanhemmuutta ja siihen liittyviä elementtejä. Tulevaisuudessa pystyttäisiin paremmin kehittämään huumetyötä perheiden parissa ja mahdollisesti ennaltaehkäistä huostaanottoja. Vanhemmuuden vahvistamiseen tulisi panostaa kritisoinnin sijaan, ja asiakkaan kanssa olisi hyvä lähteä miettimään kehitettävien asioiden lisäksi myös positiivisia asioita. Voimaantumisen kautta voidaan saada paremmin muutoksia, kun vanhempi huomaa kykenevänsä toimimaan vanhempana. Tässä työntekijällä on iso rooli kannustavana ja rohkaisevana osapuolena.

Opinnäytetyön aikana oli hyvä huomata, kuinka paljon maailmassa on erilaisia perheitä ja vanhempia. Kuitenkin jokainen vanhempi on oma subjektinsa ja oman perheensä asiantuntija. Siksi meidän ammattilaisten tuleekin tukea näitä vanhempia ottamalla heidät mukaan työskentelyyn. Tästä syystä Vanhemmuuden roolikartta® on erinomainen työväline, koska se sisältää paljon konkreettisia asioita. Sille on myös kehitetty hyvät käyttöohjeet, mutta tarvittaessa sitä voi myös soveltaa käytännön työssä. Tätä opinnäytetyötä voidaan tästä syystä käyttää hyödyksi, koska Vanhemmuuden roolikartan® avulla tuokion yhdeksi osioksi muodostui omien roolikarttojen työstäminen. Tämä työvaihe osoittautui todella hyödylliseksi ja vanhemmat pääsivät syventymään oman vanhemmuutensa haasteisiin ja vahvuuksiin. Tätä samaa mallia voidaan hyödyntää myös tulevaisuudessa huumeperheiden kanssa tehtävässä työssä.

Vanhemmuuden roolikartan ® avulla myös työntekijä pääsee syventämään omaa osaamistaan ammattilaisena ja mahdollisesti myös omaa vanhemmuuttaan. Itsekin pohdin omassa mielessäni omaa vanhemmuuttani ja rooleja. Työskentelyssä on muistettava samalla ammattiasema ja sen tuoma vastuu ja auktoriteetti, eli työntekijä ei voi kertoa rankkoja henkilökohtaisia asioita asiakkaalleen. Jos työntekijänä pystyy kuitenkin samaistumaan vanhemmuuden eri haasteisiin, niin hän voi olla myös vahvemmin tukena vanhemmille, jotka tätä tukea ja voimaa tarvitsevat.

Lähteet

Aitta-aho, Elina 2010. Vanhemmuuden voima. Ohjattu vertaistukiryhmä päihdeongelmallisille äideille. Opinnäytetyö. Metropolia ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Verkkodokumentti. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/12317/opinnaytetyo_aitta-aho_elina.pdf?sequence=1>. Luettu: 6.8.2018.

Aula, Maria Kaisa 2017. Vanhemmuutta tukemalla estetään lasten eriarvoistumista. Verkkodokumentti. <<https://vaestoliitonblogi.com/2017/05/24/vanhemmuutta-tukemalla-estetaan-lasten-eriarvoistumista/>>. Luettu: 4.6.2018.

Autismi- ja aspergerliitto n.d. Miksi vertaistukea? Verkkodokumentti. <https://www.autismiliitto.fi/toimintaa_ja_tukea/vertaistuki/vertaisosaaja/miksi_vertaistukea>. Luettu: 10.9.2018.

Haavio, Marjaliisa – Inkinen, Marja – Partanen, Airi 2013. Päihdehoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Heimonen, Sirkka-Liisa — Juote, Mari — Räsänen, Leena — Björkqvist, Tamara 2017. Avaimia voimaantumien vahvistamiseen. Helsinki: Ikäinstituutti.

Helminen, Marja-Liisa – Iso-Heiniemi, Mari 1999. Vanhemmuuden roolikartta ®. Käyttäjän opas. Helsinki: Suomen Kuntaliitto.

Hiltunen, Tarja 2015. Äitiys, huostaanotto ja voimaantuminen. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Verkkodokumentti <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/47882/978-951-39-6408-5_v%c3%a4it%c3%b6s12122015.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Luettu: 28.9.2018.

Holmberg, Tiina 2003. Lapset ja vanhempien päihdeongelma. Opas vanhemmille, lastensuojelun ammattilaisille ja muille lasten kanssa työskenteleville. Helsinki: Lasten Keskus.

Holopainen, Antti – Karjalainen, Karoliina 2005. Päihteiden sekakäyttö. Päihdelinkki. Verkkodokumentti. Päivitetty 24.8.2015. <<https://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/huumeet-ja-laakkeet/paihteiden-sekakaytto>>. Luettu 1.6.2018.

Holopainen, Antti 2005. Huumeriippuvuus. Päihdelinkki. Verkkodokumentti. <<https://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/huumeet-ja-muut-paihdyttavat-aiheet/huumeriippuvuus>>. Luettu: 1.6.2018.

Horuz, Katri — Lauriala, Pauliina 2013. Vanhempien voimaantuminen perhekuntoutusosastolla. Opinnäytetyö. Metropolia ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Verkkodokumentti.<<http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/55964/Horuz%20ja%20Lauriala.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Luettu 28.9.2018.

Huttunen, Jouko 1995. Kasvattajana toimiminen. Teoksessa Hirsjärvi, Sirkka – Huttunen, Jouko (toim.): Johdatus kasvatustieteeseen. Juva. WSOY. 45–62.

Huuskonen, Päivi 2015. Vertaistuki. Vammaispalvelujen käsikirja. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Verkkodokumentti. <<https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itse-naisen-elaman-tuki/vertaistuki>>. Luettu: 30.9.2018.

Hyytinen, Riitta 2007. Lapsi, huumeperhe ja toivo. Lapsen todellistuminen huumeperheen kuntoutusprosessissa. Helsinki: Ensi-ja turvakotienliitto ry.

Itäpuisto, Maritta 2008. Pullon pohjimmaisat. Lapsi, perhe ja alkoholi. Helsinki: Kirjapaja.

Jääskeläinen, Satu 2015. Vertaistuen voimaannuttava merkitys – mielenterveyshäiriöisten nuorten vanhemmat kuvaajina. Opinnäytetyö. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Verkkodokumentti. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/89712/Jaaskelainen_Satu.pdf.pdf?sequence=1>. Luettu: 30. 9. 2018.

Kaimola, Kari 2005. Koti terveen itsetunnon kehittäjänä. Teoksessa Syrjälä, Jaana (toim.): Vahva vanhemmuus – Paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: VL – Markkinointi Oy. 11–19.

Kelly, Virginia A. 2015. Addiction in the family: what every counselor needs to know. Alexandria VA: American Counseling Association.

Kun lapsi käyttää huumeita – Opas vanhemmille ja läheisille. Päihdelinkki. Verkkodokumentti. < <https://www.paihdelinkki.fi/fi/oma-apu/laheiset/kun-lapsi-kayttaa-huumeita-opas-vanhemmille-ja-laheisille>>. Luettu 31.5.2018.

Laakkonen, Kirsi 2010. ”Vanhemmuus on vastuuta koko lapsen elämästä.” Vanhempien käsityksiä vanhemmuudesta, perheestä ja kasvatuksesta nykypäivänä. Pro gradu-tutkielma. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Opettajankoulutuslaitos. Verkkodokumentti. <<https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/81440/gradu04193.pdf?sequence=1>>._Luettu: 29.5.2018.

Lassander, Maarit – Solin, Pia – Tamminen, Nina – Stengård, Eija 2013. Asiakkaan voimaantuminen mielenterveyspalveluissa Tarkastelussa WHO:n voimaantumisen indikaattorit. Verkkodokumentti. < <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116040/lassander.pdf?seque>>. Luettu: 10.9.2018.

Laurikainen, Tiina 2016. ”SELVÄSTI HYVÄ ÄITI” Kokemuksia vanhempien haitallisen päihteiden käytön vaikutuksista omaan äitiyteen. Opinnäytetyö. Mikkelin ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Verkkodokumentti. < https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/110367/Laurikainen_Tiina.pdf?sequence=1>. Luettu: 29.6.2018

Lumme, Riitta ym. 2006. Monimuotoinen/ toiminnallinen opinnäytetyö. Virtuaali ammattikorkeakoulu. Verkkodokumentti. < <http://www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi/opintojak-sot/030906/1113558655385/1154602577913/1154670359399/1154756862024.html>>. Luettu: 20.6.2018.

Luumi, Pertti 2003. Uskalla olla aikuinen. Teoksessa Heikkilä, Marianne – Luumi, Pertti (toim.): Rakasta lasta – suojele lapsuutta. Jyväskylä: LK- kirjat. 26–30.

Mattila, Kati-Pupita 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Juva. PS- kustannus.

Mäkinen, Anne 2008. Voimaantumisen ja vertaistuki. Tulppa-kuntoutukseen osallistuneiden ryhmäläisten kokemuksia kuntoutuksesta. Opinnäytetyö. Sosiaali- ja terveysalan kehittäminen ja johtaminen. Verkkodokumentti. <http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/1464/Opinnaytetyo_Anne%20Makinen_Metropolia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Luettu: 28.9.2018.

Niemistö, Raimo 2001. Vanhemmuuden roolit ja varhainen nuoruusikä (11–15v.) Teoksessa Rautiainen, Mari (toim.): Vanhemmuuden roolikartta ®. Syvennä ja sovela. Helsinki: Suomen Kuntaliitto. 39–50.

Pennanen, Jatta 2007. Vertaistuen vaikuttavuus. Vertaistuen vaikuttavuus Irti Huumeista ry:n huumeiden käyttäjien läheisille tarkoitetuissa vertaistukiryhmissä. Pro gradu- tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntapolitiikka. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Verkkodokumentti. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/12790/URN_NBN_fi_jyu-2007476.pdf?sequence=1>. Luettu 1.6.2018.

Pienten lasten vanhemmilla hälyttävän vähän aikaa lapsilleen. Lastenklินิกoiden kummit ry. Verkkodokumentti. <<http://kummit.fi/node/71>>. Luettu: 21.6.2018.

Rautiainen, Mari 2001. Vanhemmuuden roolit ja leikki-ikä (2–6 vuotta). Teoksessa Rautiainen, Mari (toim.): Vanhemmuuden roolikartta ®. Syvennä ja sovela. Helsinki: Suomen Kuntaliitto. 24–31.

Rautiainen, Mari 2001. Johdanto. Teoksessa Rautiainen, Mari (toim.): Vanhemmuuden roolikartta ®. Syvennä ja sovela. Helsinki: Suomen Kuntaliitto. 7–8.

Rousu, Sirkka – Marja-Liisa Helminen 2002. Lukijalle. Teoksessa Rautiainen, Mari (toim.): Vanhemmuuden roolikartta ®. Syvennä ja sovela. Helsinki: Suomen Kuntaliitto. 3–4.

Ruisniemi, Arja 2006. Vanhemmuus päihderiippuvuudesta toipumisen voimavarana. Teoksessa Nätkin, Ritva (toim.): Pullo, pillerit ja perhe. Vanhemmuus ja päihdeongelmat. Juva: PS- kustannus. 165–187.

Rytkönen, Katja 2004. Vanhemmuus lapsilainsäädännössä. Pro gradu- tutkielma. Lapin yliopisto. Verkkodokumentti <<http://lauda.ulapland.fi/handle/10024/60251>>. Luettu: 28.9.2018.

Salo, Pirkko 2013. Yksilö ja yhteisö. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Verkkodokumentti. <<https://pro.humak.fi/humakpro/humak/842307/Yksilö-ja-yhteisö-2013-2014.pdf?virtka06>>. Luettu: 30.9.2018.

Saviranta, Anne – Åhlberg, Kirsi 2010. Vertaistuen kokemukset ja merkitys eri asiakasryhmissä. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. Sairaanhoidtaja (AMK). Saatavana myös sähköisesti osoitteessa: <<https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/25392/VERTAISTUEN%20KOKEMUKSET%20JA%20MERKITYS%20ERI%20ASIAKASRYHMISSA.pdf?sequence=1>>. Luettu 11.6.2018.

Seppä, Kaija ym. 2012. Huume- ja lääkeriippuvuudet. Helsinki: Duodecim.

Seppänen, Tarja 2009. Riittävän hyvä vanhemmuus – Vanhemmuuden tukemista ryhmän avulla Vanhemmuuden roolikarttaan perustuen. Opinnäytetyö. Laurea Ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysala. Sosiaalialan koulutusohjelma. Verkkodokumentti. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/4427/SEPPANEN_TARJA.pdf?sequence=1>. Luettu: 29.5.2018.

Silvola, Kirsti — Merikivi, Henna 2015. Psykodraamaterapia. Teoksessa Huttunen O. Matti — Kalska, Hely (toim.): Psykoterapiat. Helsinki: Duodecim.

Sinkkonen, Jari 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Juva. Jari Sinkkonen ja WSOY.

Sosiaalipedagogiikka n.d. Suomen sosiaalipedagoginen seura ry. Verkkodokumentti. <<http://www.sosiaalipedagogiikka.fi/sosiaalipedagogiikka>>. Luettu: 11.7.2018.

Tervämäki, Paula 2001. Vanhemmuuden roolit ja nuoren itsenäistymisen vaihe (15–18 vuotta). Teoksessa Rautiainen, Mari (toim.): Vanhemmuuden roolikartta ®. Syvennä ja sovela. Helsinki: Suomen Kuntaliitto. 51–56.

Tuokko, Taina–Kallio, Tarja 2001. Käytännön kokemuksia vanhemmuuden roolikartan käytöstä päihdeongelmaisten perhehoidossa. Teoksessa Rautiainen, Mari (toim.): Vanhemmuuden roolikartta ®. Syvennä ja sovela. Helsinki: Suomen Kuntaliitto. 90–93.

Valtioneuvoston asetus lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 1983 / 361. Annettu Helsingissä 8.4.1983.

Valtioneuvoston asetus lastensuojelulaista 417/ 2007. Annettu Helsingissä 13.4.2007.

Vanhemmuuden roolikartta ® – verkkotyöväline vanhemmille ja vanhempia kohtaavien ammattilaisten työhön n.d. Preventiimi. Verkkodokumentti. <<http://www.preventiimi.fi/materiaalit/577/>>. Luettu: 6.6.2018.

Vanhemmuuden roolikartta® 2013. Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä. Verkkodokumentti. <<http://www.vslk.fi/index.php?id=19>>. Luettu: 28.8.2018.

Vanhemmuuden tukeminen n.d. A-klinikkasäätiö. Verkkodokumentti. <<https://lasinenlapsuus.fi/tyohosi/vanhemmuuden-tukeminen>>. Luettu: 6.6.2018.

Varjonen, Vili 2015. Huumetilanne Suomessa 2014. Tampere: Terveystalon ja hyvinvoinnin laitos. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125568/THL_RAPO1_2015_web%20%281%29.pdf>. Luettu: 1.6.2018.

Vertaistoiminta n.d. Mielenterveyden keskusliitto. Verkkodokumentti. <<http://mtkl.fi/palvelut/vertaistoiminta/>>. Luettu: 11.6.2018.

Vertaistuki n.d. Mielenterveystalo. Verkkodokumentti. <<https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/psykoosi/Pages/vertaistuki.aspx>>. Luettu: 11.6.2018.

Vertaistuki n.d. Sosped säätiö. Verkkodokumentti. < <http://www.sosped.fi/vertaistuki/>>. Luettu: 11.6.2018.

Voimaantuminen 2017. Vernerin. Verkkodokumentti. < <https://verneri.net/yleis/voimaantuminen>>. Luettu 21.6.2018.

Wahlberg, Karl-Erik 2005. Lapsi vanhemmuutta kasvattamassa. Teoksessa Syrjälä, Jaana (toim.): Vahva vanhemmuus – Paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: VL – Markkinointi Oy. 81–87.

Ylitalo, Pertti 2001. Vanhemmuuden roolit ja kouluikä (6–11 vuotta). Teoksessa Rautiainen, Mari (toim.): Vanhemmuuden roolikartta ®. Syvennä ja sovela. Helsinki: Suomen Kuntaliitto. 32–38.

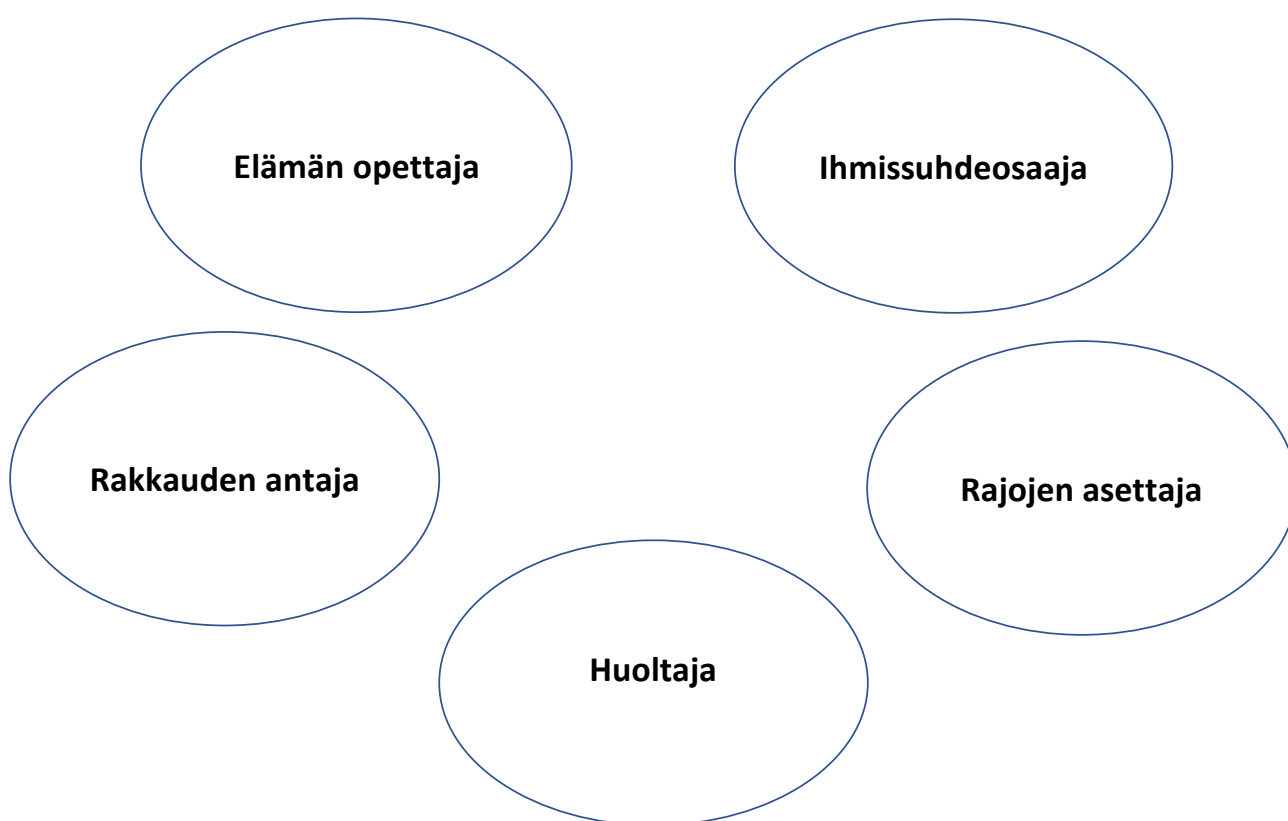
Vanhemmuuden roolikartta® Vanhemmuuden viisi keskeistä osa-aluetta



Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhymä

Vanhemmuuden roolikartta[®]

Vanhemmuuden viisi keskeistä osa-aluetta



Tutkimuslupa

Opiskelen viimeistä vuotta sosiaali-alan tutkinto-ohjelmaa Metropolia ammattikorkeakoulussa. Tarkoitukseni on tehdä monimuotoinen opinnäytetyö liittyen vanhemmuuden tukemiseen ja vahvistamiseen. Tuokion on tarkoitus lisätä osallistuvien vanhempien käsitystä omasta vanhemmuudestaan ja vahvistaa omaa kokemusta vanhemmuudesta. Lisäksi tuokion tarkoitus on saada osallistujien välille keskustelua ja sitä kautta osallistujat voivat antaa toisilleen vertaistukea vanhemmuuden haasteisiin ja kokemuksiin liittyen.

Ryhmässä on kaksi eri toiminnallista osuutta, joista olisi tarkoitus keskustella vertaistuen saamiseksi. Jotta ohjauksesta ja ryhmätoiminnan sisällöstä, tapahtumista ja tuloksista saataisiin kattava kokonaisuus kirjalliseen raporttiin, olisi tuokiossa tapahtuva keskustelu tarkoitus nauhoittaa.

Keskustelu nauhoitetaan erillisellä nauhurilla, ei puhelimella tai kameralla. Nauhoitetta ei siirretä millekään toiselle tietotekniselle laitteelle, vaan äänite kuunnellaan suoraan nauhurilta litterointia eli puhtaaksikirjoittamista tehdessä. Litteroinnin jälkeen äänite hävitetään. Tuokiossa on tarkoitus tehdä kirjallinen/ kuvallinen tuotos ja näistä teoksista olisi tarkoitus ottaa kuva erillisellä kameralla. Tuotoksiin ei tarvitse laittaa nimeä tai mitään muitakaan tunnistettavia henkilötietoja. Kuvat hävitetään, kun ne on lisätty opinnäytetyön liitteiksi.

Kaikki ryhmässä keskustellut asiat tulevat raporttiin anonymisti. Kirjalliseen raporttiin ei tule keskustelussa olleiden henkilöiden nimiä, ikää tai sukupuolta. Sitoudun myös itse olemaan vaitiolovelvollinen. Osallistuminen tuokioon on täysin vapaaehtoista.

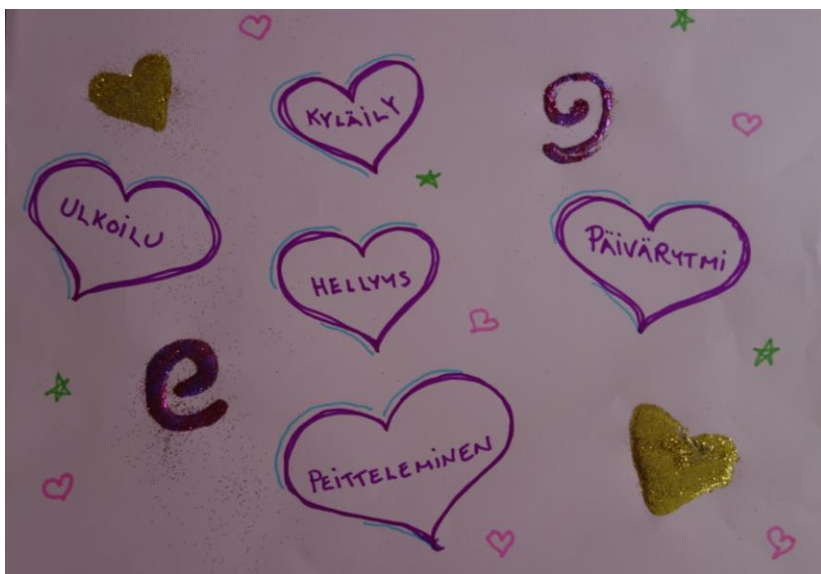
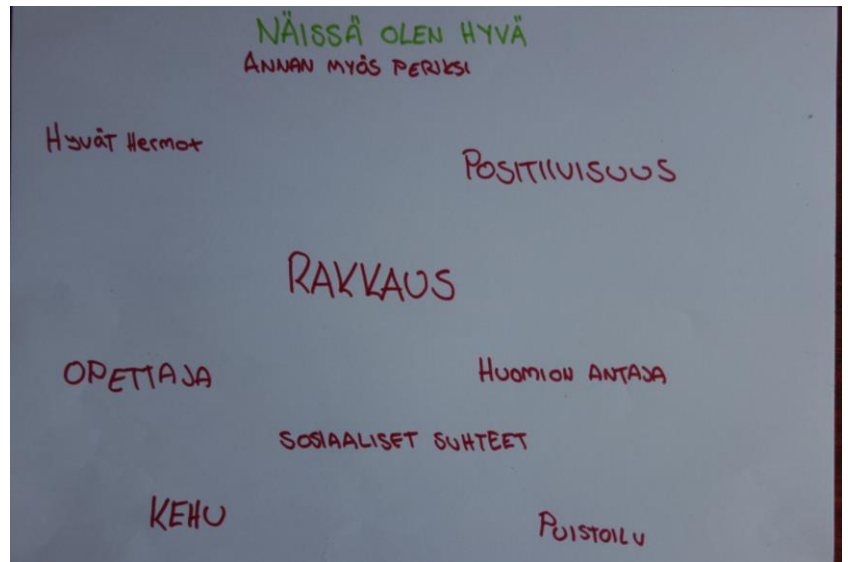
Petra-Maria Heino

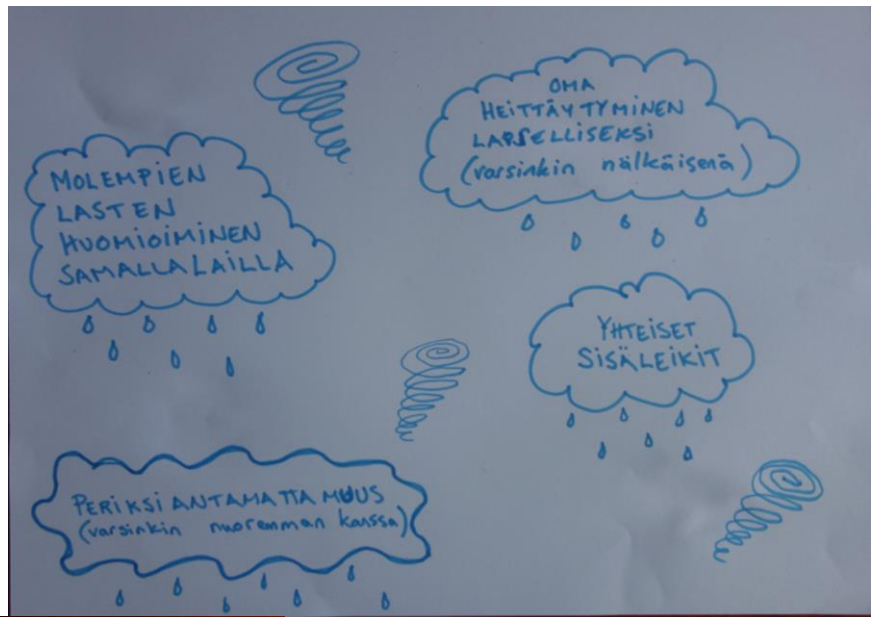
Sosiaali-alan tutkinto-ohjelma, sosionomi (AMK)
Metropolia Ammattikorkeakoulu

*Annan luvan siihen, että tuokio nauhoitetaan ja, että sanomisiini voidaan puhtaaksikirjoittaa opinnäytetyön raporttiin sekä siihen, että mahdollinen paperille tehty tuotos lisätään valokuvana osaksi opinnäytetyötä **anonymisti**.*

Päivämäärä ja paikka

Allekirjoitus





... Minulla on kehitettävää ...
 pitäisi löytää meille sopin systeemi

Rajojen alettamissa "ruutu aika" Siirtymät

huokumaan menossa - huokuma järjestelyissä

henkilöiden syönnissä → millään + miten paljon

umhdan tuisinaan huumorin + Menetän hermost

Hankalien asioiden puhuminen isästä / isän asioiden puhuminen - niistä hevinäiset tunteet

NÄIHIN VOISIN PANOSTAA

YHTEISTÄ TEKEMISTÄ

PÄNÄRTÄMÄ VÄHENTÄÄ MAKEAN SYÖNTIÄ

SELKEET RAJAT

LEIKKIÄ ENEMMÄN LUKEA KIRJAA

VÄHENTÄÄ KÄNNYKÄÄ JA PÄDIÄ LARSELLA SEKÄ ITSELLÄ

