

PÄIHDEPERHEEN LAPSEN SOSIAALISET SUHTEET AIKUISUUDESSA

Miten vanhemman alkoholin käyttö näkyy lapsen aikuisuuden sosi-
aalisissa suhteissa Tunturi-Lapin alueella?

Kujala Mia

Opinnäytetyö
Sosiaaliala
Sosionomi (AMK)

2022

Sosiaalialan koulutus
Sosionomi (AMK)

Tekijä	Mia Kujala	Vuosi	2022
Ohjaaja(t)	Kaisu Vinkki ja Tarja Jussila		
Toimeksiantaja			
Työn nimi	Päihdeperheen lapsen sosiaaliset suhteet aikuisuudessa – Miten vanhemman alkoholin käyttö näkyy lapsen aikuisuuden sosiaalisissa suhteissa Tunturi-Lapin alueella?		
Sivu- ja liitesivumäärä	40 + 3		

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, miten vanhemman alkoholin käyttö on vaikuttanut lapsen aikuisuudessa koettuihin sosiaalisiin suhteisiin sekä niissä toimimiseen. Tarkoitukseni oli tutkia, löytyykö haastateltavien vastauksista yhteneväisyyksiä, jotka voivat olla yhteydessä jokaisen haastateltavan lapsuudessa koettuun vanhemman alkoholin käyttöön, joka lapsen näkökulmasta on ollut haitallista.

Opinnäytetyöni toteutin käyttäen laadullista eli kvalitatiivista tutkimusmenetelmää, jossa aineiston keräsin yksilohaastatteluilla etäyhteyksin. Aineiston analyysimenetelmänä toimi sisällönanalyysi.

Haastateltavien otannassa oli huomioitu maantieteellinen näkökulma ja täten haastateltavat olivat eläneet lapsuuden Tunturi-Lapin seutukunnassa Lapin alueen juomatapojen poiketessa muusta maasta. Opinnäytetyön teoriaosuudessa käsitellen Tunturi-Lapin päihdeidenkäyttökulttuuria, päihdeperheen sisäisiä toimintamalleja sekä lapsen sosiaalista kehitystä peilaten sitä päihdeperheessä kasvamiseen.

Haastateltavien vastauksista löytyi suhteellisen paljon yhdenmukaisuuksia ja johdopäätökset olivat tällä haastattelujoukon otannalla selkeitä. Voidaan todeta, että tämän opinnäytetyön toteutukseen osallistuneen otannan perusteella muun muassa korkea työmoraali, uusiin ihmisiin tutustumisen sekä luottamisen vaikeus ovat haastateltavia yhdistäviä asioita. Myös miellyttäminen ja vahva empatiakyky olivat piirteitä, jotka tällä haastattelujoukolla ovat läsnä sosiaalisissa suhteissa.

Toivon opinnäytetyöni tulosten laajentavan tietoisuutta päihdeperheessä kasvanneiden lasten aikuisuudesta. Lisäksi toivon opinnäytetyöni antavan työkaluja ammattilaisille, jotka työskentelevät alkoholistin aikuisen lapsen kanssa. Opinnäytetyöni antaa myös pohjaa aiheen jatkotutkimukselle.

Avainsanat päihdeperhe, alkoholiongelmat, kiintymyssuhde, sosiaaliset suhteet, lapsuus, aikuisuus

Social Services
Bachelor of Social Services

Author	Mia Kujala	Year	2022
Supervisor	Kaisu Vinkki and Tarja Jussila		
Commissioned by			
Subject of thesis	Social life of a child of an intoxicant reliant family in adult years – How does parent’s alcohol usage affect a child’s social relationships in the sub-region of Fell Lapland?		
Number of pages	40 + 3		

This thesis was made to examine the effects of a parent's alcohol usage in the child's social life in adulthood. I implemented the collection of material through interviews. The sampling concerning the interviewees pays attention to geographical point of view, thus had the interviewees lived their childhood in the sub-region of Fell-Lapland, since the drinking culture in Lapland differs from the rest of Finland.

My intention was to investigate the possible consistencies in regards to the interviewees answers, which could be connected to every interviewee's childhood and their parent’s alcohol usage, which in children's case has been harmful.

In the theoretical part of my thesis, I address the culture of abusing intoxicants in Fell Lapland, the operational models of intoxicant reliant families and also the social development of a child mirroring it with being raised in an intoxicant reliant family.

There can be found relatively many similarities concerning the answers of the interviewees and the similarities were - regarding to this exact sampling - quite clear. It can be pointed out that high working morale and difficulties in establishing trust and new social relationships are shared features in mentioned sampling. Also on the other hand different traits aiming in pleasing and strong empathic skills are features that dominate this exact samplings social relationships.

I hope that the results of my thesis can give help and tools for professional working with an alcoholic parent’s child. In addition, I also wish that my thesis sparks up interest for future research.

Key words intoxicant family, alcohol problems, attachment theory, social relationships, childhood, adulthood

SISÄLLYS

ALKUSANAT.....	5
1 JOHDANTO.....	6
2 ALKOHOLIN KÄYTTÖ TUNTURI-LAPIN ALUEELLA.....	8
3 PÄIHDEPERHE.....	10
3.1 Päihdeperhe käsitteenä.....	10
3.2 Päihdeperheen roolit ja perheen sisäiset suhteet.....	11
3.3 Selviytymiskeinot- ja strategiat sekä suojaavat tekijät.....	12
4 PÄIHDEPERHEESSÄ KASVANEEN SOSIAALINEN KEHITYS.....	15
4.1 Kiintymyssuhdeteoria ja -mallit.....	15
4.2 Psykososiaalisen kehityksen vaiheet.....	16
4.3 Sosiaalinen kehitys aikuisuuteen ja mahdolliseen vanhemmuuteen....	19
5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	22
5.1 Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä.....	22
5.2 Aineiston keruu.....	23
5.3 Tutkimuseettiset valinnat.....	24
5.4 Aineiston analysointi.....	25
6 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET.....	27
6.1 Luonteenpiirteet.....	27
6.2 Työelämä.....	28
6.3 Vuorovaikutus parisuhteessa ja vanhemmuudessa.....	29
6.4 Piirteet ja seuraukset vanhemman päihteiden käytöstä.....	29
6.5 Toimintamallit epämukavina hetkinä.....	32
6.6 Yhteenveto.....	34
7 POHDINTAA OPINNÄYTETYÖPROSESSISTA.....	36
LÄHTEET.....	38
LIITTEET.....	41

ALKUSANAT

Haluan kiittää jokaista opinnäytetyöhöni osallistunutta haastateltavaa. Aihe on ollut jo pitkään minua kiinnostava, ja te mahdollistitte minun syventyä siihen opinnäytetyön muodossa kokemuksienne kautta.

1 JOHDANTO

Sosionomi AMK -tutkintoon kuuluvan opinnäytetyön toteutin tekemällä tutkimuksellisen opinnäytetyön haastatellen nyt jo aikuisia päihdeperheen lapsia. Opinnäytetyön tutkimuskysymyksenä toimi: *Miten vanhemman alkoholin käyttö on vaikuttanut lapsen aikuisuudessa koettuihin sosiaalisiin suhteisiin?* Tarkoitukseni oli tutkia, löytyykö haastateltavien vastauksista yhteneväisyyksiä, jotka voivat olla perua lapsuudessa koettuun vanhemman, lapsen näkökulmasta haitalliseen, alkoholin käyttöön. Tutkimuskysymykseni on viitoittanut opinnäytetyöprosessin kulua. Vaikka käytän opinnäytetyössäni päihdeperheen käsitettä, rajaan tässä opinnäytetyössä päihteet koskemaan pelkästään alkoholia.

Lapsuudenkodissa tapahtuneen alkoholin käytön seurauksista on saatu tietoa gradujen, väitöskirjojen sekä hankkeiden perusteella. Hankkeista yksi merkittävä on A-klinikkasäätiön Lasinen Lapsuus -hanke, joka on jo vuosikymmenien ajan tutkinut kyseistä ilmiötä ja sen vaikutuksia. Tietoa ei kuitenkaan löytynyt juuri valitsemastani opinnäytetyön aiheesta eli siitä, miten lapsuudessa koettu vanhemman päihteiden käyttö näkyy lapsen aikuisiällä nimenomaan sosiaalisissa suhteissa. Tämän vuoksi opinnäytetyöni aiheen rajaaminen on ollut tärkeää myös tiedonkeruun osalta ja olenkin saanut palauttaa mieleeni tutkimuskysymyksen useaan otteeseen opinnäytetyöprosessin aikana esimerkiksi aineistoa rajatesani.

Lasten kokemukset tutkimuksissa ovat jääneet sivuun siitä syystä, että perhettä tarkastellaan usein yksikkönä, vaikkakin lasten kokemukset alkoholin käytöstä ovat olleet vanhemmista poikkeavia. Siinä missä aikuinen ajattelee humalajuomisen normaaliksi, voi lapsi kokea sen haitallisena alkoholiongelmana (Itäpuisto 2008, 28–29). Parhaillaan lapsuutta elävien kokemuksia ovat tutkineet Anu Heikkilä (2005) Pro gradu -työssään sekä Kaivosoja Sanna (2010) Pro gradu -tutkielmassaan.

Hourula ja Uimonen (2014) puolestaan ovat Pro gradu -tutkielmassaan tarkastelleet alkoholiperheessä varttuneiden lähtökohtia sosiaaliseen elämään. Heidän tutkimusjoukkonsa oli kuitenkin kerätty vertaistukiryhmien kautta ja tämän vuoksi

koin tärkeäksi toteuttaa tämän opinnäytetyön aineiston keruun eri tavalla vieden osallistumismahdollisuuden jokaisen kansalaisen keskuuteen. Mahdollisesti myös niiden, jotka eivät kokemuksistaan vertaistukiryhmässä ole avanneet ja joilla ei lapsuudessaan välttämättä ole ollut asiakkuutta auttavaan tahoon. Tämä tulokulma aineiston hankintaan antaa tarkoituksenmukaisesti kattavamman, realistisemmän sekä tasavertaisen tutkimustuloksen opinnäytetyölle. Lisäksi haastateltavien etsiminen tiedotusvälineiden kautta on antanut tasavertaisen mahdollisuuden jokaiselle halukkaalle toimia haastateltavana. Jokainen ihminen on yksilö ja jokainen reagoi asioihin eri tavalla, myös lapsuuden kokemuksiin. Täten haastateltaville ei voitu asettaa minkäänlaisia kriteereitä tai kelpoisuusvaatimuksia, vaan he ovat ottaneet yhteyttä minuun oman subjektiiviseen kokemukseen vanhemman alkoholinkäyttöön pohjautuen.

Lisäksi otin opinnäytetyöhöni paikallisen näkökulman ja täten haastateltavien otanta on rajautunut maantieteellisesti Tunturi-Lapin seutukuntaan. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että haastateltavat ovat viettäneet lapsuutensa Kittilän, Kolarin, Muonion tai Enontekiön kunnissa. Suomessa on arvioitu olevan 500 000–600 000 alkoholin suurkuluttajaa, joista puolet ovat työssäkäyviä (Arramies & Hakkarainen 2013, 19). Myyntitilastojen perusteella Lapissa myydään alkoholia maakunnittain eniten asukasta kohti koko Suomeen verrattuna (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2021). Lisäksi juomatavat Lapissa poikkeavat merkittävästi muusta maasta ja Lappi on alkoholin kulutus- ja haittatilastojen kärjessä (Orjasniemi & Tiuraniemi 2009, 11). Näiden vuoksi koin vielä tärkeämmäksi kohdistaa opinnäytetyöni paikallisten keskuuteen, kun siihen minulla oli mahdollisuus.

Opinnäytetyölläni pyrin saamaan käytännönläheisiä vastauksia tutkimuskysymykseen. Opinnäytetyön toteutan laajasti, koko yhteiskunnalle, mutta erityisesti alan ammattilaisille sekä muille päihdeperheen aikuisten lasten kanssa toimiville. Lisäksi se voi toimia tietoperustana asianomaisille, samassa tilanteessa oleville.

2 ALKOHOLIN KÄYTTÖ TUNTURI-LAPIN ALUEELLA

Alkoholin ongelmakäyttö voidaan jakaa kolmeen luokkaan. Alkoholin riskikäytössä alkoholin käytön rajat ylittyvät, mutta merkittäviä haittoja juomisesta ei ole vielä seurannut. Alkoholin haitallisessa käytössä haittoja on jo ilmennyt, niiden ollessa joko fyysisiä tai psyykkisiä, mutta riippuvuutta ei vielä ole muodostunut. Kolmantena ongelmakäytön luokkana on alkoholiriippuvuus, jossa juominen on pakonomaista. Tässä vaiheessa yksilö on jo riippuvainen alkoholista. Näistä kolmesta luokasta alkoholiriippuvuudella on oma ICD-tautiluokitus. (Aalto 2015, 9.)

Alkoholiriippuvuus on kansansairaus. Väitettä puoltavat tilastot, joiden mukaan alkoholista riippuvaisia miehiä on väestöstä noin 7% ja naisia 2%. (Aalto 2015, 8.) Puolestaan ongelmakäyttöä kaikkine eri ongelmakäytön luokkineen on väestöstä 23% miehistä ja 12% naisista (Aalto 2015, 12). Lisäksi on arvioitu, että miehistä 10-15% kärsii alkoholiriippuvuudesta jossain vaiheessa elämää (Duodecim Terveyskirjasto 2018).

Suomalaisten juomatavoissa on säilynyt viikonloppuihin painottuva humalahakuisen juominen. Sen lisäksi rinnalle on tullut niin sanottu eurooppalainen juomatapa, jolle on tyypillistä juoda alkoholia erilaisissa tilanteissa pitkin viikkoa ja alkoholin käyttö sijoittuuakin etenevissä määrin kodin sisäpuolelle. Naispuolisten henkilöiden alkoholin käyttö on lisääntynyt ja muuttunut tyyliältään aiempaa humalahakuisemmaksi. Yleisesti suomalaisten suhtautuminen alkoholin käyttöä kohtaan on muuttuneet vapaammaksi viime vuosikymmenien aikaan. (Itäpuisto & Taitto 2010, 5.) Toisaalta nuorten keskuudessa raittius näyttäytyy trendinä, eikä nuoret kuluta alkoholia yhtä paljon kuten esimerkiksi 20 vuotta sitten. Tämä näkyy etenkin humalahakuisen juomisen vähenemisenä. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2019, 3–5.)

Lapin kunnista Enontekiöllä myydään kaikista eniten alkoholia 15 vuotta täyttänyttä asukasta kohti, 26,5 litraa vuodessa. Samasta tilastosta nähdään, että Kittilässä määrä on 22,6 litraa, Kolarissa 20,9 litraa sekä Muoniossa 13,3 litraa vuodessa. Määrät ovat merkittävän suuria siihen nähden, että koko Suomen keskiarvo on 8,2 litraa vuodessa. Toisin sanoen Enontekiön kunnassa alkoholia myydään reilusti yli kolminkertainen määrä koko maahan verrattuna ja Kittilässä

myyntimäärä on myös melkein kolminkertainen muuhun maahan verrattuna. Vaikka tiedetään, että luvut Lapin kunnissa johtuu muun muassa turismista, kertovat tilastot kuitenkin kulttuurista, jossa Tunturi-Lapissa eletään. (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2021.) Vastaava ilmiö on ollut esillä jo vuonna 2009 (Tuomikoski-Koukkula 2009, 139). On myös todettu, että lappilaisten sosiaalista käyttäytymistä leimaa humalahakuisuus (Kujala 2009, 206–207).

Lisäksi Ylä-Lapin alkoholinkäyttökulttuuri poikkeaa Etelä-Lapin alkoholinkäyttökulttuurista (Orjasniemi & Tiuraniemi 2009, 12). Saamelaisyhteisöissä voidaan todeta alkoholismien olevan melko vaiettu aihe. Historian tapahtumat ovat nostaneet saamelaisyhteisössä elävien kynnystä hakeutua avun piiriin, sillä viranomaiset ovat usein edustaneet valtakulttuurin edustajia ja täten avun hakeminen on koettu jokseenkin uhkaavana. (Heikkilä 2009, 227.) Tunturi-Lapin alueella työskennellessäni koen kulttuurisensitiivisen työtteen sekä historian tuntemisen tärkeänä, ja tätä haluan myös omalla opinnäytetyölläni edistää.

Anne-Mari Näkkäläjärven Pro Gradu tutkielman (2006, 52–80) tuloksista Itä-Enontekiön saamelaisten miesten juominen voidaan karkeasti jakaa kahteen osaan; muutamilla käymiseen sekä kausijuomiseen. Kausijuominen on humalahakuista, poronhoitosyklin mukana kulkevaa, sekä ajallisesti pidempikestoista, kuin muutamilla käyminen. Naisten alkoholin juominen on kokonaisuudessaan vieraampaa, kulttuurillisesti jopa paheksuttua. Tutkimuksessa haastateltavat puhuivat mielellään pitkistä raittiuskausista ja kausijuomisesta, eikä ongelmaa haluttu myöntää. Erilaisesta alkoholikulttuurista kertoo myös se, että alkoholiongelman määritelmänä pidetään sitä, pystyykö hoitamaan työnsä.

Merkittävää on myös se, ettei saamenkielistä päihdeviestintämateriaalia ole ollut tarjolla yhdellekään saamen kielelle ennen Sininauhaliiton toteuttamaa *Humalajuomisen vähentäminen* -hanketta vuosina 2007–2009, joista toisen osahankkeen toteutti SámiSoster ry. Myöskään saamenkielisiä päihdepalveluita ei ole ollut tätä ennen tarjolla. (Heikkilä 2010, 28.) Tämä on nostattanut entisestään niin kielellistä sekä kulttuurillista epätasa-arvoisuutta palveluiden saannissa. Hankkeen tarpeellisuuden puolesta puhuu sen onnistuminen sekä jatkohankkeena toiminut *Saamelaisten voimavarat päihdetyössä* -hanke (Heikkilä 2010, 40–41).

3 PÄIHDEPERHE

3.1 Päihdeperhe käsitteenä

Lasinen Lapsuus -hankkeen ja sen väestökyselyjen avulla on kartoitettu jo pitkän aikaa lapsen kokemuksia vanhemman alkoholinkäytöstä. Väestökyselyjä on toteutettu vuosina 1994, 2004 ja 2009. Yksi väestökyselyn kysymyksistä on ollut seuraava – *Oliko lapsuudessa perheessäsikin alkoholin liikakäyttöä?* Kysymyksen ”kyllä” vastaukset ovat nousseet tasaisesti 16 prosentista 23 prosenttiin ensimmäisen ja viimeisimmän kyselyn välillä. Vuoden 1994 kysely toteutettiin kuitenkin myöhemmistä kyselyistä poiketen kasvokkain, joten tämän vuoksi tulosten luotettavuus on voinut kärsiä henkilökohtaisia ja arkoja asioita käsiteltäessä kasvokkain. (Roine, Ilva & Takala 2010, 36.)

Tarkkaa arviota ei kuitenkaan löydy siitä, miten moni lapsi todellisuudessa elää kärsien vanhemman alkoholin käytöstä. Osittain tähän vaikuttaa lasten suojeleminen tutkimuseettisillä säädöksillä. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, ettei lapsi voi osallistua tutkimukseen ilman vanhemman suostumusta. (Itäpuisto 2008, 22.)

Vuoden 2008 suomalaisten juomatapatutkimuksessa oman kodin todettiin olevan yleisin paikka, jossa alkoholia nautitaan (Mustonen, Mäkelä & Huhtanen 2009, 391). Sama trendi oli yhä vuonna 2016. Silloin myös tarkennettiin, että kotona alkoholin nauttiminen on yleisintä yli 30-vuotiaiden keskuudessa (Härkönen, Savonen, Virtala & Mäkelä 2017, 29). Puolestaan vuonna 2020 synnyttäneiden äitien keski-ikä oli 31,3 vuotta, isäksi tulleiden keski-ikä 33,7 vuotta (Suomen virallinen tilasto). Vaikka näiden tietojen pohjalta ei voida tehdä suoria yleistyksiä, voimme jossain määrin liittää yhteen kotona juomisen ja tuoreen vanhemmuuden.

Vaikka opinnäytetyössäni käytän päihdeperhe-käsitettä sen rajoituksessa vain alkoholiin, tulee muistaa, ettei näillä perheillä loppujen lopuksi ole juuri muuta yhteistä kuin subjektiivinen kokemus kotona tapahtuvasta päihteiden käytöstä. Ei ole olemassa yhtenevin kriteereihin määriteltävissä olevaa ongelmaperhettä, jollaiseksi esimerkiksi alkoholiperhe usein mielletään. Tämä seikka ei kuitenkaan

poista lapsen mahdollista kärsimystä vanhemman alkoholin käytöstä, vaikka juominen ei toisikaan mukanaan sosiaalisia ongelmia, köyhyyttä tai väkivaltaa. (Itäpuisto 2003, 41.)

Päihdeperheen arjesta puhuttaessa ei ole kyse vain yhdestä tapahtumasta, esimerkiksi alkoholin juomisesta. Kyse on enemmänkin syklistä, joka toistuu kehämäisesti. On raittiita päiviä, ärsytystä, mahdollisesti myös iloisia päiviä ennen juomista, juominen, krapula, vieroitusoireet ja taas raittiit päivät. Lapsen tuntiessa tämän syklin, aiheuttaa se hänelle jatkuvaa stressiä. (Holmberg 2003, 22–23.)

3.2 Päihdeperheen roolit ja perheen sisäiset suhteet

Päihdeperheessä katsotaan olevan neljä erilaista roolia, joita ovat vastuunkantaja, syntipukki, unohdettu lapsi sekä maskotti. Vastuunkantaja nimensä mukaisesti huolehtii muista, on usein perheen vanhin ja mahdollisesti myös yksinäinen. Syntipukki puolestaan yrittää kääntää huomion juomisen sijasta itseensä, usein keinoja kaihtamatta. Esimerkiksi varhaista päihteiden käyttöä ja rikollisuutta voi ilmetä syntipukin toimesta. Hän tuo esiin koko perheen pahan olon käytöksellään. Unohdettu lapsi eristäytyy omaan mielikuvitusmaailmaan. Maskotti toimii viihdyttäjänä ja yrittää saada muita hyvälle tuulelle. (Taitto 2002, 18.)

Roolit eivät kuitenkaan ole täysin yksiselitteisiä, eikä lasta voi yksioikoisesti asettaa johonkin tiettyyn rooliin. Lapsen ikä, kehitystaso, persoona ja temperamentti luonnollisesti ohjaavat myös käytöstä. Roolit voivat myös vaihdella tilanteesta riippuen. Lapsuudessa koetut päihdeperheen erilaiset roolit voivat näkyä vielä aikuisuudessa. Esimerkiksi unohdetun lapsen roolissa olleella voi aikuisuudessa esiintyä erilaisia mielenterveysongelmia sekä yksinäisyyttä. Vastuunkantajan roolissa elänyt voi puolestaan hakeutua totuttuun hoivavietin seurauksesta hoivialalle. (Taitto 2002, 18.)

Päihdeperheen jäsenten toimintamalleja on myös jaoteltu kolmeen osaan. Joku perheen jäsenistä, usein juojan lapset, sulkeutuvat omiin ajatuksiin asettaen itsensä etusijalle silloin, kun vanhempi juo. Toisessa toimintamallissa perheenjäsen hoivaa ja auttaa, samalla kuitenkin hankkien lisää tietoa ja keskustellen ongelmasta suoraan juojan kanssa. Tällainen käytös on yleistä juojan puolisolle. Kolmannessa toimintamallissa asiat yritetään pitää ulkoisesti tavanomaisina ja

pyritään uskottelemaan asioiden olevan kunnossa, vaikka ongelma on hyväksytty osaksi elämää. Kolmas toimintamalli on tyypillistä hieman vieraammille läheisille, kuten ystäville ja sukulaisille. Myöskään nämä roolit eivät ole vakiintuneita, vaan perheenjäsenet ehtivät elämänsä aikana kokeilla monia eri rooleja. (Holmila 2003, 94.)

Juova isä voi näyttäytyä tyttärelle jopa henkilökohtaisena sankarina, joka aiheuttaa kuitenkin pettymyksiä turhien lupausten vuoksi. Humalassa isä voi olla myös halveksuva tyttärtään kohtaan. Poikalapsella puolestaan on tarve kunnioittaa isäänsä, miehen mallia, mutta tämä voi aiheuttaa ristiriitaisia tunteita isän juomisen takia. Näiden ristiriitaisuuksien vuoksi voi poikalapselle aiheutua identiteettinsä kanssa ongelmia myöhemmässä iässä. (Itäpuisto 2008, 41–42.) Lisäksi tulee huomioida, että vaikka perheessä vain yksi aikuinen joisi, muuttaa se myös toisen vanhemman käytöstä ja täten koko perheen keskeistä dynamiikkaa (Mäkelä 2015, 113).

Erilaiset perheroolit johtavat erilaisiin suhdeuriin. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että jokaisella perheenjäsenellä on omanlainen suhde toiseen perheenjäseneen. Suhdeurat ovat kulttuurisidonnaisia ja niihin vaikuttaa se, miten perhesuhteet ymmärretään kussakin yhteisössä. Päihdeperheessä suhdeura muotoutuu yhtä matkaa juojan juomisuran ja juojan läheisen identiteetin muodostumisen kanssa. (Holmila 2003, 79–95.)

Päihdeperheissä koetaan myös läheisriippuvuutta, jota termin vuonna 1994 kehittänyt teologi sekä kirjailija Tommy Hellsten kuvailee sairauden kaltaiseksi tilaksi. Se syntyy, kun ihminen elää jonkin voimakkaan ilmiön, tässä tapauksessa alkoholiriippuvuuden, läheisyydessä eikä kykene käsittelemään ilmiötä, vaan sopeutuu sen olemassaoloon ja mukauttaa elämäänsä sen vuoksi. (Itäpuisto 2008, 44–45.) Läheisriippuvuuden voidaan terminä katsoa vastaavan enemmän ideologiaa kuin tieteellistä teoriaa, sillä sitä ei ole pystytty määrittelemään tieteellisin käsittein sen moninaisuuden vuoksi (Itäpuisto 2005, 45).

3.3 Selviytymiskeinot- ja strategiat sekä suojaavat tekijät

Spaniolin ja Jungin mallin mukaan Itäpuisto jakaa selviytymiskeinot neljään eri luokkaan. Ongelmaorientoitunut pyrkii muuttamaan stressaavaa tilannetta joko

muokkaamalla omaa käyttäytymistä tai muita ympäristöön liittyviä tekijöitä ja täten kontrollin tarve on tälle selviytymistyyppille keskeistä. (Itäpuisto 2003, 47.) Holmila & Ilva toteavat, kuinka myös Bancroft et al. huomasivat tutkimuksessaan, että epämiellyttäviä tunteita kokiessaan lapselle on tavallista haluta vanhemman juomisen tilalle jonkinlaisen tunteen ympäristönsä hallinnasta. Tällaista toimintaa voi olla esimerkiksi siivous tai omaan maailmaan sulkeutuminen esimerkiksi harrastusten ja taiteen avulla (Holmila & Ilva 2010, 51).

Emotionaalisessa selviytymistavassa keskeistä on stressin käsittely tunnetasolla ja tämä toteutuu muun muassa jakamalla tunteita muiden kanssa. Kognitiivisessa selviytymiskeinossa yritetään etsiä vastauksia esimerkiksi self-help kirjoista, joiden avulla omat kokemukset voi määritellä käyttökelpoisilla termeillä. Fyysisen selviytymiskeinon kautta stressin vaikutukset pyritään minimoimaan fyysisten aktiviteettien kautta. Näistä malleista emotionaaliset ja kognitiiviset selviytymiskeinot ovat läsnä etenkin silloin, kun juojasta on päästy erilleen. Kuten roolit, myös selviytymiskeinot muuttuvat tilanteista riippuen ja elämän aikana ehditään kokeilla useita selviytymiskeinoja, jos nähdään, ettei tietty keino tuotakaan tulosta. (Itäpuisto 2003, 47.)

Selviytymisstrategiat voidaan jakaa puolestaan kolmeen luokkaan, joita ovat epäaktiivinen, osallistuva ja vetäytyvä selviytymisstrategia. Epäaktiivinen on luonteeltaan sietävää eli tämä henkilö voi käytöksellään teeskennellä, että kaikki on hyvin ja piilotella esimerkiksi pulloja vierailta. Käytännössä epäaktiivinen selviytymisstrategia mahdollistaa juojan juomisen. Osallistuvaa selviytymisstrategiaa toteuttava henkilö pyrkii rajoittamaan juojan juomista piilottelemalla pulloja juojalta itseltään ja ongelmaa lähestyessään puhuu asiasta suoraan. Vetäytyvän selviytymisstrategian tunnusmerkkejä on esimerkiksi juovan vanhemman välttäminen, omaan elämään ja itseensä keskittyminen. (Itäpuisto 2008, 112.)

Näistä epäaktiivinen sekä vetäytyvä selviytymisstrategia ovat lyhyellä aikavälillä nopeita vaihtoehtoja, mutta pitkään toteutettuna omien tunteiden tukahduttaminen aiheuttaa psyykkisiä haasteita. Selviytymisstrategioiden toimintamallit ovat usein huomaamattomampia, mitä nämä esitetyt esimerkit sekä määritelmät. Siksi aikuisen on vaikeaa huomata, millaista selviytymisstrategiaa lapsi kulloinkin toteuttaa. (Itäpuisto 2008, 112.)

Vaikka lapsen elämässä olisi lukuisia riskitekijöitä, auttavat suojaavat tekijät selviytymään arjesta. Ne voivat jopa kumota traumaattisten kokemusten vaikutuksia. Suojaavia tekijöitä on niin sisäisiä kuin ulkoisia. Muun muassa lapsen oma persoonallisuus, vuorovaikutustaidot, hyvät tunnetaidot ja kehittynyt sisäinen kontrolli voivat olla sisäisiä suojaavia tekijöitä, jotka auttavat lasta vastaanottamaan haasteita tavallista paremman minäkäsityksen ja itsetunnon avulla. Ulkoiisiin tekijöihin lasketaan muun muassa turvallinen kiintymyssuhde sekä lämpimät sisarusuhteet, jotka voivat toimia korvaavina ihmissuhteina. Esimerkiksi lastensuojelun avohuollon toimet pyrkivät maksimoimaan ulkoisia suojaavia tekijöitä, joihin edellä mainittujen lisäksi kuuluu myös rajat, rakkaus ja rutiinit. (Holmberg 2003, 37–38.)

Suojaavia tekijöitä, joita itse voi edistää, on muun muassa ajankäyttö mielekkäessä toiminnassa, esimerkiksi harrastuksissa. Ne auttavat rakentamaan minäkuvaa sekä positiivisia malleja. Muiden vertaistuki, toimivat sosiaaliset suhteet sekä hyvä taloudellinen tilanne ovat myös suojaavia tekijöitä, jotka minimoivat vanhemman päihteiden käytöstä aiheutuvia riskejä. (Itäpuisto 2008, 112.)

4 PÄIHDEPERHEESSÄ KASVANEEN SOSIAALINEN KEHITYS

4.1 Kiintymyssuhdeteoria ja -mallit

Nykytutkimuksen mukaan kiintymyssuhdemalli muodostuu lapselle jo ensimmäisten elinvuosien aikana. Ne vaikuttavat jopa koko loppuelämän ajan ollessaan melko pysyviä käsityksiä maailmasta ja ihmissuhteista. Kiintymyssuhdemallit aktivoituvat etenkin stressaavissa tilanteissa. Lapselle tällaisia tilanteita on esimerkiksi yksin jääminen, pelko ja epävarmuus. Nämä tunteet ovat päihdeperheessä kasvaneelle lapselle tuttuja. Aikuisella kiintymyssuhdemalli aktivoituu elämän eri siirtymävaiheissa ja muutoksissa, joita voi olla esimerkiksi perheenlisäys ja työpaikan vaihto. Myös yllättävät stressaavat ja traumatisoivat tilanteet kuten taloudellinen kriisi sekä sairastuminen aktivoivat kiintymyssuhdemallin aikuisella. (Duodecim Terveyskirjasto 2020.)

Kiintymyssuhdetutkimuksen isä John Bolwby tutki yhdessä Mary Ainsworthin kanssa vierastilannemenetelmän avulla lapsen kiintymyssuhdetta. Tutkimus kesti noin 20 minuuttia ja tänä aikana lapsi vietti aikaa huoneessa niin yksin kuin vieraan aikuisen kanssa. Tuon 20 minuutin aikana havainnoitiin sitä, miten lapsi reagoi joutuessaan hetkeksi eroon vanhemmastaan. (Karrasch, Lindblom-Ylänne, Niemelä, Päivänsalo & Tynjälä 2008, 57.)

Kun lapsi on saanut kiinnittyä turvallisesti häntä hoitaviin aikuisiin, kehittyy turvallinen kiintymyssuhdemalli. Tällöin lapsi pystyy luottamaan siihen, että hänen tarpeisiinsa vastataan riittävällä tavalla. Stressaavissa tilanteissa lapsi ilmaisee häntänsä sillä oletuksella, että häntä autetaan. (Duodecim Terveyskirjasto 2020.) Turvallisen kiintymyssuhteen on todettu edistävän nuoren itsenäistymisprosessia. Aikuisuudessa hänellä on myönteinen käsitys niin itsestään kuin muista sekä taito tasapainoilla tarvitsevaisuuden sekä itsenäisyyden välillä. (Karrasch ym. 2008, 58.)

Turvattomiin kiintymyssuhdemalleihin kuuluu ristiriitainen sekä välttelevä kiintymyssuhdemalli. Bolwbyn ja Ainsworthin tutkimuksessa välttelevän kiintymyssuh-

demallin omaava lapsi ei hae lohdutusta aikuiselta erotilanteen jälkeen. Ristiriitaisen kiintymyssuhteen omaava lapsi keskittyi tutkimuksessa läheisyyden ylläpitämiseen eikä esimerkiksi tutki ympäristöä tai leiki. (Karrasch ym. 2008, 58.)

Epäjohdonmukaisessa kasvuilmapiirissä kasvanut lapsi ei osaa ennakoida aikuisen käytöstä ja tunteita, jolloin lapsi joutuu olemaan jatkuvasti varuillaan ja jännittyneenä. Tästä seuraa ristiriitaisesti turvaton kiintymyssuhde. Lapsi käyttäytyy tavalla, joka pyrkii minimoimaan vanhemman negatiivista reaktiota. Toisaalta hän saattaa liioitella omia koettuja tunteita, jotta saisi vanhemmalta huomiota. (Duodecim Terveyskirjasto 2020.) Tämä kiintymyssuhdemalli on hyvin tyypillistä päihdeperheessä kasvaneelle lapselle, sillä vanhemman alkoholin käyttö luonnollisesti muuttaa vanhemman käytöstä ja tekee siitä epäjohdonmukaista.

Välttelevässä kiintymyssuhdemallissa lapsi on kasvanut jokseenkin tunneilmaisultaan köyhässä ilmapiirissä, jossa tunteiden ilmaisua kokonaisuudessa on pyritty välttämään. Täten lapsi ei ole pystynyt ilmaisemaan tunteita lapselle ominaisella tavalla ja on voinut passivoitua. Lapsi voi olla ankara itseään kohtaan ja yrittää saada puuttuvaa hyväksyntää toimintansa avulla. Suomalaisessa kulttuurissa tämä kiintymyssuhdemalli on kaikista yleisin. (Duodecim Terveyskirjasto 2020.) Myös tämä malli on oleellinen päihdeperheessä kasvaneelle lapselle, sillä niin sanotun tunneköyhän kasvatusilmapiirin takana voi olla masennus, joka voidaan yhdistää alkoholin käyttöön ja sen seurauksiin.

Kiintymyssuhdemalleista kaikista harvinaisin on kaoottinen eli kokonaan jäsenymättömän kiintymyssuhdemalli. Tällöin kasvuilmapiiri on ollut lapselle vahingollinen kaikessa epäjohdonmukaisuudessaan. Vanhemmat voivat olla jopa vaaraksi lapselleen, sillä taustalla voi olla hyvinkin haastavia psyykkisiä ongelmia. Tyypillistä on, että tällaisessa perheyhteisössä kasvaneen lapsen on hyvin hankala luottaa aikuisiin. (Duodecim Terveyskirjasto 2020.)

4.2 Psykososiaalisen kehityksen vaiheet

Erik H. Erikson (1902–1994) on määritellyt psykososiaalisen kehitysteorian ja jakanut sen ihmisen elämänvaiheiden mukaisesti kahdeksaan osavaiheeseen. Mikään osavaihe ei väisty seuraavan tullessa vaan uusi vaihe rakentuu aiemman

päälle. Täten jokainen osavaihe vaikuttaa ihmiseen joko kehittyneenä tai osin taantuneena. (Dunderfelt 1997, 243–244.)

Ensimmäisen osavaiheen eli vauvaiän kehitystehtävänä on perusluottamuksen muodostaminen ja sen vastakohtana epäluottamus. Lapsen on äärimmäisen tärkeää kokea olevansa turvassa. Tämä kokemus syntyy hyvinkin pienistä arkisista asioista, kuten lämmöstä ja läheisyydestä. (Dunderfelt 1997, 249.) Yleisesti päihdeperheessä eläneen lapsen tarpeet voivat jäädä huomioitta vanhemman päihdeongelman vuoksi.

Psykologian emeritusprofessori Lea Pulkkisen mukaan lapsen alkupääoma koostuu kolmesta erilaisesta lapsen kasvuympäristössä vaikuttavasta tekijästä; arvoista ja normeista, yhteisön tuesta sekä luottamuksesta. Päihdeperheessä elävän lapsen alkupääoman tekijöistä luottamus on kaikista haavoittuvimmassa asemassa. (Pulkkinen 2002, 44–46.)

Toinen Eriksonin kuvaamista psykososiaalisen kehitysteorian vaiheista on varhaislapsuus, johon tässä tapauksessa katsotaan lukeutuvan lapsen toinen ja kolmas elinvuosi. Kehitystehtävänä on itsenäisyys, joka luo myöhempää elämää varten itsenäisyyden perustan. Itsenäisyyden vastakohtana toimii häpeä ja epäily. (Dunderfelt 1997, 248.) Päihdeperheessä eläneellä lapsella häpeä voi muodostua liian merkittäväksi tunteeksi luottamuksen puutteen sekä pelon lisäksi. Liian voimakas ja pitkään jatkunut häpeän tunne vahingoittaa Eriksonin kuvaamaa psykososiaalisen kehitysteorian varhaislapsuuden vaihetta ja vahingoittaa lapsen henkistä sosiaalista pärjäämistä myöhemmässä elämässä. (Lasiainen lapsuus.)

Leikki-ikää katsotaan olevan kolmesta vuodesta noin kuuteen ikävuoteen saakka. Tällöin kehitystehtävänä toimii aloitteellisuus sekä sen vastakohtana syyllisyys. (Dunderfelt 1997, 248.) Tässä esimerkki siitä, miten varhaislapsuudessa koettu itsenäisyys edesauttaa aloitteellisuutta, kuten myös leikki-ikässä koettu epäily syyllisyyden tunteen kokemista.

Kouluikäisen lapsen kehitystehtävänä on ahkeruus ja pystyvyys, joiden vastakohtana alemmuuden tunne. Tässä ikävaiheessa lapsi on hyvin luova ja perussuh-

tautuminen myöhemmässä iässä eteen tulevalle työuralle muotoutuu. Merkitsevässä roolissa on, minkä verran lapsi saa tukea ja kannustusta. (Dunderfelt 1997, 247.)

Nuoruudessa muodostetaan identiteettiä uudelleen, joka onkin sen osavaiheen kehitystehtävä. Kehitysvaiheen vastakohtana oleva roolihajaannus on oleellinen identiteetin muodostumisen suhteen. (Dunderfelt 1997, 247.) Identiteetin muodostumisen haasteet voivat olla päihdeperheessä kasvaneelle lapselle todellisia, siitä syystä, että lapsi on joutunut olemaan tietyissä hetkissä juuri sitä, mitä perhekokonaisuus on juuri siinä hetkessä häneltä odottanut (Taitto 2002, 18–22).

Varhaisen aikuisuuden ikävaihe sijoittuu nuoruuden ja keski-ikä alkamisen väliin, jolloin itsetietoisuuden luonut nuori aikuinen alkaa muodostamaan omannäköistä elämää. Osavaiheen kehitystehtävänä on läheisyys sekä solidaarisuus. Nämä näkyvät muun muassa parisuhteiden sekä uusien ystävyysuhteiden kautta. Tässä ikävaiheessa keskeistä on myös osallisuus johonkin tiettyyn yhteisöön, joka tukee kyseistä kehitystehtävää. Läheisyyden vastakohtana toimii eristäytyneisyys, joka toki hetkittäisenä on tarpeellinen kokemus, mutta pitkään jatku-neena perustunteena aiheuttaa katkeruutta sekä vihaa. Eriksonin mukaan taustalla voi olla heikko suhde itseensä, joka puolestaan on suoraa seurausta aiem-mista kehitystehtävistä. (Dunderfelt 1997, 246–247.)

Keski-ikä kehitysvaiheen kehitystehtävänä on luovuus ja tuottavuus, etenkin sel-laisten asioiden kohdalla, jotka voisivat olla hyödyksi ja iloksi muille sukupolville. Toisin sanoen tarkoittanee tämä sitä, että tässä ikävaiheessa haluaa asettaa muille käyttöön oman elämäkokemuksen sekä opitut taidot. Kehitysvaiheen voi-mana on huolenpito ja sen vastakohtana hylkääminen, joka yhdistyy kehitysteh-tävän vastakohtana toimivaan lamaantumiseen ja itsekeskeisyyteen. Vanhuuden ajanjakso puolestaan on niin sanottua elämän arvioinnin aikaa: pystynkö hyväk-symään elämäni kuuluneet hyvät ja huonot ajat? Minän eheyden vastakohtana toiminee epätoivo sekä katkeruus, joka voi juontaa juurensa jopa nuoruudesta asti seuranneesta identiteettikriisistä. (Dunderfelt 1997, 244–246.)

4.3 Sosiaalinen kehitys aikuisuuteen ja mahdolliseen vanhemmuuteen

Kun lapsen ensimmäisinä ikävuosina muodostetaan vuorovaikutussuhdetta huolehtivaan aikuiseen, leikki-ikässä opitaan maailmasta tämän vuorovaikutussuhteen pohjalta. Leikki-ikäisenä lapsi oppii vertaissuhteissa sosiaalisia taitoja muun muassa leikin kautta, joiden avulla kyseisiä taitoja harjoitellaan. Kouluikäisen sosiaaliset suhteet laajenevat kotiympäristön ulkopuolelle esimerkiksi harrastusten ja koulun aloituksen myötä.

Nuoruudessa tapahtuu kaikista nopein ja laaja-alaisin kehitys. Se on niin fyysistä kuin psyykkistä. Ajattelutaidot kehittyvät, joka antaa nuorelle mahdollisuuden pohtia maailmaa uudelleen. Tunne-elämän kuohunta on tavallista ja kaverisuhteiden merkitys kasvaa tavanomaisesti perhesuhteiden edelle. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2021.)

Ajattelutaitojen kehityksen myötä oma identiteetti rakentuu uudelleen. Identiteetti voidaan jakaa omaan henkilökohtaiseen sekä sosiaaliseen identiteettiin. Henkilökohtainen identiteetti sisältää minäkäsityksen sekä itsetunnon. Sosiaalisen identiteetin avulla yksilö kokee osallisuutta eli kuuluvuuden tunnetta johonkin yhteisöön tai ryhmään samaistuen esimerkiksi niiden arvoihin. Psykologi James Marcia on kuvannut, että nuori ensin tutkii erilaisia vaihtoehtoja niin sanottuihin aikuisuuden rooleihin ja vähitellen sitoutuu niihin. (Karrasch ym. 2008, 59–60.)

Jos päihdeperheen lapsen identiteetti ei ole päässyt kehittymään lapsen kasvulle kuuluvalla tasolla, lapsi voi aikuisuudessa joutua etsimään omaa itseä lapsuudesta. Tämä prosessi voi olla pitkä ja raskas. (Taitto 2002, 18–22.) Ulkopuolisuuden ja arvottomuuden tunteet voivat siis olla läsnä, kuitenkin yhtä hyvin myös taito toisten tunteiden ennakkoinnista sekä kehittynyt empatiakyky (Takala 2017).

Kasvaminen päihdeperheessä jättää aina jäljen lapseen ja nämä jäljet voivat olla moninaisempia, mitä äkkiseltään voidaan ajatella. Äärimmillään kokemukset voivat aiheuttaa traumapohjaisia oireita, jotka aikuisuudessa näkyvät erilaisina psykosomaattisina oireina, kuten paniikkikohtauksina, unettomuutena ja masennuksena. Myös muut tunnepohjaiset kokemukset ovat vahvasti läsnä ilman, että henkilö tiedostaa lapsuudessa koettujen asioiden syy-seuraussuhdetta. (Takala 2017.)

Kasvukodin merkitys seurustelusuhhteissa on myös merkittävää päihdeperheessä eläneelle lapselle. Perheprosessit ovat voineet häiriintyä eikä esimerkkiä niin sanotusta tavallisesta parisuhhteesta tai perhe-elämästä ole. Uudenlaisen elämän rakentaminen voi olla alkuhelpotuksen jälkeen hankalaa, esimerkiksi stressin ja draaman puutteen vuoksi, johon nuori on ehtinyt elämänsä aikana tottua. (Itäpuisto 2008, 124–127.)

Kerran läpi käyty suhdeura ja siihen liittyvä identiteetti voi muodostua tottumukseksi, jonka mukaisiin suhteisiin yksilö toistuvasti palaa. Tämä voisi olla osasyynä paljon pohditulle ilmiölle, jossa alkoholistiperheessä elänyt hakeutuu aikuisena juojan puolisoksi. (Holmila 2003, 79–95.) Toisaalta, eräs tutkimus tästä osoittaa päinvastaista, sillä sen mukaan runsaasti alkoholia käyttäneiden tyttäret haluavat tavallista enemmän vapautta (Itäpuisto 2008, 127–130).

Vanhemmuuden kynnyksellä ajatus ylisukupolvisesta ongelmien siirtymisestä voi herätä päihdeperheessä kasvaneelle aikuiselle. Eli vaikka haitalliset juomatavat itsessään ei periytyisi, voivat erilaiset piirteet vanhemman alkoholin käytön muokkaamassa persoonassa siirtyä sukupolvelta toiselle. (Takala 2017.) Tätä kutsutaan sosiaalisesti perimäksi. Lapsi voi vanhemman päihteiden käytön seurauksesta omaksua myös sellaisia piirteitä, jotka voivat auttaa häntä elämässä vaativissakin olosuhteissa. Tällaisia ovat esimerkiksi joustavuus sekä riippumattomuus. (Itäpuisto 2003, 41.) Toisaalta tätäkään asiaa ei tule nähdä turhan yksipuolisesti, sillä jokainen vanhempi on yksilö omine persoonallisine piirteineen, oli sitten lapsena kärsinyt vanhemman alkoholin käytöstä tai ei.

Lapsuudessa ristiriitaisesti kiinnittynyt henkilö voi vanhempana olla epäjohdonmukainen, kuten hänen vanhempansakin on ollut päihteiden käytön seurauksesta. Epäjohdonmukaisuus voi näkyä tietyssä hetkessä liiallisena joustamisena, kun taas toisessa hetkessä nopeasti maltin menettämisenä. Rajat ei usein pidä ja hän voi hakea lapselta hyväksyntää ja oikeutusta omalle vanhemmuudelleen. Välttelevän kiintymyssuhdemallin omaavalla vanhemmalla voi olla haasteita tunnistaa oman lapsensa tunteita ja vastata niihin tarvittavalla tavalla. Omien tunteiden viestittäminen voi myös olla haastavaa. (Duodecim Terveyskirjasto 2020.)

Moni päihdeperheessä kasvanut hakee apua lapsuuden kokemuksiinsa vasta siten, kun oma perheellistyminen on ajankohtaista. Tämä aika voinee alkaa herättämään ahdistusta päihdeperheessä kasvaneessa aikuisessa hänen huomatesaan oman lapsuuden vaikutukset loppuelämään. (Lasinen lapsuus.) Tuskaa voi luoda myös se, ettei päihdeperheessä kasvanut lapsi voi aikuisuudessakaan irrottautua vanhemmista yhteiskunnan normiston mukaisesti. Lisäksi kysymykset siitä, miksi vanhempi valitsi alkoholin lapsen sijasta, voi pohdituttaa pitkään.

5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

5.1 Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä

Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimusmenetelmä sisältää lukuisia tiedonhankinta- ja analyysimenetelmiä, eikä yhtä oikeaa tapaa laadullisen tutkimuksen toteuttamiseen ole. Laadullinen tutkimus muodostuu kuitenkin kolmesta elementistä; aiemmin aiheesta tehdyistä tutkimuksista ja siitä muotoillusta teoriasta, empiirisestä yleensä tekstimuotoisesta aineistosta sekä tutkijan omasta ajattelusta ja päättelystä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006, 4–7.)

Laadullisen tutkimuksen peruspiirteisiin kuuluu aineistolähtöisyys eli induktio, jossa tutkimuksen teoria rakennetaan aineiston perusteella. Lisäksi laadulliseen tutkimukseen yhdistyy usein tiettyjä seikkoja, kuten esimerkiksi aineistonkeruu haastattelun avulla sekä hypoteesittomuus, jonka pohjalta ennako-oletuksia tuloksia kohtaan ei ole, vaan ne tulevat analyysin kautta. Toisaalta nämä eivät ole kvalitatiivisen tutkimuksen määritelmiä ja yhtä hyvin laadullisessa tutkimuksessa voidaan käyttää deduktiota eli teorialähtöisyyttä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006, 4–7.)

Nämä kaikki mainitut laadullisen tutkimuksen elementit toteutuvat kuitenkin tässä opinnäytetyössä. Koska opinnäytetyöni tutkimuskysymyksenä toimii *Miten vanhemman alkoholin käyttö on vaikuttanut lapsen aikuisuudessa koettuihin sosiaalisiin suhteisiin?* oli tutkimusmenetelmän valinta kaikkine elementteineen minulle hyvin selkeää. Käytännössä tutkimuksen toteuttaminen muutoin, kuin toteuttamalla tavalla, ei välttämättä antaisi yhtä valideja tutkimustuloksia. Jotta tutkimuskysymykseen löytyisi vastaus, tuli aineistonkeruu toteuttaa haastatteluna haastatellen juuri niitä ihmisiä, joilla on kokemusta aiheesta. Tämä pohjautuu myös edustavuuden periaatteeseen, jonka mukaan haastateltavilla tulee olla kokemusta tai muutoin tietoa tutkittavasta aiheesta (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006, 52–56).

5.2 Aineiston keruu

Haastattelu aineistonkeruumenetelmänä on hyvin yleinen sen helppouden vuoksi ja täten aineistonkeruumenetelmien vaihtoehtoja pohtiessaan voi hyvin useasti unohtaa muut aineistonkeruumenetelmät haastattelun kustannuksella. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006, 52–56.) Aineiston opinnäytetyöhöni keräsin puolistrukturoidun haastattelun avulla käyttäen avainkysymyksiä (Liite 1). Puolistrukturoidussa haastattelussa tilanne etenee siten, että jokaiselle haastateltavalle esitetään samat kysymykset samassa järjestyksessä (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006, 56–57). Haastattelu aineistonkeruumenetelmänä tuki aineiston luotettavuutta, sillä haastattelutilanteessa tuli olla etenkin henkisesti läsnä niin minun, kuin haastateltavan. Ja koska tutkin suhteellisen laajaa aihetta, josta ei juuri aiempaa tutkimusta ole olemassa, oli sen vuoksi haastattelu toimiva aineistonkeruumenetelmä juuri tähän opinnäytetyöhön.

Haastateltavia etsin sosiaalisen median kautta saatekirjeen (Liite 2) avulla. Koska Tunturi-Lapilla ei omaa Facebook -ryhmää ollut, julkaisin saatekirjeenä toimineen tekstin seuraaviin ryhmiin; *Kittilän puskaradio*, *Puskaratio Kolari + lähikunnat*, *Muonio – Villimpi homma* ja *Enontekiön kuntalaiskanava*. Ryhmät, joihin julkaisun jaoin, valitsin tavoitettavuuden mukaan. Haastateltavat ottivat sähköpostitse, puhelimitse sekä Facebookin viestisovelluksen kautta minuun yhteyttä.

Tiedostin, että aiheen arkuuden vuoksi joku haastateltavista ei mahdollisesti halua tavata minua ollenkaan ja sen vuoksi annoin mahdollisuuden etäyhteyksin toteutetulle haastattelulle jo siinä vaiheessa, kun haastateltavia etsin (Liite 1). Lopulta kaikki yhdeksän haastattelua tapahtuivatkin etäyhteyksin, suurin osa tavallisen puhelun välityksellä, osa kuitenkin Teamsin kautta. Oma yksityisyyttäni suojasin hankkimalla Prepaid -liittymän, johon haastateltavat ottivat yhteyttä oman henkilökohtaisen puhelinnumeroni sijaan.

Yhteydenotoissa tuli ilmi, että halukkuutta kirjallisesti toteutettavaan haastatteluun löytyisi aiheen ollessa vaikea vastaajalle. Täten muutin alkuperäistä suunnitelmaa ja lähetinkin haastattelukysymykset kahdelle haastateltavalle saaden vastaukset kirjallisena sähköpostiini. Opinnäytetyön aineiston laadukkuuden kannalta kasvokkain tapahtuva haastattelu olisi mahdollisesti ollut luotettavampi,

vaan tässä kuitenkin mielestäni korostuu itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen sekä resurssit, jotka ovat rajalliset opinnäytetyön toteutuksessa etenkin tässä tapauksessa, kun opinnäytetyön toimintaympäristönä toimi pitkien välimatkojen seutukunta. Mielestäni tämä kuvaa myös nykyaikaa ja sitä, miten olemme korona-aikana saaneet tottua etäyhteyksiin.

Kysymyksiä haastattelutilanteessa oli viisi, joista ensimmäiset kolme liittyvät haastateltavan sosiaalisten suhteiden tilanteeseen ja vuorovaikutukseen yleisesti. Kysymykset 4–5 painottuivat enemmän vanhemman päihteiden käyttöön ja sen seurauksiin. Täten haastattelutilanne jakautui kahteen osaan teemoittain.

Ensimmäisessä osiossa tarkoituksena oli saada tietoa siitä, millaiseksi haastateltava kokee itsensä niin työelämässä, parisuhteessa kuin mahdollisessa vanhemmuudessa. Itse tutkimuskysymykseen vastausta pohditaan kysymyksissä 4–5. Neljännessä ja viidennessä kysymyksessä tarkoituksena oli pohtia, voisiko tietyt luonteenpiirteet tai toimintamallit olla lapsuuden ympäristön, tässä tapauksessa vanhemman alkoholin käytön seurausta. Viidennessä kysymyksessä mainitut muistot eivät välttämättä ole vain hetkistä, jolloin vanhempi on juonut, vaan ne voivat sijoittua mihin tahansa alkoholiriippuvaisen sykliin (Holmberg 2003, 22–23) eli juomisen jälkeisiin päiviin, mahdollisesti myös juomista edeltäviin, iloisein ja odottaviin päiviin.

5.3 Tutkimuseettiset valinnat

Koska opinnäytetyöni käsittelee haastateltavien henkilökohtaisia ja jopa arkoja aiheita, kuten perhesuhteita ja lapsuuden kokemuksia, eettiset kysymykset korostuvat entisestään haastateltavan kohtaamisessa (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 7). Myös tietoon perustuvalla suostumuksella oli tärkeä rooli opinnäytetyössäni. Tutkimuksen eettisiin periaatteisiin kuuluu tutkittavan itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, vahingoittamisen välttäminen sekä yksityisyys ja tietosuoja. Omassa opinnäytetyössäni kunnioitan haastateltavan itsemääräämisoikeutta esimerkiksi siten, että haastateltava oikeudellaan omaa elämää koskeissa päätöksissä sai päättää, osallistuuko vai jättääkö hän osallistumatta tämän opinnäytetyön toteutukseen. Tiedotusvälineiden kautta haastateltavien etsiminen puolestaan korostaa haastateltavien vapaaehtoisuutta.

Saatekirjeessä pidin tärkeänä sitä, että se toisi mahdolliselle haastateltavalle kaiken tarvittavan tiedon opinnäytetyöstäni ja täten osoittaisi myös luotettavuutta kokonaisuudessaan opinnäytetyötä kohtaan. Luottamus tutkijaan ja tieteeseen onkin ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen peruslähtökohta (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 8). Halusin muodostaa saatekirjeen siten, että haastateltavan olisi helppo lähestyä minua kirjeen lopussa olevien yhteystietojen kautta.

Eettiset periaatteet näkyivät myös aineistonkeruumenetelmän valinnassa, sillä opinnäytetyössäni aiheen ollessa haastateltavalle henkilökohtainen, koin haastateltavalle mieluisaksi vaihtoehdoksi haastattelun aineistonkeruumenetelmänä. Haastattelutilanteessa kerroin heti alkuun, että haastattelu voidaan keskeyttää matalalla kynnyksellä, sillä tutkimuseettisten ohjeiden mukaan tarkoituksenani ei ole aiheuttaa henkistä kuormaa tai haittaa haastateltavalle enemmän, mitä kysymysten esittämisen suhteen on pakko. Psykkisen haitan minimoimisen ajatus ohjasi koko prosessia haastateltavien kanssa tehtävän työn osalta.

Lisäksi tutkimuseettisten periaatteiden mukaan suunnittelin kysymykset niin, että ne minimoisivat psyykkisen haitan, mutta saisin itse niistä mahdollisimman paljon tietoa. Esitettävät kysymykset olivat avoimia, mutta muodostettu kuitenkin niin, että haastateltava pystyi halutessaan avata vastaustaan lisää. Toisaalta hän pystyi helposti olemaan vastaamatta. Tutkimuseettisten periaatteiden mukaan kunnoitin myös itsemääräämisoikeutta siinä vaiheessa, kun annoin haastateltavalle mahdollisuuden toteuttaa haastattelun myös kirjallisesti.

Koska otin opinnäytetyöhöni mukaan paikallisen näkökulman, tuli minun perehtyä saamelaiden yhteisöön sekä kulttuuriin myös muutoin, kuin pelkästään juomata-
pojen avulla. Jouduin pohtimaan aihetta esimerkiksi valtasuhteiden kautta, jotka ovat olleet esillä etenkin historiassa saamelaiden sekä valtaväestön välillä, ja jotka ovat merkittävästi vaikuttaneet haastateltavien kokemuksiin päihteiden käytöstä sekä päihteiden käyttöön liittyvän avun hakemisen stigmasta.

5.4 Aineiston analysointi

Käytännössä aineiston analysointi tarkoittaa aineiston huolellista lukemista, teksti- ja vastausmateriaalien järjestelyä, sisällön erittelyä sekä aineiston jäsen-

tämistä ja pohtimista (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006, 73). Analysoinnin tarkoituksena on kiteyttää haastattelujen sisältöä ja tarkastella sitä tutkimuskysymyksen perusteella ja täten löytää vastauksia tutkimuskysymykseen.

Menetelmänä sisällönanalyysia voidaan käyttää laadullista tutkimusta analysoidessa. Tällöin aineistoa tarkastellaan yhtäläisyyksiä sekä eroja etsien, jonka myötä aineistosta pyritään saamaan yleinen ja tiivistetty kuvaus. (Kylmä & Juvakka 2007, 22–23.) Tuomen ja Sarajärven (2018, luku 4) mukaan sisällön analyysin tavoite on luoda sanallinen kuvaus ilmiöstä, jota tarkastellaan. Lisäksi se voidaan jakaa karkeasti kolmeen eri vaiheeseen, joita ovat pelkistäminen, ryhmittely ja abstrahointi, joka tarkoittaa teoreettisten sekä yleiskäsitteiden luomista.

Pelkistämisen toteutin opinnäytetyössäni siten, että kuuntelin jokaisen haastattelun tallenteelta ja kirjoitin haastattelukysymysten vastaukset tekstimuotoon samalla tiivistäen niitä. Haastatteluiden aikaan moni haastateltava halusi käydä muutakin keskustelua aiheeseen liittyen. Usein haastateltavat kertoivat sellaisia asioita, jotka eivät suoraan haastattelukysymyksiin vastanneet.

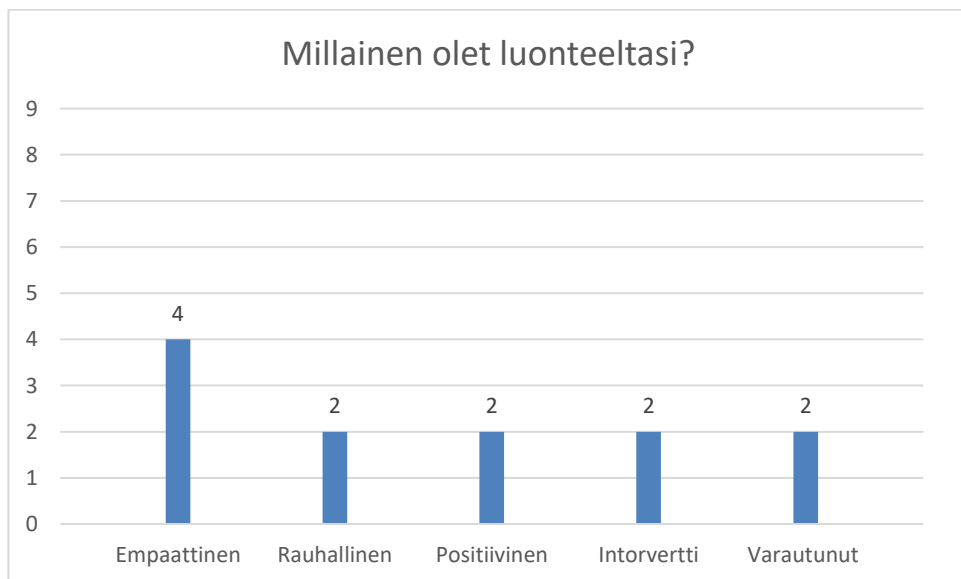
Vastausten ryhmittely tapahtui puolestaan suhteellisen helposti haastattelukysymysten ollessa ennalta määriteltäviä sekä keskustelun pohjautuen lähtökohtaisesti haastattelukysymyksiin. Otanta myös oli suhteellisen pieni, joka helpotti aineiston klusterointia eli ryhmittelyä. Abstrahointi tapahtui puolestaan jo olemassa olevaan teorian tietoon pohjautuen. Vaikkakaan suoraa johtopäätelmiä tämä opinnäytetyö ei mielestäni anna, antaa se viitteitä siitä, millaisia yhdenmukaisuuksia päihdeperheessä kasvaminen jättää myöhäisempään elämään sosiaalisten suhteiden osalta.

6 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

6.1 Luonteenpiirteet

Haastattelun ensimmäisen kysymyksen *Millainen olet luonteeltasi?* analysointi osoittautui kaikista hankalimmaksi, sillä erilaisia luonteenpiirteitä oli hyvin paljon. Yleisimpiä luonteenpiirteitä, minkälaiseksi haastateltavat itseään kuvailivat olivat kuitenkin empaattinen, rauhallinen, positiivinen, introvertti sekä varautunut (Kuvio 1).

Lisäksi yksittäisinä luonteenpiirteinä tuli esille seuraavat: avoin, sosiaalinen, utelias, luova, mielikuvituksellinen, huumorintajuinen, perfektionisti, yliajattelija, kiltti, reipas, ujo, arka, varautunut, hitaasti lämpenevä, herkkä, lempeä, oikeudenmukainen, rohkea, kiukkuinen, pirtsakka, äkkipikainen, tulinen, johdonmukainen, lujatahtoinen, temperamenttinen.



Kuvio 1: Millainen olet luonteeltasi?

Neljä yhdeksästä haastateltavasta kuvaili itseään empaattiseksi. Empatiaksi määritellään myötätuntoinen eläytyminen (Suomisanakirja) eli käytännössä empaattisella henkilöllä on kyky asettua toisen asemaan sekä kyky ymmärtää, mitä toinen ihminen kokee ja tuntee. Päihdeperheessä eläneellä lapsella kehittynyt empatiakyky on tavallista (Takala 2017).

6.2 Työelämä

Toisen kysymyksen kohdalla kuusi yhdeksästä haastateltavasta kertoi olevan joko tunnollinen tai ahkera työntekijä. Seitsemäs ja kahdeksas haastateltava kertoi tekevänsä työt mahdollisimman hyvin ja yhdeksäs kertoi olevansa reipas työntekijä. Näiden määreiden lisäksi haastateltavat vastasivat olevansa työelämässä tykättyjä, itsenäisiä, päämäärätietoisia sekä sinnikkäitä. Oma-aloitteisuus myös näkyi vastauksissa. Osa koki olevansa oma-aloitteinen ja yksi haastateltava toi esille halunsa olla oma-aloitteisempi. Alla otteita vastauksista, jotka tulivat esille työelämään liittyvän kysymyksen tiimoilta.

”Haluan aina tehdä työni mahdollisimman hyvin.”

”Olen väsymätön puurtaja.”

”Teen parhaani, aina mahdollisimman hyvin.”

”Pyrin tekemään työt hyvin, ettei tule sitten myöhemmin sanomista.”

”En siedä laiskuutta.”

”Vaadin itseltä paljon.”

”Haluan tehdä hyvin sen mitä teen.”

”Noudatan annettuja ohjeita ja suoritan tunnollisesti työn.”

Toteutettujen haastatteluiden perusteella päihdeperheessä kasvaneilla lapsilla on hyvin korkea työmoraali. Päihdeperheessä yleistä on välttelevä kiintymyssuhdemalli, joka näkyy käytännössä siten, että lapsi on ankara itseään kohtaan ja hakee hyväksyntää toiminnan avulla. Päihdeperheessä elänyt lapsi ei myöskään halua aiheuttaa lisää vaivaa ja alkaa huolehtia asioista samalla muodostaen suorittamisesta selviytymiskeinon (Posti 2012).

Täten päihdeperheessä kasvaneen aikuisen korkea työmoraali voisi olla seurausta päihdeperheessä kasvamisesta. Toisaalta suomalaisesta työmoraalista ei juurikaan ole tehty tutkimuksia, jonka vuoksi tämän opinnäytetyön tuloksiin eri verrokkia ole. Huomionarvoista kuitenkin on, että vastauksista ilmenee, että päihdeperheessä kasvaneilla on hyvin suuri halu toimia vastuullisesti ja tunnollisesti työelämässä.

6.3 Vuorovaikutus parisuhteessa ja vanhemmuudessa

Kolmannessa kysymyksessä kysyin, millaiseksi haastateltava kokee oman vuorovaikutuksen mahdollisessa parisuhteessa tai vanhemmuudessa. Haastateltavat vastasivat kysymykseen joko siten, että se koski pelkästään parisuhdetta tai vanhemmuutta tai kumpaakin, haastateltavan elämäntilanteesta riippuen. Kaksi haastateltavaa kertoi pitävänsä kiinni lujasti omista ajatuksistaan parisuhteessa tapahtuvassa vuorovaikutuksessa. Toinen näistä vastaajista koki kuitenkin, että iän myötä tapahtunut henkinen kasvu on antanut asioille erilaista perspektiiviä eikä ajattelu ole aiempaan tapaan yhtä mustavalkoista.

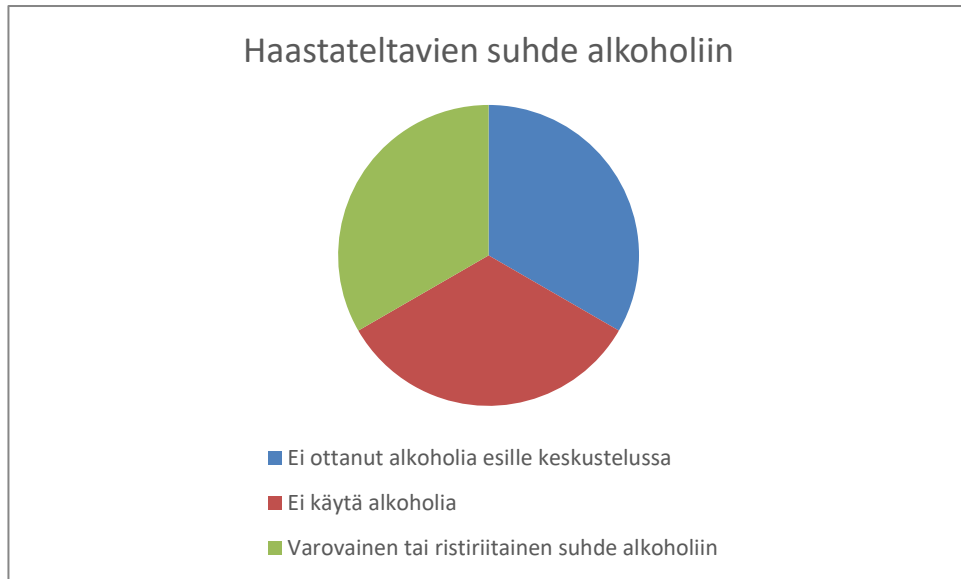
Kolme vastaajista kuvaili läheisten kanssa käytyä vuorovaikutusta siten, että haluaa läheisillä olevan asiat mahdollisimman hyvin. Tämä voinee olla seurausta ylikehittyneestä vastuuntunnosta, jota päihdeperheen aikuisilla lapsilla havaitaan (Adult Children of Alcoholics 2014).

Neljässä vastauksessa nousi esille myös se, että he haluavat miellyttää puolisoaan, jottei riitaa syntyisi. Tarve käyttäytyä negatiivisen reaktion minimoimalla tavalla on tavallista epäjohdonmukaisessa kasvuihmapiirissä kasvaneelle lapselle, jolla on kehittynyt ristiriitaisesti turvaton kiintymyssuhde vanhempaansa (Duodecim Terveyskirjasto 2020). Eräs haastateltava otti esille myös sen, ettei aina osaa sanoittaa sitä, mitä tuntee. Lapsuudessa tunteiden vaimentamisen seurauksesta aikuisuudessa on hankala sanoittaa omia tunteita (Adult Children of Alcoholics 2014).

Kolme haastateltavaa mainitsi, että vuorovaikutus on aiheuttanut yleisesti haasteita, kun lapsuudesta ei tavanomaista mallia parisuhteen vuorovaikutukseen liittyen ole ollut. Tämän asian taustalla on perheprosessien häiriintyminen kuten Itäpuisto (2008, 124–127) toteaa.

6.4 Piirteet ja seuraukset vanhemman päihteiden käytöstä

Neljäs kysymys oli suhteellisen laaja, sillä kysymys käsitti kaikki mahdolliset piirteet, jotka haastateltava kokee olevan seurausta päihdeperheessä kasvamisesta. Yhdeksästä haastateltavasta kuusi otti haastattelussa esille oman suhtautumisen alkoholiin tämän kysymyksen aikana (Kuvio 2).



Kuvio 2: Haastateltavien suhde alkoholiin

Haastateltavat kertoivat alkoholiin liittyen seuraavaa:

”Kun join, olin samanlainen kuin juova isäni; äkkipikainen ja itsetuhoinen.”

”Pelottaa, että alkoholi tulee itsellenikin ongelmaksi.”

”Pelkään läheisten puolesta, kun he juovat.”

”En halua olla päihtyneiden seurassa, enkä näe järkeä humalahuomisessa juomisessa.”

”En halua puhua humalaisten kanssa puhelimessa.”

”Saunalonkeron juominen aiheuttaa ensin huonon omatunnon, kaiun lapsuuteen.”

”En siedä enää runsasta alkoholinkäyttöä lähipiirissä.”

”Välttelen humalaisia miehiä.”

”Ärhäkällä tuulella oleva mies pelottaa minua yhä ja tällöin alan tärisemään.”

”Jos näen aggressiivista käytöstä humalassa, alan täristä.”

”En kestä överijuomista varsinkaan silloin, kun lapset ovat läsnä.”

Kuten Itäpuisto & Taitto (2010, 6) toteavat, lapsen suhde alkoholiin on hyvin erilainen kuin aikuisten. Siinä missä aikuinen kokee juomisen olevan hallinnassa, ei

lapsi ymmärrä, miksi joku käyttää alkoholia humalahakuisesti, sillä ”onhan alkoholi pahan hajuista ja makuista ja saa juojat käyttäytymään usein typerästi tai pelottavasti.” Tämä sama näkyy myös haastateltavieni vastauksissa – osalla pelko alkoholia käyttävästä henkilöstä on jäänyt elämään myös aikuisuuteen.

Neljännessä kysymyksessä keskusteluiden teemat olivat muutoinkin samalaisia jokaisen haastateltavan kanssa. Viisi yhdeksästä haastateltavasta otti esille uusiin ihmisiin tutustumisen haasteet, sillä nämä viisi haastateltavaa yhdistivät uusiin ihmisiin tutustumisen sekä luottamuspulaan liittyvät haasteet lapsuudessa koettuun vanhemman päihteiden käyttöön.

”Vähän ystäviä, hankala tutustua uusiin ihmisiin.”

”Uusiin ihmisiin tutustuminen on hankalaa. Haluan ensin varmistuksen siitä, että kyseinen ihminen on luottamukseni arvoinen ja se vie aikaa.”

”Valitsen seurani tarkoin. En halua olla kaveri sellaisten kanssa, jotka käyttävät alkoholia.”

”Olen hyvin varautunut uusien ihmisten seurassa. Enemmän kuuntelen ja tarkkailen sivusta.”

”Minun on vaikea ystäväystyä ihmisten kanssa.”

Vaikkakin uusiin ihmisiin on hankala tutustua, nosti moni esille sisarten ja heiltä saadun vertaistuen tärkeyden, sillä kokemukset ovat jaettavissa. Sisarsuhteet voivatkin toimia lapsuuden suojaavina tekijöinä ja korvaavina ihmissuhteina (Holmberg 2003, 37–38). Myöskin emotionaalisessa selviytymistavassa keskeistä on asioiden käsittely jakamalla tunteita muiden kanssa (Itäpuisto 2003, 37).

Kuten Takala (2017) toteaa, ulkopuolisuuden ja arvottomuuden tunteet voivat olla päihdeperheessä kasvaneella läsnä. Tämä johtunee lapsen jatkuvasti ohitetuista tarpeista, joka puolestaan on aiheuttanut ajatuksen siitä, että lapsi alkaa pitää itseään arvottomana (Saarinen 2017). Tämä näkyi myös haastatteluissa.

”Olen ajatellu ettei minusta ole mihinkään, en ole hyvä missään enkä osaa mitään.”

”Tunnen huonommuuden tunnetta ja etten kuulu tänne mihinkään, joten yritän olla mahdollisimman huomaamaton.”

Lisäksi haastateltavat ottivat esille seuraavia piirteitä, jotka kokevat olevan perua vanhempansa alkoholin käytöstä:

”Välttelen ristiriitatilanteita, yritän ennakoida toisten tunteita ja muokautua tilanteisiin.”

”Lapsuuden katteettomat lupaukset aiheuttaneet periaatteen siitä, että se mitä luvataan, niin siitä pidetään kiinni.”

”Inhoan huomion keskipisteenä olemista, sillä lapsuudessa se tarkoitti myös humaltuneen isäpuolen huomiota, joka tarkoitti hyväksikäyttöä.”

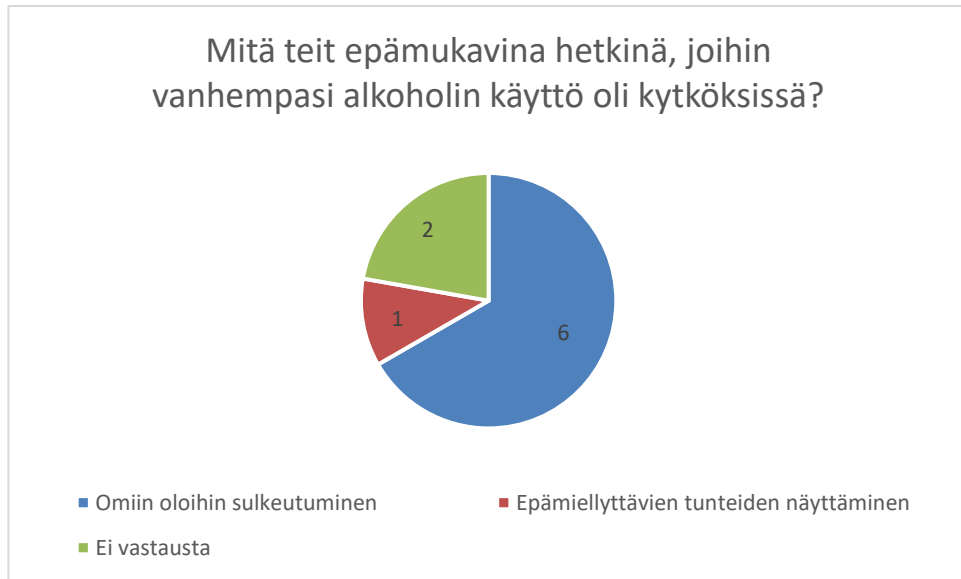
Epävarmuus koskien omaa vanhemmuutta tai omaa pystyvyyttä tuli myös kahdessa vastauksessa ilmi neljännen kysymyksen aikana – osaanko ja pystynkö olemaan hyvä vanhempi?

”Jotenki haluan olla omalle lapselle paljon parempi äiti ko minun äiti on ollu mulle, mutta jotenki samalla tulee tunne, että miten pystyn olla parempi äiti, kun minulla itselläni on ollu mallina alkoholisti äiti.”

Toisaalta kaksi haastateltavaa puolestaan kertoi toimivansa omien lasten kanssa juuri päinvastoin mitä haastateltava itse oli saanut lapsuudessa kokea. Tästä esimerkkinä juhlapyhät, joihin panostetaan eri tavalla mitä omassa lapsuudessa. Toisaalta myös raittius kytkeytyi tähän ajatukseen – ei halua omille lapsille samaa, mitä on itse kokenut.

6.5 Toimintamallit epämukavina hetkinä

Viidennessä kysymyksessä keskiössä oli toimintamallit vanhemman päihteiden käyttöön kytköksissä oleviin hetkiin sekä niiden vaikutus nykyisyyteen. Kuusi yhdeksästä vastaajasta kertoi sulkeutuneensa omiin oloihin (Kuvio 3). Omaan oloihin vetäytyminen haastateltavien kertoman mukaan näyttäytyi käytännössä omaan kuplaan sulkeutumisena, musiikin kuunteluna, pelaamisena, lukemisena sekä lenkkeilynä. Osa kertoi poistuneen kotoa esimerkiksi isovanhempien tai naapurin luo kylään. Keskittyminen kuitenkin siirrettiin pois kotoa, juovan vanhemman läsnäolosta, niin sanotusti poistumalla juovan vanhemman jaloista.



Kuvio 3: Mitä teit epämukavina hetkinä, joihin vanhempasi alkoholin käyttö oli kytköksissä?

Haastateltava, joka näytti epämiellyttävät tunteet kotona kiukuttelemalla ja saamalla raivokohtauksia kertoi olleensa koulussa hyvin tunnollinen. Hän on toteuttanut osallistuvaa selviytymisstrategiaa, kun puolestaan muut haastateltavat ovat toteuttaneet vetäytyvää selviytymisstrategiaa turvautuen suojaaviin tekijöihin, kuten naapureihin. Aiemmin tunteita näyttävä haastateltava kertoi kuitenkin sulkeutuvansa nykyään epämiellyttävissä tilanteissa.

Kaksi haastateltavaa otti esille epämiellyttävänä aikana myös sen, kun vanhempi ei juuri siinä epämiellyttävässä hetkessä juonut alkoholia. Toinen haastateltava kertoi, että kauheinta aikaa oli, kun vanhempi aikoi tehdä ryhti liikkeen ja lopettaa juomisen, sillä lapsi tiesi, ettei kyseinen ryhti liike kauaa kestä. Omalta osalta hän oli kuitenkin yrittänyt vaikuttaa ryhti liikkeen ajalliseen keston olemalla mahdollisimman paljon mieliksi juovalle vanhemmalle. Tämä on tyyppillistä ongelmaorientoitunutta selviytymiskeinoa toteuttavalle, sillä hän pyrkii muuttamaan stressaavaa tilannetta esimerkiksi muokkaamalla omaa käyttäytymistä (Itäpuisto 2003, 47). Toinen haastateltava puolestaan laski epämukavimmiksi hetkiksi vanhemman juomista edeltäneet ylihyväntuuliset päivät.

Päihdeperheen rooleista unohdettu lapsi eristäytyy omaan mielikuvitusmaailmaansa, ja tässä roolissa osa haastateltavista on ollut (Taitto 2002, 18). Ne ketkä

sulkeutuivat lapsena omiin oloihin epämiellyttävässä tilanteessa, toteuttavat aikuisuudessakin samaa toimintamallia. He kuvailevat nykytilannetta seuraavasti:

”Nykyään ongelmatilanteissa annan hyvin helposti periksi, ettei tule riitoja, huutoa ja erimielisyyksiä ja ettei minulle suututa tai jätetä yksin.”

”Nykyinen puolisoni ruukaa jokusen kerran vuodessa juoda alkoholia ystävänsä kanssa kotonamme, ja niinä iltoina edelleen vetäydyn omiin oloihin lukemaan tai pelaamaan. Mutta sellaisina kertoina, kun käymme muualla asuvien ystäviemme luona, seurustelen normaalisti muiden kanssa.”

”Nykyään myös pyrin pois epämiellyttävistä tilanteista. Joskus lapsuuden pelottavista tilanteista tulee flashbackeja (suom. takaumia), jotka aiheuttavat juokse ja pakene -reaktion.”

”Minulla nousee niskavillat pystyyn niin sanotusti, jos huomaan, että jollain on ongelmaa alkoholin käytön kanssa.”

”Lähden yhä lenkille ulos, kun on huono fiilis tai tarvitsen muuten aivojen tuuletusta.”

Alimman kommentin kertoja toteuttanee fyysistä selviytymiskeinoa, kuten jo lapsuudessa. Lapsuudessa lenkkeily on edesauttanut vanhemman päihteiden käytöstä aiheutuneen stressin minimointia, nykyään se toimii muista toiminnoista aiheutuneen stressin minimoijana.

6.6 Yhteenveto

Vanhemman alkoholin käytön seuraukset lapselle ovat lievimmillään mielipahaa, mutta pahimmillaan fyysistä ja psyykkistä kaltoinkohtelua sekä väkivaltaa (Itäpuisto & Taitto 2010, 6). Omassa opinnäytetyössäni sain haastateltavaksi sellaisia aikuisia, jotka ovat lapsuudessa kokeneet pelkästään mielipahaa vanhemman juomisesta, mutta myös sellaisia, jotka ovat kokeneet fyysistä väkivaltaa sekä hyväksikäyttöä päihtyneen vanhemman toimesta. Haastateltavat ottivat minuun yhteyttä suhteellisen nopeasti, kaikki viimeistään neljän päivän sisällä saatekirjeen julkaisusta. Koska haastateltavat olivat ainoastaan naispuolisia henkilöitä, tulee se ottaa myös huomioon analysoinnissa. Henna Pirskanen (2014) on toteuttanut Väestöliitolle kuitenkin tutkimuksen, jossa pohtii ongelmajuovien isiä pelkästään miesten elämäntarinoissa. Tutkimusta aiheesta sosiaalisten suhteiden valossa ei miesten osalta ole toteutettu.

Muutoin haastateltavien taustat poikkesivat toisistaan. Osalla haastateltavista päihteidenkäyttäjänä perheessä oli ollut isä- tai äitipuoli, osalla pelkästään toinen biologisista vanhemmista ja osalla kummatkin vanhemmat. Kohtaloita oli myös monenlaisia – osa haastateltavista oli käynyt läpi prosessin pohtien omaa lapsuuttaan ja olivat hyvin tietoisia vanhemman päihteiden käytöstä aiheutuneista seurauksista omaan elämään ja aikuisuuteen. Osalla puolestaan prosessi oli kesken, aloittamatta tai kokonaan sivuutettu ja tämä heijastui jokseenkin myös vastauksiin siten, että kysymyksiin 4 ja 5 vastaaminen vei enemmän aikaa ja niiden kysymyksien kohdalla haastattelu muuttui tyyliltään pohdiskelevammaksi heillä, jotka eivät aihetta tietoisesti olleet aiemmin pohtineet.

Vastauksista löytyi suhteellisen paljon yhdenmukaisuuksia, vaikkakaan laajoja yleistettäviä tulkintoja ei tämän opinnäytetyön perusteella voida osoittaa suhteellisen pienen haastattelujoukon sekä haastattelun yksinkertaisen luonteen vuoksi. Toivon kuitenkin aineistosta tehtävien päätelmien avulla pystyväni vastaamaan tutkimuskysymykseen edes osittain. Opinnäytetyöhön osallistuneen haastattelujoukon perusteella voidaan tehdä kuitenkin seuraavat johtopäätelmät tutkimuskysymykseen pohjautuen:

- Päihdeperheessä kasvaneella lapsella on tavanomaista vahvempi empatiakyky.
- Päihdeperheessä kasvaneilla on hyvin suuri halu toimia vastuullisesti ja tunnollisesti työelämässä.
- Vanhemman päihteiden käyttö näkyy lapsen aikuisuudessa koetuissa sosiaalisissa suhteissa siten, että lapsi ei aikuisena viihdy humalaisen ihmisen seurassa ja voi jopa pelätä henkilöitä, jotka ovat alkoholin vaikutuksen alaisena. Myös varautuneisuus, ulkopuolisuuden tunne sekä uusiin ihmisiin tutustumisen vaikeus on läsnä aikuisuudessa.
- Lapsuudessa usein toteutetun sulkeutumisen toimintamalli epämiellyttävissä tilanteissa on läsnä myös aikuisuudessa koetuissa ristiriitatilanteissa.

7 POHDINTAA OPINNÄYTETYÖPROSESSISTA

Opinnäytetyön tavoitteena oli saada vastaus siihen, miten vanhemman alkoholin käyttö on vaikuttanut lapsen aikuisuudessa koettuihin sosiaalisiin suhteisiin sekä niissä toimimiseen. Aineiston keräsin haastatteluiden avulla ja aineiston analysoinnissa käytin sisällönanalyysia.

Koska jo heti opinnäytetyöprosessin alkuun olin hyvin innoissani mahdollisista tutkimustuloksista aiheen ollessa mielestäni hyvin mielenkiintoinen, työläimmältä vaiheelta tuntui huolellinen tutustuminen teoriaan sekä paikalliseen näkökulmaan saamelaisten kulttuurilliset erityispiirteet huomioiden. Prosessin edetessä ymmärsin kuitenkin huolellisen taustatyön tärkeyden. Myöskin haastattelukysymysten sekä saatekirjeen laatiminen sekä käytännön toteutuksen pohtiminen oli merkittävä osa prosessia etenkin sen vuoksi, että toteutin opinnäytetyön seutukuntaan, jossa myös minun kotikuntani sijaitsee.

Koska haastattelukysymyksiä laatiessani en ollut ajatellut vastaamisen tapahtuvan kirjallisesti, näkyi se aineistossa ja sen kattavuudessa. Tiesin ottavani riskin tämän päätöksen kanssa mahdollistaa kysymyksiin vastaaminen kirjallisesti, mutta ajattelin sen kunnioittavan haastateltavan itsemääräämisoikeutta tutkimuseettisestä näkökulmasta. Lisäksi ajattelin, että haastateltavalla on halu antaa arvokasta tietoa opinnäytetyötäni varten, sillä hän halusi kuitenkin haastattelukysymyksiin vastata kirjallisesti, vaikka aihe on selvästi arka.

Etäyhteyksin toteutettu haastattelu olisi varmaan lopulta ollut jokaiselle haastateltavalle helpoin jo pelkästään ajankäytön suhteen. Minulla ei ole varmuutta siitä, miten paljon kirjallisesti kysymyksiin vastanneet henkilöt ovat aikaansa vastauksiin käyttäneet, mutta aineistoa heidän vastauksistaan tuli selkeästi eniten. Psykkistä kuormaa on voinut lisätä haastattelukysymyksiin vastaaminen pitkällä aikavälillä heidän kohdallansa, jotka aiheen arkuuden vuoksi halusivat kysymyksiin vastata kirjallisesti.

Koen opinnäytetyöni olevan onnistunut kokonaisuus aiheesta, joka selvästi kaipaa enemmän tutkimusta. Haastattelutilanteet koin antoisina, sillä sain kuulla laa-

jemmin haastateltavien elämästä. Osalla haastateltavista oli suuri tarve keskustella aiheesta, joka puolestaan vahvisti sitä ajatusta, etteivät kaikki aiheesta olleet aiemmin keskustelleet. Sen vuoksi olen tyytyväinen laatimiini kysymyksiin, sillä kysymykset siinä muodossa, kuin ne muodostin, antoi mahdollisuuden osallistumiseen juuri sellaisille henkilöille, jotka eivät aihetta aiemmin ole pohtineet. Uskon, että haastattelutilanteet olivat myös antoisia haastateltaville. Osa kertoi pitävänsä mukavana ajatuksena sitä, että keskustelemalla omasta lapsuudesta saa mahdollistettua tämän opinnäytetyön toteutuksen.

Sen lisäksi, että toivon opinnäytetyöni tulosten antavan työkaluja ammattilaisille, jotka työskentelevät alkoholistin aikuisen lapsen kanssa, toivon opinnäytetyöni tulosten antavan mahdollisuuksia myös aiheen jatkotutkimukselle. Seuraava tutkimus aiheeseen liittyen voitaisiin toteuttaa esimerkiksi laajan joukon mahdollisia osallistujia tavoittavan kyselyn avulla keskittyen täysin esimerkiksi luonteenpiirteisiin, vuorovaikutustaitoihin ja -käytänteisiin tai vaikkapa vanhempänä toimimiseen. Myös tutkimus päihdeperheessä kasvaneiden lasten itsetunnosta voisi olla aiheellinen. Laajemman otannan käyttäminen jatkotutkimuksiin olisi suositeltavaa, sillä tämä opinnäytetyö osoitti haastateltavien kiinnostuksen ja sen, että päihdeperheessä eläneillä lapsilla olisi paljon kerrottavaa kokemuksistaan saaden edistää samalla tiedettä aiheesta.

LÄHTEET

Aalto, M. 2015. Alkoholin ongelmakäyttö. Teoksessa Lolan Lindroos (toim.) Alkoholiiriippuvuus. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Adult Children of Alcoholics 2014. Ongelma. Viitattu 21.4.2022 <https://www.aal.fi/wp-content/uploads/Ongelma.pdf>

Arramies, M. & Hakkarainen, T. 2013. Viimeinen pisara. Toipumisen avaimet – tietoa alkoholismista ja läheisriippuvuudesta. Helsinki: Avominne Kustannus.

Dunderfelt, T. 1997. Elämänkaaripsykologia: Lapsen kasvusta yksilön henkiseen kehitykseen. Porvoo; Helsinki; Juva: WSOY.

Duodecim Terveyskirjasto 30.11.2018. Alkoholiriippuvuus (alkoholismi). Viitattu 28.2.2022 <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00196>

Duodecim Terveyskirjasto 22.10.2020. Kiintymyssuhdemallit. Viitattu 26.2.2022 <https://www.terveyskirjasto.fi/odk00026>

Heikkilä, A. 2005. ”Jos äiti ei tuliskaan takas”- Päihdeperheen lapsen turvallisuuden ja turvattomuuden kokemuksia läheisissä ihmissuhteissaan. Helsingin yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Pro gradu -työ.

Heikkilä, L. 2009. Hiljaisia kysymyksiä vaietusta aiheesta. Teoksessa T. Orjanen & O. Tiuraniemi (toim.) Rajua, rujoa ja raitista – alkoholin käyttöä Lapissa. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Heikkilä, L. 2010. Goaikkanas – Tippa. Gárrenjuhkama geahpedeapmi - Humalajuomisen vähentäminen. Inari: SámiSoster Ry.

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

Holmila, M. 2003. Läheisten ratkaisut. Teoksessa M. Holmila & J. Kantola (toim.) Pullonkauloja – kirjoituksia alkoholistien läheisistä. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Holmila, M. & Ilva, M. 2010. Näkymätön uhri vai pätevä toimija? Vanhempinsa päihteidenkäytöstä kärsivien lasten mielipiteitä ja selviytymiskeinoja. Teoksessa M. Roine, M. Ilva & J. Takala (toim.) Lapsuus päihteiden varjossa – Vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä. Helsinki: A-klinikkasäätiö.

Hourula, J. & Uimonen, L. 2014. Alkoholiperheessä kasvamisen antamat lähtökohdat sosiaaliseen elämään. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Sosiaalityö. Pro gradu -tutkielma.

Härkönen, J., Savonen, J., Virtala, E. & Mäkelä, P. 2017 Suomalaisten alkoholin-käyttötavat 1968–2016. Juomatapatutkimusten tuloksia. Raportti 3/2017. Hel-sinki: THL.

Itäpuisto, M. 2003. Vanhempien alkoholiongelma, lasten ongelma. Teoksessa M. Holmila & J. Kantola (toim.) Pullonkauloja – kirjoituksia alkoholistien läheisistä. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Itäpuisto, M. 2005. Kokemuksia alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa ele-tystä lapsuudesta. Kuopion yliopisto. Sosiologia. Väitöskirja.

Itäpuisto, M. 2008. Pullon pohjimmaisat – Lapsi, perhe ja alkoholi. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Itäpuisto, M. & Taitto, A. 2010. Lapsi ja vanhempien alkoholinkäyttö – Opas var-haiskasvatuksen työntekijöille. Helsinki: A-klinikkasäätiö.

Kaivosoja, S. 2010. Lapsen kokemus vanhemman ongelmallisesta alkoholinkäy-töstä ja siltä suojaavista tekijöistä. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. Erytispedagogiikan yksikkö. Pro gradu -tutkielma.

Karrasch M., Lindblom-Ylänne S., Niemelä R., Päivänsalo T. & Tynjälä P. 2008. Abi Psykologia. Helsinki: Otava.

Kujala, I. 2009. Vuonot ja viinit, järvet ja viinat – Lappilainen viinapää. Teoksessa T. Orjasniemi & O. Tiuraniemi (toim.) Rajua, rujoa ja raitista – Alkoholin käyttöä lapissa. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Kylmä, J. & Juvakka, T. 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Edita Prima Oy.

Lasinen lapsuus. Mitä on lasinen lapsuus? Viitattu 20.4.2022 <https://lasinenlapsuus.fi/tietoa/mita-lasinen-lapsuus>

Mannerheimin lastensuojeluliitto 5.3.2021. Lapsen kasvu ja kehitys. Viitattu 26.2.2022 <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/>

Mustonen, H. & Mäkelä, P. & Huhtanen, P. 2009 Miten suomalaisten alkoholin käyttötilanteet ovat muuttuneet 2000-luvun alussa? Yhteiskuntapolitiikka 74 (4).

Mäkelä, R. 2015. Lapsen näkökulman huomioiminen alkoholiongelman hoidossa. Teoksessa Lolan Lindroos (toim.) Alkoholiriippuvuus. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Näkkäläjärvi, A. 2006. Se on tilantheen mukhaan... - Itä-Enontekiön saamelais-ten alkoholikulttuurin muuttuminen osana yhteiskunnallista ja yhteisöllistä muu-tosta. Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Sosiaalityö. Pro gradu -tutkielma.

Orjasniemi, T. & Tiuraniemi, O. 2009. Rajua, rujoa ja raitista – Alkoholin käyttöä lapissa. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Pirskanen, H. 2014. Alkoholi, isyys ja valta. Ongelmajuovat isät miesten elämäntarinoissa. Helsinki: Väestöntutkimuslaitos, Väestöliitto.

Posti, P. 2012. Asuuko teillä liian tunnollinen lapsi? Lapsen maailma 8/2012. Lastensuojelun keskusliitto.

Pulkkinen, L. 2002. Mukavaa yhdessä. Sosiaalinen alkupääoma ja lapsen sosiaalinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus.

Roine, M., Ilva M. & Takala J. 2010. Lapsuus päihteiden varjossa. Vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä. Helsinki: A-klinikkasäätiö.

Saaranen-Kauppanen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV – menetelmäopetuksen tietovaranto [pdf-verkkajulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietovarasto. Viitattu 19.3.2022. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/tietovarasto/julkaisut/kvalimotv.pdf>

Saarin, S. 5.6.2017. Lapsuus viinan varjossa. Viitattu 20.4.2022 <https://lapsenmaailma.fi/artikkeli/lapsuus-viinan-varjossa/>

Suomen virallinen tilasto (SVT): Syntyneet [verkkajulkaisu]. ISSN=1798-2391. Helsinki: Tilastokeskus. Viitattu: 26.10.2021. <http://www.stat.fi/til/synt/index.html>

Suomisanakirja. Empatia. Viitattu 15.4.2022 <https://www.suomisanakirja.fi/empatia>

Taitto, A. 2002. Huomaa lapsi – Päihdeongelma perheessä. Helsinki: LK-Kirjat.

Takala, J. 26.1.2017. Alkoholi-ongelmaisen kanssa lapsuudessaan eläneet aikuiset. Viitattu 28.2.2022 <https://paihdelinkki.fi/sgn/node/2071>

Terveystieteiden tutkimuskeskus 12.11.2019. Tilastoraportti 40/2019. Nuorten päihteiden käyttö ja rahapelaaminen – ESPAD-tutkimus 2019. Viitattu 15.4.2022 https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138792/ESPAD_tilastoraportti2019.pdf?sequence=6&isAllowed=y

Terveystieteiden tutkimuskeskus 7.4.2021. Tilastoraportti 07/2021. Alkoholi-juomien kulutus 2020. Viitattu 25.2.2022 https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/141145/tr7_21.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Tuomi, J. & Sarjajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Tuomikoski-Koukkula, S. 2009. Lapistako humaltuneet tytöt? Teoksessa T. Orjasniemi & O. Tiuraniemi (toim.) Rajua, rujoa ja raitista – alkoholin käyttöä Lapissa: Lapin yliopistokustannus.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019.

LIITTEET

Liite 1. Haastattelukysymykset

Liite 2. Saatekirje

Liite 1. Haastattelukysymykset

1. Millainen olet luonteeltasi?
2. Millainen olet työntekijänä?
3. Millaiseksi koet oman vuorovaikutuksen parisuhteessa? Entä mahdollisessa vanhemmuudessa?
4. Huomaatko itsessäsi piirteitä, jotka ovat perua vanhempasi alkoholin käytöstä? Miten ne näkyvät käyttäytymisessäsi?
5. Mitä teit epämukavina hetkinä, joihin vanhempasi alkoholin käyttö oli kytköksissä? Miten kyseiset toimintamallit näkyvät tänä päivänä sosiaalisissa suhteisissäsi?

Liite 2. Saatekirje

Heippa! Olen kolmannen vuoden sosionomiopiskelija Lapin AMKista. Opinnäyte-työtäni varten haastattelen aikuisia, jotka ovat lapsuudessa eläneet Tunturi-Lapin alueella päihdeperheessä. Haluan selvittää, miten vanhemman alkoholin käyttö on vaikuttanut lapsen aikuisuudessa koettuihin sosiaalisiin suhteisiin.

Pystytkö Sinä auttamaan minua? Koetko, että vanhempasi alkoholin käyttö on jättänyt sinuun jäljen, joka näkyy yhä sosiaalisissa suhteissasi?

Otathan yhteyttä niin voimme sopia tapaamisen joko kasvotusten, Skypen, Teamsin tai vaikka tavallisen puhelun välityksellä. Haastattelua varten olen laatinut viisi kysymystä. Tapaamiseen aikaa olisi hyvä varata noin 15-30 minuuttia.

Nauhoitan keskustelun analyysia varten. Kukaan muu ei kuitenkaan tule kuulemaan nauhoitetta, eikä haastateltavien henkilötietoja tuoda missään vaiheessa julki.

Yhteistyöterveisin

Mia Kujala

mia.kujala2@edu.lapinamk.fi

040-3653737