

Heidi Nikulainen & Riitta Sammalmaa

**LAPSUUTENSA PÄIHDEPERHEESSÄ ELÄNEIDEN AIKUISTEN
KOKEMUKSIA**

LAPSUUTENSA PÄIHDEPERHEESSÄ ELÄNEIDEN AIKUISTEN KOKEMUKSIA

Heidi Nikulainen
Riitta Sammalmaa
Opinnäytetyö
Syksy 2014
Hoitotyön koulutusohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu Oy

Hoitotyön koulutusohjelma, terveydenhoitaja amk & sairaanhoitaja amk

Tekijät: Nikulainen, Heidi & Sammalmaa, Riitta

Opinnäytetyön nimi: Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemuksia

Työn ohjaajat: Kiviniemi, Liisa & Hautala, Eija

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Syksy 2014

Sivumäärä: 33+7 liitesivua

Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen tekemän tutkimuksen mukaan suomalaisten alkoholinkäyttö on kolminkertaistunut viimeisen 40 vuoden aikana. Lasisen Lapsuuden tutkimusprojektin tekemän kyselyn mukaan, joka kymmenes suomalainen on elänyt lapsuuttaan perheessä, jossa on käytetty päihteitä lasta häiritsevällä tavalla. Aihetta on tutkittu lähinnä päihdeperheessä elävän lapsen oman päihderiippuvuuden kehittymisen kannalta.

Tutkimuksemme tarkoituksena on selvittää lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemuksia päihdeperheessä elämisestä. Tavoitteenamme on tuottaa kokemusten kautta tietoa päihdetyötä tekeville ammattilaisille päihdetyöhön, päihteiden käyttäjille ja päihdeperheessä eläneille lapsille. Kohdejoukko koostui kuudesta aikuisesta, jotka ovat eläneet lapsuutensa päihdeperheessä. Tutkimustulokset keräsimme avoimen haastattelun avulla. Tutkimusaineisto analysoitiin laadullisella sisällönanalyysillä.

Tutkimustulokset osoittivat, että lapsuudessa haastateltavat olivat kokeneet erilaisia tunteita. Päälimmäisenä esille nousi pelon, turvattomuuden, pettymyksen, häpeän, vihan, säälin, katkeruuden ja surun tunteet. Osa tutkimukseen osallistuneista oli kokenut väkivaltaa lapsuudessa. Kokemusten tuomat vaikutukset aiheuttivat aikuisiässä itsetunto-ongelmia ja luottamuksen puutetta, jotka vaikuttivat parisuhteen ja oman elämän rakentamiseen. Haastateltavat asennoituivat päihteisiin aikuisiällä jokainen eri tavalla. Tuloksissa kävi myös ilmi, mitä tukea haastateltavat olivat saaneet. Haastattelussa esille tulleita tuen muotoja olivat läheisten tuki ja ulkopuolinen apu, joka sisälsi ammattihenkilöstön avun ja kolmannen sektorin palveluita. Haastateltaville päihdeperheessä eläminen on ollut rankka, mutta itseä vahvistava kokemus.

Asiasanat: päihdeperhe, päihteidenkäyttäjä, lasten kokemukset

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences

Degree Programmed in Nursing and Health Care, Option of nursing and public health nurse

Authors: Ms Nikulainen, Heidi & Sammalmaa, Riitta

The title of thesis: Experiences of adults who have lived their childhood in a substance abuse family

Supervisors: Kiviniemi, Liisa & Hautala, Eija

Completion of thesis: Autumn, 2014

Pages: 33 + 7 appendices

According to the research by health and well-being institution, Finnish alcohol consumption has tripled in the past 40 years. The glassy childhood -project has researched, that one out of ten Fin has lived their childhood in a family where drugs have been used in a children- disruptive manner. This issue has been previously researched more from the perspective that the child is the subject of the study, and the child has been considered as a possible future substance-dependent. Children's experiences have not exactly been studied.

The purpose of our research is to find out the experiences of the people who have lived in a substance abuse family. Our goal is to provide information on substance abuse through the experiences for the people in substance abuse work, substance users and people who have lived their childhood in a substance abuse family. The research group consisted of six adults who have lived their childhood in an abuse family. Results of the study we collected by interviews. The research study was analyzed with qualitative inner study.

The research showed that the interviewees had felt various negative feelings in their childhood. The main emotions were fear, unsafety, disappointment, shame, hate, pity, bitterness and the feelings of sadness. Part of the participants had experienced some violence in their childhood. These experiences caused self-esteem problems and the lack of trust, that affected couples relationship and building their own life. The interviewees had different thoughts about their own alcohol use. The results showed us what kind of support they had gained. The main aids were support from friends and family and external help which included professional and the third sector's help. For interviewees living in a substance abuse family had been a tough and restorative experiment.

Keywords: substance abuse family, substance abuse, children experience

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ	3
ABSTRACT	4
1 JOHDANTO	6
2 PÄIHTEIDEN KÄYTTÖ JA PERHEET	7
2.1 Päihteiden käyttö perheen näkökulmasta	7
2.2. Väkivalta päihdeperheessä	11
3 PÄIHDETYÖN EHKÄISEVÄT MENETELMÄT	13
3.1 Julkisen sektorin palvelut	13
3.2 Kolmannen sektorin palvelut	15
4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT	16
5 TUTKIMUSMENETELMÄ JA AINEISTONKERUU	17
5.1 Laadullinen tutkimus	17
5.2 Kohderyhmä ja aineistonkeruu	17
5.3 Aineiston analyysi	18
5.4 Eettisyys ja luotettavuus	19
6 TUTKIMUKSEN TULOKSET	21
6.1 Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemuksia	21
6.2 Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemusten yhteys myöhempään elämään	22
6.3 Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten saama tuki	23
6.4 Viesti päihdeperheessä eläville lapsille ja päihteitä käyttäville vanhemmille	24
7 TULOSTEN TARKASTELU	25
8 POHDINTA	28
8.1 Tutkimusprosessin pohdinta	28
8.2 Tulosten pohdinta	29
LÄHTEET	31
LIITTEET	34

1 JOHDANTO

Opinnäytetyössämme tutkimme lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemuksia. Opinnäytetyössämme käytämme laadullista tutkimusta ja tutkimusmenetelmänä avointa haastattelua. Tavoitteenamme on tuottaa kokemusten kautta tietoa päihdetyötä tekeville ammattilaisille päihdetyöhön, päihteiden käyttäjille ja päihdeperheessä eläneille lapsille. Lasinen Lapsuuden tekemän kyselyn mukaan joka kymmenes suomalainen on elänyt lapsuuttaan perheessä, jossa on käytetty päihteitä lasta häiritsevällä tavalla. Lasinen lapsuus -toiminta tarjoaa apua ja tukea vanhempien päihteiden käytöstä kärsiville lapsille. Sen tarkoituksena on turvata eheää elämää lapsille. (Lasinen lapsuus 2013, viitattu 8.2.2014.)

Euroopan mittakaavassa puhutaan jo miljoonista alkoholiongelmaisten lapsista, sillä esim. Saksassa ja Iso-Britanniassa heitä arvioidaan olevan noin kaksi miljoonaa, eli enemmän kuin Suomessa. Islannissa, Ruotsissa ja Norjassa juodaan vähemmän alkoholia kuin Suomessa, kun taas Irlanti oli vuonna 2009 Euroopan johtavin alkoholinkäytön kulutusmaa. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2013, viitattu 21.5.2013.)

Tutkimuksessamme selvitämme millaisia kokemuksia vanhempien alkoholinkäyttö on tuonut henkilöille, jotka ovat eläneet lapsuutensa päihdeperheessä ja mitä yhteyksiä sillä on ollut myöhempään elämään sekä millaista tukea aikuiset lapsuudessaan saivat. Tutkittavat kertoivat myös viestiä päihteitä käyttäville vanhemmille ja päihdeperheessä eläville lapsille. Tietoperustassa kuvaamme päihteiden käyttöä ja perheitä sekä päihdetyön ehkäiseviä menetelmiä.

2 PÄIHTEIDEN KÄYTTÖ JA PERHEET

Käytämme opinnäytetyössämme yleisesti sanaa päihteiden käyttö ja päihteiden käyttäjä, mutta päihteet –sana kattaa alleen paljon asiaa, joten keskitymme työssämme yhteen päihteistä, joka on alkoholi. Keskitymme siihen myös siksi, että alkoholi on suomen yleisimmin käytetty päihde. Alkoholin kohtuukäyttäjäksi kutsutaan ihmistä, joka ei käytä alkoholia humalahakuisesti ja jonka alkoholinkäyttö on haitatonta. Suurkuluttaja taas saattaa käyttää isojakin määriä alkoholia kerrallaan, mutta riippuvuussuhdetta ei ole kehittynyt. Ihmistä, joka on riippuvainen alkoholista ja jolla on pakonomainen tarve saada alkoholia jatkuvasti tai ajoittain, kutsutaan alkoholistiksi. (Terveysportti, Alkoholiriippuvuus 2013, viitattu 21.5.2013.)

Päihdeperheellä tarkoitetaan perhettä, jossa yksi tai useampi perheenjäsen käyttää pitemmän ajan kuluessa alkoholia tai muuta päihdettä niin, että päihteiden käytöllä on haitallinen vaikutus perheen vuorovaikutukseen ja hyvinvointiin kokonaisuutena tai yksittäisten perheenjäsenten terveyteen tai kehitykseen. (Terveysportti 2013, viitattu 21.5.2013.)

2.1 Päihteiden käyttö perheen näkökulmasta

Päihteidenkäyttäjä hakee useimmiten syitä juomiseensa itsensä ulkopuolelta. Yleisimpiä syitä juomiseen ovat juojan lapsuus, parisuhdeongelmat, työ, vääränlainen kaveriporukka tai kotoa saatu alkoholinkäytön malli. Myös jokin traumaattinen elämäntilanne voi laukaista alkoholiongelman. Syynä alkoholin käytölle voi olla myös perinnöllinen taipumus tai ihmisen persoonallisuuden piirteet. Alkoholisti kokee juomisen olevan yksi keino purkaa pahaa oloaan. Hän kokee myös häpeää juomisestaan mutta ei silti kykene lopettamaan juomistaan. (Holmila & Kantola 2003, 70–74.)

Päihdeongelmaisen kanssa eläminen on koko perheen asia. Päihdeongelmainen tuottaa kaikille perheenjäsenille jatkuvaa stressiä ja monenlaisia pelkoja, siksi päihdeongelmasta puhutaan usein koko perheen sairautena. Se vaikuttaa enemmän tai vähemmän kaikkiin perheenjäseniin. Vaikutukset ovat kuitenkin erilaisia niin saman perheen eri jäseniin kuin eri alkoholiperheissäkin. (Ackerman 1991, 17.)

Perheen jäsenen päihderiippuvuuden myöntäminen on vaikeaa ja siinä saattaa mennä kauan. Päihdeongelmainen aiheuttaa perheen aikuisillekin erilaisia tunteita ja ajatuksia riippuen läheisen roolista päihdeongelmaiseen. Läheisillä on usein terveysongelmia, mitkä johtuvat stressistä ja pelosta, jonka alaisena he elävät. Päihteidenkäyttäjän läheiseltä vaaditaan voimavaroja, omien tunteiden hallintaa, kohtaamista ja ongelman ymmärtämistä. (Holmila & Kantola 2003, 79–86.)

Yleisesti naisilla on miehiä useammin perhepiirissä joku läheinen, joka on päihteidenkäyttäjä. Kun taas miehillä on naisia enemmän ystäviä, jotka käyttävät runsaasti päihteitä. Sukupuolierot saattavat myös johtua siitä, että päihteitä käyttäviä miehiä on enemmän kuin naisia, mutta myös siitä, että naiset saattavat tulkita helpommin päihteidenkäytön liialliseksi ja varsinkin silloin, jos heillä itsellään on päihdeongelma. (Koski-Jännes & Hänninen 2004, 16–17.)

A-klinikkasäätiö on pitkään painottanut perhekeskeistä työtä. Lapsen näkökulma on tuotu esiin jo 1960 -luvulla. Erityisesti 1986 -vuonna käynnistynyt Lasinen lapsuus -toiminta on vahvistanut A-klinikkasäätiön lapsen näkökulmaa painottavaa työtettä. (A-klinikkasäätiö 2010, 6.) Lasinen lapsuus -toiminnassa kiinnitetään huomiota siihen, että tavallisissakin perheissä saatetaan käyttää päihteitä lasten elämää haittaavalla tavalla. Haastetta luo vielä se, ettei kotona juuri koskaan puhuta lasten kanssa vanhempien päihdeongelmista, vaan oletetaan, etteivät lapset havaitsisi sen vaikutuksia perheessä. (Peltoniemi 2009, 97.)

”Määriteltäessä vanhemman alkoholiongelmaa lasten näkökulmasta voidaan lähteä siitä, että se on ongelma silloin, kun se häiritsee lasta jollakin tavoin tai aiheuttaa tälle kärsimyksiä.” (Itäpuisto 2005, viitattu 15.9.2013.)

Kaikki lapset eivät koe vanhempien päihteidenkäytön haittoja samalla tavalla. Tähän asiaan vaikuttaa joukko tekijöitä, kuten lapsen ikä päihdeongelmien alkamisaikana, sisarusten lukumäärä ja lapsen ikäjärjestys, perheen ulkopuoliset ystävät ja se, onko päihdeongelmainen isä vai äiti. (Ackerman 1992, 47.)

On perheitä, joissa käytetään enemmän tai vähemmän päihteitä, mutta vähäininkin päihteiden käyttö vaikuttaa vanhempien käyttäytymiseen. Suurimmaksi ongelmaksi

päihdeongelmaisten vanhempien kasvatuskäytännöissä tulee epäjohtonmukaisuus, jolloin lapsen täytyy sopeutua vanhempien käyttäytymismalleihin (Ackerman 1992, 48). Sopeutuminen saattaa luoda lapselle vahvaa kekseliäisyyttä, jolloin lapsi yrittää rajoittaa vanhempiansa alkoholin käyttöä ja siihen liittyviä riskejä. Tällaisilla toimilla lapsi pyrkii suojelemaan itseään. Lapset saattavat myös joutua päihdeongelmaisessa perheessä hoivaajan rooliin, jossa he hoitavat toisten tunteita tai jopa pelastavat aikuisen vaaratilanteesta. (Itäpuisto 2005, 102–105.)

Epätavallisten käyttäytymismallien hyväksyminen aiheuttaa lapsille turvattomuutta ja erilaisia pelkoja, kuten pelkoa vanhempien keskeisistä riidoista ja vanhempien terveyden puolesta. He pelkäävät myös häpeää ja nöyryytyksiä perhetilanteensa vuoksi. Lisäksi lapset voivat jäädä ilman henkistä ja fyysistä tukea. Vanhempien ollessa päihteiden vaikutuksen alaisena kodin ilmapiiri on kireä. Kuitenkin tosiasia on se, että kotielämän ristiriitaisuudet ja hylkäämisen tunne vaikuttavat päihdeperheiden lapsiin enemmän kuin päihteiden käyttö sinänsä. (Itäpuisto 2005, viitattu 6.11.2013.)

Lapset joutuvat käyttäytymään aikuismaisemmin kuin heidän vanhempansa, ja tämän vuoksi useat päihdeperheiden lapset pitävät itseään ikäisikseen hyvin aikuisina. Lapset joutuvat kieltämään itseltään monia lapsuuden elämäntapoja. Se vaikuttaa tunne-elämään ja käyttäytymiseen siten, että perhe-elämä pysyisi mahdollisimman tasapainossa. Lapsille kehittyy ahdistusta, sisäisiä ristiriitoja, vastustusta ja vihaa kun he tarkkailevat jatkuvasti omaa käyttäytymistään. Voimakasta stressiä lapsille aiheuttaa toinenkin reaktio, joka on heidän oma sisäinen ristiriitansa. ”He huomaavat rakastavansa ihmistä, joka juo, mutta vihaavansa tämän juomista.” (Ackerman 1992, 49.)

Lapset eivät pysty puhumaan ystävilleen, sillä he pelkäävät, etteivät muut ymmärtäisi heitä, ja joutuisivat pilkan ja lopulta hylkäämisen kohteeksi. Päihdeperheessä myös lasten on vaikeaa jakaa ja puhua perheen ongelmista sisarusten kesken, ja sen vuoksi he riitelevät usein. Tämä käyttäytymismalli on usein opittua vanhemmilta. (Ackerman 1992, 50.)

Lapselta riistetään perhe-elämän ja arjen normaalit asiat, kuten harrastukset ja ihmissuhteet. Päihdeperheiden lapsilla on usein samanlaisia piirteitä, kuten epäsiisti

ulkoasu, vaihteleva koulumenestys, vanhempien vähäinen mielenkiinto lapsen elämään tai ikätovereiden puutteellisuus. Lapsilla voi myös esiintyä erinäisiä oireita, kuten myöhästelyä koulusta, ristiriitojen välttelyä, heikkoa tarkkaavaisuutta ja keskittymisen puutetta, jatkuvaa huolta kotioloista, jatkuvaa sairastelua, äkillisiä kiivastumisia ja tunteenpurkauksia ja erinäisiä regressio-oireita. Lapsilla on myös äärimmäinen pelko siitä, että joutuu tilaisuuksiin, joissa vanhemmat ovat mukana. (Ackerman 1992, 82–87).

Päihdeperheiden lapsilla on todettu kaksin-, jopa nelinkertainen riski tulla itse päihteidenkäyttäjäksi. Lapsilla jopa kolmella neljästä esiintyy päihteiden liikkakäyttöä. Jos lapselle tulee liikaa negatiivisia kokemuksia niin, hänen tasapainoinen kehityksensä vaarantuu ja riski toistaa vanhempiensa ongelmaa kasvaa. Toisaalta positiiviset tekijät perheen ulkopuolella tai sisällä pystyvät suojaamaan lasta vahingollisilta seurauksilta, missä korostuu hyvä suhde toiseen vanhempaansa. Usein päihdeperheen lapsi avioituu päihteidenkäyttäjän kanssa, ja lapsenlapsillakin päihteiden liiallisen käytön riski on kolminkertainen. (Itäpuisto 2005, viitattu 5.11.2013.) Ongelman siirtymisestä vanhemmilta lapsille käytetään termiä sosiaalinen perimä. Se voi perustua lapsuudessa koettuihin kasvua ja kehitystä haittaaviin kokemuksiin.

Alkoholin käytön periytyvyyttä voidaan myös tarkastella kulttuurisena puuttumattomuutena. Puuttumattomuus ilmenee lähipiirissä siten, että siihen ongelmaan ei puututa, vaikka asia tiedostetaan. Perheet saattavat käyttää myös sosiaalista syrjintää alkoholiongelmaisen perheen lasten kohdalla, jolloin vanhemmat kieltävät lapsia leikkimästä heidän kanssaan. Koulukaan ei reagoi lasten oireiluun kovin herkästi ja sosiaaliviranomaiset löytävät vain jäävuorenhuipun alkoholiongelmaisista perheistä. (Itäpuisto 2005, viitattu 6.6.2014.)

Aikaisemmassa tutkimuksessa käsitykset sosiaalisesta perimästä ja vanhempien päihteidenkäytön vaikutuksista lasten elämään ovat vaihdelleet kieltämisen ja puhumattomuuden sekä myös yksinkertaistavan kohtalomaisen suhtautumisen välillä. (Bardy, Holmila, Kouvonen 2008, viitattu 6.6.2014.)

Vaikka päihdeongelmasta olisikin päästy irti, jää perheeseen näkyviä jälkiä pitkäksi aikaa. Myös perheen on tuettava ja muutettava käsitystään, jotta päihdeongelmasta

päästään kokonaisuudessaan yli ja perheen elämä normalisoituu. (Itäpuisto 2005, viitattu 5.11.2013.)

Ihmisten omat tulkinnat siitä, miten paljon lapsuuden ja nuoruuden kokemukset alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa vaikuttavat myöhempään elämään, vaihtelevat suuresti. Osa kokee päässeensä täysin eroon menneisyyden taakasta. Joitakin lapsuuden kokemukset ahdistavat vielä vuosikymmentenkin päästä. (Holmila & Kantola 2003, 43.)

Lasisen lapsuuden tekemän gallup-tutkimuksen (1994) tekemien tulosten mukaan päihdeperheissä eläneiden aikuisuuden ongelmina on ollut suurimpana kielteinen suhtautuminen alkoholiin, jännitys ja pelko, ahdistus alkoholinkäyttötilanteista ja heikko itsetunto. Muita seurauksia on ollut alkoholin väärinkäyttö, luottamuksen puute ihmisiin, turvattomuus ja voimattomuus, pari- ja ihmissuhdeongelmat, tunteiden kieltäminen, aggressiivisuus ja suhteiden katkaisu vanhempiin. (Peltoniemi 2006, viitattu 6.6.2014.)

Peltoniemen (2006) mukaan aikaisemmista haittoja koskevasta Lasinen lapsuus-tutkimuksesta nähtiin, kuinka alkoholi ei vielä lapsuuden haitoissa ollut kovin suuri asia, mutta että aikuisena päihteisiin asennoituminen ja niiden käyttö nousivat monilla ongelmaksi.

Omaa alkoholinkäyttöä ei kysytty enää vuoden 2004 aineistossa, mutta käytettävissä ovat vuoden 1994 aineiston tiedot. Valtaosa (59%) alkoholiperheissä eläneistä sanoi juovansa ”silloin tällöin”. Säännöllisesti alkoholia käyttäviä oli vain 4 prosenttia, ja melko usein juovia 12 prosenttia. Kokonaan raittiita oli 11 prosenttia. (Peltoniemi 2006, viitattu 6.6.2014.)

2.2. Väkivalta päihdeperheessä

Väkivalta on kasvava ongelma, joka kuuluu monen lapsen elämään päihdeperheessä. Usein päihteidenkäyttäjän perheenjäsenet kokevat sekä fyysistä että henkistä väkivaltaa. Väkivalta voi myös esiintyä seksuaalisena, sosiaalisena tai taloudellisena väkivaltana. On vaikeaa arvioida johtuuko henkilön päihteidenkäyttö perheen väkivaltatilanteista vai johtuuko väkivaltatilanteet henkilön päihteidenkäytöstä. Useimmiten perheenjäsenet kokevat väkivaltaa yöaikaan, sillä yleensä päihteidenkäyttäjät häiriköivät tällöin. (Holmila & Kantola 2003, 42–43.)

Fyysinen väkivalta ilmenee yleensä lyömisenä tai potkimisena, kun taas henkinen väkivalta voi olla nimittelyä, alentamista, nöyryyttämistä tai jopa uhkailua. Seksuaalinen väkivalta ilmenee estottomana käyttäytymisenä ja puheena, joka ahdistaa lapsia. Taloudellinen väkivalta näkyy varattomuutena lasten harrastuksille, vaatteille, ruoalle ja monesti lapset näkevät nälkää. Sosiaalinen väkivalta ilmenee usein siten, että vanhemmat rajoittavat tai katkaisevat lapsen sosiaaliset suhteet. (Aaltonen, Kivivuori, Lehti, Salmi, Sirén 2009, viitattu 6.11.2013.)

Lapsen suhde vanhempiin rakentaa hänen kuvansa itsestään ja arvokkuudestaan. Lapsen turvallisuuden tunne rakentuu kodin ilmapiirin ja ihmissuhteiden lisäksi arjen ennakoitavuudesta, säännöllisyydestä ja johdonmukaisuudesta. Näiden pohjalta lapsi lähtee tutustumaan muihin ihmisiin ja muodostamaan käsitystään ympäröivästä maailmasta. Perheväkivalta vaikuttaa näin oleellisesti lapsen kehityksen kannalta olennaisiin rakenteisiin. (Armanto & Koistinen 2007, 410.)

3 PÄIHDETYÖN EHKÄISEVÄT MENETELMÄT

Tässä tekstiosassa kuvaamme millaisia palveluita on tänä päivänä käytössä päihdetyön ehkäisyssä. Palvelut voivat olla muuttuneet siitä, millaisia ne olivat silloin kun haastateltavamme elivät lapsuuttaan päihdeperheessä.

Kuntien velvollisuutena on järjestää lain mukaan ehkäisevää päihdetyötä. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö vastaa päihdepalvelujen toimimisesta. Ehkäisevä päihdetyö vähentää ja ehkäisee päihdehaittoja, pyrkii ymmärtämään ja hallitsemaan päihdeilmiöitä sekä edistää päihteettömiä elintapoja. Ehkäisevää päihdetyötä voidaan toteuttaa kouluissa, sosiaali- ja terveyspalveluissa sekä nuoriso- ja vapaa-aikatoiminnassa. Päihdepalveluilla tarjotaan tukea, apua, hoitoa ja kuntoutusta päihteiden ongelmakäyttäjille ja heidän läheisilleen. (Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö 2012, viitattu 5.9.2014.)

3.1 Julkisen sektorin palvelut

Sosiaali- ja terveystoimi tarjoaa päihdetyön ehkäisyä kasvatus- ja perheneuvolan, sosiaalitoimiston ja terveyskeskuksen kautta (Päihdelinkki 2011, viitattu 5.9.2014).

Äitiys- ja lastenneuvola sekä kouluterveydenhuolto

Päihteitä ongelmallisesti käyttävien raskaana olevien äitien määrästä ei ole tarkkaa arviota. On arvioitu, että Suomessa syntyy vuosittain noin 600 lasta, jolla on sikiöaikaiseen alkoholi-altistukseen liittyviä oireita. Päihteidenkäytön riskit eivät rajoitu vain raskausaikaan, vaan jatkuvat heti lapsen synnyttyä. (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013, 227–230.)

Suurin osa perheistä käyttää sekä äitiys- että lastenneuvola palveluita, joten neuvola tavoittaa valtaosan päihdeperheistä. Neuvolassa päihteidenkäyttö otetaan puheeksi mahdollisimman varhain kaikkien asiakkaiden kanssa. Neuvoloiden säännölliset määräaikaisten terveystarkastukset, erityisesti laajat terveystarkastukset, lisäkäynnit, kotikäynnit ja perhevalmennus mahdollistavat terveysneuvonnan, ongelmien varhaisen

tunnistamisen, asioiden puheeksi ottamisen, tukemisen ja jatkohoitoon ohjaamisen. Laajoissa tarkastuksissa apuna käytetään AUDIT -kyselylomaketta, jolla pyritään selvittämään vanhempien alkoholinkulutusta. Sen tekeminen kestää vain hetken ja kukin kysymys pisteytetään 0-4. Raskaana olevilla tavoite pistemäärä on nolla ja yhteispistemäärää kahdeksan pidetään rajana, jonka ylittäminen viittaa alkoholin liikkakäyttöön. (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013, 227–230.)

Neuvolalla on tärkeä tehtävä ohjata ja tukea päihdeongelmaisen raskaana olevan ja mahdollisesti myös puolison hakeutumista hoitoon. Jos äidillä on todettu olevan päihteiden liikkakäyttöä, voidaan häntä pyytää pitämään esimerkiksi päiväkirjaa juomisesta. Keskustelemalla pyritään vahvistamaan raskaana olevan vanhemmuutta ja kiintymystä syntyvään lapseen. Neuvola tekee moniammatillista yhteistyötä ulkopuolisten tahojen kanssa. Raskausaikana tehdään päihdeongelmaisesta äidistä ennakkollinen lastensuojeluilmoitus, ja lapsen syntymän jälkeen lastensuojeluilmoitus tukipalveluiden järjestämiseksi. (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013, 227–230.)

Lastenneuvolan ja kouluterveydenhuollon työntekijöiden kontaktit lapsiperheisiin ja nuoriin tarjoavat hyvät mahdollisuudet puuttua varhain päihteidenkäyttöön. On tärkeää jakaa siitä tietoa, miten lapset kokevat vanhempien alkoholinkäytön, ja mitä haittoja siitä voi aiheutua lapselle. (Mäki, Wikström, Hakulinen-Viitanen & Laatikainen 2011, 165.)

Nuorten päihteidenkäyttö on vähentynyt Suomessa viimeisen vuosikymmenen aikana. Silti vuonna 2009 14–15 -vuotiaista 17 prosenttia oli ollut vahvassa humalassa vähintään kerran kuukaudessa, kuusi prosenttia oli kokeillut huumausaineita ja 15 prosenttia tupakoi päivittäin. (Mäki, ym. 2011, 169).

Kaikissa laajoissa kouluterveydenhuollon terveystarkastuksissa tehdään vanhemmille sekä lapsille edellä mainittu AUDIT -kysely, ja samalla keskustellaan aiheesta varsinkin nuoren kanssa. Tätä keskustelumenetelmää kutsutaan mini-interventioksi. Nuorille voidaan myös tehdä ADSUME -kysely, joka on tarkoitettu käytettäväksi vain nuorilla. Jos terveydenhoitajalla herää huoli nuoren päihteidenkäytöstä, asia pitää ottaa puheeksi ja näin pohtia yhdessä nuoren ja tämän vanhempien kanssa parasta mahdollista auttamiskeinoa jokaisen nuoren kohdalla yksilöllisesti. (Mäki, ym. 2011, 165–172.)

Työterveyshuolto

Työterveyshuolto seuloa työkäisten terveystottumuksia, joihin sisältyy myös AUDIT -kysely. Tarkastuksissa keskustellaan AUDIT -kyselyn tulosten pohjalta alkoholinkäytöstä ja sen riskeistä. Myös työnantaja voi olla yhteydessä tarvittaessa työterveyshoitajaan, joka alkaa selvittää työntekijän kanssa päihteidenkäyttöä. (Työturvallisuuskeskus 2014, viitattu 22.4.2014.)

3.2 Kolmannen sektorin palvelut

Kolmannen sektorin palveluita tarjoaa seurakunta, nuorisokeskus ja Punainen Risti. He tekevät työtä lasten ja nuorten sekä heidän perheiden hyväksi (Päihdelinkki 2012, viitattu 16.4.2013). Käytössä on myös verkkopalveluita, kuten Päihdelinkki, jossa tarjolla on keskusteluryhmiä ja erilaisia testejä, jotka ovat suunnattu päihteiden käyttäjille ja heidän läheisilleen. Myös Lastenseurassa.fi -ohjelma on Alkon, Terveystieteiden ja hyvinvoinninlaitoksen, A-klinikkasäätiön, Mannerheimin Lastensuojeluliiton ja Suomen Vanhempainliiton ylläpitämä vastuullisuusohjelma. Sen tavoitteena on ehkäistä ja vähentää lapsiin kohdistuvia haittoja, jotka johtuvat aikuisten alkoholinkäytöstä. Varjomaailma.fi -palvelu tarjoaa apua kaikille lapsille ja nuorille, joiden vanhemmat käyttävät liikaa päihteitä. (Lasten seurassa.fi 2014, viitattu 5.9.2014.)

4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemuksia päihdeperheessä elämisestä. Tavoitteenamme on tuottaa kokemusten kautta tietoa päihdetyötä tekeville ammattilaisille päihdetyöhön, päihteiden käyttäjille ja päihdeperheessä eläneille lapsille.

Tutkimustehtävänäme ovat:

1. Millaisia kokemuksia lapsuutensa päihdeperheessä eläneillä aikuisilla on päihdeperheessä elämisestä?
2. Mitä kokemuksia lapsuutensa päihdeperheessä eläneillä aikuisilla on vanhempien päihteiden käytön yhteydestä myöhempään elämäänsä?
3. Millaista tukea lapsuutensa päihdeperheessä eläneet aikuiset saivat?
4. Mikä on tutkimukseen osallistuvien viesti päihteitä käyttäville vanhemmille ja päihdeperheessä eläville lapsille?

5 TUTKIMUSMENETELMÄ JA AINEISTONKERUU

5.1 Laadullinen tutkimus

Opinnäytetyömme on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus, jossa kuvataan lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemuksia. Laadullisessa tutkimuksessa on tavoitteena todellisen elämän mahdollisimman kokonaisvaltainen kuvaaminen. Tyypillistä sille on, että aineisto kootaan luonnollisissa, todellisissa tilanteissa. Laadullisessa tutkimuksessa haastateltavat valitaan tarkoituksenmukaisesti ja suositaan menetelmiä, joissa heidän näkökulmansa ja kokemuksensa pääsevät esille. Tapauksia käsitellään ainutlaatuisina. (Kylmä & Juvakka 2007; Hirsjärvi ym. 2004, 155.)

5.2 Kohderyhmä ja aineistonkeruu

Keräsimme tutkimuksen aineiston lapsuutensa päihdeperheessä eläneiltä aikuisilta (n=6). Osallistujien valinnassa keskeisintä oli oma kokemus päihdeperheessä elämisestä lapsuudessa. Löysimme sopivat haastateltavat kertoen tutkimuksesta tuttavillemme, jotka auttoivat haastateltavien etsinnässä. Osallistujista naisia oli 5 ja miehiä 1.

Keräsimme aineiston avoimella haastattelulla helmi-maaliskuussa 2014. Valitsimme sen tutkimusmenetelmäksi, koska halusimme korostaa ihmistä subjektina, tietyn tilanteen kokemana henkilönä (Hirsjärvi & Hurme 2010). Avoin haastattelumuoto on täysin strukturoimaton. Avoimen haastattelun sisältö pohjautuu tutkimustehtäviin. Viitekehys ei määrää haastattelun suuntaa, mutta se on helpottamassa tutkijoita hahmottamaan ilmiö, jota he tutkivat. Haastattelun aikana tutkijan/tutkijoiden tarkoituksena on pitää haastattelu koossa ja aiheessa, kuitenkin on annettava haastateltavan puhua vapaasti. (Sarajärvi & Tuomi 2009, 74–77.) Osallistujien haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina paikassa, joka heille sopi. Paikkoina olivat haastateltavan ja haastattelijan koti tai muu yhteinen sovittu paikka.

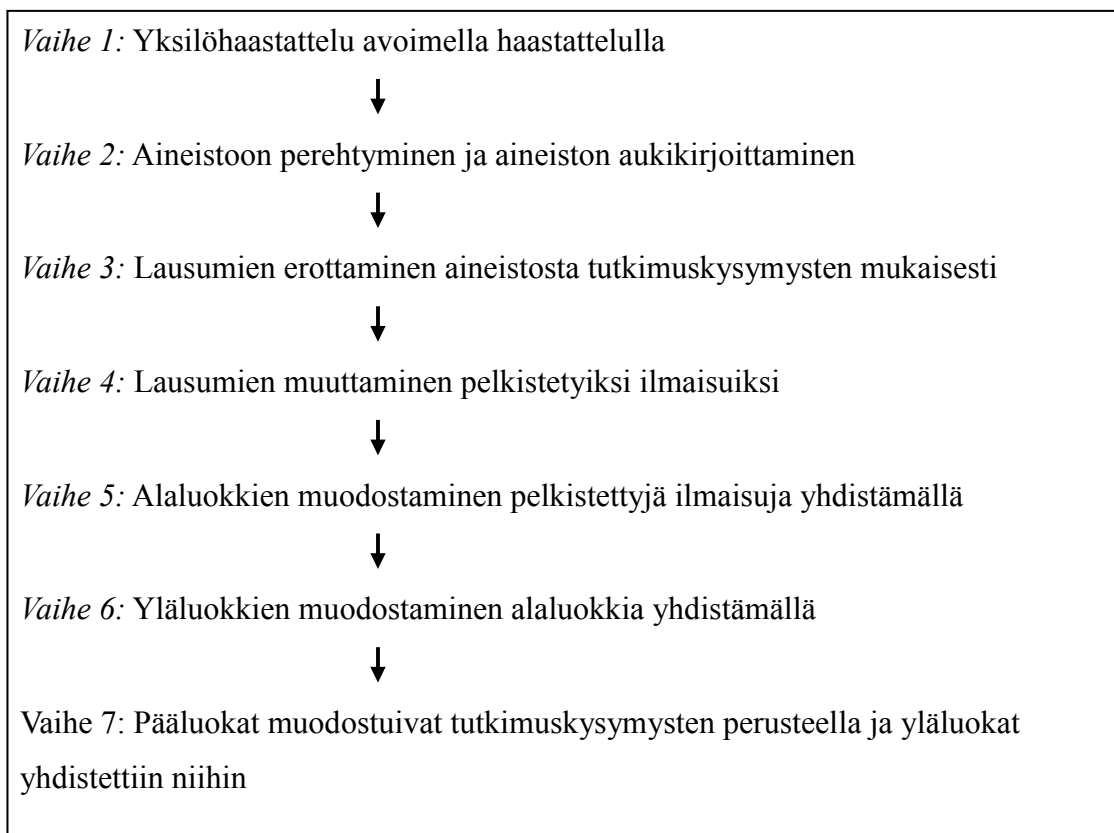
Ennen haastattelujen aloitusta kerroimme heille suullisesti tutkimuksestamme ja sen vapaaehtoisuudesta. Myöhemmin lähetimme heille saatekirjeen (liite 1) ja suostumuslomakkeet (liite 2). Saatekirjeessä tiedotimme vielä tarkemmin tutkimuksen tarkoituksesta ja tiedonkeruusta. Suostumuslomakkeessa pyysimme luvan haastatteluun tutkimukseen osallistuvilta. Tutkijat ottivat yhteyttä heihin puhelimitse ja sopivat haastatteluajan ja -paikan. Suostumuslomake allekirjoitettiin ennen haastattelun alkua. Tutkijat toteuttivat haastattelut itse ja ne nauhoitettiin haastateltavien suullisella luvalla. Haastattelut kestivät 30–50 minuuttia.

5.3 Aineiston analyysi

Nauhoitetut haastattelut aukikirjoitimme tekstiksi. Kuuntelimme jokaisen haastattelun ja luimme ne huolellisesti läpi monta kertaa. Haastatteluaineistoa kertyi 24 sivua. Aineistoanalysoinnin toteutimme induktiivisella sisällönanalyysillä. Aineistoon tutustumista ja kokonaiskäsityksen saamista auttoi se, että haastattelimme itse haastateltavat. Analyysiyksiköksi valitsimme sanan tai lauseen kokonaisuuden, joka vastasi tutkimuksen tarkoitukseen. Aineistosta poimituista alkuperäisistä sanoista ja / tai lauseista muodostimme tutkimusilmiötä kuvaavat pelkistetyt ilmaisut (katso taulukko 1). Saman sisältöiset ilmaisut ryhmiteltiin alaluokkiin ja siitä edelleen yläluokkiin tutkimuskysymysten mukaisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 110–115; Elo & Kyngäs 2008, 107–115; Polit & Beck 2011, 564.) Analyysin eteneminen on esitetty kuviossa 1. Tutkimustulokset raportoimme tutkimuskysymysten mukaisesti.

TAULUKKO 1. Esimerkki alkuperäisilmaisuiden pelkistyksestä.

Alkuperäisilmaisu	Pelkistetty ilmaisu
”..Piti aina pelätä sitä kun se oli niin arvaamaton..”	Pelon tunne
”..Pelkäsin että milloin se juominen taas alkaa..”	



KUVIO 1. Analyysin eteneminen

5.4 Eettisyys ja luotettavuus

Kiinnitimme huomiota tutkimuksen eettisiin seikkoihin koko tutkimuksen ajan, koska tutkimuksen aihe on sensitiivinen. Tutkimuksen eettisinä periaatteina olivat osallistujien ihmisarvon ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen sekä yksityisyyden suojaaminen ja vahingon välttäminen. Haastateltavat olivat mukana tutkimuksessa vapaaehtoisesti. Informoimme heitä tutkimuseettisistä asioista saatekirjeessä ja haastattelun alussa.

Haastattelut tapahtuvat yksilöllisesti ja luotettavasti niin, ettei haastateltavien henkilöllisyys tule esille missään opinnäytetyön vaiheessa. Tutkimukseen osallistumisesta pyydettiin kirjallinen suostumus. Lainaukset alkuperäisilmauksista valittiin huolellisesti tuloksia kuvaavina. Haastateltavilla on myös tiedonsaantioikeus,

jolla turvataan ihmisarvon, yksityisyyden ja itsemääräämisoikeuden kunnioittamisen. (Juvakka & Kylmä 2007, 127.) Tutkimuksen kaikissa vaiheissa pyrimme tekemään mahdollisimman huolellista työtä. Opinnäytetyö on kirjoitettu rehellisesti hyviä eettisiä periaatteita noudattaen. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.)

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan kuvata neljällä kriteerillä. Niitä ovat uskottavuus, vahvistettavuus, refleksiivisyys ja siirrettävyys. Uskottavuus kuvaa tutkimuksen ja sen tulosten uskottavuutta sekä sen osoittamista tutkimuksessa. Uskottavuus ilmenee opinnäytetyössämme niin, että tutkimustulokset vastaavat tutkimukseen osallistuneiden henkilöiden käsityksiä tutkimuskohteesta sekä osallistujat tiesivät tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon oman kokemuksensa vuoksi.

Vahvistettavuudella pyritään siihen, että tutkimusprosessin aikana tehdään esimerkiksi tutkimuspäiväkirjaa, jota toinen tutkija voi seurata prosessin kulkua pääpiirteissään. Vahvistettavuus on osin ongelmallinen kriteeri, koska laadullisessa tutkimuksessa toinen tutkija ei välttämättä päädy samaan tulkintaan, vaikka olisi sama aineistokin. Kuitenkin laadullisessa tutkimuksessa monet todellisuudet on hyväksyttäviä. Tutkimuksessamme vahvistettavuutta lisättiin kuvaamalla mahdollisimman tarkasti, miten tutkimustuloksiin on päädytty ja lukija voi seurata analyysiprosessin kulkua. Lisäksi vahvistettavuutta lisättiin nauhoittamalla haastattelut ja aukikirjoittamalla ne mahdollisimman nopeasti. (Juvakka & Kylmä 2007, 127–129; Polit & Beck 2011, 584–585.)

Refleksiivisyydessä tutkimuksen tekijät ovat tietoisia omista lähtökohdistaan tutkimuksen tekijöinä. Tutkijat pohtivat ennen tutkimuksen aloittamista omia arvojaan ja ennakkokäsitysten vaikutusta tutkimuksen kaikkiin vaiheisiin, mikä lisäsi tutkimuksen refleksiivisyyttä. Siirrettävyydellä tarkoitetaan tutkimuksen tulosten siirrettävyyttä muihin vastaaviin tilanteisiin. Siirrettävyyttä parantavat suorat lainaukset tulosten esittelyssä. Tutkimusaineisto on kuitenkin pieni, joten se rajoittaa tulosten siirrettävyyttä. (Juvakka & Kylmä 2007, 127–129; Polit & Beck 2011, 584–585.)

6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimustulokset ovat jaoteltu tutkimustehtävien mukaan. Niistä muodostui neljä pääluokkaa. Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemuksia päihdeperheessä elämisestä, lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemusten yhteys myöhempään elämään, lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten saama tuki ja viesti päihdeperheessä eläville lapsille ja päihteitä käyttäville vanhemmille. Tulosten analysoinneista on taulukot liitteenä.

6.1 Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemuksia

Haastateltavat toivat esille erilaisia tunteita, joita olivat kokeneet lapsuudessa (liite 3). Päällimmäiseksi tunteeksi nousi esille *pelko*. Haastateltavat kokivat pelkoa väkivallasta, vanhempien terveyden puolesta, tulevasta, yksinjämisestä ja siitä, periytyykö päihdeongelma vanhemmalta itselle ja omille lapsille. Osa haastateltavista tunsu tarvetta suojella perhettä ulkopuolisilta, sillä he pelkäsivät miten ulkopuoliset suhtautuisivat asiaan. Tutkimuksen haastateltavista kaikki eivät tunteneet pelkoa.

Turvattomuuden tunne oli yksi esille nousseista tunteista. Sen aiheutti tasapainoton arki ja negatiivinen kodin ilmapiiri. *Pettymyksen tunteet* aikaan sai pettymys alkoholinkäyttäjää kohtaan. Häpeän tunnetta aiheutti vanhemman alkoholin käyttö ja käyttäytyminen. Osa haastateltavista kertoi myös kokeneensa *vihaa* alkoholia ja alkoholinkäyttäjää kohtaan. *Sääliä* he kokivat alkoholin käyttäjää sekä heidän ympärillä olevia läheisiään kohtaan. *Katkeruuden tunteita* toi esiin kariutunut suhde vanhempiin, katkeruus alkoholin käyttäjään ja muiden ehjiin perheisiin. *Surua* he tunsivat perheensä tilanteesta ja alkoholinkäyttäjän huonosta olosta.

”..Aina tuli kauhean pettynyt olo, kun isä oli taas humalassa.. ”

”..Monesti säälin äitiä, mutta heti kun näin hänet humalassa, tulin kauhean vihaiseksi..”

Tuloksissa esille nousi *jatkuva stressi*, joka aiheutui omista sisäisistä ristiriidoista. Haastateltavat tunsivat myös jatkuvaa *huolta* alkoholia käyttävään vanhempaa kohtaan ja turhautumisen tunnetta omasta riittämättömyydestä. Kuitenkin he *tunsivat tulleensa rakastetuksi* kaikesta huolimatta. *Luottamuksen puute* johtui petetyistä lupauksista, jotka alkoholin käyttäjä aiheutti. *Perheen ulkopuolisia haittoja* olivat koulunkäyntivaikeudet lapsuudessa. Haastateltavat toivat esille myös sen, että päihteitä käyttävän vanhemman käyttäytyminen voi olla pahempaa kuin vanhemman ollessa humalassa, koska alkoholin tuomat ongelmat halutaan unohtaa ja niitä ei useimmiten haluta käsitellä. *Suhtautuminen alkoholia käyttävään vanhempaan* tämän ollessa selvin päin oli positiivisempaa, ja negatiiviset tunteet nousivat pintaan vanhemman ollessa humalassa. Tulosten mukaan haastateltavat kokivat, että alkoholi oli sen käyttäjälle tärkein ja meni heidän edelleen.

Väkivallan kokeminen nousi myös yhdeksi asiaksi tutkimustuloksissa. Haastateltavista osa oli kokenut henkistä väkivaltaa, joka esiintyi alistamisena, nöyryyttämisenä, pilkkaamisen kohteena olemisena ja nimittelynä. Myös alkoholin käyttäjän taholta esiintyvä vainoava käyttäytyminen ja vanhempien väliset ristiriidat tulivat esille. Seksuaalista väkivaltaa oli koettu, ja tämä näyttäytyi alkoholin käyttäjän estottomina puheina, jotka koettiin ahdistavaksi. Tutkimuksen haastateltavista kaikki eivät kokeneet väkivaltaa.

6.2 Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemusten yhteys myöhempään elämään

Seuraavassa kappaleessa on kuvailtu millaisia yhteyksiä kokemuksilla on ollut myöhempään elämään (liite 4). Tuloksissa ilmeni että haastateltavat olivat kokeneet *luottamuksen puutetta*. Tämä johtui petetyistä lupauksista lapsuudessa vanhempien alkoholin käytön vuoksi. Esille tuli myös millaisia *negatiivisia vaikutuksia* kokemuksella on ollut itseensä. Kokemusten yhteys myöhempään elämään näkyi muun muassa pelkona kohdata tulevia asioita elämässä, itsetunto-ongelmina, haluna välttää alkoholiongelmaisten seuraa ja siitä miten ulkopuolisen avun myöhäinen puuttuminen alkoholin käyttäjän ja perheen tilanteeseen oli jättänyt arvet.

”..Kokemuksen takia ei voi luottaa keneenkään, varsinkin parisuhteen luominen on vaikeaa kun isä aina petti lupauksensa..”

”..Lapsena tuntui pahalle kun kukaan ei puuttunut asioihin..”

Tuloksissa esille nousi myös mitä *positiivisia vaikutuksia* kokemuksella on ollut itseensä. Kokemus on vahvistanut itseä, kokemuksen tuoma empaattisuus, halu välttää ristiriitoja, halu auttaa muita ja se, että ymmärtää alkoholin käyttäjän tuomat negatiiviset mallit elämässä. Haastateltavat kertoivat miten kokemus oli heidän näkökulmastaan vaikuttanut heidän läheisiinsä. Se oli näkynyt ahdistuneisuutena, masennuksena, puhumattomuutena ja syrjäytymisenä.

Haastateltavat kertoivat myös miten he *suhtautuvat alkoholiin* tänä päivänä. Esille tuli negatiivisena asiana alkoholin käytön periytyvyys ja negatiivinen suhtautuminen piilotteluun ja jatkuvaan juomiseen. Osa koki negatiivisena asiana alkoholin yksin juomisen. Haastattelussa esille nousi myös, että alkoholiin suhtautuminen oli neutraalia, alkoholin käytön tiedostaminen omien lasten seurassa, alkoholin haluamattomuus ja vältellä alkoholin liikakäyttäjien seuraa.

”..Ja sen tiedän etten omien lasten nähden ole koskaan humalassa..”

”..Alkoholin yksin juominen näyttäytyy minulle negatiivisena asiana..”

6.3 Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten saama tuki

Avoimessa haastattelussa ei käytetty valmiita kysymyksiä, sen vuoksi kaikissa haastatteluissa ja näin ollen tuloksissa ei tule ilmi tuen saannin selvää määrää ja sen vaikuttavuutta.

Haastattelussa esille tulleita tuen muotoja olivat *läheisten tuki, ulkopuolinen apu ja muut selviytymiskeinot* (liite 5). Läheisten tuki tuli esille perheen, ystävien ja ympäristön tukena. Ulkopuolista apua he kokivat saaneensa kolmannen sektorin palveluilta ja terveydenhuollon ammattilaisilta. Kolmannen sektorin palveluihin kuuli muun muassa vapaaehtoistyön vertaistukiryhmät ja seurakunnan palvelut. Haastateltavat kokivat

saaneensa osaksi tukea terveydenhuollon ammattilaisilta, joihin kuului muun muassa psykologi, toimintaterapeutti, työterveys-, sosiaali- ja kouluterveydenhuolto. Muita selviytymiskeinoja olivat välimatkan ottaminen alkoholia käyttävään vanhempaan, tunteiden purkaminen kohdistuen alkoholin käyttäjään, välien katkaisu alkoholin käyttäjään ja harrastusten tärkeys tukena omassa selviytymisessä.

Osa oli kokenut myös, ettei saaneet tukea, tilanteeseen oli liian myöhään puututtu tai tukea ei saatu ulkopuolisten tahojen tiedosta huolimatta.

6.4 Viesti päihdeperheessä eläville lapsille ja päihteitä käyttäville vanhemmille

Haastatteluissa haastateltavat saivat kertoa viestiä päihdeperheessä eläville lapsille. Tärkeimpänä viestinä nousi esiin se, että syyllisyyden kantaminen vanhempien päihteiden käytöstä on turhaa, sillä se ei ole lasten vika. Haastateltavat rohkaisevat puhumaan ystäville ja ulkopuolisille vanhempien alkoholin käytöstä ja perheen tilanteesta sekä pyytämään apua riittävän ajoissa. Haastateltavat korostivat harrastusten tärkeyttä omassa jaksamisessaan ja selviytymisessä. Esiin nousi myös se, että itsenäistyminen ja välimatkan ottaminen alkoholia käyttävään vanhempaan voi olla yksi selviytymiskeino. Haastateltavat kehottivat päihdeperheessä eläviä lapsia pysymään vahvana.

Haastatteluissa haastateltavat saivat kertoa myös viestiä päihteitä käyttäville vanhemmille. Haastateltavat kertoivat, että päihteitä käyttävien vanhempien on hyvä pohtia, millaisen lapsuuden ja esimerkin he haluavat omille lapsilleen antaa, sillä lapset ovat herkkiä traumatisoitumaan. Kävi ilmi, että avun hakeminen koko perheen kannalta on tärkeää ja päihteiden käyttäjä voi parantua vain omasta tahdosta, ei kenenkään pyynnöstä. Esiin tuli myös se, että apua hakemalla vain voidaan saada tuloksia aikaan ja niitä on myös saavutettu. Haastateltavat kehottivat päihteitä käyttäviä vanhempia miettimään päihteiden tärkeyttä ja niiden vaikutuksia perheeseen. Voi helposti jäädä yksin mikäli asettaa päihteet perheen edelle. Haastateltavat haluavat myös sanoa, että on hyvä keskustella avoimesti päihteiden käytöstä perheen kesken vanhempien ollessa selvin päin. Kerrottavana oli myös se, että alkoholin käytöllä perheessä on pitkät seuraukset raitistumisen jälkeenkin.

7 TULOSTEN TARKASTELU

Kokemus

Tutkimustuloksissa nousi esiin erilaisia tunteita. Niitä olivat pelko, turvattomuus, häpeä, viha, pettymys, sääli, katkeruus ja suru. Itäpuiston (2005) mukaan vähäinenkin päihteiden käyttö vaikuttaa vanhempien käyttäytymiseen, jonka seurauksena lapsille aiheutuu turvattomuuden tunnetta ja erilaisia pelkoja kuten pelkoa vanhempien keskeisistä riidoista ja vanhempien terveyden puolesta. He pelkäävät myös häpeää ja nöyryytyksiä perhetilanteensa vuoksi. Lapset voivat myös jäädä ilman henkistä ja fyysistä tukea.

Haastateltavat kertoivat suhtautumisestaan vanhempiin. Vanhemman ollessa selvin päin, suhtautuminen oli positiivisempaa, kun taas vanhemman ollessa humalassa, suhtautuminen oli negatiivisempaa. Tätä asiaa Ackerman (1992) kuvaili näin: *”Lapset huomaavat rakastavansa ihmistä, joka juo, mutta vihaavat tämän juomista.”*

Haastateltavat kertoivat kokeneensa stressiä. Myös Ackermanin (1992) mukaan vanhempien päihteidenkäyttö aiheuttaa lapsille stressiä, joka aiheutuu heidän omasta sisäisestä ristiriidasta ja vanhempien päihteiden käytöstä.

Ackermanin (1992) mukaan lapsilla voi esiintyä erinäisiä oireita, kuten myöhästelyä koulusta, heikkoa tarkkaavaisuutta ja keskittymisen puutetta. Tutkimustuloksissa nämä asiat tulivat esiin koulunkäyntivaikeuksina.

Holmilan & Kantolan (2003) mukaan alkoholin käyttäjä kokee juomisen olevan yksi keino purkaa pahaa oloaan. Alkoholin käyttäjä ei kykene lopettamaan juomistaan, sillä hän kokee juomisestaan häpeää. Myös terveystieteen lähde (2013) kuvaa asiaa näin: *”Alkoholiksi kutsutaan ihmistä, joka on riippuvainen alkoholista ja jolla on pakonomainen tarve saada alkoholia jatkuvasti tai ajoittain.”* Tutkimuksessamme haastateltavat kokivat että heidän vanhemmilla alkoholi meni perheenkin edelle.

Holmilan & Kantolan (2005) mukaan väkivalta kuuluu monen päihdeperheessä elävän

lapsen elämään. Usein perheenjäsenet kokevat sekä fyysistä että henkistä väkivaltaa. Väkivalta voi esiintyä myös seksuaalisena, sosiaalisena tai taloudellisena väkivaltana. Osa haastateltavista koki henkistä ja seksuaalista väkivaltaa. Henkinen väkivalta ilmeni alkoholinkäyttäjän vainoavana käyttäytymisenä, alistamisena, nöyryyttämisenä, nimittelynä, pilkkaamisen kohteena olemisena ja vanhempien välisinä ristiriitoina. Kun taas seksuaalinen käyttäytyminen ilmeni alkoholin käyttäjä estottomina puheina. Nämä kokemukset tulevat myös esiin Aaltosen ym. (2009) mukaan.

Kokemuksien yhteys myöhempään elämään

Holmilan ja Kantolan (2005) mukaan jokaisen ihmisen kokemuksen yhteys myöhempään elämään alkoholiongelmiaisten vanhempien kanssa elämisestä, vaihtelee suuresti. Osa ihmisistä kokee päässeensä täysin eroon menneisyyden kokemuksista, kun taas joitakin kokemukset ahdistavat vielä vuosikymmentenkin päästä.

Lasisen lapsuuden tekemän gallup -tutkimuksen (1994) tulosten mukaan lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten suurimpana ongelmana on ollut kielteinen suhtautuminen alkoholiin, ahdistus alkoholinkäyttötilanteita ja heikko itsetunto. Muita seurauksia on ollut luottamuksen puute ihmisiin sekä pari – ja ihmissuhdeongelmat. Haastatteluissa ilmeni että haastateltavat olivat kokeneet luottamuksen puutetta, joka esiintyi sitoutumiskammona parisuhteessa. Tämä johtui petetyistä lupauksista lapsuudessa vanhempien alkoholin käytön vuoksi. Haastateltavat kokivat negatiivisina vaikutuksina myös itsetunto-ongelmat ja halun välttää alkoholiongelmiaisten seuraa.

Tutkimuksessamme haastateltavat toivat esiin myös positiivisia vaikutuksia omaan elämään. Suurimpana positiivisena vaikutuksena haastateltavat kokivat kokemuksen vahvistaneen itseään ihmisenä. Tämä näyttäytyi siten, että pienet vastoinkäymiset elämässä on helposti voitettavissa. Muita positiivisia vaikutuksia olivat kokemuksen tuoma empaattisuus, ristiriitojen välttely, halu auttaa muita ja alkoholin käyttäjän tuomien negatiivisten mallien ymmärtäminen. Tästä ei aiempaa verrattavissa olevaa tutkimustietoa löytynyt.

Itäpuiston (2005) mukaan päihdeperheiden lapsilla on todettu kaksin -, jopa nelinkertainen riski tulla itse päihteiden käyttäjäksi. Lapsilla, jopa kolmella neljästä,

esiintyy päihteiden liikkakäyttöä ja lapsenlapsillakin päihteiden liiallisen käytön riski on kolminkertainen. Tutkimuksessamme haastateltavat pitivät alkoholin käytön periytyvyyttä negatiivisena, jopa pelottavana asiana. Avoimessa haastattelussa haastateltavat kertoivat suhtautumisestaan alkoholiin. Suurin osa haastateltavista suhtautuu tänä päivänä alkoholiin neutraalisti. Kuitenkin haastatteluissa tuli esiin myös alkoholin haluamattomuutta. He tiedostivat alkoholin normaalin käytön omien lasten seurassa. Haastateltavilla oli negatiivinen suhtautuminen alkoholin piilotteluun ja alkoholin juomiseen yksin.

Kokemukset tuen saannista

Käyttäessämme tutkimuksessamme avointa haastattelua, haastateltavat saivat vapaamuotoisesti kertoa saamastaan tuesta ja tuen määrästä. Sen vuoksi esiin ei tule tarkkaa tietoa siitä kuinka paljon kukakin henkilö sai tukea ja mistä. Kuitenkin haastateltavat kertovat saaneensa tukea läheisiltä, ammattihenkilöstöltä ja kolmannen sektorin palveluilta. Osa haastateltavista koki, etteivät saaneet tarpeeksi tukea tai tilanteeseen puututtiin liian myöhään. Kävi ilmi myös, että tiedosta huolimattakaan tukea ei saatu riittävästi. Haastateltavat kertoivat myös muita käyttämiään selviytymiskeinoja. Näitä olivat muun muassa välitmatkan ottaminen alkoholia käyttävään vanhempaan, tunteiden purkaminen alkoholin käyttäjään ja harrastukset.

Viestit päihdeperheessä eläville lapsille ja päihteitä käyttäville vanhemmille

Haastateltavat saivat kertoa haastattelussa viestiä päihdeperheessä eläville lapsille ja päihteitä käyttäville vanhemmille. Päihdeperheessä eläville lapsille osoitetuissa viesteissä eniten esiin nousseita asioita olivat puhumisen ja harrastusten tärkeys sekä muun muassa apukeinoja miten he ovat käsitelleet omaa kokemustaan. Päihteitä käyttäville vanhemmille haastateltavat kehottivat miettimään päihteiden tärkeyttä ja niiden vaikutuksia perheeseen. Myös keskustelemisen tärkeyttä korostettiin.

Esille tuli myös asioita mitä jatkossa kannattaa hyödyntää terveydenhuollossa. Näitä olivat muun muassa puuttua perheiden tilanteisiin ajoissa ja tarjota apua matalalla kynnyksellä sekä esimerkiksi kouluterveydenhuollossa korostaa keskustelun ja omien harrastusten merkitystä.

8 POHDINTA

8.1 Tutkimusprosessin pohdinta

Opinnäytetyömme tavoitteena oli tuottaa tietoa, jolla voidaan edistää päihdetyön ehkäisyä. Laadullisen tutkimuksen avulla saimme aiheestamme hyvin mielenkiintoisia tuloksia. Aihe tuntui alusta alkaen omalta. Opinnäytetyön tekeminen on kuitenkin ollut pitkä ja raskas prosessi. Aloimme hyvissä ajoin suunnittelemaan ja tekemään opinnäytetyötä, mutta työn tekeminen venyi välillä pitkiäkin aikoja. Opinnäytetyön tekeminen on ollut myös herättävä ja kasvattava prosessi itsellemme aiheen henkilökohtaisuudenkin vuoksi. Se on auttanut myös käsittelemään omaa prosessiamme alkoholia käyttäneen vanhemman tuomien kokemusten vuoksi.

Opinnäytetyö on ollut haastava tehdä myös kahden opiskelijan aikataulujen sovittamisesta yhteen. Osaksi olemme tehneet opinnäytetyötä koululla toteutuneissa työpajoissa, mutta suurimmaksi osaksi olemme tehneet sitä kotona, joko yhdessä tai yksin. Haastetta toi myös se, ettei kumpikaan ole tehnyt aiemmin tutkimuksia alusta loppuun saakka. Joten koko tutkimusprosessin kulku toi haastetta ja aikataulut senkin vuoksi venyi, koska ei tiennyt kuinka kauan missäkin tutkimusprosessin vaiheessa menee. Opettajilta saimme hyvin ohjeita, mutta opinnäytetyö on kuitenkin pitkälti opiskelijoiden itsensä käsissä. Opinnäytetyötä tehdessämme opimme yhteistyötaitojen merkityksestä, toisen kannustamisen ja asioiden aikatauluttamisen tärkeydestä.

Tutkimuksen luotettavuutta heikensi ehkä se, ettemme aiemmin ole tehneet tutkimuksia ja esimerkiksi tutkimustulosten analysointi, joka vaati paljon aikaa, oli alkuun haastavaakin. Luotettavuutta lisäsi kuitenkin se, että meitä tutkijoita oli kaksi. Haastattelumuotona käytimme avointa haastattelua ja aiheeseemme se sopi mielestämme paremmin kuin muut haastattelumuodot. Tutkimusjoukkomme oli melko suppea, mutta kuitenkin saimme sen tiedon esille, mitä tutkimuksessa halusimme.

Haastateltavien etsiminen oli yksi haaste, koska oli löydettävä henkilöitä, joilla oli omakohtainen kokemus aiheestamme ja heidän oli oltava valmiita kertomaan meille heidän elämänsä vaikeista asioista ja käsittelemään aihetta kanssamme. Vaikka

tutkimusjoukko oli pieni, saimme hyvin monipuolisia tuloksia. Laajempaan aineistonkeräämiseen olisi tarvittu enemmän aikaa ja panostusta.

Haastattelutilanteet itsessään olivat miellyttäviä ja haastateltavat kertoivat kokemuksiaan hyvin avoimesti, vaikka aihe oli heille hyvin henkilökohtainen. Kaikki haastateltavat kertoivat kokemuksiaan mielellään mitään jättämättä pois, koska he halusivat olla auttamassa tutkimuksen kautta päihdeperheessä eläviä lapsia. He halusivat myös tuoda esiin tietoa päihteitä käyttäville vanhemmille, mitä asioita kokemus on jättänyt heille myöhempään elämään.

8.2 Tulosten pohdinta

Tutkimustulosten tarkastelu toi hieman haastetta, koska aiheesta ei kuitenkaan niin paljoa tutkittua tietoa ollut, jotta kaikelle tuloksissa esille nousseille asioille olisi löytynyt verrattavaa. Esimerkiksi tutkimustuloksissa esille nousseita, haastateltavien kuvaamia kokemusten tuomia positiivisia vaikutuksia tähän päivään, ei löytynyt aiempaa tutkittua tietoa.

Tutkimustuloksissa esille nousi, että haastateltavat kokivat, että heidän sisarille, jotka olivat myös eläneet lapsuuttaan päihdeperheessä, oli tullut kokemuksen kautta puhumattomuutta, ahdistusta, syrjäytyneisyyttä ja masentuneisuutta. Emme löytäneet tästä aiheesta riittävän luotettavaa tietoa. Sen myös Itäpuisto (2005) kertoi tutkimuksessaan.

Tutkimustulosten analysoinnin jälkeen mietintään jäi myös väkivallan osuus kokemuksista. Esimerkiksi tutkimustuloksissamme esille ei tullut yhtään henkilöä, joka olisi kokenut fyysistä väkivaltaa, toki tutkimusjoukkomme oli suppea, vaikka se on henkisen väkivallan lisäksi yleisin väkivallan muoto. Toisaalta avoimen haastattelumuodonkaan vuoksi esille ei välttämättä tullut kaikkea, koska emme esittäneet haastatteluissa suoria kysymyksiä.

Mielestämme opinnäytetyön aiheemme on hyvinkin esille nouseva aihe tänä päivänä. Lasten kokemuksia tuodaan vähän esille ja juuri ne kertovat sen tärkeimmän. Olisi tärkeää saada vertaistukea ja apua riittävän ajoissa, jotta välttyttäisiin pitkällekin

aikuisikään vaikuttavilta asioilta. Tänä päivänä kuitenkin halutaan tukea perheiden hyvinvointia entistä enemmän. Tutkimustuloksiamme terveydenhuollon ammattilaiset voivat muun muassa hyödyntää päihdeperheessä eläneiden kohtaamisessa sekä heidän auttamisessa ja hoitamisessa. Opinnäytetyömme voi olla myös tukena heille, jotka ovat myös eläneet lapsuuttaan päihdeperheessä.

Jatkotutkimusmahdollisuuksia olisi tehdä tutkimuksia päihdeongelmaisten omista selviytymiskokemuksista, jotka voisivat kannustaa päihdeongelman kanssa painivia henkilöitä. Myös päihdeperheessä elävien saamasta tuesta voisi tehdä lisää tutkimuksia, tällä voitaisiin muun muassa kehittää tukipalveluja tehokkaammaksi.

LÄHTEET

Aaltonen, M., Kivivuori, J., Lehti, M., Salmi, V., Sirén, R. 2009. Perheväkivalta Suomessa, Oikeuspoliittinen tutkimuslaitos, Verkkokatsauksia 2009:12, Helsinki. Viitattu 6.11.2013.

Ackerman, R. 1992. Lapsuus lasin varjossa. Helsinki: VAPK-kustannus.

Armanto, A. & Koistinen, P. 2007. Neuvolatyön käsikirja. Karisto Oy.

Bardy, M., Holmila, M. & Kouvonen, P. 2008. Lapsuus päihdeperheessä ja kielteisen sosiaalisen perimän voittaminen. Julkaisija: Yhteiskuntapolitiikka 73 (2008):4. <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/100218/holmila.pdf>

Elo, S. & Kyngäs, H. 2008. The qualitative content analysis process. Journal of Advanced Nursing.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2010. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Holmila, M. & Kantola, J. 2003. Pullonkauloja. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Hänninen, V. & Koski-Jännes, A. 2004. Läheiseni on päihdeongelmainen. Helsinki: Tekijät ja Kirjapaja Oy.

Itäpuisto, M. 2005, Kokemuksia alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa eletystä lapsuudesta, Väitöskirja. Kuopion yliopisto. Viitattu 16.4.2013 http://www.lastenseurassa.fi/pub/files/maritta_itapuisto.pdf

Kylmä, J. & Juvakka, T. 2007. Laadullinen terveystutkimus. E-aineisto.

Klemetti, R. & Hakulinen-Viitanen, T. 2013. Äitiysneuvolaopas. Tampere: Suomen yliopistopaino Oy.

Lasten seurassa 2013: Alkon, Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen, A-klinikkasäätiön, Mannerheimin lastensuojeluliiton ja Suomen vanhempainliiton www-sivusto. Viitattu 21.5.2013 <http://www.lastenseurassa.fi/>

Mustonen H., Mäkelä, P. & Tigerstedt, C. 2010. Suomi juo: Suomalaisten alkoholin käyttö ja sen muutokset 1968-2008. Helsinki: Yliopistopaino.

Mäki, P., Wikström, K., Hakulinen-Viitanen, T. & Laatikainen, T. 2011. Terveystarkastukset lastenneuvolassa & kouluterveydenhuollossa. Tampere: Suomen yliopistopaino Oy.

Pakkanen, E. 2009. Lapsen kokemuksia vanhempien haitallisesta päihteidenkäytöstä. Opinnäytetyö, Metropolia, Sosiaalialan koulutusohjelma. Viitattu 6.6.2014. <http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/6219/lapsen%20k.pdf?sequence=1>

Peltoniemi, T. 2006. Suomalaisten lasinen lapsuus 1994 & 2004 –tutkimus. Teoksessa Puhumattomat paikat. Oulu: Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus. Viitattu 6.6.2014 http://www.sosiaalikallega.fi/poske/julkaisut/julkaisusarja/Julkaisu_22.pdf

Peltoniemi, T. 2009. Terassilta tiputukseen. Hämeenlinna: Karisto kirjapaino Oy.

Polit, DF. & Beck, CT. 2011. Nursing Research. Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice. China: Lippincott Williams & Wilkins.

Päihdelinkki, 2012. Apua vanhempien päihteidenkäytöstä kärsiville lapsille ja nuorille, Viitattu 16.4.2013 <http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/apua-vanhempien-paihteidenkaytosta-karsiville-lapsille-ja-nuorille>

Rajalahti, H. & Savolainen, H. 2012. Kokemuksia vanhempien avioerosta. Oulun seudun ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. Viitattu 16.4.2013
<https://publications.theseus.fi/handle/10024/43626>

Sarajärvi, A. & Tuomi, J. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Tammi.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2012. Ehkäisevä päihdetyö. Viitattu 5.9.2014
http://www.stm.fi/hyvinvointi/paihdehaitat/ehkaiseva_paihdeetyo

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. 2012. Alkoholijuomien kulutus. Viitattu 11.12.2013
http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tilastot/aiheittain/paihteet_ja_riippuvuudet/alkoholi/alkoholijuomien_kulutus

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. 2013. Alkoholiohjelma. Viitattu 21.5.2013
http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tutkimus/ohjelmat/alkoholiohjelma

Terveysportti. 2013. Alkoholiriippuvuus. Sisäinen lähde. Viitattu 21.5.2013

Työturvallisuuskeskus, työterveyshuolto. 2014. Viitattu 22.4.2014
<http://www.ttk.fi/tyosuojelu/tyoterveyshuolto1>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausten käsitteleminen. Viitattu 31.8.2014.
http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf.

LIITE 1

SAATEKIRJE HAASTATTELUTUTKIMUKSEEN OSALLISTUVILLE

Teemme opinnäytetyön aiheesta ”Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemuksia”. Opinnäytetyö on osa terveydenhoitaja- ja sairaanhoitajaopintojamme. Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemuksia. Tavoitteena oli tuottaa kokemusten kautta tietoa, jota päihdetyötä tekevät ammattilaiset voivat hyödyntää työssään ja tietoa myös päihdeperheessä eläville lapsille ja päihteidenkäyttäjille. Tarkoituksenamme on tehdä tutkimustuloksista artikkeli, jonka julkaisemme paikallislehdessä vuoden 2014 aikana.

Haastattelututkimukseen osallistuminen on sinulle vapaaehtoista. Kaikki antamasi tiedot käsitellään luottamuksellisesti eikä henkilöllisyytesi tule esille missään tutkimusenteko vaiheessa. Lopuksi kaikki antamasi tiedot hävitetään asianmukaisesti.

Haastattelun tekevät ja käsittelevät Hoitotyönopiskelijat Heidi Nikulainen ja Riitta Sammalmaa. Jos sinulla tulee kysyttävää, voit olla meihin yhteydessä. Vastaamme sinulle mielellämme.

Paikka ja aika

Heidi Nikulainen ja Riitta Sammalmaa
Hoitotyön opiskelijat

LIITE 2

SUOSTUMUS TUTKIMUKSEEN OSALLISTUMISESTA

Suostun että tietojani saa käyttää opinnäytetyöhön ”Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemuksia” kuuluvaa tutkimusta varten.

Minulla on mahdollisuus kieltäytyä tietojeni käyttäminen tutkimuksessa ennen tutkimuksen valmistumista.

Aika ja Paikka

Allekirjoitus ja nimenselvennys

LIITE 3

TAULUKKO 2. Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemuksia

Alaluokka	Yläluokka	Päälouokka
<ul style="list-style-type: none"> • Pelko periytyvyydestä • Pelko väkivallasta • Pelko vanhempien terveydestä • Pelko tulevasta • Pelko yksinäjämisestä 	Pelon tunne	
<ul style="list-style-type: none"> • Tasapainoton arki • Negatiivinen kodin ilmapiiri 	Turvattomuuden tunne	
<ul style="list-style-type: none"> • Pettymys alkoholinkäyttäjää kohtaan 	Pettymyksen tunne	
<ul style="list-style-type: none"> • Häpeä vanhemman alkoholin käytöstä • Häpeä vanhemman käyttäytymisestä 	Häpeän tunne	
<ul style="list-style-type: none"> • Vihan tunne alkoholin käyttäjää kohtaan • Vihan tunne alkoholia kohtaan 	Vihan tunne	
<ul style="list-style-type: none"> • Katkeruus alkoholin käyttäjää kohtaan • Isä-lapsi -suhteen kariutuminen • Katkeruus ehjästä perheestä 	Katkeruuden tunne	Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemuksia
<ul style="list-style-type: none"> • Sääli ympärillä olevia läheisiä kohtaan 	Säälin tunne	
<ul style="list-style-type: none"> • Sääli alkoholin käyttäjää kohtaan • Suru perheen tilanteesta 	Surun tunne	

- Suru alkoholin käyttäjän huonosta olost
 - Tunne rakastetuksi tulemisesta kaikesta huolimatta
 - Jatkuva stressi
 - Huoli vanhemmista
 - Turhautumisentunne omasta riittämättömyydestä
 - Petetyksi tuleminen alkoholin käyttäjän vuoksi
 - Petetyt lupaukset lapsuudessa
 - Koulunkäynti vaikeudet
 - Suhtautuminen selvin päin olevaan vanhempaan positiivisempaa
 - Negatiiviset tunteet humalassa olevaan vanhempaan
 - Suhtautuminen selvin päin olevaan vanhempaan negatiivisempaa
 - Alkoholi juojalle tärkein
 - Alkoholi meni perheen edelle
 - Henkinen väkivalta (alkoholin käyttäjän vainoava käyttäytyminen, alistaminen/nöyryyttäminen, pilkkamisen kohteena oleminen, nimittely, vanhempien väliset ristiriidat,)
 - Seksuaalinen väkivalta (alkoholin käyttäjän estottomat puheet ahdistivat)
 - Kaikki eivät saaneet osakseen minkäänlaista väkivaltaa
- Omat sisäiset ristiriidat
- Luottamuksen puute
- Perheen ulkopuolella koetut haitat
- Vanhempaan suhtautuminen
- Alkoholin tärkeys alkoholin käyttäjälle
- Väkivallan kokeminen

LIITE 4

TAULUKKO 3. Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten kokemusten yhteys myöhempään elämään

Alaluokka	Yläluokka	Päälouokka
<ul style="list-style-type: none">• Petetyt lupaukset vaikeuttanut oman elämän rakentamista• Parisuhteen esteenä luottamuksen puute	Luottamuksen puute	
<ul style="list-style-type: none">• Tulevien vaikeiden asioiden kohtaaminen hankalaa• Itsetunto-ongelmat kokemuksen vuoksi• Halu välttää alkoholiongelmiaisten kanssa olon	Negatiiviset vaikutukset itseen	
<ul style="list-style-type: none">• Ulkopuolisen avun myöhäinen puuttuminen alkoholinkäyttäjän ja perheen tilanteeseen		
<ul style="list-style-type: none">• Kokemus vahvistanut itseä• Kokemuksen tuoma empaattisuus• Halu välttää ristiriitoja• Halu auttaa muita	Positiiviset vaikutukset itseen	Vanhempien päihteiden käytön vaikutukset lapsuutensa päihdeperheessä eläneisiin aikuisiin
<ul style="list-style-type: none">• Alkoholin käyttäjän tuomien negatiivisten mallien ymmärtäminen• Kokemus vahvistanut itseä		
<ul style="list-style-type: none">• Läheisiin kohdistuneet vaikutukset: syrjäytyneisyys, puhumattomuus, masentuneisuus ja ahdistuneisuus	Vaikutukset muihin läheisiin	

- Alkoholin käytön periytyvyys negatiivisena asiana
 - Alkoholiin suhtautuminen neutraalia
 - Negatiivinen suhtautuminen alkoholin yksin juomiseen
 - Negatiivinen suhtautuminen alkoholin piilotteluun ja jatkuvaan juomiseen
 - Alkoholin käytön tiedostaminen lasten seurassa
 - Alkoholin liikkakäyttäjien kanssaolon välttely
 - Alkoholin haluamattomuus
 - Asiasta puhumattomuus/tiedon salaaminen
-

Päihteisiin asennoituminen ja niiden käyttö

LIITE 5

TAULUKKO 4. Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten saama tuki

Alaluokka	Yläluokka	Päälukokka
<ul style="list-style-type: none"> • Perheen tuki • Ystävien tuki • Ympäristön tuki 	Läheisten tuki	
<ul style="list-style-type: none"> • Terveystuon ammat- tihenkiöstön tuki: psyko- logi, toimintaterapeutti, työterveys-, sosiaali- ja kouluterveydenhuolto 	Ulkopuolinen apu	Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden aikuisten saama tuki
<ul style="list-style-type: none"> • Kolmannen sektorin pal- velut: seurakunta, vertais- tukiryhmät 		
<ul style="list-style-type: none"> • Tuen puute ja myöhäinen puuttuminen 	Tuen puute	
<ul style="list-style-type: none"> • Asiaan puuttumattomuus tiedosta huolimatta 		
<ul style="list-style-type: none"> • Välimatkan ottaminen alkoholinkäyttäjään 	Muut selviytymiskeinot	
<ul style="list-style-type: none"> • Tunteiden purkaminen alkoholin käyttäjään 		
<ul style="list-style-type: none"> • Harrastukset tukena omas- sa selviytymisessä 		