

# LAPSUUS SIRPALEINA

Alkoholiperheen lasten kuvaamia kokemuksia elämästään

Riikka Antola, Noora Pohjus

Opinnäytetyö, Kevät 2010

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Länsi

Pori

Hoitotyön koulutusohjelma

Sairaanhoitaja (AMK)

Sairaanhoitaja-diakonissa (AMK)

*En minä tällaista lapsuutta*

*halua kirjoittaa paperille*

*Suukkosista, naurusta*

*saduista, kesästä*

*lapsuuden kulta-ajasta*

*sateenkaaren väreistä*

*onnellisesta kodista*

*siitä halusin kertoa*

(Porio 1990, 31.)

## TIIVISTELMÄ

Antola, Riikka & Pohjus, Noora. Lapsuus sirpaleina – Alkoholiperheen lasten kuvaamia kokemuksia elämästään. Pori, kevät 2010, 49 s.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Länsi, Porin toimipaikka, Hoitotyön koulutusohjelma, sairaanhoitaja (AMK), Diakoninen hoitotyön koulutusohjelma, diakonisen hoitotyön suuntautumisvaihtoehto.

Opinnäytetyön tavoitteena on tuoda esille Varjomaailma-sivuston käyttäjien kirjoittamista tarinoista ja sarjakuvista ne tilanteet ja tunteet joita vanhemman alkoholinkäyttö on aiheuttanut. Tarinat olivat suoraa ja aitoa kuvausta siitä millaisia kokemuksia alkoholiperheessä elävillä lapsilla on. Vanhempien haitallisesta alkoholinkäytöstä kärsiviä lapsia on paljon ja työn kautta halutaan tuoda julki heidän arkipäiväänsä sekä kodin ulkopuolella tapahtuvaa oirehtimista ja käyttäytymistä, jotta terveydenhuollon ammattilaisilla tai seurakunnan työntekijöillä olisi paremmat mahdollisuudet tunnistaa tällaisia henkilöitä sekä puuttua ongelmiin varhaisemmassa vaiheessa. Työssä on mukana myös positiivisempi näkökulma, esille tuodaan erilaisia selviytymisen keinoja sekä sivustolla esiintyvää toisille osoitettua kannustusta.

Opinnäytetyö on laadullinen tutkimus ja aineiston analyysissä käytetään sisällön analyysin menetelmää. Työn teoriapohja koostuu pitkälti päihdeperheitä ja päihdeperheiden lapsia käsittelevästä kirjallisuudesta. Tutkimuksen aineistona olivat Varjomaailma-sivuston käyttäjien kirjoittamat tarinat sekä sarjakuvat. Kaiken kaikkiaan aineisto käsitti yhteensä 119 tarinaa ja 129 sarjakuvaa. Tutkimuksessa käytiin ensin koko aineisto läpi, jonka jälkeen rajattiin pääteemat aineistosta nousseiden asioiden pohjalta. Pääteemoiksi nousivat vanhempien alkoholinkäytön vaikutukset tilanteisiin kotona, tilanteisiin kodin ulkopuolella, nuorten kuvaamiin tunteisiin sekä selviytymisen keinoihin ja nuorten kuvaamiin mielenterveysongelmiin. Valittuihin teemoihin kuuluvia asioita löytyi 42 tarinasta ja 65 sarjakuvasta.

Tutkimuksen tuloksista ei voi suoraan päätellä eri ilmiöiden esiintyvyyttä, sillä kirjoitukset kuvaavat lähinnä yksittäisiä tilanteita tai tapahtumia. Samoja tunteita ja tilanteita on luultavasti kokenut myös moni sellainen joka ei sitä kirjoituksessaan ole ottanut esille. Tuloksista pystyy kuitenkin nostamaan esille paljon kuvatut ja koetut asiat kuten esimerkiksi kodin riitaisen ilmapiirin, väkivallan, eriaisteiset koulunkäyntiongelmat ja mielenterveysongelmat.

Asiasanat: alkoholiongelma, alkoholiperhe, kehityspsykologia, sisällönanalyysi, nuoret, vanhemmuus, sukupolviperimä, sosiaalinen media.

## ABSTRACT

Antola, Riikka & Pohjus, Noora.

Fragmented Childhood- Experiences in Everyday Life Described by Children Who Live in Alcohol Abusing Families.

49 p. Language:Finnish. Pori, Spring 2010.

Diaconia University of Applied Sciences.Degree Programme in Nursing, Option in Diaconal Nursing/ Option in Nursing. Degree: Nurse+ Deaconess/Nurse.

The aim of this thesis was to bring out how the users of a website called Varjomaailma described in their stories and comics what kinds of feelings and situations the parent's harmful drinking caused in their lives. The stories were straight and realistic description about what kinds of experiences the children who lived in alcohol abusing families had. There are many children who suffer from the parent's harmful drinking and this study brings out their everyday lives and shows symptoms and behaviour outside the homes. So the professionals in healthcare and parishes would have better possibilities to recognize these persons and help them as early as possible. A positive point of view is also included in this thesis by bringing out different ways to survive and encouragement which is seen in the website between the users.

The thesis was a qualitative research and the material was analyzed by content analysis. The theory part is mostly collected from the literature dealing with alcoholic parents and their children. Stories and comics written by the users of the website formed the research material. The research material consisted of 119 stories and 129 comics. At first, the material was read through and the main themes were chosen from the cases that appeared in the texts. The main themes were: parent's use of alcohol and its affects in the situations at homes, situations outside the homes, feelings described by the youngsters, ways to survive and mental health problems. Issues which belonged to the chosen themes were found from 42 stories and 65 comics.

The results of this study do not straightly tell the frequency of phenomena because the issues that appear in the texts are mostly individual situations and incidents. Many users have probably undergone the same kind of feelings and situations even though they did not bring it out in their texts. In any case the results bring out a lot of described and experienced issues such as quarrelsome atmosphere at home, violence and school and mental health problems of various degrees.

Keywords: alcoholism, alcohol abusing families, developmental-psychology, content analysis, youngsters, parenthood, generation genotype, social media.

# SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	7
2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT .....	9
2.1 Varjomaailma-sivusto ja Lasinen lapsuus hanke .....	10
2.2 A-klinikkasäätiö .....	11
3 LAPSEN JA NUOREN KEHITYS .....	12
3.1 Erik H. Eriksson kehitysteoria varhaislapsuudesta nuoruuteen .....	12
3.2 Nuoruus elämänvaiheena .....	14
3.2.1 Varhaisnuoruus (12–16 v.) .....	14
3.2.2 Nuoruuden keskivaihe (16–19 v.).....	15
3.3 Vanhempien päihteidenkäytön vaikutukset lapseen eri ikäkausittain.....	16
3.3.1 Vauva-ikäisestä murrosikään.....	16
3.3.2 Murrosikä ja nuoruus.....	18
4 VANHEMMUUS JA PÄIHTEET .....	20
4.1 Vanhemmuus.....	20
4.2 Riittävän hyvä vanhemmuus .....	21
4.3 Vanhemmuuden häiriintyminen päihdeperheessä.....	21
4.4 Alkoholiongelmia perheessä .....	22
4.4.1 Alkoholismi .....	22
4.4.2 Päihdeperhe.....	23
4.4.3 Häiriintyvät perheprosessit alkoholiperheessä .....	24
4.4.5 Alkoholiperheessä kasvaneen lapsen selviytymispolku .....	27
5 NUORTEN JA PERHEIDEN TUKEMINEN .....	29
5.1 Vertaistuki .....	29
5.2 Sosiaalinen media.....	29
5.3 Terveyden edistäminen.....	30
5.4 Seurakunnan tarjoamat tukimuodot.....	31
5.4.1 Kirkon erityisnuorisotyö.....	31
5.4.2 Perhetyö .....	32

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN JA TUTKIMUSONGELMAT .....	34
6.1 Tutkimuksen tavoitteet .....	35
6.2 Aineiston analysointi .....	36
7 TULOKSET .....	37
7.1 Tilanteet kotona .....	37
7.2 Tilanteet kodin ulkopuolella.....	39
7.3 Nuorten kuvaamat mielenterveysongelmat .....	39
7.4 Nuorten kuvaamat tunteet .....	40
7.5 Nuorten selviytymiskeinot .....	41
8 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET .....	42
LÄHTEET .....	46

## 1 JOHDANTO

Teimme opinnäytetyönämme tutkimuksen Varjomaailma-sivustosta, josta analysoimme käyttäjien kirjoittamia tarinoita sekä käsikirjoittamia sarjakuvia. Varjomaailma-sivusto on läheisten päihteidenkäytöstä kärsiville lapsille ja nuorille tarkoitettu sivusto, jossa käyttäjät voivat lukea samankaltaisessa tilanteessa olevien tarinoita ja sarjakuvia. Sarjakuvista ja tarinoista olemme nostaneet esille käyttäjien kokemia tunteita ja tilanteita vanhempien alkoholinkäytöstä, selviytymisen keinoja ja myös toisille osoitettua kannustusta.

Alun perin tarkoituksenamme oli perustaa vertaistukiryhmä alkoholiongelmaisten vanhempien lapsille. Ideamme kuitenkin kaatui siihen, ettemme saaneet riittävästi osallistujia. Emme kuitenkaan halunneet täysin vaihtaa aihepiiriä, sillä aihe on mielestämme tärkeä ja vaatisi enemmän huomiota. Lopullisen aiheemme saimme A-klinikkasäätiöltä ja pidimme sitä molemmat kiinnostavana ja ajankohtaisena. Internetissä toimivat keskustelupalstat ovat jatkuvasti yleistymässä ja niiden kautta jaetaan kokemuksia muiden samassa tilanteessa olevien kanssa. Sosiaalinen media käsitteenä on nykyaikaa, ja sen on arvioitu yleistyvän tulevaisuudessa vielä enemmän. Vanhempien tai muiden läheisten häiritsevä alkoholinkäyttö on lapselle arka asia ja ulkopuoliselle kasvokkain puhuminen voi olla hyvin vaikeaa. Perheessä yritetään myös usein tietoisesti salata ongelmaa ja lasta saatetaan kieltää puhumasta ulkopuolisille. Internet-sivuston kautta, jossa kaikki käyttäjät esiintyvät tunnistamattomalla nimimerkillä, avautuminen omista ongelmista on helpompaa. Tieto siitä, että on muitakin samoista ongelmista kärsiviä helpottaa aina. Tarinoiden joukossa on myös selviytymistarinoita, joista muut käyttäjät voivat saada tukea ja lohtua omassa tilanteessa jaksamiseen.

Vanhempien alkoholinkäytön vaikutuksista lapsiin on jo paljon tietoa, ja se on ajankohtainen ja tärkeä asia. Alkoholinkäyttö on kasvanut Suomessa viime vuosikymmenien aikana ja näin ollen kasvaa myös niiden lasten määrä, joihin

vanhempien alkoholinkäyttö vaikuttaa. Sairaanhoidajat tulevat työssään kohtaamaan yhä enemmän tällaisista ongelmista kärsiviä perheitä, jonka vuoksi olisi tärkeää, että terveydenhuollon ammattilaisilla olisi hyvät tiedot tämänkaltaisista ongelmista. Alkoholien ongelmaikäyttö perheessä vaikuttaa sen jokaiseen jäseneseen, mutta lapset ovat kuitenkin niitä, jotka voivat vaikuttaa vähiten asioihin. Vanhempien haitallinen alkoholinkäyttö ei vaikuta ainoastaan lapsen sen hetkiseen elämään, vaan sillä on kauaskantoisia seurauksia myös tulevaisuudessa. Opinnäytetyössämme käsitellään myös ongelmien periytyvyyttä ja perhetilanteen vaikutuksia eri ikäkausittain. Halusimme nostaa esille myös selviytymisen näkökulman, koska alkoholiperheestä tulevilla lapsilla on mahdollisuus eheään aikuisuuteen. Keskitymme työssämme lähinnä varhaisnuoruuteen ja nuoruuteen, koska useista tarinoista ja sarjakuvista pystyimme päättämään, että tähän ikäryhmään kuuluvat ovat suurin käyttäjäryhmä tällä sivustolla.

Terveyden edistämisen ja ennaltaehkäisyn näkökulmasta aihe on hyvin tärkeä sairaanhoidajille. Ilmiön vaikutuksia voitaisiin ehkäistä varhaisella puuttumisella ja alkoholiperheen lapsien tunnistamisella. Ennaltaehkäisyn tekisi mahdolliseksi hyvät tiedot asiasta. Työmme aihe on myös ajankohtainen seurakunnan työntekijöille, jotka kohtaavat työssänsä tällaisia perheitä ja lapsia. Työssämme käytetään käsitettä alkoholiongelma alkoholismiin sijaan, koska lapsia häiritsevää alkoholinkäyttöä ei aina voida luokitella alkoholismiksi. Käytämme myös käsitettä lapsi, jolla emme viittaa ikään vaan lapseen, jolla on alkoholiongelmaiset vanhemmat.



## 2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT

Työmme keskeiset käsitteet ovat Erik.H. Erikssonin kehitysteoria varhaislapsuudesta nuoruuteen, vanhemmuus, alkoholismi, vertaistuki, sosiaalinen media ja terveyden edistäminen. Vertaistuen näkökulman halusimme nostaa, koska sivusto on tarkoitettu samassa tilanteessa olevien tarinoiden ja ajatusten jakamiseen, sosiaalisen median käsite myös avaa internetissä tapahtuvaa vuorovaikutusta ja yhteisöllisyyttä. Eriksonin kehitysteorian valitsimme, koska se kuvaa miten lapsen kehitys normaalisti etenee ja miten vanhemmuuden ongelmat, kuten alkoholiongelma, vaikuttavat lapsen kehitykseen ja myöhempään elämään.

Perheenjäsenet ja erityisesti lapset ovat niitä, jotka joutuvat kantamaan kaikkein suurimman taakan läheisen juomisesta. Pahimmillaan elämä alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa saattaa olla ristiriidassa lasten oikeuksien kanssa. Lapset ovat enemmän aikuisten armoilla niin, ettei heillä ole mahdollisuutta hankkiutua häiritsevistä alkoholinkäyttäjistä eroon. Lapsen elämässä vanhemman alkoholinkäyttö aiheuttaa usein todellisia ongelmia. Keskeisimmiksi ongelmiksi voidaan nähdä erilaiset negatiiviset tunteet. Negatiiviset tunnekokemukset voivat jatkuessaan uhata jopa fyysistä ja henkistä terveyttä. Lapsen kokemat negatiiviset tunteet ovat valtavia eikä niiden osoittamiseen ja purkamiseen välttämättä anneta mahdollisuutta.(Itäpuisto i.a.)

Maritta Itäpuisto on jaotellut kolmeen eri osaan alkoholiongelman ja lapsen kokemien muiden ongelmien yhteyttä. Ensimmäisenä on ongelma, jota alkoholiongelma sinänsä aiheuttaa, kuten lapsen negatiiviset tunteet alkoholinkäyttöä kohtaan. Toisena on muiden ongelmien syntyminen alkoholinkäytön takia, esimerkiksi väkivallan tai riidan alkaminen. Kolmantena yhteytenä ovat tilanteet, joissa alkoholinkäyttö edesauttaa välillisesti muiden ongelmien syntymistä. Esimerkiksi jos lapsi on joutunut pakenemaan kotoa alkoholiongelmaisen vanhempansa takia, mutta joutuu turvapaikassaan vaikka seksuaalisen hyväksikäytön uhriksi. (Itäpuisto 2005, 73.)

## 2.1 Varjomaailma-sivusto ja Lasinen lapsuus hanke

Varjomaailma-sivusto on tarkoitettu läheisten aikuisten päihteidenkäytöstä kärsiville ja huolissaan oleville lapsille ja nuorille. Sivustolla voi lukea samankaltaisessa tilanteessa olevien lasten ja nuorten tarinoita ja käsikirjoittamia sarjakuvia. Sivustolla toimii myös varjofoorumi, jossa voi vaihtaa ajatuksia ja kuulumisia. Varjofoorumin keskustelualueen viesteihin kommentoi ja vastaa myös A-klinikkasäätiön työntekijä. Sivuston kautta on mahdollisuus liittyä myös turvallisen aikuisen ohjaamaan vertaistukiryhmään. (Varjomaailma i.a.)

Varjomaailma-sivusto on tuotettu A-klinikkasäätiön, Mannerheimin lastensuojeluliiton ja Elämä On Parasta Huumetta ry:n yhteisessä hankkeessa. Hanke on osa vuonna 1986 aloitettua Lasinen lapsuus toimintaa, jossa pyritään parantamaan niiden lasten asemaa ja elinoloja, joita vanhempien päihteidenkäyttö haittaa tai häiritsee. Varjomaailma on turvallinen paikka käsitellä tunteita ja kokemuksia, joita vanhempien päihteidenkäyttö lapselle aiheuttaa. Sivustolle on myös listattu paikkoja, joista saa apua, kun vanhemman juominen huolestuttaa. (Varjomaailma i.a.)

Lasinen lapsuus –toiminnalla etsitään uusia ja tehokkaita keinoja turvata eheä elämä päihdeperheen lapsille. Toiminnassa korostuu lapsen näkökulman huomioiminen ja avuntarpeen ensisijaisuus. Perheen elämää tarkastellaan lapsen kokemusmaailmaa kunnioittaen. Toiminnan tarkoituksena on ollut vanhempien päihteidenkäytöstä aiheutuvien ongelmien esiin tuominen ja ammattilaisten varustaminen lasten auttamiseen. Lasinen lapsuus hankkeen aikana on kartoitettu olemassa olevaa tietoa aihepiiristä, julkaistu ja käännetty runsaasti kirjallisuutta sekä tuotettu uutta tutkimustietoa. Tänä aikana toiminnassa ovat olleet mukana A-klinikkasäätiö, Alko, Terveystieteiden tutkimuskeskus sekä Helsingin kaupungin päihdeasiainosasto. Toiminnan suojelijana on ollut tohtori Pentti Arajärvi ja viime vuosina toimintaa ovat rahoittaneet Raha-automaattiyhdistys ja Euroopan komission Daphne ohjelma. (Lasinen lapsuus i.a.)

## 2.2 A-klinikkasäätiö

A-klinikkasäätiö on vuonna 1955 perustettu päihdealan järjestö. Toiminnan tavoitteena on päihde- ja riippuvuusongelmaisten sekä heidän läheistensä aseman parantaminen yhteiskuntapolitiikkaan vaikuttamalla ja tarjoamalla monipuolisia ja luottamuksellisia hoitopalveluita päihteistä sekä muista riippuvuuksista kärsiville. (A-klinikkasäätiö 2009.)

A-klinikkasäätiö toimii alueellisesti, valtakunnallisesti ja kansainvälisesti. Säätiö ylläpitää A-klinikoita, nuorisoasemia, katkaisuhuoltoasemia, terveysneuvontapisteitä, päivätoimintakeskuksia ja sosiaalisairaala Järvenpäässä. A-klinikkasäätiö järjestää myös päihdealan koulutusta, kehittää ja tutkii erilaisia päihdehuollon menetelmiä sekä harjoittaa viestintä- ja julkaisutoimintaa. (A-klinikkasäätiö 2009.)

### 3 LAPSEN JA NUOREN KEHITYS

#### 3.1 Erik H. Eriksson kehitysteoria varhaislapsuudesta nuoruuteen

Erikssonin teoriassa käydään läpi ihmisen koko elämänkaari. Se käsittää kahdeksan eri vaihetta, joita kutsutaan kehitystehtäviksi. Yhdestä kehitystehtävästä selviäminen muodostaa suotuisen perustan jatkokehitykselle ja antaa lapselle itseluottamusta ja yrittämisen halua, epäonnistuminen taas aiheuttaa puutteelliset valmiudet seuraavan kehitystehtävän ratkaisemiseen. (Aaltonen, Ojanen, Siven, Vihunen & Vilen 2003 s.145.) Käsittelemme työssämme kuutta ensimmäistä kehitysvaihetta varhaislapsuudesta varhaisaikuisuuteen.

Ensimmäisen elinvuoden tärkein tehtävä on perusluottamuksen syntyminen. Perusluottamus lähtee siitä, että lapsi saa vastinetta perustarpeilleen. Sen syntymiseen tarvitaan myös ennen kaikkea rakkautta ja läheisyyttä. Johdonmukaisuus ja säännöllisyys hoidossa tekevät ympäristön ennustettavaksi lapselle. Perusluottamuksen tai perusepäluottamuksen syntyminen varhaislapsuudessa vaikuttaa Erikssonin mukaan myös siihen, miten luottamus muotoutuu toisiin ihmisiin myöhemmin elämässä. (Aaltonen ym. 2003, 145–146.)

Toisessa vaiheessa 1–3-vuotiaana lapsi oppii hallitsemaan tarpeitaan ja käyttämään fyysisiä ja psyykkisiä voimavarojaan tavoitteidensa saavuttamiseksi. Tärkeätä on lapsen saama tunne siitä, että hän pystyy hallitsemaan itseään. Tavoitteen saavuttamisessa auttaa hoitajien antama palaute ja palkitseminen. Jos lapsi kokee paljon epäonnistumisia, hän alkaa epäillä omia kykyjään ja tuntemaan korostuneesti häpeää. (Aaltonen ym. 2003, 146.)

Seuraavassa vaiheessa, 4–5-vuotiaana, lapsi kokeilee rajojaan, tutkii ympäristöään ja opettelee elämään siinä yhä lisääntyvin säännöin. Merkityksellistä on se, miten vanhemmat reagoivat lapsen alituisen kyselyyn ja taitojen harjoittamiseen. Lapsi voi alkaa

tuntee liiallista syyllisyyttä, jos häntä torutaan, rangaistaan tai rajoitetaan ilman perusteltua syytä. Jos uteliaisuuteen ja vilkkauteen suhtaudutaan ymmärtäväisesti, oppii lapsi ilmaisemaan näkemyksiään ilman ylimääräistä syyllisyyttä tai häpeää. (Aaltonen ym. 2003, 146.)

Vaiheessa neljä, kuusivuotiaasta puberteetti-ikään asti, lapsi muodostaa itsestään käsityksen ahkerana oppijana ja työskentelijänä. Jos lapsi kokee paljon epäonnistumisia, hän alkaa tuntee alemmuuden tunnetta muihin nähden. Positiivinen palaute ja onnistumisen kokemukset auttavat lasta myöhemmässäkin elämässä yrittämään parhaansa epäonnistumisista huolimatta. (Aaltonen ym. 2003, 146.)

Varhaisnuoruuteen päästessään, viidennessä vaiheessa, nuori kokee voimakkaita fysiologisia muutoksia ja on ylikorostuneesti kiinnostunut siitä, miltä näyttää. Hän etsii samaistumisen kohteita ja idoleita, nuori yrittää löytää itselleen mieleisen minän. Aikuisen osoittama empatia on tässä vaiheessa tärkeää. Jos kehitystehtävä onnistuu, nuori tuntee tulevaisuutensa kuulluksi ja hyväksytyksi ja oppii myös olemaan empaattinen toisia kohtaan. Kehitystehtävän epäonnistuessa tapahtuu roolien hajaantuminen. Nuori tuntee itsensä epävarmaksi persoonaksi eikä tiedä, kuka hänen pitäisi olla muuttuvassa maailmassa. (Aaltonen ym. 2003, 147.)

Varhaisaikuisuuden kehitystehtävä käsittelee läheisyyden ja eristyneisyyden ongelmaa. Jos aikaisemmat kehitysvaiheet ovat onnistuneet, kykenee nuori solmimaan ihmissuhteita ja kokemaan läheisyyttä. Itsetunnon ollessa huono aikaisempien epäonnistumisien takia, voi pelko hylätyksi tai loukatuksi tulemisesta johtaa eristäytymiseen. (Aaltonen ym. 2003, 147.)

### 3.2 Nuoruus elämänvaiheena

Nuoruusiässä tapahtuu suuria fyysisiä ja psyykkisiä muutoksia ja se on siirtymäkausi lapsuudesta aikuisuuteen. Länsimaisissa kulttuureissa korostetaan yksilöä, mikä näkyy nuoren pyrkimyksenä irrottautua vanhemmistaan ja heidän edustamistaan arvoista itseenäiseksi ja erilliseksi yksilöksi. Nuoruuden alkaminen on helppo määrittää puberteetin eli nuoruuteen kuuluvien fyysisten muutosten myötä. Tätä kutsutaan myös murrosiäksi. Nuoruuden vaihtumista aikuisuuteen on sen sijaan vaikeampi rajata. Nuoruusajan kehitykseen kuuluu myös kolme erilaista kriisiä, jotka ovat ihmissuhteiden kriisi, identiteetikriisi sekä ideologinen kriisi. Yleensä kriisit etenevät ajallisesti peräkkäin, mutta ne saattavat osittain tulla myös samanaikaisesti. (Nurmiranta, Leppämäki, Horppu 2009, 72.)

#### 3.2.1 Varhaisnuoruus (12–16 v.)

Puberteetin eli murrosiän alkamisaika vaihtelee paljon, keskimäärin murrosikä alkaa tytöillä noin 12-vuotiaana ja pojilla hieman myöhemmin. Nuoruuden alkuaikoina nuori elää ihmissuhdekriisin ajanjaksoa. Irrottautuminen vanhemmista on nuorelle hidas ja kivulias prosessi. Tunnetasolla nuori luopuu vanhempiensa huolenpidosta ja ajatusmaailmasta sekä omista lapsenomaisista toiveistaan ja odotuksistaan. Nuori osoittaa aggressiivisia tunteita vanhempiaan kohtaan ja hakee tukea ikätovereistaan. Yhteenotot kotona vanhempien kanssa saattavat olla hyvinkin rajuja. Nuoren ja vanhemman välillä oleva vaikea kriisi kertoo yleensä siitä, että heidän riippuvuussuhteensa on vahva. (Nurmiranta ym. 2009, 73,77.)

Nuori kokee tunne-elämässään suuria muutoksia ja on herkkä erilaisille vaikutteille. Nuori voi olla hyvin vihainen ja uhmakas, jonka avulla hän luo rajojaan. Varhaisnuori haluaa itse päättää asioistaan, mutta toisaalta vastuu ja vapaus pelottavat. Nuori saattaa esimerkiksi lähteä kotoa ovet paukkuen, mutta paluu tapahtuu yleensä varsin nopeasti. Nuori ei pysty vielä käsittelemään sisäisiä ristiriitojaan, sillä toisin kuten lapsuudessa, ahdistusta ei voi työntää pois, vaan se on kohdattava. (Nurmiranta ym. 2009, 77,78.)

Minuutensa rakentamiseen nuori tarvitsee monia peilejä, joista tärkeimpinä toimivat vanhemmat ja ystävät. Vanhempiaan nuori tarvitsee erityisesti rajojen asettajaksi, sillä jos vanhemmat ovat liian kaverillisia, he häivyttävät samalla omaa auktoriteettiaan ja peilisuhde ei enää toimi. Nuoren saadessa itse määrätä rajansa vapaasti, kypsän ja tasapainoisen minän kehittyminen vie aikaa eikä välttämättä onnistu koskaan. (Nurmiranta ym. 2009,78.)

### 3.2.2 Nuoruuden keskivaihe (16–19 v.)

Nuoruuden keskivaiheessa nuorten pahin kuohunta yleensä laantuu ja mustavalkoisuus ajattelussa vähentyy. Vaihetta kutsutaan myös seestymiskaudeksi. Nuoruuden keskivaihe on vahvaa rajojen etsinnän aikaa, jolloin nuori ei enää ihannoï vanhempia tai auktoriteetteja. Nuori voi olla erittäin karkäs arvostelemaan toisia ja olla omissa mielipiteissään ehdoton. Maailmankatsomukselliset kysymykset alkavat kiinnostaa nuorta ja myös omaa tulevaisuutta aletaan suunnitella. Identiteetin rakentaminen on nuorelle keskeinen tehtävä tässä elämänvaiheessa. Nuorelle alkaa muodostua kohtalaisen pysyvä ja selkeä kuva omasta minuudestaan. Identiteetin kehitys ei tapahdu yhdessä hetkessä, vaan vaatii kehittyäkseen kriisi- ja sitoutumisvaiheiden läpikäymisen. Nuori testaa erilaisia vaihtoehtoisia identiteettejä ja tyylien ja aatteiden vaihtelut saattavat olla täysin toisistaan eroavia. Erilaisten kokemustensa perusteella nuori omaksuu sitoutumisvaiheessa jonkun kokeilemansa identiteetin itselleen ja käsitys itsestä rakentuu pikkuhiljaa sen pohjalle. (Nurmiranta ym. 2009, 78.)

Nuorella on valtava tarve hyväksyä itsensä ja suojautua ympäristön paineilta, kuten esimerkiksi mielestään kohtuuttomilta vaatimuksilta. Nuori saattaa omaksua itselleen niin sanotun negatiivisen identiteetin. Negatiivisella identiteetillä tarkoitetaan uhmakasta ympäristön toiveiden vastustamista. Negatiivinen identiteetti perustuu lapsen saamiin moitteisiin tai asioihin, jotka hän on kokenut häpeällisiksi. Negatiivisen identiteetin omaavat nuoret hakeutuvat toistensa seuraan. Näissä ryhmissä tyypillistä ovat rikollisuus, ilkeä ja päihteiden käyttö. (Nurmiranta 2009, 79.)

### 3.3 Vanhempien päihteidenkäytön vaikutukset lapseen eri ikäkausittain

Lapsi joutuu käymään päihdeperheessä läpi monenlaisia traumaattisia kokemuksia kuten hoidon ja avun laiminlyönnit, yksin jättäminen, turvattomuus, juurettomuus ja väkivallan eri muodot. Tällaiset tilanteet satuttavat lasta joko fyysisesti tai psyykkisesti ja jättävät jälkensä lapseen. Lapsen kehitys päihdeperheessä on vaarassa monella eri osalla. Sosiaalisen ja tunne-elämän kehityksen viivästyminen vaikuttaa lapsen kognitiiviseen kehitykseen ja oppimiseen sekä lapsen persoonallisuuteen ja omanarvontunteeseen. Lapsen puutteellinen ravitsemus, katkonainen uni tai hygienian laiminlyönti vaarantaa fyysisen kehityksen. Päihdeperheessä eläneellä lapsella on usein liian aikuismaisia kokemuksia. Hän voi joutua kantamaan vastuuta sisaruksistaan ja kodistaan jo pieninä sekä seuraamaan sivusta seksiä ja päihteidenkäyttöä. Tunnetaitojen ja sosiaalisen kanssakäymisen harjoittelu, palaaminen aikaisempiin kehitysvaiheisiin ja elämänkokemusten käsitteleminen voi vakauttaa lapsen kehitystä. (Holmberg 2003, 8–9.)

Vanhempien päihteidenkäytön vaikutukset lapseen alkavat jo sikiöiässä. Keskusteluissa päihteidenkäytön vaikutuksista sikiöön unohdetaan isien rooli usein. Välillisesti myös isien päihteidenkäyttö vaikuttaa lapseen, sillä hän saattaa esimerkiksi aiheuttaa käyttäytymisellään äidille stressiä, masennusta ja ahdistusta. Fyysinen väkivalta alkaa parisuhteessa usein raskauden aikana, jolloin muutokset elämäntilanteessa aiheuttavat ristiriitoja pariskunnan välille. Sanomattakin on selvää, että raskauden aikana koettu fyysinen väkivalta on sikiölle vaarallista. (Holmberg 2003, 25.) Äidin päihteidenkäyttö raskauden aikana aiheuttaa sikiövaurioita ja kehitysviivästyksiä, joiden vaikutukset voivat olla lopulliset.

#### 3.3.1 Vauva-ikäisestä murrosikään

Vanhempien päihteidenkäytöllä on vakavia seurauksia vauvalle kiintymäsuhdetrauman aiheuttamisesta vauvan humalluttamiseen imetyksen kautta. Päihdeongelman aiheuttamat vaikutukset voivat olla pienelle vauvalle äkkiä hengenvaarallisia, sillä vauva tarvitsee ympärivuorokautista hoivaa, eikä humalainen vanhempi pysty aina huomioimaan vauvan tarpeita. Ensimmäisen elinvuotensa aikana vauvan tulisi luoda perusta erilaisille kehitystehtäville, jotka ovat myöhemmän elämän kannalta merkittäviä. Tällaisia tehtä-



viä ovat muun muassa kiintymyssuhteen muodostaminen, erilaisten tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen sekä kyky oppia ymmärtämään ja tuottamaan kieltä. Erityisesti kiintymyssuhteen häiriintymisellä voi olla suuri merkitys vauvan myöhemmässä elämässä, sillä perusturvallisuus ja luottamus ovat tärkeitä terveen persoonallisuuden muodostumisessa. (Holmberg 2003, 25–26.)

Leikki-ikäisillä päihdeperheessä elävillä lapsilla ei useinkaan ole voimavaroja selviytyä ikävaiheeseensa kuuluvista kehitystehtävistä. Turvattomuus kiintymyssuhteessa ja ympäristöön suhtautumisessa sekä syyllisyyden ja häpeän tunteet omia vanhempia kohtaan tuhoavat leikki-ikäisen mahdollisuuden olla luova ja tutkiva sekä vähentää uskallusta aloitteiden tekemiseen. Lapsi saattaa olla vanhempiinsa hyvin ripustautunut muihin samanikäisiin verrattuna eikä uskalla tutkia rohkeasti ympäristöä. Toisaalta taas lapsi voi olla välinpitämätön vanhempiaan kohtaan ja tehdä tuttavuutta kenen tahansa ihmisen kanssa. Kiintymyssuhteen häiriöt näkyvät usein myös lapsen tunnekäyttäytymisessä. Lapsi saattaa yrittää selviytyä kaikista tilanteista järkeilyn avulla tai sitten hän suhtautuu varsin neutraaleihinkin tilanteisiin erittäin voimakkaasti unohtaen järjelliset ajatusprosessit. Myös toisten ihmisten tunneperäisen viestinnän tulkitseminen saattaa olla haasteellista. Lapsi esimerkiksi voi kokea täysin neutraalit viestit vihamielisinä tai tuntea vihaa silloin, kun pitäisi tuntea empatiaa. (Holmberg, 2003, 27–28.)

Leikki-ikäinen lapsi ajattelee asioita hyvin konkreettisella tavalla. Hänen mielestään vanhemman juominen on selvä seuraus omasta huonosta käyttäytymisestä ja vanhemman juomatta olemisen ikään kuin kiitos hyvästä käytöksestä. Voidessaan psyykkisesti pahoin leikki-ikäinen reagoi usein myös somaattisesti, jolloin hänellä esiintyy vatsa- ja pääkipua sekä kastelua ja tuhrimista. Painajaisunet sekä erilaiset ahdistusreaktiot ja fobiat ovat myös yleisiä. (Holmberg, 2003, 28.)

Kouluikäisen lapsen ajattelutapa on jo varsin laaja ja pohdiskelleva ja tällöin lapsen kokemuksissa häpeä ja pelko ovat keskeisiä. Ymmärrys perheen ongelmista ja huoli vanhempien selviytymisestä kasvaa. Lapsi osaa ennakoida vanhempien päihdeputkien alkamisen, ja tämän takia lapsi tarkkailee jatkuvasti vanhempiaan. Lapsen on hyvin vaikeaa keskittyä omiin asioihinsa, esimerkiksi koulunkäyntiin, sillä huoli vanhemmista

valtaa ajatukset. Tämän vuoksi lapsella saattaa esiintyä oppimisvaikeuksia ja alisuoriutumista. (Holmberg 2003, 28.)

Kouluikäiset lapset yrittävät usein salata perheessä esiintyvää alkoholiongelmaa, sillä lapsi ei kestä häpeää, jonka salaisuuden paljastuminen aiheuttaa. Lapset saattavat siis käyttäytyä koulussa ikään kuin kaikki olisi hyvin, eikä mitään ongelmaa olisi olemassaakaan. Toisaalta lapsi taas saattaa käyttäytyä koulussa huonosti ja esimerkiksi kiusata muita, mikä taas on hänen hätähuutonsa aikuisille. Päihdeperheissä kasvaneet lapset käyttävät kotoa oppimiaan ongelmanratkaisutapoja myös kodin ulkopuolella, koulussa ja kavereiden kesken. Kotona opitut ongelmanratkaisu- ja ihmissuhdetaidot saattavat olla hyvinkin puutteellisia, mikä johtaa usein ristiriitatilanteisiin. Koulussa ja kaveripiirissä esiintyvät säännöt, rajoitukset, erilaiset arjen rutiinit, empatia, jakaminen ja vastavuoroisuus saattavat olla päihdeongelmaisessa perheessä kasvaneelle lapselle täysin uusia asioita ja tuntua hämmentäviltä. (Holmberg 2003,29.)

### 3.3.2 Murrosikä ja nuoruus

Itsenäistymisen kynnyksellä oleva murrosikäinen etsii hapuillen omaa identiteettiään ja kaipaa vielä paljon vanhempiensa tukea ja turvaa. Nuoren jäädessä vaille tukea kokee hän olonsa turvattomaksi, minkä takia nuori saattaa olla syrjäänvetäytyvä tai päinvastoin käyttäytyä hyvinkin holtittomasti. Alkoholiongelmaisessa perheessä kasvaneen nuoren tunne-elämän kehitys saattaa olla hyvin häiriintynyt, joten nuoruuden kehityshaasteiden vastaanottaminen voi olla vaikeaa. Viiveet ongelmanratkaisutaidoissa sekä moraalin ja empatian kehityksessä sekä välinpitämättömyys omaa elämää kohtaan altistavat nuoria epäsosiaaliseen käyttäytymiseen ja jopa rikollisuuteen. (Holmberg 2003, 30.)

Geneettinen ja sosiaalinen perimä saattavat vaikuttavaa siihen, että myös nuori itse alkaa kokeilla alkoholia ja huumeita jo varsin varhaisessa vaiheessa. Päihteiden käyttö saattaa olla alkoholiperheessä elävälle nuorelle hyvinkin helppoa, sillä vanhemmat itse voivat olla liian päihtyneitä huomatakseen lapsensa humalatilaa tai he eivät koe tärkeäksi kontrolloida sitä. Liiallinen alkoholinkäyttö ja esimerkiksi tästä seuraava alkoholi-

myrkytys voi olla nuoren keino ilmaista, että hän voi huonosti ja tarvitsee aikuista tukeen. Joskus koko perheen suhtautuminen päihteisiin saattaa olla vääristynyt ja ongelmakäyttökin nähdään normaalina. Jotkut vanhemmat jopa juovat yhdessä lastensa kanssa ja yrittävät tällä tavoin vähentää omia syyllisyydentunteitaan. (Holmberg 2003, 30.)

## 4 VANHEMMUUS JA PÄIHTEET

### 4.1 Vanhemmuus

Lapsi on vanhemmuuden välttämätön edellytys. Siten vanhemmuudessa on läsnä aina vähintään kaksi sukupolvea, lapsi ja aikuinen. Vanhemmuus rakentuu sukupolvien ketjussa ajatusten, toimintatapojen ja perinteen siirtymisen kautta joko tietoisesti tai tiedostamatta. (Kekkonen 2003.)

Vanhemmuuden määritelmä on helppo, kun lapsi asuu biologisten vanhempiensa kanssa. Lapsen vanhemmuus ei kuitenkaan ole aina yksinkertainen asia, ja se voidaan määritellä monella tavalla. Vanhemmuus voi olla biologista, juridista, psyykkistä ja sosiaalista. (Vilen ym. 2006.)

Psyykkisellä vanhemmuudella tarkoitetaan sitä, että lapsi kokee tunnetasolla aikuisen vanhemmakseen. Lapsi reagoi yleensä parhaiten psyykkisen vanhemman antamaan tukeen. Sosiaaliseen vanhemmuuteen taas liittyvät käytännön asiat ja niistä huolehtiminen. Juridinen vanhemmuus on lähtökohtaisesti sama kuin biologinen vanhemmuus. Sitä voidaan muuttaa vanhempien suostumuksella tai oikeudenkäynnin myötä. Juridisesta vanhemmuudesta käytetään käsitettä huoltajuus. (Vilen ym. 2006.)

Vanhemmuutta määritellään usein myös siihen liittyvien erilaisten roolien kautta. Vanhemmat ovat lapsilleen elämän opettajia, ihmissuhdeosaajia, rajojen asettajia, huoltajia ja rakkauden antajia. Roolien merkitykset määräytyvät lapsen iän ja kehitystason mukaan. (Helminen & Iso-heiniemi 1999.)

Hyvin toimivaan vanhemmuuteen kuuluu lämpimyyttä, hyväksyntää, rajojen asettamista ja valvontaa, mutta myös lapsen oman ajattelun tukemista. Tärkeänä osana vanhem-

muutta nähdään myös huolehtiminen lapsen ravitsemuksesta, puhtaudesta ja riittävästä unesta. (Sulku & Aromaa 2001, 58–59.)

#### 4.2 Riittävän hyvä vanhemmuus

Lapsen hyvinvointi edellyttää vanhemmilta hoivaa, huolenpitoa, kiintymyksen tarpeen tyydyttämistä sekä turvallisia rajoja. Vanhemmuus voi joutua koetukselle lapsen ollessa murrosikäinen. Nuoruuden mukanaan tuomat muutokset voivat hämmentää sekä lasta että vanhempaa. Silloin nuoren tukena oleminen ja selkeiden rajojen ja sääntöjen ylläpitäminen ei aina ole helppoa. (Marttunen 2006.)

Riittävän hyvään vanhemmuuteen kuuluu vanhemman oma hyvä psyykinen tasapaino ja kyky solmia ja säilyttää pitkäaikaisia ihmissuhteita. Vanhemmalla tulee olla kyky erottaa omat tarpeensa ja toiveensa lapsen toiveista ja tarpeista ja hänen tulee myös osata asettua lapsensa asemaan tätä ymmärtääkseen. Kasvatuksen tulisi olla selkeää ja johdonmukaista sekä turvallisia rajoja asettavaa. Liiallinen sallivuus aiheuttaa lapsessa epävarmuutta, mutta toisaalta taas liiallinen tukahduttaminen vie tilaa kasvulta ja kehitykseltä. Vanhemman tulisi osata ottaa lapseltaan vastaan myönteisiä ja kielteisiä tunne-reaktioita sekä pystyä käsittelemään niitä. (Marttunen 2006.)

#### 4.3 Vanhemmuuden häiriintyminen päihdeperheessä

Vanhemmuutta heikentäviä tekijöitä voivat esimerkiksi olla vanhemman tai sisarusten psyykinen tai fyysinen sairaus, päihteiden käyttö, työttömyys, vaikea taloudellinen tilanne tai erotilanteet. Vanhempien voimavarojen ollessa vähäiset voi lähipiiristä löytyä ihmisiä, jotka pystyvät tukemaan lapsen normaalia kasvua ja kehitystä. Uhkaavat ja suojaavat tekijät vaikuttavat lapsen ja nuoren kasvuun ja kehitykseen vastavuoroisesti. Näin ollen yksittäiset uhkatekijät eivät välttämättä vaikuta kehitykseen kovin suuresti. (Marttunen 2006.)

Maritta Itäpuisto toteaa väitöskirjassaan, että äidin ja isän ongelmallisella alkoholinkäytöllä on erilaisia merkityksiä lapsille. Lapset kokevat äidin juomisen vaikeammaksi kuin isän. Tämän katsotaan johtuvan kulttuurisesta mallista, jossa äidin tehtävänä on pitää huolta lapsista ja kodista. Äidin unohtaessa lastensa hyvinvoinnista huolehtimisen ei isäkään välttämättä tätä laiminlyöntiä korjaa. Päihteitä väärinkäyttävä nainen joutuu miehiä helpommin leimatuksi ja paheksunnan kohteeksi. Lapsi kokee äidin juomisen näin ollen enemmän koko perheen ongelmaksi. Lapset ajattelevat usein, että muiden ihmisten mielestä isän alkoholismi on vielä jollain tavoin ymmärrettävissä, mutta äidin alkoholismissa on kyse jo jostain todella oudosta. (Itäpuisto 2005, 89.)

Vielä 1940- ja 1950-luvuilla ajateltiin, että äidin mielihyvänhakuisuus oli uhkana koko perheelle. Tämä ajattelutapa ikään kuin suojasi pitkään naisia alkoholinkäytöltä. Ajat ovat kuitenkin muuttuneet ja naisilla on oikeus työhön, uraan, omaan aikaan sekä päihdeidenkäyttöön. Naisten päihdeongelma pysyi pitkään piilossa julkisuudelta. Vasta 1980-luvulla alkoi keskustelu päihdeongelmallisista äideistä ja keskustelun painopiste oli sikiövaurioissa. (Boelius 2008.)

#### 4.4 Alkoholiongelma perheessä

##### 4.4.1 Alkoholismi

Alkoholiriippuvuudella eli alkoholismilla tarkoitetaan alkoholin jatkuvaa, pakonomaista tai toistuvaa käyttöä. Ongelmasta kärsivä käyttää alkoholia välittämättä käytön aiheuttamista terveydellisistä ja sosiaalisista haitoista. Alkoholismiin liittyy fysiologisen riippuvuuden kehittyminen, jolloin henkilön toleranssi alkoholia kohtaan on suurentunut ja hänelle tulee alkoholinkäytön lopettamisen jälkeisinä päivinä eriasteisia vieroitusoireita. Vieroitusoireet ajavat henkilön jatkamaan alkoholinkäyttöä. (Huttunen 2009.)

Pakonomaisesti jatkuva ja humalahakuinen eli addiktiivinen alkoholinkäyttö ei ole tahdonalaista, minkä vuoksi päihdeidenkäyttäjää ei yleensä pysty lopettamaan alkoholin

juomista ilman ammattilaisten apua tai katkaisuhoidtoa. Addiktio muuttaa keskushermoston toimintaa, joka vaatii korjaantuakseen vähintään 3–6 kuukauden selvää ajanjaksoa. (Huttunen 2009.)

Alkoholiriippuvuus on keskeinen kansanterveydellinen ongelma ja noin 10–15% miehistä kärsii siitä jossain elämänsä vaiheessa. Alkoholiriippuvuus on miehillä yleisempää kuin naisilla, mutta myös naiset ovat viime vuosina alkaneet yhä useammin kärsiä siitä. Perinnöllisillä tekijöillä on hyvin suuri osa etenkin nuoruusiässä alkavassa alkoholismissa. Hyvä alkoholin sietokyky sekä vaikeus tunnistaa omaa humaltumistasoaan ovat suuria riskitekijöitä. Myös erilaiset psykiatriset häiriöt lisäävät alkoholin ongelmakäyttöä, sillä alkoholiin turvaututaan usein erilaisten pelko-, ahdistus- ja masennustilojen lievittämisessä. (Huttunen 2009.)

Käytämme työssämme käsitettä alkoholiongelma alkoholismiin sijaan, koska kaikkea perheessä tapahtuvaa lasta häiritsevää alkoholinkäyttöä ei voida laskea alkoholismiksi.

#### 4.4.2 Päihdeperhe

Päihdeperheessä lapsi elää vuoristoradassa. Elämää leimaa syyllisyyden, häpeän, pelon ja turvattomuuden tunteet, jatkuvuus ja pysyvyys puuttuvat. Lapset kokevat ikään kuin vanhemmassa olisi eri persoonia sen mukaan onko vanhempi humaltunut, krapulassa tai selvänä. Humaltunut ja krapulainen puoli saa lapsen tuntemaan vihaa vanhempaansa kohtaan ja vihantunteet aiheuttavat lapselle syyllisyyttä ja häpeää. (Holmberg 2003 8-13).

Päihdeperheessä lapsi joutuu kokemaan usein pettymyksiä ja alkaa pikkuhiljaa suojata itseään niiltä lopettamalla mukavien asioiden odottamisen ja toivomisen. Näin lapsi oppii, ettei kannata luottaa edes omiin tunteisiin ja havaintoihin. Lopulta lapsi alkaa käyttää ajattelumallia myös muihin ihmissuhteisiin ja aikuisiin. (Holmberg 2003, 14–15.)

Päihteidenkäyttö on jo vuosisatojen ajan ollut Suomessa käsite, johon on liittynyt salailua, häpeää, vaikenemista, kieltämistä ja joskus jopa ihannoitua. Päihteistä puhuminen on ollut pitkään tabu, vaikka niiden liiallinen käyttö on tuottanut käyttäjille itselleen sekä heidän läheisilleen suunnattomasti taloudellista ja henkistä hätää. (Taitto 2002, 17.)

Päihdeongelmaisessa perheessä päihteidenkäyttäjä toimii itse usein lapsen kaltaisesti. Toinen vanhemmista saattaa vahtia päihteiden käyttäjää ja kaataa esimerkiksi juomia pois, näin ollen hänellä ei välttämättä riitä enää resursseja lapsista huolehtimiseen. Vanhempien ja lasten välinen roolijako on päihdeongelmaisessa perheessä usein epäselvä. Lapset voivat joutua ottamaan vastuuta vanhemmille kuuluvista tehtävistä ja jopa huolehtimaan heistä. Lapsiin kohdistetaan usein erilaisia odotuksia, jotka vaihtelevat eri lasten kohdalla. Vanhin lapsi on usein vastuunkantaja, joka joutuu huolehtimaan muista perheenjäsenistä. Vanhin lapsi tuntee usein samalla suurta yksinäisyyttä. Toinen lapsista voi aiheuttaa erilaisia ongelmia ja kiinnittää näin huomion muualle päihdeongelmasta. Näitä lapsia kutsutaan syntipukeiksi. Kolmatta lasta kutsutaan unohdetuksi lapseksi, koska hän ei saa huomiota millään keinolla, minkä vuoksi hän vetäytyy mielikuvitusmaailmaansa. Nuorin lapsista on maskotti, joka yrittää pitää kaikki hyvällä tuulella. (Taitto 2002, 17–18.)

Vastuunkantajalapsella on myös aikuisuudessa riski jatkaa toisten ihmisten pakonomaista hoitoa. He hakeutuvat usein hoitoalalle tai parisuhteeseen ihmisen kanssa, jota saavat hoivata. He myös kärsivät usein stressistä ja loppuun palamisesta. Syntipukilla voi olla nuorella iällä aloitettua päihteidenkäyttöä sekä rikollisuutta ja epäsosiaalisuutta, jotka jatkuvat aikuisuuteen asti. Puolisoksi tulee usein valittua ihminen joka kantaa hänestä vastuuta. Unohdetulla lapsella voi ilmetä erilaisia mielenterveyden ongelmia, esimerkiksi masennusta tai syömishäiriöitä. Läheisten ihmissuhteiden luominen voi olla vaikeaa aikuisenakin, joten yksinäisyys saattaa jatkua läpi elämän. Maskotit saattavat aikuisinakin ottaa porukassa viihdyttäjän ja toisaalta myös sovittelijan roolin. (Taitto 2002, 18.)

#### 4.4.3 Häiriintyvät perheprosessit alkoholiperheessä



Perheprosessit ovat perheen kannalta tärkeitä toimintoja ja käytäntöjä, niitä voidaan tarkastella harmonian, koheesion ja vanhemmuuden kautta. Lähivuosina on pinnalle nousut käsitys, jonka mukaan lapsille aiheutuvat haitat eivät johdu suoraan vanhemman alkoholin juomisesta, vaan lähinnä perheprosessien häiriintymisestä. Vanhemman alkoholin juominen aiheuttaa perheessä epäsopua, väkivaltaisuutta, koheesion vähenemistä ja vanhemmuuden puuttumista. (Itäpuisto 2008, 61.)

Vanhemman juominen vaikuttaa vahvasti perheen tunneilmapiiriin tuottaen perheenjäsenille voimakkaita negatiivisia tunteita, kuten pettymystä, surua ja suuttumusta. Perheen ilmapiiri on myös usein hyvin jännittynyt alkoholiongelmaisen masentuneisuuden, rauhattomuuden tai ärtyneisyyden takia. Lasten kasvatuksessa kuri ja rangaistukset saattavat olla epäjohdonmukaisia ja määräytyä vanhemman juomiskausien mukaan. Väkivaltaa saatetaan myös käyttää kurin nimissä. Riitely ja konfliktit liittyvät liialliseen juomiseen ja alkoholiongelmainen käyttää niitä usein keinoina kontrolloida muita perheenjäseniä. Konfliktit jatkuvat myös juomiskauden jälkeen, kun puoliso purkaa juomiskauden aikana patoamiansa tunteita ja katkeruuttaan. (Itäpuisto 2008, 62–63.)

Perheenjäsenten välinen kommunikaatio häiriintyy usein juovan vanhemman takia. Lapsia saatetaan pyytää pysymään vaiti konfliktien takia. Tämä saattaa pitkän ajan kuluessa heikentää lapsen kykyä ilmaista itseään ja opettaa lapselle, ettei hänen mielipiteillään ja näkemyksillään ole merkitystä. Kommunikaation määrän lisäksi lapsen itse-tuntoon vaikuttaa myös tapa, jolla viestit välittyvät. Positiiviset ilmaukset saattavat puuttua kokonaan ja lapsi saattaa saada vain negatiivisia viestejä. (Itäpuisto 2008, 63.)

Itäpuisto kuvaa perheprosessien häiriintymistä erilaisten perhetyyppien avulla. Perhetyyppien mukaan voidaan määrittää alkoholinkäytön häiritsevyys ja todeta, että siihen vaikuttavat monet eri osatekijät. Perheen rutiineilla ja niiden ylläpidolla on myös tärkeä osa alkoholinkäytön haittojen arvioinnissa. Itäpuisto luokittelee perheet neljään eri ryhmään. (Itäpuisto 2008, 65.)

Suojaavissa perheissä minimoidaan alkoholinkäytön vaikutus ja perheprosesseissa ei tapahdu suuria muutoksia juomiskausien mukaan. Rutiinit, rituaalit, vapaa-ajanvietto tai sosiaaliset suhteet eivät häiriinny. Vanhempi pystyy hoitamaan vanhemman roolinsa eikä esiinny lasten nähden päihtyneenä. Tunne-elämän häiriöistä kärsivät perheet näyttävät usein ulospäin tavallisilta ja toimivilta. Juova vanhempi vetäytyy vanhemman roolista juomiskausien ajaksi ja ei-juova puoliso kompensoi tätä omalla toiminnallaan onnistuen suojelemaan lapsia. Lapset silti yleensä tietävät, ettei kaikki ole kohdallaan. Häiriintyvissä perheissä taas ei-juovan vanhemman tasapainoitusyritykset eivät onnistu ja perheprosessit häiriintyvät. Juhlat ja rutiinit menevät usein piloille, ja lapset tuntevat jännittyneisyyttä, turvattomuutta ja pettymyksiä. Alkoholin haitat ovat lasten nähtävillä, mutta juomista usein salaillaan perheen ulkopuolisilta ihmisiltä. Kaoottisissa perheissä puoliso ei pysty kompensoimaan juojan aiheuttamia ongelmia, usein molemmat vanhemmat ovat alkoholiongelmaisia. Perhe-elämä häiriintyy jatkuvasti ja alkoholiongelmaisella on hallitseva rooli. Juhlat, lomat ja arkielämä järjestetään juojan toiveiden, tunteiden ja juomisen mukaan. (Itäpuisto 2008, 65–67.)

#### 4.4.4 Sukupolviperimä

Lapsuus ja aikuisuus määrittyvät aina uudelleen suhteessa toisiinsa. Sukupolvien välisessä vuorovaikutuksessa heijastuvat sekä aikuisten että lasten omat itseymmärrykset ja tulkinnat ympäröivästä todellisuudesta. Bardyn nelikenttäajattelun mukaan lapsuuden ja aikuisuuden väliset suhteet ovat sekä yksilön että yhteiskunnan tasolla aina olemassa peräkkäin, sisäkkäin ja rinnakkain. Nelikenttäajatteluun liittyy myös piiloon jäävä sukupolvinen vuorovaikutus, jossa aikuinen luo suhdetta omaan sisäiseen lapsuuteensa ja oman sukupolvensa kulttuuriseen lapsuuteen. (Kekkonen 2003, 26, 27.)

Negatiivisella sukupolviperimällä tarkoitetaan tilannetta, jossa vanhempien haitalliset tai vahingolliset kasvatus- ja käyttäytymismallit toistuvat myöhemmin lasten omassa elämässä ja vanhemmuudessa. Kaltoinkohdellulla lapsella ei ole luottamusta muihin, eikä hän kykene ottamaan hyvää vastaan myöhemmin elämässä. Itsestä syrjäytyminen estää käyttämästä omia kehitysmahdollisuuksia elämän rakentamisessa, erityisesti vanhemmuuteen kasvamisessa. Tällaisessa tilanteessa kaltoinkohtelu usein jatkuu uudessa lapsi-vanhempisuhteessa. Hyvälle vanhemmuudelle tärkeää olisi päästä lähelle omia

lapsuuden kokemuksia ja tunteita. Olennaista eivät ole tapahtuneet asiat, vaan henkilön suhde niihin. (Kekkonen 2003, 27.)

Liiallinen päihteidenkäyttö siirtyy valitettavan usein sukupolvelta toiselle. Lapsi näkee toistuvasti vanhempiensa juovan itsensä liialliseen humalaan ja hän saa näin vääristyneen mallin alkoholin käytöstä. Käsittelemättömät kokemukset, kuten pelko, hylätyksi tulemisen tunne ja turvattomuus, voivat ajaa lapsen päihteiden väärinkäyttöön aikuisena. (Taitto 2002, 17.)

#### 4.4.5 Alkoholiperheessä kasvaneen lapsen selviytymispolku

Lapsi pyrkii selviytymään stressaavassa tilanteessa muuttamalla omaa käyttäytymistä tai ympäristöön liittyviä tekijöitä. Stressiä helpottaa usein se, että lapsi voi jakaa sen jonkun toisen kanssa. Usein aikuiset vähättelevät tai torjuvat lapsen keskusteluyritykset. Asioista voi myös etsiä tietoa ja tämän avulla muuttaa omia käsityksiään ja havaintojaan. Fyysisinä selviytymiskeinoina pidetään esimerkiksi liikuntaa, rentoutumista, musiikkia ja piirtämistä. (Itäpuisto 2003, 47.)

Itäpuiston mukaan varhaisimmat selviytymiskeinot sisältävät lähinnä sopeutumista tilanteeseen, epäsuorina selviytymiskeinoina ovat esimerkiksi alkoholin tuhoaminen ja tilanteista etääntyminen. Lapsen ja nuoren yleisin reagointimalli on alkoholiongelmasta vanhemmasta erossa pysyminen ja keskittyminen oman elämän hallintaan. Nuoruvaiheelle tyypillistä on vanhemman vastustaminen aiempaa suuremmin ja eroon pääsy alkoholiongelmasta vanhemmasta. Aikuisena selviytyminen jatkuu henkisenä etääntymisenä kasvuperheestä ja sen arvoista ja käytännöistä. (Itäpuisto 2001, 112.)

Alkoholiongelmaisten vanhempien lapset joutuvat jossain vaiheessa hyväksymään sen, että vanhempi valitsee alkoholin perheen sijaan. Vanhempiensa alkoholinkäytöstä kärsineille onkin usein yksi merkittävä positiivinen käännekohta ollut juovasta vanhemmasta eroon pääseminen, vanhempien avioero on koettu usein tervetulleeksi. (Itäpuisto 2001, 113,115.)

Itäpuiston mukaan monet alkoholiperheessä kasvaneista muistelevat lapsuuden ja nuoruuden ajanjaksoa myös lämpimästi ja kertovat sen olleen hyvä perusta omalle selviytymiselle. Sitkeys mainittiin tärkeänä luonteenpiirteenä selviytymisen kannalta. Pidemmällä aikavälillä selviytyminen liittyykin oman identiteetin luomiseen ja paremman elämän etsimiseen. Vanhempien toimintatapoja pyritään usein välttämään. (Itäpuisto 2001, 115–117.)

Selviytymistä voidaan tarkastella myös elämänhallinta-käsitteen kautta. Alkoholiperheessä kasvaneilla näyttäisikin selviytyminen painottuvan enemmän sisäiseen kuin ulkoiseen elämänhallintaan. Itäpuiston teettämässä haastatteluissa kävi ilmi, että haastatelluilla oli usein ulkoinen elämänhallinta ollut puutteellista. Haastatellut nostivat selviytymisessään esiin sisäisen elämänhallinnan merkityksen, eli haastateltavat kokivat olennaisesti juuri itse vaikuttaneensa selviytymiseensä lapsuuden ja nuoruuden vaikeista olosuhteista huolimatta. Selviytymistä edistävinä asioina nähtiin olevan kognitiivinen kompetenssi, terveys ja temperamentti. (Itäpuisto 2001, 117–118.)

## 5 NUORTEN JA PERHEIDEN TUKEMINEN

### 5.1 Vertaistuki

Vertaistuki on vapaaehtoista ja vastavuoroista toimintaa, jossa samojen ongelmien kanssa painiskelevat tai samassa elämäntilanteessa olevat vaihtavat kokemuksia keskenään. Vertaistuellalla on suuri merkitys ihmisen jaksamiselle sekä elämäntilanteelle, eikä ammattiapu voi korvata sitä tukea, jonka samassa elämäntilanteessa olevat voivat toisilleen antaa. Vertaistuen tehtävänä on työstää vaikeiden tilanteiden kokemista voimavaraksi, inventoida omia resursseja, aktivoida omaa toimintakykyä sekä löytää luovia ratkaisuja eteenpäin pääsemiseksi. (Pöyhtäri 2000.)

Vertaistuellalla tarkoitetaan sitä sosiaalista tukea, jota voi antaa toinen samanlaisessa elämäntilanteessa oleva henkilö (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 7). Thoitsin (1986) mukaan tehokkain tuki voidaan saavuttaa silloin, kun tukijan ja tuettavan elämäntilanteet ovat samanlaiset ja he ymmärtävät toisiaan emotionaalisesti. Thoitsin (1982) ja Housen (1981) mukaan vertaistuki on itsearvostuksen ja itsearviointin näkökulmasta tarpeellista tietoa. (Burmoi, Kovalainen & Sommarberg 2007, 14).

### 5.2 Sosiaalinen media

Sosiaalinen media terminä on yleistynyt viime vuosina ja se on noussut yleiseen keskusteluun ja tietoisuuteen. Voidaankin ajatella, että meneillään on monimuotoisen viestinnän ja vuorovaikutuksen evoluutio. Sosiaalisella medialla tarkoitetaan nettiyhteisöissä tapahtuvaa vuorovaikutusta, osallistumista ja jakamista. Tässä käsitteessä voidaan yksinkertaistettuna ajatella sosiaalisen tarkoittavan ihmisten vuorovaikutusta ja median tarkoittavan välinettä, joka tuo uusia vuorovaikutuksen mahdollisuuksia. Siinä on kyse vuorovaikutuksesta, jota tekniikka ja sen avulla muodostettavat palvelut, verkostot ja yhteisöt tukevat toisiaan uusilla tavoilla. Sosiaalisella medialla viitataan yleis-

simmin internetissä tapahtuvaan vuorovaikutukseen, sillä voidaan kuitenkin tarkoittaa myös muita vuorovaikutuksen välineitä. (Heinonen 2009, 6.)

Sovelluksille on tyypillistä käyttäjien aktiivinen osallistuminen ja sisältöjen avoimuus, ne on tarkoitettu tietojen, sisältöjen ja kokemusten jakamisen kanaviksi muiden käyttäjien kanssa. Sosiaalisessa mediassa on merkityksellistä se, mitä sen avulla tehdään. Kyse ei ole pelkästään verkottumisesta vaan yhteisöistä ja yhteisöllisyydestä. Yhteisössä jäsenet tuntevat yhteenkuuluvuutta ja saavat yhteisön kautta itselleen merkityksellistä tietoa ja kontakteja. (Heinonen 2009, 6–7.)

### 5.3 Terveyden edistäminen

Terveyden edistäminen toteutuu yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan tasolla. Yksilön terveyden edistämässä on kyse sairauksien ehkäisystä, hoidosta ja kuntoutuksesta sekä terveyden ylläpitämisestä terveiden elämäntapojen avulla. Yksilöä korostavan näemyksen mukaan terveyden edistämisen toimintamuotoja ovat terveystarkastus ja terveysneuvonta, terveystarkastukset, seulonnat ja terveyden suojele. Tavoitteena on yksilön tiedon lisääminen, taitojen tunnistaminen sekä käyttäytymiseen liittyvien riskitekijöiden väheneminen. (Savola & Ollonqvist 2005, 16,17.)

Yhteisötasolla terveyden edistämällä yritetään tukea jotain tiettyä yhteisöä. Yhteisönä voidaan pitää lähiyhteisöä tai laajempaa kokonaisuutta. Lähiyhteisöllä tarkoitetaan perhettä, ystäväpiiriä, naapurustoa ja työyhteisöä, joiden voidaan katsoa toimivan terveyttä vahvistavina tekijöinä. (Savola & Ollonqvist 2005, 117.)

Yhteiskunnallisella tasolla terveyden edistämällä tarkoitetaan yhteiskunnallisia toimia, joiden tarkoituksena on suojele terveyttä tai mahdollistaa käyttäytymisen muutoksen. Näiden avulla luodaan taas rakenteellisia edellytyksiä, joista yksilön ja yhteisön valinnat ovat riippuvaisia. (Savola & Ollonqvist, 2005, 117.)

## 5.4 Seurakunnan tarjoamat tukimuodot

### 5.4.1 Kirkon erityisnuorisotyö

Erityisnuorisotyön toiminta on verrattavissa diakoniaan eli etsitään niitä ihmisiä joiden hätä on suurin ja joita kukaan muu ei auta. Erityisnuorisotyölle luonteenomaista on kulkea ja etsiä sieltä, missä nuoret tavallisesti viettävät aikaansa ja keskustella yhdessä heille tärkeistä ja ajankohtaisista asioista. Erityisnuorisotyö on eräänlaista rinnalla kulkemista ja pitkäjänteistä kasvatusta, jotta nuoren suoriutumista voitaisiin parhaalla mahdollisella tavalla tukea. Erityisnuorisotyön periaatteisiin kuuluvat luottamus, avoimuus sekä yhteistyökykyisyys. Toiminnan tuloksellisuus edellyttää, että työntekijät pystyvät luomaan turvallisen ja luotettavan kontaktin nuoreen, ammatillista tietoa ja taitoa ihmissuhdetyöstä sekä kykyä työskennellä yhdessä virallisten tuki- ja palvelujärjestelmien ja erilaisten vapaaehtoistoimijoiden kanssa. Kirkon erityisnuorisotyö on kristillistä lastenkasvatustyötä joka tapahtuu lastensuojelutyön tukena ja rinnalla. Kaikissa toimintaperiaatteissa on lähtökohtana lapsen ja nuoren edun vaaliminen. (Suomen ev.lut.kirkko 2007, 4.)

Aikuisten päihteidenkäyttö ja mielenterveysongelmat ovat tutkimusten mukaan lisääntyneet viime vuosina, minkä seurauksena myös huostaan otettujen lasten määrä on kasvanut rajusti. Samoin ovat kasvaneet myös nuorten päihde- ja mielenterveysongelmat. Jotkut nuorista ovat vakavassa syrjäytymisen vaarassa heikkojen sosiaalisten taitojen takia ja lisäksi nuoret kokevat epätietoisuutta tulevaisuudestaan, koulutusmahdollisuuksistaan sekä myös ammattiin ja työhön sijoittumisestaan. Erityisnuorisotyön on jatkuvasti pitäydyttävä ajan tasalla nopeasti muuttuvassa lasten ja nuorten elinympäristössä. Tavoitteen täytyminen edellyttää työntekijöiltä jatkuvaa kouluttautumista, työhön sitoutumista sekä jaksamisen tukemista, vapaaehtoistyön monipuolistamista, vapaaehtoistyön koulutuksesta huolehtimista sekä palkitsevuuden lisäämistä. Ennalta ehkäisevän työn menetelmiä pitää myös jatkuvasti kehittää ja samalla tukea lapsen oikeutta mahdollisimman pitkään lapsuuteen varhaista puuttumista unohtamatta. Tämän johdosta erityisnuorisotyöntekijät tarvitsevat myös koulutusta perhetyöstä. (Suomen ev.lut.kirkko 2007, 13.)

### 5.4.2 Perhetyö

Seurakunnan perhetyö on avioliiton, parisuhteen, vanhemmuuden ja isovanhemmuuden tueksi järjestettyä toimintaa. Toimintoja ovat esimerkiksi yksittäiset tapahtumat, pienryhmät, kerho- ja kurssitoiminta, jotka on tarkoitettu joko koko perheelle, vanhemmille tai lapsille. Luonteeltaan perhetyö on ongelmia ennaltaehkäisevää, parisuhteeseen ja avioliittoon tukea ja neuvoa antavaa, ei ongelmakeskeistä tai kriisejä korjaavaa työtä. (Suomen ev.lut.kirkko i.a.)

Perhetyötä voidaan kuvailla neljän ikkunan avulla, joista vahvistavaa työtä kuvataan ilon, oppimisen ja vahvistamisen avulla sekä korjaavaa perhetyötä, jota kuvaavat varhainen tuki, ongelmien työstäminen ja kriisiapu. (Suomen ev.lut.kirkko 2009, 23.)

Perheiden kanssa tehtävässä yhteistyössä korostuu yhdessäolon sekä toisiin muodostetun yhteyden tärkeys. Ilo ja oppiminen näkyvät perhetyössä silloin, kun yhdessä esimerkiksi retkeillään, osallistutaan kerhoihin, ryhmiin tai vanhempaintilaisuuksiin. Osallistujien on näin mahdollista nauttia yhteisestä ajasta, peilata elämänkysymyksiä ja kokemuksia keskenään sekä mahdollisesti saada uusia oivalluksia. (Suomen ev.lut. kirkko 2009, 24.)

Varhaisella tuen antaminen on perhetyössä erittäin tärkeää. Lapset ja nuoret ovat hyviä mittareita kertomaan, milloin perheessä eivät välttämättä kaikki asiat ole kohdallaan. Asioihin varhain puuttamalla ehkäistään tilanteen paheneminen ja näin pystytään auttamaan lasta ja hänen perhettään. (Suomen ev.lut. kirkko 2009, 24.)

Vahvistava näkökulma tulee perhetyössä esille vaativien elämäntilanteiden ennakoinnissa. Tiedot ikään liittyvistä kehitystehtävistä, parisuhteen tai perheen elämänvaiheista antavat perhetyöntekijälle kyvyn ennakoida perheessä tapahtuvia muutoksia. Vahvistamista tarvitaan esimerkiksi ensimmäisen lapsen syntyessä ja murrosikäisen perheessä. Konkreettisia toimintamuotoja ovat muun muassa yhteistyö neuvolan kanssa ja perhekerhot. (Suomen ev.lut. kirkko 2009, 25.)



Ongelmien työstäminen ja kriisiapu käsittävät tilanteet, joissa yksittäinen perheenjäsen, pariskunta tai koko perhe tarvitsee apua. Kaikilla kirkon työntekijöillä tulisikin siis olla osaamista siitä, miten olla tukena äkillisen kriisitilanteen yllättäessä ja valmiudet ohjata lisäavun piiriin. Toimintamuotoja ovat esimerkiksi kotikäynnit, kertaluontoiset tapaamiset, pitkäkestoinen työskentely ja vertaisryhmät. (Suomen ev.lut. kirkko 2009, 25.)

## 6 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN JA TUTKIMUSONGELMAT

Halusimme tutkia työssämme Varjomaailma-sivustoa, lopullinen idea aiheeseemme tuli A-klinikkasäätiöltä. Varjomaailma-sivuston vertaistukea oli tutkittu aiemminkin, mutta käyttäjien tarinoiden ja sarjakuvien sisältöä ei ollut vielä analysoitu. A-klinikkasäätiöltä saimme ehdotuksen, että tutkimuksemme voisi liittyä niihin tunteisiin ja tilanteisiin, joita käyttäjät kuvaavat ja nostavat esille kirjoittamissaan tarinoissa ja sarjakuvissa. Opinnäytetyömme aiheen mukaisesti lähdimmekin tutkimaan tarinoista ja sarjakuvista alkoholinkäytön vaikutuksia tilanteisiin ja tunteisiin. Tutkimusongelmamme olivat: Millaisia tunteita vanhemman ongelmallinen alkoholinkäyttö herättää lapsessa? Millaisia tilanteita lapset kuvaavat vanhemman ongelmallisen alkoholinkäytön aiheuttaneen? Mitä selviytymisen keinoja lapset kuvaavat?

Alkuperäinen aineistomme oli 119 tarinaa ja vuosien 2009–2010 sarjakuvat, joita oli yhteensä 129. Sarjakuvia oli kaiken kaikkiaan 601, mutta päätimme käyttää vain uusinta materiaalia. Päädyimme tähän, koska esille nousseet asiat olivat hyvin samankaltaisia ja aineisto laaja. Keräsimme koko analysoitavan aineiston Varjomaailma-sivustolta. Käyttäjät kirjoittavat sivustolle anonyymeinä, joten taustatietoa kirjoittajista ei ollut. Tarinoiden ja sarjakuvien sisällöstä pystyimme kuitenkin päättelemään, että suurin osa kirjoittajista oli varhaisnuoria tai nuoria. Keskityimme siis teoriapohjassammekin varhaisnuoruuden ja nuoruuden ikäkausiin.

Lähdimme tutustumaan aineistoon siltä pohjalta, että etsimme sieltä vanhempien ongelmallisen alkoholinkäytön vaikutuksia lapsiin ja heidän kokemiinsa tilanteisiin ja tunteisiin. Halusimme nostaa esille myös käyttäjien kuvaamia selviytymisen keinoja. Tutustuimme ensin koko aineistoon, jonka jälkeen rajasimme pääteemat aineistosta nousseiden asioiden pohjalta. Pääteemoiksi tulivat vanhempien alkoholinkäytön vaikutukset tilanteisiin kotona, tilanteisiin kodin ulkopuolella, tunteisiin, nuorten kuvaamiin mielenterveysongelmiin ja nuorten kertomiin selviytymisen keinoihin. Tämän jälkeen lähdimme pilkkomaan aineistoa tarkemmin järjestellen esiin nousseet asiat pääteemojen

alle. Valitsemiimme teemoihin liittyviä asioita löytyi yhteensä 42 tarinasta ja 65 sarjakuvasta.

Pääteemat valikoituivat myös alkuperäisen tehtävänannon mukaan, joka oli etsiä kertomuksista kirjoittajien kuvaamia tunteita ja tilanteita. Käyttäjät lähestyivät aihetta hyvin yksilöllisesti, toiset kuvasivat lähinnä tilanteiden aiheuttamia tunteita, kun taas toiset keskittyivät tilanteen kuvailuun. Tämän takia emme lähteneet yhdistämään analyysissä tilanteita ja tunteita, vaan lähdimme yleisellä tasolla analysoimaan niiden esiintyvyyttä. Tuloksista ei voi suoraan päätellä eri ilmiöiden esiintyvyyttä, koska kirjoitukset kuvaavat lähinnä yksittäisiä tilanteita. Samoja tilanteita ja tunteita on luultavasti kokenut myös moni sellainen, joka ei kirjoituksessaan ole ottanut sitä esille. Tuloksista voi kuitenkin nostaa esille paljon kuvatut ja merkittäviksi koetut asiat.

Johtopäätöksissä nostamme esiin mielestämme merkittävät tulokset ja vertaamme niitä teoriapohjaamme. Käymme johtopäätöksissä läpi myös muita esille nostettuja asioita teoriapohjamme avulla.

## 6.1 Tutkimuksen tavoitteet

Tutkimuksemme tavoitteena oli nostaa esiin Varjomaailma-sivuston käyttäjien kirjoittamista tarinoista ja sarjakuvista tilanteet ja tunteet, joita vanhemman alkoholinkäyttö aiheuttaa. Halusimme ottaa työhömmme mukaan myös positiivisen näkökannan ja tuoda esille selviytymisen keinoja. Selviytymisen keinojen nostaminen esiin oli mielestämme tärkeää sairaanhoitajan työssä terveyden edistämisen näkökulmasta. Näin ammattilaiset voisivat kannustaa lasta ja miettiä yhdessä hänen kanssaan niitä voimavaroja, joita lapsella on omassa elämässään.

Tarinat ovat käyttäjien kirjoituksia suoraan omasta elämästään, joten niistä välittyvät tunteet ja tilanteet ovat alkoholiperheen lapsien aitoja kokemuksia. Terveyden- ja sosiaalihuollon ammattilaiset sekä seurakunnan työntekijät tunnistavat tällaisia lapsia ja

perheitä valitettavan harvoin. Monilla alalla työskentelevillä ei ole paljon tietoa näistä asioista. Halusimme työllämme tuoda esille sitä arkipäivän elämää ja todellisuutta, mitä alkoholiperheessä kasvavat lapset joutuvat kestämään päivästä toiseen. Tuomme työssämme esille myös tällaisten lasten ja nuorten käyttäytymistä ja oirehtimista kodin ulkopuolella, jonka pohjalta ammattilaiset voisivat tunnistaa paremmin tällaisia henkilöitä ja puuttua ongelmiin varhaisemmassa vaiheessa.

## 6.2 Aineiston analysointi

Olemme käyttäneet työssämme sisällönanalyysiä. Sisällönanalyysi on kerätyn aineiston tiivistämistä niin, että tutkittu asia voidaan lyhyesti ja yleistettävästi kuvailla tai että tutkittavien asioiden suhteet saadaan selkeästi esille. (Janhonen & Nikkonen 2003). Sisällönanalyysin vaiheet voidaan Syrjäläisen mukaan jakaa seitsemään osaan. Ensimmäisenä on tutkijan herkistyminen aineistolle, joka edellyttää aineiston ja keskeisten käsitteiden haltuunottoa teorian avulla. Seuraavaksi tutkija sisäistää ja teoretisoi aineiston, minkä jälkeen aineisto luokitellaan karkeasti keskeisimpiin luokkiin ja teemoihin. Tämän jälkeen täsmennetään tutkimustehtävä ja käsitteet. Viidennessä vaiheessa todetaan ilmiöiden esiintymistiheys ja poikkeukset sekä luokitellaan aineisto uudestaan, jos se on tarpeellista. Seuraavaksi tutkija arvioi saatuja luokkia aineiston pohjalta ja lopuksi tutkija esittää johtopäätökset ja tulkinnan.

## 7 TULOKSET

Pääteemoja olivat vanhempien ongelmallisen alkoholinkäytön vaikutukset tilanteisiin kotona, tilanteisiin kodin ulkopuolella, nuorten kuvaamiin tunteisiin, nuorten kuvaamiin mielenterveysongelmiin sekä nuorten esille ottamat selviytymisen keinot. Kirjoitukset ja sarjakuvat kertoivat lähinnä yksittäisistä tilanteista, ei elämäkerrallisesti laajemmin, joten samoja tunteita ja tilanteita esiintyy varmasti useampienkin elämässä. Tuloksia saadaksemme meidän kuitenkin piti karkeasti erotella ja laskea, kuinka monta kertaa erilaiset teemoihimme liittyvät asiat esiintyivät eri kirjoituksissa ja sarjakuvissa. Tulokset käsittävät sekä tarinat että sarjakuvat, joista kerromme yhteisesti. Käytämme sekä tarinoista että sarjakuvista sanoja kertomus, kirjoitus tai tarina. Mielestämme tuloksia ei olisi ollut tarpeellista esittää erikseen, koska niissä esiintyvät asiat ovat niin samankaltaisia. Tuloksia esitellessämme puhumme lapsista, emme kuitenkaan viittaa tällä ikään vaan siihen, että he ovat alkoholiongelmaisten vanhempien lapsia.

### 7.1 Tilanteet kotona

Yhteensä 21 kirjoituksessa kuvattiin kodin riitaisaa ilmapiiriä, enimmäkseen vanhempien riitelyä. Väkivallan pelkoa esiintyi kuudessa tarinassa ja itsen tai muuhun perheenjäsenen kohdistuvaa väkivaltaa oli yhteensä 17 tilanteessa. Väkivallalla lapsen vaarantamista kuvattiin kahdessa kirjoituksessa.

”Jokainen ilta päättyi huutoon, syytöksiin ja iskuihin. Aina menin itku silmässä nukkumaan.”

Lapset kuvasivat vanhempiensa epäjohtonmukaista käytöstä ja negatiivisia tunteita heitä kohtaan 12 kirjoituksessa. Tähän laskimme mukaan myös vanhempien syytökset lapsiaan kohtaan omasta tilanteestaan. Toisen vanhemman lähtemistä riidan jälkeen kuvattiin viidessä tarinassa. Lapset kertoivat myös itse suunnitelleensa lähtöä tai karkaa-

vaansa kotoa kahdeksassa kirjoituksessa. Monessa kirjoituksessa kuvattiin myös vanhempien eroa tai eron uhkaa, näitä oli yhteensä yhdeksän.

Vanhemman lupauksista juomisen lopettamiseksi kuvattiin kahdeksassa kirjoituksessa ja retkahdus otettiin esille kolmessa tilanteessa.

”En tiedä mihin uskoa, mihin luottaa niin monesti vanhempani ovat minut pettänyt. Tyhjiä lupauksia siitä, että miten he lopettavat juomisen ja ryhdistäytyvät, joka ikinen rikottu ja tyhjä lupaus repii sydämeni rikki.”

Alkoholismin kieltäminen tuli esiin viidessä kirjoituksessa. Lapset kuvasivat myös omia yrityksiään vaikuttaa vanhemman juomiseen kahdeksassa kirjoituksessa. Lapset kertoivat myös siitä, että heidän on pitänyt huolehtia itsestään ja sisaruksistaan itsenäisesti viidessä kirjoituksissa, varsinaisia heitteillejättöä näistä oli kaksi. Sosiaalitoimiston puuttumista asioihin kuvattiin seitsemässä kirjoituksessa ja huostaanotosta puhuttiin kolmessa, poliisin väliintulo väkivaltatilanteessa mainittiin yhdessä kirjoituksessa.

”Jouduin elämään itsenäistä elämää ja jouduin elämään omillani. Minun piti aina tehdä ruoka itelleni ja huolehtia koulu. Se oli tosi rankkaa, kun olin silloin vasta 6lk alussa.”

Vanhemman itsemurhauhkauksista ja-toiveista kerrottiin kuudessa tarinassa. Muita esille nousseita tilanteita olivat juopuneen sammuminen, perheen yhteisen ajan puuttuminen ja se ettei kavereita kehtaa pyytää kotiin.

## 7.2 Tilanteet kodin ulkopuolella

Eniten kuvattiin tilanteita kiusaamisesta tai syrjinnästä koulussa tai kaveripiirissä, näitä oli yhteensä 12 kertomuksessa. Ongelmia koulunkäynnissä oli yhdeksällä lapsella. Kotitilanteen vuoksi yöpymisestä muualla kerrottiin yhdeksässä tarinassa ja kahdessa puhuttiin kokonaan pois muuttamisesta.

”Pari kertaa ollaan paettu yöllä pois. Luulin et se jotenki kuulu elämään. Että näin pitää olla ja se on normaalia.”

Omista ihmissuhdeongelmista kirjoitettiin kahdessa kertomuksessa. Kolmessa tarinassa puhuttiin myös läheisten ihmisten menettämisestä. Muutamassa kirjoituksessa otettiin esille myös se, että juopunut vanhempi on nolannut lapsen kodin ulkopuolella. Muita kuvattuja tilanteita olivat vanhemman rattijuopumus ja pakkohoito. Yhdessä tarinassa nostettiin esille myös se, ettei ollut paikkaa minne mennä, ja yksi kirjoittaja kertoi ulkopuolisesta avusta kieltäytymisestä.

## 7.3 Nuorten kuvaamat mielenterveysongelmat

Yhteensä 11 kirjoituksessa kuvattiin itsemurhan suunnittelua tai ajattelemista. Masennuksesta kertoi kärsivänsä kahdeksan kirjoittajaa. Neljä kirjoittajaa kertoi syömiseen liittyvistä ongelmista, lähinnä bulimiasta. Viiltelyä esiintyi kolmella ja saatananpalvonasta mainitsi yksi kirjoittaja.

”Jos mä voisin jättää vaan kaiken ja päästää irti.”

#### 7.4 Nuorten kuvaamat tunteet

Pettymys vanhempiin tai yleisesti omaan elämään nousi esille yhdeksässä kirjoituksessa. Inhoa tai vihaa omia vanhempiaan kohtaan koki seitsemän kirjoittajaa.

”En ole koskaan tuntenut mitään näin isoa vihaa ja samalla pelkoa ketään kohtaan, en sinäänsä enää pelännyt isääni, tunsin enemmänkin suurta vihaa ja inhotusta.”

Perhetilanteen salailua sekä omien tunteiden peittelyä esiintyi seitsemässä ja häpeää perhetilanteesta kahdessa kirjoituksessa.

”Ulospäin perheemme näytti hyvinkin tavalliselta. Vieraitten ja sukulaisten luona jokainen jaksoi ylläpitää kauniita kulissemme.”

Omaa pahanolon purkua päihteisiin esiintyi viidellä, kun taas päihteidenkäytöstä kieltäytymistä kolmella kirjoittajalla. Itseään vanhempien alkoholiongelmasta syyttäneitä löytyi kaksi. Yksinäisyydestä puhuttiin kuudessa kirjoituksessa ja siitä tunteesta, että kukaan ei kuuntele tai välitä, esiintyi kolmessa kertomuksessa. Epävarmuutta omasta itsestä esiintyi kahdessa tarinassa. Väsymystä tai turhautumista kodin tilanteeseen koki yhteensä kymmenen kirjoittajaa.

”En tunne enää kipua vanhempieni juomisesta. En jaksa enää välittää, vaikka minun pitäisi.”

Ahdistuneisuutta ja toivottomuutta esiintyi myös muutamassa tarinassa. Toiveita vanhempien erosta ja tilanteen muuttumisesta tuli esille neljässä kertomuksessa. Kodin ilmapiiiristä aiheutuvaa pelkoa tai turvottomuutta koettiin neljässä tarinassa. Muutamassa kirjoituksessa otettiin esille myös huoli vanhemmista tai sisaruksista.



”Tyttö pelkää humalaista puolta isässään, joka on väkivaltainen ja vaarallinen ja tahtoisi itselleen sen rakkaan isän joka tämä on ollut tytölle selvin päin.”

### 7.5 Nuorten selviytymiskeinot

Suurin osa kirjoittajista koki selviytymisessään tärkeimmäksi läheiset ja ystävät, näistä mainittiin 15 kertomuksessa. Ulkopuolisesta ammattiavusta kerrottiin kuudessa kirjoituksessa. Viidessä tarinassa kerrottiin kuinka pääsy pois kotoa ja kodista irtautuminen oli auttanut selviytymään. Muutamassa kirjoituksessa mainittiin myös keskusteluavun hakeminen Varjomaailma-foorumilta. Urheilu mainittiin kahdessa kertomuksessa. Kolmesta tarinasta löytyi myös kehotus muille hakea apua.

”Olen onnellinen etten luovuttanut. Että olen tässä ja nyt. Särkyneenä, kyllä, onnellisena myös.”

## 8 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Olemme esittäneet tulokset siltä pohjalta, kuinka monta kertaa kertomuksissa esiintyvät keskeiset asiat. Tämän tyyppisessä aineistossa tulosten yleistettävyyys ei kuitenkaan tällä tavalla ole täysin luotettavaa. Kertojilla on yksilölliset näkökulmat ja kirjoitukset ovat yksittäisistä tilanteista, joten samoja tilanteita ja tunteita on varmasti kokenut useampi-kin, kuin tulokset antavat ymmärtää. Aineistosta pystyy nostamaan silti esille merkittäviä tuloksia tutkimuksemme kannalta. Tulokset olivat muutenkin vahvasti teoriapohjaa puoltavia, koska nuorten esille ottamat asiat ovat samoja, joita teoriapohjassa käsitellään. Mielestämme tuloksia kannattaa tulkita enemmän siltä pohjalta, mitä asioita nuoret ovat kuvanneet, kuin arvioida sitä, kuinka monta kertaa ne ovat esiintyneet. Karkean teemoittelun ja ajanpuutteen takia tulosten tulkinta kaventui ja joutuimme jättämään pois asioita, jotka olisimme vielä halunneet tuoda esille. Pohdimme erityisesti, että olisimme halunneet tuloksissa käsitellä sitä, miten lasten kokemukset eroavat sen mukaan, onko juova vanhempi äiti vai isä. Päätimme kuitenkin jättää näkökulman pois, koska sen myötä olisi ollut hankalaa pelkistää ja teemoitella aineistoa. Analysointivaiheessa näkökulman esille ottaminen olisi vaatinut enemmän aikaa ja monimutkaisemmat teemat.

Opinnäytetyömme on tehty A-klinikkasäätiön eettisten ohjeiden mukaisesti. Olemme sitoutuneet siihen, ettemme julkaise työssämme kirjoittajien nimimerkkejä tai mitään muuta tietoa mistä käyttäjän voisi tunnistaa. Tämän vuoksi myös työssämme olevat suorat lainaukset ovat mahdollisimman yleisiä ja niissä ei esiinny esimerkiksi erilaisia murteita, eikä tarkkoja kuvauksia elämäntilanteesta tai käyttäjien iästä.

Teoriapohjassamme tuodaan esille, että riitainen ilmapiiri ja väkivalta tai väkivallan uhka näkyy alkoholiperheiden elämässä. Näin ollen voidaan pitää merkittävänä tulosta, että näitä asioita kuvattiin useimmissa tarinoissa. Tarinoissa esiintyvät tilanteet vaihtelivat riitelystä rajunkin väkivallan kuvaamiseen ja jopa lapsen hengen vaarantamiseen. Toisen vanhemman lähteminen kotoa riidan jälkeen otettiin myös esille muutamassa kirjoituksessa, jolloin lapsi joutui kokemaan turvattomuutta jatkuvuuden ja pysyvyyden

puuttuessa. Kotitilanteen sietämättömyyden takia lapset myös itse suunnittelivat karkaamista tai lähtöä kotoa. Alkoholien nähdään johtavan usein myös avioeroihin ja tuloksemme vahvistivat tätä asiaa. Avioero nähtiin kuitenkin myös positiivisena selviytymisen keinona, kuten teoriapohjassakin tulee esille, koska kodin ilmapiiri muuttui joissain tarinoissa sen jälkeen rauhallisemmaksi. Monet myös toivoivat vanhempien eroa.

Lapsen kasvatuksen tulisi olla selkeää ja johdonmukaista, mutta kun vanhempi on sairas, kuten alkoholiongelmainen, vanhemmuus kuitenkin häiriintyy. Käytös ja rajojen asettaminen saattavat olla epäjohdonmukaista ja lapsiin kohdistetaan negatiivisia tunteita. Käytöksessä selvin päin, krapulassa tai humalassa on yleensä suuria eroja. Tämä aiheuttaa lapsessa hämmennystä. Monet Varjomaailma-sivuston käyttäjät kuvasivat tällaisia tilanteita elämästään. Alkoholiperheessä lapsen luottamusta rikotaan myös lupauksilla juomisen lopettamisesta ja tätä seuraavilla retkahduksilla. Näistä kerrottiin myös huomattavan monessa kirjoituksessa. Vanhemmuuden ja turvan puuttuessa alkoholiperheen lapset saattavat joutua huolehtimaan itsestään, toisistaan ja jopa vanhemmistaan jo hyvin nuorina. Tarinoissa nostettiin esiin myös lasten oma yritys vanhemman juomisen lopettamiseksi. Vanhemmuuden puuttumisesta kerrottiin tarinoissa myös perheen yhteisen ajan puuttumisena.

Päihdeperheiden lapset myös joutuvat usein käsittelemään ja seuraamaan sivusta liian aikuismaisia asioita, joita eivät vielä ymmärrä. Varjomaailma-sivuston käyttäjät kuvasivat myös heitteillejättöjä, ja monessa tarinassa kerrottiin sosiaalitoimiston puuttumisesta asiaan. Vanhemman itsemurhauhkaukset ja toiveet otettiin esille myös monessa muussa kertomuksessa.

Merkittäviksi tuloksiksi aineistosta nousivat myös kiusaamisen ja syrjinnän kokeminen ja koulunkäyntiongelmat. Holmbergin mukaan lapsen on hyvin vaikea keskittyä koulunkäyntiin, kun huoli vanhemmista valtaa ajatukset. Alkoholiperheen lapset joutuvat usein kiusatuiksi tai syrjityiksi myös vanhempiensa takia, kuten aineistostakin tuli esille. Erikssonin teoriaan peilaten voidaan ajatella lapsuuden kehitystehtävien epäonnistumisen vaikuttavan näihin asioihin. Perusluottamuksen puuttuminen, liiallisen syyllisyyden ja häpeän tunteminen sekä kuva omasta itsestään epäonnistujana estävät ter-

veen itsetunnon kehittymisen ja ihmissuhteiden luomisen ja aiheuttavat ongelmia näillä elämänalueilla. Alkoholiperheessä koulunkäyntiä haittaavat myös kodin tilanteet, kuten esimerkiksi valvominen tai kotoa pois lähteminen vanhemman juomisen takia, joita kuvattiin myös monessa kertomuksessa.

Kehitystehtävien häiriintymisen ja perheen tilanteen voidaan ajatella tulosten pohjalta vaikuttavan myös yksinäisyyden ja epävarmuuden kokemiseen sekä ongelmiin omissa ihmissuhteissa. Näitä asioita nosti esille huomattavan moni kirjoittaja. Myös ongelmien periytyvyys, eli sukupolviperimä näkyi monissa kirjoituksissa. Vanhempien mallia seuraten myös lapset purkivat omaa pahaa oloaan päihteisiin.

Merkittävimmitse tunteiksi aineiston pohjalta nousivat pettymys, inho, viha, väsymys, turhautuminen ja häpeä. Samat tunteet näkyvät myös työmme teoriapohjassa. Muita esille tulleita tunteita olivat esimerkiksi pelko ja turvattomuus, jotka aiheutuivat kodin ilmapiiristä sekä huoli vanhemmista tai sisaruksista. Alkoholiperheen lapset joutuvat käymään läpi monenlaisia tunteita, samat tunteet liitettiin moniin erilaisiin tilanteisiin. Aineistossa kuvattiin lähinnä yksittäisiä tilanteita, joten eri tunnetilojen esiintymistä ei mielestämme voi arvioida määrällisesti. Kirjoittajien kuvaamia tunteita voidaan kuitenkin pitää tulosten kannalta merkittävänä, koska ne ovat niitä tunteita, joita kirjoittajat kuvaavat kohtaavansa arkielämässään.

Teoriapohjassa näkyy, että vanhempien alkoholinkäyttö aiheuttaa lapselle vakavia haittoja. Aineiston pohjalta merkittävimmitse asioiksi nousivat itsemurhan suunnittelu, ajattelu tai yritys sekä masennus. Itsetuhoisuus näkyi myös kertomuksina viiltelystä, joka nähtiin keinona purkaa tunteitaan. Myös syömishäiriöt nostettiin esille kirjoituksissa.

Merkittävimmitse selviytymisen keinoiksi koettiin ystävät ja läheiset. Myös ulkopuolinen ammattiapu nousi aineiston pohjalta tärkeäksi tekijäksi asioiden käsittelyn ja selviytymisen kannalta. Joissakin tarinoissa kannustettiin myös muita sivuston käyttäjiä hakemaan apua. Kirjoittajat kuvasivat myös kotoa poispääsyn ja juovasta vanhemmasta

irtaantumisen olleen alku paremmalle elämälle. Tarinoiden joukossa oli monia selviytymistarinoita, joilla haluttiin kannustaa muita ja kertoa, ettei kannata luovuttaa. Kertomuksissa kuvattiin toipumista pikkuhiljaa, kuitenkin vanhemman alkoholinkäytön jättämiä arpia kuvattiin ikuisiksi.

Työmme on ajankohtainen myös siitä syystä, että sosiaalisen median käytön on arvioitu lisääntyvän koko ajan. Sosiaalisessa mediassa on kyse yhteisöllisyydestä, kokemusten jakamisesta ja palautteen saamisesta. Tällaiset tukimuodot tulevat todennäköisesti yleistymään tulevaisuudessa ja erityisesti vertaistuen toteutuminen tällaisissa ympäristöissä tuntuu luontevalta. Vertaistuen taas on tutkittu olevan tärkeä ja voimaannuttava tukimuoto erilaisissa kriiseissä ja elämäntilanteissa.

Opinnäytetyön myötä saimme paljon uutta tietoa tästä ilmiöstä. Opimme myös ymmärtämään lapsen ja nuoren oirehtimista ja näkemään syvällisemmin taustalla vaikuttavat asiat. Työmme tavoitteena oli tuoda julki ilmiöitä oirehtimisen taustalla. Lasta ja nuorta ei saisi arvioida ainoastaan irrallisena perheestään eikä alkoholiongelmaista perheen ainoana sairaana. Ongelman monimuotoisuus vaatii ammattilaisilta tietoa aiheesta ja herkkyyttä tunnistaa tämänkaltaiset perheet sekä kykyä ottaa asiat puheeksi. Työmme on tärkeä myös sen takia, että terveydenhuollon ammattilaiset sekä kirkonalan työntekijät kohtaavat varmasti työssään tällaisia perheitä.

Jatkotutkimusaiheena ehdotamme alkuperäistä ideaamme eli vertaistukiryhmän perustamista alkoholiongelmaisten vanhempien lapsille. Tällaisen ryhmän on todettu olevan hyvin merkityksellinen niihin osallistuville, mutta monellakaan paikkakunnalla tällaisia ei vielä toimi. Emme saaneet tarpeeksi ryhmäläisiä, mutta uskomme, että muutaman asian toisin tekemällä olisimme voineet onnistua tavoitteessamme. Esimerkiksi kouluihin olisimme voineet ottaa yhteyttä aikaisemmassa vaiheessa.

## LÄHTEET

Aaltonen, Marjo; Ojanen, Tuija; Siven, Tuula; Vihunen, Riitta; Vilen, Marika 2003. Lapsen aika. Helsinki: WSOY.

A-klinikkasäätiö 2009. Viitattu 30.3.2010.

<http://www.a-klinikka.fi/a-klinikkasaatio>

A-klinikkasäätiö 2009. Viitattu 30.3.2010.

<http://www.a-klinikka.fi/a-klinikkasaatio/toiminta>

Aromaa, Juha; Sulku, Sirpa 2001. Kohtaamispaikkana lapsuus, vuoropuhelua lapsen maailmasta. Helsinki: Edita.

Askola, Irja; Porio, Anja 1990. Lasinen lapsuus, kuvia suomalaisen lapsen elämästä. Helsinki kirjapaja.

Boelius, Tarja 2008. Nainen, perhe ja päihteet. Viitattu 27.1.2010  
[http://www.health.fi/content/files/PP\\_2008/Boelius\\_Tarja.pdf](http://www.health.fi/content/files/PP_2008/Boelius_Tarja.pdf)

Burmoi, H., Kovalainen, M. & Sommarberg, A. 2007. UUSPERHEIDEN SOSIAALINEN TUKEMINEN ÄITIYS – JA LASTENNEUVOLASSA. Diakonia-ammattikorkeakoulu / Lahden ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.

Heinonen, Sirkka 1/2009. Sosiaalinen media, avauksia nettiyhteisöjen maailmaan ja vuorovaikutuksen uusiin muotoihin. Helsinki: Tulevaisuuden tutkimuskeskus. Viitattu 31.3.2010.

[http://www.tse.fi/FI/yksikot/erillislaitokset/tutu/Documents/publications/eTutu\\_2009-1.pdf](http://www.tse.fi/FI/yksikot/erillislaitokset/tutu/Documents/publications/eTutu_2009-1.pdf)

Helminen, Marja-Liisa; Iso-Heiniemi, Mari 1999. Vanhemmuuden roolikartta-käyttäjän opas. Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä Lasso.

Holmberg, Tiina 2003. Lapset ja vanhempien päihdeongelma. Helsinki: Lastenkeskus.

Huttunen, Matti 2009. Alkoholiriippuvuus. Duodecim, terveyskirjasto. Viitattu 27.1.2010

[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00196](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00196)

Itäpuisto, Maritta 2005. Kokemuksia alkoholiongelmiaisten vanhempien kanssa eletystä lapsuudesta 2005. Kuopio: Kuopion yliopiston julkaisuja. Yhteiskuntatieteet.

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

Itäpuisto, Maritta 2003. Pullonkauloja: kirjoituksia alkoholistien läheisistä. toim. Holmila, Marja; Kantola, Jaana. Helsinki: Stakes.

Itäpuisto, Maritta 2001. Pullonvarjosta valoon: vanhempiensa alkoholinkäytöstä kärsineiden selviytymistarinoita. Kuopio: Kuopion yliopiston selvityksiä. Yhteiskuntatieteet.

Janhonen, Sirpa & Nikkonen, Merja 2003. Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. 2. painos. Helsinki: WSOY

- Kekkonen, Marjatta 2003. Vanhemmuutta etsimässä ja tukemassa- lapsiperheiden peruspalveluiden kehittäminen. Stakes: raportteja.
- Kuokkanen, Ritva; Kiviranta, Mervi; Määttänen, Jukka; Ockenström, Leena 2007. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä, opas diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. Tampere. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisu.
- Lasinen lapsuus i.a. Lasinen lapsuus toiminta ja projektit, Lasinen lapsuus vanhempien päihteenkäytöstä kärsivien lasten tukena. Viitattu 16.4.2010. <http://www.lasinenlapsuus.fi/fi-FI/projektit/>
- Marttunen, Mauri 2006. Riittävän hyvä vanhemmuus. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. viitattu 20.1.2010. <http://demo.seco.tkk.fi/terveysuomi/item/kti:11928>
- Metsämuuronen, Jari 2008. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Metodologia-sarja. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino oy.
- Nurmiranta, Hanna; Leppämäki, Päivi; Horppu, Sari 2009. Kehityspsykologiaa lapsuudesta vanhuuteen. Helsinki: Kirjapaja.
- Pöyhkäri, Janne 2000. Mitä on vertaistuki?. Viitattu 18.5.2009. [www.tukiasema.net/teemat/artikkeli.asp?docID=344](http://www.tukiasema.net/teemat/artikkeli.asp?docID=344)
- Savola, Elina; Koskinen-Ollonqvist, Pirjo 2005. Terveiden edistäminen esimerkein, käsitteitä ja selityksiä. Helsinki: Terveiden edistämisen keskuksen julkaisuja –sarja 3/2005.



Sosiaali- ja terveysministeriön monisteita 2005:4. Perhepalvelujen kumppanuusohjelma. Toim. Sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. STAKES. Opetushallitus. Suomen kuntaliitto. Lastensuojelun Keskusliitto. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Suomen vanhempienliitto. Suomen evankelinen kirkkohallitus.

Suomen evankelisluterilainen kirkko i.a. Kirkko ja perhe, perhetyö. Viitattu 31.3.2010.

<http://www.evl.fi/kkh/to/kpk/milperhe.htm>

Suomen ev.lut.kirkko 2007. Läsnäolon nuorisotyö. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon erityisnuorisotyön missio, visio ja strategia 2015. Suomen ev.lut.kirkon keskushallinto sarja C 2007:3

Suomen ev.lut. kirkon kirkkohallituksen julkaisusarjoja 2009:10. Minäkö perhetyöntekijä- suuntaviivoja perhelähtöisen työtteen vahvistamiseen seurakunnassa. Viitattu 31.3.2010.

[http://apostoli2.evl.fi/julkaisut.nsf/0/DDCB6D7CF84095A4C22576C0002AEB68/\\$file/min%C3%A4k%C3%B6%20perhety%C3%B6n%20tekij%C3%A4.pdf](http://apostoli2.evl.fi/julkaisut.nsf/0/DDCB6D7CF84095A4C22576C0002AEB68/$file/min%C3%A4k%C3%B6%20perhety%C3%B6n%20tekij%C3%A4.pdf)

Taitto, Annika 2002. Huomaa lapsi. Helsinki: LK-kirjat.

Varjomaailma i.a. viitattu 12.3.2010. <http://www.varjomaailma.fi/tervetuloa>

Vilen, Marika; Vihunen, Riitta; Vartiainen, Jari; Siven, Tuula; Neuvonen, Sohvi; Kurvinen, Auli 2006. Lapsuus, erityinen elämänvaihe. Helsinki: WSOY-opimateriaalit.