

# MIE EN OIS HENGISSÄ, JOS MULLA EI OIS TÄTÄ LASTA

Lapsuudessa koetun vanhemman päihdeongelman vaikutus omaan vanhemmuuteen

Mariana Halttu

AMK Opinnäytetyö  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosionomi (AMK)

2022

Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosionomi (AMK)

---

<b>Tekijä</b>	Mariana Halttu	<b>Vuosi</b>	2022
<b>Ohjaaja(t)</b>	Merja Hjulberg & Timo Marttala		
<b>Työn nimi</b>	Mie en ois hengissä, jos mulla ei ois tätä lasta – Lapsuudessa koetun vanhemman päihdeongelman vaikutus omaan vanhemmuuteen		
<b>Sivu- ja liitesivumäärä</b>	52 + 2		

---

Toteutin opinnäytetyöni laadullisena tutkimuksena. Sen tavoitteena oli selvittää, miten lapsuudessa koettu vanhemman päihdeongelma vaikuttaa omaan vanhemmuuteen, sekä lisätä ihmisten ja erityisesti sosiaalialalla työskentelevien tietoutta ja ymmärrystä lapsuuden vaikutuksista aikuisuuteen ja tässä tapauksessa erityisesti vanhemmuuteen. Tarkoituksena oli saada vanhempien kokemukset näkyväksi, vähentää stigmaa aiheen ympäriltä ja tarjota vertaistukea samoja asioita kokeneille opinnäytetyöni kautta.

Opinnäytetyöni tutkimuskysymys oli ”Millainen vaikutus lapsuudessa koetulla vanhemman päihdeongelmalla on omaan vanhemmuuteen?” Käytin aineistonkeruumenetelmänä teemahaastattelua. Haastattelin kolmea vanhempaa, joiden toinen vanhempi tai molemmat vanhemmat olivat päihdeongelmaisia heidän lapsuudessaan. Haastattelut toteutin kasvotusten tai puhelimitse.

Aineiston analysointiin käytin aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Tutkimustuloksista kävi ilmi, että lapsuudessa koetulla vanhemman päihdeongelmalla on vaikutusta omaan vanhemmuuteen. Lapsuuden kokemukset olivat lisänneet vanhemmuuden merkitystä ja halua tarjota omalle lapselle turvallinen lapsuus ilman pelkoa. Lasta pyrittiin myös suojelemaan päihtyneiltä ihmisiltä. Oman lapsen myötä oli myös alettu kyseenalaistamaan oman vanhemman käyttäytymismalleja ja valintoja. Tuloksista kävi ilmi myös pelko siitä, miten tarjota omalle lapselleen kaikki se, mitä lapsi tarvitsee. Päällimmäisenä esiin nousi kuitenkin halu tarjota omalle lapselleen täysin päinvastainen lapsuus, kuin mitä itsellä on ollut.

Avainsanat

lapsuus, vanhemmuus, päihteet

School of Social Services  
Bachelor of Social Services

---

<b>Author</b>	Mariana Halttu	Year	2022
<b>Supervisor</b>	Merja Hjulberg & Timo Marttala		
<b>Subject of thesis</b>	I wouldn't be alive if I didn't have this child – The effect of a parent's substance abuse problem experienced in childhood on one's own parenting		
<b>Number of pages</b>	52 + 2		

---

This thesis is qualitative research. The purpose of this thesis was to find out how parent's substance abuse was experienced in childhood and how does it affect one's own parenting. Purpose of this thesis was to increase the awareness and understanding of people, especially those who working in the social sector, about the effects of childhood on adulthood and, in this case, especially on parenting. The purpose was to make parents' experiences visible, reduce stigma around the topic and offer support to those who have experienced the same things as spoken in this thesis.

The research question of this thesis was "What effect does a parent's substance abuse experienced in childhood have on one's own parenting?" I used a theme interview as a data collection method. I interviewed three parents whose one or both parents had substance abuse problems in their childhood. Interviews were conducted face-to-face or by phone.

Data-driven analysis was used to analyze the data. The results showed that a parent's substance abuse experienced in childhood has an effect on one's own parenting. Childhood experiences had increased the importance of parenting and the desire to offer a safe childhood without fear for one's own child. Efforts were also made to protect the child from intoxicated people. One's own parent's behavior patterns and choices had also been questioned after having an own child. The results also revealed a fear of how to be able to provide one's own child everything the child needs. However, what stood out the most was the desire to offer one's own child a childhood completely opposite than what they themselves have had.

Key words

childhood, parenthood, intoxicants

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	6
2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS .....	9
2.1 Laadullinen tutkimus, tutkimuksen kohde ja tutkimuskysymys .....	9
2.2 Aineiston keruu ja analysointi .....	11
2.3 Eettisyys ja luotettavuus .....	15
3 OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA.....	17
3.1 Päihdeongelmainen vanhempana .....	17
3.2 Lapsuus päihdeperheessä.....	18
3.2.1 Lasta suojaavat tekijät ja selviytymismallit.....	20
3.3 Päihdeperheen lapsi aikuisena ja vanhempana.....	23
3.3.1 Vanhemmuuden voimavarat ja tuki .....	26
4 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET .....	28
4.1 Lapsuus .....	28
4.2 Suhtautuminen päihteisiin.....	33
4.3 Aikuisikä.....	35
4.4 Vanhemmuus.....	39
4.4.1 Vanhemmuuden voimavarat .....	42
4.5 Johtopäätökset .....	43
5 POHDINTA.....	46
LÄHTEET.....	49
LIITTEET .....	53

## ALKUSANAT

Haluan kiittää jokaista kolmea haastateltavaani, jotka aiheen arkaluontoisuudesta ja vaikeudesta huolimatta rohkeasti ja avoimesti kertoivat omista kokemuksistaan, ja näin mahdollistivat opinnäytetyöni toteutumisen.

## 1 JOHDANTO

Suomessa on noin 500 000 päihderiippuvaista. Päihderiippuvaisen läheisiä on tähän lukuun katsottuna moninkertainen määrä. Päihteitä käyttävä vanhempi on usein epälooginen kasvattaja ja käyttäytymismallit ovat ristiriitaisia, joihin lapsen on sopeuduttava. Vanhemmassa on kuin kaksi eri hahmoa, päihtynyt ja selvä. Lapsuutensa päihdeperheessä eläneiden ihmisten ongelmia voivat usein olla mm. heikko itsetunto, masentuneisuus ja vaikeus luottaa muihin ihmisiin. Usein päihdeongelmista puhutaankin koko perheen sairautena. (Hiltunen 2017, 44.)

Päihteiden käyttöön on liittynyt Suomessa kautta aikojen vaikenemista, kieltämistä, häpeää, ja jopa ihannointia. Se on ollut pitkään tabu, jota ei ole ollut lupaa käsitellä. (Taitto 2002, 17.) Luulen, että ennen vanhaa oli yleisempää se, että perheen ulkopuoliset henkilöt tiesivät perheen vanhemman päihdeongelmasta, mutta niistä vaiettiin eikä niihin välttämättä puututtu ollenkaan. Luulen, että nykyään perheen sisäiset päihdeongelmat eivät ole aiheena enää läheskään niin vaiettu, mitä ennen on ollut ja niihin puututaan paljon aiempaa herkemmin. Kuka tahansa voi ilmoittaa huolestaan lastensuojeluilmoituksella hyvinkin vaivattomasti. Lapsuuden traumaattiset kokemukset ja valtavirrasta poikkeava perhetilanne voidaan kuitenkin kokea häpeällisenä asiana, eikä niistä välttämättä mielellään puhuta. Lapsuudessa koettu häpeä ja vanhemman päihteiden käytön sailailu voi helposti jatkua aikuisuuteen asti. Lapsuudessa vanhempansa päihteiden käytöstä kärsinyt henkilö usein ajattelee haluavansa tarjota omalle lapselleen paremman lapsuuden, kuin mitä itsellään oli.

Pia Valkonen on pro gradu -tutkielmassaan (2012) tutkinut päihdeperheessä lapsuutensa eläneiden aikuisten kokemuksia sekä selviytymistä. Kaikki haastateltavat olivat todenneet heillä olevan vaikeuksia muistaa sekä hahmottaa lapsuuttaan. Valkosen mukaan on tavallista, että voimakkaita stressitiloja ja traumoja kokeneilla lapsilla on muistivaikeuksia, jotka tulevat muistelutilanteissa esiin. Traumaattiset kokemukset ovat ikään kuin ”kapseloitu”. Trauman takana on usein Valkosen mukaan pelon tunne, jonka seuraukset saattavat näkyä lyhyen ja pitkän aikavälin kehityksessä, elämänkulussa, myöhemmissä fyysisen terveyden riskeissä ja haavoittuvuutena elämän varrella tulevissa stressitilanteissa. (Valkonen 2012, 35.)

Monesti oman lapsuuden vaikutus omaan vanhemmuuteen konkretisoituu vasta sitten, kun itse tulee vanhemmaksi. Käsittelemättä jääneitä asioita ja erinäisiä muistoja omasta lapsuudesta voi nousta pintaan, ja ihminen joutuu väistämättä palaamaan omaan lapsuuteensa oman vanhemmuutensa kautta. Aivot ovat tätä ennen pyrkineet suojelemaan ihmistä traumaattisilta muistoilta ja kokemuksilta. Monesti stressitilanteissa koetut traumat ja käsittelemättömät asiat voivat nostaa päätänsä. Itse ajattelen, että vanhemmaksi tulemistä voisi kutsua eräänlaiseksi positiiviseksi stressitilanteeksi ihmisen elämässä, koska vanhemmuuden myötä mm. vastuunkanto elämässä kasvaa radikaalisti, elämä muuttuu monin tavoin ja on paljon uuden opettelua. Vanhemmaksi tullessaan ihminen ei ole enää vastuussa vain itsestään.

Pohdin pitkään aihetta opinnäytetyölleni ja pyörittelin päässäni erilaisia aiheita, kunnes yhtäkkiä kuin salama kirkkaalta taivaalta mieleeni juolahti, että haluan ehdottomasti selvittää, kuinka lapsuudessa koettu vanhemman päihdeongelma vaikuttaa omaan vanhemmuuteen. Tämän jälkeen en enää miettinytkään muita aihevaihtoehtoja opinnäytetyölleni, sillä tässä aiheessa yhdistyy useampi minua itseäni kiinnostava teema, kuten päihdeongelmat, lapsuuden vaikutus aikuisuuteen sekä traumat. Mielestäni tämä on erittäin tärkeä, mielenkiintoinen ja monisyinen aihe, josta tulisi puhua enemmän ääneen sen neutralisoimiseksi. Ymmärrän kuitenkin aiheen arkaluontoisuuden ja kipeyden. Mielestäni myös esimerkiksi raskaudenaikaisilla lääkärikäynneillä sekä neuvoloissa tulisi ehdottomasti molempien vanhempien kohdalla ottaa puheeksi vanhempien omat lapsuudenkokemukset, hyvät sekä huonot. Lapsuudella on yllättävän suuri vaikutus siihen, millaisia me ihmiset aikuisena olemme.

Opinnäytetyöni tavoitteena on selvittää, miten lapsuudessa koettu vanhemman päihdeongelma vaikuttaa omaan vanhemmuuteen. Huomioin tutkimuksessani myös lapsuuden, suhtautumisen päihteisiin sekä vanhemmuuden voimavarat, sillä ne ovat olennaisia osia tutkimuksen kannalta. Lisäksi tavoitteenani on lisätä ihmisten ja erityisesti sosiaalialalla työskentelevien tietoutta ja ymmärrystä lapsuuden vaikutuksesta aikuisuuteen, ja tässä tapauksessa erityisesti vanhemmuuteen. Opinnäytetyöni tarkoituksena on saada vanhempien kokemukset nä-

kyväksi ja edes jonkin verran poistaa stigmaa arkaluontoisen ja vaikeankin aiheen ympäriltä. Ehkä joku voisi saada opinnäytetyöstäni myös vertaistukea, mikä olisi tärkein saavutus työlleni.



## 2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

### 2.1 Laadullinen tutkimus, tutkimuksen kohde ja tutkimuskysymys

Opinnäytetyöni on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Laadullisella tutkimuksella pyritään löydöksiin ilman tilastollisia menetelmiä tai muita määrällisiä keinoja, kuten määrällisessä eli kvantitatiivisessa tutkimuksessa. Laadullisessa tutkimuksessa käytetään lukujen sijaan sanoja ja lauseita ja sen tavoitteena on kuvata, ymmärtää ja tulkita ilmiötä. Pääsääntönä voidaan pitää sitä, että mitä vähemmän aiheesta tiedetään, sitä suuremmalla todennäköisyydellä kvalitatiivinen menetelmä tulee ottaa käyttöön. Laadullisen tutkimuksen tutkimustulosta ei voi koskaan yleistää, sillä se on validi vain kyseisen tutkimuskohteen osalta. (Kananen 2008, 30; 2014, 18–19.) Määrällinen tutkimus ei tapauksessani ole mahdollinen, sillä haastattelut toteutetaan jokaisen osallistujan henkilökohtaisten kokemusten osalta. Henkilökohtaiset kokemukset ovat tutkimukseni luonteen kannalta merkittävässä roolissa. Numeraaliset tai tilastolliset menetelmät eivät antaisi tutkimusta hyödyttävää tietoa siinä määrin, missä henkilökohtaiset ja syvälliset haastattelut.

Laadullinen tutkimusmenetelmä antaa mahdollisuuden sille, että ilmiöstä voidaan saada syvällinen näkemys. Laadullisessa tutkimuksessa ei laadita yksityiskohtaisia kysymyksiä, sillä ilmiöt ovat yleensä tuntemattomia. (Kananen 2014, 16–17.) Itse pohdin aineistonkeruumenetelmää valitessani sitä, että en pystyisi haastatteluja varten tekemään yksityiskohtaisia kysymyksiä, joista ei voisi poiketa. Koen, että en osaisi luultavasti kysyä juuri oikeita kysymyksiä, sillä aihe on minulle vieras eli sellainen, johon minulla ei ole henkilökohtaista kosketuspintaa. Tällöin haastattelut jäisivät todennäköisesti pintapuolisiksi ja merkittäviä asioita voisi jäädä pimentoon.

Tutkimukseen valittavien henkilöiden täytyy liittyä ilmiöön, joka on tutkimuksessa kyseessä. Ilmiön siis täytyy koskettaa heitä jotenkin, mutta joskus voi olla hankala löytää tällaisia henkilöitä. (Kananen 2015, 145.) Haastattelin opinnäytetyötäni varten vanhempia, jotka ovat eläneet omaa lapsuuttaan vanhempansa päihde-

ongelman varjostamana. Aiheeni on arkaluontoinen ja ajattelen, että moni ei välttämättä siitä halua vapaaehtoisesti puhua, joten tästä syystä etukäteen jännitin hieman sitä, että tulenko löytämään opinnäytetyölleni haastateltavia. Pohdin myös sitä, että asia täytyy esittää hienovaraisesti eikä vain yhtäkkiä töksäyttää, koska tällöin henkilö voi hämmentyä tai jopa loukkaantua. Tästä syystä mainitsin myös jokaiselle, jota kysyin haastateltavakseni, että he voivat halutessaan kieltäytyä haastattelukutsusta ilman paineita. En halunnut, että kenellekään tulee missään tapauksessa sellaista oloa, että haastatteluun täytyisi tai olisi pakko osallistua.

Laadullista tutkimusta tehdessä ei haastateltavien määrää voida yleensä määrittellä etukäteen. Joissain tilanteissa henkilöiden määrä, jotka ovat ilmiön kanssa tekemisissä on niin pieni, että voidaan valita heidät kaikki mukaan tutkimukseen. Ilmiön pitäessä paljon havaintoyksiköitä sisällään, otetaan haastateltavia niin paljon, että vastaukset saturoituvat eli toistavat itseään. Tällöin uudet haastateltavat eivät tuo enää mitään uutta ilmiön ymmärtämiseksi. Laadullista tutkimusta varten kerättyä tietoa täytyy analysoida koko ajan, sillä muuten on mahdotonta tietää, milloin aineistoa on kerätty riittävästi. (Kananen 2015, 146.) Opinnäytetyölläni ei ollut toimeksiantajaa, joten hankin haastateltavat itse. Sain opinnäytetyölleni alun perin neljä haastateltavaa kontaktieni kautta, mutta lopulta heistä kolme osallistui haastatteluun. Haastateltavat olivat iältään 24–32-vuotiaita. Heistä kaksi oli naisia ja yksi oli mies. Olisin halunnut ja alun perin oli tarkoituskin, että haastateltavilla olisi ollut suurempi ikähaarukka, jotta haastatteluille olisi tullut enemmän kontrastia. Esimerkiksi viisikymppisen kokemukset ja näkemykset asioista olisivat voineet poiketa hyvinkin paljon pari- kolmekymppisen ajatuksista, mutta en valitettavasti löytänyt osallistumisensa peruuttaneen, noin 50-vuotiaan henkilön tilalle uutta haastateltavaa samasta ikäluokasta. Sain kuitenkin haastateltavikseni sekä naisia että miehen, ja luulen, että myös sukupuolten välillä voi olla eroja kokemuksissa ja näkemyksissä. Olen tyytyväinen kolmeen haastateltavaan, sillä aihe on arkaluontoinen, herkkä ja rankkakin, joten haastateltavien löytäminen ei ollut itsestäänselvyys ja osasin varautua myös osallistumisen peruuttamiseen.

Laadullisessa tutkimuksessa on varauduttava siihen, että tutkimusongelma saattaa muuttua tutkimuksen edetessä. Monesti sana ”ongelma” halutaan korvata

mieluummin tutkimustehtävällä, joka voidaan asettaa yleisellä tasolla. Joskus ongelmat voidaan erottaa pääongelmiin ja osaongelmiin. Pääongelman analysoinnin ja täsmentämisen seurauksena tutkimukselle saadaan osaongelmia. Tähän ei ole kuitenkaan mitään mekaanista kaavaa olemassa, vaan tutkimuksessa voi olla vain yksi ongelma tai joukko samantasoisia ongelmia, jolloin pää- ja osaongelmille ei eroa ole mielekäästä tehdä. Pääongelma on usein yleisluonteinen kysymys, joka kokoaa yhteen koko tutkittavan kokonaisuuden. (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2009, 126, 128.) Opinnäytetyössäni on ainoastaan pääongelma, sillä se kokoaa kätevästi yhteen koko tutkittavan kokonaisuuden.

Tutkimusongelmat esitetään yleensä kysymysmuodossa. Kysymyksen perusmuoto määräytyy sen mukaan, mikä on tutkimuksen tarkoitus. Tutkimuksen tarkoitus määräytyy yleensä neljän piirteen perusteella. Tutkimus voi olla selittävä, kartoittava, kuvaileva tai ennustava. Tutkimukseen voi kuitenkin sisältyä useampia tarkoituksia ja se voi muuttua tutkimuksen edetessä. Opinnäytetyössäni on piirteitä selittävästä, kartoittavasta sekä kuvailevasta tutkimuksesta. Siinä etsitään syy-seuraussuhteita tilanteelle (selittävä), siinä pyritään löytämään uusia ilmiöitä (kartoittava) ja siinä esitetään kuvauksia henkilöiden elämistä sekä erinäisistä tapahtumista ja tilanteista (kuvaileva). (Hirsjärvi ym. 2009, 129, 138.) Opinnäytetyöni tutkimuskysymys on: ”Millainen vaikutus lapsuudessa koetulla vanhemman päihdeongelmalla on omaan vanhemmuuteen?”

## 2.2 Aineiston keruu ja analysointi

Laadullisen tutkimuksen yksi suosituimmista aineistonkeruumenetelmistä on teemahaastattelu. Teemahaastattelussa haastattelun teemat on ennalta määrätty. Siitä puuttuu kuitenkin lomakehaastatteluille tyypillinen tapa, jossa kysymykset ovat tarkkaan muotoiltu ja järjestys, joka takaa sen, että kaikilta osallistujilta kysytään samat kysymykset samassa järjestyksessä. Haastattelijalla voi olla teemahaastattelua varten valmiita tukilistoja, mutta ei välttämättä valmiita kysymyksiä. Teemat käydään jokaisen haastateltavan kanssa läpi, mutta ei välttämättä samassa mittakaavassa tai samassa järjestyksessä. (Eskola, Lähti & Vastamäki 2018, 27, 28–29.) Koen, että teemahaastatteluiden avulla saan opinnäytetyöni tutkimuksen kannalta parhaan tuloksen, sillä teemahaastattelu on väljä, mutta

haastattelua rajataan teemoilla. Toiveissani oli, että haastattelutilanteet olisivat vapaamuotoisia siten, että haastateltavat kertoisivat itse avoimesti kokemuksistaan ja näkemyksistään, heillä jo etukäteen tiedossa olevista teemoista. Teemat kerroin etukäteen haastateltaville, jotta he voivat halutessaan valmistautua haastatteluun ja pohtia jo ennakoon niitä asioita, mitä haluavat tuoda haastattelussa esiin. Laadin myös valmiita kysymyksiä, jotka toimivat itselleni tukilistana, mutta ne myös joustivat tilanteiden mukaan. Toivoin, että haastatteluiden aikana avautuisi myös uusia keskustelupolkuja.

Haastattelun teemoja kannattaa lähteä etsimään monesta suunnasta, kuten esimerkiksi tutkimusongelmasta (Millaisia vastauksia tarvitsen, voidakseni vastata tähän kysymykseen?), teoriasta (Miten tietty teoreettinen käsite voisi esiintyä haastateltavien puheessa?) ja on myös hyvä miettiä, mitkä aiheet olisivat mielenkiintoisia tutkimuskohteen kannalta (Eskola 2007, 39). Opinnäytetyöni teemoja ovat lapsuus, päihteet, aikuisuus, vanhemmuus ja vanhemmuuden voimavarat. Koen, että nämä ovat tutkimukseni kannalta tärkeitä teemoja, jotka antavat monipuolisesti vastauksia tutkimustani ajatellen.

Haastateltavan nähdessä haastattelijan reagoivan puheeseensa esimerkiksi nyökkäyksin ja huomattaessa haastattelijan todella kuuntelevansa mitä hänellä on sanottavanaan, tilanne on luontevampi ja miellyttävämpi. Eläytyminen kannustaa haastateltavaa vapaammin kertomaan omista kokemuksistaan ja voi rentouttaa tilannetta. Haastattelijan pitää kuitenkin varoa, ettei käytöksellään vahvista sitä, että odottaa haastateltavan kertovan juuri jonkun tietyn mielipiteen. (Eskola ym. 2018, 28.) Toteutin haastattelut kahden kanssa kasvotusten heidän kotonaan ja yhden kanssa puhelimitse. Pohdin etukäteen, että tuttu ja turvallinen paikka haastatteluympäristönä voi olla haastateltaville luontevampi ja helpompi, joten siksi ehdotin haastattelupaikaksi heidän kotiansa. Yksi haastateltavista asui eri paikkakunnalla, joten puhelinhaastattelu oli tällöin sopiva tapa pitää haastattelu. Puhelinhaastattelusta koin saavani asioita paremmin irti, kuin esimerkiksi jos kyseessä olisi ollut sähköpostihaastattelu, mutta kasvotusten tehdyt haastattelut olivat kaikista antoisimpia. Tällöin molemmat, sekä haastattelija että haastateltava näkivät toistensa ilmeet ja eleet, joten keskustelu oli jossain määrin luontevampaa ja sitä kautta tietyllä tapaa rikkaampaa ja hedelmällisempää. Ennen varsina-

sen haastattelun aloittamista koin hyväksi tavaksi rentouttaa molemmille osapuolille jännittävän tilanteen siten, että keskustelin alussa arkisia asioita, esimerkiksi säästä tai kyselin yleisesti kuulumisia. Koin, että haastattelutilanne rentoutui, mitä pidemmälle haastattelussa päästiin. Huomasin, että yksi haastateltavista koki luontevaksi ja ehkä turvalliseksi tehdä samaan aikaan jotain, kun haastattelua pidettiin, joten hän leikkasi samalla salaattia varten vihanneksia pöydän ääressä istuessamme ja haastattelua pitäessämme. Pohdin, että hänestä olisi ehkä tunnut vaikealta tai ahdistavalta istua tekemättä mitään konkreettista ja keskustella arkaluontoisista aiheista. En kokenut, että tämä olisi vaikuttanut haastattelutilanteeseen millään lailla negatiivisesti, vaikka hän tekikin samalla muuta, pikemminkin päinvastoin. Näin tilanne saatiin luontevammaksi hänelle ja hän pystyi kertomaan asioista avoimemmin. Haastattelut kestivät 25 minuutista 45 minuuttiin. Kysyin etukäteen haastateltavilta suostumuksen haastatteluiden äänittämiseen ja sain heiltä jokaiselta luvan tähän.

Kun tarvittava aineisto on kerätty, on vuorossa aineiston tulkinta, analysointi ja johtopäätösten tekeminen. Laadullisessa tutkimuksessa tiedonkeruu ja analyysi monesti vuorottelevat. Aineisto analysoidaan, analysoinnin jälkeen kerätään uutta aineistoa, joka jälleen analysoidaan. Edellä mainittuja tiedonkeruuanalyysisyklejä on yleensä useita, sillä kuten aiemmin on mainittu, että laadullisessa tutkimuksessa ei haastateltavien määriä voida määritellä etukäteen, ei voida myöskään etukäteen määritellä mitä tietoa ja kuinka paljon tietoa tarvitaan. (Hirsjärvi ym. 2009, 221; Kananen 2014, 99.)

Yksi tärkeistä alkuvaiheessa olevista aineiston käsittelyvaiheista teemahaastattelua ajatellen on litterointi. Litterointi tarkoittaa erilaisten tallenteiden, esimerkiksi äänitteiden muuttamista tekstimuotoon. Teemahaastatteluaineistoa litteroidessa kirjoitetaan saatu aineisto mahdollisimman sanatarkasti tekstimuotoon. Ennen litterointia tulisi tietää, mitä analyysimenetelmää aiotaan käyttää. (Hirsjärvi ym. 2009, 222; Kananen 2015, 160.)

Käytin opinnäytetyöni analysoimisessa aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Ennen kuin sisällönanalyysi aloitetaan, täytyy määrittää analyysiyksikkö, joka voi

olla esimerkiksi yksittäinen sana tai ajatuskokonaisuus sisältäen useampia lauseita. Analyysiyksikön määrittäminen riippuu tutkimustehtävästä ja aineiston laadusta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122.)

1.	Haastattelujen kuunteleminen ja kirjoittaminen sana sanalta
2.	Haastattelujen lukeminen ja sisältöön perehtyminen
3.	Pelkistettyjen ilmausten etsiminen
4.	Pelkistettyjen ilmausten listaaminen
5.	Samankaltaisuuksien ja erilaisuuksien etsiminen pelkistetyistä ilmauksista
6.	Pelkistettyjen ilmausten ryhmittely ja alaluokkien muodostaminen
7.	Alaluokkien yhdistäminen ja niistä yläluokkien muodostaminen
8.	Yläluokkien yhdistäminen pääluokiksi ja kokoavan käsitteen muodostaminen

Taulukko 1. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin eteneminen (Tuomi & Sarajärvi 2018, 123).

Jokaisen haastattelun jälkeen litteroin äänitetyn aineiston, eli kirjoitin äänitteet sanatarkasti tekstimuotoon Wordilla. Tämän jälkeen luin tekstin pala palalta, ja pohdin samalla, mitkä haastattelussa esiin tulleet asiat ovat olennaisia tutkimukseni kannalta. Karsin pois epäolennaiset asiat, mutta kokosin kuitenkin jokaisesta haastattelusta karsitut ilmaukset yhteen. Kun kaikki haastattelut oli pidetty ja edellä mainitut vaiheet tehty, kävin vielä epäolennaiset ilmaukset läpi, olisiko niissä kenties samankaltaisuutta tai muuten esiin nousevia asioita, jotka voisivat kuitenkin olla olennaisia tutkimukseni kannalta. Tämän jälkeen erottelin aineistoista eri väreillä neljä teemaani. Värikoodien avulla pystyin hahmottamaan selkeästi haastattelun eri vaiheissa esiin nousseita asioita ja liittämään ne oikeaan teemaan. Tämän jälkeen etsin aineistoista samankaltaisuuksia sekä eroavaisuuksia. Jokaisen teeman kohdalla pohdin vielä aineistoista muodostuvia alateemoja, esimerkiksi lapsuus → lapsuuden tunnetilat. Tällä prosessilla sain muodostettua aineistoista opinnäytetyöni kannalta oleelliset asiat ja tiivistettyä aineistoa siten, että opinnäytetyöni kannalta merkittävät teemat ja alateemat olivat selkeitä.

### 2.3 Eettisyys ja luotettavuus

Tutkijan on koko tutkimusprosessinsa ajan tietoisesti huomioitava tutkimusprosessin eri vaiheiden ratkaisujen kestävyys ja pohtia niiden merkitystä sille todellisuuskuvalle ja seurauksille, joita hänen tutkimuksensa on luomassa. Tällöin syntyy eettisesti kestävä tutkimus. (Pohjola 2007, 12.) Opinnäytetyötäni varten tehtävä tutkimus kohdistui muihin ihmisiin, joten periaatteita, joita otin huomioon olivat mm. tutkittavien henkilöiden ihmisarvon ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, tutkimuksen toteuttaminen siten, että siitä ei aiheudu tutkittavina oleville ihmisille merkittäviä riskejä, haittoja tai vahinkoja, henkilöllä on oikeus valita, osallistuuko tutkimukseen vaiko ei, eikä hänelle saa tulla tunnetta osallistumisen pakollisuudesta. Henkilö voi myös keskeyttää tai peruuttaa osallistumisensa milloin tahansa, kerään vain tutkimuksen kannalta oleelliset henkilötiedot ja informoin tutkittavia totuudenmukaisesti ja ymmärrettävästi heidän henkilötietojensa käsittelystä (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019b, 7–9).

Haastateltavia hankkiessani kerroin jokaiselle henkilölle, että he voivat missä tahansa vaiheessa halutessaan keskeyttää osallistumisensa tutkimukseen. Haastatteluun osallistumisesta ei saa tulla tunnetta pakollisuudesta tai velvollisuudesta, vaan jokaisen haastateltavan on itse tahdottava osallistua tutkimukseeni. Kerroin myös, että heistä ei tule ilmi mitään sellaista tietoa, minkä kautta he voisivat olla tunnistettavissa. Opinnäytetyöhöni tulee haastateltavista ilmi ainoastaan heidän sukupuolensa sekä ikänsä, joihin sain jokaiselta haastateltavalta suostumuksen. Opinnäytetyöni valmistuttua tuhoan kaiken haastatteluista kerätyn ja tallennetun materiaalin ja niitä ei tulla hyödyntämään muussa yhteydessä kuin tässä opinnäytetyössä.

Tutkimusta tehdessä täytyisi pyrkiä virheettömyyteen ja sitä arvioidaan luotettavuuden kautta. Tutkimuksen luotettavuutta mitatessa käytetään yleensä kahta käsitettä: reliabiliteetti ja validiteetti. Reliabiliteetti tarkoittaa sitä, että mikäli tutkimus toistettaisiin, saataisiin samat tulokset. Validiteetti tarkoittaa tutkimuksen pätevyyttä, jolla voidaan todeta, että tutkija on käsitellyt tutkimuksessaan tutkimuksen kannalta tarkoituksenmukaisia asioita. Edellä mainittujen käsitteiden soveltamista laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointiin on kritisoitu. Kahden

tutkijan tehdessä laadullista tutkimusta samasta aiheesta, voi tutkimustulokset poiketa toisistaan, sillä tutkimuksissa harvoin kohdataan täysin samanlaisia ihmisiä samanlaisine kokemuksineen ja kertomuksineen. (Hirsjärvi ym. 2009, 231–232.) Jokaisella ihmisellä on omat kokemuksensa ja näkemyksensä asioista ja jokainen haastattelutilanne on ainutkertainen kohtaaminen, joita ei eettisyyden nimissä voi lähteä vertailemaan tai arvottamaan.

Reliaabelius voidaan todeta myös esimerkiksi siten, että samaa henkilöä tutkitaan eri tutkimuskerroilla ja näissä saadaan kaikissa sama lopputulos (Hirsjärvi ym. 2009, 231). Saman henkilön ajatukset tietystä aiheesta voivat kuitenkin muuttua jopa hyvinkin lyhyen ajan sisällä, eikä voida olettaa henkilön olevan aina samaa mieltä asioista. Uusia kokemuksia tutkimuksen aiheeseen liittyen voi tulla vaikka seuraavana päivänä siitä, kun edellinen haastattelu on toteutunut ja seuraavassa haastattelussa näkökulmissa ja ajatuksissa voi olla eroja verrattuna edelliseen.

Tutkijan tarkka selostus laadullisen tutkimuksen toteuttamisesta kaikissa vaiheissa parantaa laadullisen tutkimuksen luotettavuutta. Esimerkiksi haastatteluiden kohdalla luotettavuutta lisää se, että tutkija kertoo olosuhteista ja paikoista, joissa aineistot on kerätty. On hyvä kertoa myös haastatteluihin käytetty aika, häiriötekijät ja virhetulkinnat mikäli niitä on, sekä tutkijan itsearviointi tilanteesta. (Hirsjärvi ym. 2009, 232.)

Ainoastaan ne asiat, jotka tulevat kerätystä aineistosta esiin, voidaan esittää tuloksena. Omia oletuksia ja arvailuja ei kuulu esittää tieteellisessä tutkimuksessa, vaan kaikki mitä esitetään, tulee pystyä näyttämään toteen perustellen. Opinnäytetyössä tuloksien tulee perustua saatuun aineistoon ja aineistoista tehtyihin johtopäätöksiin. (Kananen 2015, 331.) Aineiston analyysivaiheessa täytyy kunnioittaa haastateltavien sanomisia. Esimerkiksi haastateltavien vastauksia ei voi muokata siten, että ne tutkijan mielestä kuulostaisivat paremmalta tai siltä, miltä niiden haluaisi kuulostavan oman tutkimuksensa kannalta. Jos haastatteluja alkaa omin päin muokkaamaan, tulee tutkimuksesta epärehellinen ja sen luotettavuus häviää.



### 3 OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA

#### 3.1 Päihdeongelmainen vanhempana

Päihdeongelmasta voidaan puhua, kun alkoholin tai huumaavien aineiden käytön vuoksi tulee ongelmia esimerkiksi töissä tai kotona tai kun käytön seurauksena ilmenee terveysongelmia. Myös riippuvuus päihdyttävistä aineista on yksi tavallinen merkki päihdeongelmasta, mutta päihdeongelma voi olla myös ilman riippuvuutta. Päihderiippuvuuden oireita ovat esimerkiksi toleranssin eli kestokyvyn voimistuminen, eli päihdyttävää ainetta tarvitaan enemmän vaikutuksen varmistamiseksi, vieroitusoireet, vaikeudet vähentää tai lopettaa päihteen käyttö ja sosiaalisista aktiviteeteista luopuminen päihteen käytön vuoksi. (Mielenterveystalo 2022.) Päihdeongelmaa ei voida siis määritellä ainoastaan käyttömäärien perusteella vaan huomioon tulee ottaa myös päihteenkäytön sosiaaliset ja toiminnalliset seuraukset (Pirskanen 2011, 44).

On vaikeaa määritellä, missä vaiheessa vanhemman päihteenkäyttö on lapselle haitallista (Pirskanen 2011, 44). Vanhemmuuden heikentyminen tai jopa kokonaan katoaminen voi olla seurauksena päihdeongelmasta, mutta on myös tapauksia, joissa ongelmistaan huolimatta vanhemmat pystyvät tarjoamaan suhteellisen turvallisen lapsuuden lapselleen. Päihdeongelmaisille vanhemmille lapset ovat usein kaikista huolimatta tärkeitä ja heillä on päihdeongelmastaan huolimatta toiveenaan olla mahdollisimman hyviä vanhempia lapselleen. Toiveistaan huolimatta heidän vanhemmuutensa voi kuitenkin jäädä riittämättömäksi, jolloin perhe-elämä hyvin usein vaurioituu. (Holmila, Kataja, Pirskanen, Simonen & Tigerstedt 2016, 49.) Elina Markuksela on haastatellut pro gradu -tutkielmassaan (2016) entisiä päihteenkäyttäjävanhempia ja he kuvasivat päihteenkäyttönsä vaikutusta vanhemmuuteensa mm. fyysisenä sekä henkisenä poissaolona lasten elämästä (Markuksela 2016, 46).

Päihdeongelmaisessa perheessä tyypillistä on sosiaalinen eristäytyminen. Vierailut muiden luona vähenevät, eikä omaan kotiinkaan juuri enää kutsuta muita. Vanhempien roolit ovat usein myös hajanaisia ja tämä koskee yleensä molempia vanhempia, vaikka toinen heistä ei olisikaan päihdeongelmainen. Raittiusjaksoilla

päihdeongelmainen usein pyrkii hyvittelemään asioita lapsille ja voi lupaila sellaisia asioita, joita ei todennäköisesti pysty pitämään. Toinen vanhemmista usein kantaa huolta päihdeongelmaisesta vanhemmasta, ja saattaa siksi yhtä lailla joinain hetkinä ylihuolehtia lapsistaan ja pyrkiä tekemään selvistä hetkistä ylenpalttisen mukavia, kun taas toisena hetkenä laiminlyödä heitä keskittyen ainoastaan päihdeongelmaisen tukemiseen. (Peltoniemi 2003, 58.) Ei ole siis tiettyä määritelmää sille, millainen on tyypillinen päihdeongelmista kärsivä perhe, sillä jokaisen perheen kokemukset ovat yksilöllisiä (Rajamäki 2013).

Päihdeongelmista kärsivässä perheessä voi esiintyä fyysisistä tai psyykkistä väkivaltaa puolisoa ja lapsia kohtaan. Väkivaltateot tapahtuvat usein päihdeongelmaisen ollessa päihtyneenä, mutta myös selvänä ollessa voi esiintyä väkivaltaa. Perheväkivaltaan liittyy usein häpeää, salailua sekä syyllisyyttä ja väkivaltatilanteita seuraa usein hyvitysjakso, jossa väkivaltainen osapuoli pyrkii hyvittelemään tekojaan. Väkivaltatilanteilla on taipumus pahentua. (Hyytinen 2008, 179.)

### 3.2 Lapsuus päihdeperheessä

Vanhemman päihdeongelman seuraukset lapselle riippuvat esimerkiksi päihdeongelman vaikeudesta ja lapsen iästä. Päihdeongelma sinänsä ei välttämättä vielä vaikuta lapseen, mutta mikäli vanhempi ei kykene päihdeongelmaltaan toimimaan vanhempana kuten täytyisi, on tilanne lähes väistämättä lasta vaurioitava. Vanhemman päihdeongelma on lapselle tällöin hyvin usein tragedia, johon liittyy useissa tapauksissa kärsimystä, häpeää sekä erilaisuuden ja syyllisyyden tunteita. Vanhempi voi kieltää lastansa puhumasta perheen asioista esimerkiksi koulussa aikuisille tai ikätovereilleen, jolloin lapsi joutuu elämään ns. ”kaksoiselämää”. Tämä voi johtaa siihen, että lapsi ei opi valheen ja toden eroa, joten lapsi voi alkaa valehdella myös sellaisissa asioissa, joissa sitä ei tarvitsisi tehdä. Lapsi ei myöskään hyvin usein päihdeperheissä tule kuulluksi tai nähdyksi ja hänen tarpeitaan ei kyetä huomioimaan. Lapsi voi myös joutua ottamaan liikaa vastuuta siihen nähden, mitä hänen ikäisensä pystyisi todellisuudessa kannattelemaan. Lapsi voi kokea olevansa vastuussa huolehtia vanhemmastaan ja lapsi voi jopa syyttää itseään kotona tapahtuvista asioista ja vanhempansa päihdeongelmasta.

Tyypillistä on myös se, että lapsi joutuu päässään kehittämään selviytymisstrategioita ja lapsi ei välttämättä opi ottamaan huomioon omia tarpeitaan ja tunteitaan, sillä muiden tarpeet ja tunteet tulevat ensisijaiseksi. (Savolainen 2008, 158–159.) Myös pelolla on suuri rooli päihdeongelmaisen vanhemman lapsen elämässä; kun vanhempi on päihtyneenä, pelätään vanhemman käytöstä. Kun vanhempi on selvänä, pelätään, koska päihteiden käyttö alkaa taas. Lapsen mielestä hyvin usein jo se on pelottavaa, että vanhemman persoona ja käytös muuttuu päihteiden vaikutuksen alla erilaiseksi. Vaikka vanhempi olisi päihtyneenä hyväntuulinen ja leikkisä, voi sekin aiheuttaa lapselle pelkoa. Lapsi voi kokea, että päihteet ovat hänen kilpailijansa ja hyvin usein vanhemman silmissä voittaja, sillä lapsi kokee päihteiden olevan vanhemmalle tärkeämpi kuin hän. (Itäpuisto 2008, 34, 36.) Selvinä hetkinä vanhempi on usein fyysisen pahan olon lisäksi myös masentunut ja hermostunut, sekä kokee huonommuuden tunteita, jolloin lapsi jälleen kokee yksinäisyyttä ja syrjäytymistä vanhemman elämästä (Holmberg 2010, 81). Päihdeongelmiin voi liittyä myös taloudellisia vaikeuksia, työttömyyttä, mielenterveysongelmia ja fyysisiä sairauksia. Asuinolot voivat olla sellaiset, että se tuo omat riskinsä ja vaaratekijänsä lapsen elämään. (Savolainen 2008, 159.)

A-klinikkasäätiö tutki vuonna 2011 nuorten kokemuksia aikuisten alkoholinkäytöstä. Yksi tutkimuksen kohteista oli nuorten kokemat tunnetilat vanhemman alkoholinkäytöstä. Kolme eniten koettua tunnetta olivat häpeä, inho ja pelko. Tutkimuksessa selvitettiin myös vanhemman alkoholinkäytöstä koettuja haittoja, joista selkeästi eniten esiin nousivat perheriidat, häpeä vanhemmista, luottamuksen kärsiminen vanhempia kohtaan, vanhemmat ovat pettäneet lupauksia, pelko juovaa vanhempaa kohtaan ja unen puute. (Roine & Takala 2013, 27, 29.)

Mikäli vanhempi on päihdeongelmainen jo lapsen ollessa vauva tai taapero, vaikuttaa se yleensä suuresti lapsen ja vanhemman kiintymyssuhteeseen. Erityisesti pienellä vauvalla turvallisuuden tunnetta antaa se, kun vanhempi osaa tunnistaa hänen tarpeensa ja reagoida niihin vaaditulla tavalla. Päihteitä käyttävä vanhempi ei usein kykene niitä tunnistamaan, sillä hän ei välttämättä tajua reagoida esimerkiksi lapsen itkuun ja on poissaoleva, jolloin ei kykene huomioimaan muitakaan lapsen antamia signaaleja. Vaikka vanhemmalla olisi rakkautta las-

tansa kohtaan, ei se hyvin usein välity lapselle riittävän tehokkaasti. Ihmisen emotionaalisen ja älyllisen kehityksen lähtökohta on lapsen ja vanhemman kiintymyssuhde ja vuorovaikutus. Lapsen aivot kehittyvät huomattavasti kolmen ensimmäisen ikävuotensa aikana. Mikäli kiintymyssuhteen luonne on heikolla tolalla, voi lapsella olla vanhemmalla iällä vaikeuksia muodostaa onnistuneita ihmissuhteita sekä puutteita voi ilmeitä myös luottamuksessa ja elämän tasapainon hallinnassa. (Holmberg 2010, 76–77.)

Lapsuudessa koettu vanhemman päihdeongelma voi olla myös riskitekijä sille, että lapsi itse aloittaa päihteiden kokeilun ja käytön nuorella iällä. Päihdevanhempien kasvatusta on hyvin usein epä johdonmukaista ja rajoja ei ole asetettu, joka osaltansa myös lisää päihteiden käytön aloitusta. (Holmberg, Hämäläinen, Kurki & Salo-Chydenius 2015, 363.) Nuori voi kokea päihteiden käytön myös keinona selvittää, miksi päihteet ovat vangingneet hänen vanhempansa niin, että päihteiden käyttö on mennyt lapsista huolehtimisen edelle. Varhain aloitettu päihteiden käyttö voi ennakoita myöhemmällä iällä puhkeavaa päihdeongelmaa. (Holmberg 2010, 79.)

### 3.2.1 Lasta suojaavat tekijät ja selviytymismallit

Lapsen arkielämässä osana olevat ammattilaiset ovat edelläkävijöitä tunnistamaan ja tiedostamaan lapsen avuntarpeen ja pahan olon. Päiväkodin työntekijöillä, neuvolan työntekijöillä, kouluterveydenhoitajilla ja opettajilla koulussa on mahdollisuus ja velvollisuuskin tehdä havaintoja ja tunnistaa avun tarpeessa olevat lapset ja nuoret. Asioita, joihin tulisi kiinnittää huomiota ovat mm. poissaolot ja myöhästymiset, huolimaton ulkonäkö esimerkiksi rikkinäiset tai puutteelliset vaatteet, koulumenestyksen vaihtelu, joka voi mennä vanhemman päihteiden käyttöjaksojen mukaisesti, käytöksen ja mielialojen kontrolloimattomuus, vanhempien välinpitämättömyys lapsen asioita kohtaan, esimerkiksi opettajan viesteihin ei vastata, tapaamisiin ei saavuta tai lapsen liikuntavälineitä ei huolehdi koskaan mukaan sekä lapsen fyysinen oireilu ja väsymys. Päihteet voivat olla korostuneesti mukana leikeissä, esimerkiksi lapsi voi leikkiä, että isä on humalassa ja vihainen, ottaen tähän mallin omasta elämästään. Usein vaikeissa kotioloissa elävät lapset ovat alistuneet siihen, että kukaan ei ota heitä tosissaan tai

auta mitenkään, jolloin lapsi ei välttämättä puhu asioista ollenkaan ja lapsi voi vain ”tyytyä kohtaloonsa”. Lapsi voi kuitenkin joskus kertoa kierrellen tai suoraan-kin kotona tapahtuvista asioista, jolloin on tärkeää osata lukea lapsen hätä ja osoittaa tätä kohtaan kiinnostusta, arvostusta sekä luotettavuutta. (Itäpuisto 2008, 83–88.)

Lastensuojelulain mukaan mm. sosiaali- ja terveydenhuollon, lasten päivähoidon, opetustoimen ja nuorisotoimen ammattilaiset ovat velvollisia viipymättä ilmoittamaan kunnan sosiaalihuollosta vastaavalle toimielimelle, jos he ovat tehtävässään saaneet tietää lapsesta, jonka hoidon ja huolenpidon tarve, kehitystä vaarantavat olosuhteet tai oma käyttäytyminen edellyttää mahdollista lastensuojelun tarpeen selvittämistä (Lastensuojelulaki 417/2007, 25§). Mikäli vanhemman päihdeongelma vaarantaa lapsen turvallisuuden ja huolenpidon, mahdollistaa lastensuojelulaki viranomaistoimenpiteet, joita voi olla esimerkiksi lapsen huostaanotto, jolloin lapsi voidaan sijoittaa asumaan kodin ulkopuolelle esimerkiksi sijaisperheeseen tai sosiaalitoimen laitokseen. Lastensuojeluilmoituksen voi tehdä edellä mainittujen tahojen lisäksi kuka tahansa henkilö, esimerkiksi perheen naapuri, sukulainen, ystävä tai tuttava. Lastensuojelun toimenpiteet pyritään toteuttamaan ensisijaisesti yhteistyössä perheen kanssa, mutta läheskään aina tämä ei ole mahdollista. (Mäkelä 2013, 84.)

Osa lapsista voi selvitä hyvin, vaikka perheessä olisikin päihdeongelma. Tähän vaikuttavia tekijöitä ovat mm. lapsen persoonalliset tekijät kuten temperamentti, vastuuntunne, positiivinen minäkäsitys ja sisäinen hallinnan tunne. Samanlaisissa oloissa elävistä toinen saattaa vahvistua ja selviytyä kokemusten myötä, kunnes taas toinen saattaa luhistua henkisesti ja fyysisesti. Myös vauvaiässä saatu tarpeellinen huomio on yksi selviytymistä tukevia tekijöitä. Olennaista selviytymisen kannalta voi olla myös se, minkä ikäinen lapsi on ollut vanhemman päihteiden käytön alkaessa. Vaikka lapsi selviytyisikin tilanteeseen nähden näöllisesti hyvin, täytyy asioihin kuitenkin aina puuttua ja ottaa ne vakavasti. (Savolainen 2008, 161.)

Suojaavia tekijöitä ovat ne asiat, jotka elämässä kannattelevat, eli ikään kuin suojaavat ihmistä. Suojaavat tekijät auttavat kohtaamaan hankalia tilanteita elämässä ja ratkomaan niitä. Päihdeongelmaisten vanhempien lasten tärkein suojaava tekijä on monesti lapsen lähellä olevat tukevat, auttavat ja luotettavat aikuiset. Tämä voi olla esimerkiksi sukulainen, sosiaalitoimen työntekijä tai lapsen oma perheenjäsen, joka ei käytä päihteitä. (Savolainen 2008, 161.) Holmbergin (2010) mukaan lapsi tarvitsee kuitenkin perheen ulkopuolista apua ja tukea huolimatta siitä, että perheen toinen aikuinen ei ole päihdeongelmainen, sillä tämä vanhempi usein kohdistaa huomionsa päihdeongelmaiseen vanhempaan, myötäeläen tämän päihde- ja raittiusjaksoja sekä tukien tätä. Lapsi tarvitsee rinnalleen aikuisen, joka huolehtii hänestä ja arjen sujuvuudesta sekä kertoo lapsen ikätason ja kehityksen mukaisesti vanhemman päihteiden käytöstä. (Holmberg 2010, 82.)

Itäpuisto (2008) mainitsee kolme selviytymisstrategiaa, joita ovat *epäaktiiviset ja sietävät, osallistuvat* sekä *vetäytyvät* selviytymismallit. *Epäaktiivisessa ja sietävässä* selviytymiskeinossa päihteiden käyttöä pyritään sietämään ja tukemaan. Se voi ilmetä päihteidenkäytön piilotteluna, puolusteluna ja tekosyiden keksimisinä. Lapsi voi esimerkiksi ottaa syyntä jostain vanhemman tekemisistä ja vaikeuksista. Lapsen ja vanhemman välisessä valta-asemassa lapsi on hyvin usein heikommissa roolissa, jonka vuoksi lapsi saattaa itsekin uskoa syyllisyyteensä. Tähän selviytymismalliin kuuluu myös uskottelu ja teeskentely siitä, että kaikki on hyvin. Kun lapsi vielä uskoo vanhemman selityksiin ja raitistumislupauksiin, on lapsi mielellään vanhempansa tukena ja valehtelee tämän puolesta. *Osallistuvissa* selviytymiskeinoissa lapsi pyrkii estämään vanhemman päihteidenkäyttöä ja voi tehdä sen myös selväksi vanhemmalleen, että päihteidenkäyttö on häiritsevää. Lapsi voi esimerkiksi piilottaa pulloja tai laimentaa sen sisältöä esimerkiksi vedellä, yrittäessään näin estää vanhempaa juomasta. Koska lapsi on usein alistetussa asemassa verrattuna vanhempansa, lapsi ei yleensä pysty luomaan vanhemmalleen sääntöjä päihteidenkäyttöön liittyen, mutta lapsen kasvaessa osallistuvat selviytymisstrategiat tulevat usein kysymykseen. Lapsen kokiessa olevansa fyysisesti turvallisessa asemassa, esiintyy usein suoraa haastamista vanhempaa kohtaan. *Vetäytyvissä* selviytymiskeinoissa lapsi välttelee päihdeon-

gelmaista vanhempaa silloin, kun vanhempi on päihtynyt tai jopa kokonaan. Vettäytyminen ja välttely on lapsilla usein ainoa vaihtoehto. Lapsi on ehkä jossain välissä yrittänyt puuttua päihteidenkäyttöön ja siitä seuranneisiin riitatilanteisiin perheen keskuudessa, mutta on kokenut paremmaksi välttää ja pysyä kaukana näistä tilanteista. Lapsi voi pyrkiä olemaan mahdollisimman paljon esimerkiksi kavereiden tai sukulaisten luona, sillä hän haluaa välttää kotiin liittyviä negatiivisia tunteita. Mikäli lapsi ei pääse pois kotoa, voi hän turvautua esimerkiksi musiikin kuunteluun, lukemiseen ja haaveiluun. Erilaiset tilanteet, joita lapsi kohtaa päihdeongelmaisen vanhemman kanssa, laittavat lapsen siihen tilanteeseen, että hänen on etsittävä uusia selviytymiskeinoja jatkuvasti. Lapset, jotka ovat eläneet erittäin vaikeissa olosuhteissa, omaavat todennäköisesti valtavan määrän erilaisia selviytymiskeinoja. (Itäpuisto 2008, 102–105.)

### 3.3 Päihdeperheen lapsi aikuisena ja vanhempana

Päihderiippuvaisen vanhemman kanssa eläminen voi jättää pitkäikäiset arvet elämään. Esimerkiksi alkoholistin lapsen huolenaiheena voi olla oma riski sairastua alkoholismiin. On kuitenkin todettu, että suurimmasta osasta alkoholistien lapsia ei tule itsestään alkoholisteja. Alttius toki on korkea, mutta erinäiset tekijät lapsen kodissa ja sekä kodin ulkopuolella vaikuttavat tulevaisuuden alkoholinkäyttötappoihin. Useimmilla voi päinvastoin olla kielteinen suhde alkoholiin lapsuuden kokemusten takia. Lapsuudessa koetut asiat voivat kuitenkin aiheuttaa aikuiselle traumaattisia oireita, joita ei välttämättä edes osaa yhdistää juuri lapsuuden kokemusten aiheuttamaksi ja oireet voivat laueta tiedostamatta. Tällaisia oireita voivat olla esimerkiksi masennus, erilaiset ahdistukset ja paniikkikohtaukset sekä psykosomaattiset oireet. Monesti voi esiintyä myös haasteita sosiaalisissa suhteissa. Ulkopuolisuuden ja arvottomuuden kokemuksia voivat aiheuttaa lapsuudessa koetut puutteet turvallisuudessa ja huolenpidossa. (Takala 2017.)

Itäpuiston (2008) mukaan kuitenkin tutkimukset ovat osoittaneet, että päihdeongelmaisten lapset ovat aikuisiällä henkisesti yhtä terveitä ja elämäänsä tyytyväisiä suhteessa muihin ihmisiin. Vanhemmuuden suhteen he osaavat usein ottaa lapsen näkökulman hyvin huomioon, sillä ovat oman lapsuutensa kautta ymmär-

täneet sen merkityksen. He haluavat antaa omalle lapselleen paremman lapsuuden kuin mitä heillä itsellään on ollut ja erityisesti välttävät sitä, että oman lapsen ei tarvitsisi nähdä päihteidenkäyttöä. Moni voi ollakin oman lapsensa takia kokonaan päihteetön. (Itäpuisto 2008, 130–132.)

Suhteet omiin vanhempiin aikuisiällä ovat ymmärrettävästi usein vaikeammat päihdeongelmaisten lapsilla, kuin muilla aikuisilla. Suomalaiseen kulttuuriin sisältyy ajatus sukupolvien välisestä yhteydestä, joten vaikka suhde vanhempiin olisi vaikea, ei kokonaan irrottautuminen heistä ole kaikille mahdollista eikä edes mielekästä. Huoli vanhemman ikääntymisestä voi olla suuri päihdeongelman vuoksi, joten edes aikuistuminen ei poista huolta ja pettymystä vanhemman päihdeongelmasta. Tyypillisesti suhde päihdeongelmaiseen vanhempaan kriisiytyy omien lasten syntymän myötä, sillä se voi nostaa pintaan muistot omasta lapsuudesta. Moni miettii myös sitä, missä roolissa päihdeongelmainen isovanhempi tulee olemaan oman lapsen elämässä. Joskus ratkaisu voi olla se, että välit katkeavat kokonaan. Aikuistunut lapsi voi kokea, että oman vanhemman päihdeongelmalle ei ole mitään tehtävissä ja tilanne voi osoittautua niin kuormittavaksi, ettei muita vaihtoehtoja enää nähdä mahdollisena. (Itäpuisto 2008, 132–133.)

Saija Fabritiuksen pro gradu -tutkielmassa (2007) on kirjoituksia aikuisilta, jotka ovat eläneet lapsuutensa päihdeongelmaisen vanhemman kanssa. Aikuisena koetuista ongelmista pinnalle nousi mm. oma suhde alkoholiin. Humalaisia ihmisiä on vaikea sietää ja parisuhteessa on vaikea hyväksyä puolison pientäkään alkoholinkäyttöä. Toinen asia mikä nousi esiin, oli edelleen jatkuva huoli päihdeongelmaisesta vanhemmasta. Mikäli vanhemmasta ei kuulu mitään eikä häneen saa yhteyttä, herää huoli, että hänelle on sattunut jotain. Useammalla oli ongelmia luottamuksen kanssa. Moni koki, että heillä on vaikeuksia luottaa ihmisiin ja luoda kestävää parisuhdetta, eikä heillä ole kokemusta normaalista perhe-elämästä. Eräs mainitsi myös olevansa valmis tulemaan parisuhteissa jätetyksi ja jopa tekevänsä kaikkensa sen eteen, että työntää itse toisen luotaan pois, koska jätetyksi ja hylätyksi tulemisen kanssa hän osaa elää; se on hänelle tuttua ja hän tietää selviytyvänsä siitä, mutta hän ei kykene elämään pelon ja epävarmuuden kanssa, että milloin hänet työnnetään sivuun ja koska hänet korvataan jollain tärkeämmällä esimerkiksi alkoholilla tai huumeilla. (Fabritius 2007, 37–39.)



Omaa vanhemmuuttaan voi olla välillä vaikea pohtia ja kuvailla, mutta vaatii erityisen paljon rohkeutta alkaa pohtimaan omien vaikeiden lapsuudenkokemusten vaikutuksia omaan vanhemmuuteen. Mieleen todennäköisesti oman vanhemmuuden myötä palaavat lapsuuden aikaiset vaikeat ja traumaattiset kokemukset sekä muistot, ja tällöin voi ymmärtää, että millä kaikilla tavoilla puutteelliset ja vaikeat olosuhteet lapsuudenkodissa ovat vaikuttaneetkaan omaan elämään ja vanhemmuuteen. Vanhempi on voinut suunnitella ennen oman lapsen saantia toimivansa tietyllä tapaa, jotta voisi tarjota lapselleen parhaan mahdollisen lapsuuden, mutta voi kuitenkin huomata lapsen syntymän jälkeen toimivansa toisin, kuin oli etukäteen ajatellut.

Lapsuudenkodista opitut arvot ja asenteet sekä perhe-elämän malli helposti siirtyvät omaan vanhemmuuteen, vaikka niitä ei edes haluaisi noudattaa. Parisuhteen kohdalla voi olla vaikea uskoa ja luottaa aidosti onnelliseen ja hyvään parisuhteeseen, sillä itsellä voi olla täysin päinvastainen kokemus omien vanhempien parisuhteesta juuri päihdeongelman vuoksi. Voi olla, että vanhempi ei edes tiedä kuinka vanhemmuudessa tulisi toimia, sillä ei ole itse ikinä saanut mallia siitä, millainen on toimiva ja turvallinen perhe-elämä. Myös lapsuuden perheessä koetut puutteelliset vuorovaikutustaidot voivat tulla esiin myös omassa perheessä aikuisiällä, mikäli niitä ei pyri aktiivisesti muuttamaan. Vanhempi, jolla on traumaattisia kokemuksia omasta lapsuudestaan, kokee usein suuria paineita vanhempana olemisesta. Päihdeongelmaisten lapset ovat myös omaksuneet sen, että täytyy pärjätä omin avuin sekä ovat itsenäistyneet ja ottaneet vastuuta hyvin varhaisessa vaiheessa, joten tällöin voi olla vaikeaa tietää, mitä tarpeita lapsella on eri ikävaiheissa. Joka tapauksessa, vaikeista lapsuuden olosuhteista tulevilla vanhemmilla voi kuitenkin olla erityisiä kykyjä toimia vanhempana, joita kannattaa vaalia ja pyrkiä kääntämään vaikeudet voimavaroiksi. (Hyytinen 2008, 181; Traumaterapiakeskus 2016; Takala 2017.)

### 3.3.1 Vanhemmuuden voimavarat ja tuki

Vanhemmuuteen saatava tuki voidaan Kallandin ja Salon (2020) mukaan jakaa kolmeen luokkaan, joita ovat *universaali*, *kohdennettu* ja *intensiivinen* tuki. *Universaali* tuki pyrkii tukemaan yleisellä tasolla vanhemman ja lapsen hyvinvointia sekä pyrkii havaitsemaan riittävän ajoissa, mikäli lisätuelle on tarvetta. Esimerkiksi neuvolapalvelut, jotka on tarkoitettu kaikille vanhemmille, ovat universaalista tukea. *Kohdennettu* tuki tavoittaa vanhemmat, jotka ovat ns. riskiryhmään kuuluvia eli heillä on esimerkiksi psyykkisiä ongelmia. Kohdennettua tukea voi saada esimerkiksi vanhempainryhmätoiminnasta tai perheneuvolasta. *Intensiivinen* tuki on tarkoitettu perheille, joissa vanhemmilla on esimerkiksi vakavia päihde- tai mielenterveysongelmia ja tilanne on lapsen kehitystä ja terveyttä vaarantava, eli tuen tarve on erityisen suuri ja hälyttävä. (Kalland & Salo 2020.)

Omien vahvuuksien ja voimavarojen löytäminen mahdollistaa oman näköisen ja hyvän elämän luomisen, ei pelkästään lapsuuden kokemuksista huolimatta, vaan lapsuuden kokemusten ansiosta. Vertaistukiryhmät ovat esimerkiksi hyvä keino käsitellä omia traumaattisia lapsuudenkokemuksia, sillä niistä saa ymmärrystä, helpotusta ja lohtua. Vertaistukiryhmät ovatkin monelle se ensimmäinen paikka, jossa he kokevat tulevansa täysin ymmärretyiksi ja hyväksytyiksi. Ymmärretyksi ja hyväksytyksi tuleminen auttaa löytämään omat vahvuudet ja voimavarat. Lasinen lapsuus järjestää esimerkiksi nettivertaisryhmiä aikuisille, jossa voi halutesaan pysyä anonyymina. Eräs vertaistukiryhmään osallistunut on sanonut, että ryhmän avulla hän oppi laittamaan rajat alkoholistiäidilleen ja uskalsi keskittyä omaan perheeseensä ja onneensa. (Takala 2015; Lasinen lapsuus 2022.)

Myös keskustelu ammattilaisen esimerkiksi psykologin kanssa voi auttaa tunnistamaan omat haasteet ja tätä kautta vähentää koettuja haittoja sekä auttaa kääntämään vaikeudet voimavaroiksi. Myös ystävien tai puolison kanssa avoimesti puhuminen on suositeltavaa. On olemassa myös erilaisia kirjoja, joista voi olla apua vaikeiden asioiden käsittelyyn. Esimerkiksi ”Matka vapauteen” -kirja on tarkoitettu aikuisille, jotka kokevat mitä tahansa ongelmia vanhempansa alkoholiongelman vuoksi. Kirjan tehtävien avulla palataan takaisin lapsuudenkokemuksiin ja arvioidaan niitä uudelleen karttuneiden elämäkokemusten voimin ja sen

myötä voidaan tavoitella yhä ehyempää ja tasapainoisempaa elämää sekä pyritään irtautumaan ongelmista. Lapsuuden vaikeiden kokemuksien työstäminen on hyvin kokonaisvaltainen kokemus. Se kuitenkin kannattaa tehdä, sillä sen myötä tilalle voi parhaimmillaan tulla toivoa, menneestä irtaantumisen kokemuksia sekä armollisuutta itseään ja omaa vanhemmuuttaan kohtaan. (Takala 2015; Takala 2017.)

## 4 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

### 4.1 Lapsuus

Ensimmäisenä halusin selvittää, mitä päihteitä haastateltavien lapsuudenperheissä käytettiin ongelmallisesti ja millaista he muistavat sen olleen lapsen näkökulmasta. Tuloksista kävi selkeästi ilmi, että päihdeongelma todellakin on koko perheen sairaus, sillä se vaikuttaa jokaiseen perheenjäseneseen.

Teoriaosuuteen viitaten, ei ole olemassa tiettyä määritelmää tyypillisestä päihdeperheestä, vaan jokaisen perheen kokemukset ovat yksilöllisiä (Rajamäki 2013).

*N1: ”Pikkuveljeni synnyttyä muutimme erille paikkakunnalle tunturikeskukseen, jolloin ongelmat alkoivat. Meiän läsnä oleva isä katos, ku muutettiin pienelle paikkakunnalle, jossa oli paljon työttömiä paikallisia miehiä, jotka istu aamusta iltaan pubissa. Hänen työt jäi tekemättä ja niiden sijaan istuttiin pubissa. Muistan, että jos äiti oli eri paikkakunnalla töissä, isä hoiti meitä kotona ja kävi salaa sihauttamassa nurkan takana kaljatölkkejä ja yskäs samalla peittääkseen äänen. Eli meiän perheen ongelmaksi koitui alkoholismi, joka kulki vahvasti isäni puolen suvussa.”*

*M: ”Alkoholiongelma kosketti sekä äitiä että isäpuolta. Meillähän oli semmonen se homma, että se oli joka iltasta se juominen ja se oli meille niin kauan normaalia perhetapahtumaa ennen, ku ite päästiin pois kotoo, elikkä se mitä siellä kotona tapahtu sillon ku asuttiin siellä, nii kaikki oli mejän mielestä normaalia. Plus kaks-kymppisenä käsitin itte, että se oli väärin. Kyllä mie lapsena välttelin kotona olemista, että mahdollisimman paljon olin kavereilla yötä, mutta ei sitä siltikään kuitenkaa koskaa kunnolla jotenki tajunnu, ku omat vanhemmat on kuitenkin omia vanhempia. Päivät oli ihan ok, mutta sen tiesi, ku kello lyö seittemän ku ensimmäinen tullee töistä ja aukasee pullon, nii siinä tiesi aina, että on tunti ennää rauhallista aikaa ja sitte alkaa taas se huutaminen, kärtyäminen ja pelkääminen.”*

*N2: ”Biologinen isä käytti huumeita ja se on lähteny mun elämästä, ku olin 3-vuotias. Kasvatti-isä eli isäpuoli käytti alkoholia päivittäin. Huomasin alkoholiongelman olevan siinä vaiheessa, ku isäpuolesta tuli väkivaltanen ja ne riiteli äitin*

*kans tosi paljon ja sitte siitä tuli yhtäkkiä inhottava meitä lapsiaki kohtaan. Me ei haluttu kukaa olla kotona, jos äiti oli töissä ja isäpuoli kotona, et se silloin oli hirveän ilkeä meille.”*

Haastateltavat kertoivat konkreettisia tapahtumia ja tilanteita heidän lapsuudessaan, jotka ovat päälimmäisenä jääneet mieleen. Vastauksista kävi ilmi välinpitämättömyyttä lapsia kohtaan ja erityisesti se, että päihteet menevät päihdeongelmaisella kaiken edelle.

*N1: ”Muistan ikuisesti, ku yhtenä jouluaattona äiti tilas meille taksin ja ajettiin sillä äitin vanhempien luo 300 kilsan päähän, vaikka jouluvalmistelut oli tehty kotia. Muistan, ku ajattelin mummolassa, että voi isä riepua, ku joutuu yksin nyt olla joulun. Tultiin joulun jälkeen kotia ja meidän koti oli täynnä viinapulloja, kaljatölkejä ja oksennuksia ja isä makas kylpyhuoneen lattialla.”*

*M: ”Muistan, että mie sain kaiken periksi ja mulla ei ollu minkäänlaisia sääntöjä eikä minkäänlaisia kotiintuloaikoja, koska eihän porukoilla kiinnostanu mikään muu, ku juominen. Ei niillä kiinnostanu missä mie menen. Kerranki olin yläasteikäsenä pois kotoota 2 viikkoa, ennenkö porukat alko miettiin, että missä mie oon, ku ei ole näkyne poikaa kotona.”*

*N2: ”Me muutettiin silloin lapsena eri paikkakunnalle, ku mun biologinen isä vainos meitä ja yritti autolla ajaa meidän päälle. En mie hirveesti muista ite siitä mitään, kun olin tosiaan 3-vuotias, ku ne eros, mutta oon äitin päiväkirjasta lukenu siitä juttuja. Mutta muistan, että silloin ku oltiin pieniä nii monia tapaamisia sen kans yritettiin ja jos se tuli paikalle, nii se niillä tapaamisilla lupas meille kaikkea ja taas katos pitkäksi aikaa.”*

Haastateltavat kertoivat tunnetiloista, joita muistavat kokeneensa lapsuudessaan liittyen vanhemman päihdeongelmaan. Päälimmäisiä tunteita, joita esiin nousi, olivat pelko, viha ja ahdistus. Kaikki haastateltavista olivat kokeneet myös väkivaltaa tai sen uhkaa. Kuten teoriaosuudessaakin tuli ilmi, päihdeongelmista kärsi-

vässä perheessä voi esiintyä psyykkistä, henkistä ja fyysistä väkivaltaa ja väkivaltateot tapahtuvat usein päihdeongelmaisen ollessa päihtyneenä (Hyytinen 2008, 179).

*N1: ” Isän käytös muuttu päihtyneenä erilaiseksi, käytös ei ollut turvallista ja hyväntahtosta. Aloin vanhimpänä lapsena pelkäämään sitä, kun ymmärsin ja huomasin muutokset. Äiti joutu usein ajamaan töistä kesken päivän kotiin, jos soitin sille, että pelottaa. Se on jäänyt mieleen, ku sisko juoksi sohvapöytää ympäri ja isää vitutti se, nii se nosti siskon kurkusta takaapäin ilmaan kyynärvarrella.”*

*M: ”Muistan että päällimmäiset tunteet oli pelko ja ahistus. Sitte ku porukoilla oli tarpeeksi känni päällä, nii ne tappeli. Meitä lapsia kohtaan ei sinänsä ollu välitöntä väkivallan uhkaa muuten, paitsi sillon jos erehty sanomaan että olkaa hiljaa tai jotain vastaavaa. Äitiä meidän ei tarvinu sinänsä pelätä, mutta isäpuolta kyllä.”*

*N2: ”Jos äitiä kohtaan oli väkivaltaa isäpuolella, nii oli meitä lapsiaki. Kaikki hiuksista repiminen, jääkylmään suihkuun vieminen vaatteet päällä ja sitte semmosta uhkailua ja muistan, että olin 12-vuotias, ku se haukku mua jatkuvasti huoraksi. Siis 12-vuotiasta lasta. Ja kerran se lukitti mut pihalle 30 asteen pakkaseen ilman vaatteita. Koin vihaa ja pelkoa ja jossain kohtaa mie olin hirveän vihanen siitä, miten se äitiä kohteli, vaikka kyllä ne aika hyvin osas piilotella ne kaikista suurimmat riidat.”*

Haastateltavat kertoivat suojaavista tekijöistä lapsuudessaan. Osa haastateltavista oli tukeutunut ystävien perheisiin ja saaneet sieltä turvapaikan ja oikeanlaisen perhemallin. Myös päihdeettömältä vanhemmalta ja vanhemmilta sisaruksilta oli saatu tukea ja turvaa. Yksi haastateltavista oli ollut lastensuojelun piirissä ja koki sosiaalihuollon työntekijöiden auttaneen ja tukeneen häntä käytännön asioista lähtien. Osan vastauksista kävi myös selkeästi ilmi päihdeongelmaisen vanhemman suojeleminen ja kotona tapahtuvien asioiden piilottelu ja jopa kieltäminen, joka on myös yksi keino, jolla lapsi pyrkii suojelemaan myös itseään ja omaa mieltään.

Teoriaosuudessa kävi myös ilmi, että usein vaikeissa kotioloissa eläneet lapset ovat ns. tyytyneet kohtaloonsa ja lapset elävät siinä uskossa, että kukaan ei ota heitä tosissaan tai auta mitenkään, jolloin lapsi ei välttämättä puhu asioista kellekään (Itäpuisto 2008, 83–88).

*N1: ”Silloisen parhaan ystäväni perheen uskonto kielsi alkoholin käytön ja muistan, kuinka heidän koti oli mulle turvapaikka. Äiti usein joutu keskellä yötä lähteä ajamaan monta kymmentä kilometriä viedäkseen minut sinne, kun en kestäny kuunnella isän oksentamista ja örvellystä. En ikinä pienenä kehdannu puhua asioista kellekään, olin niihin aikoihin tosi ujo ja hiljanen ja uskon, että kotiolot vaikutti tähän, millanen olin. Meillä ei ollu sukua tai luotettavia tuttuja apuna, mikä on varmasti ollu tosi raskasta äidille. Me lapset ollaan kuitenkin onnekkaita, että toinen vanhemmista oli tuki ja turva. Jossain vaiheessa sitte vanhemmat eros ja me muutettiin pois.”*

*M: ”Olin 15 vuotta täyttäny ja yks ilta isäpuoli oli menossa puukon kans äitin päälle, mutta mie onneksi ehin siihen väliin ja otin lattialta imurin putken ja hakasin sen ukon sillä siihen. Muistan, kuinka vaan löin ja löin niin kauan, et se makas siinä maassa verilammikossa. Halusin suojella äitiä. Joka päivä mietittiin siskon kans, että kuoleekohan tänään meistä joku.”*

*M: ”Koulussa en osannu keskittyä mihinkää ja jäin luokalle ala-asteella, niin kävin sen myötä lasten psykiatrisella juttelemassa ja äiti oli mukana. Siellä kyseltiin, että miks mulla menee koulu nii huonosti, nii oisihan mie voinu siellä sanoa, että mistä se johtuu, mutta halusin suojella sillon äitiä siinä tilanteessa, enkä puhunu mistään niistä asioista siellä. Annoin vaan ymmärtää, että oon yksinkertaisesti tyhmä ja paska oppimaan. Äitikään ei tietenkää puhunu mitään. Muistan myös, että ku vanhempia siskoja asu muualla jo, nii joskus siskon kans soitettii niille, että nuo tappelee, että tulkaa hakeen. Nii ne sitte tuli, vaikka matkaa saatto olla yli 100 kilometriä. Sitte oltiin se pari päivää pois kotoa ja hetkellisesti oli hyvä olla, mutta eihän se sitä tilannetta muuttanu sinänsä, että sitte ku tultii takas nii sama meno jatku. Mie muistan, että pienenä yritin aina nukahtaa, ennenkö kello on kaheksan, etten kuulis vanhempia, mutta ainahan se ei onnistunu. Minut pelasti*

*aivan täysin se, että kaverin perhe vähän niinku otti huostaan, että siellä sain sitte olla niin paljon, ku halusin. Sieltä mie sain semmosen oikian perhemallin.”*

*N2: ”Nuorisokotiin menin 12-vuotiaana. Välillä olin kotona ja välillä nuorisokodissa. Lopullisesti pääsin nuorisokodista pois 15-vuotiaana. 17-vuotiaana elämään tuli silloinen poikaystävä ja sen äiti, jotka oli tukena, ja sitte tietty kaverit. Ja sossut oli siinä kans tukena. 21-vuotiaaksi asti mulla oli jälkihuolto, nii mie sain sieltä kaiken tarvittavan tuen ja neuvot. Opeteltii raha-asioita, laskujen maksua ja ne neuvo asuntoasioissa. Oikeastaan aina, ku tuli joku vähänkää kinkkinen tilanne, nii ne kyllä tuki ja neuvo sieltä.*

Teoriaosuudessa kerroin Itäpuiston (2008) mainitsemista kolmesta selviytymisstrategiasta, joita olivat epäaktiiviset ja sietävät, osallistuvat sekä vetäytyvät selviytymismallit (Itäpuisto 2008, 102–105). Haastateltavien vastauksista voin löytää kaikista näistä kolmesta selviytymisstrategiasta piirteitä. Haastateltavat N1 ja M kertoivat vanhemman päihdeongelman salailusta, joka on yksi piirre epäaktiivisesta ja sietävästä selviytymisstrategiasta. M kertoi myös epäaktiiviseen ja sietävään selviytymisstrategiaan liittyen, että suojellakseen vanhempaansa, hän jätti kotona tapahtuvia asioita kertomatta tapaamisessa, jossa oli kyse hänen koulu-menestyksestään. Tästä mielestäni huomaa hyvin lapsen alistumisen vanhemman päihdeongelman vuoksi ja kuinka suuri valta päihdeongelmaisella vanhemmalla on lapseen verrattuna. Osallistuvat selviytymisstrategiat tulevat yleensä käyttöön lapsen kasvaessa, kun hän kokee olevansa fyysisesti turvallisemmassa asemassa ja uskaltaa haastaa vanhempaansa. Tämä strategia tuli hyvin ilmi M:n kertomuksessa väkivaltatilanteesta äitiään kohtaan. Tilanteessa on myös aiemmin mainittua epäaktiivisen ja sietävän selviytymisstrategian piirteitä, sillä M tunsu vahvaa suojeluvaistoa toista päihdeongelmaista vanhempaansa, tässä tapauksessa äitiään kohtaan. N1 ja M vastauksista tulee myös vahvasti ilmi vetäytyvä selviytymisstrategia, jonka pääpiirteenä on päihdeongelmaisen vanhemman välttely erityisesti silloin, kun vanhempi on päihtyneenä. Tässä selviytymisstrategiassa lapsi pyrkii olemaan mahdollisimman paljon pois kotoa vanhemman ollessa päihtynyt, kuten N1 ja M kertoivat. Myös M:n kertoma tapa, jossa hän pyrki nu-



kahtamaan ennen kuin vanhempien juominen alkaa, on yksi vetäytyvän selviytymisstrategian muoto, sillä näin lapsi pyrkii pääsemään jollain keinolla pois ahdistavasta tilanteesta ja näin suojelemaan itseään.

#### 4.2 Suhtautuminen päihteisiin

Haastateltavista jokainen koki, että lapsuuden kokemukset ovat vaikuttaneet heidän suhtautumiseensa päihteisiin aikuisiällä. Jokainen heistä kertoi kokevansa jossain määrin ahdistusta ja negatiivisia tunteita ollessaan päihtyneiden ihmisten seurassa, erityisesti silloin, kun itse ovat selvinpäin. Yksi haastateltavista kertoi, että mikäli päihtyneet ihmiset ovat hänelle tuttuja ja luotettavia, ei ahdistusta tule, toisin kuin tuntemattomien päihtyneiden seurassa. Yksi haastateltavista taas koki myös tuttujen ihmisten seurassa ahdistusta ja paniikkia, mikäli he ovat päihtyneitä ja hän itse selvinpäin. Yksi haastateltavista taas koki merkittävimpänä mitarina ahdistuksensa määrään sen, miten päihtyneet käyttäytyvät.

*N1: ”Paitsi etten voi sietää olla selvinpäin päihtyneiden ihmisten kans ja niitä tilanteita vältän edelleen. Silloin ahistun enkä voi olla rennosti ja tiän että nää tunteet laukaisee ongelmat lapsuudessa. En ole tämmösissä tilanteissa ollukkaan, paitsi viime uutenavuotena, ku olin raskaana ja oltiin mökillä miehen ja ystävien kans ja tarkoitus oli, että he ottaa nätisti ja tehää hyviä ruokia ja pelaillaa lautapelejä. Jotenki tilanne kuitenkin pääty siihen, että mökin sijaan ajettii suoraa paikallisee baariin ja kaikki muut päihty liikaa. Minua ahisti ja olin samantien hyppäämässä auton rattiin ja ajamassa kotiin. Keli oli kuitenkin huono ja matka pitkä, joten en uskaltanu. Siitä paniikista ja ahistuksesta tajusin, ettei kaikki silti ole ok alkoholin suhteen niinku olin ajatellu.”*

*M: ”Minä en kauhiasti viihy ihmisten kans jotka ei voi mittää tehä ilman että ollaan kolmen promillen humalassa enkä minä kauhiasti muutenkaan tykkää humalaisen hommia seurata. Ahistus tulee humalaisen ihmisten seurassa. Mutta se vähä riippuu tilanteesta, jos se on justiinsa semmosta möykkäämistä ja huutamista nii en viihy semmosten ihmisten kans.”*

*N2: ”Jos mie nään että toinen juo paljon tai tissuttelee nii se menee samantien ihon alle. Jos ihmiset on luotettavia ja ne on humalassa, ku mie oon selvinpäin nii ei haittaa mut jos on vähänkää jotai tuntemattomia ja ne on vähänkää sellasia aggressiivisia nii sitte ei.”*

Teoriaosuudessa mainitsin, että lapsuudessa koettu vanhemman päihdeongelma voi olla riskitekijä sille, että lapsi itse aloittaa päihdekokeilut nuorella iällä (Holmberg, Hämäläinen, Kurki & Salo-Chydenius 2015, 363). Halusin siksi selvittää haastateltavien omaa suhdetta päihteidenkäyttöön, sillä monesti ihmisillä voi olla oletus kahdesta eri ääripäästä koskien päihteidenkäyttäjien lapsia; joko he eivät käytä ollenkaan päihteitä tai sitten ovat itsekin varmasti päihderiippuvaisia.

*N1: ”Olin varma, etten ite tulis ikinä koskemaan alkoholiin kaiken tuon jälkeen, mutta mulle synty kuitenkin normaali nuoren ihmisen suhde alkoholiin. En ole ikinä kokenu mitään ongelmaa asian kans.”*

*M: ”No minähän en ite kauhiasti juo. Minun mielestä hauskaa voi olla ilman viinaa.”*

*N2: ”Nollatoleranssi huumausaineisiin, mukaan lukien pilvi. En siedä viihdekäyttöä enkä mitää muutakaan ja no alkoholin kanssa on sillee että kyllä mie itekki juon, mutta en mitenkää usei enkä harrasta tissuttelua.”*

Teoriaosuudessa tuli ilmi, että alkoholistin lapsella voi olla huolena oma riski sairastua alkoholismiin (Takala 2017). Haastateltava kertoikin tilanteesta nuorempana, jossa oli pelännyt, että mitä jos hänelle tulee päihdeongelma.

*N2: ”Sillo ku mie olin 18 ja meni lujaa itellä ja erosin sillosesta poikaystävästä, nii saatoin 2 viikkoa juua putkee ja saatoin herätä aamulla jostai eri paikkakunnalta, en ollu syöny mittää, mulla ei ollu yhtää rahhaa, eikä mitää hajua millä pääsen sieltä kottii, nii sillo lähti lapasesta ja mietin, että mitä jos mulleikki tulee päihdeongelma.”*

Haastateltavien mielestä esimerkiksi pari saunasiideriä lapsen läsnä ollessa on hyväksyttävää, mutta humalahakuinen juominen ei. Yksi haastateltavista kuitenkin kertoi, että mikäli hänen puolisonsa humaltuu lapsen läsnä ollessa, se ei haittaa, sillä puolison käytös ei muutu negatiivisella tavalla. Yksi haastateltavista mainitsikin rajana olevan äänen korottumisen päihtymisen seurauksena. Yksi haastateltavista mainitsi siitä, että lapsella täytyy olla aina selväpäinen ja luotettava henkilö seurana.

*N1: "Minua ei haittaa, jos mie tai mies esimerkiksi mökillä ollessa juuaan muutamia saunajuomia, mutta päihtyneenä en taho kenenkään olevan lapsen kans tekemisissä. Sivistyneesti jos osaa ottaa viiniä ruuan kans tai saunajuomaa nii on ok."*

*M: "Kyllä siinä oman lapsen kohalla menee raja, että jos humaltuu ja ääni korottuu nii ei se ole kenenkään lapsen tehtävä seurata semmosta aikuisten illanviettoa."*

*N2: "Jos ollaan lapsen kans kotona ja nykyinen mies on humalassa nii minua ei haittaa koska mies pysyy kuitenkin semmosena ystävällisenä ja semmosena että siitä ei oo mittää uhkaa tai semmosta mutta mie en esimerkiksi humalaisia ota auton kyytiin, jos lapsi on kyyissä enkä mie halua, että kotona otetaa mitenkää porukalla kaljaa, ku lapsi on täällä. Ja saatan mie itekki joskus harvoi ottaa jonku saunasiiderin, vaikka lapsi on täällä, mutta en kyllä tykkää juua ku oon lapsen kaa. Et joskus ollu et yks siskoista on hoitanu mun lasta, ja mie kävin ryyppäämässä, nii sisko jäi yöksi ja oli nii pitkän aikaa, että mie olin täysin selvä. Et siinä täytyy olla joku luotettava ihminen ja selväpäinen."*

*N2: "Ja pelkään lapsen isää, ku se on iha hirveä, ku se on päissää, että jos se ottaa sitä kaljaa, ku lapsi on isällä, nii sitä mie pelkään."*

#### 4.3 Aikuisikä

Haastateltavat kertoivat kohdanneensa erinäisiä haasteita aikuisiällä johtuen lapsuuden kokemuksista. Haasteita ilmeni parisuhteessa luottamuksen suhteen

sekä vaikeuksia hyväksyä puolison alkoholin käyttöä. Myös kommunikaatio-ongelmat nousivat esiin, sekä vaikeus päästää ihmisiä lähelleen.

*N1: "Mulle on kuitenkin erityisen tärkeää, että oma mies ei muistuta käytöksellään tai tavoillaan minua isästä. En ikinä pystyis seurustella ihmisen kans, jonka alkoholin käyttö olis runsasta. Huomaan myös, että mulla on paljon luottamusongelmia ja uskon senki johtuvan lapsuudessa lukemattomista petetyistä lupauksista."*

*M: "Mie en ole kauheen helposti lähestyttävä ihminen, että mie en hakemalla hae uusia ihmisiä minun elämään, enkä uusia kavereita enkä oikeastaa välitä kauhiasti niinkö ihmisistä ylipäätänsä. Ei mulla niinkö ole vaikea luottaa ihmisiin, mutta yritän vaa piittää omat hommat jokseenki kasassa ja ne jotka on lähellä nii ne sitte on lähellä."*

*M: "Ja on se tietenki vaikuttanu parisuhteisiin, just sitä, että mie en ole nii kauhian hyvä hyväksymään niitä rellestämisreissuja, että se on vähä semmosta. Kumpapanit on kyllä tienny minun lapsuudesta, mutta ne ei ole vastaavia kokenu nii nehä kokee aina sen ylisuojelevan asenteen jossain määrin ärsyttäväksi ja sehä on sitte itelle hankalaa, vaikka kyllä sitä nykysin ossaa sillä lailla enemmän relata niitten juttujen kans mutta kyllä se vielä parikymppisenä oli kaikki nii tuoreessa muistissa nii sillo se oli paljon hankalempaa mitä nytte."*

Teoriaosuudessa kerroin, että suhde omaan vanhempaan on aikuisiällä usein vaikeampi päihdeongelmaisten lapsilla kuin muilla, ja aikuistuminen ei poista petymystä oman vanhemman päihdeongelmasta (Itäpuisto 2008, 132). Haastattelujen vastauksista kävikin ilmi, että lapsuuden kokemukset ovat vaikeuttaneet suhdetta vanhempaan aikuisiällä. Lapsuuden kokemukset ovat vaikuttaneet muun muassa tunnesiteisiin ja luottamukseen vanhempaa kohtaan.

*N1: "En ole ollu nyt aikuisiällä tekemisissä isän kanssa enää yli kymmeneen vuoteen. Se muutti toiselle puolen Suomea ja yrittää aina päihtyneenä soitella meiät kaikki lapset läpi, mutta ei kukaan taho enää puhua, ku ei voi selvinpäin ottaa yhteyttä. Olen nähny kaks kertaa isän teini-iän jälkeen ja ekalla kerralla luottamus*

*petettiin jälleen ja ku näki hänet, tuntu ku ois ollu vieraan vanhan miehen seurassa. Ei siis hyvältä eikä heränny minkäänlaisia tunteita. En kuitenkaan halua olla tyly ja inhottava hänelle, niin vastaan välissä viesteihin ja laitan lapsesta kuvia.”*

*M: ”Isäpuolihan on kuollu ja silloin ku ne eros ku mie olin 15, nii sen jälkee mie en ole nähny koko ukkoa tai välittäny, mutta kuulin vaa jälkeepäi että se on kuollu, eikä ees tullu itku. Äitiin on siinä mielessä lämpimät välit, koska kyllä se äiti silti äiti on, mutta tuota kyllä se siinä mielessä on vaikuttanu, että jos mulla nyt on omassa elämässä se puoli tuntia aikaa, nii mie menen mieluummin käymään katomassa lapsuuden ”ottovanhempia” eli kaverin perhettä, ku että käyn kattoon ommaa äitiä, että kyllä ne sillälaila on niinku vähän viilentyny. Monesti illalla, ku äiti soittaa humalassa ja kuulee sen saman sammalluksen puheesta, nii heti palautuu mieleen lapsuuden illat, että millasta se silloin oli.”*

Yksi haastateltavista kertoi, että lapsuuden asioita on käsitelty perheen kesken jossain määrin ja sen myötä saatu sopu. Haastateltava kokee, että päihdeongelmastaan ja virheistään huolimatta, vanhempi on pitänyt hänestä huolta ja kasvatanut hänet. Hän oli ainoa haastateltavistani, joka on ollut lastensuojelun piirissä, joten se voi olla osasy siihen, että asioita on väistämättä käsitelty myös perheen kesken.

*N2: ”Äitiin ja isäpuoleen parantu välit silloin ku aloin oottaa lasta eli 18-vuotiaana. Siinä kohtaa neki usko, etten oo mitenkää hunningolla ja sitte että ollaa käsitelty niitä asioita, ku meillähä oli nii tulehtuneet välit silloin että miehä olin 17, ku muutin pois kotoa. Ja tuota sitte varmaa ko neki näki minusta, että miehän pystyn ite kantaan vastuun minun lapsesta. Äiti sano mulle silloin, ku kerroin että oon raskaana, nii että katokki, jos meinaat piittää sen nii et tuo tänne sitä lasta asumaan niinku siskos. Sisko siis on narkkari ja sen lapsi on huostassa meiän äitillä. Isäpuoli käyttää edelleen alkoholia, mutta ei sillä oo sen kaa nykyä mittä ongelmää. Äiti yhdessä vaiheessa jätti sen, nii se havahtu siitä sitte. Päätin että ku isäpuolen kaa tehtii sopu, nii en enää piikittele sitä näistä asioita.”*

*N2: ”Isäpuoli on minut kasvattanu ja se on kuitenkin kaikista virheistä huolimatta pitäny minusta huolta ja kasvattanu minut äitin kanssa. Ja se että se on selvästi muuttunu ja se oikeasti yrittää, toisin ku biologinen isä, joka on läpimätä ihminen, jota en ees tunne, enkä halua tuntea. Se ei oo koskaa käyttäytyny minua kohtaan mitenkään isämaisesti, koska ei isä pyyä tyttäreltään huumeita. Ja on niin pahoja asioita tapahtunu, että jos oma isä yrittää ajaa lapsiensa päälle autolla, niin sitä ei voi antaa anteeksi koskaan. Oon sanonu sille joskus, et yritäppä olla vaikka 5 vuotta ilman huumeita, nii katotaa sitte ja jos sie aiot tähä tulla, nii sitte sie pysyt siinä. Mut oon myös sanonu sille, et sinusta ei koskaan tuu minu issää, että mie oon 24 ja sie oot mulle vieras ihminen ja mie en voi koskaan rakentaa sinuu mitää isätytär -suhdetta. Mie inhoan, ku mulle sanotaa jossai, että sie oot sen tyttö.”*

Jokaisen haastateltavan vastauksista ilmeni kuitenkin se, että lapsuuden asioista on nykypäivänä vaikea puhua niin päihdeongelmaisen vanhemman, kuin myös ei-päihdeongelmaisen vanhemman kanssa. Lapsuuden asioista on tullut tabuja, joista ei puhuta. Kuten yksi haastateltavista asian tiivistä; se mistä ei puhuta, niin sitä ei ole tapahtunut.

*N1: ”Jotenki ku lapsena peitti omat tunteet ja ajatukset, nii se kuilu jäi jotenki meiän välille eikä edelleenkaan hirveästi puhuta sen syvällisempiä sisarusten tai äitin kans. Puhun miehelle kuitenkin usein asiasta, yleensä aina, ku isä ottaa yhteyttä ja tästä mieheni on päätelly, etten selvästi ole käsitelly ja hyväksyny asiaa kokonaan ja että se pitäs selvittää.”*

*M: ”Äitihän on aivan täysin sulkenu ne asiat pois, että eihän se tule ikinä myöntämään, että meillä ois ollu mitenkään kauhian hankalaa. Mistä ei puhuta, nii sitä ei ole tapahtunu.”*

*N2: ”Äitille on paljon tullu asioita yllätyksenä nytte minun aikuisiällä, mitä se ei oo tienny isäpuolesta, että toisaalta mie toivon, että oisin äitin kans voinu näistä asioista keskustella vielä enemmän, mutta se on kyllä sillekki nii punanen vaate, että ei tuu semmosta tilannetta, että siitä vois keskustella. Ja sillan ku äiti ja isäpuoli eros hetkellisesti, että tietäis niinku oikeasti sen totuuden, ku sillan ku mentii kottii nii äitillä oli ranne auki et se oli yrittäny tappa itensä ja siitä ei oo sen koommin*

*puhuttu, nii ehkä semmosia asioita mie haluaisin käsitellä, ku eihä niihin tiiä kukaa totuutta oikeasti muutako äiti ite. Mut tiiän et ei se tuu tapahtuun, enkä mie oikeestaa ennää ees oota sitä et se tapahtus joskus, enkä mie ees uskaltais äitille sanoa ääneä sitä.”*

#### 4.4 Vanhemmuus

Halusin selvittää haastateltavien lasten suhdetta isovanhempaansa, sillä teoriaosuudessa mainitsin siitä, että päihdeongelmaisten lapset usein ymmärrettävästi miettivät isovanhemman suhdetta heidän lapsensa elämässä (Itäpuisto 2008, 133). Yksi haastateltavista kertoi, että lapsen kasvettua hän saa itse päättää, haluaako tavata isovanhempaansa. Yksi haastateltavista taas piti lapsensa ja isovanhemman suhdetta normaalina, mutta ei anna lastansa isovanhemman hoidettavaksi. Yksi haastateltavista taas kertoi, että ei aio mainita lapselle ollenkaan tämän biologisesta isovanhemmasta.

*N1: ”Isä ilahtu ku kuuli papaltani, että saa ekan lapsenlapsen. On pyydellyt kuvia ja videoita, olen laittanu muutamia, mutta en koe, että meiän lapsi tarvitsee häntä elämäänsä. Sitte ku lapsi ymmärtää itse, saa päättää haluaako nähä toisenki pappansa.”*

*M: ”Lapsella on ihan normaali suhde isovanhempaansa, mutta eihän sitä voi eikä uskalla antaa sille yö hoitoon esimerkiksi, ku tiiän että se juopii. Jos siinä tuliski joku tilanne, nii se ei sitte pysty tehä mitää.”*

*N2: ”Isäpuoli eka mietti, että mikä on sen rooli mun lapsen elämässä, mutta kyllä se on pappa ja se kutsuu itteää papaksi ja lapsiki on papan prinsessa. Lapsi ei oo ikinä nähny sen biologista pappaa. On se halunnu mun lapseen tutustua, mut mie oon sanonu sille, et me ei tarvita mitää osa-aika vaaria meiän elämään. Ei mun lapsi tiiä koko ihmisestä ja ku se on isompi, nii en aio mainita siitä sille mitää tai en tiiä, ku toivon rehellisesti sanottuna, että se ihminen kuolee, ennen ku lapsi on iso.”*

Selvitettäessä lapsuuden vaikutuksia omaan vanhemmuuteen, vahvimmin vastauksista nousi esiin halu tarjota lapselle täysin päinvastainen lapsuus, kuin mitä itsellä on ollut. Jokaisen haastateltavan vastauksista nousi esiin se, että he haluavat taata lapselleen turvallisen kasvuympäristön ja kodin. Oman lapsen myötä on myös noussut ajatuksia, että kuinka oma vanhempi on voinut laittaa päihteet omien lapsien edelle eikä ole edes lapsien vuoksi ottanut apua vastaan ongelmaansa.

*N1: "Nyt ku olen itse äiti, en voi edes kuvitella kuinka pahalta meidän äitistä on tuntunu, ku oma lapsi on kokenu olon turvattomaksi ja on toisen vanhemman käytöksestä ollu henkisesti huonosti voiva. Ku on tuommosesta tietonen, tekee kaikkensa, että omalla lapsella on aina turvallinen olla."*

*N1: "Ku saatiin lapsi, mulle heräs heti ajatuksia, että miten meidän isä on voinu laittaa alkoholin meidän lapsien edelle ja miten se on saattanu aiheuttaa omille lapsille turvattomuutta ja pahaa mieltä. Ymmärrän, että voi sairastua, mutta en ymmärrä, miksei voinu ottaa apua vastaan, ku oli kuitenkin siihen tukea antava vaimo ja kolme tärkeää syytä lopettaa, me lapset."*

*M: "Kaiken mie olen yrittäny tehdä oman lapsen kohalla päinvastasesti ko omat vanhemmat on teheny. Ainaki se on päivänselevää että sillonko lapsi on kotona nii sillä pittää olla semmonen olo, että se on turvassa, että kotona ei tarvi kenenkään pelätä ja koti on aina se paikka mihin tulla jos maailma pelottaa, ja että kotona ois aina hyvä olla, siihen mie tähtään oman lapsen kohalla. Ja sitte ku lapsi on vanhempi, nii yritän paremmin pysyä siinä elämässä mukana ko minun omat vanhemmat minun elämässä."*

*N2: "Lasta kohtaan on ollu helppo muodostaa tunnesiteitä, vaikka oma lapsuus on ollu mitä on, ku haluan antaa omalle lapselle erilaisen lapsuuden mitä mulla on ollu."*

Teoriaosuudessa kävi ilmi, että päihdeongelmaisen lapsella voi olla vaikeuksia tietää, kuinka vanhemmuudessa tulee toimia, sillä itse ei ole saanut koskaan mallia siihen, millainen on turvallinen ja toimiva perhe-elämä (Traumaterapiakeskus



2016). Haastateltava kertoikin pelänneensä vanhemmaksi tuloa ja pohtineensa, pystyykö hän tarjoamaan lapselle sen, mitä lapsi tarvitsee. Myös tietyt vaikeat tilanteet ja se miten niissä tulee toimia, on täytynyt itse opetella, sillä lapsuuden perheestä ei näihin tilanteisiin ole saanut oikeanlaista mallia. Lapsuudenperheessä vaikeat tilanteet käsiteltiin väkivalloin, ja haastateltava kertoikin, että nämä tilanteet ovat joskus tulleet mieleen haastavissa tilanteissa oman lapsen kanssa ”mitä jos” -ajatuksina.

*N2: ”Pelkäsin vanhemmaksi tuloa, ku olin raskaana, ku mullaha meni sillo itelläki nii lujaa, että oli se pelko, että pystynkö mie takaan sille lapselle sen hyvän tulevaisuuden ja onko mulla siihen resursseja. Miehän oon sitä mieltä, että mie en ois hengissä, jos mulla ei ois tätä lasta. Kuulemma mie oon lastani kohtaa ylisuojeleva, mutta mie oon sitä mieltä, että jos mie en pietä lapseni puolia nii kuka sitte muka piittää.”*

*N2: ”Alussa mie mietin sitä tai ku lapsella oli se koliikki vauvana, että miten semmosessa tilanteessa toimitaa ku meillä meni kotona sillee että ku lapset huusi nii sitte se väkisin rauhotettii, että pietettii käsistä kii tai laitettii käsi suun ettee tai laitettii pakkaseen pihalle huutamaa tai niinku jäähyllä ja sitte niissä tilanteissa mitä oon oman lapsen kaa alkanu käyttää, nii mie pietän sitä sylissä ja hallaan sitä, että se piti kyllä ite huomata että miten ne tilanteet hojetaan oikealla lailla et mie tiiän sen omista lapsuuden kokemuksista et miten ei ainakaan piä toimia.”*

*N2: ”Jossaki kohtaa, ku mie olin hirviän väsyny nii mie pelkäsin, että mie menetän hermot lapselle, nii sitte oon tehny sitä, että lukitten itteni vessaa ja oon siellä. Sitä mie pelkään monesti, ku on hermot kiriällä ja on väsyny ja kiire johonki ja lapsi jotaki hiastelee, että tulee semmone kauhukuva päähän, että tekisin sille jotaki ku biologinen isä sillo aikoinaa löi kaljapullolla päähän yhtä siskoista, ku se teki jotaki, nii se on jotenki jääny mielee. Mie en siedä mitää tukistamista tai nippareita tai mittää semmosta. Lapsen isä on sitä mieltä et tukistaminen on ok ja jos mie kerran kuulen, et se on sitä tukistanu, nii mie teen saman tien ilmoituksen siitä. Se ei oo mitää et voi sitä kerran, vaan ei voi kertaakaan.”*

#### 4.4.1 Vanhemmuuden voimavarat

Kenenkään haastateltavan kohdalla ei ollut neuvolassa kysytty heidän omasta lapsuudestaan, eivätkä haastateltavat olleet itsekään tuoneet asioita neuvolan tietoon. Teoriaosuudessa tuli esiin, että lapsuuden kokemuksista olisi hyvä puhua esimerkiksi psykologin kanssa ja sitä kautta tunnistaa omat haasteet ja tätä kautta vähentää niistä koettuja haittoja. Myös läheisten kanssa puhuminen on suositeltavaa. (Takala 2015.) Vain yksi haastateltavista oli jutellut lapsuuden asioista ammattilaisen kanssa, muut olivat käsitelleet niitä joko yksin tai läheistensä kanssa.

*N1: ”Oon nyt lapsen saatua usein miettiny, että olis mukava käyä juttelemassa ammattilaisen kanssa asioista, jos se sais näkemään asioita uusilta kanteilta. En oo kuitenkaan vielä tehny asian eteen mitään, ehkä joskus. Onneksi itsellä on kuitenkin iso tukiverkko ja pystyy puhumaan asioista ystävien ja sukulaisten kans, joten en enää koe, että oisin asian kans yksin tai sulkeutunu.”*

*M: ”En ole ottanu neuvolassa lapsuuden asioita esille eikä sielläkään ole kysytty. Ei niitä asioita enää tässä vanhemmuuen myötä ole alkanu uuestaan käsitteleen, että sillon parikymppisenä tuli painittua ne asiat läpi ja harjoteltua elämää. Ihan itekseen käsittelin asioita, että en hakenu apua mistään. Menihän siinä monta vuotta, että joskus siinä 25–30-vuotiaana on ollu sinänsä sinut sen oman lapsuuen kans, että sieltä on kaikki selvinny suurin piirtein hengissä eikä ne asiat niinkää kauhiasti enää vaikuta minun toimintaan millään lailla.”*

*N2: ”Neuvolassa ei oo kysytty enkä oo itte ottanu esille näitä minun kokemuksia että ne ei tiiä niistä mittää. Tietenki väistämättä näitä on oman vanhemmuuen myötä alkanu uuestaan käsittelee jollaki lailla, mut en mitenkää tarkotuksellisesti, että siis mie en mielellää näitä asioita mieti enää, että miehä kävin sillo aikoinaa 3 vuotta psykologilla juttelee näistä asioista.”*

Lopuksi halusin vielä selvittää, että mitä haastateltavat kokevat vanhemmuuteensa voimavaroiksi ja millä tavoin lapsuuden rankat kokemukset voi nykyhetkessä kääntää jossain määrin voimavaraksi.

*N1: "Uskon, että omien lapsuuteni traumojen kautta pidän oman lapseni turvattuina niin hyvin kun voin, mutta täysin normaaleissa rajoissa. Lapsuuden henkinen pahoinvointi opetti minut avoimeksi, vahvaksi, rakastavaksi ja tunnolliseksi vanhemmaksi."*

*M: "Omat lapsuuden kokemukset on lisännyt vanhemmuuden merkityksen tärkeyttä, koska mie ainakin pyrin antamaan omalle lapselle sen, mistä mie itte jäin vaille eliikkä sen turvallisen kodin."*

#### 4.5 Johtopäätökset

Tutkimuskysymykseni oli "Millainen vaikutus lapsuudessa koetulla vanhemman päihdeongelmalla on omaan vanhemmuuteen?" Tutkimuksen tulokset osoittivat, että lapsuuden kokemukset ovat lisänneet vanhemmuuden merkitystä ja halua tarjota lapselleen hyvä ja turvallinen lapsuus sekä rakastava koti, ilman pelkoa, epävarmuutta ja ahdistusta, mitä itse on lapsena joutunut kokemaan johtuen vanhemman päihdeongelmasta. Lapsuuden traumaattiset kokemukset ovat myös lisänneet suojeluhalua omaa lasta kohtaan ja lasta halutaan suojella esimerkiksi päihtyneiltä ihmisiltä ja heidän mahdolliselta äänekkäältä tai arvaamattomalta käytökseltä. Tuloksissa yllätti se, että haastateltavat eivät olleet alkaneet ainkaan tietoisesti tai tarkoituksellisesti käsittelemään uudestaan lapsuudessa koettuja asioita oman vanhemmuutensa myötä. Vain yksi mainitsi siitä, että on pohtinut vanhemmaksi tulon myötä, että voisi olla hyvä käydä juttelemassa asioista ammattilaisen kanssa, mutta hänkään ei ollut vielä nähnyt asiaa kuitenkaan ajankohtaiseksi. Tuloksista kuitenkin kävi ilmi se, että oman lapsen myötä on alkanut kyseenalaistamaan oman vanhemman käyttäytymismalleja ja asioiden tärkeysjärjestystä. Yksi haastateltavista toi esiin myös pelon, mikä oli ollut vanhemmaksi tullessa, että pystyykö tarjota lapselle kaiken sen, mitä lapsi tarvitsee, kun itse ei ole saanut oikeanlaista mallia lapsuuden perheestä ja oma elämä oli raskaaksi tulon aikana hajanaista ja päihteiden täyteistä. Lapsuuden kokemuksia oli tuloksien mukaan pystytty näkemään myös eräänlaisina voimavaroina, sillä kokemusten myötä vanhemmuuden merkitys on korostunut. Jokaisen vastauksista kävi ilmi se, että he pitävät tärkeimpänä sitä, että he pystyvät turvaamaan lapsensa

lapsuuden ja luomaan lapselle hyvät eväät elämään tarjoamalla täysin päinvastaisen lapsuuden mitä itsellä on ollut.

Opinnäytetyöni aihe on sellainen, jota voisi tutkia loputtomiin ja monista eri näkökulmista. Aiheeseen liittyen on mahdollista saada uusia näkökulmia loputtomasti ja aina kun tutkittava kohde vaihtuu, sillä jokaisen kokemukset ja näkemykset ovat yksilöllisiä, vaikka samankaltaisuuksiakin löytyy. Tutkittavien ikähaarukan ollessa suurempi, eri näkökulmia asioihin ja kokemuksiin varmasti löytyy runsaasti. Nykyaikana kiinnitetään enemmän huomiota siihen, millaisissa oloissa lapset elävät, ja asioihin puututaan herkemmin, kuin vuosikymmeniä sitten, joten jo tämä tuo luultavasti paljon kokemus- ja näkemyseroja.

Kristian Markio ja Maarit Vihanto (2019) ovat opinnäytetyössään tutkineet myös lapsuudessa koetun vanhemman päihdeongelman vaikutusta omaan vanhemmuuteen. Heidän tuloksistaan käy myös ilmi, että kokemuksilla on vaikutusta omaan vanhemmuuteen. Tuloksista kävi ilmi esimerkiksi se, että moni koki olevansa jopa ylisuojeleva vanhempi johtuen lapsuuden kokemuksistaan. (Markio & Vihanto 2019, 47.) Yksi haastateltavistani mainitsi myös, että osa muista ihmisistä pitää häntä ylisuojelevana vanhempana, mutta hän itse ei kokenut asiaa niin. Toinen haastateltavistani ei myöskään kokenut olevansa lainkaan ylisuojeleva, vaan kertoi pyrkivänsä pitämään lapsensa turvattuna niin hyvin kuin voi, mutta täysin normaalirajoissa.

Myös Hanna-Mari Mikkola (2019) on opinnäytetyössään tutkinut vastaavaa aiheetta ja myös hänen tutkimuksensa tuloksista käy ilmi se, että oman lapsen saatua on alkanut entistä enemmän kyseenalaistamaan oman vanhempansa valintoja ja sitä, että päihteet menivät lasten edelle. Myös hänen tutkimustuloksissaan korostui se, että omalle lapselle halutaan tarjota täysin päinvastainen lapsuus, kuin mitä itse on joutunut kokemaan. Hänen tutkimuksestaan kävi ilmi myös, että kaikki vastaajat olivat oman lapsen saatuaan etäänntyneet omasta päihteitä käyttävästä vanhemmasta suojellakseen omaa lastaan. (Mikkola 2019, 25–26.) Itse en voi todeta omien tuloksieni pohjalta samaa johtopäätöstä. Välit vanhempaan olivat kyllä osittain tai kokonaan etäiset osalla vastaajista, mutta ei voida osoittaa

todeksi saamieni tuloksien pohjalta, että syy tähän etääntymiseen olisi varsinaisesti oma lapsi, vaikka päihdeongelmaisen isovanhemman roolia tai roolittomuutta oman lapsen elämässä oli kyllä pohdittu.

Mieleeni tuli myös aiheeseen liittyen tutkia sitä, miten korona-aika on vaikuttanut päihdeongelmaisten vanhempien lasten kotioloihin ja elämään. Onko esimerkiksi lastensuojeluilmoitukset lisääntyneet ja miten lasten oloihin vaikutti korona-aikana se, että kotona oltiin koko ajan, eikä kouluun tai kavereiden luo voinut mennä. Olisi mielenkiintoista tutkia myös sitä, miten päihdeongelmaisten vanhempien päihteidenkäyttöön ja sitä myötä perhe-elämään vaikuttivat esimerkiksi etätyöt ja lomautukset töistä.

## 5 POHDINTA

Etsiessäni tietoa teoriaosuuteen vanhempien päihdeongelmasta, kiinnitin huomiota, että yhä useammassa lähteessä puhutaan ainoastaan äitiydestä. Isästä ei välttämättä puhuta ollenkaan, tai sitten on eritelty erikseen äidin ja isän päihdeongelmat. Tämä pisti minut pohtimaan, että miksi näin? Ritva Nätkin (2006) on todennut aiheeseen liittyen, että tämä kertoo siitä yhteiskunnan tilasta, jossa vanhemmuus on epäsymmetrisesti puolittunutta, jolloin vanhemmuus voidaan liittää useimmiten vain äitiyteen (Nätkin 2006, 5). Vaikka vanhempien välinen tasa-arvo on varmasti viime vuosina mennyt parempaan suuntaan, luulen, että edelleen on olemassa käyttäytymismalleja, jotka tukevat Nätkinin sanomaa. Maritta Itäpuisto (2003) on tuonut esille, että yleensä asetelma on niin, että perheen isä juo ja äiti on raitis. Tällöin äiti omaksuu naisen roolin ja huolehtii lapsista, koska isä ei ongelmaltaan kykene osallistumaan. Äiti voi myös pyrkiä lieventämään isän alkoholi-ongelman vaikutusta lapsiin. Itäpuiston mukaan alkoholi-ongelmaista naista pidetään poikkeavana ja usein koko perhettä voidaan paheksua äidin ongelman takia. (Itäpuisto 2003, 36.) Voiko olla, että äidin päihdeongelmiin kiinnitetään kirjallisuudessa enemmän huomiota siksi, että sitä pidetään tuntemattomampana ja jossain määrin jopa paheksuttavampana asiana kuin isän päihdeongelmia? Voidaan ajatella, että jos äiti on päihdeongelmainen, niin lapsista ei huolehdi kukaan, mutta isän ollessa päihdeongelmainen, äiti kyllä huolehtii. Kautta aikojen historiasta juurtuu se näkökulma, että äidit ovat perheen huolehtijoita, joiden pääasiallinen tehtävä on huolehtia perheen hyvinvoinnista. Kuitenkin jo vuonna 2011 yksi yleisimmistä syistä lasten huostaanotolle ja sijaishuollon tarpeelle on ollut juuri äidin päihdeongelma (Pajulo 2011, 1189). Puhuttaessa vanhemman päihdeongelmien vaikutuksista nimenomaan lapseen, olisi mielestäni hyvä puhua nimenomaan ”vanhempien päihdeongelmista” eikä eritellä niitä erikseen ”äidin päihdeongelmiin” ja ”isän päihdeongelmiin”, sillä en usko, että lapsen näkökulmasta sillä on eroa, että onko äiti vai isä päihdeongelmainen, mikäli molemmat vanhemmat ovat tasavertaisesti lapsen elämässä ja lapsi asuu molempien kanssa.

Koko opinnäytetyön tekemisen ajan mielenkiinto työstämiseen pysyi yllä, sillä onnistuin valitsemaan aiheen, joka itseäni kiinnostaa todella paljon. Opinnäytetyön tekeminen etukäteen jopa pelotti jonkun verran, sillä olin kuullut muilta prosessin

olevan pitkä ja kivinen tie. Itse en kuitenkaan kokenut opinnäytetyöprosessia tällaisena, vaan yllättävän mutkattomana ja miellyttävänä. Toki haasteitakin mukaan mahtui ja pieniä epätoivon hetkiä silloin tällöin, mutta pääsin niistä nopeasti yli. Luulen, että tähän prosessin mielekkyyteen vaikutti myös se, että minulla oli työn tekemiseen hyvin aikaa, eikä tarvinnut missään vaiheessa kiirehtiä. Koen, että tämän opinnäytetyön tekemisestä ja aiheen tutkimisesta on hyötyä tulevassa työelämässä, sillä olen harjoitteluiden kautta havainnut, että yhä useammalla on lapsuudesta rankkoja kokemuksia, jotka ovat hyvin usein jääneet kokonaan käsittelemättä ja niillä on suuri vaikutus nykyhetkessä aikuisena.

Haastattelutilanteet olivat antoisia, vaikka toki jännittäviäkin. Keskustelut tällaisista asioista tulevat spontaanisti, mikäli tilanne siihen vie, eikä näin suunnitellusti. Se jännitti ja loi haastattelutilanteisiin omanlaisen jännitteen, mutta loppua kohti haastattelutilanteisiin tuli vapautuneempi tunnelma. Yksi haastateltavista laittoi haastattelun pitämisen jälkeen viestiä, että hän koki haastattelutilanteen terapeutiksi kokemukseksi, kun kävi asioita läpi ja kertoi niistä ääneen. Tästä tuli hyvä mieli, että haastatteluista oli haastateltavillekin kenties hyötyä, eikä vain minulle.

Vain yhdellä kolmesta haastateltavastani oli ollut lastensuojelu mukana elämässä. Ennen haastattelujen pitämistä oletin, että jopa kaikilla olisi ollut jossain määrin ainakin. Tämä laittoi minut pohtimaan, että kuinka paljon oikeasti on perheitä, joissa vanhemmilla on päihdeongelma ja sen myötä lasten kotiolot ovat huonot ja haitaksi lapsen kehitykselle, mutta kukaan ei tiedä asiasta tai ainakaan ole tehnyt esimerkiksi lastensuojeluilmoitusta ja näin vienyt asiaa eteenpäin? Luulen, että valitettavan paljon edelleen, vaikka tilanne varmasti on parempi kuin vuosikymmeniä sitten. Pohdin paljon tuloksia analysoidessani myös sitä, että eikö vanhempana ole huono omatunto, kun altistaa lastaan vaaralle päivittäin, kun ei eroa päihdeongelmaisesta puolisoista, oli se lapsen vanhempi tai ei? Ymmärrän, että myös päihdeongelmaisesta puoliso voi olla alistunut tilanteelle, eikä esimerkiksi uskalla erota tai uskoo tilanteen pian muuttuvan, mutta silti pohdin tätä asiaa paljon ja turhautumiseen asti.

Pohdin myös tuloksia kirjoittaessani sitä, että kyllähän oletus on, että jokainen vanhempi haluaa tarjota lapselleen turvallisen ja rakastavan kodin, oli itsellä millainen lapsuus tahansa, mutta tulin siihen lopputulokseen, että päihdeongelmaisen lapsella tämä varmasti korostuu ja asiaa pohtii enemmän eikä sitä pidä itseltään selvänä, kun on itse kokenut usein sen päinvastaisen lapsuuden.

Validius toteutui opinnäytetyössäni, sillä sain vastauksen tutkimuskysymykseeni. Pohdin haastatteluiden teemat huolellisesti siten, että ne vastasivat opinnäytetyöni aihetta mahdollisimman kattavasti, mutta kuitenkin rajaten ja varsinaista tutkimuskysymystä pohjustaen. Tämä lisäsi osaltaan luotettavuutta, sillä näin pystyin varmistamaan, että tuloksissa keskitytään opinnäytetyön tarkoituksen mukaisiin asioihin. Teoria vastasi hyvin tutkimustuloksia ja antoivat tutkimusosiolle hyvän pohjustuksen. Merkitsin opinnäytetyössäni käytetyt lähteet asianmukaisesti ja oikeaoppisesti Lapin ammattikorkeakoulun sääntöjen mukaisesti.



## LÄHTEET

Eskola, J., Lätti, J. & Vastamäki, J. 2018. Teemahaastattelu: lyhyt selviytymisopas. Teoksessa Valli, R (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 27–51.

Eskola, J. 2007. (Teema)haastattelututkimuksen toteuttamisesta. Teoksessa Viinamäki, L. & Saari, E. (toim.) Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Helsinki: Tammi, 32–46.

Fabritius, S. 2007. Selviytymistä ja haavoittumista. Naisten tarinoita vanhemman alkoholinkäytöstä. Tampereen yliopisto. Sosiaalityö. Pro gradu -tutkielma.

Hiltunen, T. 2017. Päihteidenkäyttäjien läheisten tukeminen. *Diakonia* 1/2017, 44–45. Viitattu 8.2.2022 <https://evl.fi/documents/1327140/48804330/Diakonia+1-2017.pdf/7c64176d-d695-0ac7-c3b3-2deef1ea6037?t=1617174433211>.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Holmberg, J. 2010. Päihderiippuvuudesta elämänhallintaan. Helsinki: Edita Prima Oy.

Holmberg, J., Hämäläinen, R., Kurki, M. & Salo-Chydenius, S. 2015. Päihdehoitotyö ja ihmisen elämäkulkua. Teoksessa Holmberg, J., Inkinen, M., Kurki, M., Partanen, A. & Salo-Chydenius, S. Päihdehoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy, 357–415.

Holmila, M., Kataja, K., Pirskanen, H., Simonen, J. & Tigerstedt, C. 2016. Alkoholismista toipuneen paluu vanhemmuuteen. Teoksessa Holmila, M., Raitasalo, K. & Tigerstedt, C. (toim.) Sukupolvien sillat ja kasvamisen karikat – vanhemmat, lapset ja alkoholi. Helsinki: Suomen Yliopistopaino Oy, 49–62.

Hyytinen, R. 2008. Päihteidenkäyttäjän perhe ja läheiset. Teoksessa Havio, M., Inkinen, M. & Partanen, A. (toim.) Päihdehoitotyö. Helsinki: Tammi, 177–181.

Itäpuisto, M. 2003. Vanhempien alkoholiongelma, lasten ongelma. Teoksessa Holmila, M. & Kantola, J. (toim.) Pullonkauloja. Kirjoituksia alkoholistien läheisistä. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy, 31–51.

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

Kalland, M. & Salo, S. 2020. Vanhemmuuden tukeminen vauva- ja lapsiperheissä. *Duodecim-lehti* 8/2020.

Kananen, J. 2008. Kvali. Kvalitatiivisen tutkimuksen teoria ja käytänteet. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kananen, J. 2015. Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Näin kirjoitan opinnäytetyön tai pro gradun alusta loppuun. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Lasinen lapsuus 2022. Vertaistukiryhmät. A-klinikkasäätiö. Viitattu 23.2.2022 <https://lasinenlapsuus.fi/tukea/vertaistukiryhmat>.

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.

Markio, K. & Vihanto, M. 2019. Pääasia, et oon tänään tässä nyt. Lapsuus päihdeperheessä: Saatu tuki ja apu, vaikutukset omaan vanhemmuuteen ja suhtautumiseen päihteisiin. Laurea-ammattikorkeakoulu. Sosionomi. Opinnäytetyö.

Markuksela, E. 2016. Hyvän vanhemmuuden rakentuminen päihdeongelmasta toipuvien haastattelupuheessa. Jyväskylän yliopisto. Sosiaalityö. Pro gradu -tutkielma.

Mielenterveystalo 2022. Päihteet. Päihteiden väärinkäytön tunnistaminen. Viitattu 16.2.2022 [https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/mielenterveys\\_puheeksi/Pages/paihteet.aspx](https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/mielenterveys_puheeksi/Pages/paihteet.aspx).

Mikkola, Hanna-Mari. 2019. Lapsuus ja oma vanhemmuus. Kasvaminen perheessä, jossa päihteet ovat läsnä arjessa, selviytyminen ja haasteet omaan vanhemmuuteen. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Mäkelä, R. 2013. Alkoholiongelmat ja perhe. Lastensuojelullisten toimenpiteiden käynnistäminen. Teoksessa Alho, H., Kiiänmaa, K. & Seppä, K. (toim.) Alkoholi-riippuvuus. Helsinki: Duodecim, 73–85.

Nätkin, R. 2006. Johdanto. Kulttuurisista merkityksistä hoidon tutkimukseen. Teoksessa Nätkin, R (toim.) Pullo, pillerit ja perhe. Jyväskylä: PS-kustannus, 5–21.

Pajulo, M. 2011. Päihdeongelmaisten odottavien äitien hoidon kehittäminen – erityispiirteet, haasteet ja mahdollisuudet. Suomen Lääkärilehti 14/2011, 1189–1195. Viitattu 16.2.2022 <https://docplayer.fi/1109129-Paihdeongelmaisten-odottavien-aitien-hoidon-kehittaminen.html>.

Peltoniemi, T. 2003. Lapsen elämä suomalaisessa alkoholiperheessä. Teoksessa Holmila, M. & Kantola, J. (toim.) Pullonkauloja. Kirjoituksia alkoholistien läheisistä. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino, 53–59.

Pirskanen, H. 2011. Alkoholi, isyys ja valta. Ongelmajuovat isät miesten elämäntarinoissa. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D 53/2011. Väestöliitto. Viitattu 16.2.2022 [https://www.vaestoliitto.fi/uploads/2020/12/007020f4-alkoholi-isyys-ja-valta\\_net.pdf](https://www.vaestoliitto.fi/uploads/2020/12/007020f4-alkoholi-isyys-ja-valta_net.pdf).

Pohjola, A. 2007. Eettisyyden haaste tutkimuksessa. Teoksessa Viinamäki, L. & Saari, E. (toim.) Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Helsinki: Tammi, 11–31.

Rajamäki, M. 2013. Vanhempien päihdeongelma ja perhetyö. Päihdeongelmista kärsivien perheiden hoidosta. Kalliolan Kansalaistoiminnan yksikkö. Viitattu 16.2.2022 [http://www.socca.fi/files/2815/Matti\\_Rajamaki\\_vanhempien\\_paihdeongelma\\_ja\\_perhetyo\\_130313\\_2.pdf](http://www.socca.fi/files/2815/Matti_Rajamaki_vanhempien_paihdeongelma_ja_perhetyo_130313_2.pdf).

Roine, M. & Takala, J. 2013. Nuorten kokemuksia aikuisten alkoholinkäytöstä. Teoksessa Holmila, M., Tigerstedt C. & Warpenius, K. (toim.) Alkoholi- ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos, 24–35.

Savolainen, M. 2008. Lapsi perheessä, jossa vanhemmalla on päihdeongelma. Teoksessa Havio, M., Inkinen, M. & Partanen, A. (toim.) Päihdehoitotyö. Helsinki: Tammi, 158–166.

Taitto, A. 2002. Huomaa lapsi. Päihdeongelma perheessä. Helsinki: Lasten keskus.

Takala, J. 2015. Palveluita vanhempien päihteidenkäytöstä haittoja lapsuudessaan kokeneille. A-klinikkasäätiö 1.10.2015. Viitattu 23.2.2022 <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/laheiset-ja-paihteiden-kaytto/palveluita-vanhempien-paihteidenkaytosta-haittoja-lapsuudessaan-kokeneille>.

Takala, J. 2017. Alkoholiongelmaisen kanssa lapsuudessaan eläneet aikuiset. A-klinikkasäätiö 26.1.2017. Viitattu 22.2.2022 <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/laheiset-ja-paihteiden-kaytto/alkoholiongelmaisen-kanssa-lapsuudessaan-elaneet-aikuiset>.

Traumaterapiakeskus 2016. Apua vanhemmuuteen. Tietoa kaltoinkohtelusta juontuvien vanhemmuuden pulmien kanssa selviytymiseen. Vakava traumatisoituminen ja vanhemmuus -projekti 2012–2016. Viitattu 23.2.2022 <https://www.hel.fi/static/sote/perheentuki/pdf/APUA%20VANHEMMUUTEEN.pdf>.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

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

Valkonen, P. 2012. Aikuisten tarinoita lapsuudesta päihdeperheessä. Itä-Suomen yliopisto. Sosiaalityö. Pro gradu -tutkielma.

## LIITTEET

### Liite 1. Teemahaastattelun runko

#### **Perustiedot**

Ikä, sukupuoli

#### **1. Lapsuus**

Kuvaile lapsuuden perhettäsi.

Mitä päihteitä lapsuuden perheessäsi käytettiin ongelmallisesti?

Koskettiko päihdeongelma vain toista vanhempaa vai molempia?

Milloin ja miten huomasit, että vanhemmallasi on päihdeongelma?

Miten vanhemman päihdeongelma vaikutti lapsuuden perheesi elämään ja arkeen?

Miten vanhemman päihdeongelma vaikutti sinun arkeesi esim. koulunkäyntiin ja kaverisuhteisiin?

Miten vanhemman päihdeongelma vaikutti käsitykseen itsestäsi?

Millaisia tunnetiloja muistat kokeneesi lapsena/nuorena vanhempasi päihteidenkäyttöön liittyen?

Millainen suhde sinulla oli lapsena vanhempiisi?

Millainen sisarustesi rooli oli elämässäsi?

Millaisia selviytymiskeinoja ja suojaavia tekijöitä sinulla oli lapsena?

Millaista tukea sait ja saitko sitä riittävästi? Esimerkiksi läheisiltä ihmisiltä, koulusta, sosiaaliviranomaisilta tms.

#### **2. Päihteet**

Miten suhtaudut päihteisiin nyt aikuisiällä?

Millainen olo sinulla on nykyään päihtyneiden ihmisten seurassa?

Pyritkö suojelemaan lastasi esimerkiksi siltä, että hänen läsnä ollessaan ei kukaan ota alkoholia joko yhtään tai humaltumiseen asti? Missä koet rajan menevän tämän suhteen?

#### **3. Vanhemmuus**

Mitä ongelmia tai haittoja olet kokenut aikuisiällä lapsuuden kokemustesi takia?

Miten lapsuuden kokemuksesi ovat vaikuttaneet esimerkiksi parisuhteisiin?

Millainen suhde sinulla on vanhempaasi nyt aikuisiällä?

Millainen suhde lapsellasi on isovanhempaansa?

Koetko, että lapsuuden kokemuksillasi on ollut vaikutusta vanhemmuuteesi? Jos kyllä, niin millaisia vaikutuksia? Negatiivisia sekä positiivisia.

Konkreettisia esimerkkitalanteita vaikutuksien näkymisestä.

Miten lapsuuden kokemuksesi ovat vaikuttaneet omaan itsevarmuuteesi vanhempana?

Koetko, että joitain lapsuuden perhe-elämästä opittuja malleja, arvoja tai asenteita on siirtynyt omaan vanhemmuuteesi ja perhe-elämääsi?

Mitä asioita ajattelit haluavasi omassa vanhemmuudessa tehdä toisin kuin oma vanhempasi sinun lapsuudessa?

Onko ollut joitain tilanteita, joissa et ole tiennyt kuinka toimia, koska et ole lapsuudenperheestäsi saanut mallia tähän? Millaisia tilanteita?

Koetko, että sinulla on ollut vaikeuksia vai päinvastoin helppo muodostaa tunnesiteitä lapsesi lapsuuden kokemuksiesi vuoksi? Miksi on ollut helppo tai vaikea muodostaa?

Onko lapsuuden kokemuksesi vaikuttaneet luottamukseen lapsesi toista vanhempaa kohtaan? Jos kyllä, niin millä lailla tai missä tilanteissa luottamusongelmat ovat tulleet esiin?

Millaisia valintoja ja päätöksiä olet vanhempana tehnyt johtuen omista lapsuuden kokemuksistasi?

Oletko saanut positiivisia onnistumisen kokemuksia sen myötä, että sinulla on lapsuutesi kautta ollut joitain tilanteita, jotka on kohdallasi tehty väärin tai toimittu toisin, mutta olet itse ymmärtänyt oman lapsesi kohdalla toimia toisin? Esimerkkejä tilanteista.

#### **4. Vanhemmuuden voimavarat**

Onko esimerkiksi neuvolassa tai muussa vastaavassa kysytty tai oletko itse ottanut esille omat lapsuuden kokemuksesi?

Oletko vanhemmuuden myötä alkanut joko ensimmäisen kerran tai uudelleen käsittelemään lapsuudessa koettuja asioita?

Oletko kokenut aikuisiällä tarvitsevasi apua esimerkiksi lapsuuden asioiden käsittelyyn tai vanhemmuuden voimavarojen löytämiseen?

Oletko saanut sitä, ja jos, niin mistä?

Miten kokemuksesi ovat vahvistaneet sinua vanhempana sekä lisänneet ymmärrystä vanhemmuudesta ja sen merkityksestä?