

Tiina Laurikainen

”SELVÄSTI HYVÄ ÄITI”
Kokemuksia vanhempien haitallisen päihteiden
käytön vaikutuksista omaan äitiyteen

Opinnäytetyö
Sosiaalialan koulutusohjelma


Maaliskuu 2016




MAMK

University of Applied Sciences

KUVAILULEHTI

	Opinnäytetyön päivämäärä 19.3.2016
Tekijä(t) Tiina Laurikainen	Koulutusohjelma ja suuntautuminen Sosiaalialan koulutusohjelma, Sosionomi
Nimeke ”Selvästi hyvä äiti” Kokemuksia vanhempien haitallisen päihteiden käytön vaikutuksista omaan äitiyteen	
Tiivistelmä Noin joka kymmenes suomalainen on elänyt perheessä, jossa alkoholin käyttö on ollut lapselle haitallista. Varsinkin naisten alkoholin käyttö on Suomessa lisääntynyt, mikä lisää riskiä lasten kasvuolojen vaarantumiselle. Täten voidaan olettaa yhä useamman vanhemman eläneen lapsuutensa perheessä, jossa käytettiin haitallisesti alkoholia. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia tunnetaanko vanhempien haitallisen päihteiden käytön vaikuttavan omaan äitiyteen. Tarkoituksena oli myös kartoittaa, mitä voimavaroja äideillä on käytössään vanhemmuutensa tueksi. Tutkimus oli kvalitatiivinen, joka toteutettiin Webropol-palvelun avulla luodulla kyselyllä. Yhteistyötahona tutkimuksessa oli Mielenterveyden keskusliitto, joka on mukana Lasinen lapsuus - Sirpaleinen mieli -hankkeessa. Kyselyn julkaisi Lasinen lapsuus -toiminta Facebook-sivullaan marraskuussa 2015. Tutkimuksen aineisto koostuu yhdeksän kyselyyn vastanneen äidin vastauksista, jotka kaikki kertoivat lapsuudessaan tunteneensa vanhempiensa päihteiden käytön häiritseväksi. Aineisto analysoitiin induktiivista sisällönanalyysimenetelmää käyttäen, poimien vastauksista asiasanoja, jotka ryhmiteltiin omaan itseensä ja ympäristöön kuuluviksi. Tuloksista nousi esiin äitien yksilölliset kokemukset sekä kokemusten yhteneväisyyttä. Kaikki äidit kokivat lapsuuden kokemusten vaikuttaneen omaan äitiyteensä. Äidit halusivat tarjota lapsilleen turvallisen kasvuympäristön, johon alkoholi ei kuulu. Esiin nousi myös äitien itsetunnon ongelmat. Tämä opinnäytetyö mahdollisti syventymiseni tärkeään ja itseäni kiinnostavaan aiheeseen. Uskon tutkimuksen antavan eväitä myös Lasinen lapsuus - Sirpaleinen mieli -hankkeen työntekijöille sekä päihdeettä perhetyössä työskenteleville. Toivon työni toimivan myös vertaistuellisena heille, jotka ovat lapsuudessaan vanhempiensa haitallisesta päihteiden käytöstä kärsineet.	
Asiasanat (avainsanat) päihteet, päihteiden käyttö, ylisukupolvisuus, vanhemmuus, äitiys, voimavara	
Sivumäärä 25+3	Kieli Suomi
Huomautus (huomautukset liitteistä) Liitteenä kyselypyyntö, kyselyn saate ja kyselypohja	
Ohjaavan opettajan nimi Mauno Saksio	Opinnäytetyön toimeksiantaja

DESCRIPTION

	Date of the bachelor's thesis 19.3.2016
Author(s) Tiina Laurikainen	Degree programme and option Degree Program in Social Work Bachelor of Social Services
Name of the bachelor's thesis "Clearly a good mum". Experiences on how alcoholic parents affect a child's own motherhood	
Abstract <p>This bachelor's thesis aims at studying how growing up with parents who abuse alcohol affects a child's own parenting, i.e. how the effects show in family life and what the resources of parenting are.</p> <p>This thesis is a qualitative study and the research material was collected through a survey by Webropol. The study was conducted in cooperation with the Finnish Central Association for Mental Health the Fragile Childhood - Putting Pieces Together -project. The inquiry was published on the Fragile Childhood Facebook page in November 2015.</p> <p>The research material consist of nine responses to the inquiry. The responses were written by mothers who all felt that there had been alcohol abuse in their childhood. The material analysing were made by analysed using content analysis.</p> <p>The result of the study was that the mothers' experiences were individual, but at the same time there were some similarities. All the mothers felt that their childhood does affect their motherhood. The mothers wanted to offer a safe and provided childhood to their children, which does not include alcohol. There were also signs of the mothers' self-esteem problems.</p> <p>This thesis did provided an opportunity to me to study a subject that I feel important. I believe that the results of this study will give information to the employees of the Fragile Childhood - Putting Pieces Together -project and the employees who work in substance work, or in family work. I also hope that this thesis will give hope and peer support to those who were affected by their parents alcohol abuse.</p>	
Subject headings, (keywords) substance, substance abuse, parenting, motherhood, resource	
Pages 25+3	Language Finnish
Remarks, notes on appendices Inquirys attached	
Tutor Mauno Saksio	Bachelor's thesis assigned by

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	1
2	TUTKIMUKSEN TAUSTAA	2
2.1	Päihteiden käyttö	2
2.1.1	Päihde.....	2
2.1.2	Päihdeongelma.....	2
2.2	Turvallinen vanhemmuus	3
2.3	Äitiys.....	4
2.4	Päihteiden käytön vaikutus vanhemmuuteen.....	5
2.5	Vanhemmuuden voimavarat.....	6
3	AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET	7
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	9
4.1	Laadullinen tutkimus	10
4.2	Aineiston keruu.....	11
4.3	Aineiston analysointi	12
4.4	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	12
5	TUTKIMUKSEN TULOKSET	13
5.1	Äitien lapsuuden kokemukset.....	14
5.2	Lapsuuden kokemusten vaikutus äitiyteen	14
5.3	Vaikutusten näkyminen perheen arjessa.....	16
5.4	Äitiyden voimavarat	17
6	POHDINTA	19
	LÄHTEET	23

LIITTEET

- 1 Kyselypyyntö
- 2 Kyselyn saate ja kyselypohja

1 JOHDANTO

Kasvamisen perheessä, jossa käytetään haitallisesti päihteitä, tiedetään vaikuttavan lapsen elämään pitkälle tulevaisuuteen. Usea lapsi joutuu näissä perheissä ottamaan aikaisin vanhemman vastuun huolehtiessaan arkielämän sujuvuudesta jääden itse vaille huolenpitoa, tukea ja turvaa. Päihdeongelmien tiedetään myös luovan lasten tulevaisuudelle riskin päihteidenkäytön siirtymisestä sukupolvelta toiselle. (Holmila ym. 2008, 421, 429.)

Noin joka kymmenes suomalainen on elänyt perheessä, jossa alkoholin käyttö on ollut lapselle haitallista (Peltoniemi 2005, 3). Lasten pahoinvointi lisääntyi 1990-luvulla, mikä osittain johtui vanhempien päihdeongelmien lisääntymisestä, joka taas heijastui yhä lisääntyvinä lasten huostaanottoina. Yhä huolestuttavampaa on naisten päihdeidenkäytön lisääntyminen, joka vaikuttaa yhä suuremmissa määrin lasten kasvuoloihin. (Itäpuisto 2005, 12.) Täten voidaankin olettaa yhä useamman vanhemman eläneen lapsuutensa perheessä, jossa esiintyi haitallista päihteiden käyttöä.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia, tunnetaanko vanhempien haitallisen päihteiden käytön vaikuttavan omaan äitiyteen ja kuinka äidit olettavat vaikutusten näkyvän heidän arjessaan. Tarkoituksena oli myös kartoittaa, mitä voimavaroja näillä äideillä on käytössään vanhemmuutensa tueksi. Idea tutkimukselle lähti mielenkiinnostani päihde- että perhetyöhön, ja tämä tutkimus mahdollisti syventymiseni aiheeseen, joka sitoi molemmat työkentät toisiinsa.

Opinnäytetyö oli tutkimuksellinen työ, jossa yhteistyötahona toimi Mielenterveyden keskusliitto, joka oli mukana Lasinen lapsuus – Sirpaleinen mieli -hankkeessa. Hanketta koordinoi A-klinikkasäätiön Lasinen lapsuus -toiminta toisena kumppaninaan Suomen mielenterveysseura. Hanke keskittyi ehkäisemään vanhempiensa haitallisesta päihteiden käytöstä kärsineiden nuorien ja vanhemmaksi tulleiden nuorten aikuisten kokemia haittoja sekä ennaltaehkäisemään sukupolvelta toiselle siirtyviä ongelmia. (Lasinen lapsuus 2015.) Opinnäytetyö antoi hankkeen työntekijöille tietoa päihteidenkäytön vaikutusten kokemisesta äitiyteen. Uskon työni antavan tietoa myös päihde-työstä kiinnostuneille ja antavan myös vertaistukea vanhemmille, jotka ovat lapsuudessaan vanhempiensa haitallisesta päihteiden käytöstä kärsineet.

2 TUTKIMUKSEN TAUSTAA

Tämän tutkimuksen keskiössä on vanhemmuus ja äitiys, kodin päihteidenkäytön varjossa eletty lapsuus, jonka vaikutukset kantavat vielä pitkälle aikuisuuteen.

2.1 Päihteiden käyttö

Päihteiden käytön haitat ovat ihmisille moninaisia riippuen niin käytetystä päihteestä, kuin käyttömääristä. Päihteet vaikuttavat ihmisten elämään niin fyysisesti, psyykkisesti kuin taloudellisestikin. (Holopainen 2001, 35.)

2.1.1 Päihde

Päihde on kemiallinen aine, joka aiheuttaa päihtymyksen tunteen elimistöön joutuaan (Dahl & Hirschovits 2002, 5). Tässä työssä päihteellä tarkoitetaan alkoholia, joka on käymisteitse valmistettua väritöntä nestettä. Alkoholi imeytyy nopeasti ruoansulatuskanavasta koko elimistöön, vaikuttaen päihdyttävästi jo pieninä annoksina käytettäessä. (Dahl & Hirschovits 2002, 130). Alkoholi tuottaa huumaavia, sekä - että mielihyvää tuottavia keskushermostollisia vaikutuksia, ja sen huumaavaa tunnetta kutsutaan humalaksi (Kianmaa 2003, 120).

Alkoholin käytöstä aiheutuva humalatilaa vaikuttaa sekä fyysisiin että psyykkisiin toimintoihin. Ihmisen suorituskyky laskee, arvostelukyky ja liikkeiden säätely heikkenevät, reaktioaika hidastuu sekä ihmisen kipukynnys kasvaa. Alkoholin käyttö lisää myös tapaturmien riskiä. (Dahl & Hirschovits 2002, 130.) Alkoholin pitkäaikainen käyttö lisää riskiä alkoholiriippuvuuden kehittymiselle. Alkoholiriippuvuus on sekä henkistä että fyysistä riippuvuutta. (Holopainen 2001, 35.)

2.1.2 Päihdeongelma

Holopainen (2001, 41) määrittelee päihderiippuvuuden olevan ihmisen päihteiden haakuista käyttäytymistä, joka voimistuu ja muuttuu pakonomaiseksi. Ihminen menettää päihteiden käytön hallintakyvyn. Riippuvuuden tunnusmerkkeihin kuuluvat tolerans-

sin kehittyminen ja vieroitusoireiden ilmeneminen päihteiden käytön lopettamisen yhteydessä.

Tässä työssä päihdeongelma tarkoittaa alkoholiriippuvuutta eli alkoholismia. Alkoholismin kehittymiseen vaikuttavat käytetyn alkoholin määrä, ihmisen perimä, sosiaalinen ympäristö sekä jokaisen henkilökohtaiset ominaisuudet. (Dahl & Hirschovits 2002, 139.) Tässä tutkimuksessa vanhempien käyttämällä päihteiden määrällä ei kuitenkaan ollut merkitystä. Tutkimus keskittyi kokemuksen kartoittamiseen, joten riitti, että lapsuudessa vanhempien päihteiden käyttö on lapsen mielestä ollut haitallista.

2.2 Turvallinen vanhemmuus

Varhaislapsuudella on suuri merkitys lapsen myöhäisempään elämään. Geneettinen perimä, kasvuolosuhteet ja ympäröivä yhteiskunta vaikuttavat siihen millaiseksi lapsen elämä muotoutuu. (Paananen & Gissler 2014, 208.)

Lasten kasvatus on lasten ohjausta, opastamista ja tukemista, sitä, että lapset saavat kasvaa omiksi persoonikseen ja samalla oppivat tulemaan toimeen toisten ihmisten kanssa. Kun tarkastellaan lasten ja nuorten hyvinvointia, on koti tärkeässä asemassa. Täten kodin tärkeimpiin arvoihin voidaankin lukea lasten ja nuorten hyvinvoinnin varmistaminen. Arvot ohjaavat jokapäiväisiä kodin tilanteita, joissa asetetut terveet rajat turvaavat lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä. (Ijäs 2009, 49, 139–140.)

Neitolan (2011, 166) tekemän tutkimuksen mukaan vanhempien mielestä vanhemmuuteen kuuluu opettaa lapsille rajoja sekä sääntöjä, elämäntaitoja, sosiaalisia taitoja ja toisista ihmisistä välittämistä ja myötäelämistä. Myös arkielämän tarpeista huolehtimisen opettaminen koetaan tärkeäksi. Vanhemmat tuntevat vanhemmuuden vastuun päivittäisinä arjen tekoina, mutta myös samalla tulevaisuuteen tähtäävänä toimintana, jossa on huomioitu lapsen ikätasoinen kehitys ja ominaisuudet. (Böök & Perälä-Lintunen 2010, 48–49.)

Vanhemmuutta voidaan tarkastella myös lapsen hyvän kautta. Yhtä ja ainoaa perustaa sille, mikä lapsille on hyväksi, ei voida antaa, vaan käsite on monimerkityksellinen. Voidaan myös puhua lasten hyvinvoinnista ja lasten edusta. Tarkasteltaessa lapsen hyvää painotetaan nykyisin ihmissuhteiden laatua, ts. kiintymyssuhdetta, tasapainoista

kehitystä ja normaalia elämäntapaa, sekä huomioidaan myös lapsen mielipide ja osallisuus. Toisaalta tavallinen ja turvallinen vanhemmuus on helpointa ymmärtää katsottaessa se vastakohtaksi vanhemmuudelle, jossa esiintyy ongelmia. (Nätkin 2003, 37–38, 59.) Lapset toivovatkin vanhemmiltaan yhteisesti vietettyä aikaa, jolloin ei ole tarve lähteä minnekään, kiireettömyyttä ja aitoa läsnäoloa. Pysyvät ja turvalliset ihmissuhteet luovatkin hyvän pohjan lapsen kasvuun. (Ijäs 2009, 56, 89.)

Lapsiperheiden hyvinvointi -tutkimuksen mukaan vanhempien koulutus, mielenterveys-ongelmat, toimeentulo sekä sosioekonominen asema vaikuttavat heidän lastensa hyvinvointiin. Varsinkin vanhempien taloudellisen tilanteen on huomattu vaikuttavan lapsen mahdollisuuteen selvittää taloudellisesti itsenäisenä myöhemmin elämässään. Tutkimuksesta käy myös ilmi vanhempien mielenterveysongelmien ja perhesuhteiden muutosten olevan yhteydessä lasten kehitykseen. Lasten psykiatrisen erikoissairaanhoidon käyttöä lisäävät vanhempien vähäinen koulutus sekä matala sosioekonominen asema. Täten voidaankin olettaa vanhempien kasautuvien ongelmien vaikuttavan lasten hyvinvointiin. Vaikka tutkimus tuo esiin mahdollisuuden pahoinvoinnin periytyemisestä sukupolvelta toiselle, vaikuttavat lapsuuteen myös perheen omat, että yhteiskunnan arvot ja asenteet, jotka kulkevat myös sukupolvelta toiselle. Tutkimus ei kuitenkaan tue ajatusta sukupolvelta toiselle automaattisesti siirtyvistä ongelmista, vaan tämän mahdollisuudesta, jota kasvuympäristö voi heikentää tai vahvistaa. (Paananen & Gissler 2014, 213.)

2.3 Äitiys

Sukupolvelta toiselle siirtyvät kulttuurilliset uskomukset äitiydestä ja äidin paikasta elävät vahvasti ihmisten mielissä. Täydellisen äidin kuva on uskomus, jossa äiti kuuluu kotiin, on aina läsnä oleva sekä antaa parasta hoivaa lapselleen. Arjen todellisuuteen nämä uskomukset istuvat huonosti. Äidit ovat myös voimattomia, epätäydellisiä ja heikkoja. Uskomukset aiheuttavatkin normaalin käsityksen äitiydestä saaden äidit kokemaan syyllisyyden ja riittämättömyyden tunteita. (Katvala 2001, 26–28.) Äitiydessä luodaan suhde toiseen ihmiseen sekä vastataan tämän tarpeisiin. Äitiyteen kuuluu olla riippuvainen toisista ihmisistä ja tarvita näiden tukea. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, etteikö äiti voisi olla itsenäinen ja erillinen. (Vuori 2003, 63.)

Äidit tuntevat äitiyden olevan elämänpitäinen prosessi ja määrittelevät äitiyteen kuuluvan rajojen asettamista ja kontrollointia, sensitiivisyyttä, lämmin suhde lapseen, hoivaa, kuuntelua ja läsnäoloa. Suurin osa äideistä pitääkin äitiyttä positiivisena asiana elämässään, vaikka se tuokin mukanaan vastuuta ja haasteita. Äitiyteen kuuluu myös ilon ja ylpeyden tunteet lapsista. (Neitola 2011, 155.)

Äitiyden myötä voi löytää itsestään myös uusia puolia, joita ei välttämättä edes olisi halunnut löytää. Eteen voi tulla tilanne, jossa äidin on vain hyväksyttävä, ettei aina välttämättä ole hyvä äiti lapsilleen ja ettei täydellistä äitiä ole olemassakaan. (Pruuki 2002, 11.) Jokainen äiti onkin omanlaisensa ja rakentaa oman tapansa olla äiti erilaisen uskomusten ja tapojen kautta peilaten, limittyen ja etäänntyen, riippuen siitä, minkä itse käsittää äitiydessä ja elämässä tärkeäksi (Ijäs 2009, 28). Tutkimus keskittyy äitien kokemuksiin, sillä yhä tänäkin päivänä Suomessa äidit jäävät ensisijaisesti kotiin hoitamaan lapsiaan (Findikaattori 2015).

2.4 Päihteiden käytön vaikutus vanhemmuuteen

Päihteitä käyttävät vanhemmat ovat kaikki yksilöitä. Ei ole olemassa yhtä malliesimerkkiä, jonka avulla voitaisiin katsoa päihteiden käytön haittavaikutuksia. Vanhemmuuteen päihteidenkäytön alaisuudessa vaikuttavat niin käytetty päihde kuin henkilö itsekkin, ympäristö ja hänen omat mielikuvansa vanhemmuudesta. Arjen sekasorto ja vanhemmuuden puute eri muodoissaan kuitenkin yhdistävät tutkimuksien mukaan erilaisia perheitä, joissa esiintyy päihteiden haitallista käyttöä. (Hyytinen 2007, 84; Itäpuisto 2005, 80.) Päihdeongelma myös usein jättää lapset taka-alalle, jolloin päihteiden käyttö nousee perheessä ensisijaiseen asemaan (Väyrynen 2006, 119). Päihteiden käytön vaikutukset ovatkin hyvin moninaisia, eikä ongelma itsessään ole päihde vaan päihteiden käytön aiheuttamat seuraukset (Itäpuisto 2005, 72).

Päihteitä haitallisesti käyttävän vanhemman vanhemmuuden tavoitteet ja ihanteet ovat usein samat kuin muillakin vanhemmilla, mutta päihteiden käytön seuraukset ja sekasortoinen elämä erottavat nämä vanhemmat muista (Juttula 2004, 66). Päihteillä on kielteisiä vaikutuksia vanhemmuuteen ja lapsen ja vanhemman väliseen suhteeseen. Päihteitä haitallisesti käyttävät vanhemmat ovat vähemmän herkkiä lapsensa tunteille ja tarpeille sekä luottavat omaan toimintaansa vähemmän. He myös stressaantuvat ja

rankaisevat lapsiaan herkemmin kuin tavalliset vanhemmat. Lapsesta ei osata nauttia. (Väyrynen 2006, 239.)

Päihteitä haitallisesti käyttävien vanhempien roolit ovat vaihtelevia, jolloin selvän kauden kannustus ja auttaminen sekä päihdejaksujen pettymykset ja epärealistiset lupaukset vuorottelevat luoden lapsille epäjohdonmukaisen arjen. Vanhempien toiminta vaihtelee ylihuolehtimisesta laiminlyönteihin. (Peltoniemi 2003, 58.) Päihteiden täyttämässä arjessa perheen roolit menevätkin usein uusiksi, sillä normaalit roolit eivät näihin perheisiin istu. Lapset joutuvat usein ottamaan vastuuta niin kodin arkisista askareista kuin toisistaankin, ja usein lapset pitävät huolta myös päihtyneestä vanhemmastaan. (Kantola 2003, 22.) Taitto (1998, 42–44) kuvaa tutkimuksessaan vanhempien päihteiden käytön voivan ajaa lapset omaksumaan perheessä erilaisia rooleja, jonka mukaan he alkavat enemmänkin suorittaa elämää, kuin elää sitä. Vanhin lapsista omaksuukin usein vastuunkantajan roolin, jolloin jo lapsesta asti on totuttu huolehtimaan muista sekä ottamaan vastuu perheen arkisista asioista. Roolien taakse kätkeytyvät lapsen todelliset tunteet ja tarpeet, jolloin lapsen oma minä ei pääse kehittymään.

Vanhempien päihdeongelma lisää perheiden sosiaalista ja taloudellista huonosuutta ja taloudellisia ongelmia, jolloin lasten perustarpeet voivat jäädä täyttämättä. Se tuo mukanaan myös riitoja ja väkivaltaa aiheuttaen näin lapsille pelkoa ja turvattomuutta. (Holmila 2003, 100 & Itäpuisto 2005, 78–79.) Koti ei täten tarjoa suojaa, turvaa eikä läheisiä ihmissuhteita, sillä vanhempien päihteiden käyttö vähentää myös perheen sosiaalisia suhteita, jolloin yhteyttä pidetään herkästi vain muihin päihteitä käyttäviin ihmisiin, ja yhteydenpito sukulaisiin saattaa jopa loppua. (Itäpuisto 2005, 87, 93.)

2.5 Vanhemmuuden voimavarat

Voimavarat, tai voimaantuminen on ihmisen omien voimien ja vahvuuksien vahvistamista ja löytämistä. Takana on ajatus ihmisen ja ympäristön vuorovaikutuksesta, jolloin ihminen on aina osa ympäristöään. (Rostila 2001, 41.)

Jokaisen perheen ja vanhemman voimavarat ovat vaihtelevia sekä yksilöllisiä. Vanhemmuuden voimavarat voidaan jakaa perheen sisäisiin ja ulkoisiin voimavaroihin. Sisäisinä voimavaroina voidaan pitää mm. vanhempien koulutusta, heidän tietojaan ja

taitojaan, luottamusta omaan vanhemmuuteen sekä luottamuksellisia ihmissuhteita. Ulkoisista voimavaroista keskeisin on muiden ihmisten, kuten sukulaisten ja ystävien tarjoama tuki. Muilta lapsiperheiltä saatu vertaistuki koetaan vanhemmuudessa myös tärkeäksi. (Lastenneuvola...2004, 81–82.)

Vanhemmat tuntevat monenlaisia huolia liittyen lapsiperheiden arkeen. Huolta aiheuttavat mm. taloudelliset ongelmat, parisuhteen ongelmat, syyllisyyden ja riittämättömyyden tunteet, päihde- ja mielenterveysongelmat ja erilaiset lasten kasvatukseen liittyvät haasteet. Vanhemmat tarvitsevat monenlaista tukea riippuen huolta aiheuttavasta syystä, vanhempien voimavaroista että perheen tukiverkostosta. Lapsiperheiden hyvinvointi tutkimuksen mukaan vanhemmat tuntevat saavansa hyvin tukea lastensa haasteisiin, mutta perheeseen ja vanhemmuuteen kohdistuvaa tukea tunnetaan saavan harvemmin. Merkittävimmiksi voimavaroja tukeviksi ja heikentäviksi asioiksi nousevatkin perheessä tapahtuneet isot elämänmuutokset, parisuhde ja terveys. Täten tunnistettaessa ja vahvistettaessa vanhemmuuden voimavaroja, vahvistuvat itse vanhemmat ja myös lasten hyvinvointi. (Halme & Perälä 2014, 224–226.)

Sosiaalinen tuki auttaa vanhempia jaksamaan ja lisää koko perheen hyvinvointia. Vanhempien koulutuksen on havaittu myös auttavan perheiden taloudellisessa pärjäämisessä, jolloin korkeammin koulutetut mieltävät tulojen riittävän helpommin menoihin kuin vähemmän koulutetuilla. (Kaikkonen ym. 2012, 48, 52.) Lapsiperheiden pienituloisuus onkin lisääntynyt, mikä heijastuu tuloerojen kasvuna. Alle kolmivuotiaiden perheissä köyhyysriski on suurin, mutta pitkittynyttä köyhyyttä koetaan eniten teini-ikäisten ja leikki-ikäisten lasten perheissä. (Salmi ym. 2014, 102.) Tästä syystä myös erilaisilla tulonsiirroilla on suuri merkitys lapsiperheiden jaksamiselle ja hyvinvoinnille.

Täten kaiken, jonka vanhempi tuntee antavan voimaa, lisäävän jaksamista ja perheen hyvinvointia, voidaan lukea kuuluvan vanhemmuuden voimavaroihin.

3 AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET

Aikaisemmat tutkimukset keskittyvät pääosin vanhemmuuteen ja päihteiden käyttöön sekä raskauden aikaiseen päihteiden käyttöön. Tutkimuksissa painottuu usein ongel-

ma-lähtöisyys. On myös tehty tutkimuksia, kuinka vanhempien haitallinen päihteiden käyttö vaikuttaa lapsuuteen.

Lapsuus perheessä, jossa käytetään haitallisesti päihteitä, vaikuttaa lapsen elämään moninaisilla tavoilla. Lapsuuden vaikutusten kantautuminen myöhäisempään elämään ei kuitenkaan ole yksiselitteistä. Voidaan kuitenkin todeta, että näille lapsille ja perheille oikea-aikaisesti suunnattu tuki ja apu parantaa lasten selviytymisen mahdollisuuksia. (Holmila ym. 2008, 421.)

Maritta Itäpuisto (2005) on tutkinut Kuopion yliopistolle tekemäänsä väitöskirjaa varten kokemuksia alkoholiongelmaisen vanhemman kanssa eletystä lapsuudesta. Väitöskirja oli laadullinen tutkimus ja esitetty aineisto koostui eri-ikäisten ihmisten lapsuuden kokemusten muistelemisesta. Väitöskirjasta käy ilmi vanhempien päihteiden käytön moninaiset vaikutukset tutkittavien lapsuuteen. Ensimmäinen havainto on aikuisen ja lapsen eroava käsitys alkoholiongelmaisesta. Ilmi tulee myös alkoholiongelmaisen näkeminen perheestä irtonaisena ja ympäristön perheeseen kohdistama hylkääminen ja leimaus sekä harvojen lasten saama apu. Tutkimus tuo esiin myös erilaisia lapsuusajan selviytymiskeinoja.

Maritta Itäpuiston (2001) tekemästä Kuopion yliopiston selvityksestä käy ilmi vanhempien haitallisen alkoholinkäytön moninaiset ja yksilölliset vaikutukset lasten aikuisuuteen. Aikuisuudessa koetaan pelkoa omasta alkoholin käytöstä sekä tiedostetaan, että alkoholiongelma voi kehittyä kenelle vain. Mukana kulkee myös huoli omasta vanhemmasta sekä suurin osa pitää yhteyttä vanhempaansa vielä aikuisenakin. Alkoholia haitallisesti käyttävät vanhemmat kulkevat täten lastensa mukana aikuisuudessaakin, jos ei konkreettisesti niin muistona mielessä.

Roine ym. (2010) ovat koonneet raportin Lapsuus päihteiden varjossa, vanhempien päihteiden käytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä. Raportista käy ilmi vanhempien päihteiden käytön vaikutukset lapsuuden eri vaiheisiin. Ilmi tulee myös ulkomaisten tutkimuksien psykologinen ongelmalähtöisyys, sekä sosiaalitieteellisten tutkimusten yksittäisyys.

Saija Fabritiuksen (2007) Tampereen yliopistoon tekemässä Pro gradu -tutkimuksessa tutkittiin vanhempien päihteidenkäytöstä selviytymistä ja haavoittuvuutta, lapsuuden

muistojen kautta aikuisuuteen. Tutkimuksen viitekehystenä käytettiin narratiivista lähestymistapaa ja aineisto koostui kymmenen naisen kirjoituksista. Tutkimus toi esiin tarpeen yhteiskunnallisen ajattelun muutokselle, jossa ihmisiä ei jaeta uhrin ja selviytyjän rooleihin, vaan ajattelun tulisi perustua yksilön kokonaisvaltaisten kokemusten kohtaamiseen. Vanhempiensa päihteiden käytöstä kärsineet lapset ja nuoret omaavat omia voimavaroja, mutta tarvitsevat silti arkista kohtaamista, tukea ja apua selviytyäkseen lapsuuden kokemuksistaan.

Teiniäideistä tehty tutkimus osoittaa, ettei alkoholistivanhemman kanssa eletty lapsuus vaikuta omaan äitiyteen. Äitiyden taidoissa ei näillä äideillä ole enempää ongelmia, kuin verrokkiäideillä, vaikka teiniäitiys itsessään luokin riskin vanhemmuudelle. (Bens-ley & Spiker 1994, 1265.)

Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen vuonna 2012 teettämän Lapsiperhekyselyn mukaan vanhempien omat lapsuuden kokemukset vanhempiensa haitallisesta alkoholinkäytöstä vaikuttavat omaan alkoholinkäyttöön. Vanhemmat, jotka kokivat jatkuvasti vanhempiensa alkoholinkäytöstä haittoja, eivät juoneet yhtä usein ja paljoa kerralla lastensa seurassa kuin he, joiden lapsuudessa koettuja haittoja esiintyi vain joskus. Tutkimuksesta käy ilmi riski lapsuudessa koetun vanhempien haitallisen alkoholinkäytön siirtymisestä sukupolvelta toiselle. Vanhemmat suhtautuvat kielteisesti alkoholinkäyttöön lasten seurassa, mutta useinkaan vanhemmat eivät kuitenkaan tiedosta oman alkoholinkäyttönsä heijastuvan omien lastensa juomatapoihin tulevaisuudessa. (Raitasalo & Holmila 2014, 202–204.)

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa äitien kokemuksia lapsuuden kodin haitallisen päihteiden käytön vaikutuksista heidän vanhemmuuteensa, ja millä tavalla koetut vaikutukset näkyvät perheen arjessa. Halusin myös kartoittaa, mitä voimavaroja äideillä on käytössään vanhemmuutensa tueksi. Holmila ym. (2008, 429) toteavat artikkelissaan tutkimusten keskittyvän usein tutkimaan mennyttä aikaa, joten halusin omassa tutkimuksessani pyrkiä tutkimaan nykyisyyttä, tämän hetken kokemuksia.

4.1 Laadullinen tutkimus

Tutkimusmenetelmän valinta lähtee tutkimusongelmasta, ja tutkijan tehtävänä on valita menetelmä sen mukaan, minkälaista tietoa tutkimuksella pyritään tuottamaan (Ronkainen ym. 2013, 45–46). Opinnäytetyö oli laadullinen, eli kvalitatiivinen tutkimus, koska tarkoituksena oli kartoittaa lapsuuden kokemusten vaikutuksia. Vilkan (2005, 97) mukaan laadullisella tutkimuksella voidaan pyrkiä ymmärtämään ihmisten kokemuksia, että eri elämäntilanteiden aiheuttamia tapahtumaketjuja. Tuomi ja Sarajärvi (2009, 28) puhuvat ymmärtävästä tutkimuksesta, sillä laadullisella tutkimuksella voidaan pyrkiä ymmärtämään jonkin asian tai tilanteen merkitystä ihmiselle. Laadullinen tutkimus mahdollistaa kirjoitetusta tekstistä merkitysten ja niiden suhteiden etsimisen. Keskeistä on juurikin ihminen itse tekijänä ja kokijana, jolloin eri aika, paikka ja tilanne vaikuttavat näihin kokemuksiin. Laadullinen tutkimus perustuu lähes aina jonkin asteiseen tulkintaan. Tarkoituksena onkin aineiston merkitysten ymmärtäminen tulkinnan kautta, sekä pyrkimys ilmiön ymmärtämiseen yleisemmällä tasolla. (Ronkainen ym. 2013, 82–83.)

Tutkimuksessa yhteistyötahona toimi Mielenterveyden keskusliitto, joka oli mukana Lasinen lapsuus – Sirpaleinen mieli -hankkeessa. Hanketta koordinoi A-klinikkasäätiön Lasinen lapsuus -toiminta, toisena kumppaninaan Suomen mielenterveysseura. Hanke keskittyi ehkäisemään vanhempiensa haitallisesta päihteidenkäytöstä kärsineiden nuorten ja vanhemmaksi tulleiden nuorten aikuisten kokemia haittoja, sekä ennaltaehkäisemään sukupolvelta toiselle siirtyviä ongelmia. Hanke tarjosi myös ohjattuja vertaistukiryhmiä nuorille, jotka ovat lapsuudessaan kärsineet vanhempiensa päihteidenkäytöstä. Hanke päättyi vuoden 2015 lopussa. (Lasinen lapsuus 2015.)

Tutkimuskysymykset olivat:

1. Miten lapsuuden perheen haitallisen päihteiden käytön koetaan vaikuttavan äitiyteen?
2. Miten näiden vaikutusten koetaan näkyvän perheen arjessa?
3. Mitä voimavaroja äideillä on käytössään vanhemmuutensa tueksi ja miten äidit käyttävät näitä voimavaroja?

4.2 Aineiston keruu

Tutkimusaineisto koostui kyselyn vastauksista. Kirjoitettu aineisto kertoo hyvin ihmisten kokemukset juuri sellaisenaan, ainutlaatuisina, ilman tutkijan jatkuvaa ohjausta. Se myös antaa tutkittavalle mahdollisuuden kertoa elämästään juuri sen mitä haluaa paljastaa. (Vilkkä 2005, 123–124.) Tutkimus ei myöskään pyrkinyt etsimään yksinomaan negatiivisia tai valmiiksi määriteltyjä vaikutuksia ja haittoja, vaan antoi kirjoittajalle mahdollisuuden kertoa kokemuksiaan oman valintansa mukaan. Halusin myös kartoittaa äitien voimavaroja, jotka usein unohtuvat tutkittaessa vanhempien haitallisen päihteiden käytön värittämää lapsuutta (Holmila ym. 2008, 429) sekä halusin kyselyn loppuvan positiivisten asioiden pohdintaan.

Mielenterveyden keskusliitto välitti kyselyni (Liite 1) syyskuussa 2015 Pullopostia lapsuudesta- Facebook ryhmään, joka toimii suljettuna keskusteluryhmänä. Idea ryhmän perustamisesta sai alkunsa YLE:n tuottaman Pullopostia lapsuudesta -ohjelmasarjan yhteydessä järjestetyistä chateista, joista kävi ilmi toive keskustelun jatkumisesta sarjan päättymisen jälkeenkin. Ryhmän ylläpidossa toimii sekä YLE:n työntekijöitä että hankkeen työntekijöitä, jotka myös hyväksyvät ryhmään hakevat. Ryhmässä oli 8.9.2015 360 jäsentä. (Barck 2015.) Vastausaikaa kyselylle annettiin kuukausi ja toiveenani oli saada kuudesta seitsemään vastausta. Tähän kyselyyn ei kuitenkaan saapunut vastauksia.

Loin aiemmin mainitun kyselyn (Liite 1) pohjalta uuden kyselyn (Liite 2) Webropol-palvelulla, joka takaa kyselyyn vastaajalle täyden anonymiteetin sekä vastaaminen onnistuu helposti nettilinkin kautta. Kyselyn julkaisi Lasinen lapsuus -toiminta Facebook-sivullaan marraskuussa 2015. Vastausaikaa tähän kyselyyn annettiin reilu kaksi viikkoa ja toivoin edelleen saavani vähintään kuusi vastausta.

Aineiston hankinta toteutettiin kyselynä, joka koostui avoimista kysymyksistä, sisältäen myös kaksi strukturoitua kysymystä. Kyselyyn pyydettiin vastauksia vain äideiltä, jotka kokevat vanhempiansa päihteiden käytön olleen haitallista omassa lapsuudessaan. Aineiston keruun kannalta onkin tärkeää, että tutkimukseen osallistuvilla on omia kokemuksia tutkittavasta aiheesta (Tuomi & Saarikoski 2009, 85–86). Kyselyyn vastasi yhdeksän äitiä, jotka kaikki kertoivat toisen vanhemman tai molempien vanhempiansa alkoholinkäytön olleen heidän lapsuudessaan häiritsevää.

4.3 Aineiston analysointi

Aloitin aineiston analysoinnin tulostamalla Webropol-palvelusta kyselyn vastaukset yksi kerrallaan vastausjärjestyksessä ja samalla numeroin vastaukset siten, että ensiksi vastannut on äiti 1., toinen äiti 2. jne. Aineiston analysoinnissa käytin induktiivista sisällönanalyysimenetelmää, jossa aineistosta poimitaan asiat yksittäisestä yleiseen teemoittaen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 93). Aloitin aineiston litteroinnin keräämällä kysymys kerrallaan vastauksista asiasanoja. Sanat ryhmittelin omaan itseen tai ympäristöön kuuluvien teemojen alle sekä jaoin koetut vaikutukset positiivisiin että negatiivisiin. Menetelmä mahdollistaa aineiston analysoinnin siten, että tutkimuksen tulokset ovat lähtöisin vastaajien omista kokemuksista ilman teoriaan pohjaavaa vertailua.

Strukturoitujen kysymysten avulla pystyin myös määrälliseen aineiston analysointiin, laskemalla vastaajien määriä näiden kysymysten kohdalla. Lomaketutkimus mahdollistaa yhdistämään avoimia että strukturoituja kysymyksiä, jolloin kysymykset tukevat aineiston hankintaa aineiston analysoinnin silti ollessa laadullinen (Ronkainen ym. 2013, 90). Strukturoidut kysymykset myös mahdollistivat vastaajien tyypittelyn ja kokemusten vertailun sen mukaan, kuka lapsuuden perheessä oli haitallisesti päihteitä käyttävä. Analysoinnin jälkeen jäi jäljelle tulosten raportointi

4.4 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuutta voidaan tarkastella kahden käsitteen reliabiliteetin ja validiteetin kautta. Reliabiliteetti voidaan käsittää tutkimuksen yleisenä luotettavuutena mikä tarkoittaa, että tutkimuksen kaikki osuudet on toteutettu huolellisesti (Ronkainen ym. 2013, 133). Validiteetti voidaan ymmärtää yleiseksi termiksi, jolla mitataan tutkimuksen laatua. Tämä tarkoittaa, että tutkimus on tuotettu pätevällä tavalla, tutkimus kuvaa tutkittavaa ilmiötä sekä sitä, kuinka tutkija tulkitsee aineistoa ja kuinka tutkijan omat mielipiteet ja käsitykset pysyvät poissa tuloksista. (Ronkainen ym. 2013, 131.)

Tätä opinnäytetyötä lukiessa täytyy muistaa, että tutkimuksen tulokset vastaavat yhdeksän tutkimukseen osallistuneen äidin kokemuksia. Kokemukset ovat ainutlaatuisia, eikä tutkimus pyri yleistämään tulosten kohdennettavuutta kaikkiin vanhempiensa haitallisesta päihteiden käytöstä kärsineisiin äiteihin. Täten tutkimuksen toistettavuus

voisi tuoda kokemuksiin eroavaisuutta, sillä uusi tutkimus toisi esille uuden tutkimusjoukon kokemukset.

Pidin koko opinnäytetyöprosessin ajan päiväkirjaa työhöni liittyvistä vaiheista, mikä helpotti työn etenemistä, että asioiden oikein kirjaamista. Opinnäytetyössäni annoin myös arvostuksen aiemmille tutkimuksille merkitsemällä tarkasti käyttämäni lähteet.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa kokemuksia vanhempiensa haitallisen päihteiden käytön vaikutuksista omaan äitiyteen. Tutkimuskysymykset sekä niiden pohjalta muodostunut kysely vastaavat juuri siihen mitä luvattiin tutkia. Tutkimuksen toteuttaminen internetissä Webropol-palvelun kyselynä mahdollisti tutkittavien täydellisen anonymiteetin sekä poisti tutkijan ohjailun vastausvaiheessa. Osallistuja pystyi myös vastaamaan juuri niihin kysymyksiin, joihin halusi ja hän sai kertoa juuri sen mitä halusi. Uskon tämän helpottaneen tutkimukseen osallistumista sekä vaikeisiin asioihin vastaamista.

Aineiston analysoinnin toteutin samalla kaavalla jokaisen kysymyksen kohdalla, samaa menetelmää noudattaen. Tuloksia kirjatessa palasin alkuperäisen aineiston pariin, jotta varmistuin tulosten vastaavan juuri sitä mitä osallistuja kirjoitti. Tämä esti myös omien mielipiteideni vaikutuksen tuloksiin. Halusin tuoda otteita vastauksista myös tulosten sekaan, jotta lukija voi varmistua vastausten paikkansapitävyydestä. Säilytin tutkimusaineistoa huolellisesti sekä työni valmistuttua tuhosin aineiston.

5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tulokset muodostuivat yhdeksän kyselyyn vastanneen äidin kokemuksista. Vastauksista käy ilmi äitien kokemusten ainutlaatuisuus, mutta samalla voidaan havaita esiintyvän myös yhtäläisyyksiä. Kaikki äidit kokivat vanhempiensa haitallisen päihteiden käytön vaikuttaneen omaan äitiyteensä. Tulokset toin esiin avaten ensin äitien omia lapsuuden kokemuksia, siirtyen äitiyden kokemuksista arkeen vaikuttaviin valintoihin, sekä käsittelin lopuksi äitien voimavaroja.

5.1 Äitien lapsuuden kokemukset

Lapsuuden kokemuksista nousi esiin erityisesti negatiiviset kokemukset. Äitejä eniten yhdistävä tekijä oli omia vanhempia ja perhettä kohtaan tunnettu häpeä. Oma lapsuus on ollut sekasortoinen, jota väritti varsinkin viikonloppuihin ja juhlapyyhiin painottuva vanhempien tai vanhemman haitallinen alkoholin käyttö. Vastauksista kävi ilmi lasten yksinäisyys vanhempien keskittyessä alkoholin nauttimiseen. Alkoholi oli perheissä noussut tärkeään asemaan, jolloin lapset oli unohdettu taka-alalle. Äidit olivat joutuneet lapsuudessaan tuntemaan pelkoa, turvattomuutta ja epätoivoa. He olivat joutuneet keskelle vanhempiensa riitoja, ja osa mainitsee myös vanhempien välisen väkivallan kuuluneen perheen elämään. Ne äidit, joiden isä oli ollut ainoastaan alkoholia haitallisesti käyttävä, mainitsevat oman äidin tuoneen tukea ja turvaa lapsuuteen. Kun taas he, joilla myös äiti oli käyttänyt haitallisesti alkoholia, olivat hakeneet ja saaneet turvaa mm. isovanhemmiltaan. Äideistä vain kaksi mainitsi lapsuudesta nousevan myös hyviä muistoja ja kokemuksia.

5.2 Lapsuuden kokemusten vaikutus äitiyteen

Tiedetään, ettei vanhempien haitallisen päihteiden käytön vaikutusten lasten elämään voida katsoa noudattavan tiettyä kaavaa. Kokemukset ovat yksilöllisiä ja moninaisia sekä riippuvaisia monista lapsuuteen vaikuttavista tekijöistä. Tämä sama toistui tutkittaessa, miten äidit tuntevat vanhempiensa haitallisen päihteiden käytön vaikuttaneen heidän äitiyteensä. Vastauksista kävi kuitenkin ilmi myös äitien kokemusten yhtäläisyyksiä. Kokemusten vaikutukset tunnettiin sekä positiivisina että negatiivisina.

Ensimmäisenä tuloksista kävi ilmi omaan itseen ja omaan äitiyteen kohdistuvat negatiiviset ajatukset. Ilmi tuli oman äitiyden peilaus ”täydelliseen äitiin”, jolloin pinnalle nousi huonommuuden tunne. Äidit tunsivat riittämättömyyttä ja epäonnistumisen pelkoa. Vanhemmuuden puute omassa lapsuudessa loi äitien elämään epävarmuutta omasta äitiydestä.

Riittämättömyys ja syyllisyys – kaikesta - teettää töitä myös! äiti 3.

Varsinkin äidit, joiden lapsuudessa äiti oli käyttänyt häiritsevästi alkoholia, vertasivat itseään omaan äitiinsä, ja usein halu pyrkiä kohti parempaa äitiyttä nousi esiin. Näillä

äideillä vastauksista nousi esiin myös enemmän äitiyden itsetuntoon vaikuttavia negatiivisia asioita, kuin äideillä joiden lapsuudessa vain isä oli haitallisesti alkoholia käyttävä.

...Vertaan paljon itseäni äitiini ja toivon, etten koskaan käyttäytyisi kuin hän... isäni juominen ei minua rikkonut, mutta äidin rikko. äiti 2.

Äidit olivat tottuneet elämään lapsuutensa epävarmuudessa. Lapsuudesta saattoi puuttua ennakoitavuus, jolloin jatkuva pelko tulevasta tapahtumista oli läsnä. Omat lapsuuden kokemukset nousivat pintaan arkisissa tilanteissa, jolloin äidille oli voinut tulla hetkellinen tunne romahduksesta, kunnes nykyhetki voitti ja usko omaan tekemiseen palasi.

Jatkuva katastrofin pelko. Jos maitomuki kaatuu, se mun päässä tavallaan tarkoittaa että olen epäonnistunut. Jokainen vastoinkäyminen herättää pelon, etten hallitse tapahtumia ja että kaikki romahtaa vaikka järjellä ymmärrän, että osaan ja pärjään kyllä. Huonommuuden tunne muiden naisten joukossa... äiti 4.

Lapsuuden kokemukset pystyttiin näkemään myös pelkästään positiivisesti äitiyteen vaikuttavina, kuten eräs äiti kertoi:

En koe sen vaikuttaneen, muuten kuin hyvällä tavalla! en siedä alkoholin ylenpalttista käyttöä lasten paikalla ollessa! äiti 6.

Suurin yhdistävä tekijä äideillä olikin alkoholin käytön välttäminen lasten seurassa. Puolet vastaajista kertoivat, etteivät humallu lasten seurassa, pari sanoi nauttivansa vain yhden, joku ei juonut ollenkaan. Äidit vaativat samaa myös ympäristöltään. Alkoholin käyttötavat olivat vaikuttaneet myös puolison valintaan. Puolisolta oli saatettu vaatia päihteidenkäytön lopettamista, jotta parisuhde pystyi jatkumaan. Puolisolta odotettiin samanlaista suhtautumista ja arvomaailmaa suhteessa alkoholiin, kuin itselläkin oli.

Olen valinnut sellaisen aviomiehen ja isän lapsilleni, jonka tiedän ajattelevan alkoholista samalla tavalla kuin minä. äiti 8.

Parisuhdeongelmia ja puolison valinnan haasteita tuli esiin äideillä, joiden lapsuudenperheessä isä oli alkoholia haitallisesti käyttävä. Parisuhteissa oli päädytty useammin eroon sekä puolisoiksi oli saattanut valikoitua päihdeongelmainen. Joissain tapauksissa eron taustalla oli juurikin miehen päihdeongelma, jolloin äidit olivat halunneet suojata omia lapsiaan päihtyneeltä vanhemmalta.

Minä toistan valitettavasti samaa on-off kaavaa kuin vanhempani aikoinaan. Minulla on kolme lasta kahden eri miehen kanssa, aviomieheni on muuttamassa pois... äiti 6.

Olen toista kertaa naimisissa, ensimmäinen mieheni oli narsisti ja huumeiden käyttäjä. äiti 2.

5.3 Vaikutusten näkyminen perheen arjessa

Lapsuuden huonot kokemukset heijastuivat äitien elämään kykynä katsoa tilanteita myös lapsen näkökulmasta. Äidit halusivat tarjota lapsilleen turvallisen kasvuympäristön, jossa vanhempi on aidosti läsnä ja luotettava. Lasten ei haluttu kokevan samaa, mitä äidit itse ovat joutuneet kokemaan. Äidit halusivatkin tehdä toisin, kuin omat vanhempansa. Omassa lapsuudessa koettu epävakaas heijastui oman perheen arkeen rutiineina ja sääntöinä. Lapsille haluttiin luoda turvallisuuden tunnetta arjen ennakoitavuudella, jolloin lapsen ei tarvinnut kantaa huolta tulevasta. Rutiinit loivat turvaa myös äideille itselleen.

Haluan olla paikalla, kun lapseni tarvitsevat minua...Meillä on aika tiukat säännöt lapsilla, rajoja ja rakkautta. Niitä minulla itselläni ei ollut. äiti 7.

Haluan, että lapseni voi kokea olevansa turvassa ja että hänen elämässään on rutiinit ja vanhemmat joihin voi aina luottaa. Arki on selkeää eikä lapsen tarvitse pelätä tai miettiä mitä seuraavaksi tapahtuu... äiti 9.

Lapsuudessa vallinnut sekasorto voi heijastua äitiyteen myös luottamuksen puutteena. Äiti on voinut olla tarkka siitä kuka hoitaa lapsia, jolloin lasta ei uskallettu jättää muiden hoitoon. Ratkaisuna onkin tällöin ollut kotiäitiys.

Ylihuolehtiva. Ja joskus ylikriittinen...Jäin mm. kotiäidiksi. En voinut antaa muiden hoitoon... äiti 5.

Omaa äitiyttä peilattiin helposti ihannekuvaan äitiydestä jolloin epävarmuus omasta toiminnasta nousi pintaan. Esiin tuli myös äitien kokema yksinäisyys. Äidit olivat saattaneet joutua ottamaan vastuuta aikaisessa vaiheessa lapsuuttaan, joten äitinä oli tunnettu pelkoa otteen menettämisestä. Äitiyttä suoritettaessa ihannekuvan mukaan, ei väsymykseen ja uupumukseen ollut osattu välttämättä pyytää apua, koska jo lapsuudessa on totuttu selviytymään yksin haastavista tilanteista.

Olen joutunut kasvamaan ”aikuiseksi” hieman turhan aikaisin, ja tämä näkyy myös suhteessa lapsiini. Olen aina ollut se joka pitää kaikista ja kaikesta huolta. kaikki langat on oltava käsissäni. äiti 8.

Äidit halusivatkin toimia lapsilleen esimerkkinä, jollaista heillä itsellään ei omassa lapsuudessaan ehkä ollut. Äidit toivat vastauksissa esiin omaa päihteiden käyttöään, ja tuntuivat tiedostavan päihteiden käytön sekä erilaisten käyttäytymismallien ylisukupolvisen siirtymän mahdollisuuden.

Olen halunnut tarjota lapsilleni paremman elämän, olen kouluttautunut pitkälle ja halunnut olla esimerkkinä. äiti 2.

Lopetin alkoholin ja tupakan käytön kokonaan lasten ollessa pieniä, heidän tulevaisuutensa takia. äiti 4.

En halua missään nimessä lapselleni samoja kokemuksia mihin itse jouduin. Näillä kokemuksilla oli todella kvaas kantoiset seuraamukset. Onneksi hain niihin aikuisiällä apua ja olen pystynyt olemaan lapsilleni hyvä äiti. Jos en olisi hakenut apua, en haluaisi missään nimessä olla äiti ja saada lapsia. Minusta tulisi juuri samanlainen kuin äitini ja se olisi kauheaa. äiti 9.

5.4 Äitiyden voimavarat

Kysyttäessä äitien voimavaroista, esiin nousivat yksilölliset kokemukset sekä voimavarojen laaja kirjo. Jaoin voimavarat samalla periaatteella, kuin aikaisemmatkin vastaukset, äitiä itseään ja ympäristöä koskeviin. Vastauksista kävi ilmi, että kaikilla äideillä oli käytettävissään tukiverkosto johon turvautua tarpeen vaatiessa.

Käsittelyn lapsuuden ja ihmisenä kasvamisen katsottiin antaneen voimaa äitiyteen. Lapsuuden huonoista kokemuksista selviytyminen voitiin tuntea voimaannuttavana. Äiti oli voinut tuntea kasvaneensa vahvaksi ihmiseksi, jota pienet murheet eivät lan- nista. Lapsuuden kokemusten jättäminen menneisyyteen ja lapsuuden kokemusten käsittely olivat voineet auttaa äitiä elämässä eteenpäin.

Olen luonteeltani hyvin vahva, ja pienet vastoinkäymiset vain vahvistavat. äiti 8.

Yksittäisinä asioina mainittiin arjen rutiinit sekä liikunta. Myös oma työ ja ammatti ymmärrettiin voimavaraksi. Yksi äiti mainitsi myös uskoon tuleminen olleen tärkeä voimaa antava asia elämässään.

Ympäristöön kohdistuvista voimavaroista löytyi enemmän yhtäläisyyttä. Hyvä tuki- verkosto oli toiminut useimmilla oman äitiyden tukena. Omasta perheestä ja puoliso- ta oli saatu voimaa sekä useampi äiti mainitsi ystävät tärkeiksi tuen antajiksi, joille pystyi puhumaan ja purkamaan oloaan aina, kun tarve ilmeni.

Ystäville ja äidille voin aina soittaa. äiti 4.

Äitien vastauksista kävi ilmi isovanhempien osuus tuen antajina. Ne äidit, joiden lap- suuden perheissä isä käytti haitallisesti alkoholia, mainitsivat kaikki oman äidin tai omien vanhempien olleen heille tärkeä tuen ja avun antaja niin arjen askareissa, kuin keskusteluissa. Kun taas äidit, joiden lapsuudessa myös äiti käytti haitallisesti alkoho- lia, eivät maininneet vanhempiaan lainkaan. Nämä äidit nimesivät anopin ja appivan- hemmat sekä ystävät tärkeimmiksi tuen antajiksi.

Äidit käyttivät voimavaroja tilanteissa, joissa tunsivat ne tarpeelliseksi esim. väsy- myksen, tai keskustelun tarpeen ilmettyä. Tärkeimpänä keinona pidettiinkin läheisten kanssa käytäviä keskusteluja. Osa äideistä mainitsi tunnistavansa itsestään helposti milloin tarvitsi apua ja tukea.

Ulkopuolista ammatillista apua mainitsi saaneensa kolme vastaajaa. Yksi näistä vas- taajista kävi säännöllisesti psykiatrilla ja yksi kertoi ottavansa yhteyttä ammattiapuun sitä tarvitessaan. Yksi äiti mainitsi neuvolan tukeneen omaa äitiyttään.

6 POHDINTA

Alkoholin tiedetään voivan aiheuttaa käyttäjälleen monenlaisia ongelmia. Varsinkin liiallinen alkoholin käyttö luo riskin käyttäjän terveydelle että haittoja sosiaalisille suhteille. Yleinen keskustelu alkoholin käytöstä painottuu usein yksilön näkökulmaan, unohtaen haitalliset vaikutukset alkoholia käyttävän ympäristölle.

Alkoholin käyttö aiheuttaa yhteiskunnalle merkittäviä haittoja. Alkoholin käytön aiheuttamat taloudelliset kulut v.2010 olivat noin 1,3 miljardia euroa, josta julkisen sektorin osuus oli noin miljardin luokkaa (Terveyden ja...2015). Alkoholin käyttö aiheuttaa täten suuren taloudellisen haitan yhteiskunnan palvelujärjestelmälle sosiaalihuollon, terveydenhuollon, sairauspoissaolojen ja eri etuisuuksien menojen myötä. Alkoholia käyttävän ympäristölle aiheuttamiksi haitoiksi voidaan lukea läheisille ja perheelle aiheutuneet haitat, sekä yleiseen järjestykseen, että rattijuopumukseen syyllistyneiden haitat. Vähäisimmälle huomiolle ovatkin jääneet läheisille aiheutuneet haitat.

Vanhempien haitallisen alkoholin käytön tiedetään vaikuttavan lasten elämään hyvin moninaisilla tavoilla (Itäpuisto 2005). Tähän aletaan vihdoin kiinnittää huomiota myös yleisellä tasolla ja aihe onkin noussut puheisiin ja otsikkoihin. Yleensä puhe kääntyy kuitenkin kiistelyksi sallittavista alkoholimääristä lasten seurassa, jolloin itse asian ydin unohtuu. Perekdyttäessä eri tutkimuksiin aiheesta, ei oikeata tai turvallista rajaa alkoholin käytölle lasten seurassa ole mahdollista antaa, sillä lasten kokemukset vanhempiensa alkoholin käytöstä ovat hyvin yksilöllisiä. Aiemmista tutkimuksista käykin ilmi, kuinka kokemuksiin vaikuttavat enemmän lapsuuden ja tilanteiden olosuhteet ja ympäristö, kuin itse alkoholi.

Jos alkoholikeskustelussa meinaa unohtua alkoholin käyttäjän läheisilleen aiheuttamat haitat, vielä enemmän unohtuu vanhemman haitallisen alkoholin käytön kauas kantavat vaikutukset. Lapsuuden kokemukset ovat nousseet kovan työn jälkeen ihmisten tietoisuuteen, mutta lapsuuden kokemusten vaikutukset aikuisuudessa ovat jääneet huomiotta, tai vaikutuksista tehdään suoria johtopäätöksiä. Hyvin usein keskusteluista käy ilmi, kuinka alkoholistin lapsista tulee automaattisesti alkoholisteja. Joidenkin kohdalla tämä valitettavasti pitää paikkansa, mutta vanhemman alkoholiongelma ei automaattisesti lapsille periydy.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa kokemuksia vanhempien haitallisen päihteiden käytön vaikutuksista omaan äitiyteen. Kaikki tutkimukseen osallistuneet äidit kokivat lapsuuden kokemusten vaikuttavan omaan äitiyteen. Opinnäytetyön nimi kertoo mielestäni hyvin oleellisen tämän tutkimuksen tuloksista. Vanhempiansa haitallisesta päihteiden käytöstä kärsineet ovat selvästi hyviä äitejä. Eniten äitejä yhdisti kielteinen suhtautuminen alkoholiin lasten seurassa. Tämä luo mielestäni tärkeän huomion yleiseen keskusteluun vanhempien alkoholin käytöstä lasten seurassa. Nämä äidit ovat kokeneet vanhempiansa alkoholin käytön haitallisena, eivätkä halua altistaa lapsiaan samoille kokemuksille, vaikka eivät pidä itse alkoholia ongelmana. Pitäisikö täten kiinnittää enemmän huomiota näiden vanhempien kokemuksiin puhuttaessa lasten seurassa käytettävästä alkoholista? Näillä vanhemmilla on omakohtainen kokemus aiheesta jonka perusteella he eivät nauti alkoholia lastensa seurassa.

Tutkimuksestani tulee esiin myös äitien kokemat itsetunnon ongelmat. Työskenneltäessä lasten kanssa, joiden vanhemmilla on päihteiden haitallista käyttöä, tulisi kiinnittää huomiota lapsille annettavaan apuun ja tukeen. Oikea-aikainen apu on keino selvitä lapsuuden vaikeista olosuhteista. Oikein suunnatulla avulla ja tuella voitaisiin myös parantaa lasten itsetunnon ongelmia ja täten elämänlaatua tulevaisuudessa. Suurimpana ongelmana lapsena vanhempiansa haitallisesta päihteidenkäytöstä kärsineillä onkin avun pyytämisen vaikeus ja kyvyttömyys muiden tarvitsemiseen (Taitto 1998, 61). Voisiko tämä näkyä äitien elämässä ylisuoriutumisenä ja kaikesta huolehtimisena? Äidit kuvaavat tutkimuksessani pelkoa otteen menettämisestä, sekä sitä kuinka kaikkien lankojen on oltava heidän käsissään. Lapsena omaksuttua huolehtijan roolia suoritetaan täten vielä aikuisuudessa. Jo lapsena on opittu pärjäämään ilman ulkopuolista apua, joten apua ei osata pyytää aikuisuudessakaan.

Tutkimukseni tuloksista havaitsin myös yhtäläisyyttä vanhempiensa haitallisesta päihteiden käytöstä kärsineiden ja päihteitä haitallisesti käyttävien äitien välillä. Molemista käy ilmi itsetunnon ongelmat sekä täydellisen äitiyden tavoittelu. (Väyrynen 2006, 82; Hyytinen 2008, 84.) Voisiko siis lapsena tunnettu häpeä omasta perheestä heijastua täydellisen äitiyden tavoitteluun aikuisena? Päihteitä käyttävät äidit voivat pyrkiä pitämään kulissia yllä sekä tavoittelemaan täydellisyyttä äitiydessä ulkopuolelta tulevan tuomitsemisen vuoksi. Joten vanhemmat jotka ovat lapsena kärsineet vanhempiansa haitallisesta päihteiden käytöstä, voisivat matkia tätä käyttäytymismallia,

tai pyrkiä samanlaiseen täydellisyyteen lapsuuden häpeän aiheuttamien muistojen vuoksi.

Alkoholin käyttö aiheuttaa siis haittoja niin yhteiskunnalle, yhteisölle, kuin käyttäjälle itselleen. Yleiseen puheeseen voisi nostaa enemmän alkoholin käytön sosiaalisia haittoja. Ihmisten tietoisuuden lisääminen sosiaalisten haittojen osalta olisi tärkeää, jotta alkoholin käytön ylisukupolviset vaikutukset tiedostettaisiin paremmin. Lapsena koetut asiat vaikuttavat ihmisten elämään vielä aikuisuudessakin ja koetut vaikutukset eivät aina ole positiivisia.

Vain kolmasosa vastanneista mainitsi voimavarakseen ammatillisen avun. Olisiko aiheutta ottaa neuvolatyön terveydenhoidollisen puolen rinnalle yhä enemmän sosiaalista työtä, jotta pystyttäisiin palvelemaan ja auttamaan vanhempia yhä monipuolisemmin? Terveystyö on tärkeää, mutta yhä kasvavat sosiaaliset ongelmat lisäävät painetta monimuotoisten työtapojen kehittämiseen, jotta oikea-aikainen ja oikein kohdistettu apu olisi jokaisen vanhemman saatavilla. Tanskassa on havahduttu päihdeongelmaisten vanhempien lasten avun tarpeeseen. Lapset ovat usein ylisuorittajia, joilla ilmenee monenlaisia psyykkisiä ongelmia sekä luottamuksen puutetta. Vuonna 2014 Tanskassa hyväksyttiin laki, joka velvoittaa kuntia tarjoamaan hoitoa vanhempiensa päihdeongelmasta kärsineille. Hoitomalli on käytössä myös Norjassa, mutta Suomessa ei ole suhtautunut hoidon antamiseen myönteisesti. (Avellan 2015, 12–14.)

Naisten alkoholin käytön lisääntyminen lisää automaattisesti myös lasten kokemia haittoja. Yhteiskunta reagoi näihin ongelmiin lastensuojelun keinoin. Palveluita tulisi kehittää ennaltaehkäisevään malliin, jolloin apua saataisiin kohdennettua myös lapsille yhä varhaisemmassa vaiheessa. Jatkotutkimuksena olisikin hyvä kartuttaa laajemmalla otannalla niin isien, kuin äitienkin kokemuksia vanhempiensa haitallisen päihteidenkäytön vaikutuksista omaan vanhemmuuteen. Tutkimusta voisi kohdentaa myös erilaisten perhepalveluiden saatavuuteen ja kehittämiseen, jotta apua olisi paremmin tarjolla vanhempiensa haitallisesta päihteidenkäytöstä kärsineille.

Opinnäytetyön tekeminen on ollut opettavainen matka tutkimuksen tekemiseen. Olen saanut syventyä itseäni kiinnostavaan aiheeseen, joka on mielestäni tärkeä ja ajankohtainen. Aloitin opinnäytetyön ideoinnin syksyllä 2014, jonka jälkeen aihe jäi hautu-

maan. Suunnitelma rakentui hitaasti, mutta varmasti valmistuen syksyllä 2015. Loppu vuosi 2015 menikin aineiston hankintaan, analysointiin ja kirjoittamiseen. Ainut ongelma opinnäytetyön tekemisessä oli ensimmäisen kyselyn jäädessä ilman vastauksia. Onneksi toinen väylä kyselyn teettämiseen löytyi pikaisesti ja sain aineiston kasaan. Jälkeenpäin miettien olisi vastausaikaa ja kyselyn julkaisupaikkoja voinut olla heti alussa enemmän, jotta olisin saanut aineiston kasaan aiemmin. Kyselyssä olisi voinut myös kartoittaa äitien taustatietoja paremmin, mikä olisi tuonut tutkimukseen lisää vertailtavuutta. Toisaalta äidin ikä ei muuta tämän hetken kokemuksia, joten en myöskään koe tutkimusta tästä syystä puutteelliseksi. Alkuperäinen suunnitelma oli saada työ valmiiksi alkuvuodesta 2016, joka näyttää toteutuneen hyvin. Vaikka aikataulu tuntui välillä lipsuvan, oli hyvä, että työ oli välillä tauolla saaden aikaa kehittyä, jotta se saisi taas uutta pontta purjeisiin. Uskon tämän opinnäytetyön antavan tietoa päihdettyön parissa työskenteleville, että perhepalveluja kehittäville sekä toimivan vertais-tuellisena heille, jotka ovat lapsuudessaan vanhempiensa päihteiden käytöstä kärsineet.

LÄHTEET

Avellan, Maarit 2015. Apua lapsille, jotka eivät uskalla luottaa. Uusi toivo 2, 12–14.

Barck, Laura 2015. Sähköposti viesti 8.9.2015. Kuntoutussuunnittelija. Mielenterveyden keskusliitto.

Bensley, Lilian S., Spieker, Susan, J. & McMahon, Robert, J. 1994. Parenting behavior of adolescent children of alcoholics. *Addiction* 89, 1265–1276. University of Washington. Pdf-dokumentti.
<http://content.ebscohost.com.ezproxy.mikkeli.ami.fi:2048/ContentServer.asp?T=P&P=AN&K=9411100201&EbscoContent=dGJyMNHr7ESeprQ40dVuOLCmr02eprRSsKa4SLCWxWXS&ContentCustomer=dGJyMPGqtU%2B2p69QuePfgeyx%2BEu3q64A&D=afh>. Päivitetty 1.4.2015. Luettu 1.9.2015.

Böök, Marja Leena & Perälä-Littunen, Satu 2010. Vastuullisen vanhemman velvoitteet. *Kasvatus* 1, 41–52. Jyväskylä: Koulutuksen tutkimuslaitos. Pdf-dokumentti.
<http://elektra.helsinki.fi.ezproxy.mikkeli.ami.fi:2048/se/k/0022-927-x/41/1/vastuull.pdf>. Päivitetty 1.4.2015. Luettu 25.8.2015.

Dahl, Päivi & Hirschovits, Tanja 2002. Tästä on kyse- Tietoa päihteistä. Helsinki: Hakapaino Oy.

Fabritius, Saija 2007. Selviytymistä ja haavoittumista, Naisten tarinoita vanhemman alkoholinkäytöstä. Tampereen yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Pro gradu.

Findikaattori 2015. Lasten kotihoidontukea saaneet. Valtioneuvoston kanslia ja Tilastokeskus. <http://www.findikaattori.fi/fi/111>. Päivitetty 27.3.2015. Luettu 18.8.2015.

Halme, Nina & Perälä, Marja-Leena 2014. Lapsiperheiden huolet ja avunsaanti. Teoksessa Lammi-Taskula, Johanna & Karvonen, Sakari (toim.). Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Holmila, Marja 2003. Yhteenveto. Teoksessa Holmila, Marja & Kantola, Janna (toim.). Pullon kauloja. Kirjoituksia alkoholistien läheisistä. Helsinki: Stakes.

Holmila, Marja, Bardy, Marjatta & Kouvonen, Petra 2008. Lapsuus päihdeperheessä ja kielteisen sosiaalisen perimän voittaminen. *Yhteiskuntapolitiikka* 4, 421–432. Helsinki: Stakes. Pdf-dokumentti.
www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/100218/holmila.pdf?sequence=1. Päivitetty 13.3.2013. Luettu 11.2.2015.

Holopainen, Antti 2001. Muut päihteet, Riippuvuus. Teoksessa Suomi ja huumeet, tietopaketti huumeista. Helsinki: Opetushallitus: Irti huumeista ry.

Hyytinen, Riitta 2007. Lapsi, huumeperhe ja toivo. Lapsen todellistuminen huumeperheen kuntoutusprosessissa. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liiton julkaisu 37.

Itäpuisto, Maritta 2005. Kokemuksia alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa eletystä lapsuudesta. Kuopion yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Väitöskirja.

Itäpuisto, Maritta 2001. Pullon varjosta valoon. Vanhempiensa alkoholinkäytöstä karsineiden selviytymistarinoita. Kuopion yliopisto. Sosiaalitieteiden laitos. Kuopion yliopiston selvityksiä E.

Juttula, Sanna 2006. Yhteisvastuu keräys 2004: ”Jotta äidin rakkaus toteutuisi”. Teoksessa Nätkin, Ritva. Pullo, pillerit ja perhe. Vanhemmuus ja päihdeongelmat. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kaikkonen, Risto, Mäki, Päivi, Hakulinen-Viitanen, Tuovi, Markkula, Jaana, Wikström, Katja, Ovaskainen, Marja-Leena, Virtanen, Suvi & Laatikainen, Tiina (toim.) 2012. Lasten ja lapsiperheiden terveys- ja hyvinvointierot. Terveysten- hyvinvoinnin laitoksen raportti 16/2012. Pdf- dokumentti.
<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80049/b79b33f7-e767-4a74-ab5d-40e9b60a1fe8.pdf?sequence=1>. Päivitetty 13.3.2013. Luettu 26.8.2015.

Kantola, Janna 2003. Alkoholit rivien väleissä. Teoksessa Holmila, Marja & Kantola, Janna (toim.). Pullon kauloja. Kirjoituksia alkoholistien läheisistä. Helsinki: Stakes.

Katvala, Satu 2001. Missä äiti on? Äitejä ja äitiyden uskomuksia sukupolvien saatossa. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Kiianmaa, Kalervo 2003. Alkoholit. Teoksessa Salaspuro, Mikko, Kiianmaa, Kalervo & Seppä, Kaija (toim.). Päihdelääketiede. Helsinki: Duodecim.

Lasinen lapsuus 2015. Lasinen lapsuus- Sirpaleinen mieli: Työntekijät ja kumppanit. www-dokumentti. <http://www.lasinenlapsuus.fi/toimintamme/lasinen-lapsuus-sirpaleinen-mieli-tyontekijat-ja-kumppanit>. Päivitetty 15.8.2015. Luettu 15.8.2015.

Lastenneuvola lapsiperheiden tukena, opas työntekijöille. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2004:14. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Pdf-dokumentti.
<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114371/Opp200414.pdf?sequence=1>. Päivitetty 13.6.2015. Luettu 26.8.2015.

Salmi, Minna, Lammi-Taskula, Johanna & Sauli, Hannele 2014. Lapsiperheiden toimeentulo. Teoksessa Lammi-Taskula, Johanna & Karvonen, Sakari (toim.). Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos.

Neitola, Marita 2011. Lapsen sosiaalisen kompetenssin tukeminen- Vanhempien epäsuorat ja suorat vaikutustavat. Turun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Väitöskirja.

Paananen, Reija & Gissler, Mika 2014. Hyvinvointi ulottuu yli sukupolvien. Teoksessa Lammi-Taskula, Johanna & Karvonen, Sakari (toim.). Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos.

Peltoniemi, Teuvo 2003. Lapsen elämä suomalaisessa alkoholiperheessä. Teoksessa Holmila, Marja & Kantola, Janna (toim.). Pullon kauloja. Kirjoituksia alkoholistien läheisistä. Helsinki: Stakes.

Peltoniemi, Teuvo 2005. Suomalaisten lasinen lapsuus 1994 ja 2004. Tiimi 2, 4–10. Pdf-dokumentti.

www.lasinenlapsuus.fi/sites/default/files/pdf/suomalaisten_lasinen_lapsuus_1994_ja_2004._artikkeli.pdf. Päivitetty 19.4.2005. Luettu 11.2.2015.

Raitasalo, Kirsimarja & Holmila, Marja 2014. Alkoholinkäyttötapojen periytyminen ja vanhempien kasvatuskäytännöt. Teoksessa Lammi-Taskula, Johanna & Karvonen, Sakari (toim.). Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Roine, Ilva, Minna & Takala, Janne 2010. Lapsuus päihteiden varjossa, vanhempien päihteiden käytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä. A-klinikkasäätiön raporttisarja 57. Pdf-dokumentti.
http://www.lasinenlapsuus.fi/sites/default/files/pdf/lapsuus_paihteiden_varjossa._vanhempien_paihteidenkaytosta_karsivat_lapset.pdf. Päivitetty 7.2.2014. Luettu 20.11.2015.

Ronkainen, Suvi, Pehkonen, Leila, Lindblom-Ylänne, Sari & Paavilainen, Eija 2013. Tutkimuksen voimasanat. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Rostila, Ilmari 2001. Tavoitelähtöinen sosiaalityö, voimavarakeskeisen ongelmanratkaisun perusteet. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015. Alkoholinkäytön haitat muille kuin käyttäjälle. www-dokumentti. <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/alkoholi/alkoholihaitat/alkoholinkayton-haitat-muille-kuin-kayttajille>. Päivitetty 14.8.2015. Luettu 23.1.2016.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vilka, Hanna 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vuori, Jaana 2003. Äitiyden ainekset. Teoksessa Forsberg, Hannele & Nätkin, Ritva. Perhe murroksessa. Kriittisen perhetutkimuksen jäljillä. Helsinki: Gaudeamus.

Väyrynen, Sanna 2006. ”Multa on viety se kaikista tärkein...” Äitiys ja leimattu identiteetti huume kuvioissa. Teoksessa Nätkin, Ritva. Pullo, pillerit ja perhe. Vanhemuus ja päihdeongelmat. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hei,

opiskelen Mikkelin ammattikorkeakoulussa sosionomiksi ja teen opinnäytetyötä aiheesta ”Kokemuksia päihdeongelman varjossa eletyn lapsuuden vaikutuksista äitiyteen”.

Tutkimus tehdään anonymiminä, jolloin tutkimukseen osallistuvan henkilöllisyys ei paljastu missään vaiheessa. Käytän tutkimuksessani vain minulle sähköpostitse lähetettyjä kirjoituksia. Ryhmässä kirjoittamanne asiat pysyvät edelleen ryhmän sisällä. Täten myös lupaan olla liittymättä ryhmänne jäseneksi, jotta anonymiteettinne säilyy jatkos-sakin.

Etsin äitejä, joiden lapsuudessa vähintään toinen vanhempi on käyttänyt haitallisesti alkoholia.

Olisi hienoa jos voisit osallistua työhöni kirjoittamalla vapaavalintaisen kirjoituksen alla oleviin kysymyksiin vastaten.

Kerro aluksi lyhyesti lapsuuden perheestäsi.

Miten itse koit perheesi ja kuka lapsuuden perheessäsi käytti haitallisesti päihteitä?

Millainen on oma perheesi?

Miten koet lapsuuden kodin haitallisen päihteiden käytön vaikuttavan omaan tapaan olla äiti?

Millaisia valintoja ja päätöksiä olet äitinä tehnyt johtuen omista lapsuuden kokemuksista?

Miten koet näiden kokemusten näkyvän perheesi arjen rutiineissa esim. ruokailu, nukkuminen, säännöt, hoitotilanteet tai joku muu?

Millaisia voimavaroja sinulla on käytössäsi äitiytesi tueksi?

Missä tilanteissa käytät näitä voimavaroja?

Keneltä saat tukea ja apua omaan äitiyteesi?

Ystävällisesti toivoisin kirjoituksen olevan minulla 25.10.2015 mennessä.

Kirjoituksen voit lähettää sähköpostiini

Tiina.A.Laurikainen@edu.mamk.fi

Kiitos ajastasi!

-Tiina Laurikainen

Kyselyn saate ja kyselypohja

Hei,

opiskelen Mikkelin ammattikorkeakoulussa Sosionomiksi ja teen opinnäytetyötä aiheesta ”**Kokemuksia päihdeongelman varjossa eletyn lapsuuden vaikutuksista äitiyteen**”.

Toivon äitien, joiden lapsuudessa vähintään toinen vanhempi on käyttänyt haitallisesti alkoholia vastaamaan kyselyyni. Aihe on tärkeä, eikä sitä pysty tutkimaan muutoin, kuin saamalla vastauksia aiheen kokeneilta. Kyselyyn vastataan täysin anonymisti, jolloin vastaajan henkilöllisyys ei paljastu missään vaiheessa. Vain lähetetyt vastaukset tallentuvat, joten kyselyn voi keskeyttää missä vaiheessa tahansa.

Olisi hienoa jos voisit osallistua työhöni vastaamalla kyselyyn oheisen linkin kautta.

<https://www.webropolsurveys.com/S/F7FE3F00508FD784.par>

Ystävällisesti toivoisin sinun vastaavan kyselyyn 15.11.2015 mennessä.

Kiitos ajastasi!

-Tiina Laurikainen

Tiina.A.Laurikainen@edu.mamk.fi

Webropol-palvelun kyselypohjan kysymykset

1. Kuka lapsuuden perheessäsi käytti haitallisesti alkoholia?
Äiti
Isä
Molemmat
Muu
2. Miten itse koit lapsuuden perheesi?
3. Millainen on oma perheesi?
4. Koetko lapsuuden kodin haitallisen alkoholin käytön vaikuttavan omaan äitiyteesi?
Kyllä
Ei
5. Miten koet tämän vaikuttavan omaan äitiyteesi?
6. Millaisia valintoja ja päätöksiä olet äitinä tehnyt johtuen omista lapsuuden kokemuksistasi?
7. Miten koet näiden kokemusten näkyvän perheesi arjen rutiineissa esim. ruokailu, nukkuminen, säännöt, hoitotilanteet tai joku muu?
8. Millaisia voimavaroja sinulla on käytössäsi äitiytesi tueksi?
9. Missä tilanteissa hyödynnät näitä voimavaroja?
10. Keneltä saat apua ja tukea omaan äitiyteesi?

Kiitos vastauksestasi!

LIITE 2(3).

Kyselyn saate ja kyselypohja