

PÄIHTEIDEN VARJOSTAMIEN PERHEKOKEMUSTEN TUOTTAMAT MERKITYKSET
LÄHEISSUHTEISIIN

Miia Katariina Markkula

Pro gradu -tutkielma

Sosiaalipsykologia

Yhteiskuntatieteiden laitos

Yhteiskuntatieteiden- ja kauppätieteiden tiedekunta

Itä-Suomen yliopisto

Lokakuu 2020

ITÄ-SUOMEN YLIOPISTO, Yhteiskuntatieteiden ja kauppatieteiden tiedekunta
Yhteiskuntatieteiden laitos

Sosiaalipsykologia

MARKKULA, MIIA: Päihteiden varjostamien perhekokemusten tuottamat merkitykset läheissuhteisiin

Pro gradu -tutkielma, 82 sivua, kaksi liitettä (2 sivua)

Ohjaajat: professori Vilma Hänninen, tutkijatohtori Mervi Issakainen

Lokakuu 2020

Avainsanat: läheissuhde, perhe, kokemus, päihdeongelma, kiintymyssuhdeteoria, fenomenologia, hermeneutiikka, selviytymisstrategia, perheresilienssi

Tämä tutkimus tarkastelee yksilön läheissuhdekokemuksia ja sitä, millaisia merkityksiä yksilön läheissuhteet saavat silloin, kun lapsuus on eletty perheessä, jonka jäsenenä on ollut päihdeongelma. Tutkimus käsittelee sekä lapsuus- että aikuisajan läheissuhteita. Tavoitteena tutkimuksessa on saada selville ja tarkastella kohderyhmän omaa kokemusmaailmaa ja läheissuhdetodellisuutta. Tutkimuksen lähestymistapa on hermeneuttis-fenomenologinen ja läheissuhteita tarkastellaan kiintymyssuhdeteorian valossa. Kiintymyssuhdeteoriaa on kiinnostavaa käyttää tämän tutkimuksen analyysissä, sillä kiintymyssuhdeteorian perustaan sisältyy ajatus varhaisten kiintymyskokemusten merkittävydestä tuleville läheissuhteille.

Tutkimuksen aineisto koostuu 10 eri tutkimusvastauksesta, jotka tutkittavat ovat lähettäneet anonymisti tätä tutkimusta varten. Tutkimusvastaukset ovat tutkittavien omaan kokemukseen perustuvia tekstejä, jotka on kirjoitettu valmiiksi annettujen, ohjaavien kysymysten pohjalta. Tutkimuskysymyksissä vastaajaa pyydettiin kertomaan, millaisia hänen läheissuhteensa olivat lapsuudessa ja myöhemmin aikuisuudessa, kokeeko vastaaja näiden vaikuttaneen toisiinsa ja mitä hyvää ja huonoa vastaaja kokee saaneensa lapsuuden perheen kokemuksistaan. Aineistoa on analysoitu sisällönanalyysillä sekä hermeneuttis-fenomenologisen tutkimustavan mukaan. Aineistosta esiin tulleet kokemuksemat ovat aineiston määrittämiä ja läheissuhteiden saamat merkitykset ovat syntyneet tutkijan tulkinnan kautta.

Tulosten mukaan kokemukset päihteiden varjostamasta lapsuudenperheestä tuottivat enimmäkseen negatiivisia merkityksiä läheissuhteisiin: lapsuuden läheissuhteet vanhempiin olivat olleet turvattomia, jopa pelottavia ja ristiriitaisia. Rakkaudettomuus ja etenkin tunnetason huolenpidon puute kuvaavat näitä kokemuksia. Myös vastuu, häpeä ja yksinäisyys kuvastavat kokemuksia läheissuhteissa, kun lapsuuden suurimpana toiveena oli ollut "normaali" ja turvallinen, rakastava vanhempi. Kuvausten mukaan aikuisuuden läheissuhteet saivat merkityksiä lapsuusajasta: tunnetason ongelmat ja ulkopuolisuuden tunne sekä ristiriitaiset merkitykset läheissuhteissa tuntuivat seuraavan päihdeongelmaisen perheen lapsia. Toisaalta tuloksissa löytyi myös kuvauksia positiivisista ja voimaannuttavista kokemuksista aikuisuuden läheissuhteiden myötä. Tutkielman tulosten mukaan päihteiden varjostamassa perheessä eletty lapsuus näkyi negatiivisina merkityksinä läheissuhteissa, mutta näitä merkityksiä oli voitu myös kääntää osittain voimavaraksi. Lapsuuden kokemuksilla oli suuri vaikutus aikuisuuden elämässä.

UNIVERSITY OF EASTERN FINLAND, Faculty of Social Sciences and Business Studies

Department of Social Sciences

Social Psychology

MARKKULA, MIIA: Family experiences in substance-misusing family and their meanings in close relationships

Master's thesis, 82 pages, two appendices (2 pages)

Advisors: Professor Vilma Hänninen, postdoctoral Researcher Mervi Issakainen

October 2020

Keywords: a close relationship, family, experience, substance abuse, attachment theory, phenomenology, hermeneutics, coping-method, family-resilience

This study examines the experiences of close relationships of an individual and the meanings that close relationships have when one's childhood family has had a substance-misusing member. The study examines both childhood and adulthood relationships. The goal of this study is to find out and to examine the personal world of experience and relationship reality of the target group. The investigational approach of this study is hermeneutic -phenomenological and the close relationships are viewed in a light of attachment theory. It is interesting to use attachment theory in this study's analysis because the basics of attachment theory include an idea of significancy between early attachments and future relationships.

The study literature consists of 10 different study responses which have been anonymously sent for this study by the examinees. The study responses are writings based on personal experiences of the examinees and written by given, guiding study questions. In study questions the examinees were asked to write about the nature of their close relationships in childhood and later in adulthood, if the respondent experience these two to have affected one another and what are the positive and the negative outcomes the examinee views to have built of their childhood experiences. The study literature has been analyzed by content analysis and by the hermeneutic-phenomenological study method. The experience themes that have come out of the study responses are defined by the study data and the relationship meanings are a result of the researcher's interpretation.

According to the results, experiences of a childhood in substance-misusing family mainly caused negative meanings in close relationships: close relationships with parents had been unsafe, even frightening and contradictory. Lack of love and especially lack of emotional care describe these experiences. In addition, responsibility, shame and loneliness are the feelings describing relationships when the childhoods biggest wish had been to have a normal, secure and loving parent. According to the descriptions in literature, close relationships in adulthood were affected by childhood: problems on an emotional level, the feeling of being an outsider and contradictory meanings in close relationships seemed to follow the children of substance-misusing families. On the contrary, there was also descriptions of positive and empowering experiences in adulthood relationships to be found in the study results. According to the results of this thesis, a childhood lived in a substance abusing family showed as negative meanings in close relationships, but it was also possible to turn these meanings into a resource. Childhood experiences had a major impact on life as an adult.

SISÄLTÖ

1. JOHDANTO	1
1.1 Johdatus tutkielman aiheeseen	1
1.2 Tutkimuskysymykset ja tutkielman rakenne	3
2. PÄIHDEONGELMAN VAIKUTUKSET PERHEESSÄ.....	5
2.1 Aikaisempi tutkimus ja keskeiset käsitteet	5
2.2 Päihdeongelma perheessä.....	13
2.3 Perheen lasta suojaavat tekijät	17
3. TEORIATAUSTA	19
3.1 Kokemuksen tutkimus: hermeneuttis-fenomenologinen lähestymistapa.....	19
3.2 Kiintymyssuhdeteoria näkökulmana läheissuhteisiin.....	23
4. TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	27
4.1 Tutkimuksen kohde ja teorian rooli.....	27
4.2 Aineistonkeruu ja aineisto.....	28
4.3 Aineiston analyysi	31
4.4 Tutkimuksen toteutuksen ja eettisten kysymysten arviointi.....	34
5. LÄHEISSUHDEKOKEMUKSET.....	39
5.1 Turvallisuudentunne	39
5.2 Häpeä	43
5.3 Vastuunotto	45
5.4 Ulkopuolisuus.....	50
5.5 Tunteet	53
6. LÄHEISSUHTEIDEN SAAMAT MERKITYKSET	56
6.1 Läheissuhteiden ristiriita	56
6.2 Läheissuhdekokemukset taakkana.....	59
6.3 Läheissuhdekokemukset voimaannuttajana.....	61
6.4 Korjaavat läheissuhteet	63
7. KOKOAVA POHDINTA	66
7.1 Yhteenveto	66
7.2 Pohdinta.....	69

LÄHTEET	74
LIITTEET.....	81
Liite 1 Kirjoituskutsu.....	81
Liite 2 Tutkimuslomake	82

1 JOHDANTO

1.1 Johdatus tutkielman aiheeseen

Päihteiden, etenkin alkoholin ongelmakäytön tiedetään olleen jo pitkään Suomessa merkittävä yhteiskunnallinen ongelma, eivätkä tilastot osoita, että ongelma olisi ratkennut. (esim. THL päihdetilastollinen vuosikirja 2019.) Päihdeongelmien ja niiden seurausten näkyminen yhteiskunnallisesti vuosikymmenestä toiseen johtuu monista tekijöistä, muun muassa päihdeongelmien periytyvyydestä ja siitä, että päihteiden aiheuttamia ongelmia on vasta viime vuosikymmenien aikana alettu tarkastella siitä näkökulmasta, että päihdeongelma on hoidettava sairaus ja että sillä on vaikutuksia myös muihin kuin päihdeongelmaiseen itseensä. Tämän lisäksi Suomessa perheen sisäisiä asioita on pitkään pidetty yksityisinä perhesalaisuuksina ja päihdeongelma itsessään on leimaava, häpeää aiheuttava asia. Viime vuosien aikana Suomessa on avautunut kuitenkin uudenlainen avoimuuden kulttuuri päihdeongelmien suhteen, kun julkisuuden henkilöt ja tavalliset ihmiset ovat käsitelleet julkisesti lapsuuden kokemuksiaan, joita ovat varjostaneet päihteet perheessä (vrt. Itäpuisto 2001, 11-12).

Perheen sisäinen runsas päihdekulutus on kautta ajan ollut vaiettu asia suomalaisessa kulttuurissa, jossa toisaalta alkoholin käyttö liitetään jollakin tasolla suomalaisuuteen, mutta jossa lasten ja perheiden vaalimisen ajatukseen päihteiden runsas käyttö ei kuitenkaan istu. Päihteiden käytössä ja päihdeasenteissa on tapahtunut muutos, minkä voi huomata vaikkapa aiempien sukupolvien puheessa ja ajatuksissa. Aiempien sukupolvien elämään verrattuna nykyisin päihteet ovat näkyvämmiin esillä viihteessä ja yhteiskunnassa. Myös päihteiden käytön sukupuolittuneisuus on tasaantunut eikä enää ole ennenkuulumatonta, että naisella on päihdeongelma. Alkoholin myynti rajoittui vuoteen 2018 asti Alkoon, mutta sittemmin mietoja alkoholijuomia on saanut myydä myös päivittäistavarakaupoissa. Viime vuosina on ollut myös paljon puhetta kannabiksen laillistamisesta ja huumeasenteet ovat yleisessä puheessa selvästi löyhentyneet. Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen jo vuoden 2012 raportissa todetaan, että nuorten kannabiksen ja sekakäytön laskeva trendi olivat kääntyneet nousuun (Raitasalo ym. 2012). Lisäksi internet ja anonyymien keskusteluiden mahdollistavat somekanavat ovat johtaneet päihteiden, etenkin huumeasaineiden, entistä paljon helpompaan saatavuuteen ja jakeluun viime vuosina. THL:n mukaan vuonna 2018 huumekuolemia

oli Suomessa enemmän kuin kertaakaan aiemmin 2000 -luvulla ja huumausainerikosten määrä on ollut nousussa vuodesta 2014 lähtien (SVT 2019, kuolemansyyt 2018).

Läheissuhteiden kannalta päihdeongelmaa perheessä voidaan pitää merkittävänä ongelmana, etenkin lapsen näkökulmasta. Lapsi on vanhemmastaan riippuvainen ja peilaa vanhemmastaan sitä, minkä arvoinen hän on. Päihteet voivat monin eri tavoin aiheuttaa tilanteen, jossa vanhempi ei pysty olemaan emotionaalisesti tai fyysisesti läsnä lapselle. Päihteet ovat päihdeongelmalliselle usein tärkein tarve ja niiden vaikutuksen alaisena ollaan usein poissaolevia, sekavia tai jopa aggressiivisia. John Bowlbyn kiintymyssuhdeteorian mukaan lapsen ensisijainen tarve on muodostaa turvallinen kiintymyssuhde hoivaajaansa. Keskeistä kiintymyssuhdeteoriassa on lapsen emotionaaliset tarpeet ja niihin vastaaminen. Bowlbyn (1979) mukaan juuri emootiot ovat perustana kiintymykselle, sillä kaikki kiintymyssuhteeseen liittyvät prosessit pitävät sisällään tunteita, esimerkiksi kiintymys sisältää rakkautta ja rakkaan menettämisen pelko aiheuttaa ahdistusta (Cassidy 2016, 7; Bowlby 1979, 130). Hoivaajan tärkeimmät tehtävät lapsen hoivassa ovat vastata lapsen fyysisiin ja emotionaalisiin tarpeisiin, antaa koherenttia hoivaa ja olla turvana silloin, kun lapsi sitä tarvitsee. Kiintymyssuhdeprosessin kautta lapsi oppii tunteiden hallintaa, luottamaan ympäristöönsä, itseensä ja muihin ihmisiin. Bowlbyn mukaan hoivan laatu määrää sen, muodostuuko lapsen ja hoivaajan välille turvallinen vai turvaton kiintymys. Tämä kiintymysmalli sekä kiintymyskokemukset lapsuudessa ohjaavat kaikkia tulevia suhteita.

Lapsuuden kokemusten tiedetään vaikuttavan monin eri tavoin yksilön kehitykseen, sekä fyysisellä että psyykkisellä tasolla. Vanhemman päihdeongelman vaikutuksia lapseen ja lapsen kehitykseen on myös tutkittu suhteellisen laajasti, mutta monissa näissä tutkimuksissa näkökantana on ollut kliiniset tai ulkoiset seuraukset, kuten esimerkiksi päihdeongelman periytyminen ja vanhemman päihdeongelman ja lapsen onnettomuusriskin yhteys. Tässä tutkimuksessa keskitytään aikuisten retrospektiivisiin kokemuksiin, joiden voi olettaa olevan jo pitkälle prosessoituja ja käsiteltyjä. Siten mielenkiintoista ja uutta aiempaan tutkimukseen verrattuna on tarkastella sitä, millaisia merkityksiä nämä prosessoidut kokemukset ovat muodostaneet tutkittavien kokemusmaailmassa. Lisäksi tarkastellaan sitä, miten tutkittavat mieltävät yhteyden lapsuuden ja aikuisuuden läheissuhdekokemusten välillä.

1.2 Tutkimuskysymykset ja tutkielman rakenne

Tässä tutkimuksessa paneudutaan niiden aikuisten kokemuksiin, jotka ovat kasvaneet lapsuutensa perheessä, jonka jäsenellä on ollut päihdeongelma. Tässä tutkimuksessa kaikki aineiston tekstit käsittelevät perhettä, jossa päihdeongelma on ollut perheen vanhemmalla. Siksi tässä tutkielmassa aihetta käsitellään pääasiassa vanhemman päihdeongelman tarkastelukulmasta. Lähestymistapani läheissuhteisiin rakentuu kiintymyssuhdeteorian kautta, koska kiintymyssuhdeteoria on kattava teoria lapsuuden ja aikuisuuden läheissuhteista ja niiden yhteydestä.

Tulen tässä tutkimuksessa tarkastelemaan sitä, millaisia merkityksiä tutkittavien läheissuhteet ovat saaneet sen myötä, että he ovat kasvaneet päihteiden varjostamassa perheessä. Kiinnostavaa on se, miten tutkittavat itse kokevat omat läheissuhteensa ja se, miten näiden kokemusten perusteella läheissuhteita voi tarkastella kiintymyssuhdeteorian valossa. Käsitellen päihteitä varjostavana tekijänä tutkimuksessa tarkasteltaviin perheisiin nähden, sillä tutkimuksen tarkoituksena ei ole leimata tutkittavien perheitä “päihdeperheiksi” ja koska tutkimuksessa on vältetty sitä ajatusta, että päihdeongelma perheessä sinetöisi koko perheidentiteetin. Päihdeongelman aiheuttamia kokemuksia on kuitenkin tarkoituksenmukaista tutkia perheen tasolla, sillä nykyisin tiedetään perheinstituution merkitys päihdeongelman vaikutuksissa ja niistä selviytymisessä. Aikaisemmassa tutkimuksessa ja päihdeongelman tarkastelussa vanhemmalla on viitattu ja viitataan usein edelleen vain äitiin, jolloin tutkimusten näkökulmista on pudonnut kokonaan pois perhekokonaisuuden näkökulma. Perhenäkökulmaa päihdeongelmiin on siksi yritetty viime vuosina palauttaa. (esim. Nätkin 2006, Sawyer ym. 2016, Mclaughlin ym. 2016.) Varjostamisella viitataan tässä tutkielmassa siihen, että päihteet ovat olleet jatkuvasti läsnä perheen arjessa. Tutkimuspyynnössä olen määritellyt päihteiden tarkoittavan alkoholia ja huumeaineita. Tässä tutkimuksessa suurin osa aineistoa käsittelee alkoholiin liittyviä kokemuksia, mutta osaan kokemuksista on kuulunut huumeaineet.

Päihteet perheessä voivat vaikuttaa negatiivisesti lapseen myös silloin, kun päihdekulutus on normaalisti laskettavaa, mutta tässä tutkimuksessa keskitytään niihin kokemuksiin, joissa päihteiden käyttö on ollut ongelma. Päihdeongelma voidaan määritellä löyhästi siten, että päihteiden käytöstä katsotaan tulevan ongelma silloin, kun päihteet hallitsevat elämää. Kokonaisvaltaisena tiivistäen päihderiippuvuuden voi esittää esimerkiksi psykiatrian erikoislääkäri Huttusen mukaan “päihderiippuvuudelle on ominaista päihteen jatkuva, usein toistuva tai

pakonomainen käyttö riippumatta käytön aiheuttamista sosiaalisista tai terveydellisistä haitoista” (Huttunen 2018). Tässä tutkimuksessa päihdeongelmaa ei ole kuitenkaan määritelty minkään tällaisen rajauksen mukaan, sillä tutkimuksessa on tärkeää vain se, että tutkittavat itse ovat kokeneet päihteiden käytön perheessään ongelmaksi. Tutkimuksen aineisto on kerätty e-lomakkeen välityksellä siten, että tutkittavat ovat itse halutessaan ottaneet osaa tutkimukseen ja lähettäneet tutkimustekstinsä nimettömästi lomakkeen kautta. Täten on varmistettu se, että tutkittavat ovat osallistuneet tutkimukseen omasta tahdostaan ja ilman huolta siitä, että heidän henkilöllisyytensä tulisi ilmi.

Tämän tutkielman toisessa luvussa esittelen tutkimusaiheen teoriataustaa. Aluksi esittelen aiempaa tutkimusta, joka käsittelee päihteitä perheessä ja niiden vaikutuksia lapseen. Tutkimuksen suomalaisessa taustassa huomion arvoista on Maritta Itäpuiston ja Marja Holmilan työt, joissa käsitellään laajasti lasten kokemuksia päihteiden varjostamassa perheessä. Toiseen lukuun sisältyy myös keskeisten käsitteiden määrittelyä. Avaan tässä luvussa lisäksi sitä, millaisia vaikutuksia päihdeongelmalla on perheelle aiemman kirjallisuuden perusteella.

Kolmannessa luvussa esittelen tutkielman teoreettisen taustan, johon sisältyy kokemuksen tutkimus, kokemus tutkimuskohteena ja hermeneuttis-fenomenologinen tutkimusote, jota tässä tutkimuksessa tullaan hyödyntämään. Lisäksi erittelen läheissuhteiden taustateorian, kiintymyssuhdeteorian, perusasioita. Neljännessä luvussa esittelen tutkimuksen toteutusprosessin. Luvussa eritellään tutkimusaihe, tutkimuksen kohde ja teorian rooli, tutkimuksen aineistonkeruu, aineisto sekä käytetyt aineiston analyysin keinot ja eettiset ongelmat. Neljännessä luvussa arvioin tutkimuksen toteutuksen onnistumista ja eettisiä kysymyksiä, koska ne muodostuivat oletettuakin tärkeämmiksi tutkimuksen aineistonkeruussa. Viides ja kuudes luku ovat tuloslukuja, viidennessä luvussa erittelen teemat, jotka syntyivät tutkittavien kokemuksista tutkimuksen kokemusteemoiksi. Tulokset näiden teemojen analyysistä, tulkinnan kautta syntyneet merkitykset tutkittavien läheissuhdekokemuksissa, löytyvät kuudennessä luvusta.

Viimeisessä luvussa teen kokoavaa yhteenvetoa ja pohdintaa tutkimuksen tuloksista ja pohdin sitä, millaisia ajatuksia tutkimus herätti tulevaisuuden tutkimustarpeesta tässä aiheessa. Esitän myös tutkielman käytännön hyötyarvoa ja sitä, millaisia huomionarvoisia asioita tutkielmasta voi yleisesti löytää.

2 PÄIHDEONGELMAN VAIKUTUKSET PERHEESSÄ

2.1 Aikaisempi tutkimus ja keskeiset käsitteet

Esittelen tässä luvussa aikaisempaa tutkimusta liittyen siihen, miten vanhemman päihdeongelma vaikuttaa lapseen ja heidän läheissuhteisiinsa. Suomalainen aikaisempi tutkimus painottuu erityisesti alkoholiongelmiin, riskeihin ja niihin ongelmiin, mitä alkoholi perheessä voi lapselle aiheuttaa, päihdeäitien kuntouttamiseen, vanhempien kokemuksiin ja lasten auttamiseen. Aikaisemmassa tutkimuksessa paljon esillä on myös tutkimukset päihdeongelmien periytyvyydestä sukupolvelta seuraavalle. Aikaisemman tutkimuksen mukaan päihdeongelmasta kärsivät vanhemmat haluavat hyvän suhteen lastensa kanssa, mutta päihdetarpeet estävät heitä onnistumasta siinä. Joidenkin tutkimusten mukaan päihdeongelma perheessä ei tuota lapselle aina negatiivisia seurauksia ja tutkimusten mukaan päihteiden tuottamat seuraukset ovatkin perheestä ja lapsesta riippuen yksilöllisiä.

Päihteillä tarkoitetaan yleisesti ottaen aineita, jotka tuottavat päihtyneen tilan. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan päihteet ovat psyykkisiin toimintoihin vaikuttavia aineita, joita ei käytetä hoidollisen tavoitteen vuoksi. Päihderiippuvuus syntyy useiden ajallisesti lähekkäin olevien käyttökertojen seurauksena (THL 2020). Tässä tutkimuksessa päihteillä tarkoitetaan alkoholia sekä huumausaineita. Huumausaineisiin lukeutuu huumeiden, esimerkiksi kannabis ja heroini, lisäksi myös lääkkeet väärinkäytettynä. Poliisin internetsivujen mukaan Suomessa yleisimmät huumausaineet ovat amfetamiini, ekstaasi, gamma, heroini ja opiaatit, kannabis, khat, kokaiini, lsd ja lääkkeet (Poliisi 2020). Läheissuhteet ovat tässä tutkimuksessa määritelty siten, että koska tutkimus perustuu tutkittavien omiin kokemuksiin ja subjektiiviseen todellisuuteen, läheissuhteet viittaavat niihin ihmissuhteisiin, jotka tutkittavat kokevat itselleen läheisimmiksi.

O'Connor, Forrester, Holland ja Williams (2014) pyrkivät tarjoamaan tutkimuksellaan näkökulmia siihen, millaisia lasten kokemukset päihdeongelmaisessa perheessä elämisestä ovat. Tutkimus tehtiin suppealla otannalla nuoria ihmisiä, joiden kokemukset ovat retrospektiivisiä näkemyksiä. Nuorten haastatteluiden lisäksi aineistoon sisältyi näiden perheiden vanhempien näkökulmia siitä, millaisia heidän lastensa kokemukset ovat olleet. Nuoret, joiden lapsuuskokemuksia tarkasteltiin tutkimuksessa, olivat vastaamishetkellä 14-18 -vuotiaita ja kokemukset sijoittuivat edeltäneille 8 - 10 vuodelle. Tutkimuksessa haastatellut nuoret olivat kaikki osa perhettä, jossa oli ollut sisaruksia,

mutta tuloksissa huomattiin sisarusten välisissä kokemuksissa olevan erilaisuuksia. Osassa perheistä oli alkoholin ongelmakäyttöä, osassa huumausaineiden ongelmakäyttöä ja yhdessä tutkittavista perheistä sekä alkoholi että huumausaineet olivat ongelma.

Tulosten mukaan lasten kokemukset perheessä, jossa vanhemmalla oli päihdeongelma, olivat kokonaisvaltaisesti lasten elämään vaikuttavia ja kokemusten vaikutukset ylettyvät aikuisuuteen asti. Lapset joutuivat heitteillejätetyksi sekä fyysisellä että emotionaalisella tasolla, kun vanhemman päihteidenkäyttö meni lapsen tarpeiden edelle. Erään vanhemman mukaan hän ei esimerkiksi pystynyt suojelemaan lastaan seksuaaliselta hyväksikäytöltä omien päihdeongelmiensa vuoksi. Lapset olivat joutuneet myös elämään huolen ja jännittyneisyyden keskellä, sillä päihteet aiheuttivat kaoottisuutta ja esimerkiksi väkivallan pelkoa perheen elämään. Avaintekijänä tutkimuksen tuloksissa todetaan, että päihteet vaikuttivat lasten elämään merkittävästi siinä, että lapsen asuinpaikka ja huoltaja vaihtuivat usein. Perheen päihdeongelmasta johtuen lasten huomattiin oireilevan muun muassa käytösongelmilla lapsuudessa, mutta myös esimerkiksi väkivaltaisuutena ja päihteiden liikkakäytöllä vanhempana. (O'Connor ym. 2014.)

Kuten muissakin tämän aiheen tutkimuksissa, myös tässä tuli esiin se, kuinka päihdeongelmaisessa perheessä lapsen tehtäväksi monesti muodostuu vastuunottaminen. Tutkimuksessa kuvailtiin, kuinka lapset toisaalta pitivät huolen vanhemman ja sisarusten fyysisistä tarpeista, mutta myös huolehtivat henkisellä tasolla perheenjäsenistä. Kaikkea tutkittavat eivät kokeneet negatiivisesti, sillä lapset kuvailivat tätä vastuunottajan roolia myös positiivisessa valossa, sillä toimijuus oli ollut lapselle vahvuutta opettava asia. Positiivisia näkemyksiä löydettiin myös siitä, kuinka myöhempi akateeminen menestyminen ja kavereiden löytäminen toi tunnetta menestyksestä sekä siitä, että oma elämä normalisoitui vaikeista kokemuksista huolimatta. Auttavia interventioita ja resilienssiä lisääviä kokemuksia löydettiin siitä, kun lapsella oli joitakin perheen ulkopuolisia, tukevia aikuisia läsnä. Erään pojan myöhempää menestystä oli tukenut hänen isoäitinsä läsnäolo, kun toiselle tärkeä interventio oli ollut erään tietyn sosiaalityöntekijän tapaaminen. Tutkimuksessa korostuu se, että aikaisen vaiheen interventiot ja resilienssiä lisäävät tekijät ovat niitä asioita, joita päihdeongelmaisten vanhempien lapset tarvitsevat säilyttääkseen muun muassa ehjiä kiintymyssuhteita. (O'Connor ym. 2014.)

Kiintymyssuhde viittaa kiintymyssuhdeteoriaan, jossa kiintymyssuhde nähdään lapsen ja hoivaajan välille syntyvänä tunnepitoisena siteenä. Kiintymisen käsitteeseen sisältyy

tunnelataukset ja tunteiden sävyttämä käyttäytyminen, kun taas kiinnittyminen on biologiaan perustuvaa, automaattista hoivakohteeseen kiinnittymistä, jonka kautta evoluutionäkökulmasta lapsen selviytyminen varmistuu. Kiinnittymiseen ei sisälly automaattisesti tunteita.

Holmila, Itäpuisto ja Ilva (2011) tutkivat ongelmajuovien vanhempien lasten selviytymismetodeja lasten omasta näkökulmasta, kokemusten, agenttiuden ja selviytymisen kannalta katsottuna. Tutkimus toteutettiin internetlomakkeella ja siihen vastasi 70 vapaaehtoista, ikäväliltä 12-18. Tutkimuksessa kysyttiin, mikä lasta on auttanut silloin, kun vanhemman päihteidenkäyttö on häirinnyt häntä. Lisäksi selvitettiin sitä, millaista apua tai tukea lapsi itse haluaisi omassa tilanteessaan. Tutkimuksessa 55 prosenttia lapsista vastasi, että perheen päihdeongelmainen henkilö on isä ja 37 prosenttia, että äiti.

Tulosten mukaan vanhemman päihteidenkäytön häiritsevyys riippuu siitä, millaisella tasolla lapsen oman elämän toimijuus on. Toimijuus liitettiin tuloksissa lapsen ikään: nuorimmat lapset järkyttyivät vanhempien päihteidenalaisesta käytöksestä ja he kuvailivat paljon sitä, miten pelottavalta vanhempien riitely ja väkivalta tuntuivat. Lisäksi vanhempien epäluotettavuus, eli se että lupauksia ei pidetty, oli nuorimmille vastaajille merkittävä häiritsevä tekijä. Vanhemmat vastaajat, 14 vuotta täyttäneet, kuvailivat samankaltaisia ongelmia kuin nuoremmatkin vastaajat. Näiden lisäksi vanhemmat lapset kuvailivat kuitenkin myös sitä, miten vanhempien päihteidenkäyttö on vaikuttanut heidän sosiaaliseen elämäänsä ja ystävyysuhteisiin. Lisäksi 14 vuotta täyttäneet mainitsivat vanhemman päihdeongelman vaikuttavan siihen, että lapset eivät saa nukuttua tarpeeksi, he eivät pysty keskittymään normaalisti elämäänsä ja siihen, että he joutuvat ottamaan vastuuta nuoremmista sisaruksistaan. (Holmila ym. 2011.)

Lasten selviytymisstrategioista saatiin Holmilan ym. (2011) tutkimuksessa tulokseksi se, että pääasiallinen keino käsitellä vaikeita tilanteita kotona on välttely, joko fyysisesti tilanteesta tai kotoa poistuminen tai henkisesti, ajattelemalla tietoisesti muita asioita. Osa vastaajista kertoi aktiivisesti vastustaneensa tilanteita, esimerkiksi soittamalla poliisille, osa sanoi hakeneensa tukea kavereilta tai sisaruksilta. Osa vastaajista oli kertonut yksinäisyydestä, joka ilmeni kokemuksesta, että lapsi ei ollut kenellekään tärkeä. Tulosten mukaan lapsen ikä vaikutti siihen, kuinka helposti ulkopuolista apua haetaan, nuoremmat lapset hakevat apua vähemmän kuin vanhemmat. Myös se, että lapset ymmärsivät tilanteensa voivan aiheuttaa sosiaalista stigmaa, ulkopuolelle jäämistä ja

myös lisää ongelmia perheessä, oli vaikuttava tekijä ulkopuolisen avun hakemisessa ja oman tilanteen kertomisessa ulkopuolisille.

Holmilan ja kumppaneiden tutkimuksessa merkittävä huomio oli se, että lasten omaa toimijuutta olisi tuettava aiempaa enemmän. Lasten omia ajatuksia ja mielipiteitä heidän tilanteestaan olisi kuunneltava ja keskityttävä enemmän subjektiivisiin kuin objektiivisiin näkökulmiin perheiden tilanteissa. Tulosten mukaan jopa nuoret lapset ovat kykeneviä ilmaisemaan mielipiteitään ja ajatuksiaan siitä, millaista tukea heidän perheensä ja he itse tarvitsevat. Tutkimuksen mukaan on myös tärkeää, että lasten tahto yksityisyyteen ja siihen, että heitä suojellaan leimaamiselta, otetaan huomioon. (Holmila ym. 2011.)

Selviytymisstrategioilla, joista puhutaan psykologiassa coping -keinoina, tarkoitetaan niitä joko negatiivisia tai positiivisia keinoja, joiden avulla yksilö pyrkii vähentämään fyysistä, emotionaalista ja psyykkistä taakkaa stressaavissa tilanteissa. Yleensä coping- keinot voidaan jakaa coping- keinoihin ja defenssimekanismeihin, joista defenssimekanismit vaikuttavat negatiivisesti yksilön hyvinvointiin. (Snyder 1999, 3-14.) Aikaisemman tutkimuksen mukaan päihteistä kärsivässä perheessä yleinen coping -keino on puhua omasta tilanteesta jollekulle ulkopuoliselle, kun taas defenssimekanismit voidaan mainita esimerkiksi sulkeutuminen. Aikaisemmassa tutkimuksessa näkyy sekä vanhempien, mutta erityisesti tuoreammassa tutkimuksessa, lasten selviytymiskeinojen näkökulma. Lisäksi myös perheyksikön selviytymisstrategioita on tarkasteltu (esim. Ackerman 1991, 24-25). Monien tutkimusten mukaan lasten tarve etsiä selviytymiskeinoja pitääkseen omaa ja perheen hyvinvointia yllä aiheuttaa sen, että lapselle ei jää tilaa käsitellä omia tunteitaan ja ajatuksiaan (esim. Jähi, Koponen & Männikkö 2011).

Lasten selviytymiskeinoja vaikeissa perhetilanteissa on tutkittu suomalaisen tutkimuksen saralla myös roolien muodossa. Jähi, Koponen ja Männikkö (2011) ovat tutkineet sitä, millaisia selviytymisrooleja lapset muodostavat vaikeissa perheoloissa, joita voi esimerkiksi olla juuri vanhemman päihdeongelma, vanhemman masennus tai vakava sairaus. Tutkimuksen mukaan lapsi joutuu perheen vaikeassa tilanteessa keksimään keinoja, rooleja, joilla toisaalta hän voi auttaa koko perhettä tai vanhempaa, mutta toisaalta myös itseään selviytymään. Lapset kehittävät nämä roolit omien kykyjensä mukaan, joihin vaikuttaa esimerkiksi ikä ja lapsen luonne. Näiksi lasten selviytymisrooleiksi tutkimuksessa esitetään vastuunottaja, epäsosiaalisesti käyttäytyvän rooli, hauskuuttaja ja viimeisenä näkymättömän rooli.

Jähi, Koponen ja Männikkö erittelevät lasten selviytymisrooleja seuraavanlaisesti. Vastuunottajan roolin omaksuva lapsi ikään kuin paikkaa vanhempien huolenpuutteen jättämää aukkoa perheessä. Lapsi saattaa huolehtia paitsi itsestään, myös sisaruksistaan sekä vanhemmistaan, sekä henkisesti että fyysisesti. Toiseksi lapsen muodostamaksi rooliksi tutkimuksessa on löydetty käytösmalli, joka sisältää epäsosiaalisen käytöksen piirteitä. Tämän roolin omaksunut lapsi saattaa esimerkiksi olla väkivaltainen, aiheuttaa häiriötä koulussa tai omata esimerkiksi oppimisongelmia. Tutkimuksen mukaan tässä roolissa lapsi ikään kuin hankkii itselleen muita ongelmia, joihin hän itse ja muut voivat keskittyä perheen vaikean tilanteen sijaan. Hauskuuttajan roolissa lapsi ottaa vastuunottajan roolin kaltaisesti vastuuta perheen ilmapiiristä. Hän yrittää keventää perheen painolastia ja muiden alakuloisuutta luomalla roolin, jossa hän toimii perheen piristäjänä. Kuten vastuunottajan rooli, tämäkin rooli aiheuttaa sen, etteivät lapsen omat tunteet ja tarpeet tule huomioiduiksi. Viimeisenä roolina tutkimuksessa esitetään näkymättömyyden rooli, jossa lapsen selviytymiskeino on olla mahdollisimman huomaamaton eli mahdollisimman pieni vaiva vanhemmilleen. Tämä rooli kätkee myös alleen konfliktien välttämiseen pyrkimistä ja sitä, että lapsi saattaa myös syyttää osin itseään ja hänen tarpeitaan vaikeasta perhetilanteesta. (Emt. 2011.)

Raitasalo ja Holmila (2017) tutkivat suomalaisten sosiaali- ja terveystietorekistereiden avulla sitä, millaisia yhteyksiä vanhempien päihdeongelmalla ja 0-6 vuotiaiden suomalaislasten terveydellä, turvallisuudella ja psykologisella kehityksellä on. Tutkimus toteutettiin retrospektiivisellä otteella, kansalaisperusteisella kohorttitutkimuksella. Tutkimukseen osallistuneet olivat vuonna 1997 ja vuonna 2002 syntyneitä lapsia ja heidän vanhempiaan. Tutkimukseen valittiin perheitä, joissa lapset olivat joutuneet sairaalahoitoon vammojen, somaattisten sairauksien ja psykiatristen ongelmien johdosta. Raitasalon ja Holmilan mukaan vanhempien ongelmapäihteidenkäyttö vaikuttaa lasten terveyteen useiden eri mekanismien kautta.

Vanhemman päihderiippuvuus on yhteydessä terveydenhoidon ja hygienian laiminlyömiseen, mikä voi johtaa lasten somaattisiin sairauksiin. Toisaalta on myös tutkittu, että pitkäkestoinen stressi on yhteydessä erilaisiin somaattisiin ja kroonisiin terveysongelmiin. Lapset, jotka elävät päihteiden varjostamassa perheessä, kokevat usein pelkoa, arvaamatonta käytöstä vanhemman osalta ja painetta, joiden myötä stressihormonien erityis pisyys pitkäkestoisesti korkeana. Korkeat stressihormonien tasot heikentävät ihmisen immuunipuolustuskykyä ja siten altistavat lapsen muun muassa tulehduksille. Lapsen resurssit käsitellä perheen sisällä koettua stressiä ovat alhaiset ja

tämän myötä hallitsematon stressi voi vaikuttaa jopa lapsen aivokehitykseen. Lisäksi päihdeongelma perheessä aiheuttaa olosuhteet, jotka eivät välttämättä ole fyysisesti turvallisia, jolloin riski että lapselle tapahtuu onnettomuuksia ja hän saa fyysisiä vammoja, kasvaa. Onnettomuuksien riskin on tutkittu olevan kaksinkertainen alkoholiongelmaisessa perheessä verrattuna tavalliseen perheeseen. (Raitasalo&Holmila 2017.)

Raitasalon ja Holmilan tutkimuksessa (2017) hyödynnettiin erilaisia suomalaisia rekistereitä, muun muassa väestötietorekisteriä ja kuolemansyytilastoja. Tutkimuksen tulosten mukaan vanhemman päihdeongelma on merkittävästi yhteydessä lapsen nouseeseen onnettomuus- ja somaattisten sekä psyykkisten sairauksien riskiin. Onnettomuusriskin korkeus johtuu siitä, että päihdeongelmasta kärsivä vanhempi laiminlyö lapsen huolenpitoa tai tarkkailua ja vanhempi saattaa myös kohdella lasta huonosti tai jopa pahoinpidellen. Somaattisten sairauksien ja psyykkisten ongelmien noussut riski viittaa useaan ilmiöön, joita päihdeongelma perheessä tuottaa. Huono kasvuympäristö, köyhyys, alhainen hygieniataso ja ravitsemustaso, sosiaalinen etuoikeudettomuus sekä konfliktien ja väkivallan näkeminen ja kokeminen ovat syitä, jotka nostavat päihdeongelmaisessa perheessä kasvaneiden lasten riskiä sairastua somaattisiin sairauksiin ja psyykkisiin häiriöihin. Näiden suorien yhteyksien lisäksi lapsi joutuu usein kokemaan pitkäkestoista stressiä ja sen seurauksia, jotka lopulta verottavat lapsen terveyttä. Stressin seurauksia lieventää kuitenkin se, jos lapsella on muita välittäviä aikuisia elämässään. Turvallinen kiintymysmalli suojaa lasta korkean riskin ympäristön aiheuttamilta vaikutuksilta, kuten psykiatrisilta sairauksilta, kun taas turvaton kiintymysmalli yhdistettynä korkean riskin ympäristöön todennäköistää psykiatristen sairauksien mahdollisuutta.

Tutkimuksessa löydettiin myös sukupuoleen liittyviä eroja siinä, miten päihdeongelma perheessä vaikuttaa lapseen. Tulosten mukaan äidin päihdeongelma vaikuttaa lapseen vakavammin kuin isän päihdeongelma. Tämän katsottiin johtuvan siitä, että äidin rooli on suomalaisessa kulttuurissa edelleen suurempi lasten hoivaajana kuin isän. Johtuen usein esimerkiksi lasten päivittäisestä hoitamisesta, lapset viettävät aikaa enemmän äidin kuin isän seurassa ja lapsen hyvinvointi on enemmän äidin kuin isän vastuulla. Tutkimuksessa todettiin kuitenkin, että kaikkein suurin sairaalahoitoon joutumisen riski kaikissa osa-alueissa lapselle muodostuu silloin, kun molemmat vanhemmat kärsivät päihdeongelmasta. Tämä johtuu mahdollisesti siitä, että yhden vanhemman ollessa päihdeongelmainen, toinen vanhempi ottaa suuremman hoitajan vastuun ja siten kompensoi

päihdeongelman tuottamia vaikutuksia. Näiden tulosten lisäksi löydettiin vielä ilmiö liittyen lapsen asumispaikkaan ja vanhemman päihdeongelmaan: kun äidillä oli päihdeongelma, lapsen kokemat somaattisten sairauksien riskit olivat samat riippumatta siitä, missä lapsi asui. Psykiatristen sairauksien kohdalla huomioitiin, että riski sairastua oli korkeampi, mikäli lapsi asui erossa vanhemmistaan silloinkin, kun molemmat vanhemmat kärsivät päihdeongelmasta. (Raitasalo&Holmila 2017.) Nämä tulokset viittaisivat siis siihen, että erossa olo vanhemmista on suurempi riski lapselle verrattuna vanhempien kanssa asumiseen siitäkin huolimatta, että vanhemmilla on päihdeongelma.

Myra, Ravndal, Torsteinsson ja Wiig (2016) tutkivat raskaana olevia norjalaisia naisia, jotka olivat ei-vapaaehtoisessa päihdehoidossa. Tutkijoita kiinnosti, millaisia kiintymyskokemuksia äideillä oli syntymätöntä lastaan kohtaan ja miten ei-vapaaehtoinen päihdehoito vaikutti kokemuksiin. Tarkoitus oli selvittää, onko äidin mahdollista kiintyä syntymättömään lapseen silloin, kun hän on ei-vapaaehtoisessa päihdehoidossa raskauden johdosta. Norjassa tuli vuonna 1996 voimaan laki, jonka mukaan raskaana olevat naiset joilla on päihdeongelma, ohjataan pakolliseen päihdehoitoon lapsen terveysongelmien ehkäisemisen vuoksi. Tutkimuksessa hyödynnettiin kahdeksaa syvähaastattelua naisten kanssa, joilla oli alkoholi- ja huumeongelmia. Pakotetun päihdehoidon lisäksi tutkimuksessa tarkasteltiin sitä, millaisia vaikutuksia äitien omilla lapsuuden kiintymyskokemuksilla on heidän mahdollisuuksiinsa muodostaa kiintymystä syntymättömään lapseen. Äidin omien lapsuuden kiintymyskokemusten ymmärretään muodostavan sisäisiä toimintamalleja vanhemmuuteen liittyen ja äidin omat kiintymyskokemukset antavat mallin sille, millaista vanhemmuus on. Tutkimukseen osallistuneista äideistä kuuden lapsudenperheessä molemmilla vanhemmilla oli ollut päihdeongelma, yksi äiti oli lapsuudessaan joutunut sijaiskotiin ja vain yhden perheessä ei ollut ollut mitään päihdeongelmaa.

Koska tutkimuksessa selvisi, että suurin osa tutkittavista naisista oli itse pyytänyt pääsevänsä hoitoon, ei pakkohoito päihdehuollossa vaikuttanut negatiivisesti äitien mahdollisuuksiin muodostaa kiintymystä syntymättömään lapseen. Sen sijaan tuloksissa esitettiin, että hoito antoi mahdollisuuden kiintyä lapseen, sillä hoidon myötä naiset saivat huolenpitoa ja turvallisen ympäristön. Naiset kokivat, että päihdehoito antoi mahdollisuuden olla emotionaalisesti yhteydessä lapseen. Myös se, että äiti itse on pyytännyt apua saatuaan tietää raskaudesta, viittaa siihen, että äiti välittää lapsen hyvinvoinnista ja voi alkaa muodostaa kiintymyssuhdetta. Tutkimuksen mukaan

ultraäänikuvaus oli näille äideille käännekohta, sillä kun äiti näki lapsen, hän pystyi emotionaalisesti kiintymään lapseen. (Myra ym. 2016.)

Tutkimuksen tulokseksi saatiin, että suurin haaste päihdehoidossa olevalla naisella muodostaa kiintymyssuhde lapseen liittyä äidin omiin lapsuuskokemuksiin, ei pakotettuun hoitoon (Myra ym. 2016). Myös muiden tutkimusten mukaan vanhemman omat perhekokemukset vaikuttavat siihen, miten hän toimii itse vanhempana (ks. esim. Tedgård, Råstam & Wirtberg 2018). Melkein jokaisella norjalaisäidillä oli nähtävissä päihdeongelmien sukupolvelta toiselle periyymistä, minkä myötä äitien sisäiset toimintamallit liittyen vanhemmuuteen olivat vajavaisia tai vääristyneitä. Tulosten mukaan äidit kokivat, että heille tärkeintä olisi käsitellä omia lapsuuden traumaattisia kiintymyskokemuksiaan voidakseen olla hyviä äitejä lapsilleen. Jotta sukupolvelta toiselle periytyvien ongelmien kierre voitaisiin katkaista, olisi tärkeää hoitaa jo raskaana olevien äitien kiintymystraumoja ja käsitellä niitä toimintamalleja, joita äidit ovat omissa lapsuuden kiintymyssuhdekokemuksissaan omaksuneet. (Myra ym. 2016.)

Lapsuudenperheen kiintymyskokemusten roolia aikuisuudessa on tarkasteltu myös aikaisemmissa tutkimuksissa, esimerkiksi Lowell, Renk ja Adgate (2014) tutkivat sitä, millaisessa roolissa yksilön kiintymyssuhde toimii myöhemmässä elämässä silloin, kun hän on kokenut kaltoinkohtelua lapsuuden perheessään. Tutkimuksessa tarkasteltiin lapsuuden kokemuksia ja myöhempiä aikuisuuden emotionaalisia ja käytöksellisiä piirteitä. Tutkimuksessa todettiin, että turvallinen kiintymysmalli voi toimia suojaavassa roolissa emotionaalisten ja käytöksellisten taitojen kehityksessä myös silloin, kun lapsuudessa on kohdattu kaltoinkohtelua. Tutkimuksessa löytyi viitteitä siitä, että turvallinen kiintymysmalli laskee sisäisten, ulkoisten ja yhteenlaskettujen ongelmien tuloksia.

2.2 Päihdeongelma perheessä

Perhetasolla päihdeongelma on vakava, sillä suomalaisissa perheissä voidaan lukea lähes joka viidennessä perheessä olevan päihdeongelma (Holmila&Kantola 2003). Lisäksi päihdeongelman seurausten periytyminen sukupolvelta toiselle on merkittävä ongelma (esim. Holmila, Bardy & Kouvonen 2008). Vanhemman päihdeongelman vaikutukset perheeseen ja sen lapsiin on viime vuosina otettu enenevästi huomioon, niin yhteiskunnallisesti kuin yleisessä puheessakin. Päihdeongelman tabunomaisuus ja käsitykset siitä, että päihderiippuvuus koskisi vain huono-osaisia tai muuten syrjäytyneitä ihmisiä ja perheitä ovat hävinneet yleisen tietoisuuden kasvaessa. Nykyisin ymmärretään, että päihdeongelma on muutakin kuin moraalista heikkoutta ja tiedetään, että päihderiippuvuutta on hoidettava sairauden tavoin. Itäpuiston (2008) mukaan lapsen näkökulmasta vanhemmuus ei näyttäyty vain elatusvelvollisuutena tai lapsen ja vanhemman välisenä suhteena, vaan vanhemmuus koostuu lapsen silmissä erilaisista vanhemmuuden perheensisäisistä rooleista. Näihin rooleihin sisältyy esimerkiksi kotitöiden teko, vanhemman perheensisäiset ja perheen ulkopuoliset kiinnostuksen kohteet ja vanhemman yleinen mieliala. Näiden roolien perusteella lapselle näyttäytyy se, miten vanhempi rakentaa perheen kotia ja siten se, millainen perhe itsessään on. (Emt, 38-40.)

Päihdeongelma perheessä muuttaa perheen rooleja. Lukuisissa aikaisemmissa tutkimuksissa on huomiota, että päihdeongelma aiheuttaa vanhemman ja lapsen roolien sekoittumista. Vanhemman päihderiippuvuus kuluttaa resurssit, jotka tarvittaisiin vanhempana olemiseen. Esimerkiksi laskujen maksaminen, ruoan laittaminen ja kaupassa käyminen ovat asioita, jotka vanhemmalta voivat jäädä hoitamatta, puhumattakaan psyykkisestä ja emotionaalisesta huolenpidosta. Jos toinen vanhempi perheessä on ei-päihderiippuvainen, hänenkään resurssit eivät välttämättä riitä perheen tasapainoisena vanhempana toimimiseen. Tämän vanhemman aika ja energia saattavat kulua siihen, että hän huolehtii päihdeongelmaisesta puolisoista ja hänen tarpeistaan. Tällöin lapsi voi joutua korjaamaan vanhemmuuden puutteita tai jopa toimimaan kokonaan vanhemman roolissa. (esim. Itäpuisto 2008; Itäpuisto 2001; Pirskanen 2011.)

Päihderiippuvuuksissa merkittävää on ymmärtää se, kuinka riippuvuus vaikuttaa perheen dynamiikkaan ja sitä kautta olennaisesti perheen lapsiin. “Viime vuosina on havahduttu siihen, etteivät lapsille aiheutuvat haitat johdukaan suoraa vanhemman juomisesta, vaan alkoholiongelman vahingollinen vaikutus välittyy perheprosesseiksi kutsuttujen käytäntöjen

kautta.” (Itäpuisto 2008, 61). Perheprosesseihin sisältyy ajatus siitä, että perhettä tulisi tarkastella ja huomioida kokonaisuutena, johon jokainen perheenjäsen vaikuttaa. Tutkimuksen kohteena on yleensä yksilö, mutta systeemisessä katsonnassa perheet nähdään kokonaisuuksina, silloinkin jos tutkittava ongelma liittyy vain yhteen perheenjäseneseen. (Day 2010, 38-39.) Itäpuiston (2008) mukaan tutkimustietoa on saatu myös perheenjäsenen tai vanhemman alkoholi-ongelman vaikutuksesta lapsen itsetuntoon. Seuraukset lapsen itsetunnon kannalta riippuvat perheen sisäisestä viestintätavasta ja väheksyvistä käytöksistä, ei suoraa juomisesta. Perheen kommunikaatiomallin katsotaan vaikuttavan olennaisesti siihen, millaisia seurauksia vanhemman päihdeongelmalla on lapselle. Päihdeongelmaisessa perheessä käy usein niin, että päihdeongelman aiheuttama hankala tilanne vie resursseja keskittyä lapseen, jolloin lapsi saattaa jäädä kokonaan ilman palautetta ja kokea siksi olevansa ei-välitetty. (Itäpuisto 2008, 68.)

Päihdeongelman vaikutuksia on tarkasteltu kiintymysten valossa myös näkökulmasta, joka voi osaltaan selittää lapsen hylätyksi tulemisen kokemuksia päihdeongelmaisessa perheessä. Kroll ja Taylor (2003) ovat selittäneet päihdeongelmaa siten, että sen perusta ei välttämättä olekaan pelkästään fyysinen riippuvuus. Päihteet ovat monesti päihdeongelmalle pakoineita ikävistä asioista ja siten myös psyykinen riippuvuus. Tällainen pitkäaikainen, helpottava ja siten itselle tärkeä tapa voi ajan myötä muuttua myös emotionaalisella tasolla tärkeäksi. Kroll ja Taylor ovat huomioineet, että päihdeongelmainen saattaa kiintyä päihteeseen emotionaalisesti ja siten hänellä voi olla kiintymyssuhteen kaltainen tunnesidos päihteeseen ja sen aiheuttamaan helpotuksen tunteeseen. (Emt, 86-90.) Tällainen vanhemman emotionaalinen sidoksia päihteeseen voi ehkä vaikuttaa perheeseen siten, että muille emotionaalisille sidoksille ei jää tilaa ja perheenjäsenet voivat siksi kokea, ettei päihdeongelmainen välitä perheestään.

Päihdeongelma perheessä vaikuttaa eri perheissä ja eri perheen jäseniin eri tavoin, sillä jokainen perhe ja yksilö ovat erilaisia. Päihdeongelman seurauksiin perheen sisällä vaikuttaa kolme eri tekijää, päihdeongelman aste, päihdeongelman tyyppi ja se, kuinka päihdeongelma tajutaan. Päihdeongelman aste eli ongelman vakavuus määrittää sen vaikutuksia perheeseen. Jos päihdeongelma on lievä, se ei esimerkiksi ehkä vaikuta vanhemman sosiaaliseen kanssakäymiseen, työssäkäyntiin tai perheen sisäiseen ilmapiiriin. Sen sijaan vakava päihderiippuvuus voi näkyä perheen päivittäisessä elämässä ja varjostaa koko perhettä. Päihdeongelman tyyppillä viitataan siihen, millaista käytöstä tai ilmapiiriä päihteiden käyttö aiheuttaa, toiseen ongelmakäyttäjään

päihteet vaikuttavat aggression ja ilkeyden muodossa, toisesta saattaa tulla vain vitsikäs. Tilanteen tajuamisella viitataan siihen, missä määrin perheenjäsen kokee päihdeongelman vaikuttavan omaan elämään. Toiselle perheenjäsenelle päihdeongelma voi näyttäytyä vain pienenä sivuseikkana, kun toinen saattaa kokea elävänsä jatkuvan kriisin keskellä. Se, miten tilanteen kokee, on seurausten kannalta merkittävämpää kuin objektiivinen totuus. (Ackerman 1991, 16-19.) Holmbergin (2003) mukaan vanhempien ongelmakäytön sivustaseuraaminen aiheuttaa lapselle jatkuvassa traumaattisessa kriisissä elämisen kokemuksen, sillä lapsi ei voi kontrolloida tilannetta, joka uhkaa hänen turvallisuuden kokemustaan (Emt, 22).

Perheprosesseiksi kutsutaan perheen sisäisiä rutiineja, rituaaleja, käytäntöjä, arvoja ja perheen identiteettiä. Perheprosessien käsitteeseen sisältyy olennaisesti koheesion eli yhtenäisyyden ja harmonian käsite. Onnistuneet perheprosessit tuottavat perheen sisäistä koheesiota. Perhe toimii lapselle suojaavana turvaverkkona silloin, kun koheesio on hyvä. Perheprosessit vaikuttavat koko perheen sisäiseen yhteenkuuluvuuden tunteeseen. (Itäpuisto 2008, 62-65.) Toimivat dynaamiset perheprosessit lisäävät perheen yhteistä perheresilienssiä, mikä vaimentaa stressiä ja kasvattaa voimavaroja, minkä myötä myös myönteinen sopeutuminen mahdollistuu. (Poiijula 2018, 159.) Päihdeongelma voi vaikuttaa perheprosesseihin monella tapaa negatiivisesti, mutta merkittävin päihdeongelman seuraus perheen kannalta liittyy koheesion häiriintymiseen. Päihdeongelma vaikuttaa usein perheen tunneilmapiiriin, sillä vanhemman käytöksen muutokset ja esimerkiksi kurin ja rangaistusten määrä voi vaihdella sen mukaan, miten päihteet milloinkin ovat pinnalla. Perheen sisällä koetaan usein stressiä, sillä päihteiden alaisena ihminen monesti käyttäytyy ennalta-arvaamattomasti, impulsiivisesti ja joissakin tapauksissa myös väkivaltaisesti. (Itäpuisto 2008, 64-65.) Perheenjäsenet eivät kuitenkaan koe pelkästään stressiä, vaan myös suoranaista huolta. Perheenjäsen on huolissaan itsestään, perheestään, taloudesta ja päihdeongelmaisesta perheenjäsenestä. (Orford 2005, 95-96.)

Yleisessä ajattelumallissa ja keskustelussa perheen päähuolehtija on edelleen äiti, joten päihdeongelmista käyty keskustelu on sukupuolittunutta. Lasten kokemat vaikutukset nähdään erilaisina silloin, kun äidillä on päihdeongelma verrattuna siihen, kun ongelma on isällä. Tätä näkemystä tukevat myös tutkimukset ja kirjallisuus. On muun muassa todettu, että äidin päihdeongelma tuottaa suuremman riskin lasten somaattisiin sairauksiin sairastumiselle kuin isän päihdeongelma. Lisäksi erossaolo äidistä aiheuttaa negatiivisia seurauksia lapselle huolimatta siitä,

onko äidillä päihdeongelma. (ks. Raitasalo&Holmila 2017.) Äiti saattaa olla perheen pääasiallinen huolehtija, jolloin isän päihdeongelma korostaa äidin vastuuta lasten hoivaajana. Tämä ei välttämättä kuitenkaan päde toisinpäin, vaan äidin päihdeongelmatapauksessa isän rooli saattaakin olla vähäisempi. (Pirskanen 2011, 49; Nätkin 2003, 35-38; 2006, 17-20; Hakala 2009, 63; Ruisniemi 2006, 178.) Myös Itäpuisto (2008) huomioi äidin roolia lasten elämässä merkittävämpänä ja siten sitä, että äidin päihdeongelma on suurempi riski lapselle kuin isän päihdeongelma. Itäpuiston mukaan äidin päihdeongelma tuottaa myös suuremman riskin sille, että lapsi jää heitteille, koska monissa perheissä isä ei ota vastuuta yhtä paljon kuin äiti. Lisäksi kulttuuriset mallit aiheuttavat sen, että äidin päihdeongelma tuottaa ulkopuolista paheksuntaa enemmän kuin isän päihdeongelma. (Emt. 39-40.)

Perheen sisäiset reaktiot päihdeongelmaan määräävät paljolti sitä, kuinka hyvin perhe selviää tilanteestaan. Ackermanin (1991) mukaan perheen reaktiot jakautuvat vaiheisiin, joista ensimmäiseen sisältyy tilanteen kieltäminen, toiseen perheenjäsenten aktivisoituminen ja kolmanteen perheen muutosvaihe. Ensimmäisessä vaiheessa perhe usein kieltää päihdeongelman tai sen vakavuuden, se suojelee omaa mainettaan salailemalla, sopeutuu ja joutuu etäännyttämään muista sosiaalisesti, emotionaalisesti ja fyysisesti. Toisessa vaiheessa perheenjäsenet tulevat tietoiseksi ongelmasta, myöntävät sen itselleen ja muille ja hakevat apua tilanteeseen. He saattavat myös etäännyttää itseään päihdeongelmaisesta perheenjäsenestä suojellakseen itseään. Viimeisessä vaiheessa perhe reagoi tilanteeseen muutoksella, kun tilanne ei ole yrityksistä huolimatta korjaantunut. Tällöin päihdeongelman vaikutukset voivat aiheuttaa perheen sisäistä polarisaatiota, roolien uudelleenmuodostumista tai jopa perheen hajoamisen. Joissakin perheissä koetaan myös uudelleenyhdistymisen vaihe, jossa päihdeogelmainen perheenjäsen on saanut apua ja perhe on rakentunut uudelleen. (Emt, 20-43.)

Perheessä, jossa koetaan trauma, esimerkiksi henkisen tai fyysisen väkivallan johdosta, voi perheen dynamiikka muodostua traumaorganisoiduksi. Päihdeongelma perheessä aiheuttaa usein konflikteja, stressiä ja väkivaltaisia tilanteita, jotka ovat omiaan tuottamaan tällaisen trauman. Traumaorganisoidussa perheessä perheen dynamiikkaa varjostaa vaikenemisen ja salailun pakko. Perhemalliin voi kuulua, että perheenjäseniä uhkaillaan vaikenemaan ulkopuolisille siitä, mitä perheen sisällä tapahtuu. Dynamiikkaa myös kuvastaa se, että perheenjäsenet kasvavat ajatukseen siitä, että perheensisäisistä asioista ei saa puhua ulkopuolisille. Traumaorganisoidussa perheessä

vanhemmat voivat omaksua vanhemmuusmallin, jossa he oman kokemansa trauman vuoksi kasvattavat lapsia ratkaisevan negatiivisin keinoin. Vanhemman todellisuudentaju on saattanut muodostua traumakokemuksen myötä vääristyneeksi ja pelon sävyttämäksi ja hän siksi saattaa olla ylisuojelevainen lasta kohtaan. Toisaalta vanhempi saattaa myös kokea tarvetta “karaista” lasta vaaroja varten ja kohdella häntä tämän vuoksi liioitellun ankarasti. (Broberg, Almqvist & Tjus 2005, 216-221.)

2.3 Perheen lasta suojaavat tekijät

Päihdeongelma perheessä ei aina tuota samanlaisia seurauksia kaikille perheen lapsille. Seurauksia ei aina edes synny lapselle sitä huolimatta, että hän on kokenut lapsuudenperheessään päihdeongelman aiheuttamia vaikeuksia. Kokemusten yksilöllisyys näkyi myös tämän tutkielman tutkimusaineistossa, jossa samoista ongelmista kertovien kokemuksissa oli nähtävissä paljon eroja siinä, miten ongelmat olivat koettu. Tässä luvussa tarkastellaan siksi lyhyesti niitä tekijöitä, jotka voivat perheen tasolla suojata lasta vanhemman päihdeongelman seurauksilta. Nämä perheen suojaavat tekijät selittävät yksilöllisten tekijöiden lisäksi osaltaan sitä, miksi päihdeongelma perheessä vaikuttaa eri lapsiin ja eri perheisiin eri tavoilla.

Lapsen selviytymiskeinoja ja toimijuuden merkitystä on tutkittu päihdeongelmaisten perheiden tutkimuksessa, mutta tärkeimpänä lasta suojaavana tekijänä voidaan silti pitää perheen keskinäisiin suhteisiin ja etenkin vanhempi-lapsisuhteeseen liittyviä kokemuksia. Suojaaviksi tekijöiksi päihdeongelmaisessa perheessä voidaan lukea muun muassa yhden, ei-ongelmaisen aikuisen turvallinen läsnäolo, ensimmäisen elinvuoden turvallinen suhde hoivaajaan, toimivat perheprosessit, hyvä perheensisäinen kommunikaatio ja perheen hyvät sopeutumiskeinot sekä näiden myötä resilienssikyky. Näiden lisäksi lapsen yksilölliset ominaisuudet, esimerkiksi sosiaalinen älykkyys ja elämänhallinnan tunne, voivat suojata lasta vanhemman päihdeongelman vaikutuksilta. (Velleman & Templeton 2016, 108-117.) Kiintymyssuhde hoivaajan tai hoivaajaa korvaavan kiintymyshahmon kanssa suojaa myös resilienssinäkökulmasta lasta silloin, kun hän kasvaa riskiperheessä.

Perheen resilienssikyvyllä on suuri merkitys siinä, kuinka vahingollisia päihdeongelman vaikutukset ovat lapselle. Perheresilienssillä tarkoitetaan perheen kykyä kestää vaikeita tilanteita.

Perheresilienssin ollessa hyvä, perhe pystyy sopeutumaan ja toimimaan yhdessä uusissa ja muuttuvissa tilanteissa ilman, että perhe hajoaa tai perheen sisälle muodostuu kaaosta. Resilienssiin perheessä vaikuttaa paitsi perheenjäsenten yksilölliset ominaisuudet, myös olosuhteet, kulttuuri ja ympäristö. Perheresilienssiä katsotaan prosessina, joka muodostuu tietyistä perheen sisäisistä avainprosesseista. Näistä prosesseista ensimmäinen liittyy perheen uskomuksiin ja odotuksiin. Tällä tarkoitetaan positiivisten odotusten ilmapiiriä ja näkemyksiä siitä, että perheellä on yhteinen tavoite tai tarkoitus. Toiseksi prosessiksi luetaan perheen sisäinen tunneyhteys, joka sisältää perheen sisäistä lämmön tunnetta, yhteenkuuluvuuden tunnetta, avointa keskusteluyhteyttä ja ongelmanratkaisukykyä. Kolmanteen prosessiin liitetään perheen vanhempien vanhemmuuden tavat, rajojen ja rakkauden ylläpitäminen ja perheen sosiaalinen verkosto. Viimeiseksi resilienssiin yhdistetyksi prosessiksi luetaan ne perheen tavat ja rutiinit, joiden kautta perhe voi kehittyä. (Becvar 2013, 119-123.)

Perheprosessit, niiden ylläpitäminen ja sitä kautta perheen koheesion säilyminen suojaavat lasta vanhemman päihdeongelman vaikutuksilta. Koska perheen koheesio on lapselle usein psyykkisen turvan perusta, koheesio eli perheen sisäinen yhtenäisyys voi estää vanhemman päihdeongelman negatiivisia seurauksia. Myös perheprosessien eli perheen omaan identiteettiin ja kulttuuriin kuuluvien tapojen, perinteiden ja arvojen sekä asenteiden säilyminen ennallaan tukevat lapsen tunnetta siitä, että elämä säilyy turvallisena silloinkin kun vanhempi kärsii päihdeongelmasta. Lisäksi suojaavana tekijänä voidaan pitää sitä, mikäli perheen toinen vanhempi on päihdeongelmaton ja mikäli hän myös pystyy kompensoimaan puolisonsa päihdeongelman seurauksia. (Pirskanen 2011, 47-48; Itäpuisto 2008, 61-68.)

3 TEORIATAUSTA

3.1 Kokemuksen tutkimus: hermeneuttis-fenomenologinen lähestymistapa

Hermeneutiikka sen alkuperäisessä tarkoituksessaan on tekstien tulkintaa, alunperin pyhien tekstien tulkintaa. Hermeneutiikan filosofisessa ideassa lähtökohtana on se, että yhteiskuntaa ja kulttuuria voidaan verrata teksteihin ja siten tekstien tulkinnalla saadaan tietoa myös yhteiskunnasta ja kulttuurista. Hermeneutiikan ytimessä on ajatus siitä, että koko sosiaalinen todellisuus koostuu merkityksistä ja todellisuuden tutkiminen on siten merkitysten etsimistä. Fenomenologia on Edmund Husserlin (1859-1938) perustama filosofinen näkemys kokemuksista, havainnoista ja olemuksista. Husserlin fenomenologiassa kokemukset kuuluvat elämismaailmaan, jota tulisi tarkastella sitoumuksetta. (Juntunen&Mehtonen 1982, 108-113.) Hermeneuttis-fenomenologinen tutkimustapa kuuluu ymmärtävän psykologian tieteenteoreettiseen piiriin. Ymmärtävä psykologia on ollut olemassa jo yhtä kauan kuin valtavirtapsykologia, mutta se ei ole saanut samanlaista jalansijaa tieteellisenä teoriana kuin muu akateeminen psykologia. (Latomaa 2011, 26-27.) Valtavirtapsykologiaan ja tieteelliseen tietoon yleisesti kuuluu ajatus siitä, että tutkittavan tiedon tulisi olla objektiivista. Tiedon soveltamisen katsotaan edellyttävän sitä, että ilmiölle on syy ja sitä seuraava seuraus ja näiden välillä on kausaalisuhde. Tällöin tutkittavia ilmiöitä pyritään selittämään. Kausaalisuhteita voidaan löytää myös ymmärtävässä psykologiassa, mutta keskeinen ero ja eräs syy sille, ettei ymmärtävä psykologia ole osana valtavirtapsykologiaa on se, että ymmärtävän psykologian kausaalisuhteet eivät ole mekaanisia. Mekaanisessa kausaalitutkimuksessa ilmiötä selitetään ulkoisten syiden perusteella. Mekaanisessa syy-seuraussuhteessa syy ilmenee seuraukseen nähden aina ulkopuolisena, kuten esimerkiksi tilanteessa, jossa joku tekee jotakin siksi koska hänen on käsketty tehdä niin. Käskeminen on ulkopuolinen syy, jonka perusteella joku toimii. (Laine 2018.)

Ymmärtävässä psykologiassa selittämisen sijaan ilmiötä pyritään ymmärtämään. Ihmistutkimuksessa syy-yhteydet eivät aina ole ulkoisia, vaan ihmisellä on myös sisäisiä toiminnan motivaatioita, jotka eivät riipu ulkoisista syistä. Ihmistutkimuksessa tutkitaan ihmistä ja ihmisen toimintaa hänen elämässään, joten elämän eri muodot antavat ihmiselle erilaisia suuntauksia tai päämääriä. Päämäärätietoinen toiminta on ymmärtävässä psykologiassa keskeistä, sillä ihmisen katsotaan toimivan sisäisten päämäärien valossa. Kuilua selittämisen ja ymmärtämisen välillä on

yritytty kaventaa esittämällä, että nämä ihmisen toimintaa ohjaavat tarkoituksenhakuiset päämäärät ovat kausaalisuhteen omaisesti syitä, jotka aiheuttavat seurauksen eli ihmisen toiminnan. (Laine 2018.) Perttulan (2009) mukaan ymmärtämisen voi jakaa kahteen perustapaan, aiheeseen uppoutuneeseen ymmärtämiseen ja rakentavaan ymmärtämiseen. Uppoutuneessa ymmärtämisessä aihe vaikuttaa ihmiseen ja on kehollinen elämys, joka sitoutuu tapahtuma-aikaan ja elämäntilanteeseen. Sen sijaan rakentava ymmärtämisen ulottuvuus viittaa siihen, että ihminen itse luo itselleen elämäntilannetta. Perttula näkee tämän ulottuvuuden henkisen yleistävän toiminnan aikaansaannokseksi, sillä henkisen yleistävässä toiminnassa ihminen pystyy tietoisesti irtautumaan aiheen pakottavuudesta ja muokkaamaan sitä elämäntilanteeseen sopivaksi. (Perttula 2009, 120-123.)

Hermeneuttis-fenomenologisissa tutkimustavoissa kokemus määritetään tajunnalliseksi. Tajunnallinen kokemus eli merkityssuhde syntyy silloin, kun yksilön tajunta suuntautuu kohteeseen ja kohde ilmenee tajunnalle (Perttula 1995). Hermeneuttis-fenomenologisessa tutkimustavassa tajunta on kuitenkin aktiivisessa roolissa. Merkitysten ilmeneminen tajunnalle ei tapahtu automaattisesti, vaan niiden ilmeneminen edellyttää tulkintaa. Hermeneutiikka tarkoittaa tulkinnan taitoa, mitä hermeneuttis-fenomenologisessa tutkimustavassa painotetaan. Tulkinta perustuu tutkijan omiin kokemuksiin ja tiedostettuihin tai tiedostamattomin ennako-oletuksiin. Tutkijan ei tule pyrkiä vapautumaan omista ennako-oletuksistaan, vaan niitä tulisi käyttää hyödyksi tutkimuksessa. (Tökkäri 2018, 64-66.)

Kokemus on aina luonteeltaan omakohtaista ja subjektiivista, sillä kokemus sitoutuu kontekstiin, muun muassa aikaan, paikkaan, yksilön aiempiin kokemuksiin ja historiaan. Kokemuksen tutkimuksessa ei ole tarkoituksena selittää tutkittavaa ilmiötä auki tai ennustaa ja kontrolloida sitä, vaan kokemustutkimuksessa pyritään ymmärtämään ja kuvaamaan ainutkertaista kokemusmaailmaa. Subjektiivisen kokemuksen tieteellistä tutkimusta tehdään subjektitieteen keinoin. Subjektitieteellistä tutkimusta kuvastaa kokemuksen luonne, joka perustuu aina 1. persoonaan, "minään". Olennaista subjektitieteellisessä tutkimuksessa on se, että tämä minuus säilytetään läpi tutkimusprosessin. Subjektiiivisuus säilytetään subjektitieteessä siten, että subjektin toimintaa tarkastellaan toimintaperusteiden kautta. Toimintaperusteet, samoin kuin kokemukset, sisältyvät aina 1. persoonaan ja minään. Toimintaperusteilla tarkoitetaan yksilön omakohtaisia syitä ja perusteluita toimia tietyllä tavalla. Toimintaperusteet ovat kokemukseen kanssa

vuorovaikutuksessa, joten ne eivät sulje toisiaan pois. Toimintaperusteet voivat olla samaan aikaan myös yhteisiä, mutta niissä on aina subjektiivinen perusta. Tietyissä tilanteissa ihmiset usein toimivat samalla tavalla, mutta toiminnan taustalla on lisäksi aina myös minän merkitys. (Suorsa 2011, 174-177.)

Klaus Holzkamp (1927-1995) käsittää subjektiiviset toimintaperusteet peruskäsitteeksi subjektitieteellisessä psykologiassa, koska Holzkampin mukaan toimintaperusteet ovat yhteys yksilön kokemuksen ja objektiivisten elinolosuhteiden välillä. (Suorsa 2011,176.) Tämän näkemyksen mukaan yksilön toimintaperusteet riippuvat siitä, millaisessa kontekstissa yksilö on. Yhteiskunta antaa kullekin yksilölle tietyllä tavalla painottuneet toimintamahdollisuudet, joiden perusteella toimintaperusteet muotoutuvat. Siten eri tavoin painottuneet olosuhteet tai merkitysrakenteet muokkaavat yksilön toimintaperusteita. Toimintamahdollisuuksia eli olosuhteita ja kontekstia tarkastelemalla on siis mahdollista saada enemmän tietoa ja käsittää kokemusta syvemmin kuin pelkkää kokemusta itseään tutkimalla. (Suorsa 2011, 176-177.)

Kokemusta tapahtumana voidaan tarkastella jakamalla se kahteen vaiheeseen. Kokemuksen ensimmäinen vaihe on se, kun kokemus saadaan. Tällöin kokemus on tajunnallinen ja kehollinen, ei-verbaalinen olotila, elämys tai tunne jota ei vielä ole käsitelty. Tätä kokemuksen vaihetta kutsutaan eläväksi kokemukseksi. Elävä kokemus on kokemuksen aito tai puhdas versio, koska siihen ei vielä ole vaikuttanut kokijan aiempi tieto, kokemus tai jäsentely. Toisessa vaiheessa kokemus on jäsenellyssä muodossa, kokija on käsitellyt sen ymmärrettävään muotoon ja kuvannut sen sellaiseksi, että hän pystyy verbaalisesti selittämään sen myös muille. Näitä jäseneltyjä kokemuksia kutsutaan kuvatuksi kokemukseksi. Kuvatun kokemuksen perusteella kokija voi tehdä sen perusteella päätelmiä, mielipiteitä ja muita tiedollisia prosesseja. Koska elävät kokemukset ovat tajunnallisia, ohimeneviä ja monesti arkisiin rutiineihin sisältyviä, usein ne eivät koskaan pääse kuvatun kokemuksen vaiheeseen. Sen sijaan joistakin kokemuksista tulee niin merkittäviä, että niitä käsitellään vielä vuosienkin kuluttua. (Tökkäri 2018, 66-67.) Kukkolan (2018) näkemyksen mukaan kokemukseen olisi tieteellisesti aina suhtauduttava epävarmuudella, sillä kokemukset antavat helposti tunteen siitä, että kokemamme asiat ovat tosiasioita. Kukkolan mukaan kokemukset ovat intuition seurausta. Kun kerromme kokemuksesta, kerrontaan vaikuttaa metatieteellinen lähestymistapa asiaan eli koetun asian luonne. (Kukkola 2018, 46-47.)

Fenomenologian tutkimustavassa halutaan tutkia elävää kokemusta sen mahdollisimman aidossa muodossa. Silloin tutkija asettaa omat ennakkotietonsa tietoisesti syrjään ja pyrkii kuvaamaan sitä, millaisena kokemus on koettu kokijan omassa elämismaailmassa. Hermeneuttis-fenomenologisessa tutkimusotteessa ollaan kiinnostuneita myös elävästä kokemuksesta ja sen kuvauksesta, mutta hermeneuttinen fenomenologia hyödyntää tutkijan ennakkotietoja tutkimuksen analyysissä, eikä sulkeista niitä pois kuten fenomenologiassa. Hermeneutiikkaan sisältyy oletus siitä, että ihminen ei pysty täysin aidosti kuvaamaan kokemustaan verbaalisesti, ja että vain tutkijan tekemän tulkinnan kautta voidaan kokemuksen aidot merkitykset saada esille. Hermeneutiikassa myös oletetaan, ettei ihminen aina kerro kokemustaan täysin aidosti, vaan usein kokemusta kaunistellaan tai siitä kerrotaan vain niitä osia, joita kokija itse haluaa kerrottavan. Koska hermeneuttis-fenomenologinen tutkimustapa olettaa kertojan rakentavan kokemustaan kertoessaan siitä, on tämä tutkimussuuntaus lähempänä narratiivisia suuntauksia kuin kuvailevaa fenomenologiaa. (Tökkäri 2018, 68.)

Koska tutkimustavan suuntauksen valinta riippuu siitä, millä tavoin tutkija itse mieltää kokemuksen, on tutkijan valittava omien kokemuskäsitystensä mukainen suuntaus. Tässä tutkimuksessa kokemusta pidetään tajunnallisena, mutta kiinnostuksen kohteena on lisäksi se, millaisia merkityksiä tutkittavien kokemukset ovat antaneet läheisyyksille. Tämän vuoksi lähtökohtana on hermeneuttispainotteinen fenomenologia, jossa etsitään myös epäsuoran kerronnan sisältöä tulkintaa apuna käyttäen. Kokemuksen tulkitsevaa fenomenologista analyysia tehdään pääkysymyksen “mitä kokija kokee ja ilmaisee puheellaan” perusteella. Tulkitsevassa analyysissä ei perehdytä puhtaaseen, elävään version kokemuksesta eikä siinä haluta oivaltaa sitä, millaisena kokija on kokemuksen tuntenut elävässä elämässä. Sen sijaan tulkitsevassa analyysissä ikään kuin etsitään piilomerkityksiä sen takaa, millaisena kokija on esittänyt ja halunnut esittää kokemuksensa. Tavoitteena on siis tutkia, miten ihminen merkityksellistää kokemuksiaan ja sosiaalista maailmaa. (Tökkäri 2018, 75; Smith ym. 2009; Smith&Osborn 2003.) Koska hermeneutiikassa myönnetään tutkijan ennakkotiedon vaikutus tulkinnan tekoon, on pyrkimyksenä tunnistaa ja käyttää näitä ennakkotietoja peilauksenomaisesti hyödyksi analyysissä. (Tökkäri 2018, 64-77.)

3.2 Kiintymyssuhdeteoria näkökulmana läheissuhteisiin

John Bowlbyn mukaan äidin hoiva on lapsen henkisen terveyden elinehto (Bowlby 1957). Kiintymyssuhdeteoria on psykiatri ja teoreetikko John Bowlbyn laajalti tunnettu ja nykyisinkin vaikuttava teoria, jonka mukaan lapsen ja ensisijaisen hoivaajan välinen tunnesuhde luo yksilön kehityksellistä perustaa. Bowlbyn mukaan ihmisellä on perustavanlaatuisen taipumus muodostaa voimakkaita tunnesiteitä muihin ihmisiin. Tunnesiteen laatu hoivaajan ja lapsen välillä sekä hoivaajan vastaaminen lapsen tarpeisiin määrittävät sen, millainen kiintymysmalli lapselle kehittyy. Kiintymyssuhdeteoriaan sisältyy näkemys siitä, että kiintymysmalli ohjaa lapsen sosiaalista ja emotionaalista kehitystä. Esimerkiksi se, miten herkästi äiti vastaa lapsen tunnekokemukseen, vaikuttaa siihen, miten lapsi tulevaisuudessa uskaltaa tuoda tunteensa esiin vuorovaikutussuhteissaan. Kiintymyssuhdekokemuksilla ja varhaisella vuorovaikutuksella tiedetään olevan merkitystä läpi koko yksilön elämän. (Sinkkonen 2004; Bowlby 1979.)

Lapsen vuorovaikutuksellinen kehitys kulkee käsi kädessä kiintymyssuhteen kehityksen kanssa. Kun äiti hoivaa lasta ollen vuorovaikutuksessa lapsen kanssa katseen, ilmeiden ja äänten kautta, samalla lapsi kehittää vuorovaikutustaitoja sekä kiintymyssuhdetta äitiin. Varhaisessa vuorovaikutuksessa lapsi oppii sosiaalisten taitojen muotoja, esimerkiksi mentalisaatiokykyä. Lapsi tunnistaa, että äidin tunnereaktio on eri kuin hänen omansa, jolloin lapselle kehittyy käsitys oman ja muiden mielten eroista. (Puonti ym. 2004, 123-125.) Kiintymyssuhteen ytimessä on äidin responsiivisuus eli vastausherakkyys lapsen tarpeita kohtaan. Kun lapsi on nälkäinen tai peloissaan, tavallisesti äiti reagoi tähän ja tyydyttää lapsen tarpeen. Lapsen tarpeisiin viiveetön vastaaminen viestii lapselle siitä, että hoivaaja on paikalla tarvittaessa ja että kiintymyskohde on pysyvä. Lapsi tarvitsee onnistunutta kiintymyssuhdetta ja turvallisuudentunteen kehittymistä varten kokemuksen siitä, että elämä on ennakoitavaa ja ympäröivät sosiaaliset suhteet, erityisesti hoivasuhde, pysyviä. (Sinkkonen 2004.) Erik H. Eriksonin psykososiaalisten kehityskriisien ensimmäisen vaiheen aikaan kuuluu kiintymyssuhteen perustan muodostuminen. Tämä ensimmäinen Eriksonin määrittelemä vaihe on nimeltään perusluottamus-epäluottamus, jossa lapsi oppii hoivakokemusten perusteella sen, voiko muihin ihmisiin luottaa. (Vilkkö-Riihelä 2011, 62.)

Kiintymyssuhdeteoriassa lapsen taipumus on pysytellä ensisijaisen hoivaajan lähellä, koska silloin hän kokee olevansa turvassa. Keskeinen ahdistusta ja muita negatiivisia tunnekokemuksia

aiheuttava asia lapselle on se, että hän joutuu eroon ensisijaisesta hoivaajastaan (Bowlby 1979). Bowlbyn omien sanojen mukaan, jos lapsi saa edes vajavaista hoivaa, kuvaten tätä osittaiseksi hoivan puutteeksi, lapsen kärsimät kehitykselliset seuraukset eivät ole yhtä vakavia kuin hoivan puuttuessa kokonaan (Bowlby 1957, 1-11). Myös Sinkkosen (2004) mukaan lapsi sopeutuu monenlaisiin hoivakokemuksiin, niihinkin jotka ovat lapselle vahingollisia. Kaikkein vahingollisinta on silti jäädä kokonaan kiinnittymättä hoivaajaan. (Emt.) Bowlby kuvailee hoivan puutteeksi tilannetta, jossa lapsi on kotona ja äidin tai hoivaajan läheisyydessä, mutta hoivaaja ei kuitenkaan kykene hoivaamaan lasta. Täydellistä pysyvän huolenpidon puutetta, jota Bowlby on tarkastellut esimerkiksi laitoksessa kasvaneiden lasten parissa, Bowlby pitää ennusteena lapsen kyvyttömyydelle muodostaa sosiaalisia suhteita. Bowlbyn mukaan äidin vaalintaa vaille jääminen kasvattaa myös riskiä myöhemmälle epäsosiaaliselle käytökselle. (Bowlby 1957, 1-11.)

Mary Ainsworth kehitti Bowlbyn kiintymyssuhdeteorian pohjalta menetelmän, jolla oli mahdollista tutkia tai eritellä erilaisia kiintymyksen tyyplejä eli kiintymysmalleja. Tämän vierastilanne -menetelmän perusajatuksena oli tutkia yksivuotiaiden lasten yksilöllisiä eroja kiintymyssuhteissaan äitiin. (Sinkkonen&Kalland 2001, 35; Ainsworth 1970.) Kiintymysmalleja voidaan havaita neljä; turvallinen, turvaton -välttelevä, turvaton -ristiriitainen ja järjestäytymätön kiintymyssuhde. (Ainsworth 1970, 49-67; Pearce 2009, 20.) Turvallisesti kiintyneitä lapsia kuvastaa luottavaisuus ympäristöönsä. Turvallinen kiintymysmalli tukee sitä, että yksilö oppii kokemaan muut ihmiset ja sosiaaliset suhteet turvallisina ja antoisina. Turvattoman kiintymyssuhteen muodostaa noin kolmasosa lapsista ja usein he pärjäävät huonommin psykologisilla ja sosiaalisilla elämän osa-alueilla kuin turvallisen kiintymyssuhteen luoneet lapset (Goodman&Scott 2012, 145). Turvaton kiintymysmalli kertoo hoivaajan antamasta epäsensitiivisestä hoivasta, jonka vuoksi lapsi on joutunut keksimään omia selviytymiskeinoja käsitelläkseen tunteitaan. Lapsi on voinut jo pienenä oppia peittämään omia tunteitaan siksi, että ei usko niiden saavan vastakaikua hoivaajalta. Tutkimusten mukaan kiintymysmalli ei suoraan määräydy hoivaajan käytöksen perusteella, vaan tärkein tekijä kiintymysmallin muodostumisessa on lapsen ja hoivaajan välinen suhde ja siihen sisältyvät tunnekokemukset. (White&Yellin 2012, 128.)

Kiintymyssuhteen kehittyminen tuottaa kiintymyssuhderepresentaatioita itsestä, muista ja ympäristöstä (Bowlby 1979, 117-118). Representaatiot ovat odotuksia omasta arvosta ja kyvyistä,

muista ihmisistä ja siitä, kuinka muut vastaavat kiintymistarpeisiin. Turvallisen kiintymysmallin kehittänyt lapsi muodostaa positiivisia representaatioita, turvaton kiintymysmalli lisää negatiivisten representaatioiden riskiä. Nämä representaatiot pysyvät pääosin samoina ajan kuluessa. (Pearce 2009, 35.) Representaatiot muodostavat Bowlbyn mukaan ikään kuin mielen sisäisiä karttoja, joiden perusteella navigoidaan ympäröivää maailmaa (Prior & Glaser 2006, 21; Bowlby 1969, 80). Representaatiot muokkaantuvat sittemmin isommiksi kokonaisuuksiksi ja muuttuvat sisäisiksi työskentelymalleiksi (mental working model) (Sinkkonen & Kalland 2001, 154-156). Työskentelymalleihin sisältyy kaksi osaa, ympäristöön liittyvät mallit ja itseen liittyvät mallit (Prior & Glaser 2006, 21; Bowlby 1969, 80). Sisäiset työskentelymallit vaikuttavat sosiaalisiin suhteisiin, sillä ne muokkaavat kognitiivisia, emotionaalisia ja käytöksellisiä reaktioita muita kohtaan (Feeney&Noller 1996, 116).

Kiintymysmallin ja sisäisten toimintamallien pysyvyys on merkittävä kysymys. Kiintymysmalli voi muuttua uusien kiintymyskokemusten kautta, mutta sisäisten toimintamallien muutos on haastavampi prosessi. Sisäiset toimintamallit voivat saada uusia piirteitä uusien kokemusten myötä, mutta toimintamallin ytimen katsotaan pysyvän samana. Tämä johtuu siitä, että uudet kokemukset koetaan ja otetaan vastaan sisäisen, olemassa olevan toimintamallin perusteella, eli uudet kokemuksetkin muotoutuvat vanhan toimintamallin pohjalta. Sisäiset toimintamallit pitävät sisällään myös automatisoituneita, tiedostamattomia toimintoja, joiden olemassaoloa ei ehkä edes voi tietää. Tiedostamattomat mallit ovat erityisen vastaisia muutokselle. (Prior & Glaser 2006, 21; Bowlby 1969, 82.)

Kiintymyssuhteen korjaavien kokemusten näkökulmaa pidetään tärkeänä ilmiönä, etenkin psykoterapiassa. Psykoterapeutti Allan Schoren mukaan laiminlyövien kiintymyskokemusten tuottamat emotionaaliset häiriöt näkyvät aivojen kehityksessä, etuotsalohkon aivokuoren orbitofrontaaliosalla, joka on aivojen ihmissuhdereittien keskus. Lapsuuden kokemukset muokkaavat Schoren teorian mukaan tämän aivoalueen kasvua. Turvallinen, tunneyhteyksiä tarjoava kiintymyssuhde tukee etuotsalohkon ihmissuhdereittien alueen kasvua, mutta laiminlyöntikokemukset ja emotionaalinen pahoinpitely häiriinnyttävät tämän aivoalueen kehitystä. Toistuvat emotionaaliset ja vuorovaikutukselliset kokemukset muokkaavat aivojen plastista järjestelmää ja voi siten jättää pitkäkestoisia jälkiä tunnesäätelytaitoihin ja sitä kautta sosiaalisiin vuorovaikutussuhteisiin. Uusien, toistuvien vuorovaikutuskokemusten eli korjaavien

kokemusten myötä Schoren mukaan on kuitenkin mahdollista, että nämä aivojen hermorakenteet muuttuvat. (Goleman 2006, 180-181, Schore 1994.)

Kiintymyssuhteille, jotka ovat vakavasti epäonnistuneet ja siten aiheuttaneet ilmeisiä seurauksia lapsen sosiaali- ja tunnekehitykselle, on nykyisin olemassa myös diagnoosi. Diagnoosi jakautuu kahteen eri kiintymyssuhdehäiriön määritelmään, reaktiiviseen häiriöön ja estottomaan kiintymyshäiriöön. Kiintymyssuhdehäiriö voi kehittyä silloin, kun lapsen hoiva on ollut vakavasti vajavaista tai kun lapsi ei esimerkiksi laitostumisen myötä ole saanut yksilöllistä hoivaa lainkaan. Kiintymyssuhdehäiriö oireilee lapsessa ristiriitaisina tai äärimmäisinä reaktioina sosiaalisiin suhteisiin ja hoivayrityksiin. Reaktiivinen kiintymyssuhde näyttäytyy korostuneena estollisuutena sosiaalisissa tilanteissa, lapsi välttää sosiaalista kanssakäymistä, sulkeutuu ja torjuu yritykset lähestyä häntä. Estoton muoto kiintymyssuhdehäiriössä sen sijaan näyttäytyy päinvastoin, sillä tämä diagnoosi oireilee siten, että lapsi käyttäytyy poikkeuksellisen sosiaalisesti ja kiintyvästi muihin, vieraisiin ihmisiin. Estollinen muoto saa siis lapsen torjumaan kaiken kiintymyksen muihin, estoton muoto näyttäytyy epätoivoisena yrityksenä kiintyä kaikkiin mahdollisiin kiintymiskohteisiin. (Pearce 2017, 42.)

Kiintymyssuhteiden merkitystä läheissuhteille voidaan pitää tärkeänä, sillä turvallisen kiintymysmallin luoneet lapset ovat pätevämpiä luomaan ja ylläpitämään ympärillään sosiaalisia verkostoja. Tämän kautta nämä lapset saavat myös kattavampaa sosiaalista tukea kuin turvattoman ja häiriöisen kiintymyssuhteen luoneet lapset. Nämä sosiaaliset verkostot turvaavat lasten sosiaalista tulevaisuutta ja tuleviakin sosiaalisia suhteita, tukien samalla myös psyykkistä hyvinvointia. (Cassidy 2016, 339.) Kiintymyssuhdehäiriö muokkaa myös lapsen emotionaalista kehitystä ja sosiaalista käytöstä epäsuotuisasti, mikä vaikuttaa sosiaaliseen kanssakäymiseen ympäristön kanssa. Käytöksellisiä piirteitä ovat esimerkiksi impulsiivisuus ja hyperaktiivisuus, emotionaalisen kehityksen piirteitä taas emootioiden negatiivisväritteisyys ja aggressiivisuus. (Levy 2000, 10.)

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

4.1 Tutkimuksen kohde ja teorian rooli

Tutkimuksen kohteena ovat tutkittavien subjektiiviset kokemukset. Tutkimukseen vastanneet tutkittavat ovat aikuisia. Aikuisuuden määrittelen tässä tutkimuksessa Suomen lain mukaisella täysi-ikäisyydellä eli 18 ikävuotta. Tutkimuslomakkeessa pyydettiin vastaajaa jättämään oma ikä- ja sukupuolitieto lomakkeen alkuun, mutta jokaisessa tutkimustekstissä näitä tietoja ei ollut. Niiden vastausten perusteella, joissa ikä ja sukupuoli näkyivät, ikä- ja sukupuolijakauma on naispainotteinen ikävälillä 23-52 vuotta. Tärkeimpänä tutkimuskysymyksenä tässä tutkimuksessa on se, millaisia merkityksiä päihteiden varjostamat perhekokemukset tuottavat läheissuhteisiin.

Sisällönanalyysin peruseräaateena on aineiston kuvaaminen tiivistetyssä ja järjestetyssä muodossa, josta sitten tehdään johtopäätöksiä. Sisällönanalyysi on tekstianalyysia, jossa etsitään tekstin inhimillisiä merkityksiä. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissa tutkija on jatkuvassa vuorovaikutuksessa alkuperäisen aineiston kanssa ja vertaa teoriaa ja johtopäätöksiä aina uudestaan aineistoon, siten muodostaen uutta teoriaa. Tutkija pyrkii sisällönanalyysin johtopäätöksissä kuvaamaan sitä, mitä aineistosta löydetyt luokittelut, jäsenyykset, mallit ja teemat merkitsevät tutkittavalle. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissa tutkija siis pyrkii ymmärtämään tutkittavia heidän omasta näkökulmastaan kaikissa analyysin vaiheissa. (Sarajärvi&Tuomi 2002, 115-116.)

Kokemuksen tutkimus on toisaalta yksilön sisäisen maailman tutkimista, mutta kokeminen on myös intersubjektiivista. Fenomenologisen merkitysteorian mukaan ihmisyksilö on yhteisöllinen ja ne merkitykset, joita kokemusmaailmassamme on, eivät ole synnynnäisiä vaan ne syntyvät niissä yhteisöissä ja siinä kasvatuksessa, joita olemme saaneet. Siten merkitykset, joita voi toisten maailmasta ymmärtää, ovat jaettuja ja tutkimalla yksilön kokemusmaailmaa, voidaan siis löytää myös kohderyhmän yleistä kokemusmaailmaa. (Laine 2018, 29-33.) Kokemuksia tutkitaan tässä tutkielmassa hermeneuttis-fenomenologisen kokemustutkimuksen keinoin. Hermeneutiikassa pyritään tulkitsemaan kokemuksia syvemmin kuin mitä tutkittava kokemuksestaan kertoo. Tutkija myöntää omat ennakkotietonsa tutkittavasta asiasta ja hyödyntää niitä analyysissa.

Tutkimuksen kohteeseen kuuluvat läheissuhteet nähdään tässä tutkimuksessa kiintymyssuhdeteorian periaatteiden valossa. Siten perusajatuksena on se, että lapsuudessa koetut

läheissuhdekokemukset tuottavat jonkinlaista perustaa yksilön kehitykselle ja tuleville läheisyyksille. Kiintymyssuhdeteoria toimii ennakkotiedon tavoin, peilaavassa roolissa tulkinnan apuna, mutta ei määrää tutkimuksen kulkua.

4.2 Aineistonkeruu ja aineisto

Aineistonkeruun toteutan siten, että tutkittavat jättävät minulle omakohtaisia, 1-5 sivun mittaisia kirjoitelmia. Tavoitteena on että saisin noin 10 kirjoitusta tutkimukseni aineistoksi. Aineistonkeruu alkoi sillä, että etsin sopivaa rekrytointipaikkaa tutkimukselleni, sillä tutkimuksen rekrytoinnin oli tapahduttava sellaisen väylän kautta, jossa eettisyys otetaan huomioon. Löysin Lasinen lapsuus – nimisen sivuston, joka on A-klinikan ylläpitämä sivusto päihdeongelmaisten perheiden lapsille, päihteitä käyttäville tai aikuisille jotka haluavat käsitellä lapsuuden aikaisia perhekokemuksiaan. Laadin luonnosmuotoisen esittelyn tutkimuksestani sekä luonnoksen kirjoituskutsusta ja otin yhteyttä A-klinikkaan, josta sain yhteistyöhön myöntävän vastauksen. Laadin A-klinikan tutkimuslupahakemusta varten tutkimussuunnitelman, johon tein tiivistelmän tutkimuksesta ja muun muassa perustelin tutkimuksen tarkoituksen ja tavoitteet sekä arvioin tutkimuksen etenemisajankohtia. Tutkimusluvan saaminen oikeuttaa siihen, että A-klinikan asiakkaat voivat osallistua tutkimukseen mutta myös siihen, että voin saada oman tutkimukseni A-klinikan tietokantaan.

Aineistonkeruussan tärkeää oli se, että tutkittavat voivat jättää kirjoitelmansa tutkimusta varten anonymisti. Siksi laadin e-lomakkeen, joka ei tallenna tietoja tutkittavasta eikä lomakkeelle vastaaminen edellytä rekisteröitymistä tai kirjautumista. Täten varmistin sen, että tutkittavilla on turvallinen olo palauttaa henkilökohtaista tekstiään ja myös sen, että tutkittavien yksityisyydensuoja säilyy. E-lomakkeelle on mahdollista kirjoittaa suoraa ja jatkaa tekstiä myöhemmin tai siihen voi myös liittää muualla laaditun tekstin. E-lomakkeen etuna aineistonkeruussa onkin myös se, että sen käyttö on helppoa tutkittavalle. Pyrin myös muotoilemaan tutkimuskysymykset siten, että ne eivät tarpeettomasti ohjaile tutkimukseen vastaavien tekstejä. Esimerkiksi ennako-oletus siitä, että päihdeongelma perheessä tuottaisi negatiivisia merkityksiä läheisyyksiin, oli peitettävä siten, että tutkimusvastauksiin sai tulla myös positiivisia kokemuksia.

Aluksi testasin laatimaani kirjoituslomaketta ja e-lomakkeen linkkiä muutamilla sellaisilla henkilöillä, jotka eivät kuulu kohderyhmääni pyytääkseni yleistä palautetta lomakkeesta ja kysymyksistä. Kirjoituslomakkeen testaus oli tärkeää, sillä tämän kaltaisessa avoimesti vastattavassa tutkimuksessa vaarana on se, että tutkimuskysymykset eivät onnistu kohdentamaan vastauksia tutkimusongelman kannalta oikein. Lisäksi erityisenä huolena oli se, onnistuuko vastauslomakkeen ohjeistus ohjaamaan vastaajia laatimaan yhtenäisiä tekstejä, ei listamuotoisia, muutaman sanan vastauksia. Palutteen jälkeen muokkasinkin vielä hieman lomaketta ja seuraavaksi testasin lomaketta yhden kohderyhmään kuuluvan nuoren aikuisen avulla, jonka sain rekrytoitua siten, että hän pysyi minulle nimettömänä. E-lomakkeen testaamisesta saamani tärkein palaute koski sitä, että kirjoituslomakkeessa olevien tutkimuskysymysten asettelu numeroittain houkuttelee vastaamaan yksittäisiä vastauksia eikä yhtenäistä tekstiä, joten tämän vuoksi muokkasinkin lomakkeen ohjetta vielä siten, että lomakkeen kysymykset eivät olleet numeroituja.

Kirjoituskutsussa esittelin itseni, tutkimuksen aiheen ja tarkoituksen. Pysin kutsutextissä esittämään aiheen mahdollisimman selkeästi, joten tarkensin muun muassa sitä, mitä päihdeongelmalla tässä tutkimuksessa tarkoitetaan. Selvensin myös läheissuhteen käsitettä tarkentamalla, että tässä tutkimuksessa läheissuhteilla tarkoitetaan niitä suhteita, jotka tutkittava itse kokee läheisiksi. Kutsua laatiessa oli tärkeää, että tekstistä välittyi luotettava ja asianmukainen tunne osallistua, sillä tämän tutkimuksen aihepiiri koskee henkilökohtaisia kokemuksia. Textissä korostin muun muassa sitä, että vastatessaan tutkimuslomakkeen kautta, vastaajasta ei tallennu mitään muita tietoja kuin mitä tutkittava lomakkeeseen itse kirjoittaa. Koska tutkittavilta ei tämän kaltaisessa tutkimuksessa pyydetä erikseen tutkimuslupaa, mainitsin kutsutextissä, että jättämällä lomakkeen kautta tekstinsä, tutkittava suostuu oman tekstin käyttämiseen tässä tutkimuksessa. Kutsuun sisältyi kirjoitusohjeet, jotka löytyivät myös tiivistettynä itse vastauslomakkeesta. Ohjeessa oli lisäksi kerrottu, kuinka pitkää tekstiä tutkittavalta toivottiin ja minkä tyylistä tekstiä haettiin. Kutsun lopussa kerroin tutkimusaineiston eettisestä käsittelystä, tutkimustulosten julkaisusta ja siitä, mihin tutkittava voi ottaa yhteyttä mahdollisten kysymysten esittämisessä.

Aineistonkeruun edetessä ja aineistonkeruuväylien valikoituessa lopullinen aineisto kertyi kolmen eri väylän kautta: A-klinikkasäätiön ylläpitämän Lasinen lapsuus -sivuston, Lasinen lapsuus -työn Facebook -sivun ja Pullopostia lapsuudesta -keskusteluryhmän kautta saaduista teksteistä. Näiden lisäksi kirjoituskutsu jätettiin myös isoon, naisille suunnattuun keskusteluryhmään Facebookiin,

josta kuitenkin yllättäen ei syntynyt yhtään tutkimusvastausta. Tämä johtunee siitä, että isossa ryhmässä julkaisu häviää muiden julkaisujen sekaan tai tutkimuksen aihe ei ollut tämän kaltaisen ryhmän intressien mukainen. Aineisto kerääntyi kahden kuukauden aikavälillä, mutta aineistonkeruu oli käynnissä usean kuukauden ajan. Aineistonkeruu oli pääosin onnistunut, sillä tutkimuslomake ohjasi tutkittavia vastaamaan oikeisiin kysymyksiin ja tutkimusvastausten muoto oli toivotun kaltainen, kirjoitelmanomainen. Kuitenkin, vaikka kirjoituskutsu ja sen ohjeet muotoiltiin tarkasti ja monta kertaa uudelleen, oli aineistonkeruu tuottanut keskustelua eräässä Facebook -ryhmässä. Tutkimuksen toteutus suljetussa ryhmässä, huolimatta siitä että ryhmään jätettiin vain kirjoituskutsu, oli osalle ryhmäläisistä liian henkilökohtaista. Tästä johtuen kirjoituskutsun yhteydessä olisi ollut hyvä painottaa vieläkin selkeämmin sitä, että aineisto kerätään vain niistä teksteistä, joita osallistujat itse vapaaehtoisesti tutkimukseen antavat. Tätä olen käsitellyt tarkemmin tutkimuksen eettisiä kysymyksiä koskevassa luvussa.

Tutkimuspyyntöön tuli vastauksia yhteensä 12 kappaletta, joista 2 oli joko tyhjiä tai keskeneräiseksi jääneitä ja jotka siksi jäivät aineiston ulkopuolelle. Aineistoa ja analyysiin sopivia tekstejä tuli siis 10 kappaletta, joka oli tämän tutkimuksen aineistomäärän tavoite. Tallensin nämä tekstit omalle henkilökohtaiselle, salasanalla varustetulle tietokoneelleni yhteen Word -tiedostoon, jolloin rivivälillä 1,5 ja fonttikoolla 12 tekstiä syntyi yhteensä 18 sivua. Vastausten pituus vaihtelee huomattavasti, osa vastauksista on puolen sivun mittaisia kun osa jopa 3 sivun pituisia. Vastausten tekstityylit vaihtelevat, mutta suuresta osasta välittyy kirjoittajan oma persoona ja kokemusmaailma sekä kirjoittajan tunnetilat. Vaikka kuten aiemmin jo mainittu, ikä ja sukupuolitieto ei ole kaikissa tutkimusvastauksissa näkyvissä, osassa näkyvien tietojen ja loppuista teksteistä päättelemällä suurin osa tutkimustekstien kirjoittajista on naisia noin 30 vuoden ikähaarukalla. Aineiston laadun kannalta eri ikäiset vastaajat ovat aineistoa monipuolistava tekijä, mutta sen sijaan sukupuolijakauman painottuminen naisiin on aineiston kannalta heikkous. Miesten näkökulma on kuitenkin yleisesti hankalampi saada esille tämän kaltaisissa henkilökohtaisiin kokemuksiin painottuvissa tutkimuksissa, joten naispainottuneisuus tutkimusvastaajissa oli odotettavissa. Vastausten avuksi annetut pohjakysymykset näkyvät vastauksissa, mutta jokaisessa tekstissä oli silti huomioitu, että tarkoitus oli antaa yhtenäinen ja omakohtainen teksti. Vastaukset käsittelevät myös hyvin sitä, mitä tutkitaan: suurimmassa osassa tekstejä keskitytään läheissuhteisiin, sekä lapsuudessa että aikuisuudessa. Aineisto kattaa

monipuolisesti tutkimuskysymyksiin liittyviä aihealueita ja on siksi onnistunut hyvin tutkimuksen aineistona.

4.3 Aineiston analyysi

Aloitin aineiston analyysin lukemalla kaikki tekstit läpi ja muodostamalla siten alustavan kokonaiskäsitelmän tekstien luonteesta. Aineistosta oli heti löydettävissä monipuolisesti eri asioita ja ilmiöitä liittyen tutkimuskysymyksiin, mutta myös paljon asiaa, mikä ei suoranaisesti liittynyt tutkimusongelmaan. Tällaista tutkimuskysymyksiin kuulumatonta sisältöä olivat muun muassa pähteisiin liittyvät tarkemmat pohdinnat tai eri elämäntilanteiden yksityiskohtaiset kuvaukset. Analyysin haasteena oli se, että moni tekstejä yhdistävä aihepiiri kosketti läheisesti tutkimuskysymystä ja siksi oli pohdittava tarkasti sitä, mikä aineistossa koskettaa juuri tätä tutkimuskysymystä. Vaarana oli, että olisin tarkastellut aineistoa liian monesta näkökulmasta ja siten aiheuttanut epätarkkuutta tutkimuksen aiheeseen ja tuloksiin. Aineiston monipuolisen sisällön vuoksi se oli aluksi saatava helpommin käsiteltävään ja jaotellumpaan muotoon. Laadullisessa aineiston analyysissä päästään helpoiten alkuun sillä, että aineistosta poimitaan tutkimusongelmaan kuuluvaa tekstiä ja ryhmitellään sitä. Aineiston rajaamisessa huomioin kuitenkin ajatusta siitä, että kokemuksia tarkastellessa myös kontekstilla on merkitystä kokonaisuuden ymmärtämiseksi. Siksi rajasin aineistoa siten, että jätin alkuperäisen kokonaistekstin esille ja rajatakseni aiheita, korostin koko tekstistä ne kohdat, joissa tutkittava teema näkyi. Siten pystyin analysoimaan tekstiä kohdistuen analyysin tutkimuskysymyksiin mutta ottaen samalla huomioon tekstin kokonaiskuvan ja kontekstin.

Teksteissä esiintyi selkeästi muutamia toistuvia asioita tai teemoja, jotka vaikuttivat olennaisilta tutkimusongelman kannalta. Näihin toistuviin teemoihin lukeutuivat esimerkiksi kokemukset ulkopuolisuudesta läheissuhteissa, turvattomuus, pelon tunteet perheen sisällä, tunne-elämän ongelmat, vastuun kantaminen muista, erilaiset itseä voimaannuttavat läheissuhdekokemukset, sisarusten merkitys, ystävien roolit ja häpeään liittyvät tuntemukset sosiaalisissa suhteissa. Arvioin näistä tärkeimmiksi ne, jotka toistui pääasiassa miltei jokaisessa tekstissä ja jotka parhaiten vastasivat tutkimuskysymyksiin läheissuhdekokemuksista.

Tutkimuskysymyksiä laatiessani tiedostin, että aineistoa tarkastellessa olisi tehtävä pohdintaa siitä, mikä kaikki on olennaista tutkimuksen kannalta, sillä tutkimuskysymykset olivat laajoja. Teksteissä kuvailtiin elämäntilanteita, alkoholinkäyttöä, vuosilukuja. Erityisesti kysymys “mitä huonoa ja/tai hyvää koet lapsuuden perheesi antaneen sinulle?” tuotti odotetusti kuvauksia esimerkiksi alkoholiin liittyvistä ahdistuskokemuksista ja pohdintaa päihdeongelmien periytymisestä. Pohdittuani asiaa koin kuitenkin, että myös tämä osuus tutkimusvastauksista oli merkittävää tutkimuksen analyysin kannalta, koska sen avulla minun oli tutkijana helpompi ymmärtää vastausten kontekstia ja elettyjen kokemusten olosuhteita laajemmin. Tällaista kontekstitekstiä löytyy esimerkiksi eräästä tutkimusvastauksesta, jossa vastaaja kertoo vanhempien erosta, isän työssäkäynnistä ja kuolemasta

“Hän oli paljon työssä eli pois kotoa mikäli hän ei juonut. Isäni kuoli ollessani 7v ja vuotta aiemmin vanhempani erosivat ja muuttivat erilleen”

Hermeneuttis-fenomenologisessa tutkimustavassa kokemusten kontekstia pidetään tärkeänä sen kannalta, että kokemuksia voidaan tulkita. Kokemus on aina paikallinen ja aikaan sidottu, jolloin eri olosuhteissa koetut kokemukset ymmärretään erilaisiksi niiden kontekstin vuoksi. Holzkampin (1986) mukaan yksilön kokemukset perustuvat aina niihin toimintamahdollisuuksiin, jotka tietyllä tapaa painottunut yhteiskunnallinen tila on mahdollistanut. Toimintamahdollisuudet ovat välittävä taso subjektiivisen kokemuksen ja objektiivisen elinolosuhteen välillä. (Suorsa 2011, 176.)

Kun arvio tutkimuksen kannalta olennaisimmista aiheista oli tehty, alkoi aineiston analyysi teemoittelulla. Teemoittelu lähti liikkeelle sillä, että poimin jokaisesta tekstistä yhteneviä aiheita ja sitten muodostin niistä eri teemaryhmiä. Aineistoa täten käsitellen siitä nousi selkeästi esille 5 eri teemaa, jotka yhdistivät jokaista tekstiä. Teemaryhmät antoivat hyvän perusluokittelun aineistolle. Analysoin jokaisen ryhmän erikseen, koska analyysissä halusin kunnioittaa ja säilyttää kaikkien tekstien kokonaiskuvan ja yksilöllisyyden.

Analyysissä hyödynsin hermeneuttisen kehän tarkastelutapaa, jossa tutkimusaineistoa tarkastellaan kehänomaisesti. Hermeneuttisen kehän hyödyntäminen tekstianalyysissä tarkoittaa sitä, että tekstin kokonaisuuskuvan tarkastelusta siirrytään yksityiskohtien tarkasteluun, josta taas palataan kokonaisuuden tarkasteluun. Kehämäisyyden ansiosta toteutuu hermeneutiikan ajatus siitä, että kokonaisuus muodostuu yksityiskohdista eikä kumpaakaan voida ymmärtää ilman molempien huomioon ottamista. Tarkastelu alkaa esiymmärryksestä, josta siirrytään kehämäisesti yksityiskohtien ja kokonaisuuden välillä siten, että jokaisella tarkastelulla ymmärrys syvenee. Hermeneuttiseen kehään sisältyy ajatus siitä, että yksittäisen asian ymmärtäminen edellyttää sitä ympäröivän kontekstin ymmärtämistä. (Scott&Marshall 2015.) Analysoinnin pohjana oli pyrkimys keskittyä jokaisen eri teeman kohdalla siihen, mitä aineisto kertoo vastaajien läheissuhteista ja syntyneiden teemojen yhteydestä niihin. Tarkastelin sitä, millaisia merkityksiä vastaukset antavat liittyen läheissuhteisiin lapsuuden perheessä, miten vastaukset kuvailevat merkityksiä vastaajien aikuisuuden läheissuhteissa, miten vastaukset kuvaavat merkityksiä liittyen uusien suhteiden luomiseen ja sitä, miten vastauksissa kuvataan kokemusta siitä, liittyykö lapsuuden kokemukset läheissuhteissa aikuisuuden läheissuhdekokemuksiin.

4.4 Tutkimuksen toteutuksen ja eettisten kysymysten arviointi

Arviokohteet tässä tutkielmassa painottuvat aineistonkeruuseen ja aineistonkeruun eettisyyteen. Tässä tutkielmassa eettisyyttä on pidettävä tärkeänä näkökulmana toteutuksen kannalta, sillä päihdeongelmiin ja perheen sisäisiin asioihin liittyvä tutkimus kohdistuvat aina henkilökohtaiseen ja siksi varovaisuudella kohdeltavaan kokemusmaailmaan. Kokemuksen tutkimus on myös itsessään haastavaa siinä mielessä, että kokemuksen käsite on määriteltävä tutkijan näkökulmasta, sillä yksilöllistä kokemusmaailmaa ei voi pitää objektiivisena tutkimuskohteena. Tutkimuksellisenä lähestymistapana hyödynnettiin hermeneuttis-fenomenologista metodia, jossa tutkijan roolilla kokemuksen määrittelyssä ja tulkinnessa on tärkeä merkitys.

Vaikka aineistonkeruu vaikutti tekstien vähäisyyden vuoksi aluksi olevan hankalaa, lopullinen aineisto oli laadultaan hyvää. Aineistonkeruun alkaessa tekstejä jätettiin muutama, mutta tämän jälkeen vaikutti siltä, ettei aineistonkeruu tuottaisi tarpeeksi tutkimusvastauksia. Siten aineistonkeruuta oli aloitettava muutaman kerran uudestaan ja aineistonkeruualustoja oli pohdittava alkuperäistä enemmän. Tutkimuksen aineistonkeruu ja aineistonkeruupohja olivat kuitenkin tarkasti suunniteltuja, sillä tutkimuksen mahdollisuudet riippuivat pitkälti tutkimusvastauksista ja siitä, onnistuisivatko tutkimuskysymykset tuottamaan samaan aikaan tarpeeksi laajoja ja vapaita mutta tutkimusongelmaan liittyviä vastauksia. Tutkimusvastauksia ei tullut määrällisesti kuin juuri sen verran, mitä tutkimus vaati, aineistoa olisi voinut toivoa tulevan hiukan laajemmin. Ajallisesti aineistonkeruu venyi pidemmäksi kuin mitä tutkimuksen suunnittelussa oli toivottu. Haastavin osuus tutkimuksen toteutuksessa oli rajata tutkimusaihe tarkoituksenmukaisesti ja siten, ettei tutkimuksen pääaihe jäisi epäselväksi. Lisäksi aineiston analyysitapa ja tutkimuksellinen lähestymistapa tuottivat haastetta, sillä aihe oli vaativa ja lähestymistavan oli kunnioitettava tutkimuksen aihetta ja tutkimukseen osallistuvien kokemuksia.

Aineistonkeruu onnistui lopulta tarkoituksenmukaisesti ja tavoiteltu määrä laadullisesti hyviä tekstejä oli analysoitavaksi käytössä. Aineiston sisällössä ainoa selkeä puute oli se, että kaikissa teksteissä ei ollut mainittu vastaajan ikää ja sukupuolta, jotka pydettiin mainitsemaan kirjoituksen alussa. Tämä johtui ehkä siitä, että kirjoituslomakkeessa ei ollut näille tiedoille erikseen vastauskohtaa, vaan tiedot olisi tullut kirjoittaa itse vastauksen kanssa samaan lomakkeeseen. Toisaalta on myös mahdollista, että kaikki vastaajat eivät mahdollisimman korkean yksityisyydustason vuoksi halunneet näitä tietoja ilmoittaa. Koska kaikissa teksteissä vastaajan ikä ja

sukupuoli eivät ole tiedossa, ei tämän tutkielman tuloksissa esitetä näitä tietoja tulosten tasavertaisuuden vuoksi. Aineistonkeruun pitkittymistä olisi voinut estää siten, että ennen aineistonkeruun käynnistymistä olisi vieläkin enemmän pohdittu tutkimuksen rekrytointialustoja ja sitä, mitä vaihtoehtoisia alustoja olisi tarvittaessa ollut käytössä. Aineistonkeruun ajallisesta pitkittymisestä huolimatta tavoite siitä, että tutkittavat voivat itse niin halutessaan ja anonymisti osallistua, täyttyivät.

Lisäksi haasteeksi muodostuivat eettiset kysymykset, sillä tutkimuksen luonne oli henkilökohtainen ja tunteita herättävä. Vaikka eettisiä näkökulmia tarkasteltiin huolellisesti ennen tutkimuksen toteutusta, olisi eettisissä kysymyksissä silti edelleen ollut parantamisen varaa. Ihmistieteissä tutkimuksen eettisessä ennakoarvioinnissa on otettava huomioon kolme eri eettistä osa-aluetta, tutkittavan itsemääräämisoikeus, vahingon välttäminen sekä yksityisyys ja tietosuoja. Seuraavaksi perustelen sitä, miten eettisyys tässä tutkimuksessa on otettu huomioon näiden osa-alueiden valossa ja millaisia erityiskysymyksiä tähän tutkimukseen liittyy eettisestä näkökulmasta katsottuna.

Tutkittavan osallistuminen tutkimukseen on tapahduttava vapaaehtoisesti ja tutkittavalla on oltava riittävästi tietoa tutkimuksesta ja siihen osallistumisesta. Tutkittavan suostumus voidaan saada suullisesti tai kirjallisesti tai se voidaan saada siten, että tutkittava käytöksellään osoittaa myöntävänsä tutkimukseen osallistumiseen. (Tutkimuseettinen lautakunta 2009, 4-7.) Tässä tutkimuksessa tutkittavan itsemääräämisoikeus on taattu siten, että tutkittavaa ei lähestytäkään henkilökohtaisesti tutkimuksen rekrytoinnissa. Tutkittava tekee päätöksen ja antaa samalla suostumuksen osallistua tutkimukseen silloin, kun hän löytää tutkimuksen kirjoituskutsun ja jättää sitä kautta oman tutkimusvastauksensa. Kirjoitusohjeissa olen kuitenkin maininnut vielä erikseen, että jättämällä kirjoituksensa tutkittava antaa suostumuksensa siihen, että hänen tekstiään käytetään osana tutkimusta. Kirjoituskutsussa tiedotan tutkittavalle myös tarvittavat tiedot tutkimuksesta ja tämän lisäksi kutsussa on yhteystietoni, jotta tutkittava voi esittää mahdollisia lisäkysymyksiä tutkimuksesta.

Vahingon välttäminen koskee sekä henkistä että taloudellista ja sosiaalista vahinkoa. Henkisen vahingon välttämiseen sisältyy se, että tutkittavaa ja hänen antamaansa tutkimusaineistoa kohdellaan kunnioituksella. Tämä tarkoittaa sitä, että esimerkiksi tutkimuksen tuloksia kirjoittaessa tutkijan on kirjoitettava arvostavaan sävyyn saamastaan aineistosta. Taloudellinen ja sosiaalinen

vahinko liittyvät muun muassa tutkittavan yksityisyydensuojan epäonnistumiseen tai vaitiolovelvollisuuden rikkomiseen. Myös tulosten julkistaminen epäkunnioittavasti tai huolimattomasti toteutettu tutkimus vaarantaa sosiaalisen ja taloudellisen haitan välttämisen. (Tutkimuseettinen lautakunta 2009, 7-8.) Tässä tutkimuksessa vahingon välttäminen on erityisen tärkeä eettinen näkökohta, sillä tutkimuksen aihe on tutkittaville henkilökohtainen. Tutkimuksen jokaisessa vaiheessa on huomioitava tutkittavien ja heidän tekstiensä kunnioitus ja se, ettei tekstien mahdollinen muokkaaminen tuota tutkittaville loukkaantumista. Tutkimuksen vahingon välttämisen näkökulmasta tässä tutkimuksessa on kuitenkin etuna se, että tutkimus toteutetaan täysin anonymisti tutkittavien osalta ja se, että tutkimuksen rekrytointi suoritetaan sellaisen väylän kautta, jonka ansiosta tutkittava tietää jo etukäteen, millaisia aiheita tutkimus käsittelee.

Yksityisyys ja tietosuoja koskevat tutkimusaineiston suojaamista ja luottamuksellisuutta, aineiston säilyttämistä ja hävittämistä sekä tutkimusjulkaisuja. Tietosuoja on näistä eettisesti tärkein tutkimusaineiston keruun, käsittelyn ja tulosten kannalta. Tutkimusaineiston säilyttämisen ja käsittelyn luottamuksellisuuteen kuuluu se, että aineistoa käytetään ja luovutetaan vain tutkimustarkoituksiin ja tutkijan on pidettävä huolta, ettei tietoja leviä tutkimuksen ulkopuolelle. (Tutkimuseettinen lautakunta 2009, 8-12.) Tässä tutkimuksessa suoraa tunnistettavaa aineistoa ei tule, sillä tutkittavia pyydetään vastaamaan tutkimukseen vain sukupuoli- ja ikätunnisteilla. On kuitenkin mahdollista, että aineistosta löytyy esimerkiksi tutkittavien asuinpaikkakuntia, ammatteja tai läheisten nimiä ja siksi allekirjoitan vaitiolositoumuksen, jolla vakuutan, että olen aineistoa koskien täysin vaitiolovelvollinen.

Tämän tutkimuksen aihe on eettisesti arka ja siinä on useita sellaisia asioita, jotka on otettava erityisesti huomioon. Jo tutkimukseen osallistuminen on eettinen kysymys siten, että tällaiseen tutkimukseen vastaaminen tuottaa tutkittavassa erilaisia tunteita. Tutkittava joutuu käsittelemään sellaisia asioita, jotka saattavat tuntua ikäviltä ja jopa traumaattisilta. Toisaalta tutkittava voi joutua kohtaamaan ensimmäistä kertaa vaikeita menneisyysmuistoja. Tämä otettiin huomioon siten, että kirjoituskutsu jätettiin aina sellaisen väylän kautta, jossa ennestäänkin jo tarjotaan tukea tai vertaistukea käsiteltävään asiaan, esimerkiksi Lasinen Lapsuus -nettisivulla on tarjolla laajasti tukea lapsuusmuistojen käsittelyyn, nykyisen tilanteen käsittelyyn ja esimerkiksi vertaistukichatti-mahdollisuuksia. Myös käsitteiden eettisyys otettiin huomioon, tässä tutkimuksessa pääasiallisesti vältetään käyttämästä käsitettä päihdeperhe, sillä se voi loukata tai leimata kohderyhmää. Lisäksi

kirjoituskutsussa mainitsin, että toivon tutkittavan kirjoittavan mahdollisimman avoimesti mutta kuitenkin niissä rajoissa, jotka tuntuvat hänelle sopivilta. Tutkimus saa tuottaa tutkittavassa tunteita, mutta se ei saa tuottaa vahinkoa tutkittavalle. Vaikka tämän tyyppisessä aineistonkeruussa tutkittavan itsemääräämisoikeus toteutuu hyvin siinä suhteessa, että hän itse saa päättää mitä ja kuinka syvästi kirjoittaa, oli varmistettava, ettei tutkittavalle synny eettisesti liian tukalia tunteita tutkimukseeni vastatessaan.

Tämän tutkimuksen eettiset ulottuvuudet otettiin huomioon laajasti. Eettisyyttä tavoiteltiin tutkimusvastaajien oma-aloitteisella osallistumisella, vastausten anonymiteetin varmistamisella ja muun muassa käsitteiden sekä tekstin kunnioittavuuden kautta. Näistä huolimatta tutkimuksen aineistonkeruussa ilmeni eettinen tekijä, joka jakoi mielipiteitä eräässä aineistonkeruuryhmässä. Tutkimuksen aineistonkeruu suoritettiin eri sosiaalisten medioiden kautta, joista pääasiallisena osana olivat tutkimuksen aiheeseen liittyvät Facebook -kanavat, joita ylläpitää Lasinen lapsuus -työ.

Aineistonkeruu toteutettiin Lasinen Lapsuus -työn yhteyshenkilön kanssa yhteisten päätösten perusteella. Yhdessä suljetussa Facebook -ryhmässä julkaistavaa kirjoituspyyntöä koskien päätimme, että liityn tähän ryhmään ja julkaisen itse ryhmään kirjoituskutsun. Tällä tavoitelimme sitä, että tutkimus olisi avoimempi, olisin tutkijana yhtä tavoitettavissa kuin muutkin ryhmän jäsenet ja jäsenet voisivat tarvittaessa ottaa minuun helpommin yhteyttä mahdollisissa kysymyksissä. Samaa käytäntöä oli käytetty aiemminkin tällaisissa tutkimuksissa. Tämän tutkimuksen kohdalla tällainen käytäntö kuitenkin aiheutti keskustelua. Osa ryhmän jäsenistä koki, että koska teen tutkimusta tästä aiheesta, pääsen ryhmässä tutkimaan jäsenten kirjoituksia, joita jäsenet eivät halunneet tutkijan silmille. Tämä tuotti eettisen kysymyksen aineistonkeruussa, josta ryhmänkin jäsenet olivat montaa eri mieltä - toisaalta koettiin, että tutkijan roolissa en saisi nähdä ryhmän kirjoituksia, toisaalta ymmärrettiin, että vaikka teinkin Pro gradu -työtä, olin silti ryhmän jäsen muiden joukossa enkä erityinen uhka ryhmän sisäisille tiedoille. Osittain keskustelu johtui väärinkäsityksistä, joita korjasin keskustelussa heti. Väärinkäsitykset liittyivät siihen, että tutkittavana olisivat myös ryhmän sisäiset keskustelut.

Eettisyyden kannalta tämän kaltaisissa tutkimuksissa olisi vielä enemmän pyrittävä siihen, että tutkimuspyynnöt eivät aiheuta mitään epäselvyyttä siitä, millaiset oikeudet tutkijalla on ja mitä tarkkaan ottaen tutkimuksessa tutkitaan. Tässä tutkimuksessa aineistonkeruuseen ja

kirjoituskutsuun olisi ollut hyvä parantaa sekä selkeyttä siinä, että tutkijalla ei ole oikeutta tutkia mitään muuta kuin niitä tekstejä, joita osallistajat lähettävät lomakkeen kautta, että tutkijan roolin rajoittumista vain tutkittavan aineiston tutkimisrooliin.

Tästä eettisestä kysymyksestä myös keskusteltiin samassa ryhmässä sekä jäsenten että ryhmän ylläpitäjän, tutkimuksen yhteyshenkilön kanssa. Keskustelun päätteeksi ryhmän ylläpitäjä tuli siihen tulokseen, että jatkossa tutkimuspyyntöjen jättäminen suljettuihin ryhmiin toteutetaan siten, että ylläpitäjä jättää tutkimuspyynnöt tutkijan puolesta. Vaikka useimmat keskusteluun osallistuneet eivät pitäneet tutkijaa ryhmän jäsenenä uhkana ja vaikka toisaalta pohdittiin myös sitä, että myös tutkijalla saattaa olla omakohtaisia kokemuksia, jotka “antavat oikeuden” olla ryhmän jäsen, oli eriävät mielipiteet otettava huomioon. Toisaalta muistutettiin myös siitä, että ryhmän jäseneksi pääsemiselle ei ole kriteerejä eikä valvontaa, joten someryhmän sisäisten asioiden luottamuksellisuuteen on aina suhtauduttava tietyllä varauksella.

5 LÄHEISSUHDEKOKEMUKSET

Tutkimuksen tarkasteltavia kokemusteemoja syntyi lopulta 5 sen perusteella, että näitä kokemuksia esiintyi teksteissä eniten yhtenevästi ja korostuneesti. Teemoista vahvimpina korostuivat turvallisuudentunteeseen ja tunteiden käsittelyyn liittyvät teemat: turvallisuudentunne mainittiin teksteissä yhteensä 17 kertaa ja tunteiden käsittelyyn kuuluvia asioita mainittiin 25 kertaa. Näiden lisäksi tutkimuksessa tarkastellaan ulkopuolisuudentunteen, häpeän ja vastuunoton kokemusteemoja. Tässä tulosluvussa esitellyt kokemukset vahvistavat monin tavoin tuloksia aiheen aiemmista tutkimuksista ja kirjallisuudesta. Etenkin vastuun ottamiseen liittyvät kokemukset ja emotionaalisen heitteillejätön kokemukset ovat hyvin saman kaltaisia kuin lukuisissa aiemmissa tämän aiheen tarkasteluissa. Tämän luvun kulussa suhteutetaan tuloksia tarkemmin aiempaan kirjallisuuteen. Tulosluvuissa “lapsella” viitataan tutkittavaan hänen lapsuusajan kokemuksissaan. Tuloksissa esitetyt sitaatit ovat esimerkkisitaatteja satunnaisista tutkimusteksteistä ja ne ovat suoria lainauksia tutkittavien kirjoittamasta. On huomioitava, että kaikki esimerkit eivät sellaisenaan päde kaikkiin tutkimusvastauksiin ja toisaalta, että muissakin teksteissä oli esimerkkien kaltaisia kokemuksia mutta ne eivät tutkimuksen rajallisuuden vuoksi päässeet tuloksissa esille.

5.1 Turvallisuudentunne

Tutkimusvastauksissa turvallisuudentunne perheen läheissuhteissa näkyi pääasiassa siinä, että läheisen arvaamattomuus aiheutti turvattomuuden kokemuksia vastaajissa lapsena. Muutamassa tekstissä kerrotaan myös siitä, kuinka läheissuhdetta leimasi suorainen pelko, esimerkiksi kun päihdeongelmainen läheinen on ollut väkivaltainen tai hallinnut perheen ilmapiiriä pelolla. Päihdeongelma perheessä voi tuottaa fyysisiä turvallisuusuuhkia tai niiden kokemuksia, mutta myös henkisen turvallisuudentunteen uhkakokemuksia. Lapsuudessa turvallisuus perustuu siihen, että lapsen ei tarvitse arvuutella sitä, mitä seuraavaksi tapahtuu. Tätä tukee rutiinit, perinteet ja tavat, jotka pysyvät suhteellisen samoina. Samoin lapsen kuritus ja kohtelu pysyvät turvallisessa perheessä samana, eivätkä ne vaihtelee esimerkiksi vanhemman tunnetilan mukaan.

Turvallisuudentunteeseen liittyvät kokemukset sijoittuvat tutkimusvastauksissa ajallisesti enimmäkseen lapsuusaikaan. Lapsena tarve ja kaipuu turvallisuudentunteelle on ymmärrettävästi

korkea lapsen heikkouden ja muista riippuvuuden vuoksi. Tutkimusvastauksissa turvallisuudentunnetta käsiteltiin sekä fyysisten että henkisten kokemusten saralla, mutta verrattuna aikuisuuteen, lapsuusajassa korostuu selkeästi fyysisen turvallisuudentunteen puuttumisen kokemukset. Tämä vahvistaa muun muassa Holmilan, Itäpuiston ja Ilvan (2011) tutkimuksessa tehtyä huomiota siitä, että etenkin nuoret lapset kokevat pelkoa, fyysisen turvallisuudentunteen puutetta ja järkytystä vanhempiensa väkivaltaisuudesta (Emt. 2011).

“Äitini kanssa en voinut keskustella ollenkaan, joskus hän kävi minuun käsiksi”

“Isällä oli kova halu näyttää "mistä kana kusee", silloin saattoi tyhjentää koko kodin muista ihmisistä. Odoteltiin läheisessä metsässä isän rauhoittumista, sekä nukahtamista”

“Pelkäsin olla kotona, kun siellä riideltiin”

“Äidin juominen oli meille pelottavaa. Äiti menetti kontrollin, eikä pystynyt huolehtimaan itsestään saati sitten meistä. Äiti riiteli lähes joka viikonloppu miesystävänsä kanssa, nämä riidat eskaloituivat kerran fyysiseen väkivaltaan, mutta enimmäkseen äiti karjui kurkku suorana.”

Traumaorganisoidussa perheessä on todettu näkyvän piirteitä siitä, että vanhemman kokema trauma voi vaikuttaa hänen kasvatustapoihinsa siten, että kasvatustavat ovat äärimmäisiä. Trauman kokenut vanhempi saattaa pyrkiä “karaisemaan” lastaan tulevia koitoksia varten (ks. Broberg, Almqvist & Tjus 2005, 216-221). Joissakin tämän tutkimuksen kokemuksissa kasvatustavat olivat olleet äärimmäisiä, jopa julmia. Vanhempi oli käyttänyt kasvatuksessa fyysisiä, liiallisia kurituskeinoja jotka olivat omiaan vaikuttamaan lapsen fyysiseen turvallisuudentunteeseen. Tässä kokemuksessa tutkittava koki, että isä kuritti häntä ankarasti kasvattaakseen hänestä “kunnon tytön”

“Isä kuritti myös minua kovalla kädellä. Antoi remmistä sekä itkin lapsena paljon. Jouduin kaappiin lukkojen taakse rankaistavaksi. Isä halusi kasvattaa minusta kunnon tytön.”

Myös psyykkisen turvattomuudentunteen kokemuksia ilmeni tutkittavien lapsuusajan kokemuksissa. Lapsuudessa turvallisuudentunteen puute henkisellä tasolla korostui siinä, että lapsi kaipasi emotionaalista huolenpitoa, jota ilman jäädessään hän koki turvattomuutta. Turvattomuuteen liittyi myös kokemukset siitä, että lapsi ei voinut tai uskaltanut pyytää emotionaalista tukea vanhemmaltaan, jolloin lapsi joutui käsittelemään vaikeita asioita yksin. Itäpuisto (2008) huomioi, että päihdeongelmaisen vanhemman lapsen kokema henkinen väkivalta on paljon yleisempää kuin fyysinen, ja että henkisen väkivallan tunnistaminen on hankalaa. (Itäpuisto 2008, 53-54.) Tämän tutkimuksen tutkittavien lapsuuskokemuksissa henkinen väkivalta korostui emotionaalisen turvan puutteen muodossa.

“Pienenä en uskaltanut puhua äidille tunteista tai ikävistä asioista, joita minulle oli sattunut esim. koulussa. Koulussa ja pihalla minua joskus kiusattiin, ei niinkään taustani vaan aran luonteeni ja silmälasien vuoksi.”

“Tunnen, etten ole koskaan saanut tukea tai ymmärrystä ja ollut ikäni tunnepuolella omillani ja ulkopuolinen.”

“Lapsuuteni oli turvaton ja arvaamaton”

Päihdeongelma tuottaa perheeseen usein tilanteen, jossa lapset jäävät emotionaalisella tasolla yksin. Kirjallisuudessa on käsitelty paljon sitä, kuinka päihdeongelman eräs suuri riski vanhempi-lapsisuhteessa on se, että päihteiden tarve menee usein lapsen tarpeiden edelle. Paitsi että lapsi tarvitsisi tukea kodin ulkopuolisissa asoissa, lapsi usein jää myös yksin käsittelemään perheen sisäisiä konflikteja. Tämä voi johtua esimerkiksi vanhemman fyysisestä poissaolosta, tai siitä, että päihteet aiheuttavat vanhemmalle kyvyttömyyttä olla lapselle emotionaalisesti läsnä. Itäpuisto (2008) toteaa, että alkoholiongelma voi aiheuttaa vakavan uhan lapsen perustarpeille, jos vanhempi juomisen takia unohtaa lapsen hoidon. (Emt, 51-52.) Aiemman tutkimuksen luvussa 2.1 esitellyissä tutkimuksissa ilmeni, että lapsuudessa ei vielä ole tarpeeksi resursseja, joilla käsitellä vaikeita emotionaalisia tilanteita, ja siihen lapsi tarvitsisi hoivaajan tukea. Lapsi kokee emotionaalista turvattomuutta silloin, kun hän ei saa tukea vaikeiden tilanteiden käsittelyyn. Nämä piirteet vastaavat hyvin tämän luvun henkisen turvattomuudentunteen kokemuksia. Seuraavassa kokemuksessa tutkittava kuvailee hänen yksin jäämistään perheen konfliktitilanteessa

“Turvattomaksi kiintymyssuhteeksi sitä on sanottu. Isäni oli välttelevä, ja aina äidin ollessa kännissä ja heidän riidellessä isä otti ja lähti aina pois talosta. Itse jäin omaan huoneeseeni miettimään mitä tapahtuisi seuraavaksi - mikä esine lentää seuraavaksi seinään, huudetaanko meillä vai huudatetaanko musiikkia”

Aikuisuuden kokemuksissa turvallisuudentunne näyttäytyi psyykkisen turvallisuudentunteen säröinä, jotka heijastelivat lapsuuden kokemuksista. Merkittävä piirre turvallisuudentunteen kokemuksissa näkyy siinä, että kun lapsena turvallisuuden puutteelle ei voinut mitään, aikuisuudessa omaa henkistä turvallisuutta suojeltiin tietoisesti. Aikuiset suojelivat sekä omaa turvallisuudentunnettaan että myös heidän omien lapsiensa, joiden tutkittavat eivät halunneet kokevan samoja asioita kuin he itse ovat kokeneet. Toisaalta kokemuksissa on viitteitä myös siitä, että aikuiset kokivat olevansa lapsuuden itselleen velkaa sen, että he suojelevat nyt niin pystyessään itseään. Kun lapsena ei ollut mahdollista lähteä kotoa pakoon kaoottista elämää ja emotionaalista kärsimystä, aikuisena mahdollisuus etäännyttää itsensä lapsuuden sidoksista on olemassa

“En ole kovinkaan paljon lapsuuden perheen kanssa tekemisissä. Ei pysty. Pitää suojata itseäni ja omaa perhettäni.”

“Mitä puhua ihmiselle josta ei ole hyviä muistoja ja joka herättää minussa itsessäni vain inhoa.”

“Nyt haluan antaa omalle lapselleni turvallisen ympäristön sekä vahvan luonteen.”

Aikuisuuden kokemuksiin sisältyi lisäksi sellaisia piirteitä, jotka viittaavat heikentyneeseen perusturvallisuudentunteeseen myös aikuisuudessa. Näissä kokemuksissa kuvailtiin sitä, että koska turvattomuuteen ja pettymyksiin oli lapsuudessa totuttu, olisi liian hyvää ollakseen totta jos aikuisuudessa näitä pettymyksen tunteita ei olisikaan. Nämä kokemukset mukailevat luvussa 3.2 esiteltyjä tutkimuksia ja kirjallisuutta kiintymyssuhderepresentaatioista ja sisäisistä työskentelymalleista, joihin sisältyy ajatus ympäröivän maailman navigoinnista omien lapsuudessa muodostuneiden representaatioiden mukaan. Kiintymyssuhderepresentaatiot sisältävät mallin siitä, ovatko ympäröivät sosiaaliset suhteet turvallisia. Luvussa 3.2 esiteltiin myös teoria perusluottamuksesta, Erik H. Eriksonin teoriassa perusluottamus muodostetaan varhaisessa

vuorovaikutuksessa vanhemman kanssa. Näiden kiintymyssuhderepresentaatioiden näkökulmasta on ymmärrettävää, että kun uudet kokemukset eivät kohtaa olemassa olevan työskentelymallin kanssa, syntyy epäuskoa ja ristiriitaisia tunteita.

“Minun on vaikea tuntea oloani turvalliseksi, silloinkin kun kaikki on hyvin. Jos kaikki on hyvin, alan automaattisesti etsimään vikoja, yleensä itsestäni. Ajatus siitä, että kaikki olisi hyvin tuntuu absurdilta, jopa vaaralliselta. Jos kuvittelen kaiken olevan hyvin täytyy sen tarkoittaa se sitä, että olen missannut jotain ja tulen kohta kärsimään huolettomuudestani.”

5.2 Häpeä

Häpeän kokemukset tutkimusaineistossa näkyvät lapsuudessa siinä, että perheen tilanne tunnistettiin erilaiseksi ja huonommaksi kuin muiden perheiden. Häpeän kokemuksiin sisältyy salaamisen, valehtelun ja piilottelun kulttuuri ja se, että häpeä eristi omaa perhettä ympäröivistä ihmisistä. Teksteissä ilmenee kokemukset siitä, kuinka oman perheen tilanteesta ei saanut eikä voinut puhua ulkopuolisille, koska vaarana oli saada päihdeperheen leima ja koska usein perheen vanhemmat olivat kieltäneet puhumasta asioista. Nämä kokemukset ovat aiemmassa kirjallisuudessa paljon esillä olleita, esimerkiksi Itäpuiston (2001) tutkimusaineistossa oli hyvin saman kaltaisia kokemuksia häpeän eristämisestä ja keinoista käsitellä ja salata häpeällistä perheen tilannetta. (ks. Itäpuisto 2001, 63-73.) Kahdella tutkittavalla oli ollut myös kokemuksia kiusaamisesta, jolloin he eivät halunneet pahentaa kiusaamistilannetta paljastamalla perheen päihdeongelman. Tavallisuuden käsite esiintyy häpeän kokemuksissa, sillä oma perhe ei ollut tavallinen. Kokemuksista muistetaan, että hartaimmat toiveet olivat sitä, että voisi elää samoin kuten tavalliset perheet. Aikuisuuteen häpeän kokemukset eivät olleet ylettyneet.

“Kotiasoista ei saanut puhua kenellekään.”

“Lapsena hartain toiveeni oli, ettei isäni enää joisi. Toivon sitä, enemmän kuin mitään. Että voisın tuoda ystäviä kylään ja elää kuten “tavalliset” perheet.”

“Häpesin myös sitä, että äiti tuli aina myöhässä koulun juhliin ja pukeutui omalla persoonallisella tavallaan. Toivoin hänen olevan mahdollisimman näkymätön, jotta muut eivät huomaisi hänen

olevan huumeiden käyttäjä. Äitini koki loukkauksena sen, että toivoin hänen pukeutuvan jakkupukuun koulun tapahtumiin. Hänelle tavallisuus oli häpeä.”

“Koulussa minua kiusattiin, osaksi vanhempieni takia, osaksi siksi että olin myös hyvin ujo”

Salailu ei aina ollut onnistunut, jolloin lapsi joutui kohtaamaan häpeää ja nöyryytystä. Eräs tutkittava oli ahdistunut siitä, että ihmiset näkivät tilanteen ja osoittivat sääliä häntä kohtaan. Tässä kokemuksessa sääli osoittautui negatiiviseksi asiaksi, joka tutkittavan näkökulmasta korosti hänen erilaisuuttaan ja huonommuuttaan sääliä osoittavaan ihmiseen verrattuna. Tutkittavat toivoivat olevansa samanlaisia ja näyttävänsä samalta kuin muut, tavalliset ihmiset, ja erilaisuuden näkyminen julkisesti aiheutti nöyryyttävän tilanteen tutkittavien silmissä

“Häpesin myös olla äitini kanssa julkisilla paikoilla kun hän oli selvästi päihtynyt ja jotekin erinäköinen kuin muut äidit. Ihmiset tuijottivat ja säälivät minua, joka lisäsi entisestään ahdistustani”

“Minua hävetti hänen (sisko) käytöksensä. Hän ei osannut pitää kulisseeja yllä kuten minä - -“

“- - toisinaan kuulla toisilta lapsilta, mitä isäni oli humalassa lähikuppilassa tehnyt. Häpesin silmät päästäni, itkin ja huusin isälleni.”

Tilanteen salaaminen oli monille vastaajille pakollista oman maineen säilymisen ja vanhemman käskyn vuoksi, mutta salaaminen ja muille valehtelu koettiin myös raskaaksi. Perheen tilanteesta olisi siksi ollut helpottavaa kertoa ulkopuoliselle, mutta riskiä siitä, että vastaanotto olisi uusi pettymys, ei uskallettu ottaa. Lisäksi koettiin, että muut eivät halunneet kuulla tai puhua asiasta, ulkopuoliset ikään kuin sulkivat silmänsä tilanteelta. Tämä kokemus ulkopuolisten haluttomuudesta puuttua tilanteeseen vastaa myös Itäpuiston (2001) tutkimuksen tuloksia ulkopuolisten suhtautumisesta päihdeongelmaiseen perheeseen. Ulkopuoliset eivät joko todella tiedä tilanteesta, tai he eivät halua puuttua perheen sisäisiin asioihin. (Emt, 68-73.) Koska muut eivät tehneet mitään eivätkä vaikuttaneet haluavan kuulla tilanteesta, tutkittavat kokivat että oli parempi olla kertomatta todellisuutta perheen asioista

“Asuimme rivitalossa, joten tilanne oli varmasti naapureiden tiedossa. Kukaan ei silti koskaan sanonut mitään.”

“Biologisen isäni minua vanhemmat tyttäret ottivat minuun yhteyttä 2010. Olen ollut heidän kanssaan tekemisissä. En ole kertonut heille millaista todellisuus perheessäni oli. Taivastelevat jo riittävästi siistittyä versiotakin.

Eräs tutkittava oli kuitenkin pystynyt puhumaan kokemuksistaan sukulaistensa kanssa, sillä heidän keskuudessaan oli vallinnut poikkeuksellisesti avoimuutta. Tutkittava kuvailee tätä puhumisen avoimuutta vapauttavana, sillä pienikin mahdollisuus helpottaa salailun ja puhumattomuuden kuormitusta oli tuonut vapauttamisen kokemuksen. Vapauttamiseen sisältyi ajatus myös siitä, että tässä kokemuksessa sukulaiset eivät olleet tuominneet tutkittavaa tai olleet torjuvia, jolloin tutkittava oli kokenut tulleen hyväksytyksi ja kuulluksi. Kuitenkin myös tässä kokemuksessa tutkittava lisää, että juomisestakin pystyi puhumaan, “ainakin vähän”, joten tutkittava ei ehkä ollut tullut niin kuulluksi kuin olisi toivonut

“Sukulaiset äitini puolelta suhtautuivat asiaan avoimemmin ja mielestäni se oli vapauttavaa. Häpeä oli muutoinkin aina läsnä, oli mukavaa, kun voitiin jutella juomisestakin, ainakin vähän.”

5.3 Vastuunotto

Liian varhainen vastuu perheessä on aiemmassa kirjallisuudessa paljon esillä ollut aihe liittyen päihdeongelmaisen perheen lapsiin. Aiemman tutkimuskirjallisuuden kanssa samankaltaisia vastuunottamiseen liittyviä kokemuksia löytyy tämän tutkimuksen tutkimusvastauksissa sekä lapsuuden että aikuisuuden kokemuksissa. Lapsuuskokemuksissa vastuu painottuu juuri siihen, että vanhempien hoitamatta jääneet velvollisuudet olivat jääneet lapsen hoidettavaksi. Myös esimerkiksi Itäpuiston, Holmilan ja Ilvan (2011) tutkimuksessa lapset olivat joutuneet kantamaan vastuuta kotitalouden käytännön asioista ja sisarusten hoitamisesta (Emt.). Lisäksi merkittävä osa-alue vastuunottamisessa oli kokemukset vanhemman suojelemisen vastuusta ja ilmapiirin ylläpitämisen vastuusta, jotka ovat yhteneviä muun muassa O’Connorin ja kumppaneiden tutkimuksen tulosten kanssa: lapset olivat esimerkiksi suojelleet vanhempansa itsetuhoiselta käytökseltä (ks. O’Connor ym. 2014). Aikuisuudessa jotkut tutkittavat kokivat, että

lapsuudenperheen vastuunottajan rooli heijastui omaan aikuisuuden perheeseen siten, että vastuunottaminen ylikorostui läheissuhteissa ja perhe-elämässä. Vastuunottamisen kokemukset lapsuudessa voi tässä tutkimuksessa jakaa karkeasti kolmeen ryhmään; arkisista aikuisten asioista vastuun ottaminen, vastuunotto päihdeongelmaisen vanhemman suojelijana ja vastuunotto perheen ilmapiirin ylläpitäjänä.

Arkisista aikuisten asioista ja sisarusten hoitamisesta puhuttiin tutkimusvastauksissa muun muassa seuraavasti

“ - - jouduin ottamaan vastuuta aikuisten asioista jo kovin nuorella iällä. Osaksi lapsuus jäi elämättä. Huolettomia kesäpäiviä ei juurikaan ollut, koska alkoholi oli aina läsnä ”

“Jouduin ottamaan palkkapäivänä vanhempien pankkikortin, jotta sain maksettua vuokran.”

“Suhde siskooni oli usein hyvin äidillinen. Yritin pitää hänestä huolta silloin, kun äiti ei ollut kotona. Jollain tapaa otin vanhemman roolin vanhempana siskona ja äitini luotti siihen, että minä olen tarpeeksi vastuullinen ja järkevä huolehtiakseni siskostani”

“Lapsuuteni oli turvaton ja arvaamaton, opin kantamaan paljon vastuuta ja huolehtimaan itsestäni ja muista”

Lapsuuden vastuunottamisen kokemuksissa eniten korostuivat kokemukset siitä, että päihderiippuvaista vanhempaa oli suojeltava ja hoidettava. Osa tutkittavista koki, että vanhemmasta huolehtiminen oli yksin heidän tehtävänsä, osa kuvaili vastuuta koko perheen yhteiseksi, sanattomaksi säännöksi. Suojelemisvelvollisuus koski sekä fyysistä että henkistä suojelua. Päihdeongelmaista vanhempaa oli suojeltu fyysiseltä itsensä loukkaantumiselta mutta toisaalta vanhemman tunnetiloja piti varjella siten, ettei hän pääsisi suuttumaan. Monissa kokemuksissa välittyi tunne siitä, että vanhemman huolehtimisella ei haluttu ainoastaan suojella vanhempaa itseään, vaan myös itseä ja koko perhettä niiltä seurauksilta, joita huolehtimatta jättäminen olisi voinut aiheuttaa. Näitä mahdollisia seurauksia olivat tutkittavien kokemuksissa muun muassa perhekonfliktit, riidat ja väkivalta

“Omalle osalleni tuli huolehtia isästä, ettei tämä loukkaa itseään humalassa, tai ettei tämä suuttuisi humalassa äidilleni tai minulle.”

“Isälläni on ollut muutamia päihdeettömiä jaksoja minun muuttaessani hänen luokseen vanhempieni eron jälkeen ja tyttärenti syntymässä. Pidinkin huolta isästäni loppuun asti.”

“Meidän perheessä kaikkien tehtävä oli pitää huolta äidistä ja äidin hyvinvoinnista. Meidän toiveet ja tarpeet olivat toissijaisia eikä edes kovin kiinnostavia”

Eräiseen vastuunottajan roolin piirteeseen sisältyi vastuuntunto siitä, että lapsen olisi pitänyt pystyä pelastamaan vanhempansa päihteiltä. Tämä kokemus toistui monissa eri tutkimusvastauksissa, joissa tutkittava oli toivonut, että olisi voinut parantaa oman vanhemman tilannetta tai pelastaa joko päihdeongelmaisen vanhempansa, ei-ongelmaisen vanhempansa tai koko perheen päihdeiden aiheuttamilta ongelmilta. Seuraavassa sitaatissa tiivistyy useiden tutkimusvastausten pääpiirteet tästä kokemuksesta, johon monissa tutkimusvastauksissa sisältyi toiveet omista paremmista pelastamiskyvyistä

“Olisin halunnut äidin, joka on normaali ja viettää meidän kanssa aikaa. Äidin, joka on energinen ja kiinnostunut omien lastensa asioista. Olisin myös halunnut luottaa häneen täysillä. Jollain tapaa olisin halunnut pelastaa hänet siitä helvetistä, missä elimme.”

Vastuuta oli otettu myös ei-päihdeongelmaisen vanhemman suojelussa. Joskus päihderiippuvainen vanhempi oli ollut väkivaltainen henkisesti ja/tai fyysisesti, jolloin lapsi oli kokenut, että hänen oli suojeltava heikompaa vanhempaansa. Myös Itäpuiston (2008) tarkastelun mukaan lasta ei lohduta se, että väkivalta ei kohdistu häneen itseensä, vaan päinvastoin lapsi saattaa kokea, että hän mieluummin ottaisi iskut itse vastaan ja voisi siten pelastaa esimerkiksi äidin tai sisaruksen väkivallalta. (Emt, 52-53.) Näissä kokemuksissa voi nähdä sen, kuinka haavoittuvana ja alistettuna jotkut tutkittavat olivat ei-ongelmaista vanhempaansa pitäneet, sillä he kokivat pystyvänsä suojelemaan lapsena omaa, aikuista vanhempaansa jopa fyysiseltä väkivallalta. Näissä kokemuksissa kuvastuu se, miten tutkittavat olivat kovettaneet ja kasvattaneet itseään paitsi

henkisesti, myös fyysisesti. Tutkittava on joutunut tällaisessa tilanteessa luopumaan kokemuksen tasolla paitsi henkisestä, myös fyysisestä lapsuudestaan asettaessaan itsensä fyysiseen vaaraan

“Koin että minun oli huolehdittava äidistäni ja estettävä isäni väkivaltaisuus koska pystyin siihen.”

“Äitini on juonut jatkuvasti ja löytänyt aina väkivaltaisia miehiä ja minä olen korjannut rippeet.”

Kolmanneksi tutkittavat olivat lapsuudessaan kokeneet vastuuta siitä, että perheen ilmapiiri tai päihderiippuvaisen vanhemman mieliala pysyivät hyvinä. Vanhemman mielialaa ja koko perheen ilmapiiriä oli jouduttu ennustamaan ja tulkitsemaan, jotta tiesi, milloin muita oli piristettävä. Ilmapiiristä vastaamisen kokemuksissa lapsi joutui asettamaan omat tarpeensa sivuun, jotta pystyi viihdyttämään muita ja sitä kautta myös itse selviytymään. Aiemmassa tutkimuksessa näkyy yhteys näihin kokemuksiin, esimerkiksi Jähi ja kumppanit löysivät päihdeongelmaisen perheen lasten selviytymisroolien tutkimuksessaan (2011) hauskuuttajan roolin, jolla lapsi pyrki toisaalta huolehtimaan vanhemman mielialasta ja toisaalta selviytymään tilanteesta itse. (Jähi ym. 2011, tutkielman luvussa 2.1.) Perhe-elämän tilan näiden kokemusten valossa vaikutti olleen paljolti kiinni siitä, millainen mieliala päihdeongelmaisella vanhemmalla oli ja millainen sitä kautta perheen ilmapiiri oli. Ilmapiiri oli myös tärkeänä tekijänä siinä, kuinka hyvin lapsi itse selviytyi huolimatta siitä, että lapsen omat tunteet jäivät samalla käsittelemättä. Näissä kokemuksissa näkyy se, miten suuri valta päihdeongelmaisella vanhemmalla oli pelkästään henkisellä tasolla koko perheeseen

“Kun isäni oli humalassa, sain hänet hyvälle tuulelle esittämällä jotakin hassua, esim. erilaisia ilmeitä tai kertomalla vitsejä”

“Minun piti itse ottaa se rooli, että loin perheessäni hyvää tunnelmaa. Kai se oli itsellenikin selviytymiskeino.”

“Nielin turvattomuuden ja pahan olon tunteet ja näytin äidille itsestäni ainoastaan reipasta ja pärjäävää puolta.”

Aikuisuudessa tutkittavien vastuunottamisen kokemukset näyttäytyivät selkeästi vähempinä ja etäämpinä kuin lapsuudessa, esimerkiksi ohjaamisena ammattiavun piiriin. Näissä kokemuksissa voi nähdä sen, kuinka paljon elämää enemmän hallitseva tilanne vanhemman päihdeongelma on lapselle kuin aikuiselle. Aikuisuudessa vanhemmasta oli ollut mahdollista jo irtautua, eikä vanhemman hyvinvointi tai mahdollisimman vähäinen pahoinvointi ollut enää tutkittavan itsensä hyvinvoinnin tai mahdollisimman vähäisen pahoinvoinnin edellytys. Näissä kokemuksissa välittyy myös osittain ajatus siitä, että aikuisena tilanne oli helpompi hyväksyä ymmärtämällä, ettei vanhemman ongelmaa voinut itse parantaa

“Olen yrittänyt puuttua hänen juomiseen yli 10vuotta ja vienyt kädestä pitäen katkolla. Mikään ei ole toistaiseksi muuttanut asiaa”

“Tuntuu, että olin enemmän vanhempi kuin lapsi suhteessa äitiin aikuisiällä. Jollain tasolla yritin aina suojella häntä ja toivoin niin kovasti, että hän olisi voinut paremmin.”

Toisaalta näissä kokemuksissa näkyvät myös kokemukset siitä, että vaikka vanhemmasta huolehtiminen oli lapsuudessakin rankkaa, vastuunottamisen roolista ei päästy irti edes aikuisuudessa senkään myötä, että auttamisen mahdottomuus ymmärrettiin. Myös tunne siitä, että tilannetta täytyi yrittää parantaa ja syvä toivomus siitä, että vanhemman tilanne olisi muuttunut, jatkui edelleen aikuisuudessa. Vastuuroolien sekoittuminen lapsena jatkui edelleen aikuisena, kun tutkittava koki, että aikuisiällä hän oli enemmän vanhempi kuin lapsi suhteessaan äitiinsä.

5.4 Ulkopuolisuus

Ulkopuolisuus lapsuudessa kuvastaa niitä eri sävyisiä kokemuksia, joissa tutkittava oli lapsena tuntenut olevansa ulkopuolella jostakin, kuten vanhemman huomiosta ja rakkaudesta, sosiaalisista normaaleista suhteista, tavallisuudesta ja ulkopuolisesta tuesta. Tutkittavat olivat kokeneet myös emotionaalista heitteillejättöä, yksinäisyyttä ja rakkaudettomuutta. Emotionaalinen heitteillejättö oli tutkittavien kokemuksissa korostuneen yleinen piirre. Tutkittavat olivat lapsuudessaan kokeneet, että päihteet menivät heidän edelleen vanhempien silmissä, eikä heille riittänyt emotionaalista puolta vanhemmastaan. Tutkittavat jäivät vanhemman välittämisen ulkopuolelle.

Emotionaalisen kaltoinkohtelun ja emotionaalisen heitteillejätön tiedetään lukuisten pitkäaikaistutkimusten perusteella olevan vakava negatiivinen tekijä lapsen elämässä. Tämän tunnustetaan nykyisin aiheuttavan merkittävää haittaa lapsen kehitykselle ja nämä haitat ulottuvat aikuisuuteen asti. Haitat näkyvät emotionaalisisessa, käytöksellisessä ja kognitiivisessa kehityksessä ja näiden vaikeuksina, lapsuudessa sekä aikuisuudessa. (Glaser 2002.) Edellä esitetty Glaserin huomio kuvastaa jossakin määrin kokemuksia tässä tutkimuksessa, sillä tutkittavat olivat kokeneet emotionaalisen heitteillejätön ratkaisevan kielteisenä tekijänä heidän lapsuudessaan. Sheridanin (1996) mukaan kuitenkin on huomattava, että päihdeongelmaisessa perheessä ei aina voida sanoa ilmenevän emotionaalista kaltoinkohtelua, sillä tämä on perhekohtaista ja riippuu monista eri perheen sisäiseen dynamiikkaan ja perheprosesseihin liittyvistä asioista. (Smith 2004, 193.) Myös tämän tutkimuksen vastauksissa oli eroavaisuuksia emotionaalisesta heitteillejätöstä perheessä, sillä kun osa koki jääneensä kokonaan ilman rakkautta, osa oli kuitenkin kokenut etteivät päihteet vaikuttaneet vanhemman rakkauteen.

“Äiti piti huolen siitä, että meillä oli ruokaa pöydässä ja katto pään päällä, muuhun hänellä ei ollut aikaa eikä energiaa. Tuntui myös, että häntä ei oikein muu kiinnostanut kuin itse helpotuksen tuova huume. Me tulimme aina toisena hänelle.”

“Tunnetasolla äiti jätti meidät täysin heitteille ja se tuntui lapsena yhtä pahalta kuin se, että äiti olisi jättänyt meidät fyysisesti oman onnen nojaan.”

“Kysyttäessä mitä olisin toivonut lapsena vastaan huomiota ja rakkautta.”

Ulkopuolisuus kuvastui lapsuuden kokemuksissa myös erilaisuutena verrattuna muihin ja siinä, että tutkittava ei tuntenut sopeutuvansa sosiaalisiin suhteisiin muiden, tavallisten lasten kanssa. Tavallisuuden käsite toistuu tutkimusvastauksissa paljon. Ulkopuolisuus oli näyttäytynyt lapsuuden kokemuksissa kahtiajakona tavallisiin ja ei-tavallisiin ihmisiin, jossa tutkittava kuului tavallisuuden ulkopuolelle. Ei-tavallisuutta ja ulkopuolisuutta kuvattiin myös muun muassa erilaisuuden, vääränlaisuuden, yksinäisyyden ja epäonnistuneisuuden käsitteiden kautta

“Häpesin itseäni lapsena. Koin myös olevani hyvin erilainen ja jotenkin ulkopuolinen. Minulla oli ystäviä, mutta silti olin ongelmieni kanssa yksin.”

“Olen myös ujo ja syvä arvottomuuden tunne on vaikeuttanut muihin ihmisiin tutustumista, koska koen olevani aina jotenkin vääränlainen tai epäonnistunut elämässäni”

“Olin yksinäinen lapsi ja turvanani yleensä metsä”

Lisäksi ulkopuolisuutta koettiin sen muodossa, että tutkittavat eivät olleet saaneet tarvitsemaansa tukea, jolloin he olivat jääneet tuen ulkopuolelle. Tukea ei saatu perheen sisällä eikä myöskään perheen ulkopuolelta. Perheen sisällä koettiin usein valehtelua ja puhumattomuutta, kun vanhemmat yrittivät salata tilanteen lapselta ja toisaalta kun tilanteesta ei haluttu tehdä totta puhumalla siitä. Perhe ei hakenut virallisista tahoilta itse apua eivätkä ulkopuoliset muut ihmiset halunneet puuttua perheen asioihin. Tutkittavat ovat kuitenkin jo lapsena tiedostaneet, että he olisivat tarvinneet tukea ja että normaalisti tukea saadaan. Tuen puute viittasi sekä henkiseen tukeen ja ymmärtämiseen että fyysiseen tukeen. Tuen puute viittasi myös siihen, ettei ystäville voinut puhua perheen asioista tai toisaalta, osalla ei ollut ystäviä joille puhua. Ulkopuolisuuden kokemukset näkyvät myös aikaisemmassa aiheen kirjallisuudessa, esimerkiksi Ackerman (1991) on huomionnut, että perheen viallisuus heijastuu myös lapsen omaan viallisuudenkokemukseen ja siten siihen, että tukea ei haluta hakea viallisuuden paljastumisen pelossa. Lapsi voi pelätä, etteivät esimerkiksi ystävät ymmärtäisi tilannetta tai että hän tulisi ystäviensä pilkkaamaksi. Toisaalta koska päihdeongelma aiheuttaa paljon riitoja ja jännitettä perheen sisällä, myöskin perheen sisäinen tuki, esimerkiksi sisarusten välillä, voi jäädä saavuttamatta. (Ackerman 1991, 49.)

“Perheessämme kovastikin huomasi asioiden periytymisen ja yhteiskunnan puuttuvat tukiverkot - - Itse yritin monet kerrat soittaa poliisia eikä se aina tullut, jos tuli niin kesti kauan - -”

“Tunnen, etten ole koskaan saanut tukea tai ymmärrystä ja ollut ikäni tunnepuolella omillani ja ulkopuolinen”

“Äitini itsemurhayrityksen jälkeen kukaan ei kysellyt miten voin, tarvitsenko jotain”

Aikuisuudessa ulkopuolisuuden tunteen koettiin heijastuvan sosiaalisiin suhteisiin ja niiden muodostamiseen. Ulkopuolisuus ja erilaisuus olivat iskostuneet niin syväälle identiteettiin, että ne muokkasivat vielä aikuisenakin sosiaalisten suhteiden luomista. Paitsi että ulkopuolisuudentunne heijastui edelleen aikuisuudessa ystäväpiiriin, se myös yleistyi laajemmaksi tunteeksi siitä, että ei kuulu mihinkään. Usein lapsuudessa ympäröivät yhteisöt sisältävät perheen ja ystävät, mutta aikuisuudessa normaalisti koetaan yhteenkuuluvuutta myös esimerkiksi yhteiskuntaan, yhteisöön, koulu yhteisöön tai työyhteisöön, jolloin aikuisena ulkopuolisuus koskettaa laajempia asioita kuin lapsena

“Viimeisen seitsemän vuoden aikana olen tuntenut vahvasti yksinäisyyden tunnetta ja ystäväpiirini on pienentynyt. Ulkopuolisuuden tunne on aina seurannut minua, vaikka olen tuntenut ystäväni vuosikausien- jopa kymmenien ajan. Tällä hetkellä tuntuu siltä, että en oikein kuulu mihinkään.”

“Olen myös ujo ja syvä arvottomuuden tunne on vaikeuttanut muihin ihmisiin tutustumista, koska koen olevani aina jotenkin vääränlainen tai epäonnistunut elämässäni ---. Alemmuuden tunne iskee, enkä pysty sen johdosta avautumaan ja kertomaan itsestäni.”

5.5 Tunteet

Tunteet olivat eniten esillä tämän tutkimuksen aineistossa. Kiintymyssuhdeteorian mukaan kiintymyksellistä perustaa ei niinkään opita hoivaajan käytöksen perusteella vaan ennemminkin lapsen ja hoivaajan välisen tunnesuhteen sisällä (ks. esim. Bowlby 1979), mikä osoittautui tärkeäksi näkökulmaksi myös tässä tutkielmassa. Tunteet jakautuvat tämän tutkimuksen kokemuksissa karkeasti kolmeen ryhmään; tunneilmapiirin aistinta lapsuudessa, tunnetaidot ja tunteet sosiaalisissa suhteissa. Lisäksi kokemuksiin sisältyi myös tunne-manipulaation kokemukset, jolloin tunteita oli tukahdutettu tilanteesta selviytymisen edellytyksenä

“Selvitäkseni jotakuinkin järjissäni opettelin ajatusleikin, jossa en oikeasti olekaan olemassa. Opettelin olemaan tuntematta.”

Tutkittavien kokemuksissa tunneilmapiiriä oli aistittava ja ennakoitava, jotta kulloisessakin tilanteessa osasi käyttäytyä aiheuttamatta konflikteja. Kokemuksissa ilmapiiri oli ollut painostava ja ilmapiirin räjähtämistä pelättiin. Räjähtämistä yritettiin estää esimerkiksi olemalla mahdollisimman helppo lapsi. Sinkkonen ja Kalland (2001) tarkastelevat teoksessaan lasten kiinnittymistä vanhempaansa Crittendenin luokitusjärjestelmää laiminlyödyistä lapsista hyödyntäen. Tämän luokituksen kuvaukset viittaavat saman tyyppisiin kokemuksiin, joita tässä tutkimuksessa tutkittavilla on tunnetasolla ollut. Tässä tarkastelussa kuvataan luokkaan A4 kuuluvia lapsia siten, että he pyrkivät myötäilemään vanhempaansa ja välttämään virheitä vuorovaikutuksessa vanhemman kanssa välttääkseen edelleen konflikteja. Kuvauksen mukaan vastuu tunnetilasta on lapsella eikä aikuisella. Tämän luokan lapsia Crittendenin luokituksessa kuvataan siten, että lapset ovat kiinnittyneet vanhempaansa ilman turvallista kiintymyssuhdetta. (Sinkkonen & Kalland 2001, 210-211.) Tunneilmapiirin aistiminen oli joillekin muodostunut niin itsestäänselväksi, että se jatkui vielä aikuisuudessakin. Tunneilmapiirin aistimista kuvailtiin muun muassa “lukemiseksi”, “varpaillaan oloksi”, “varuillaan olemiseksi” ja “tarkkailemiseksi”

“Lapsena kodin tunneilmapiirin lukeminen oli välttämätöntä. Koska piti olla täysin hiljaa tai vähän vanhempana ymmärtää häipyä vähin äänin ovesta ulos.”

“Hiljaisuus oli painostavaa, koska se enteili riitaa ja räjähdystä. Minusta tulikin mestari tunnelatausten ja tunnetilojen tulkinnassa. Aistin pienetkin muutokset ilmapiirissä, tahtomattanikin. Varpailaan olosta on vaikea hellittää aikuisenakin. Tarkkailen tahtomattani ympäristöäni edelleen; millainen tunnetila huoneessa on.”

“Aina ei tiennyt mitä tuleman piti, ja piti opetella ns. ennakoimaan ja olemaan varuillaan äidin juomisen aikana.”

“Opin pienenä jo tarkkailemaan mahdollisia merkkejä ja olemaan mahdollisimman helppo”

Tunnetaitojen osalta kokemukset sijoittuvat tutkittavien kokemuksissa aikuisuuteen. Tunnetaidoissa korostuivat kokemukset konfliktitilanteiden käsittelystä, joita monet tutkittavat eivät kokemansa mukaan hallinneet. Lisäksi tutkittavat kokivat, että emotionaaliset ongelmat ja vääristyneet tunnemallit vaikeuttivat heidän emotionaalista toimimistaan sosiaalisissa suhteissa. Aikuisuuden tunne-elämän ongelmat vaikuttivat tutkittavien kokemuksissa perustuvan niihin konfliktitilanteisiin ja malleihin, joiden keskellä he olivat lapsuudessa eläneet. Tunteita sosiaalisissa suhteissa kiintymyssuhdeteorian valossa on tutkittu muun muassa siitä näkökulmasta, miten kiintymismalli vaikuttaa tunteiden ilmaisuun ja tunteiden käyttöön sosiaalisissa suhteissa. Mikulincer ja Shaver tutkivat kiintymysmallin ja tunteiden yhteyttä sosiaalisten suhteiden näkökulmasta ja saivat tulokseksi, että kiintymysmallin merkitys on suuri siinä, millä tavoin yksilö ilmentää myöhemmin tunteitaan. Turvallisen kiintymysmallin omanneet tutkittavat ilmensivät laajemmin erilaisia tunteita kuin turvattoman kiintymysmallin omanneet. (Mikulincer & Shaver 2005.) Tässä tutkielmassa ei määritellä tutkittavien kiintymysmalleja, mutta edellä esitettyyn tutkimukseen verratessa voisi nähdä, että myös tämän tutkielman tutkittavien kiintymyskokemuksilla lapsuudessa on ollut vaikutusta tunne-elämään aikuisuudessa.

“Ristiriitatilanteita en pysty hallitsemaan järkevästi. Minä häivyn koko tilanteesta. Enkä puhu siitä.”

“Hain itse jo nuoresta iästä lähtien helpotusta omaan perfektionismiini ja tunteiden käsittelyyn juhlimisesta. Se on hellittänyt vasta oman lapsen syntymän myötä ja aikuisiän turvallisen parisuhteen myötä.”

“On edelleen vaikeaa pysähtyä omien tunteiden äärelle, kokea se, että riitän juuri tällaisena kuin olen. Ei tarvitse esittää sirkushuveja muulle maailmalle ja pitää kulissia yllä.”

Vaikka suuri osa tutkittavista koki, että tunteiden hallinta ja tunnetaidot olivat saaneet negatiivisia vaikutuksia lapsuudenperheen kokemuksista, osa näki myös esimerkiksi tunneilmapiirin aistinnan ja ihmistuntemuksen taidot positiivisina seurauksina. Näiden taitojen avulla tutkittavat olivat aikuisuudessa osanneet välttää tiettyjä ihmistyyppisiä ja esimerkiksi niitä virheitä, joita he kokivat omien vanhempiensa tehneen, esimerkiksi puolisonvalinnassa. Nämä kokemukset ovat yhteydessä Itäpuiston (2008) huomioihin siitä, että yleisessä ajattelumallissa keskitytään liikaa päihdeongelmaisen perheen aiheuttamiin ongelmiin ja unohdetaan ne kokemukset, joissa voi nähdä positiivista seurausta. Itäpuiston mukaan monet alkoholiperheen lapset pärjäävät tietyillä elämän osa-alueilla paremmin kuin muut, esimerkiksi ihmissuhdetaitoihin liittyvissä ammateissa. Tämä johtuu siitä, että päihdeongelmaisen perheen lapsi on muodostanut selviytymiskeinoja, esimerkiksi näissä kokemuksissa kuvattuja ihmisen tulkinnan taitoja, jotka voivat olla monin tavoin hyödyksi aikuisuuden elämässä. (Itäpuisto 2008, 131.)

“En osannut erottaa rakkautta manipuloinnista ja erojen kautta olen oppinut näkemään, milloin ihminen haluaa aidosti ja oikeasti minulle hyvää.”

“Kokemusteni kautta minusta on tullut erinomainen ihmisten tulkitsija, tunnistan valehtelun ja sen, että kaikki ihmiset eivät ole hyviä, vaikka olen siihen halunnut uskoa”

6 LÄHEISSUHTEIDEN SAAMAT MERKITYKSET

Tässä luvussa tarkastelen tutkittavien läheissuhdekokemuksia niiden saamien merkitysten näkökulmasta. Tutkittavat ovat vastauksissaan kuvanneet sitä, miten he itse ovat kokeneet läheissuhteensa lapsuudessa ja aikuisuudessa päihteiden varjostamana. Tässä luvussa tulkitson tutkijana näitä koettuja kokemuksia omien ennakkotietojeni ja kokemusteni perusteella. Näitä läheissuhdemerkityksiä on luettava siis siten, että ne perustuvat tutkijan omaan tulkintaan, ei suoraa tutkittavien ajatuksiin. Etsittäessä ja tulkitessa merkityksiä näiden tutkittavien läheissuhteissa, tulkintaa on ohjannut kiintymyssuhdeteorian näkemykset. Merkitykset ovat tulkintoja eri tutkittavien teksteistä, ja koska tässä tutkimuksessa huomioidaan kokemusten yksilöllisyys, ei tutkimusvastauksia ja niiden tulkintoja niputeta tyyppiteksteiksi. Huomattava on siis, että jokainen merkitys ei välttämättä ole tulkittavissa jokaisesta tämän tutkimuksen tutkimustekstistä, vaan tulkintoja on katsottavana eri teksteistä esiin nousseina merkityksinä.

6.1 Läheissuhteiden ristiriita

Tutkittavien kokemuksissa on tulkittavissa piirteitä, jotka viittaavat ristiriitaan siinä, miten läheissuhteet ovat heille näyttäneet. Tutkittavien kokemuksissa läheissuhteet, tässä tarkasteltava lapsi-vanhempisuhte, on tuottanut osin kärsimystä, tuskaa ja katkeruutta vanhempaa kohtaan. Yhtäältä sitä vanhempaa kohtaan, jolla on päihdeongelma, sillä hänen olisi tullut rakastaa ja välittää lapsesta niin, että päihteet eivät olisi menneet lapsen edelle. Toisaalta niissä perheissä, joissa päihdeongelma oli vain toisella vanhemmalla, ei-päihdeongelmaista vanhempaa kohtaan tunnettiin myös katkeruutta, sillä hän ei pelastanut lasta ja itseään perheen tilanteelta, esimerkiksi eroamalla puolisostaan. Ei-ongelmaisen vanhemman osalta koettiin myös valehtelua ja sitä kautta epäluottamusta vanhemman yrittäessä peitellä tilannetta lapselta. Näistä tuskan kokemuksista huolimatta, samaan aikaan, tutkittavat ovat kokeneet vahvaa rakkauden ja välittämisen kaipuuta vanhempiaan kohtaan. Läheissuhdekokemukset ja tarkemmin läheissuhteiden kohteet, vanhemmat, ovat näyttäneet ristiriitaisten tuntemuksien merkityksessä: toisaalta vanhempaa on inhottu, toisaalta häneltä on haikeasti toivottu rakkautta. Näen tämän ristiriidan perustavana läheissuhteiden ristiriitana - kysymyksenä siitä, miten lapsuuden tärkein hoivahahmo, jonka

kuuluisi tuottaa turvaa ja rakkautta, voi tuottaa kärsimystä. Tähän liittyen toinen ristiriita perustuu siihen, että yhtäältä vanhempaan on haluttu saada etäisyyttä, toisaalta kaikkein suurin toive on ollut päästä vanhemman lähelle. Tämä samanaikainen etäisyyden ottaminen ja läheisyyden kaipuu näkyvät aikuisuudenkin kokemuksissa vahvasti.

Lapsen tärkein tavoite kehityksen ja turvallisuudentunteen kannalta on olla vanhemman lähellä, fyysisesti ja emotionaalisesti sekä muodostaa siten turvallinen kiintymyssuhde vanhempaan. Tunnesiteitä ja tunnekokemuksia läheisissä vuorovaikutussuhteissa voidaan pitää sosiaalisen kehityksen kannalta merkittävimpinä. Tämän tutkimuksen kokemuksissa tutkittavien läheissuhteita on erityisesti lapsuudessa, mutta myös aikuisuudessa sävyttänyt syvä rakkauden ja välittämisen kaipuu, joita ilman suuri osa tutkittavista oli lapsena kokenut jääneensä. Emotionaalinen hylkääminen näyttäytyy tutkimusaineistossa suurimmaksi menetykseksi, joka on tutkittavien läheissuhteita kuvastanut. Vaikka monet tutkittavat olivat joutuneet huolehtimaan fyysisistä aikuisten asioista, tutkittavien kokemuksissa juuri emotionaalinen hylkääminen näyttäytyy fyysisistä hylkäämistä vaikeampana hyväksyä. Tutkittavien kokiessa, että vanhempi ei rakasta, he ovat joutuneet ratkaisemaan jo elämän ensimmäisinä vuosina ristiriidan, jonka ymmärtämiseen tutkittavat olivat suhtautuneet eri tavoin.

Vaikka lapsen resurssit käsitellä tunneasioita ja rankkoja kokemuksia ovat rajallisia, voi tämän tutkimuksen kokemuksissa nähdä jo lapsuudessa kehittyntä ajattelua vanhemman motiiveista ja tarkoitusperistä. Yksi tapa ratkaista lapsuuden perustava ristiriita oli tutkittavilla ollut se, että he näkivät vanhempien olevan voimattomia päihteiden edessä. Tutkittavat kuvailivat teksteissään sitä, että vanhempi oli ajoittain mukava ja normaali, mutta päihteiden alaisena he eivät olleet hyviä vanhempia. Rakkaudettomuutta pidettiin siis seurauksena siitä, että päihteet vaikuttivat vanhempaan ja siten oli mahdollista ajatella, että vanhempi olisi ollut ilman päihteitä hyvä. Myös sitä vanhempaa, jolla ei ollut päihdeongelmaa, voitiin katsoa päihteiden uhrina. Tutkittavat olivat lapsena kokeneet, että päihdeongelmainen vanhempi hallitsi henkisellä ja fyysiselläkin tasolla ei-ongelmaista vanhempaa, jolloin hänkään ei voinut tilanteelle mitään. Lapsuudessa oli myös katsottu, että ei-ongelmainen vanhempi yritti kyllä parantaa perheen tilannetta, mutta ei ollut tarpeeksi vahva. Tutkittavat saattoivat nähdä nämä vanhemmat heikkoina ja olosuhteiden uhreina, jopa ehkä yhtä avuttomina kuin lapsi itse oli.

Toinen tapa yrittää ratkaista läheissuhteiden ristiriita oli ollut itsen syyttäminen. Osa tutkittavista oli kokenut itseän kohdistunutta arvottomuutta, häpeää ja riittämättömyyttä. Kun vanhemman rakkaudettomuudelle ei ollut löytynyt muuta syytä, lapsi oli alkanut ajatella, että hänessä itsessään oli vikaa. Tutkittavat olivat saattaneet kokea, etteivät he olleet tarpeeksi rakastettavia ollakseen vanhemmalleen tärkeämpiä kuin päihteet. Tähän viittavat myös ne monet kuvaukset siitä, kuinka tutkittavat olivat huolehtineet vanhemmasta, olleet hänelle reippaita, koittaneet piristää vanhempaa ja keventää tunnelmaa erilaisilla hauskuutuksilla. Nämä voi tulkita merkkienä siitä, että tutkittavat olivat yrittäneet olla “hyviä lapsia”, rakastamisen arvoisia.

Samassa selittyy osin se, miksi avun ja tuen hakeminen ulkopuolelta näyttäytyy kokemuksissa vaikeaksi. Vaikka apua haluttaisiin saada, sitä on vaikea hakea ulkopuolelta osoittamatta tietyn tasoista petturuutta vanhempaa kohtaan, sillä avun hakeminen on ristiriidassa perheen tilanteen salaamisen kanssa. Salaaminen näyttäytyy eräänlaisena uskollisuutena ja hyvän lapsen merkkienä, sillä salaaminen suojaa sitä, ettei vanhemman kyvyttömyys olla hyvä vanhempi paljastu ulkopuolisille. Lisäksi suomalaisessa ajattelussa vanhempien kunnioitus on ainakin aiempien sukupolvien aikana ollut tärkeää, joten tekemällä vastoin vanhemman käskyä asian salaamisesta, lapsi joutuisi myös vanhempien kunnioituksen rikkomisen ristiriidan eteen. Hakemalla apua ja paljastamalla siten vanhemman huonouden, pelon siitä että vanhempi hylkää lopullisesti, täytyy olla suuri kynnys avunhakemisessa.

Perustava läheissuhteiden ristiriita oli tulkittavissa myös vielä tutkittavien aikuisuuden kokemuksissa. Vaikka aikuisuudessa päihdeongelmaisiin vanhempiin otettiin etäisyyttä, heihin haluttiin samaan aikaan pitää edes jonkinlaista yhteyttä. Tutkittavat kuvailivat sitä, kuinka vanhempien rakkaudettomuus, huonot suhdemallit ja aggressiivinen käytös näkyivät edelleen tutkittavien aikuisuuskokemuksissa, katkeruutena, suruna, turvattomuutena ja sosiaalisten suhteiden häiritsevana. Tästä huolimatta täydellistä etäisyyttä vanhempiin ei aina otettu ja osa tutkittavista myös aktiivisesti auttoi edelleen vanhempansa. Teksteissä välittyi myös ajatus tai toive siitä, että vanhemman välittäminen olisi ollut voitettavissa vielä aikuisuudessa. Lisäksi “hyvän lapsen” roolin merkitys oli tulkittavissa tärkeäksi vielä aikuisuudessa, sillä kokemuksissa välittyi ajatus siitä, että olisi moraalisesti väärin jättää vanhempi oman onnensa nojaan huolimatta hänen teoistaan. Rakkaudenkaipuu vanhemmalta tuntui jatkuvan edelleen tutkittavien aikuisuuskokemuksissa kaikkein katkerimpienkin kuvausten keskellä.

Koska läheissuhdemallina on ollut se, että läheinen suhde merkitsee ristiriitaisia tunteita, on tutkittavien kokemuksissa tulkittavissa ristiriitaa myös muissa, perheen ulkopuolisissa suhteissa. Toisaalta tutkittavat olivat myös ikään kuin kasvaneet tunteeseen siitä, että perheessä ja parisuhteessa kuuluu olla aina jotakin ristiriitaista. Osa tutkittavista koki, että vaikka omassa aikuisuuden parisuhteessa kaikki oli hyvin, oli heillä silti tunne siitä, että jonkin täytyy olla pielessä. He myös ajattelivat, että liian turvalliselta ja vakaalta vaikuttavan tilanteen tai ihmisen täytyi olla jollakin tavalla huijausta, sillä ristiriitojen läsnäolo oli tutkittavien läheissuhteissa normaalitilanne.

6.2 Läheissuhdekokemukset taakkana

Tutkittavien kokemuksissa läheissuhteet lapsuudessa koettiin monien negatiivisten seurausten syynä. Lapsuudessa oli koettu, että vanhemman päihdeongelma vei onnellisen lapsuuden tai toisaalta, se vei lapsuuden kokonaan. Aikuisuudessa tutkittavat olivat reflektoineet itsestään paljon sellaista, minkä he kokivat juontuvan lapsuudesta ja vaikuttavan elämään edelleen, etenkin sosiaalisissa suhteissa. Tässä alaluvussa läheissuhteita tulkitaan niiden raskauden ja painolastin kautta, taakan merkityksessä.

Vanhemman päihdeongelma tuotti tutkittavien lapsuuselämään sellaisia fyysisiä velvoitteita, emotionaalista stressiä ja selviytymisen pakkoa, joita he eivät ilman vanhemman päihdeongelmaa olisi joutuneet kantamaan. Tätä taakkaa he joutuivat kantamaan sekä perheen sisällä että perheen ulkopuolella. Perheen sisällä oli pidettävä muun muassa kevyttä ilmapiiriä yllä, kun taas perheen ulkopuolella oli ylläpidettävä normaalin perheen kulissia. Toisaalta he joutuivat myös kantamaan taakkaa päihdeperheen leimasta, sillä monesti perheen tilanne oli tullut esille salailusta huolimatta. Taakkaan sisältyi esimerkiksi salailua, häpeää, ulkopuolisuuden tunnetta, yksinäisyyttä sekä fyysistä ja henkistä laiminlyöntiä. Teksteissä oli tulkittavissa tunteet siitä, että lapsuudessa tästä taakasta olisi haluttu eroon, esimerkiksi naapurin mummulle muuttaminenkin olisi ollut kevyempää kuin omassa perheessä eläminen. Tutkittavat olivat lapsena tietoisia taakastaan, sillä he olivat nähneet muiden perheiden lapsia ja heidän kevyen tai olemattoman taakkansa, sillä heillä oli huolehtivat vanhemmat.

Suuri osa tutkittavista koki, että lapsuuden läheissuhteet kulkivat heidän mukanaan lapsuudesta aikuisuuteen saakka, vaikuttaen muun muassa itsetuntoon, omanarvontunteeseen, läheissuhdemalleihin, turvallisuudentunteeseen ja uusien sosiaalisten suhteiden muodostamiseen. Tämä lapsuuden mallien ja kokemusten taakka oli jotakin sellaista, mitä tutkittavat joutuivat kantamaan menneisyytensä takia ja tietoisena siitä, että kaikilla sitä taakkaa ei ollut. Aikuisena vertailukohteita ja ymmärrystä oli tullut lisää ja osittain taakka muutti muotoaan siten, että sen kantaminen oli helpompaa kun sen olemassaolon vain hyväksyi. Tutkittavat olivat jo lapsuudessa omaksuneet roolin, jossa heidän oli kannettava vastuuta vanhemmastaan, perheestään tai perheen ilmapiiristä, minkä vuoksi heidän omat tarpeensa jäivät huomioimatta. Tämä rooli jatkui monien kokemuksissa myös aikuisuudessa, mitä tutkittavat kuvailivat esimerkiksi omassa parisuhteessa “hössöttämisenä” ja osaamattomuutena ottaa vastuuta kaikesta. Tämä vastuunottamisen taakka esiintyi aikuisuuden parisuhteessa, mutta vastuunottamisen velvoitetta koettiin edelleen myös ongelmaista, vanhentunutta vanhempaa kohtaan.

Myös tutkittavien aikuisuuden suhde päihdeongelmaiseen vanhempaan oli tulkittavissa taakan omaiseksi, elämää varjostavaksi asiaksi. Tutkittavat kokivat edelleen aikuisuudessa velvollisuutta huolehtia ongelmallisesta vanhemmasta ja siitä, että hänen kanssaan oli edelleen pidettävä jonkin tasoinen suhde yllä. He kokivat taakkaa siitä, että vanhempaa oli toisaalta koitettava auttaa, mutta toisaalta oli vain hyväksyttävä aikuisuuteen asti jatkunut avuttomuuden tunne ja ristiriita siitä, että vanhempi ei tehnyt itselle hyvää mutta vanhemmalle hyvää oli silti tehtävä. Lapsuuden ristiriitainen kokemus suhteesta vanhempaan oli muuttanut muotoaan mutta säilynyt siten, että etäisyyden ottamisen mahdollisuudesta huolimatta jonkin tason velvollisuudentunnetta koettiin vanhempaa kohtaan edelleen. Taakan merkitykseen sisältyy siten myös turhautumisen ja avuttomuuden kokemuksia.

Monen tutkittavan päihdeongelmasta kärsinyt vanhempi oli tutkimushetkellä jo menehtynyt. Menehtymisen myötä koettiin ristiriitaisia tunteita, toisaalta helpotusta taakan kevenemisestä, toisaalta surua. Taakka, joka oli vanhemman päihdeongelmasta johtunut, oli poistunut, mutta edelleen samaan aikaan koettiin haikeutta siitä, ettei vanhemman kanssa koskaan päästy emotionaalisella tasolla läheisiin väleihin.

”Se oli raskasta, mutta kamalaa sanoa, olin helpottunut että äkkikuolema korjasi molemmat. Oli niin tuskallista katsella heidän elämäänsä”

”Psykoteraapia auttoi, mutta kesken terapiaprosessin äitini kuoli yllättäen syöpään, enkä päässyt koskaan kunnolla puhumaan asioita halki. Vieläkin toivon, että olisin pystynyt olemaan läheisempi äitini kanssa ja viettämään hänen kanssaan enemmän aikaa. Ironista kyllä, äiti on juuri se syy miksi minulla on suunnattomia vaikeuksia solmia läheisiä ihmissuhteita”

Osa tutkittavista koki, että lapsuudessa kannettu ja aikuisuuteen asti ylettynyt taakka katoaisi vasta silloin, kun taakan aiheuttaja menehtyisi. Menehtyminen toisi helpotuksen tunnetta, sillä vastuunottamisen velvollisuudesta ja vaikeista ristiriidan kokemuksista ei päästy eroon. Näissä kokemuksissa ilmenee se, että vanhemman vaikutus on niin suuri, ettei siitä pääse eroon edes aikuisena, niin kauan kuin vanhempi on läsnä

”Tulee olemaan helpotus, kun äidistä aika jättää. Toivon pystyväni unohtamaan koko touhun. Ja jättää taakseni.”

Tutkittavien kokemuksissa läheissuhteiden taakka aiheutti myös muiden ihmissuhteiden pintapuolisuutta. Suhteet vanhempaan tai vanhempiin olivat jääneet vanhemman etäisyyden vuoksi pintapuoliseksi aikuisuudessa. Tämän lisäksi myös uudet, perheen ulkopuoliset suhteet koettiin lapsuuden kokemusten taakkojen myötä pintapuoliseksi. Tutkittavien kantamat ongelmat lapsuudesta, kuten luottamusongelmat, hylätyksi tulemisen pelko ja tunnetaitojen puuttuminen aiheuttivat sitä, ettei aikuisenakaan pystytty luomaan syviä ihmissuhteita. Siten myös ulkopuolisuuden ja yksinäisyyden taakka kantautuivat lapsuudesta aikuisuuteen. Lapsena muodostetut sisäiset toimintamallit kantautuivat siten taakan omaisesti tutkittavien harteilla aikuisuuteen saakka ja ylettyivät perheen ulkopuolellekin

6.3 Läheissuhdekokemukset voimaannuttajana

Osa tutkittavista koki, että lapsuuden läheissuhdekokemusten myötä heistä on tullut vahvempia ihmisiä kuin mitä ilman näitä kokemuksia heistä olisi tullut. Näiden tutkittavien kokemuksissa nähdään lapsuuskokemukset ikään kuin karaistumisen muodossa. Koska on ollut pakko olla jo

lapsena vahva ja itsenäinen, se on tehnyt heistä aikuisina vahvoja ja itsenäisiä. Kun on joutunut kantamaan taakkaa, jota muut eivät ole kantaneet, on sen myötä itsestä tullut vahvempi kuin muista. Tällä tavoin vaikeat kokemukset on käännetty pahasta hyväksi, ne on muutettu taakasta voimavaraksi. Tätä merkitystä läheissuhteissa tulkitsem voimaannuttavana merkityksenä.

Voimaannuttajana läheissuhdekokemukset näkyivät siinä, että tutkittavat kokivat oppineensa omien vanhempiansa virheistä ja tehneensä tietoisin päätöksen siitä, etteivät he tee samoja virheitä. Tutkittavat olivat saaneet ylpeyden aiheen omista saavutuksistaan, jotka olivat niitä, joihin heidän omat vanhempansa eivät olleet pystyneet. Monesti päihdeongelmaisen vanhemman ongelmien periytymistä pelätään ja osa tutkittavista myös tiedosti, että esimerkiksi riski päihderiippuvuuden periytymiselle oli olemassa. Kun korkeammat riskit oli olemassa ja tästä huolimatta tutkittavat olivat onnistuneet rakentamaan tasapainoisen ja päihdeettömän oman elämän, olivat he saavuttaneet elämässään jotakin sellaista, mistä olla ylpeä

Tämä elämäni lapsuus/nuoruus tekivät minusta sisukkaan ihmisen, joka päättää mitä tekee ja puskee ne päätökset läpi, ja vielä selvästi päästä. Lapsena tein päätöksen, että minun elämäni ei tule olemaan tällaista.

Voimaantumisenä näyttäytyy myös se, että tutkittavat olivat kokeneet oppineensa perhetaustansa ansiosta jotakin sellaista, mitä he eivät olisi oppineet ilman kokemuksiaan. Tutkittavat olivat kärsineet lapsena perheen tunneilmapiiriin liittyvistä asioista, siitä, että esimerkiksi tunnetiloja oli ennustettava ja tulkittava konfliktien välttämiseksi. Tutkittavista oli tullut taitavia ihmisten tulkitsijoita, tunnetilojen aistijoita ja valehtelijoiden tunnistajia. Nämä taidot olivat tutkittavien kokemuksissa käännetty voimavaraksi, sillä aikuisena omattiin vertailukohta siitä, mitä omilta läheissuhteilta ei ainakaan haluttu. Tutkittavat olivat muun muassa onnistuneet välttämään ihmistuntemuksen taidoillaan niitä myrkyllisiä parisuhteita, joita oma äiti ei pystynyt välttämään. Lisäksi tämän voi tulkita siten, että tutkittavat olivat kokemustensa ansiosta saavuttaneet jotakin sellaista, jota lapsuuden tavalliset, silloin parempina ihmisinä näyttäneet ihmiset eivät voineet koskaan saavuttaa. Tämän voimaantumisen myötä olisi myös mahdollista ajatella, että kuilu itsen ja tavallisten ihmisten välillä kapenee, sillä kun tavallisuus oli lapsena saavuttamattomissa, tavallisten ihmisten saavuttamattomissa sen sijaan ovat nämä voimaantumisen kokemukset.

Voimaannuttamisen merkitys oli mahdollista tulkita myös kasvun muodossa. Tutkittavat olivat aikuisuuteen tullessaan reflektoineet kokemuksiaan, osa oli käynyt myös terapissa tai hyödyntänyt muuta ulkoista tukea. Tämän omien kokemusten tarkastelun ja uusien läheissuhteiden kautta teksteissä oli tulkittava ajatus siitä, että tutkittavat olivat ikään kuin päässeet kokemustensa yläpuolelle. He eivät joutuneet elämään enää kokemustensa keskellä, vaan tuskallisiin kokemuksiin oli saatu etäisyyttä. He olivat myös ymmärtäneet, että vanhempien ongelmat eivät olleet heidän syytään ja sen, että vanhempia ei välttämättä voinut kukaan auttaa. Näiden oivallusten kautta tutkittavien teksteissä oli tulkittavissa voimaannuttamisen merkitys siinä mielessä, että he olivat henkisesti tasolla ikään kuin päässeet negatiivisten kokemustensa yläpuolelle. He olivat kasvaneet isommiksi kuin mitä heidän kokemuksensa olivat, eikä kokemukset enää määrittäneet tutkittavien nykyistä identiteettiä ja elämää.

6.4 Korjaavat läheissuhteet

Tutkittavien aikuisuuden kokemuksissa oli tulkittavissa korjaavien läheissuhteiden merkitys, joita kiintymyssuhdeteorian näkökulmasta kutsuttaisiin korjaaviksi kokemuksiksi. Nämä korjaavat läheissuhteet jakautuivat kahteen osaan, parisuhteeseen ja omiin lapsiin. Monet tutkittavista olivat löytäneet aikuisuudessa sellaisen parisuhteen, jossa he pystyivät kokemaan turvaa ja onnea. Oli myös tulkittavissa, että omien lasten kasvatuksen ja siinä onnistumisen myötä tutkittavat saivat korjaavien läheissuhteiden kokemuksia.

Tutkittavien kokemuksissa oma, turvallinen aikuisuuden parisuhde oli saavutus. Heidän kokemuksissaan turvallinen parisuhde ja normaali arkielämä eivät olleet itsestäänselvyksiä, vaan ne mainittiin erikseen nykyiseen elämään liittyen. Tämän myötä voi tulkita, että jo pelkästään tämä turvallisen parisuhteen muodostaminen on ollut tutkittaville korjaava kokemus, koska he ovat onnistuneet katkaisemaan negatiivisten läheissuhteiden kierteen ja tunteneet, että he ovat turvallisen parisuhteen arvoisia. He olivat myös vihdoinkin puolison kanssa elämisen myötä saavuttaneet sen tavallisen perhearjen, jota he lapsena kovasti kaipasivat.

“Pystyin perustamaan perheen ja meillä on hyvä avioliitto.”

Tutkittavat kokivat, että aikuisuuden parisuhteessa he riittävät sellaisena kuin ovat eikä heidän tarvinnut enää miellyttää läheissuhteissa toista siten kuin lapsena vanhempaa oli miellytettävä. Lisäksi erään tutkittavan kokemuksissa kuvattiin sitä, kuinka puolison perhe oli normaali ja että tässä normaalissa perheessä esimerkiksi voitiin jutella normaalisti kahvipöydässä. Sitä vastoin tutkittavan oman perheen kahvipöydässä vallitsi aina kaaos. Tulkitsen parisuhteiden korjaavan merkityksen myös siinä mielessä, että tutkittavat olivat “normaalin” puolison kautta onnistuneet refleктоimaan omia kokemuksiaan. He saivat puolison elämästä ja menneisyydestä kattavan kuvan, jota he olivat pystyneet vertaamaan omiin kokemuksiinsa. Siten he olivat voineet löytää puolison avulla niitä epäkohtia, joita omissa kokemuksissa oli ja käsitellä niitä. Parisuhde oli avannut tutkittaville oven normaaliin elämään ja normaaliuden ymmärtämiseen, joita he eivät saaneet lapsuudessaan kokea.

Toinen korjaavan suhteen merkitys oli tulkittavissa tutkittavien kokemuksissa omista lapsista. Tutkittavat pystyivät omien lastensa kanssa korjaamaan ne virheet, joita omat vanhemmat olivat heidän kohdallaan tehneet. He lunastivat itselleen lupauksen siitä, että omat lapset eivät joutuisi kohtaamaan samoja ongelmia kuin mitä tutkittavat itse olivat perheessään kohdanneet. Ylpeys omien lasten kehittymisestä, normaaliudesta ja hyvästä vanhempi-lapsisuhteesta välittyi teksteissä vahvasti. Suhde oman lapsen kanssa toimi korjaavan kokemuksen merkityksessä, sillä tutkittavat pystyivät ehkä elämään lapsuutensa uudestaan oman lapsen kautta. Tutkittavien oli mahdollista kokea sitä turvallisuutta, rakkautta ja välittämistä hänen ja lapsen välillä, jota tutkittava itse oli lapsuudessaan toivonut kokevansa

”Lapseni olen kasvattanut aivan päinvastaisella periaatteilla. Olen halunnut antaa turvallisen kodin ja antaa heidän toteuttaa itseään haluamallaan tavalla. Itsenäisiä ja hyviä tyyppejä heistä on kasvanut. ”

Oman lapsen kasvatuksessa onnistumisen kokemukset on mahdollista tulkita myös siten, että tutkittavat pystyivät muuttamaan oman käsityksensä itsestään. He olivat yhtä hyviä vanhempia kuin muutkin, eivätkä päihdeongelmaisen perheensä määrittämiä, huonon perimän saaneita. Päihdeongelmaisen perheen ongelmat eivät periytyneet sukupolvelta toiselle, sillä tutkittavat olivat tämän estäneet. Paitsi että he korjasivat omia kokemuksia itsestään, he korjasivat myös yleisempiä

ajatuksia ja uskomuksia siitä, että päihdeongelmaisen perheen lapsilla olisi vaikeuksia kasvattaa omia lapsia. Näin he pystyivät myös korjaamaan sekä omaa että heidän uskomaansa ulkopuolelta tulevaa leimaa päihdeperheen lapsena.

7 KOKOAVA POHDINTA

7.1 Yhteenvedo

Tämän tutkielman päämäärä oli tarkastella päihdeongelman varjostamassa perheessä kasvaneiden läheissuhdekokemuksia. Näiden kokemusten perusteella oli tarkoitus selvittää sitä, millaisia merkityksiä tutkittavien läheissuhteet olivat saaneet sen myötä, että kokemuksiin sisältyi vanhemman päihdeongelma. Tutkielman lähtökohtana oli ymmärrys siitä, että kokemukset ovat muokkaantuneet tutkittavien elämänkulun mukana ja asioiden käsittelyn myötä. Kokemuksia ei siis tarkasteltu niiden alkuperäisessä, autenttisessa muodossa vaan sinä muotona, jonka kokemukset olivat saaneet tutkimushetkellä. Merkitysten löytämisen apuna käytettiin hermeneuttis-fenomenologista lähestymistapaa ja aineistoa käsiteltiin hermeneuttisen kehän tavoin. Tutkijan oma tulkinta oli suuressa roolissa siinä, millaisia merkityksiä tässä tutkielmassa nostettiin esille. On huomioitava, että toinen tutkija olisi voinut löytää hyvinkin erilaisia merkityksiä, sillä jokaisen tutkijan tulkintaan vaikuttaa tutkijan omat ennakkotiedot ja ennakkokäsitykset. Tässä tutkielmassa tutkijan lähestymistä läheissuhteisiin muokkasi ennakkoletuksen muodossa se, että läheissuhteet muodostuvat ja kehittyvät kiintymyssuhdeteorian periaatteiden mukaisesti.

Ensimmäinen tarkastelun kohde oli tutkittavien läheissuhdekokemukset. Kokemukset jaettiin tässä tutkielmassa viiteen eri teemaan, jotka olivat turvallisuudentunne, häpeä, vastuunotto, ulkopuolisuus ja tunteet. Eniten tutkittavien kokemuksissa näkyivät turvallisuuteen ja tunne-elämään liittyvät asiat ja kaikkien kokemusten kohdalla korostuivat kokemukset lapsuudessa. Aikuisuuden kokemuksissa painottui ne asiat, joita tutkittavat olivat kokeneet kantaneensa mukanaan lapsuudesta. Kokemusteemat syntyivät aineiston kautta sen mukaan, millaisia yhteneväisiä kokemuksia tutkittavien teksteissä oli löydettävissä. Kokemuksiin liittyvä aineisto jaettiin kokemusotsikoiden alle erikseen, mutta kaikkia kokemuksia tarkasteltiin myös kokonaisuuden osana, sillä kokemusten tarkastelussa haluttiin säilyttää kontekstin merkitys.

Turvallisuudentunteeseen liittyi sekä psyykkinen että fyysinen turvallisuus, jotka molemmat olivat saaneet negatiivisia vaikutteita vanhemman päihdeongelman myötä. Tutkittavien kokemuksissa vakavampana turvallisuudentunteen heikentymisen muotona esiintyi psyykkinen ja sen myötä

emotionaalinen turvallisuudentunne. Erään tutkittavan mukaan emotionaalinen hylkääminen tuntui samalta kuin olisi tuntunut se, että vanhempi olisi fyysisesti jättänyt lapsen heitteille. Häpeän teemaan sisältyi häpeää omasta perheen tilanteesta yleisesti mutta myös konkreettisten tilanteiden tuottamaa häpeää, esimerkiksi silloin, kun vanhemman päihdeongelma näkyi ulospäin kadulla kulkiessa. Häpeään sisältyi myös kokemukset salailusta, joka näyttäytyi taakkana lapsuudenkokemuksissa. Häpeä oli tunne, jota haluttiin välttää ja siksi perheen ongelmia oli salattava. Salailu aiheutti kuitenkin puhumattomuutta, valehtelua ja eristäytymistä, joiden vuoksi salaaminen oli loppujen lopuksi isompi paha kuin tilanteen esille tuleminen olisi ollut.

Vastuunotto kokemuksena liittyi konkreettisimpiin asioihin, joita päihdeongelma perheessä tuotti. Vanhemman päihdeongelma johti monissa kokemuksissa tilanteeseen, jossa käytännön aikuisten asiat, kuten taloudenhoito ja ruoanteko jäivät tekemättä. Tämän lisäksi toinen vastuun kantamisen kohde oli ilmapiiri, jota tutkittavat olivat lapsena joutuneet kannattelemaan. Ulkopuolisuus oli kokemus, joka näkyi vahvasti myös aikuisuudessa. Lapsuuden ulkopuolisuuden kokemukset liittyivät pääasiassa siihen, kun vanhempi käytti enemmän aikaa ja resursseja päihteiden käyttöön kuin lapseen. Tutkittavat olivat kokeneet lapsena jääneensä vanhemman rakkauden ulkopuolelle. Aikuisuudessa tämä näkyi sosiaalisissa suhteissa, muun muassa luottamuksen puutteena. Tunteet pitivät sisällään paljon kokemuksia, jotka liittyivät lapsuuteen sekä aikuisuuteen. Lapsuudessa tunteet näkyivät suruna, pelkona, tunneilmapiirin aistintana ja muuna tunne-elämän hallinnalla, jolla lapsena oli yritetty selviytyä. Aikuisuudessa koettiin, että lapsuuden tunnekokemukset muokkasivat opittuja tunnetaitoja.

Läheissuhteiden saamia merkityksiä tulkittiin tämän tutkielman kokemuksissa olevan läheissuhteiden ristiriita, läheissuhteet taakkana, läheissuhteet voimaannuttajana ja korjaavat läheissuhteet. Läheissuhteiden saamia merkityksiä tulkittiin sen kautta, että läheissuhteisiin sisältyy kiintymyssuhdeteoreettisia piirteitä. Näihin piirteisiin sisältyy ajatus siitä, että lapsuuden kiintymyssuhdekokemukset tuottavat läheissuhdemalleja ja perustan, jonka kautta kaikkia tulevia läheissuhteita ja maailmaa katsotaan. Tämän vuoksi tutkielmassa eräänä lähtökohtaisena ajatuksena oli se, miten tutkittavat olivat kokeneet lapsuuden aikaisten läheissuhteiden vaikutukset myöhemmässä elämässään ja läheissuhteissaan.

Läheissuhteiden ristiriidan merkitys näkyi siten, että tutkittavien kokemuksissa vanhemmalta toivottiin ja kaivattiin rakkautta, mutta samaan aikaan vanhemmasta haluttiin ottaa etäisyyttä.

Vanhemman käyttäytyminen päihdeongelman myötä koettiin kärsimyksenä ja vanhempaa siinä mielessä inhottiin, mutta samaan aikaan toiveet hyvästä vanhempisuhteesta saivat kaipaamaan vanhemman välittämistä. Taakan merkityksessä päihdeongelmainen vanhempi ja ongelman vaikutukset näyttäytyivät painolastina, josta olisi helpotus päästä eroon. Taakka näytti kuitenkin seuraavan suurinta osaa tutkittavista, sillä taakan merkitykseen sisältyi myös vahva velvollisuudentunne, josta oli hankala päästä irti. Voimaannuttajana läheissuhdekokemukset näyttäytyivät siinä, että tutkittavat olivat itse kääntäneet kokemansa vaikeudet voitoksi. He katsoivat vaikeita läheissuhdekokemuksia koettelemuksena, josta selviytyttyään he olivat vahvempia kuin ilman koettelemuksia heistä olisi koskaan tullut. Aikuisuuden parisuhde ja omien lasten onnistunut kasvattaminen näyttäytyivät korjaavien kokemusten valossa, jolloin uusien, turvallisten ja onnistuneiden läheissuhteiden myötä oli mahdollista hyvittää itselleen menneisyyden menetykset.

Läheissuhdekokemukset näyttäytyivät aineistossa pääasiassa vaikeina kokemuksina, jotka vaikeuttivat elämää sekä lapsena että myös myöhemmin aikuisuudessa. Vaikka vaikeudet kuvastivat pääasiassa näitä kokemuksia, oli kokemuksissa myös merkkejä voimaantumisesta ja korjaavista kokemuksista. Tutkimusvastaukset olivat keskenään hyvin samankaltaisia, mutta niitä on katsottava silti yksilöllisinä. Osalle kokemukset olivat rankempia kuin toisille, eikä jokaista kokemusteemaa voinut löytää jokaisesta tekstistä. Se, miten tutkittavat kuvasivat kokemuksia tekstiksi, riippui heidän yksilöllisistä ominaisuuksistaan, kokemuksistaan, ennakkotiedoistaan ja siitä, missä määrin he olivat käsitelleet kokemuksiaan.

7.2 Pohdinta

Tässä tutkielmassa oletuksena oli, että tutkimukseen vastanneiden läheissuhdekokemukset näyttäytyisivät negatiivisessa valossa. Kiintymyssuhdeteorian mukaan lapsuudessa koetut ongelmat kiintymyssuhteessa vaikuttavat lapsen kehitykseen ja myöhempään elämään negatiivisesti. Myös aiempien tutkimusten mukaan päihdeongelma perheessä tuottaa lapselle negatiivisia kokemuksia, jotka saattavat vaikuttaa etenkin lapsen sosiaaliseen- ja tunne-elämään. Tämän tutkielman tulosten voi nähdä vastaavan hyvin pitkälti niitä tuloksia, joita aiemmista aiheen tutkimuksista on saatu. Oli jopa yllättävää, miten samankaltaisia tutkimukseen vastanneiden kokemukset ja jopa jotkin sanavalinnat olivat verrattuna aiheen kirjallisuuteen ja aiempaan tutkimukseen. Etenkin kokemukset liian aikaisesta vastuunkantamisen pakosta, fyysisellä ja henkisellä tasolla, olivat odotetun kaltaisia aiemman tutkimuksen perusteella. Perheen sisäisen tunneilmapiirin ja päihdeongelmaisen vanhemman tunne-elämän valta ovat jotakin sellaista, jota ei päihdeongelmattoman perheen lapsena ole helppo kuvitella.

Tämä tutkielma tarjoaa päihdeongelmaisen perheen aiheeseen syvennystä ja näkökulmaa siihen, miten päihdeongelma perheessä voi erilaisten merkitysten muodossa näyttäytyä yksilön kokemuksissa ja läheissuhteissa. Tämän tutkielman tärkeänä huomiona voi pitää sitä, että vanhemman päihdeongelma ei näyttäydy perheen lapsen elämässä niin mustavalkoisena kuin voisi olettaa. Syvemmän tulkinnan kautta tässä tutkielmassa voitiin löytää merkityksiä, jotka tekevät vanhemman päihdeongelmasta lapsen kokemuksissa monisyisemmän ja syvemmän ilmiön kuin se selitys on, että vaikutukset ovat negatiivisia. Tämän tutkielman tulkinnan mukaan lapsen perustava rakkaudenkaipuu ja lojaalius omaa vanhempaa kohtaan ovat tekijöitä, jotka lopulta estävät lasta vihaamasta vanhempansa huolimatta siitä, kuinka huonosti tämä lasta kohtelee. Tämä aiheuttaa tulkinnan mukaan ristiriidan, joka kantautuu lapsen aikuisuuteen asti, jossa toisaalta tuskaa aiheuttavasta vanhemmasta halutaan eroon, mutta toisaalta lojaalius ja toive läheisestä suhteesta pitää lapsen edelleen vanhempansa tukena. Haikeus vanhemman tavoittamattomasta rakkaudesta jatkuu edelleen silloin, kun vanhempi on jo menehtynyt. Kuolema on toisaalta helpotus, mutta toisaalta edelleen surraan sitä, ettei vanhempaan koskaan saatu aitoa, läheistä yhteyttä.

Läheissuhdekokemukset ja niistä tehdyt tulkinnat tässä tutkimuksessa vahvistavat niitä kiintymyssuhdeteorian periaatteita, joita tässä tutkielmassa pidettiin ennako-oletuksen tavoin läheissuhteiden näkökulmana. Vahvimmillaan kiintymyssuhdeteorian näkökulma toteutuu siinä

tulkinnassa, että haavoittavinta tutkittavien kokemuksissa oli ollut vanhemman emotionaalinen hylkääminen ja laiminlyönti. Myös se, että kokemusteemoista eniten aineistossa korostui tunteisiin liittyvät ilmiöt, mukailevat kiintymyssuhdeteorian näkemystä siitä, että läheissuhteissa ja vuorovaikutuksellisessa kehityksessä tärkeintä on tunnesiteet ja emotionaalinen kehitys. Tutkimusvastauksissa näkyivät myös kokemukset siitä, että lapsuuden läheissuhdekokemukset vaikuttivat aikuisuuden läheissuhteisiin monella eri tapaa, erityisesti tunnetaitojen osalta. Näiden lisäksi merkityksien tulkinnassa tuli esille kiintymyssuhdeteorian korjaavien kokemusten kaltaisia merkityksiä.

Tutkielma on tehty laadullisena tutkimuksena ja vain 10 eri tekstin perusteella. Tarkoituksena on ollut syventyä suppeaan otantaan ja tulkita pienen joukon kokemuksia samanlaisista lähtökohdista. Tutkimuksen tulokset ovat tutkielman tekijän tekemiä tulkintoja kokemuksista, jotka ovat tutkimukseen vastaajien käsitteellistämisiä ja heidän ennakkotietojensa muokkaamia. Tulkinnat, joita tässä tutkielmassa on tehty, perustuvat tutkielman tekijän omaan lähestymistapaan ja ovat siksi vain yksi tapa tulkita aineistoa. Olisi myös mahdollista, laajemman tutkimuksen puitteissa, syventyä tätä tutkielmaa syvemmin tulkitsemiseen ja laajempiin tulkinnan mahdollisuuksiin. Tässä mielessä tämä tutkielma on pystynyt tulkitsemaan vain muutamia näkökulmia tutkielman kokemusteemoista. Lisäksi tässä tutkielmassa koko tutkimuksen toteutusta on ohjannut ennakkotiedot kiintymyssuhdeteoriasta, koska tutkijan roolissa kiintymyssuhdeteoria on väistämättä vaikuttanut näkökulmiin läheissuhteista. Siten esimerkiksi kliinisestä näkökulmasta tarkasteltuna tämän tutkielman tulkinnat ja tulokset olisivat erilaisia. Tutkielma ei ole objektiivinen tarkastelu läheissuhteista, sillä se ei lähtökohtaisesti ole objektiivinen. Yksilön kokemukset ovat aina subjektiivisia eikä kokemusmaailma ole kahdella eri yksilöllä koskaan täysin samanlainen.

Tutkielma antaa kuitenkin tärkeitä näkökulmia aiheeseen, jota on tarkasteltu jo jonkin verran eri tutkimuksissa ja kirjallisuudessa. Tämän tutkielman pätevyys perustuu siihen, että tässä tutkittavien kokemuksia ei ole tarkasteltu sellaisenaan, vaan löydettyihin kokemusteemoihin on syvennytty edelleen hermeneuttisen tulkinnan ja hermeneuttisen kehän metodein. Näin kokemuksista on voitu löytää sellaisia merkityksiä, jotka saattavat antaa inspiraatiota tuleviin tutkimuksiin ja siihen, millä eri keinoin tätä aihetta on mahdollista tarkastella. Tämä tutkielma

tarjoaa tulkintoja kiintymyssuhdeteorian ja hermeneuttisen fenomenologian näkökulmista, mutta tulevassa tutkimuksessa voidaan aihetta lähestyä eri tavoin.

Päihdeongelmia on tarkasteltu pitkään ja eri näkökulmista, viime vuosina yhä enemmän lasten ja perheen taholla. Tämä lapsen ja perheeseen, päihdeongelman läheisiin keskittyvä tarkastelu on hyvä tutkimuksen suunta, sillä päihdeongelman merkitykset ovat tämänkin tutkielman mukaan vakavia päihdeongelmaisen läheiselle ja etenkin lapselle. Lapsen kokemusten tärkeys perustuu tämän tutkielman näkökulmasta kahteen seikkaan. Ensimmäinen liittyy lapsen kehitykseen ja kokemusten merkittävyyteen myöhemmässä elämässä. Kaikkein tärkeimmät vuorovaikutukselliset ja emotionaaliset kokemukset, sijoittuvat varhaiseen vuorovaikutuksen aikaan ja lapsuuden perhe-elämään. Näiden kokemusten voi tämän tutkielman kokemuksissa nähdä vaikuttavan aina aikuisuuteen saakka. Toiseksi lapsen asema vanhempaa kohtaan lojaalina ja perheestään riippuvaisena johtaa siihen, ettei vaikeasta perhetilanteesta ole pakokeinoja. Siksi vanhemman päihdeongelma johtaa tilanteeseen, jossa lapsen tunne-elämä ja sosiaaliset suhteet saavat väistämättä ristiriitaisia merkityksiä, joita joudutaan tutkielman tulosten mukaan ratkaisemaan läpi lapsuuden ja aikuisuuden.

Tämä tutkielma antaa näkökulmia siihen, miten monialainen ja laajasti yksilön sosiaaliseen elämään ja sitä kautta yksilöön kokonaisvaltaisesti vaikuttava asia päihdeongelma lapsuuden perheessä on. Käytännössä tämä antaa ohjetta tuleville tutkimuksille siitä, että tämän aiheen tutkimuksissa ilmiöitä olisi tutkittava syvämerkitysten kautta, ei pelkästään ilmiselvien tekijöiden kannalta. Tutkielma painottaa myös edelleen sitä, että lasten tuen tarve ei ole näkyvää eikä yhteneväistä perhetasolla ja siksi käytännön työllä perheongelmien tunnistamisessa on äärimmäisen suuri merkitys. Käytännössä työtä olisi jatkettava edelleen siinä, että murrettaisiin käsitykset ja kulttuuri perheen sisäisiin asioihin puuttumattomuudesta ja päihdeongelman häpeällisyydestä. Vaikka nykyisin tehdäänkin paljon lastensuojeluilmoituksia ja niitä on helppo tehdä, esimerkiksi lisäämällä asenteiden ja ennakkoluulojen muuttamistyötä voitaisiin päästä tilanteeseen, jossa päihdeongelmaisen perheen lapsi ei kokisi olevansa tuen saavuttamattomissa. Lasinen lapsuus -työ on tehnyt ja tekee hienoa työtä näiden asioiden eteen ja tätä työtä olisi tuettava kaikin tavoin. Lisäksi tämän tutkielman myötä on mainittava, että suuri ongelma päihdeongelmaisessa perheessä on lapsen ehdoton lojaalius vanhempaansa kohtaan. Ajatusta siitä, että myös vanhemman on kohdeltava lasta hyvin ansaitakseen tämän lojaaliuden, olisi yleisen

puheen tai esimerkiksi median myötä lisättävä. Myös se, että avun hakeminen ei ole loukkaus vanhempaa kohtaan, olisi tärkeä ajatus nostaa esiin.

Tämän tutkielman aiheesta on mahdollista tehdä jatkotutkimusta, jonka avulla voidaan laajentaa ymmärrystä siitä, miten läheissuhteet merkillistyvät päihdeongelmaisen vanhemman myötä. Tässä tutkielmassa eräs tärkeä näkökulma läheissuhteiden saamiin merkityksiin oli se, että läheissuhteet olivat saaneet ristiriitaisia merkityksiä, sekä lapsuudessa että vielä aikuisuudessa. Tätä tulkintaa olisi hyvä tutkia lisää siten, että koko tutkimus keskittyisi läheissuhteiden ristiriitaisuuteen päihdeongelmaisen perheen myötä. Ristiriita siinä, että vanhemman, jonka kuuluisi välittää ja huolehtia lapsesta mutta kohteleeekin tätä huonosti, on olennainen ongelma päihdevanhemman lapselle. Lapsi joutuu ratkaisemaan tämän ristiriidan jollakin tapaa, ja nämä ristiriidan ratkaisukeinot olisivat myös olennainen jatkotutkimuksen näkökulma.

Toisena jatkotutkimuksellisena näkökulmana on mahdollista pitää sitä, miten päihdeongelmaisiin vanhempiin ja perheisiin sekä siihen, miten heitä voisi auttaa, suhtaudutaan. Tässä tutkielmassa esiin tuli se, että tutkittavat olisivat etenkin lapsuudessa halunneet puhua perheen tilanteesta ulkopuolisille, mutta ulkopuolisten ihmisten suhtautumista pelättiin tai se oli valmiiksi torjuvaa. Olisi tärkeää tutkia sitä, mitkä ovat ne syyt, jotka estävät perheen ulkopuolisia, esimerkiksi sukulaisia tai naapureita puuttumasta ongelmaisen perheen tilanteeseen. Tällaisella tutkimuksella voitaisiin löytää ne ongelmakohdat, jotka estävät avun antamisen ja vähentää niiden vaikutusta. Siten voitaisiin edistää sitä, että vaikka perhe ei virallisia tahoja pitkin hakisikaan itse apua, perheen lähellä olevien ihmisten olisi mahdollista auttaa perhettä tai sen lapsia. Päihdeongelmaisen perheen saama ulkopuolista stigmaa on tutkittu jo jonkin verran (esim. O'Shay-Wallace, Sydney 2019) ja myös päihdeongelmaisen itselleen luomaa stigmaa on tarkasteltu (esim. Luoma, Jason B. ym. 2012). Stigman ja itseleimautumisen teemoja olisi myös tärkeää tarkastella lisää päihdeongelmaisen perheen aiheessa.

Lisäksi tätä tutkimusaihetta olisi mahdollista tutkia päinvastaisessa asetelmassa siten, että kokemuksia ja niiden saamia merkityksiä tarkasteltaisiin päihdeongelmaisen vanhemman osalta. Aiempaa tutkimusta vanhemman selviytymiskeinoista, kokemuksista ja tukemisesta on tehty, mutta se, miten vanhempi kokee suhteensa lapseen päihdeongelman sävyttämänä olisi hyvä näkökulma myös asiasta kärsivien lasten puolesta. Tässä tutkielmassa oli esillä paljon se, että vanhempi oli lapselle etäinen ja saavuttamaton. Tämä edellä esitetty tutkimusnäkökulma antaisi

päihdevanhemman lapsille vastauksia kysymyksiin, jotka heitä vaivaavat lapsuudesta aikuisuuteen asti. Päihdevanhemman lapselle tärkein kysymys on se, miksi vanhempi ei välitä hänestä tarpeeksi.

LÄHTEET

Ackerman, J. Robert. 1991. *Lapsuus lasin varjossa*. Helsinki: VAPK-kustannus.

Ainsworth, Mary D. Salter. 1970. "Attachment, exploration, and separation: illustrated by the behaviour of one-year olds in a strange situation." *Child Development* 41, 49-67.

Becvar, Dorothy S. 2013. *Handbook of Family Resilience*. New York: Springer.

Bowlby, John. 1957. *Child care and the growth of love. Lasten hoivan ja hellyyden tarve*. Porvoo: Werner Söderström.

Bowlby, John. 1969. *Attachment and Loss, Volume 1: Attachment*. London: Hogarth Press and the Institute of psychoanalysis.

Bowlby, John. 1979. *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock Publications.

Broberg, Anders, Kjerstin Almqvist & Tomas Tjus. 2005. *Kliininen lapsipsykologia*. Helsinki: Edita Prima Oy.

Cassidy, Jude. 2016. *Handbook of attachment: theory, research and clinical applications*. New York: The Guilford Press.

Day, Randal D. 2010. *Introduction to family processes*. New York: Routledge.

Feeney, Judith & Patricia Noller. 1996. *Adult attachment*. Thousand Oaks: Sage Publications.

Glaser, D. 2002. "Emotional abuse and neglect. Psychological maltreatment. A conceptual framework" *Child abuse and neglect* 26, 697-714.

Goleman, Daniel. 2007. *Sosiaalinen äly*. suom. Laura Jänisniemi & Auri Paajanen. Helsinki: Otava.

Goodman, Robert & Stephen Scott. 2012. *Child and Adolescent Psychiatry*. West Sussex: John Wiley&Sons.

Hakala, Riitta. 2009. "Kemistä oon ja kehtaan ottaa. Kemiläisen alkoholinkäytön erityispiirteitä" Teoksessa *Rajua, rujoa ja raitista. Alkoholien käyttöä Lapissa*. toim. Tarja Orjasniemi & Olli Tiurasniemi. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Holmberg, Tiina. 2003. *Lapset ja vanhempien päihdeongelma*. Saarijärvi: Saarijärven Offset.

Holmila, Marja & Janna Kantola. 2003. *Pullonkauloja: kirjoituksia alkoholistien läheisistä*. Helsinki: Stakes.

Holmila, Marja, Marjatta Bardy & Petra Kouvonon. 2008. "Lapsuus päihdeperheessä ja kielteisen sosiaalisen perimän voittaminen" *Yhteiskuntapolitiikka* 73:4

Holmila, Marja, Maritta Itäpuisto & Minna Ilva. 2011. "Invisible victims or competent agents: Opinions and ways of coping among children aged 12-18 years with problem drinking parents" *Drugs: Education, Prevention & Policy* 18:3, 179-186.

Huttunen, Matti. 2018. "Päihde- ja huumeriippuvuus" *Lääkärikirja Duodecim*. Kustannus Oy Duodecim.

Itäpuisto, Maritta. 2001. *Pullon varjosta valoon. vanhempiensa alkoholinkäytöstä kärsineiden selviytymistarinoita*. Kuopio: Sosiaalitieteiden laitos, Kuopion yliopisto.

Itäpuisto, Maritta. 2008. *Pullon pohjimmaisat. Lapsi, perhe ja alkoholi*. Helsinki: Gummerus kirjapaino Oy.

Juntunen, Matti & Lauri Mehtonen. 1982. *Ihmistieteiden filosofiset perusteet*. Jyväskylä: Gummerus.

Jähi, Rita, Tuija Koponen & Miia Männikkö. 2011. "Lapsi ja nuori masennuspotilaan omaisena" Teoksessa *Masennus* toim. Tarja Heiskanen, Matti Huttunen & Jyrki Tuulari. Helsinki: Duodecim

Kroll, Brynna & Andy Taylor. 2003. *Parental substance misuse and child welfare*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Kukkola, Jani. 2018. "Kokemuksen tutkimuksen metatiede: kokemuksen käsitteen käytön ja kokemuksen ehtojen tutkimus" Teoksessa *Kokemuksen tutkimus 4*. toim. Jarkko Toikkanen & Ira A. Virtanen. Rovaniemi: Lapland University Press.

Laine, Timo. 2018. "Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma" Teoksessa *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Latomaa, Timo. 2011. "Ymmärtävä psykologia" Teoksessa *Kokemuksen tutkimus. Ymmärtävän psykologian syntyhistoriaa ja kehityslinjoja*. toim. Timo Latomaa & Teemu Suorsa. Tampere: Juvenes Print.

Levy, Terry M. 2000. *Handbook of attachment interventions*. San Diego: Academic Press.

Lowell, Amanda, Kimberly Renk & Amanda Havill Adgate. 2014. "The role of attachment in the relationship between child maltreatment and later emotional and behavioral functioning" *Child Abuse & Neglect* 38, 1436–1449.

Luoma, Jason B., Richard H. Nobles, Chad E. Drake, Steven C. Hayes, Alyssa O'Hair, Lindsay Fletcher & Barbara S. Kohlenberg. 2012. "Self-Stigma in Substance Abuse: Development of a New Measure" *Journal of psychopathology and behavioral assessment* 35:2, 223-234.

Mclaughlin, Aisling, Anne Campbell & Mary Mccolgan. 2016. "Adolescent Substance Use in the Context of the Family: A Qualitative Study of Young People's Views on Parent-Child Attachments, Parenting Style and Parental Substance Use" *Substance Use & Misuse* 51:14, 1846-1855.

Mikulincer, Mario & Phillip R. Shaver. 2005. "Attachment theory and emotions in close relationships: Exploring the attachment-related dynamics of emotional reactions to relational events" *Personal relationships* 12:2, 149-168.

Myra, Siv Merete, Edle Ravndal, Vigdis Wie Torsteinsson & Eli Marie Wiig. 2016. "Pregnant substance-abusing women in involuntary treatment: Attachment experiences with the unborn child" *Nordic Studies on Alcohol and Drugs* 33:3, 299-316.

Nätkin, Ritva. 2003. "Moninaiset perhemuodot ja lapsen hyvä". Teoksessa *Perhe murroksessa. Kriittisen perhetutkimuksen jäljillä*. toim. Hannele Forsberg & Ritva Nätkin. Helsinki: Gaudeamus.

Nätkin, Ritva. 2006. *Pullo, pillerit ja perhe. Vanhemmuus ja päihdeongelmat*. Jyväskylä: PS-kustannus.

O'Connor, Louise, Donald Forrester, Sally Holland & Annie Williams. 2014. "Perspectives on children's experiences in families with parental substance misuse and child protection interventions" *Children and Youth Services Review* 38: 66-74.

Orford, Jim. 2005. *Coping with alcohol and drug problems: the experiences of family members in three contrasting cultures*. New York: Routledge.

O'Shay-Wallace, Sydney. 2019. "'We Weren't Raised that Way': Using Stigma Management Communication Theory to Understand How Families Manage the Stigma of Substance Abuse" *Health Communication* 35:4, 1-10.

Pearce, Colby. 2009. *A Short introduction to attachment and attachment disorder*. London: Jessica Kingsley.

Pearce, Colby. 2017. *A short introduction to attachment and attachment disorder 2nd. edition*. London, Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

Perttula, Juha. 1995. *Kokemus psykologisena tutkimuskohteena. johdatus fenomenologiseen psykologiaan*. Tampere: Sufi.

Perttula, Juha. 2009. "Kokemus ja kokemuksen tutkimus. Fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria" Teoksessa *Kokemuksen tutkimus - merkitys- tulkinta- ymmärtäminen*. toim. Juha Perttula & Timo Latomaa. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Pirkanen, Henna. 2011. *Alkoholi, isyys ja valta. Ongelmajuovat isät miesten elämäntarinoissa*. Helsinki: Väestöntutkimuslaitos.

Poliisi 2020. Huumausaineet. Luettu 30.7.2020. <https://www.poliisi.fi/rikkokset/huumausaineet>

Poijula, Soili. 2018. *Resilienssi*. Viro: Raamatutrukikoda.

Prior, Vivien & Danya Glaser. 2006. *Understanding attachment and attachment disorders: theory, evidence and practice*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Puonti, Annamaija, Tuula Saarnio & Anne Hujala. 2004. *Lastensuojelu tänään*. Helsinki: Tammi.

Raitasalo, Kirsimarja, Petri Huhtanen, Mari Miekkala & Salme Ahlström. 2012. *Nuorten päihteiden käyttö Suomessa 1995–2011 ESPAD -tutkimusten tulokset*. Raportti. Tampere: Juvenes Print.

Raitasalo, Kirsimarja & Marjatta Holmila. 2017. “Parental substance abuse and risks to children’s safety, health and psychological development” *Drugs: Education, Prevention & Policy* 24:1, 17-22.

Ruisniemi, Arja. 2006. “Vanhemmuus päihderiippuvuudesta toipumisen voimavarana” Teoksessa *Pullo pillerit ja perhe*. toim. Ritva Nätkin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Sawyer, Emma, Sheryl Burton & Alison O’Sullivan. 2016. *A practical guide to early intervention and family support: assessing needs and building resilience in families affected by parental mental health and substance misuse*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Schore, Allan. 1994. *Affect regulation and the Origin of the self: The Neurobiology of Emotional Development*. Hillsdale: Erlbaum.

Scott, John & Gordon Marshall. 2015. *A Dictionary of Sociology (3 rev. ed.). interpretation (interpretive sociology)*. Oxford University Press.

Smith, J.A. & M. Osborn. 2003. “Interpretative phenomenological analysis” Teoksessa *Qualitative research: A practical guide to research methods*. London&Thousand Oaks: Sage.

Smith, J.A., P. Flower & M. Larkin. 2009. *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*. London: Sage.

Smith, Margaret & Rowena Fong. 2004. *Children of Neglect: When No One Cares*. New York: Routledge.

Snyder, C.R. 1999. *Coping: the psychology of what works*. New York: Oxford University Press.

Sinkkonen, Jari & Mirjam Kalland. 2001. *Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen*. Helsinki: WSOY.

Sinkkonen, Jari. 2004. "Kiintymyssuhdeteoria. Tutkimuslöydöksistä käytännön sovelluksiin" *Läketieteellinen aikakauskirja Duodecim* 120(15): 1866-1873.

Suomen virallinen tilasto 2019 (SVT): Kuolemansyyt 2018. Verkkajulkaisu. Helsinki: Tilastokeskus. Luettu 30.9.2020. http://www.stat.fi/til/ksyyt/2018/ksyyt_2018_2019-12-16_tie_001_fi.html

Suorsa, Teemu. 2011. "Kokemuksen yksilöllisyys, yhteisyys ja yhteiskunnallisuus" Teoksessa *Kokemuksen tutkimus. Ymmärtävän psykologian syntyhistoriaa ja kehityslinjoja*. toim. Timo Latomaa & Teemu Suorsa. Tampere: Juvenes Print.

Tedgård, Eva Maria Råstam & Ingegerd Wirtberg. 2018. "Struggling with one's own parenting after an upbringing with substance abusing parents" *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being* 13:1.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019. *Päihdetilastollinen vuosikirja*. Helsinki: PunaMusta Oy.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) 2020. Alkoholi, tupakka ja riippuvuudet. Verkkajulkaisu. Luettu 25.9.2020. <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/huumeet>

Tuomi, Jouni & Anneli Sarajarvi. 2002. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK). 2009. Humanistisen, yhteiskuntatieteellisen ja käyttäytymistieteellisen tutkimuksen eettiset periaatteet ja ehdotus eettisen ennakoarvioinnin järjestämiseksi. Luettu 15.3.2019. <https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/eettisetperiaatteet.pdf>.

Tökkäri, Virpi. 2018. "Fenomenologisen, hermeneuttis-fenomenologisen ja narratiivisen kokemuksen tutkimuksen käytäntöjä" Teoksessa *Kokemuksen tutkimus. Kokemuksen käsite ja käyttö*. toim. Jarkko Toikkanen & Ira A. Virtanen. Rovaniemi: Lapland University Press

Velleman, Richard & Lorna J. Templeton. 2016. "Impact of parents' substance misuse on children: an update" *BJ Psych Advances* 22:2, 108-117.

Vilkko-Riihelä, Anneli. 2011. *Psykologia*. Helsinki: WSOY.

Yellin, Jude & Kate White. 2012. *Disorganized attachment and its repair*. London: Karnac Books.

LIITE 1: KIRJOITUSKUTSU

Hei!

Olen Itä-Suomen yliopiston opiskelija ja teen maisteriopintoihini kuuluvaa pro gradu - tutkielmaa, jossa tutkin läheissuhteiden näkökulmasta sellaista kasvu ympäristöä, jossa vanhemmi lla/vanhemmalla tai huoltajilla/huoltajalla on ollut päihdeongelma. Päähteillä tarkoitetaan tässä alkoholia ja huumausaineita.

Tarkoitukseni on tutkia päihteiden varjostamassa kasvu ympäristössä kasvaneiden omia kokem uksia siten, että tutkimukseen osallistuvat antavat minulle omakohtaisia kirjoituksia antamieni tut kimuskysymysten pohjalta. Toivoisin, että voisit osallistua tärkeän tutkimustiedon hankkimiseen ja jättää kirjoituksesi oheisesta linkistä löytyvään lomakkeeseen.

Koska tutkimukseni aihe on herkkä, toivon että kirjoitat mahdollisimman avoimesti ja omiin kokemuksiisi perustuen mutta niissä rajoissa, jotka itsellesi tuntuvat sopivilta. Kirjoituksen tulisi olla vähintään yhden sivun mittainen ja enintään 5 sivua. Tarkoituksena on, että kirjoitat yhtenäisen kirjoitelman annettujen kysymysten pohjalta. Kirjoitelma palautetaan nimettömästi, mutta sivun alkuun merkitään ikä ja sukupuoli. Lomake ei tallenna sinusta mitään tietoja eikä se vaadi kirjautumista. Oheisissa kysymyksissä läheissuhteilla tarkoitetaan kaikkia sellaisia ihmissuhteita, jotka itse koet sinulle läheisiksi.

Kirjoituksesi pohjana ovat seuraavat tutkimuskysymykset

- Millaiseksi koet lapsuusaikasi ja lapsuuden aikaiset läheissuhteesi, esimerkiksi äitiin, isään, sis aruksiin ja muihin sinulle läheisiin ihmisiin
- Millaiset ovat nykyiset läheissuhteesi ja koetko lapsuuden aikaisen perheesi tai kasvu ympäristös i vaikuttavan nykyisiin läheissuhteisiisi, miten?
- Mitä hyvää ja/tai mitä huonoa koet lapsuutesi kasvu ympäristön antaneen sinulle

Käsittelen ja säilytän tutkimusaineistoa tutkimuseettisten periaatteiden mukaan. Kukaan muu kuin minä tutkijana ja mahdollisesti tutkimusohjaajani ei saa lukea alkuperäistä tutkimusaineistoa. Kirjoitus palautetaan nimettömästi ja toteutan myös tutkimuksen pyrkien siihen, ettei tutkimukseen osallistuneita voi muutoinkaan tunnistaa. Lopullisen tutkimuksen valmistuminen tapahtuu arviolta vuoden kuluessa ja se julkaistaan Itä-Suomen yliopiston verkossa sekä mahdollisesti A- klinikkasäätöön tietokannassa. Jättämällä kirjoituksesi oheisella E- lomakkeella, suostut siihen, että kirjoitustasi käytetään osana tätä tutkimusta.

Mikäli tutkimukseen liittyen tulee kysyttävää, voit ottaa yhteyttä minuun tai opinnäytetyöni ohjaa jaan Vilma Hänniseen

Ystävällisin terveisin,
Miia Markkula

LIITE 2: TUTKIMUSLOMAKE

TUTKIMUS SIITÄ, MILLAISIA MERKITYKSIÄ PÄIHTEIDEN VARJOSTAMA KASVUYMPÄRISTÖ TUOTTA LÄHEISSUHTEISIIN

Kirjoitus jätetään nimettömänä, merkitse kuitenkin kirjoituksesi alkuun ikä ja sukupuoli. Kirjoituksen toivottava pituus on 1-5 sivua

Lisää oheiseen kirjoituslomakkeeseen kirjoituksesi. Kirjoituksesi tulee pohjautua annettuihin kysymyksiin, mutta tarkoituksena on että kirjoitat yhtenäisen tekstin. Tarkemmat ohjeet löydät kirjoituskutsusta. Läheissuhteilla tarkoitetaan tässä kaikkia sellaisia ihmissuhteita, jotka koet itse itsellesi läheisiksi. Kirjoita siitä,

Millaiseksi koet lapsuusaikasi ja lapsuuden aikaiset läheissuhteesi, esim. äitiin, isään, sisaruksiin ja muihin sinulle läheisiin ihmisiin

Millaiset ovat nykyiset läheissuhteesi ja koetko lapsuuden aikaisen perheesi tai kasvuympäristösi vaikuttavan nykyisiin läheissuhteisiisi, miten?

Mitä hyvää ja/tai mitä huonoa koet lapsuutesi kasvuympäristön antaneen sinulle