



**TURUN
YLIOPISTO**

Tekijät, jotka suojaavat lasta vanhemman päihteiden käytöltä ja asiat, joiden olisi koettu auttavan

Teema-analyysi muistelmateoksista

Sosiaalityön
pro gradu -tutkielma

Laatija:
Saana Seppä

24.4.2026
Turku

Opiskelijan lausunto tekoälyn käytöstä tähän tutkielmaan liittyen:

En ole käyttänyt tekoälyä hyödyntäviä työkaluja tätä tutkielmaa kirjoittaessani.

Olen käyttänyt tekoälyä hyödyntäviä työkaluja tätä tutkielmaa kirjoittaessani. Tämä käyttö on dokumentoitu tutkielman liitteessä. Vakuutan, että tekoälyä käytettiin yliopiston ohjeistuksen mukaisella tavalla.

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.
Pro gradu -tutkielma

Oppiaine: Sosiaalityö

Tekijä(t): Saana Seppä

Otsikko: Tekijät, jotka suojaavat lasta vanhemman päihteiden käytöltä ja asiat, joiden olisi koettu auttavaksi: Teema-analyysi muistelmateoksista

Ohjaaja(t): professori Kirsi Günther

Sivumäärä: 93 sivua (+1 liitesivu)

Päivämäärä: 24.4.2026

Tässä pro gradu -tutkielmassa tarkastelen muistelmateosten kautta tekijöitä, jotka suojaavat lasta vanhemman päihteiden käytöltä sekä tekijöitä, joiden olisi toivottu olevan lapsuudessa toisin. Päihteiden käyttö ei vaikuta vain niiden käyttäjään itseensä, vaan sen haitat ulottuvat myös muihin ihmisiin ja yhteiskuntaan. Perheissä, joissa vanhempi tai vanhemmat käyttävät päihteitä, ovat lapset erityisen alttiita näille haitoille ja vaikutuksille. Teorialuvuissa tarkastelen päihteiden käyttöä ja riippuvuutta ilmiönä Suomessa sekä tuon esille, millaisia palveluita päihteiden käyttäjille ja heidän läheisilleen on tarjolla.

Aiemmassa tutkimuksessa on todettu, että lapset pyrkivät suojautumaan vanhemman päihteiden käytön vaikutuksilta monin eri tavoin. Lasta suojaavat tekijät voivat olla persoonallisuuden piirteisiin liittyviä tai lapsen omaan toimintaan pohjautuvia. Resilienssi, joka ilmenee ajattelutavoissa ja persoonallisuuden piirteiden kautta, voi osaltaan selittää, miksi vaikeissakin olosuhteissa kasvaneet lapset pystyvät säilyttämään tasapainon. Suojaavien tekijöiden voidaan nähdä tukevan resilienssiä ja sen kehittymistä. Ne ilmenevät yksilötasolla ja perheen, yhteisön ja yhteiskunnan tasoilla.

Tutkimuskysymykseni ovat: 1) Millaiset tekijät tai toiminta ovat suojanneet lapsuudessa vanhemman päihteiden käytön haitallisilta vaikutuksilta ja 2) millaiset tekijät olisivat voineet auttaa lapsuudessa vähentämään vanhemman päihteiden käytön vaikutuksia? Aineistonani on kolme muistelmateosta lapsuudesta. Näissä teoksissa vahvana teemana on selviytyminen vanhemman päihteiden käytöstä huolimatta. Aineistoa analysoin laadullisesti. Analyysimenetelmänä käytän teoriasidonnaista teema-analyysiä. Analyysiä ohjaavana teoriana hyödynnän resilienssin viisiosaista mallia, joka kuvaa resilienssin muodostuvan viidestä osa-alueesta, kognitioista, tunteista, käyttäytymismalleista, fyysisestä toiminnasta ja ympäristöstä, johon sisältyvät tuki perheeltä, yhteisöltä ja yhteiskunnalta.

Tutkielmani tulokset osoittavat, että lapsilla on hyvin monenlaisia suojaavia tekijöitä vanhemman päihteiden käytön vaikutuksia vastaan. Lasta suojaavat tekijät jakautuvat tulosten perusteella lapsen sisäisiin ominaisuuksiin, kuten ajattelutapoihin, tunteisiin ja käyttäytymiseen liittyviin sekä ulkoisiin tekijöihin, johon sisältyy tuki perheeltä, yhteisöltä ja yhteiskunnalta. Kertomusten valossa lapset näyttävät aktiivisina toimijoina, joiden lapsuutta varjostaa kuitenkin monenlaiset tunteet ja velvollisuudet. Tulosten perusteella voidaan myös tunnistaa tekijöitä, joiden olisi toivottu lapsuudessa olevan toisin. Nämä tekijät ovat sellaisia, jotka olisivat auttaneet lasta, mutta eivät todellisuudessa toteutuneet. Tällaiset tekijät jakautuvat kertomuksissa perustarpeiden täyttämiseen, johon sisältyvät esimerkiksi ruoka, turvallisuus ja rakkaus sekä pettymykseen yhteiskunnan ja ammattilaisten toimintatapoihin ja asenteisiin.

Tulokseni ovat yhteydessä aiemman tutkimuksen ajatukseen siitä, että lapsi voidaan nähdä aktiivisena toimijana, jolla on taito ja pyrkimys suojautua vanhemman päihteiden käytöltä eri tavoin. Jatkotutkimuksen kannalta olisi hedelmällistä selvittää, miten ammattilaiset tunnistavat lasta suojaavia tekijöitä ja miten he pystyvät tukemaan näitä työskennellessään lasten ja perheiden kanssa. Lisäksi tärkeää olisi selvittää lasten kohdatuksi tulevista palveluista.

Avainsanat: päihteet, päihteiden käyttö, perhe, suojaavat tekijät, resilienssi

Sisällysluettelo

1	Johdanto	6
2	Päihteiden käyttö	9
2.1	Päihteiden käyttö ja yleisyys Suomessa	9
2.2	Riippuvuus ja päihteiden käytön haitat	11
2.3	Perheet, joissa vanhempi tai vanhemmat käyttävät päihteitä ja sen vaikutukset lapsiin	15
2.3.1	Lapset vanhemman päihteiden käytön varjossa	16
2.3.2	Vanhemman päihteiden käytön vaikutukset lapseen	17
2.4	Päihde- ja riippuvuuspalvelut päihteiden käyttäjille ja heidän läheisilleen	21
3	Suojaavat tekijät ja resilienssi	25
3.1	Resilienssi ja sitä tukevat suojaavat tekijät	25
3.2	Vanhemman päihteiden käyttö ja lasta suojaavat tekijät	28
3.2.1	Lapsen ulkopuoliset suojaavat tekijät	28
3.2.2	Lapsen omaan toimintaan liittyvät suojaavat tekijät	30
4	Tutkimusasetelma	32
4.1	Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset	32
4.2	Aineisto	32
4.3	Menetelmät	38
4.4	Eettiset kysymykset ja tutkijan positio	43
5	Tulokset	46
5.1	Lapsen sisäiset suojaavat tekijät	46
5.1.1	Ajattelutavat: optimismista tottumiseen, roolien kääntymiseen ja vanhemmasta irtautumiseen	46
5.1.2	Vaihtelevat tunteet	53
5.1.3	Kekseliäät käyttäytymismallit: kohtaamisesta välttelemiseen	56
5.1.4	Asioiden tekeminen ja palautuminen	61
5.2	Ympäristö: Lapsen ulkoiset suojaavat tekijät	62
5.2.1	Perheen tuki	62
5.2.2	Yhteisön tuki	65
5.2.3	Yhteiskunnan tuki: palvelut vanhemmille ja lapsille	67
5.2.4	Eläimet tukena ja turvana	68

5.3	Asioita, joiden olisi toivottu olevan toisin	69
5.3.1	Perustarpeet: ruoka, turvallisuus ja rakkaus	69
5.3.2	Pettymys yhteiskuntaan ja ammattilaisiin	71
6	Johtopäätökset	74
	Lähteet	81
	Liitteet	94
	Liite 1. Selvitys tekoälyn käytöstä	94

1 Johdanto

Vaikka alkoholin kokonaiskulutus on ollut laskussa Suomessa viime vuosien aikana, on samalla kuitenkin huumeiden käyttö lisääntynyt kaikissa ikäluokissa (Mäkelä & Warpenius 2024; Karjalainen 2023, 14–15). Sen lisäksi, että päihteiden käyttö voi aiheuttaa niiden käyttäjälle monenlaisia vaikutuksia, on päihteiden käytön haittoja myös päihteiden käyttäjän läheisille alettu tunnistamaan (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2023d). Päihteiden käytön vaikutukset muille kuin käyttäjälle tunnistetaan myös lain tasolla. Esimerkiksi laissa ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015, 3 §) säädetään seuraavasti: ”Ehkäisevässä päihdetyössä tulee kiinnittää huomiota myös muille kuin päihteiden käyttäjille aiheutuviin haittoihin.” Päihteiden käyttöä ei voida siis nähdä vain niiden käyttäjään vaikuttavana, vaan haitat voivat ulottua myös muihin ihmisiin ja yhteiskunnalliselle tasolle saakka muun muassa sen taloudellisten vaikutusten ja kustannusten vuoksi (Mäkelä & Jääskeläinen 2024, 26).

Perheissä vanhemman päihteiden käyttö vaikuttaa väistämättä myös perheen muihin jäseniin ja lapsiin. Moni lapsi elää tälläkin hetkellä lapsuutta, jota varjostaa vanhemman päihteiden käyttö. Vuonna 2002 syntyneiden lasten ja heidän vanhempiensa rekisteritietojen pohjalta Terveiden ja hyvinvoinnin laitos on arvioinut, että Suomessa on lähes 90 000 lasta, joiden vanhemmalla on tai on ollut vakava päihdeongelma (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2024b). Ongelma on luultavasti vielä tätäkin suurempi, sillä kyseinen tutkimus ottaa huomioon vain vakavat päihdeongelmat. Lasinen lapsuus -väestökysely osoittaa, että 23 % suomalaisista on kokenut lapsuuden kodissaan liiallista päihteidenkäyttöä (Roine & Ilva 2010, 36). Lähes neljäsosa suomalaisista on siis kohdannut vanhemman päihdeongelman vaikutuksia lapsuudessaan kyselyn perusteella.

Vanhemman päihteiden käyttö aiheuttaa monenlaisia vaikutuksia lapsen elämään.

Vanhemman päihdeongelmaa on luokiteltu jopa pahimmaksi sosiaalseksi ongelmaksi, joka uhkaa hyvää lapsuutta (Kataja 2012, 103). Perheissä, joissa vanhempi tai vanhemmat käyttävät päihteitä, käytön vaikutukset ulottuvat erityisesti lapsiin (Raitasalo & Holmila 2017, 17). Vaikutukset lapsen elämään voivat ilmentyä fyysisellä, psyykkisellä ja sosiaalisella ulottuvuudella. Vanhemman päihteiden käytön haitat voivat vaikuttaa lapsen psyykkiseen hyvinvointiin, aiheuttaa pulmia kaverisuhteissa ja ne voivat olla monilla tavoilla myös lapsen tulevaisuuden näkymiin vaikuttavia esimerkiksi koulumenestyksen kautta. (Raitasalo, Holmila, Jääskeläinen & Santalahti 2019, 916–918; Holmila & Ilva 2010, 50–51; Berg, Bäck, Vinnerljung & Hjern 2016, 1798–1800.) Lapset kertovat vanhemman päihteiden käyttöön

liittyvinä tunteina kokevansa eniten häpeää, inhoa ja pelkoa. Lisäksi lapset kokevat haittoina perheriitoja, ahdistusta ja häpeää vanhemmista, sekä kokemusta siitä, että luottamus vanhempiin on kärsinyt ja lupauksia petetty. (Takala & Roine 2013, 27–29.)

Pro gradu -tutkielmassani tutkin lapsuuden kokemuksia elämästä vanhemman päihteiden käytön varjossa muistelmateosten avulla. Tarkemmin tutkielmassani keskityn siihen, mikä on auttanut lapsuudessa suojaamaan vanhemman päihteiden käytön haitallisilta vaikutuksilta. En tee erittelyä eri päihteiden, kuten alkoholin ja huumeiden välillä, vaan käsittelen kaikkia päihteitä niin sanotusti tasavertaisesti. Vanhemman päihteiden käytön tai päihdeongelman vaikutusten tutkimuksessa on usein keskitytty sen aiheuttamiin haittoihin lapsen elämässä ja aihetta ylipäättään on usein tutkittu muistoon perustuvilla aineistoilla jo aikuistuneilta (Ks. Suomessa esim. Orjasniemi & Kurvinen 2017; Holmila & Ilva 2010, 49). Pelkkiin haittoihin perustuva tutkimus luo kuitenkin passiivista kuvaa lapsista perheissä, joissa vanhempi tai vanhemmat käyttävät päihteitä. Tämän vuoksi on tärkeää tutkia myös, millaiset tekijät suojaavat lasta vanhemman päihteiden käytön vaikutuksilta. Vaikka aihetta on tärkeää tutkia myös lasten ja lapsuuden kokemuksia esiin nostaen, on kaikenlainen tieto ja tutkimus aiheesta arvokasta. Aikaisemmin on todettu, että etenkin alkoholiongelmia käsittelevässä tutkimuksessa lapsi ja lapsen näkökulma on ollut näkymätön ja unohdettu ja lapset on voitu nähdä jopa ongelmana (Itäpuisto 2005, 35–36).

Aiempi tutkimus vanhemman päihteiden käytöltä suojaavista tekijöistä osoittaa, että lapset kehittävät omia suojautumiskeinoja omalla toiminnallaan, mutta suojaavat tekijät voivat olla myös jotain lapsen ulkopuolella olevaa, kuten palveluita tai läheisen tukea (Itäpuisto 2005; Holmila & Ilva 2010). Saman suuntaisia tuloksia sain myös kandidaatintutkielmassani, jossa tutkin lasta vanhemman päihteiden käytöltä suojaavia tekijöitä kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Kandidaatintutkielmassani havaitsemani tulokset ovat innoittaneet jatkamaan saman aiheen parissa. Suojaavien tekijöiden lisäksi olen kiinnostunut selvittämään, millaisten asioiden olisi koettu auttavan lapsuudessa.

Tekijöitä, jotka suojaavat lasta vanhemman päihteiden käytön haitoilta, on suomalaisessa tutkimuksessa tutkittu aiemmin muun muassa suoraan lapsilta kyselytutkimuksilla (ks. esim. Takala & Ilva 2012; Holmila & Ilva 2010), haastatteluin (Simonen, Pirskanen, Kataja, Holmila & Tigerstedt 2016) ja ”entisiltä lapsilta” kirjeiden ja kirjoituskutsun avulla saatujen omaelämäkerrallisten tekstien kautta (Itäpuisto 2005). Pro gradu -tutkielmissa aihetta on tutkittu muun muassa ryhmätoiminnan havainnoinnilla, haastatteluilla ja lasten tuottamalla

dokumenteilla (Kaivosoja 2010) sekä tarinamuotoisia kertomuksia tarkastelemalla (Kamula 2019). Lisäksi lasten selviytymistä perheessä, jossa käytetään päihteitä, on tutkittu uutisartikkeleiden kautta (Luttinen 2025). En kuitenkaan etsittyäni suoraan löytänyt, että aihetta olisi tutkittu Suomessa nimenomaisesti julkaistuista muistelmateoksista käsin. Tämän vuoksi tässä tutkielmassa olen kiinnostunut selvittämään muistelmateoksia tarkastelemalla, millaiset tekijät ovat suojanneet vanhemman päihteiden käytön vaikutuksilta ja millaiset tekijät olisivat voineet auttaa. Analyysimenetelmänä käytän tutkielmassa teoriasidonnaista teema-analyysiä hyödyntämällä viisiosaista resilienssin ymmärtämisen mallia (De Terte, Becker & Stephens 2009).

Tutkimalla lasta suojaavia tekijöitä, voidaan nähdä ja tunnistaa, millaiset tekijät ja esimerkiksi palvelut ovat keskeisiä lasten suojaamisessa vanhemman päihteiden käytön vaikutuksilta. Kun pystytään tunnistamaan lasta suojaavia tekijöitä, voidaan niitä myös tukea kehittämällä esimerkiksi palveluita. Vaikka lapsen ja lapsuuden näkökulmaa otetaankin huomioon päihteiden käyttöä koskevassa tutkimuksessa, on sillä jatkuvasti lisää tutkimuksen tarvetta. Aihe on lisäksi jatkuvasti ajankohtainen, sillä vaikka päihteiden käyttö olisi vähentynyt yleisellä tasolla, kohtaa silti moni lapsi vanhemman päihdeongelman vaikutuksia päivittäisessä elämässään. Näin ollen aihetta tulee aktiivisesti pitää pinnalla.

2 Päihteiden käyttö

Tässä luvussa määrittelen päihteiden käyttöä ja sen yleisyyttä Suomessa. Avaan lisäksi riippuvuuden käsitettä ja sen moniulotteisuutta erilaisista näkökulmista. Tarkastelen tässä luvussa päihteiden käyttöä etenkin alkoholin ja huumausaineiden käytön kautta. Lisäksi käsittelen päihteiden käytön vaikutuksia. Vaikutuksia käsittelen erikseen päihteiden käyttäjälle aiheutuvien haittojen kautta sekä lasten elämässä näkyviä haittoja perheissä, joissa vanhempi tai vanhemmat käyttävät päihteitä. Lopuksi tarkastelen suomalaisen palvelujärjestelmän palveluita, jotka on suunnattu päihteiden käyttäjille tai heidän läheisilleen.

2.1 Päihteiden käyttö ja yleisyys Suomessa

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2023a) määrittelee päihteen seuraavanlaisesti: *”Päihteitä ovat ilman hoidollista tavoitetta käytetyt, psyykkisiin toimintoihin vaikuttavat aineet. Yleisiä päihteitä ovat alkoholi, impattavat aineet ja huumeet, sekä päihtymystarkoitukseen käytetyt lääkkeet.”* Lainsäädännössä päihteellä tarkoitetaan *“alkoholipitoisia aineita, huumausaineita sekä päihtymiseen käytettäviä lääkkeitä ja muita aineita”* (Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015, 2 §). Myös tupakka- ja nikotiinituotteet aiheuttavat riippuvuutta (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023b), mutta tässä tutkielmassa en käsittele näitä osana päihteitä.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen toteuttama Juomatapatutkimus tuottaa tietoa sekä suomalaisten alkoholin käytöstä, juomistilanteista ja alkoholiin liittyvistä haitoista. Se toteutetaan kahdeksan vuoden välein. Viimeisin Juomatapatutkimus on vuodelta 2023, ja se on toteutettu Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen Terve Suomi -tutkimuksen terveystarkastuksen jälkeen puhelinhaastatteluna. (Warpenius & Mäkelä 2024, 19.) Alkoholin kokonaiskulutus, eli kulutus, joka saadaan laskemalla tilastoimaton kyselytutkimusten avulla arvioitu kulutus ja Valviran tilastoitu vähittäis- ja anniskelumyyntiä koskeva kulutus yhteen, on vähentynyt Suomessa. Kokonaiskulutusta lasketaan sataprosenttisena alkoholina 15 vuotta täyttäneeltä asukasta kohti. Sen lasku on ollut 15 vuodessa noin neljänneksen: alkoholin kokonaiskulutus vuodessa on ollut 8,7 litraa vuonna 2023, kun vuonna 2007 tämä kulutus oli 12,0 litraa. (Jääskeläinen & Karlsson 2024, 22.) Pidemmällä aikavälillä tarkasteltuna alkoholin kokonaiskulutus on kuitenkin kasvanut huomattavasti. Juomatapatutkimuksen tuottaman tiedon perusteella se on jopa kolminkertaistunut vuosien 1960 ja 2005 välillä. (Jääskeläinen & Karlsson 2024, 23.)

Vaikka kokonaiskuvaa tarkasteltaessa alkoholin kulutus Suomessa on vähentynyt, on käyttö silti melko yleistä. Vuoden 2023 Juomatapatutkimuksessa viikoittaista alkoholin käyttöä raportoi lähes puolet miehistä ja hieman yli viidesosa naisista. Alkoholia viikoittain tai useammin käyttävien määrä on kuitenkin ollut laskussa vuodesta 2008. Vastaajista miehet kertovat juoneensa alkoholinkäyttökertaa kohden edeltävällä viikolla noin 4,7 annosta alkoholia ja naiset 3,2. Vuonna 2008 myös alkoholiannosten lukumäärät alkoholinkäyttökertoja kohden ovat olleet suurempia. Miesten osalta annosmäärien lasku on ollut suurempaa kuin naisilla. (Härkönen & Mäkelä 2024a, 49–51.) Sekä alkoholin käytön viikoittaisuus että kerralla käytetyt annosmäärät ovat siis laskeneet. Alkoholinkäyttötapoja voidaan tarkastella myös humalajuomisen, eli kuusi annosta tai enemmän kerralla juomisen kautta. Kerran kuussa kuusi annosta tai enemmän juo lähes kolmasosa miehistä ja kymmenesosa naisista. Myös humalajuomisen yleisyydessä kuukauden aikana on tapahtunut vähenemistä vuodesta 2008 lähes kaikissa ikäryhmissä. (Härkönen & Mäkelä 2024b, 54.)

Huumeiden käyttöä sekä huumeasenteita Suomessa kartoitetaan säännöllisesti neljän vuoden välein väestötutkimusten avulla. Viimeisin Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen toteuttama Päihdetutkimus on toteutettu vuonna 2022 posti- ja verkkokyselynä. (Karjalainen 2023, 6–8.) Päihdetutkimus osoittaa, että 29 % vastaajista kertoo kokeilleensa elämänsä aikana jotakin huumetta. Lähes kymmenesosa vastaajista taas raportoi käyttäneensä jotakin huumetta viimeisen 12 kuukauden aikana. Huumeiden käyttö ja kokeilu ovat vuodesta 1992, jolloin ensimmäinen Päihdetutkimus toteutettiin, yleistyneet kaikissa ikäluokissa. Nuoremmilla ikäluokilla, 15–24- ja 25–34-vuotiailla huumausaineiden kokeilu ja käyttö on yleisempää, kuin vanhemmilla ikäluokilla. Päihdetutkimuksen vastaajista miehet raportoivat käyttäneensä jotain huumetta yleisemmin kuin naiset. (Karjalainen 2023, 14–15.)

Huumausaineiden käyttöä on Suomessa seurattu myös jätevesitutkimuksilla parillisina vuosina. Lisäksi Helsingin, Tampereen ja Turun jätevedenpuhdistamoiden alueella toteutetaan jätevesiseurantaa noin kahden viikon välein. Jätevesitutkimuksissa kerätään käsittelemättömästä jätevedestä näytteitä, joiden perusteella pystytään laskemaan tietyn jätevedenpuhdistamon alueen huumausaineiden käyttömääriä. Jätevesitutkimukset kattavat yli 60 % Suomen väestöstä ja näytteitä kerätään useista kaupungeista. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2025a.) Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen toteuttamien jätevesitutkimusten perusteella huumausaineiden käyttö on lisääntynyt pitkällä aikavälillä, kuten myös aiemmin esitellyt vuoden 2022 Päihdetutkimuksen tulokset esittävät (Karjalainen 2023, 15). Esimerkiksi metamfetamiinin, amfetamiinin, kokaiinin ja MDMA:n yhteenlasketut

käyttömäärät ovat olleet kolminkertaisia vuoteen 2012 verrattuna (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2025a). Jätevesitutkimusten avulla saadaan tietoa myös siitä, millainen huumeiden käytön alueellinen esiintyminen on. Esimerkiksi amfetamiinin osalta käyttöä on laajalti koko maassa. Kokaiinin käyttö taas painottuu erityisesti pääkaupunkiseudun läheisyyteen, vaikka vuoden 2024 jätevesitutkimuksen tulokset osoittavat, että käyttö on lisääntynyt myös muissa kaupungeissa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2025a.)

Suomalaisten päihteiden käytöstä ja käyttötavoista saadaan siis tietoa sekä kyselytutkimusten että erilaisten tilastotietojen valossa. Tutkimuksia sekä suomalaisten alkoholin että huumausaineiden käytöstä toteutetaan säännöllisin väliajoin, jolloin saadaan tuotettua arvokasta tietoa myös käyttötapojen muutoksista eri ajankohtina.

2.2 Riippuvuus ja päihteiden käytön haitat

Riippuvuutta sekä sen vaikutuksia ja haittoja voidaan määritellä ja tarkastella useilla eri tasoilla. Tässä tutkielmassa tarkastelen riippuvuutta ja päihteiden käyttöä sekä lääketieteellisestä näkökulmasta että sosiaalisesta, yhteiskunnallisesta ja taloudellisesta näkökulmasta. Riippuvuuden tarkastelun moniulotteiset tasot osoittavat sen, kuinka laajoja vaikutuksia sillä on sekä yksilötasolla että laajemmalla yhteiskunnallisella tasolla.

Suomessa on noin puoli miljoonaa alkoholin käyttäjää, jotka ylittävät alkoholin suurkulutuksen riskirajat (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023e). Suuren riskin taso on määritelty olevan miehillä 23–24 alkoholiannosta ja naisilla 12–16 annosta viikossa. Yksi annos on 12 grammaa puhdasta alkoholia. (Mäkelä & Niemelä 2022.) Suuren riskin tason alkoholiannosten määrä täyttyy miehellä juomalla esimerkiksi 3,5 pulloa mietoa viiniä ja naisilla juomalla 2 ja yksi kolmasosaa pulloa mietoa viiniä (Saarto & Ruokosalo & Seppä 2024). Lisäksi voidaan puhua alkoholin haitallisesta käytöstä sekä riskikäytöstä. Haitallisessa käytössä on tunnistettavissa selkeitä haittoja, mutta henkilön alkoholin käyttö jatkuu niistä huolimatta. Alkoholin riskikäyttöön taas liittyy huomattava riski alkoholiin liittyviin haittoihin. Tällöin riskikulutuksen raja ylittyy, mutta käyttäjällä ei ole merkittäviä alkoholihaittoja. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023a.) Alkoholin käyttöön liittyen voidaan puhua myös ongelmakäytöstä, kun käyttö ylittää riskikäytön rajat. Kohtalaisen riskin tasona pidetään Suomessa miehillä 14 alkoholiannosta ja naisilla 7 alkoholiannosta viikossa. (Seppä & Saukkonen 2024.) Alkoholiin liittyvistä haitoista iso osa liittyy suurkulutuksen riskirajan ylittävään käyttöön. Huumeiden osalta vastaavia tutkimukseen perustuvia riskirajoja ei ole voitu asettaa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023e.)

Päihteiden käyttöä voidaan tunnistaa terveydenhuollossa AUDIT- ja DUDIT-kyselyiden avulla. World Health Organizationin (WHO) kehittämän AUDIT-kyselyn (Engl. Alcohol Use Disorders Identification test) avulla voidaan tunnistaa haitallista alkoholin käyttöä (World Health Organization 2001). AUDIT-testin maksimipistemäärä on 40 ja usein arvioidaan, että kun vastaajalla täyttyy 20 pistettä, suositellaan hänelle hoitoon hakeutumista. AUDIT-testin perusteella ei kuitenkaan voi varsinaisesti päätellä, että vastaaja olisi alkoholisti tai alkoholin suurkuluttaja, vaan se enemmän ohjaa vastaajaa pohtimaan alkoholin käyttöönsä riskirajan ylittyessä. (Päihdelinkki 2026.) DUDIT-testi (Engl. Drug Use Disorders Identification Test) on kehitetty tunnistamaan huumausaineiden haitallista käyttöä ja käytön määrää. Se on tarkoitettu käytettäväksi yhdessä AUDIT-testin kanssa. (Berman, Bergman, Palmstierna & Schlyter 2005, 22–23.) Testin maksimipistemäärä on 44 pistettä. Miehillä 6 pistettä ja naisilla 2 pistettä testistä viittaavat huumausaineiden käyttöön liittyviin ongelmiin. Yli 25 pistemäärä DUDIT-testistä viittaa riippuvuuteen useisiin huumausaineisiin. (Berman ym. 2005, 27.)

Päihteiden käytön puheeksiottoa ja mini-interventiota voidaan pitää yhtenä tehokkaimmista keinoista päihteiden käytön haittojen vähentämiseksi. Näiden tavoitteena on selvittää tarvetta tuelle ja luoda uskoa ihmisen omiin voimavaroihin. Puheeksiotto voi olla ammattilaisen tekemä keskustelualoite osana terveyden kartoitusta tai heränneen huolen perusteella. Päihteiden puheeksiotto voi toimia myös ennaltaehkäisevänä tekijänä, vaikka päihteen riskikäyttöä ei olisikaan. Mini-interventiossa kartoitetaan käytettävää päihdettä ja sen käyttötappaa ja -määrää. Apuna käytetään esimerkiksi strukturoituja kyselyitä, kuten AUDIT-kyselyä. Näiden pohjalta keskustellaan asiakkaan kanssa ja motivoidaan päihteen vähentämiseen tai lopettamiseen. Mini-intervention on tutkittu olevan vaikuttava tapa vähentää alkoholinkulutusta etenkin riskikäyttäjien ryhmässä ja sen laaja käyttö voisi jopa vähentää muun muassa alkoholiin liittyviä kuolemia ja terveydenhuollon käyntejä. Päihteiden käytön haittojen tunnistamiseksi aiheen puheeksiottoa tulee integroida erilaisiin palvelukokonaisuuksiin systemaattisesti. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023c.) Jo siis sillä, että päihteet ja niiden käyttö otetaan puheeksi erilaisissa palveluissa, on suuri merkitys käytön tunnistamisessa.

Lääketieteellisestä näkökulmasta määriteltynä sekä huume- että alkoholiriippuvuus määritellään päihteen usein toistuvana ja jatkuvana käyttönä riippumatta päihteen käytön aiheuttamista haitoista. Päihteen käyttöä on siis vaikeaa rajoittaa tai lopettaa, vaikka se aiheuttaisi erilaisia haittoja. Päihderiippuvuudessa kehittyy usein myös fysiologinen riippuvuus, eli kyky sietää päihteen vaikutuksia on kohonnut ja päihteen käytön lopettaminen

aiheuttaa vieroitusoireita. (Häkkinen 2023b.) Fysiologisen riippuvuuden kehittymisestä merkinä on vieroitusoireiden ilmeneminen. Alkoholin vieroitusoireisiin, jotka kestävät yleensä 2–7 päivää, lukeutuvat esimerkiksi hikoileminen, vapina, pahoinvointi ja oksentelu sekä nopea sydämen syke. (Häkkinen 2023a.) Huumeisiin liittyvät vieroitusoireet vaihtelevat eri huumeiden kohdalla, mutta ahdistuneisuus ja levottomuus ovat tavallisia vieroitusoireita (Häkkinen 2023b). Riippuvuus johonkin päihteeseen voi fysiologisen riippuvuuden lisäksi olla myös psykologista, joka pohjautuu päihteen kykyyn tuottaa hyvää oloa. Päihteestä riippuvainen ei kykene lopettamaan päihteen käyttöä, vaikka se aiheuttaisi haittoja ja halua lopettamiseen olisi. Riippuvuuden kehittymisen riskiä lisäävät monet psykiatriset häiriöt. (Häkkinen 2023b.)

Aiemmin esitelty Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen toteuttama Juomatapatutkimus tuottaa tietoa myös alkoholin käytön aiheuttamista haitoista. Juomatapatutkimus erittelee haittoja akuutteihin, usein humalaan liittyviin haittoihin ja pidempiaikaisen alkoholinkäytön aiheuttamiin kroonisiin haittoihin. Tutkimuksessa tunnistetaan, että haitoista voi kärsiä sekä alkoholin käyttäjä itse, mutta myös muut ihmiset ja yhteiskunta esimerkiksi sosiaalisten ja taloudellisten haittojen vuoksi. (Mäkelä & Jääskeläinen 2024, 26.)

Juomatapatutkimuksen tulokset osoittavat, että vuonna 2022 alkoholiin liittyviä kuolemia on ollut noin 30 kappaletta 100 000 asukasta kohti ja alkoholin aiheuttamien maksasairauksiin liittyviä kuolemia lähes 20 kappaletta 100 000 asukasta kohti. Alkoholikuolemissa on kuitenkin näkyntä parannusta ja alkoholikuolleisuus väheni vuodesta 2007 vuoteen 2017 asti. Tilastoissa on nähtävissä yhteys alkoholikuolleisuuden ja alkoholin kokonaiskulutuksen välillä. Kun kokonaiskulutus on vähentynyt, ovat myös alkoholiin liittyvät kuolemat vähentyneet. (Mäkelä & Jääskeläinen 2024, 27–28.) Yleisimmin Juomatapatutkimuksessa vastaajat kuitenkin raportoivat alkoholin käyttöön liittyviksi haitoiksi terveysongelmia, joita oli kokenut 7 % miehistä ja 5 % naisista (Warpenius & Härkönen 2024, 81). Huumeiden käyttöön liittyviä myrkytyskuolemia on vuonna 2021 tilastoitu yhteensä 206 kappaletta. Huumemyrkytyksiin kuolleiden lukumäärä on ollut kasvussa vuodesta 2017, jolloin niitä tilastoitiin 167 kappaletta. (Koskinen & Virtanen 2023, 73.) Kuolleisuus alkoholiin liittyviin sairauksiin ja tapaturmiin on siis huomattavasti yleisempää kuin huumausaineisiin liittyvät myrkytyskuolemat, vaikka ne ovatkin olleet kasvussa.

Alkoholin ja muiden päihteiden käyttö aiheuttaa kuitenkin myös muita haittoja käyttäjälle, kuin vain terveyteen liittyviä. Haitat voivat olla sosiaalisia. Juomatapatutkimuksessa vastaajat

raportoivat alkoholin käyttöön liittyviksi haittoiksi toiseksi eniten ongelmina kotona tai parisuhteessa. Humalahaitoista yleisimmin on raportoitu katumusta puheistaan tai teoistaan alkoholin käytön yhteydessä, jota on kokenut yli viidesosa vastaajista. Moni vastaajista kertoo joutuneensa riitaan alkoholin käytön yhteydessä. (Warpenius & Härkönen 2024, 81–83.) Sosiaalisia haittoja voi koitua päihteidenkäytöstä myös muille, kuin päihteiden käyttäjälle. Vuoden 2008 Juomatapatutkimuksesta selviää, että jopa neljäsosa naisista ja kuudesosa miehistä oli tullut päihtyneen henkilön ahdistelun ja kiusaamisen kohteeksi. Lisäksi huomattava osa vastaajista kertoi pelänneensä kohtaamiensa päihtyneitä kadulla tai muulla julkisella paikalla. (Tigerstedt & Huhtanen 2013, 92.) Huumeiden käytöstä liittyvistä haitoista läheisille on raportoitu muun muassa huolta tuntemansa henkilön huumeiden käytöstä ja väkivallan pelkoa (Hakkarainen & Jääskeläinen 2013, 107). Päihteiden käytön vaikutuksia ja haittoja perheissä käsittelen enemmän alaluvussa 2.3.

Jo alkoholin ja päihteiden käytön aiheuttamat terveyshaitat aiheuttavat myös yhteiskunnallisia ja taloudellisia haittoja. Päihteiden käytön taloudellisia haittoja voidaan tarkastella päihdehaittakustannusten kautta. Päihdehaittakustannukset ovat kustannuksia, joita ei olisi syntynyt ilman päihteiden käyttöä, ja ne aiheutuvat suurelta osin päihdehaittojen hoitamisesta ja korjaamisesta (Jääskeläinen 2012, 1–2). Jo pelkästään alkoholin käytön haittojen kustannusten on arvioitu olleen 638–940 miljoonaa euroa vuonna 2020. Nämä kustannukset jakautuvat muun muassa terveydenhuollon kustannuksiin, eläkkeisiin ja sairauspäivärahoihin sekä sosiaalipalveluihin ja sosiaaliturvaan. Myös järjestyksen ja turvallisuuden ylläpitoon sekä oikeusjärjestelmään ja vankeinhoitoon liittyy suuret haittakustannukset. (Koskinen & Virtanen 2023, 92.) Lisäksi kustannuksia aiheutuu alkoholiehtoisista tapaturmista, alkoholin käyttöön liittyvien väkivallan uhrien terveydenhuoltokustannuksista ja rattijuopumusonnettomuuksien alkoholiehtoisista haittakustannuksista vakuutusyhtiöiden maksamina korvauksina ja loukkaantuneiden terveydenhoitokuluina. Tällaisten onnettomuuksien ja rikosten osuus haittakustannuksista on ollut vuonna 2010 yhteensä 342 miljoonaa euroa. (Jääskeläinen 2012, 1–4.) Huumeiden haittakustannukset ovat olleet vuonna 2020 noin 430–638 miljoonaa euroa, joista suurimmat menoerät ovat olleet sosiaalipalvelut ja sosiaaliturva sekä järjestyksen ja turvallisuuden ylläpito (Koskinen & Virtanen 2023, 93). Päihteiden käytön yhteiskunnalliset kustannukset ovat siis huomattavia.

Mielenkiintoinen yhteiskunnallinen näkökulma alkoholihaittojen vähentämiseen liittyy alkoholilakiin. Lain ensimmäiseen pykälään on kirjattu sen tarkoitus: ”*Tämän lain tarkoituksena on vähentää alkoholipitoisten aineiden kulutusta rajoittamalla ja valvomalla*

niihin liittyvää elinkeinotoimintaa alkoholin käyttäjilleen, muille ihmisille ja koko yhteiskunnalle aiheuttamien haittojen ehkäisemiseksi” (Alkoholilaki 1102/2017, 1 §). Alkoholilaki rajoittaa yli 2,8 tilavuusprosenttia alkoholia sisältävien alkoholijuomien vähittäismyyntiä. Se on sallittua kello yhdeksästä aamulla kello yhdeksään illalla. Lisäksi alkoholin anniskeluaikaa on rajoitettu. Laissa säännellään myös alkoholin markkinointia, väkevien alkoholijuomien markkinointi on kiellettyä ja mietojen alkoholijuomien markkinointi sallittua vain tiettyjen ehtojen toteutuessa. (Alkoholilaki 1102/2017, 42 §, 43 §, 50 §.) Tutkimuksessa on lisäksi todettu, että alkoholin myynnin yksinoikeusjärjestelmä on tekijä, joka vähentää alkoholinkäyttöä ja näin myös alkoholiin liittyviä haittoja. Käytännössä tämä tarkoittaa vahvempien alkoholijuomien vähittäismyynnin rajoittamista Suomessa siten, että sitä hoitaa vain valtion alkoholiyhtiö Alko Oy. (Mäkelä, Warpenius & Karlsson 2022, 1.) Alkoholiin liittyvien haittojen määrää pyritään siis säätämään erilaisilla alkoholipoliittisilla toimilla ja sääntelyllä.

Myös huumausainelakiin on kirjattu huumeiden aiheuttamien haittojen vähentäminen terveyden näkökulmasta: *”Tämän lain tavoitteena on huumausaineiden laittoman Suomeen tuonnin, Suomesta viennin, valmistuksen, levittämisen ja käytön ehkäiseminen sekä muiden huumaantumistarkoituksessa käytettävien aineiden aiheuttamien terveysriskien vähentäminen”* (Huumausainelaki 373/2008 1 §). Huumausainelaki määrää, että muun muassa huumausaineiden käyttö, hallussapito ja valmistus ovat kiellettyjä Suomessa (Huumausainelaki 373/2008, 5 §). Vaikka huumausaineiden käyttö onkin kiellettyä laissa, ovat niiden aiheuttamat haittakustannukset ja muut yhteiskunnalliset ja yksilölliset vaikutukset silti ilmeisiä tilasto- ja tutkimustietojen valossa.

Riippuvuuden ja päihteiden käytön haittojen monenlaiset tasot kuvaavat, kuinka moniulotteisesta ilmiöstä on kyse. Päihteiden käytön haitat eivät rajoitu vain yksilöön, päihteiden käyttäjään, vaan ne ilmenevät lisäksi sekä läheisten kokemina että yhteiskunnallisella tasolla aiheuttaen myös valtavia taloudellisia kustannuksia.

2.3 Perheet, joissa vanhempi tai vanhemmat käyttävät päihteitä ja sen vaikutukset lapsiin

Tarkastelen tässä tutkielmassa päihteiden käyttöä lapsiperheiden kontekstissa.

Tilastokeskuksen määritelmä lapsiperheelle on seuraavanlainen: ”Lapsiperhe on perhe, johon kuuluu vähintään yksi kotona asuva alle 18-vuotias lapsi” (Tilastokeskus 2025a). Vuonna 2024 lapsiperheitä on Suomessa ollut 547 913 (Tilastokeskus 2025b). Alle 18-vuotiaita

Suomessa oli vuoden 2022 lopussa 1 026 192 (Pietiläinen & Wallenius 2024). Aiemmassa suomalaisessa tutkimuksessa päihteiden käyttöön liittyen on usein käytetty termiä päihdeperhe. Tällä termillä viitataan perheeseen, jossa vanhempi tai vanhemmat käyttävät päihteitä. (ks. Orjasniemi & Kurvinen 2017; Holmila, Bardy & Kouvonen 2008.) Tämä termi kuitenkin leimaa liiaksi koko perhettä vanhemman päihteiden käytön värittämäksi, vaikka sen vaikutukset perheissä ovatkin kiistattomia. Uudemmassa tutkimuksessa tämä käsite onkin tunnistettu leimaavaksi ja stigmaa ylläpitäväksi (Ruisniemi & Kuusisto 2022, 262). Stigmalla viitataan päihdeongelmiin liittyviin ennakkoluuloihin ja syrjintään (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2025b).

Myös Ehkäisevän päihdetyön järjestöverkosto suosittelee välttämään käsitettä päihdeperhe ja ehdottaa käsitteenä käytettävän perhettä, jossa on päihteiden käyttöä. Vaihtoehdoisen käsitteen taustalla on ajatusta siitä, että perheissä, joissa käytetään päihteitä, tehdään myös arkisia asioita ja ihmisellä on myös muita ominaisuuksia, kuin päihteiden käyttö. (Ehkäisevän päihdetyön järjestö 2023.) Käsitteen päihdeperhe leimaavuuden vuoksi käytänkin tässä tutkielmassa käsitettä perhe, jossa vanhempi tai vanhemmat käyttävät päihteitä, sillä kohdistan aiheen juuri vanhempien päihteiden käyttöön. Näin aiheen käsittely ei rajaudu myöskään pelkästään esimerkiksi alkoholiin tai huumeisiin tai ainoastaan äidin tai isän päihteiden käyttöön.

2.3.1 Lapset vanhemman päihteiden käytön varjossa

Suomessa lapsen näkökulmaa vanhemman päihteiden käytön varjossa on tuonut esille vuonna 1986 aloitettu Lasinen lapsuus -toiminta. Toiminta pyrkii sekä tukemaan lapsia ja vaikuttamaan vanhempiin että tuottamaan tietoa ammattilaisille lasten kohtaamiseen. Keskeistä Lasinen lapsuus -toiminnassa on myös tuoda lapsen avuntarpeen ensisijaisuutta esiin. (A-klinikkasäätiö 2025.) Kohderyhmänä toiminnassa ovat kaikki päihteiden liikkakäyttöä lapsuuden kodissaan kokeneet (Saarto 2010, 6). Lapsi, lapsen mielipiteet, näkemykset ja avuntarpeet tunnustetaan siis perheissä, joissa vanhempi tai vanhemmat käyttävät päihteitä.

Rekisteritutkimustulokset osoittavat, että Suomessa on noin 90 000 lasta, joiden vanhemmalla on tällä hetkellä tai ollut aiemmin vakava päihdeongelma. Nämä luvut pohjautuvat vuonna 2002 syntyneiden lasten ja heidän vanhempiansa rekisteritietoihin. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2024b.) Lisäksi rekisteritietojen pohjalta on arvioitu, että vähintään 42 000 lasta elää lapsuutta, jossa vanhemman päihdeongelma on ajankohtaisesti läsnä. Suurin osa rekisterimerkinnöistä liittyy alkoholin käyttöön. Lukua on arvioitu muun muassa

terveydenhuollon ja sosiaalihuollon hoitoilmoitusrekisteissä olevien alkoholin tai huumeiden ongelmakäyttöön liittyvien diagnoosien, kuolemansyyrekisterin merkinnöistä päihde-ehdoisesta peruskuolemansyystä ja Kelan rekisterissä olevista merkinnöistä alkoholi- tai huumeongelman hoitoon tarkoitettun lääkkeen ostosta. (Raitasalo 2024, 1–2.)

Suuri määrä lapsia elää siis tälläkin hetkellä lapsuutta, jota värittää vanhemman päihdeongelma. Ilmiö on todennäköisesti vielä tätäkin suurempi, sillä nämä rekisteritiedot ottavat huomioon vakavat päihdeongelmat, jolloin päihteiden käyttö, joka voi kuitenkin olla haitallista lapsen näkökulmasta, jää piiloon. Nämä rekisteritietoihin pohjaavat luvut eivät ota siis huomioon vanhemman päihdeongelmaa, mikäli ongelma ei ole tullut ilmi esimerkiksi terveydenhuollossa (Raitasalo 2024, 4). Tutkimustulokset tukevat sitä, että esimerkiksi alkoholin tavallisin käyttöympäristö on koti ja suurin osa kulutetusta alkoholista käytetään juuri kotona (Warpenius & Mäkelä 2018, 113–114). Koska alkoholin käyttö painottuu kotiympäristöön, joutuvat lapset sitä myös usein todistamaan. Näin ollen voidaan myös olettaa, että vanhemman alkoholin käyttö vaikuttaa keskeisesti myös lapseen. Vuoden 2016 Juomatapatutkimuksen perusteella esimerkiksi alkoholin suurkuluttajien ryhmässä 64 % humalakerroista on raportoitu olevan sellaisia, että läsnä on ollut myös lapsia (Raitasalo 2018, 130). Varsin suuri osa humalakerroista on siis ollut sellaisia, että lapsia on ollut läsnä.

2.3.2 Vanhemman päihteiden käytön vaikutukset lapseen

Kuten aiemmin todettu, päihteiden käytön vaikutukset eivät rajaudu vain päihteiden käyttäjään. Perheissä, joissa vanhempi tai vanhemmat käyttävät päihteitä, lapset ovat erityisen alttiita näille päihteiden käytön vaikutuksille (Raitasalo & Holmila 2017, 17). Vanhemman päihteiden käyttö voi olla lapselle haitallista, vaikka vanhempi ei kohtaisikaan siihen liittyviä haittoja. Esimerkiksi alkoholin osalta vanhemman kohtuullinenkin alkoholin käyttö voi olla lapsen näkökulmasta liiallista (Saarto ym. 2024).

Vanhemman päihteiden käytön vaikutuksia lapsiin on tutkittu pitkälti sen haittojen kautta. Suomessa aihetta on nostettu esille esimerkiksi A-klinikkasäätiön Lasinen lapsuus -toiminnan myötä, joka on nostanut esille lasten kokemuksia vanhemman päihteiden käytöstä. (Saarto 2009, 7). Suomessa tutkimus on keskittynyt suurelta osin alkoholin käyttöön ja sen vaikutuksiin. Esimerkiksi Itsenäisyyden juhluvuoden lastenrahaston säätiön (ITLA) käynnistämän tutkimusohjelman osana Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen ja Alkon toteuttama tutkimushanke Sata lasissa – varttuminen suomalaisessa alkoholikulttuurissa on tuottanut paljon tietoa alkoholin käytön vaikutuksista koko perheeseen sekä lapsiin (ks. esim.

Raitasalo, Holmila & Jääskeläinen 2016, 83–96). Hankkeen tutkimuksissa on tutkittu myös nuorten omia kokemuksia vanhemman päihdeongelmasta sekä selviytymiskeinoja (Simonen ym. 2016, 65–82).

Vanhemman päihteiden käytöllä on monia vaikutuksia lapsiin perheissä. Vaikutukset voivat olla hyvin kauaskantoisiakin. Vanhemman päihteiden käytön vaikutukset lapseen voivat olla fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia. Vanhemman päihdeongelma voidaan nähdä sosiaalisena ongelmana, joka uhkaa hyvää lapsuutta (Kataja 2012). Se voi aiheuttaa esimerkiksi puutteita vanhempana toimimisena sekä turvallisen ympäristön ja fyysisiin ja psyykkisiin tarpeisiin vastaamisen turvaamisessa lapselle (Ranta & Raitasalo 2015, 591).

Vanhempansa päihteiden käyttöä todistaneet lapset ovat raportoineet kokeneensa vanhemman väkivaltaisuutta sekä itseensä kohdistuvana väkivaltaa että vanhempien välisiä riitoina ja pelkoa näihin liittyen (Holmila & Ilva 2010, 50–51). Lisäksi etenkin äidin alkoholin väärinkäyttö on yhteydessä lapsen kaltoinkohteluun ja laiminlyöntiin (Christoffersen & Soothill 2003, 112). Vanhemman päihdeongelma on yhteydessä myös muihin lapsuuden haitallisiin kokemuksiin. Etenkin vanhemman haitallisen alkoholin käytön on todettu olevan yhteydessä moniin kielteisiin lapsuuden kokemuksiin, kuten fyysiseen, sanalliseen ja seksuaaliseen kaltoinkohteluun, fyysisten tarpeiden laiminlyöntiin ja perheenjäsenen vankilaan joutumiseen. Riski näihin on suurempi, mikäli kumpikin vanhempi käyttää päihteitä. Vanhemman päihteiden käyttö voi siis uhata lapsen mahdollisuutta turvalliseen kasvu-ympäristöön. (Dube, Anda, Felitti, Croft, Edwards & Giles 2001, 1631–1633.)

Vanhemman päihteiden käyttö on yhteydessä myös lapsen sairaalahoidon tarpeelle. Se lisää riskiä sekä tauteihin, vammoihin että psyykkisiin sairauksiin liittyviin sairaalakäynteihin. Riski on suurimmillaan, jos kummallakin vanhemmalla on päihteiden ongelmakäyttöä, mutta pelkän äidin päihdeongelma ennustaa sairaalahoidon tarvetta enemmän kuin isän. Se, että vanhemman päihteiden käyttö lisää riskiä vammoihin liittyvään sairaalahoitoon, voi ilmentää puutteita lapsen huolehtimisessa ja jopa lapseen kohdistuvaa väkivaltaa ja kaltoinkohtelua. (Raitasalo & Holmila 2017, 19–21.)

Päihteiden käyttö raskauden aikana voi vaarantaa sikiön kehitystä ja kasvua sekä lisätä riskiä raskausajan häiriöihin. Alkoholi on tunnistettu yhdeksi eniten haittoja aiheuttavaksi päihteeksi. (Tiitinen 2024.) Yhtenä olennaisena fyysisenä vaikutuksena äidin alkoholin käyttö raskausaikana voi johtaa fetaalialkoholioireyhtymään (FASD, Fetal alcohol spectrum disorders), jonka vaikeusaste voi olla monimuotoinen. Sen diagnosointikriteereihin on

sisällytetty varmistettu runsas alkoholiastutus. Fetaalialkoholioireyhtymä voi aiheuttaa lapselle hyvin monenlaisia oireita, joita voi olla esimerkiksi aivojen rakennepoikkeama tai kasvun häiriö. Osittaisen fetaalialkoholioireyhtymän diagnosikriteereihin lukeutuvat myös oppimiskyvyn tai käyttäytymisen häiriöt, kuten vaikeus monimutkaisten tehtävien suorittamisessa ja vuorovaikutussuhteiden vaikeudet, jotka eivät selity ympäristötekijöillä tai perinnöllisillä tekijöillä. (Hoyme, May, Kalberg, Wendy, Kodituwakku, Gossage, Trujillo, Phyllis, Buckley, Miller, Aragon, Khaole, Viljoen, Jones & Robinson 2005 Suomalaisen Lääkäriseura Duodecimin 2025 mukaan.) Lisäksi huumeiden käyttö raskauden aikana voi lisätä riskiä pienipainoisuuteen ja sikiön kohtukuolemaan (Tiitinen 2024). Päihteiden käyttö raskauden aikana siis altistaa lapsen monenlaisille haitoille.

Lapsen psyykkiseen kehitykseen liittyen vanhemman, etenkin äidin, jolla on päihdeongelma, on todettu olevan yhteydessä lapsen psyykkisen kehityksen (engl. disorders of psychological development) sekä käytös- ja tunnehäiriöihin, (engl. behavioural and emotional disorders) joita on esimerkiksi aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö ADHD. Psyykkisen kehityksen häiriöitä tässä yhteydessä ovat esimerkiksi oppimisen vaikeudet ja kielen kehitykseen liittyvät häiriöt. (Ranta & Raitasalo 2015. 595–598.) Äidin päihteiden käyttö, olipa päihderiippuvuus vakava tai lievä, nostaa lapsen riskiä mielenterveyden häiriöihin enemmän kuin isän. Toisaalta keskeistä on huomata, että kumman tahansa vanhemman päihteiden käyttö on yhteydessä kielteisiin vaikutuksiin lapsen psyykkisessä hyvinvoinnissa. (Raitasalo ym. 2019, 916–918.)

Myös ajankohdalla, jolloin lapsi on altistunut vanhemman päihteiden käytölle tai päihdeongelmalle, on vaikutusta lapsen myöhempään psyykkiseen sairastumiseen. Vaikka lapsen altistuminen vanhemman päihteiden käytölle nostaa riskiä psyykkiseen sairastavuuteen, etenkin altistuminen 0 ja 12 ikävuoden välillä on yhteydessä suurempaan riskiin saada jokin psyykkinen diagnoosi myöhemmin elämässä. (Manhica, Lundin, Wennberg & Danielsson 2024, 158.) Tämä voi osoittaa, että lapset ovat erityisen haavoittuvia vanhemman päihteiden käytön vaikutuksille varhaisemmassa lapsuudessa (Manhica ym. 2024, 160).

Sosiaalisiin vaikutuksiin liittyen vanhemman päihteiden käytön on nähty aiheuttavan ongelmia kaverisuhteissa esimerkiksi häpeän ja syrjinnän vuoksi. Lisäksi lapset ovat raportoineet tunteita siitä, että lapsuus on loppunut liian aikaisin, kun on joutunut huolehtimaan sisaruksista ja ottamaan vastuuta kotitöistä, kun vanhempi ei ole siihen kyennyt.

(Holmila & Ilva, 2010, 50–51.) Toisaalta tutkimuksissa on todettu myös, että vanhemman vakava päihdeongelma on yhteydessä siihen, että vanhempi ei asu lapsen kanssa, joka voi osaltaan suojata lasta vanhemman päihteiden käytöltä (Raitasalo ym. 2019, 916, 919). Sekä isän että äidin alkoholin väärinkäytöllä on nähty olevan yhteys perheen hajoamiseen, mutta isän alkoholin käytöllä vaikuttaisi olevan hieman suurempi vaikutus (Christoffersen & Soothill 2003, 113).

Vanhemman päihteiden käyttö voi olla yhteydessä myös lapsen koulumenestykseen. Sekä äidin että isän alkoholiin liittyvän sairaalahoidon tarpeen on todettu olevan yhteydessä lapsen huonompiin kouluarvosanoihin ja heikompaan suoriutumiseen matematiikan valtakunnallisesta kokeesta. Riski huonompiin kouluarvosanoihin kasvaa, mikäli kummallakin vanhemmalla on ollut alkoholiin liittyvä sairaalahoidon tarve. Lisäksi jopa 20 % lapsista, joiden vanhempi oli joutunut alkoholiin liittyvien syiden vuoksi sairaalaan, eivät saaneet kelpoisuutta siirtyä toisen asteen opintoihin. Tämä määrä on jopa kolminkertainen määrä verrattuna lapsiin, joiden vanhemmilla ei ollut alkoholiin liittyvää sairaalakäyntiä. (Berg ym. 2016, 1798–1800.) Näin ollen vanhemman päihteiden käyttö voi vaikuttaa myös lapsen tulevaisuuteen akateemisen suoriutumisen osalta. Lisäksi vanhemman päihdeongelmalle altistuminen etenkin alle 17-vuotiaana lisää jäädä työn ja opiskelun ulkopuolelle varhaisessa aikuisiässä. Riski on suurin 17–19 vuoden iässä. Vanhemman päihdeongelmalle altistuminen lisää siis riskiä olla NEET. (Welford, Danielsson & Manhica 2022, 2050–2053.) NEET (Engl. Not in Employment, Education or Training) tarkoittaa, että henkilö ei ole ”*työssä, tutkintoon johtavassa koulutuksessa eikä kurssikoulutuksessa*” (Tilastokeskus 2026).

Vanhemman päihteiden käytön vaikutukset voivat olla psyykkisen sairastavuuden, koulumenestyksen ja fyysisten haittojen kautta hyvin kauaskantoisiakin. Lisäksi on todettu, että vaikutuksiin liittyy kohonnut riski lapsen myöhempään päihteiden käyttöön. Esimerkiksi vanhemman alkoholin käyttö lisää riskiä lapsen myöhempään alkoholiriippuvuuteen tämän elämän aikana. Riski on suurempi, jos kummallakin vanhemmalla on ollut päihdeongelma. (Thompson, Alonzo, Grant & Hasin 2013, 301–302.) Vanhemman päihteiden käyttö voi olla yhteydessä myös taloudellisiin vaikeuksiin. Varsinkin äidin vakava päihdeongelma on yhteydessä taloudellisten vaikeuksien riskiin enemmän kuin lievempi (Raitasalo ym. 2019, 916).

Perheessä vanhemman päihteiden käyttö voi olla ulospäin näkyvää ja kuuluvaa esimerkiksi humalassa metelöivien vanhempien vuoksi (Kataja 2012, 103.) Toisaalta se voi olla piiloteltua eikä näy ulkopuolelle. Lapset ovat itse raportoineet tuntevansa häpeää ja pelkoa päihteiden käytöstä puhumisesta muille. Lasta voi pelottaa kavereiden reaktio ja kaverisuhteiden menettäminen asioista kertoessa tai vanhemman reaktio ja suuttuminen, jos aiheesta puhuu perheen ulkopuolella. (Holmila & Ilva 2010, 54–55.) Näin ollen lapsen näkökulmasta vanhemman haitallinen päihteiden käyttö voi jäädä näkymättömiin.

Kati Katajan (2012) väitöskirjan aineistosta huostaanottoasiakirjoista selviää, että lastensuojeluilmoitukset koskivat useimmiten vanhemman tai vanhempien päihteiden käyttöä. Ilmoituksissa on kuvattu esimerkiksi lasten heitteille jättöä ja hoidon laiminlyöntiä, joka liittyy päihteiden käyttöön. Ilmoituksissa on nostettu esiin muun muassa huolta lasten kasvatuksesta, riittävästä ruuasta ja yksin jätetyistä lapsista. Nämä lastensuojeluilmoitukset, jotka liittyvät vanhemman päihteiden käyttöön ovat usein olleet tie lastensuojelun piiriin. Aineiston perusteella vanhemman päihteiden käyttö oli jopa yleisin syy lastensuojeluasiakkuuden alkamiselle. (Kataja 2012, 138.) Vanhemman päihteiden käyttö voi siis tulla ilmi myös lastensuojeluilmoituksen kautta, jolloin perhe pääsee myös avun piiriin.

Vanhemman päihteiden käytöllä on monenlaisia vaikutuksia lapseen perheissä, joissa vanhempi tai vanhemmat käyttävät päihteitä. Vanhemman päihdeongelman varjossa elävien lasten on todettu kuitenkin myös kehittävän erilaisia toimintatapoja ja -malleja, joiden avulla he pyrkivät suojautumaan vanhemman päihteiden käytön vaikutuksilta. Selviytymiskeinoja on kuvattu mm. A-klinikkasäätiön Lasinen lapsuus -toiminnan tutkimuksissa. Näitä lasten selviytymiskeinoja tarkastelen enemmän luvussa 3.

2.4 Päihde- ja riippuvuuspalvelut päihteiden käyttäjille ja heidän läheisilleen

Hyvinvointialueet tuottavat sosiaalipalveluina päihde- ja riippuvuustyön palveluita, jonka valtakunnallisesta ohjauksesta, suunnittelusta ja valvonnasta vastaa sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaalihuollon päihde- ja riippuvuustyön tavoitteina on esimerkiksi vastata päihteiden käytöstä aiheutuvaan tuen tarpeeseen ja tukea päihdeettömyyttä sekä vähentää riippuvuuskäyttäytymiseen ja päihteisiin liittyviä turvallisuutta ja hyvinvointia vaarantavia tekijöitä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2025.)

Sosiaalihuollon päihde- ja riippuvuustyöstä säädetään sosiaalihuoltolaissa. Se velvoittaa, että hyvinvointialueiden järjestämisvastuulle kuuluvat päihde- ja riippuvuustyö, päihde- ja

riippuvuustyön erityisiä palveluja sekä päiväkeskuspalvelua päihdetyön erityisenä palveluna (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014, 14 §). Laki velvoittaa myös, että sosiaalipalveluja on järjestettävä muun muassa sekä päihteiden ongelmakäytöstä aiheutuvaan tuen tarpeeseen, että tuen tarpeessa olevien henkilöiden omaisten ja läheisten tukemiseksi (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014, 11 §). Myös lain tasolla on siis huomioitu päihteiden käyttäjien läheisten tuen tarve.

Ensisijainen vastuu lapsen hyvinvoinnista on lapsen vanhemmilla sekä muilla huoltajilla ja perheiden ja lasten kanssa toimivien viranomaisten tulee tukea vanhempia kasvatustehtävässä, tarjottava perheelle tarvittavaa apua riittävän varhain ja ohjattava lapsi ja perhe lastensuojelun piiriin tarvittaessa. Lastensuojelun tehtävänä on tukea vanhempia lapsen kasvatuksessa ja huolenpidossa erilaisin tukitoimin ja palveluin. Tavoitteena on lisäksi turvata lapsen oikeutta turvalliseen kasvuympäristöön ja tasapainoiseen kehitykseen. (Lastensuojelulaki 417/2007, 1–2 §.) Lastensuojelun palveluin ja tukitoimin voidaan siis tukea myös lapsia, jotka asuvat perheissä, joissa vanhemman päihteiden käyttö uhkaa lapsen tasapainoista kasvua ja kehitystä. Lisäksi lapsia ja perheitä voidaan tukea myös sosiaalihuoltolain mukaisten palvelujen avulla. Laki ohjaa ottamaan lasta koskevissa toimissa huomioon lapsen edun ja kiinnitettävä huomiota siihen, millaiset ratkaisut turvaavat parhaiten muun muassa turvallisen kasvuympäristön sekä järjestämään sosiaalipalveluja lapsen tasapainoisen kehityksen ja hyvinvoinnin tukemiseksi (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014, 5 §, 11 §).

Sosiaalihuoltolain lisäksi päihde- ja riippuvuusstrategiaan on kirjattu tavoitteiksi muun muassa varmistaa läheisten ja omaisten oikeutta tukeen ja palveluihin sekä tukea lasten ja nuorten oikeutta päihdeettömään kasvuympäristöön (Kotovirta ym. 2021, 14–15). Päihde- ja riippuvuusstrategia on sosiaali- ja terveysministeriön valmisteleva strategia, joka asettaa tavoitteita ja painopisteet politiikkatoimille ja kehittämistyölle liittyen päihteisiin ja riippuvuuksiin. Strategian keskeisenä tavoitteena on vähentää riippuvuuksista ja päihteiden käytöstä aiheutuvia haittoja, riskejä ja ongelmia. (Kotovirta ym. 2021, 7.)

Sosiaalihuollon päihde- ja riippuvuustyön erityiset palvelut täydentävät muita päihteiden ongelmallisen käytön vuoksi tarvittavia tai päihdeettömyyttä tukevia sosiaalipalveluita. Erityiset palvelut ovat palveluita, joita kohdennetaan päihteiden ongelmakäytöstä johtuvaan tuen tarpeeseen. Erityisinä palveluina tulee järjestää sosiaalityötä, sosiaaliohjausta, asumispalveluja ja sosiaalista kuntoutusta avo- tai laitospalveluina. Erityisenä palveluna tulee järjestää myös päiväkeskuspalvelua, jossa tarjotaan sosiaaliohjausta sekä perustarpeisiin

vastaamista. Näissä päiväkeskuksissa on oikeus asioida nimettömänä ja palvelua on järjestettävä myös päihtyneille. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2025.)

Lisäksi laissa ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015) säädetään ehkäisevästä päihdetyöstä ja sen järjestämisestä. Päihde- ja riippuvuushoito, eli avo- ja laitospalvelut, joista voi saada kuntoutusta ja hoitoa riippuvuuteen, kuuluvat terveydenhuollon vastuulle (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2024a). Päihde- ja riippuvuushoitoa ohjaa terveydenhuoltolaki (1326/2010), joka velvoittaa hyvinvointialueita järjestämään terveydenhuoltoon sisältyvää ohjausta ja neuvontaa koskien esimerkiksi päihhteettömyyttä ja päihhteisiin ja riippuvuuksiin liittyviä terveyttä vaarantavia tekijöitä. Laki velvoittaa myös järjestämään päihde- ja riippuvuushäiriöiden ehkäisemisen, tutkimuksen, hoidon ja kuntoutuksen monimuotoisina palveluina. Terveydenhuoltolakiin on kirjattu, että päihde- ja riippuvuushoitoa on ”*annettava henkilön, hänen perheensä ja muiden läheistensä tuen, hoidon- ja kuntoutustarpeen perusteella*” (Terveydenhuoltolaki 1326/2010, 28 §).

Samanaikaisesti henkilöllä voi olla tarvetta sekä terveydenhuollon että sosiaalihuollon palveluille. Sosiaalihuoltolaki ja terveydenhuoltolaki selkeyttävät sosiaalihuollon sekä terveydenhuollon rooleja riippuvuus- ja päihdetyössä sekä -hoidossa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2026.) Sosiaalihuoltolaki (1031/2014, 11 §) ohjaa myös suunnittelemaan ja toteuttamaan sosiaalihuollon päihde- ja riippuvuustyötä siten, että ”*se muodostaa toimivan kokonaisuuden muun sosiaali- ja terveydenhuollon kanssa sekä hyvinvointialueella ja kunnissa tehtävän ehkäisevän päihdetyön kanssa*”.

Päihhteiden käyttäjien läheisten tuen tarvetta ei olla unohdettu. Sen lisäksi, että sosiaalihuoltolaki (1031/2014, 11 §) huomioi myös päihhteiden käyttäjien läheisten ja omaisten tuen tarpeen, on läheisille tarjolla monia vertaistukiryhmiä. Näissä vertaistukiryhmissä päihhteiden käyttäjien läheiset voivat saada tukea esimerkiksi tunteiden käsittelyyn ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Alkoholistien läheisille on suunnattu muun muassa Al-Anon -järjestön sekä A-kiltojen vertaistukiryhmät ja -toiminta. Huumeiden käyttäjien läheisille vertaistukiryhmiä järjestää esimerkiksi Irti huumeista ry. (Päihdelinkki 2025.)

Lastensuojelun avohuollon tukitoimena perheelle voidaan myös järjestää tarpeen mukaan perhekuntoutusta (Lastensuojelulaki 417/2007, 36 §). Lastensuojelun avohuollon tukitoimien keskeisenä tavoitteena on ”*edistää ja tukea lapsen myönteistä kehitystä sekä tukea ja vahvistaa vanhempien, huoltajien ja lapsen hoidosta ja kasvatuksesta vastaavien henkilöiden kasvatustaitoja ja -mahdollisuuksia.*” (Lastensuojelulaki 417/2007, 34 §) Perhekuntoutusta

järjestää esimerkiksi VAK ry:n Kankaanpään A-koti, jossa yhdistyy riippuvuus- ja perhekuntoutus. Kuntoutuksen tavoitteena on sekä hoitaa vanhemman riippuvuussairautta että tukea muutosta ja vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta ja kiintymyssuhdetta. (VAK ry 2025.) Laitosmuotoinen päihdekuntoutus voi siis olla myös perheitä kokonaisuudessaan kuntouttavaa ja osallistavaa.

3 Suojaavat tekijät ja resilienssi

Oleennaista on huomata, että lapset eivät ole aina vain vanhemman päihteiden käytön uhreja, vaan monilla lapsilla on keinoja suojella itseään vanhemman päihdeongelman vaikutuksilta. Yhtenä lasta suojaavana tekijänä voidaan ajatella resilienssiä, eli kykyä pärjätä vaikeistakin kokemuksista ja vastoinkäymisistä huolimatta. Se auttaa vaikeita tilanteita kohdatessa säilyttämään tasapainon. (Joutsenniemi & Lipponen 2015, 2515; Bonanno 2008, 101.) Resilienssiä voidaan ajatella eräänlaisena lapsen sisäisenä mekanismina, joka auttaa vastoinkäymisistä huolimatta pärjäämisessä. Tässä luvussa käsittelen resilienssiä ja lasta suojaavia tekijöitä vaikeita kokemuksia kohdatessa.

3.1 Resilienssi ja sitä tukevat suojaavat tekijät

Resilienssiä voidaan ajatella kykynä päästä eteenpäin vaikeuksista huolimatta ja vaikeuksien kanssa. Se on kykyä kohdata ja selvitä vaikeuksista poistamatta kuitenkaan niiden aiheuttamaa surua ja tuskaa. Resilienssi on lisäksi dynaaminen prosessi ja ihminen voi olla resilientti tai resilientimpi jollain elämänalueella, kuin toisella. (Lipponen 2020.) Se voi myös muuttua ajan myötä ja siihen vaikuttavat sekä geneettiset tekijät että ympäristötekijät (Mrazek & Mrazek 1987, 357). Resilienssi eroaa vaikeista tilanteista toipumisesta siten, että resilienssin avulla vaikeassakin tilanteessa yksilön psyykkinen tasapaino säilyy, kun taas toipumisessa tasapaino on jossakin vaiheessa järkkynyt (Bonanno 2008, 101–102).

Resilienssi voi ilmetä monilla tavoilla ihmisen ajattelutavoissa. Keskeisiä ajattelutapoja ovat esimerkiksi tulevaisuuteen suuntautuminen ja muutoksen ja kriisien ymmärtäminen osana elämäntulkua. Lisäksi ongelmanratkaisutaito ja myönteinen näkemys itsestä kuuluvat niin sanottuun resilienttiin ajattelutapaan. (Lipponen 2020.) Nämä ajattelutavat ovat yhteydessä myös sitkeyteen. Sitkeys taas voidaan nähdä persoonallisuuden piirteenä, joka auttaa vähentämään vaikeiden kokemusten vaikutuksia ja näkemään vaikeudet vähemmän uhkaavina. Siihen kuuluu piirteenä myös ajatus siitä, että elämän vaikeistakin kokemuksista voi oppia ja kasvaa. Lisäksi itsensä näkeminen positiivisessa valossa voi olla yhteydessä parempaan sopeutumiseen. (Bonanno 2008, 108–109.) Keskeistä on myös omasta hyvinvoinnista huolehtiminen sekä fyysisesti, psyykkisesti että sosiaalisesti. (Lipponen 2020.) Nämä tekijät siis ilmenevät resilienttien yksilöiden ajattelu- ja suhtautumistavoissa. Resilienssiin voi kuitenkin vaikuttaa ja sitä vahvistaa ja mahdollistaa myös yhteiskunta

esimerkiksi hyvinvointivaltion muodossa, jolloin sairastuessa yhteiskunta poistaa yhden huolenaiheen huolehtimalla muun muassa hoidosta (Lipponen 2020).

Ajattelutapojen lisäksi resilienssiä voivat tukea erilaiset persoonallisuuden piirteet. Resilienssiä tukeviksi persoonallisuuden piirteeksi kaltoinkohdelluilla lapsilla on havaittu nopea reagoiminen vaaraan. Nopea reagointi on lapsen kehittämä taito, jonka avulla lapsi pystyy olemaan varuillaan ja pyrkii selviytymään vaikeissa olosuhteissa. Lapsi voi myös vaikuttaa ikäistään vanhemmalta ja ottaa ikätasolleen kuulumattomia vastuuta. Roolit vanhemman ja lapsen välillä voivat jopa kääntyä. Tämä on kuitenkin yksi piirre, joka voi auttaa pitämään kontrollin tunnetta ja tukea itseluottamusta. Lisäksi taito etäyttää itseään vaikeista tunteista ja pyrkimys etsiä tietoa ympäristön vaaroista ovat resilienssiä tukevia piirteitä. Hyvin tärkeitä piirteitä ovat myös optimismi ja toivo, jotka voivat auttaa vaikeiden kokemusten läpi. Lapsi voi myös pitäytyä toivossa siitä, että hän on rakkauden arvoinen kaikesta huolimatta. (Mrazek & Mrazek 1987, 359–362.)

Resilienssin syntymisen määrittelemineen on monimutkaista, sillä sitä ei voida selittää yksittäisillä ominaisuuksilla tai perimällä. Sen voidaan katsoa pohjaavaan kolmeen muuttujaan, joita ovat yksilön voimavarat, läheisten voimavarat ja ympäristön voimavarat. Resilienssi vahvistuu, kun yksilö osaa hyödyntää sekä omia että muiden voimavaroja ja pyytää ja vastaanottaa tukea myös muilta. Se vahvistuu myös erilaisista selviämiskokemuksista ja ne antavat tietoa siitä, että vaikeuksista voi selvitä. Resilienssiä voidaan tarkastella myös sisäisenä ja ulkoisena resilienssinä. Sisäinen resilienssi tarkoittaa psyykkistä hyvinvointia huolimatta vaikeuksista. Ulkoinen resilienssi viittaa taas selviämiseen ihmistä ympäröivissä olosuhteissa. (Lipponen 2020.)

Lisäksi resilienssiä voidaan tarkastella myös erilaisten mallien kautta. De Terte ja kumppanit (2009) ovat kehittäneet viisiosaisen mallin, joka ilmentää resilienssin syntyvän henkilökohtaisista, fyysisistä ja sosiaalisista resursseista syntyväksi. Tämä malli on laajennettu sisältämään laajemman ympäristön tuen viisiosaisesta mallista, jonka juuret juontavat behavioraalisen käyttäytymisterapian käytäntöihin. Behavioraalisen käyttäytymisterapian viisiosainen malli voidaan nähdä pragmaattisena mallina arvioimisen apuna kognitiivisessa käyttäytymisterapiassa, jonka avulla voidaan nähdä yhteys yksilön tunteiden, ajatusten, toiminnan ja fyysisten reaktioiden välillä (Williams & Garland 2002, 173; de Terte ym. 2009, 20.) Vaikka malli onkin perinteisesti ollut arvioimisen ja hoidon tukena, voi sen avulla pyrkiä myös ymmärtämään resilienssiä ja sitä, miten yksilö toimii

kohdattuaan vastoinkäymisiä. Malli pyrkii kuvaamaan resilienssiä ja sen toteutumista viiden osa-alueen avulla, joita ovat kognitiot (cognitions), tunteet (emotions), käyttäytymismallit (behaviours), fyysinen toiminta (physical activities) ja ympäristö (environment), johon sisältyvät perheen, yhteisön ja yhteiskunnan tuki. Ympäristön voidaan nähdä olevan ulkoinen tekijä, kun taas muut mallin osiot ovat sisäisiä tekijöitä. (de Terte ym. 2009, 20–24.)

Mallissa kognitiot viittaavat resilienssin näkökulmasta siihen, miten resilientit yksilöt ajattelevat (de Terte ym. 2009, 22). Kognitioihin, joita resilienteillä yksilöillä on, voidaan nähdä kuuluvan esimerkiksi optimismi, sinnikkyys, kekseliäisyys ja ongelmanratkaisutaidot (Polk 1997 de Terten ym. 2009, 22 mukaan). Lisäksi kognitioiden osioon voidaan nähdä kuuluvan myös sopeutuvat selviytymiskeinot (adaptive coping) (de Terte, Stephens & Huddleston 2014, 417), jotka viittaavat kognitiivisiin pyrkimyksiin tai käyttäytymiseen, joka vähentää stressaavien tekijöiden haitallisia vaikutuksia esimerkiksi ongelmanratkaisukyvyn tai tiedon etsimisen kautta. Ne toimivat siis suojaavina tekijöinä. Toisaalta jotkin selviytymiskeinot, kuten toiveikas ajattelutapa ja asian kieltäminen voivat olla myös yhteydessä psyykkiseen kuormitukseen. (Holahan, Ragan & Moos 2004, 485, 490.) Tunteet sisältävät yksilöiden tunteet ja tunnekokemukset ja siihen liittyy myös tunneälykkyys (de Terte ym. 2009, 22). Tunneälykkyys laajasti ajateltuna tarkoittaa kykyä tunnistaa, hallita ja prosessoida tunteita (Matthews, Zeidner & Roberts 2008). Mallin käyttäytymismallien osio viittaa asioihin, joita yksilö tekee jonkin muun mallin osion seurauksena, esimerkiksi kun hän tuntee vaikeita tunteita. Käyttäytymismallit voivat olla sekä hyödyllistä että hyödyttömiä, esimerkiksi urheilu tai tuhlaaminen. Resilienssin näkökulmasta mallissa fyysinen toiminta viittaa toimintaan, jota yksilö tekee suojaavana tekijänä, kuten lepääminen, nukkuminen ja fyysiset aktiviteetit. Tämän osion voidaan nähdä olevan yhteydessä myös mallin käyttäytymisosoioon. Ympäristö mallissa pitää sisällään perheen, yhteisön ja yhteiskunnan tuen. (de Terte ym. 2009, 22–24.)

Suojaavilla tekijöillä ja resilienssillä on monia yhtymäkohtia. Suojaavia tekijöitä voidaan ajatella eräänlaisina resilienssiä tukevinä tekijöinä. Ne siis tasapainottavat erilaisten riskitekijöiden vaikutuksia. (Lipponen 2020.) Suojaavia tekijöitä voidaan tarkastella yksilötasolla sekä perheen, yhteisön ja yhteiskunnan tasolla. Yksilötasolla ne ovat erilaisia persoonallisuuden piirteitä, kuten hyvät kognitiiviset taidot ja ongelmanratkaisukyky, taito muodostaa ja ylläpitää kaverisuhteita, itseluottamus ja positiivinen kuva itsestä sekä positiivinen ajattelutapa elämästä. (Wright, O'Dougherty, Masten & Narayan 2013, 21.)

Lasta suojaavina tekijöinä voidaan nähdä myös kaverisuhteet ja perhe (Lipponen 2020). Suojaavia tekijöitä perheen tasolla ovat esimerkiksi vakaa ja tukeva kodin ympäristö, hyvät suhteet sisaruksiin ja tukevat ihmissuhteet sukulaisten kanssa sekä auktoritatiivinen kasvatustyyli, jota kuvastavat lämpimyys, valvonta ja odotukset (Wright ym. 2013, 21). Lisäksi perhetason suojaavana tekijänä voidaan nähdä olevan perheen yhtenäisyys (Afifi & MacMillan 2011, 268). Myös koulu voi olla vahvana tekijänä suojaamassa lapsen kasvua mahdollistamalla rutiineja, onnistumiskokemuksia sekä sosiaalisen verkoston laajenemista. (Lipponen 2020). Yhteisön tasolla kaverisuhteet ja kodin ulkopuoliset ihmissuhteet ja tuki sekä uskonto ovatkin eräitä suojaavia tekijöitä (Afifi & MacMillan 2011, 268).

Suojaavat tekijät, jotka tukevat resilienssin muodostumista, voivat olla muitakin, kuin persoonallisuuden piirteisiin tai ihmissuhteisiin liittyviä tekijöitä. Resilienssiä voivat tukea myös muun muassa erilaiset ympäristötekijät ja sosioekonominen asema. Sosioekonomisia tekijöitä, jotka ovat suojaavia, ovat esimerkiksi koulutetut vanhemmat ja mahdollisuus laadukkaisiin sosiaali- ja terveystalouteihin sekä koulutukseen. (Mrazek & Mrazek 1987, 362.) Yhteiskunnan tason suojaavia tekijöitä voivat olla myös resurssien suuntaaminen koulutukseen, lapsia suojaavat poliittiset päätökset ja matala suvaitsevaisuus fyysiseen väkivaltaan (Wright ym. 2013, 21).

3.2 Vanhemman päihteiden käyttö ja lasta suojaavat tekijät

Resilienssiä ja lasta suojaavia tekijöitä voidaan tarkastella myös vanhemman päihteiden käytön valossa. Tutkimukset osoittavat, että vaikka vanhemman päihteiden käytöllä voikin olla monenlaisia vaikutuksia lapsen elämään, kehittävät lapset myös erilaisia selviytymiskeinoja. Näiden selviytymiskeinojen avulla lapset pyrkivät vähentämään vanhemman päihteiden käytön vaikutuksia. (ks. Itäpuisto 2005.) Lapset voidaan siis nähdä aktiivisina toimijoina. Lapsen oman toiminnan lisäksi suojaavat tekijät voivat olla myös lapsen ulkopuolella olevaa tukea.

3.2.1 Lapsen ulkopuoliset suojaavat tekijät

Lasta vanhemman päihteiden käytön vaikutuksilta suojaavia tekijöitä voidaan tarkastella niin sanottujen lapsen ulkopuolisten suojaavien tekijöiden kautta. Näillä tarkoitan tässä tutkielmassa tekijöitä, jotka eivät suoranaisesti liity lapsen omaan toimintaan, vaan ovat esimerkiksi muiden antamaa tukea ja palveluita. Liitän lapsen ulkopuolisiin suojaaviin tekijöihin myös muiden antaman tuen, vaikka lapsi olisi itse aktiivisesti hakenut sitä.

Kun perheessä toinen vanhempi käyttää päihteitä, voi toinen vanhempi toimia lapsen näkökulmasta eräänlaisena suojaavana tekijänä. Lapset usein kokevat toisen vanhemman tärkeänä aikuisena ja tukena elämässään, vaikka vanhemmalta saatu tuki ei riittäisikään suojelemaan kaikelta päihteiden käytön vaikutuksilta. Tuki toiselta vanhemmalta voi olla myös tärkeää silloin, kun vanhemmat ovat eronneet, mutta lapsi tapaa silti kumpaakin vanhempansa. Lapset voivat kokea voivansa tukeutua toiseen vanhempaan, kun he tarvitsevat apua päihteitä käyttävän vanhemman luona. He ovat kertoneet esimerkiksi pyytävänsä toista vanhempaa hakemaan heidät luokseen, kun on tarpeen. Vanhempi voi pyrkiä suojaamaan lasta toisen vanhemman päihteiden käytöltä myös siten, että ei anna tavata päihteitä käyttävää vanhempaa muuten, kuin silloin, kun hän ei aktiivisesti käytä päihteitä. Tämä ei kuitenkaan aina takaa sitä, että vanhempi ei käyttäisi päihteitä lapsen tapaamisen aikana. Ei ole kuitenkaan itsestäänselvyys, että lapsi uskaltaisi hakea tukea vanhemmalta, joka ei käytä päihteitä tai toinen vanhempi olisi kyvykäs tukea antamaan. Lapsi voi kokea esimerkiksi olevansa vastuussa päihteitä käyttävästä vanhemmasta. (Alexanderson & Näsman 2017, 35–36.)

Vanhemman päihteiden käyttö lapsiperheessä voi tulla myös ilmi ulkopuolisille lapsen reagoinnin kautta. Lapsi voi pyrkiä pakenemaan vanhemman päihteiden käyttöä esimerkiksi kavereiden luokse ja jopa toivoa sijoitusta. Hän voi myös kertoa kotona tapahtuvasta päihteiden käytöstä jollekin perheen ulkopuoliselle aikuiselle, johon luottaa. Tällainen aikuinen voi olla esimerkiksi opettaja, sosiaalityöntekijä tai koulukuraattori. (Kataja 2012, 104.) Lapsi siis kertoo kotiolosuhteistaan jollekin ulkopuoliselle henkilölle. Tämä voidaan katsoa siis myös asiaksi, jota lapsi pyrkii tekemään, jotta voisi suojata itseään vanhemman päihteiden käytöltä. Lapset ovat kertoneet myös pyrkineensä hakea apua esimerkiksi kavereilta, nettituttavilta, isovanhemmilta ja muilta sukulaisilta. Nuoremmat lapset raportoivat useammin turvautuvansa muihin henkilöihin, kuin ammattilaisiin. Vanhemmat lapset, yli 14-vuotiaat, kertovat useammin turvautuneensa ammattilaisiin avun lähteenä, kuin nuoremmat. (Holmila & Ilva 2010, 53–54.) Tärkeä tuki voi myös olla sisarus, joka tietää, mitä lapsi kokee, sillä on samassa tilanteessa itsekkin (Itäpuisto 2005, 104).

Toisaalta lapsen ulkopuolinen tuki ei ole aina mahdollista eikä lapsen avun hakeminen muilta aina helppoa. Jopa kaksi kolmasosaa 14–16-vuotiaista lapsista kertoi lapsille suunnatussa kyselytutkimuksessa, että ei ole puhunut läheisen päihteiden käytöstä jollekin, joka ei asiasta tiedä. 12–13- ja 17–18-vuotiaista vastaajista puolet kertoivat kertoneensa asiasta. Esteinä avun hakemiselle he ovat kertoneet esimerkiksi häpeän ja yhteiskunnan halveksunnan sekä pelon

joutua esimerkiksi huostaanotetuksi. Lapset voivat myös pelätä muiden reaktiota kertoessa ja kokea, että tilanne vain pahenisi, jos asiasta kertoo jollekin. (Holmila & Ilva 2010, 54–55.)

Lapsen arki vanhemman päihteiden käytön varjossa välttämättä ole pelkkää riippuvuuden värittämää, vaan se voi sisältää myös toivon pilkahduksia. Hän voi kokea myös saavansa tukea päihteitä käyttävältä vanhemmalta ja lapsi voi rakastaa päihteitä käyttävää vanhempaa kaikesta huolimatta. (Alexanderson & Näsman 2017, 37.)

3.2.2 Lapsen omaan toimintaan liittyvät suojaavat tekijät

Lasta vanhemman päihteiden käytön vaikutuksilta suojaavia tekijöitä voidaan tarkastella lapsen omaan toimintaan liittyvien tekijöiden kautta. Suomalaisessa tutkimuksessa Lasinen lapsuus –toiminta on nostanut esille vanhemman päihteiden käytön haittojen lisäksi myös sitä, mitä lapset itse kertovat tekevänsä suojautuakseen vanhemman päihteiden käytöltä tai päihdeongelmalta (Ks. Holmila & Ilva 2010).

Esimerkiksi Maria Holmila ja Minna Ilva (2010) ovat kuvanneet lasten kertomia selviytymiskeinoja. He havainnollistavat lapsen omaan toimintaan liittyviä suojaavia tekijöitä jakamalla ne ongelmaa kohtaaviin ja ongelmaa välttäviin strategioihin. Ongelman kohtaavat strategiat sisältävät esimerkiksi toiminnallisina strategioina lastensuojeluilmoituksen tekemisen ja poliisille soittamisen sekä kognitiivisina strategioina päiväkirjan kirjoittamisen, itkemisen ja asioiden pohtimisen. Tunnekeskeisiin kohtaaviin strategioihin liittyy esimerkiksi murehtiminen ja sosiaalisena strategiana nettikaverin kanssa jutteleminen. Ongelmaa välttävät strategiat on myös jaettu toiminnallisiin, kognitiivisiin, tunnekeskeisiin ja sosiaalisen tuen strategioihin. Näitä välttäviä strategioita ovat esimerkiksi päihteitä käyttävästä vanhemmasta erossa pysyminen, pihalle lähteminen, positiivisesti ajatteleva haavemaailmaan pakeneminen ja kavereille soittaminen. (Holmila & Ilva 2010, 52.)

Myös Maritta Itäpuisto (2005) on väitöskirjassaan nostanut esille lasten roolia selviytyjinä ja aktiivisina toimijoina vanhemman päihdeongelmasta huolimatta passiivisten uhrien sijasta. Väitöskirjassa lasten selviytymiskeinoina mainitaan esimerkiksi itsensä tilanteesta poistaminen ja pyrkimys vanhemman päihteidenkäytön rajoittamiseen. Itäpuisto näkee lapsen uhkaavan vanhemman luota poistumisen jopa itsensä suojelemisen perusmallina. Tämä voi tarkoittaa esimerkiksi pyrkimyksenä olla pois kotoa tai kokonaan kotoa pois muuttaminen. (Itäpuisto 2005, 100, 107.)

Sen lisäksi, että lapset pyrkivät suojelemaan itseään, voi eräänlaisena suojaavana tekijänä olla myös muiden fyysisen hyvinvoinnin tai tunteiden suojeleminen. Lapsi voi pyrkiä vähentämään vanhemman päihteiden käytön vaikutuksia suojelemalla esimerkiksi sisaruksiaan ja vanhempaa, joka ei käytä päihteitä. (Itäpuisto 2005, 105.) He ovat itse kokeneet, että heidän tilannettaan auttaisi eniten se, että riitely ja tappelu loppuisi kotona, vanhempien kanssa saisi viettää enemmän aikaa ja tarvittaessa kotoa pääsisi pois, mikäli tilanne niin vaatisi. (Takala & Roine 2013, 31.) Lapset tunnistavat siis myös, millaiset tekijät ovat heille haitallisia ja miten näitä voisi välttää.

Vaikka lapsen ulkopuolisena suojaavana tekijänä voi luvun 3.2.1 perusteella toimia toinen vanhempi ja tältä saatava tuki, voi lapsi myös pyrkiä suojaamaan sekä itseään että päihteitä käyttävää vanhempaa olemalla kertomatta vanhemman päihteiden käytöstä. Lapsi voi kokea, että toisen vanhemman päihteiden käytöstä kertominen vanhemmalle tekisi ongelman konkreettiseksi ja näkyväksi, jota lapsi ei välttämättä halua kohdata. Hän voi myös pelätä, että ongelmista kertominen aiheuttaisi vihaa vanhempien välille ja siksi he välttelevät tällaisten konfliktien aiheuttamista. Toisaalta lapsi voi myös pelätä kertoessaan päihteiden käytöstä niitä käyttävän vanhemman reaktiota. (Alexanderson & Näsman 2017, 36–37.) Lapsi voi esimerkiksi siivota humalaisen vanhemman aiheuttamat sotkut kertomatta lainkaan toiselle vanhemmalle (Itäpuisto 2005, 103). Vaikka vanhemman päihteiden käyttö siis vaikuttaisi lapseen, lapsi pyrkii välttämään suurempia konflikteja olemalla kertomatta asiasta ja näin pyrkii suojelemaan myös itseään.

Lapset ovat myös raportoineet A-klinikkasäätiön toteuttamassa kyselytutkimuksessa millaista tukea he kaipaisivat tilanteessaan. He toivovat esimerkiksi päivystysluontoisia palveluita, joissa kriisitilanteissa lapsi pääsisi kertomaan asioistaan aikuiselle. He toivovat myös internet- ja puhelinpalveluja, joissa voisi kertoa asioista anonyymisti ja ilman leimaamisen pelkoa. Tarvetta eräänlaisille pakopaikoille, joihin kotona olevia ikäviä tilanteita voisi paeta, on myös. Lisäksi lapset ajattelevat, että aiheen puheeksi otto ei voi olla vain lapsen vastuulla, vaan aikuisen tulisi tehdä myös aloitteita keskustella aiheesta esimerkiksi koulun terveystarkastuksien yhteydessä. (Takala & Roine 2013, 30–31.)

4 Tutkimusasetelma

Tässä luvussa erittelen tutkielmani tutkimustehtävää ja tutkimuskysymyksiä. Lisäksi kuvaan käyttämäni aineistoa ja sen valintakriteerejä sekä aineiston analysointiin käyttämäni analyysimenetelmää teoriasidonnaista teema-analyysiä. Tarkastelen tässä luvussa myös tutkielmaani liittyviä eettisiä kysymyksiä ja valintoja ja asemaani tutkijana.

4.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Tutkielmani tavoitteena on tarkastella, millaisia suojautumiskeinoja ja lasta suojaavia ulkoisia tekijöitä esiintyy muistelmateoksissa, joissa käsitellään lapsuutta vanhemman päihteiden käytön varjossa. Tutkimusta on paljon vanhemman päihteiden käytön vaikutuksista lapsiin etenkin sen kielteisten vaikutusten osalta (ks. Suomessa esim. Takala & Roine 2013; Orjasniemi & Kurvinen 2017), mutta tärkeää on myös tuottaa tietoa siitä, mikä on auttanut lapsia selviytymään. Tämän tutkielman tavoitteena onkin erityisesti lisätä tietoa tästä näkökulmasta tutkimalla aiheesta kirjoitettuja elämäkerrallisia kirjoja.

Tutkimuskysymykseni ovat seuraavanlaiset:

1. Millaiset tekijät ovat suojanneet lapsuudessa vanhemman päihteiden käytön haitallisilta vaikutuksilta?
2. Millaiset tekijät olisivat voineet auttaa lapsuudessa vähentämään vanhemman päihteiden käytön vaikutuksia?

Näiden tutkimuskysymysten avulla pyrin tarkastelemaan, millaiset tekijät suojaavat lasta vanhemman päihteiden käytön vaikutuksilta ja miten ne ilmenevät aineistossa henkilöiden kertomina. Lisäksi pyrin selvittämään, onko teosten henkilöiden muistelmissa ja kertomuksissa jotain sellaista, mitä olisi toivottu lapsuudessa vähentämään vanhemman päihteiden käytön vaikutuksia. Nämä tutkimuskysymykset kattavat siis toteutuneet lasta suojaavat tekijät sekä nostavat esille myös muita suojaavia tekijöitä, jotka eivät välttämättä ole toteutuneet. Näin ollen pystyn tarkastelemaan suojaavia tekijöitä monipuolisesti ja monesta eri näkökulmasta henkilöiden omakohtaisia kokemuksia tarkastellen.

4.2 Aineisto

Tutkielmani aineistona käytän kirjallisuutta, jossa on käsitelty lapsuutta, kun vanhemmalla tai vanhemmilla on ollut päihteiden käyttöä. Aineistona olevat teokset ovat eräänlaisia

muistelmateoksia. Muistelmalla viitataan kirjalliseen esitykseen, jossa joku muistelee esimerkiksi omaa elämäänsä ja oman aikansa tapahtumia (Kotimaisten kielten keskus & Kielikone Oy 2024). Laadullisessa tutkimuksessa yhtenä ominaispiirteenä on se, että analysoitavia aineistoja ei irroteta niiden kontekstista, vaan niiden tulkinta tapahtuu osana kontekstia (Juhila 2021). Kirjat ja elämäkerrat voidaan nähdä valmiina, tutkijasta riippumattomina aineistoina (Puusa & Juuti 2020). Toisaalta kirjoittajan voidaan nähdä myös kirjoittaneen kirjan jollekin lukijalle (Eskola & Suoranta 1998). Tunnistan, että aineistona olevat kirjat on kirjoitettu jokin tavoite mielessä ja ovat kirjoittajien ja henkilöiden vain yksi jäsenitys aiheesta, elämästä ja kokemuksista eivätkä täten ole tyhjentäviä tekstejä ja totuus koko aiheesta. Näen teokset eräänlaisina kertomuksina, jotka jäsentävät ja luovat ymmärrystä henkilöiden eletystä elämästä ja kokemuksista (ks. Hyvärinen 2013, 137). Kertomukset voidaan nähdä olevan tulosta aina merkityksenannosta, inhimillisestä tulkinnasta ja valinnasta (Hyvärinen 2014, 33).

Teokset ja niiden tapahtumat ovat pitkälti kokemuksia ja muistelmia lapsuudesta – ne eivät siis ole tapahtuneet tässä ja nyt -kontekstissa. Näin ollen tulee huomata, että aikuisena lapsuuden tapahtumien muistelemisen voi sisältää jonkinlaista tapahtumien vääristymää tai esimerkiksi vanhemman päihteen käytön yleisyyden ja määrien muistamista eri lailla. Muisti ja kertomus ovatkin tiiviisti kytköksessä toisiinsa: kertominen voi auttaa muistamaan ja jäsentää tai jopa peitellä muistia, eikä sitä voida nähdä neutraaliksi rekisteriksi kaikesta kokemastamme. Esimerkiksi myöhemmät kokemukset voivat muokata muistikuvien tulkintaa. (Hyvärinen 2014, 31, 33–34.) Teoksissa muistelemiseen sekoittuukin runsaasti henkilöiden pohdintaa kirjoittamishetkeltä, mutta en koe tarkoituksenmukaiseksi erotella tätä pohdintaa muusta muistelemisesta. Tässä tutkielmassa en koe tarkoituksenmukaiseksi ottaa kantaa siihen, ovatko nämä aineistonani olevat kertomukset ja muistelmat tosia tai värittyneitä vai eivät, vaan tavoitteena on antaa kirjojen kirjoittajille tai niissä esiintyville henkilöille tila esittää oma näkemyksensä tapahtumien kulusta. Tarkoituksena on siis selvittää aineistossa esiintyviä todellisuuksia (Braun & Clarke 2021, 9).

Aineiston keruu

Tutkielman tarkoitukseen sopivaa kirjallisuutta on haettu lokakuun 2025 ja tammikuun 2026 välillä. Teoksia on etsitty Satakunnan kaupungin- ja kunnankirjastojen yhteisen palvelujärjestelmän Satakirjastojen hakusivuilta käyttämällä hakutulosten rajaamisessa aihealueita alkoholi ja päihteet. Lisäksi hain kirjallisuutta hakutulosten kautta ehdotettujen

teosten avulla. Tämän jälkeen kävin läpi hakutuloksia ja kirjojen kuvailutietoja. Suurin osa hakutuloksista oli fiktiivisiä tai tietokirjamaisia teoksia, jotka suljin aineistonhaun ulkopuolelle. Kun teos vaikutti sopivan tutkielman tarpeisiin, lainasin sen kirjastosta ja luin sitä läpi ennen kuin päätin, onko se tarkoituksenmukainen tutkielman aiheen kannalta. Lainasin lopulta kirjastosta ja luin kuusi kirjaa, joista kolme soveltui ja valikoitui tämän tutkielman aineistoksi. Alla olevaan taulukkoon 1 olen taulukoinut tarkemmin sisäänotto- ja poissulkukriteerit aineiston hankinnassa ja valinnassa.

Taulukko 1. Aineiston sisäänotto- ja poissulkukriteerit

Tähän taulukkoon on listattu tärkeimmät sisäänotto- ja poissulkukriteerit aineiston hankinnassa ja valinnassa.

Sisäänottokriteerit	Poissulkukriteerit
Kirja käsittelee lapsuutta, jossa vanhemmalla tai vanhemmilla on ollut jonkin päihteen käyttöä	Kirja on fiktiota tai tietokirjamainen
Kirjassa käsitellään oikeita lapsuuden kokemuksia elämäkirjallisesti	Kirjassa haastatteluita on jo analysoitu
Kirja sijoittuu suomalaiseen kontekstiin	

Aineistoa etsiessä tärkeimpänä kriteerinä on ollut se, että ne käsittelevät lapsuuden kokemuksia joko kirjoittajan omasta lapsuudesta tai kirjan kirjoittajan haastattelemana. Tärkeänä kriteerinä aineiston hankinnassa oli myös se, että kirjallisuus ei ole fiktiota, vaan aitoihin lapsuuden kokemuksiin pohjautuvaa. Haasteeksi aineistoa etsiessä nousi se, että tutkielmaan soveltuvaa kirjallisuutta oli saatavilla eniten liittyen vanhemman alkoholin käyttöön vanhemman huumeiden käytön jäädessä hieman taka-alalle. Aineistoa etsiessäni en tehnyt tarkempaa rajausta siinä, että kirjan tulisi olla kirjoitettu lähivuosien aikana tai kirjojen henkilöiden tapahtumien olla tapahtunut jonakin tiettyinä aikakautena. Koen, että kokemukset liittyen vanhemman päihteen käyttöön ovat arvokkaita aikakaudesta riippumatta, minkä vuoksi kirjan julkaisuvuodella ja tapahtumien sijoittumisella johonkin aikaan ei ole merkitystä tämän tutkielman kannalta. Yhtenä tärkeänä kriteerinä, mikä ei kuitenkaan ollut ehdoton poissulkukriteeri, pidin sitä, että kirja sijoittuu suomalaiseen kontekstiin. Näin ollen pystyn tarkastelemaan aineistoa suhteessa suomalaiseen yhteiskuntaan ja palvelujärjestelmään.

Lopulliseksi aineistoksi valikoitui kolme kirjaa yllä olevan taulukon kriteerien ja kirjojen läpikäymisen pohjalta. Teosten yhteenlaskettu pituus on 560 sivua. Nämä kirjat valikoituivat

aineistoksi, sillä niissä käsitellään lapsuutta vanhemman päihteiden käytön varjossa, mutta samalla niistä löytyy tietoa siitä, millaiset tekijät ovat auttaneet selviytymään lapsuudessa vanhemman päihteiden käytöstä huolimatta. Kaikki kolme teosta ovat eräänlaisia muistelmia lapsuudesta, kaksi kirjoittajan omasta lapsuudesta ja yksi toisen henkilön kirjoittamana muistelmien, päiväkirjamerkintöjen ja läheisten muistelmien pohjalta. Tällaisissa muistelmissa tulee kuitenkin muistaa, että kirjoittajat ovat kertoneet vain ne asiat, mitä he ovat halunneet näissä teoksissa kertoa ja ehkäpä jättäneet jotain käsittelyn ulkopuolelle. Alla olevassa taulukossa 2 esittelen aineistoksi valikoituneet kirjat ja niiden pääpiirteet.

Taulukko 2. Aineistoksi valikoituneet teokset

Tähän taulukkoon on listattu aineistoksi valikoituneet teokset, niiden ilmestymisvuosi ja pääpiirteet.

Teos	Ilmestymisvuosi	Teoksen pääpiirteet
Palmi, Jyrki; Kyynelten iltasatu (Aikamedia)	2023	Teos kertoo Jyrki Palmin kertomana hänen omasta lapsuudestaan isän ja äidin alkoholin käytön varjostamana ja siitä, kuinka uskoon tuleminen auttoi häntä.
Seppänen, Liisa; Viiltävät vuodet (Kirjapaja)	2021	Teos kertoo Selinan päiväkirjalainauksen kautta Selinan lapsuudesta, jota väritti äidin alkoholin käyttö. Teoksessa puhuu lisäksi moniäänisesti monia Selinan läheisiä, kuten hänen siskonsa. Käsittelen tässä tutkielmassa kuitenkin vain Selinan ja hänen siskonsa muistelmia, sillä heidän äitinsä käytti alkoholia.
Mari Johanna Hauta-aho; Sit mutsi vietiin majjal ja fajja lanssil (WSOY)	2025	Mari Johanna Hauta-aho kuvaa monipuolisesti omaa lapsuuttaan ja tunteitaan aina aikuisuuteen asti elämästään, jossa ” <i>fajja veti viinaa ja mutsi veti kamaa</i> ” (Hauta-aho 2025, takakansi).

Jyrki Palmin vuonna 2023 ilmestynyt *Kyynelten iltasatu* kertoo Palmin kertomana hänen omasta lapsuudestaan, nuoruudestaan ja matkasta aikuisuuteen, jossa kummatkin vanhemmat käyttivät alkoholia haitallisesti. Hänen lapsuutensa sijoittuu noin 1970-luvulle. Palmi pohjustaa kokemuksiaan kertomalla vanhempiensa taustoista. Kertomus on kirjoitettu muistellen lapsuutta, johon Palmi lisää myös pohdintaa nykyhetkeltä. Kirjassa mainitaan, että ”*Monenlaisia tuntemuksia ja muistoja on noussut esiin. Siksi on pitänyt päättää, mitä kannattaa julkaista ja mitä ei. Tämän myötä monet rajuimmat tapahtumat on jätetty tästä*

kirjasta pois [...]” (Palmi 2023, 97). Vaikka Palmi kertookin teoksessa suoraan ja tuntemuksiaan ja ajatuksiaan muistellen kokemuksiaan on hän myös siis tietoisesti jättänyt myös asioita kirjastaan ulos, ja näin myös joitain suojaavia tekijöitä on saatettu jättää mainitsematta. Kirjassa kuitenkin kerrotaan myös hyvin monipuolisesti, kuinka Palmi on kokenut erilaisten asioiden auttaneen lapsuudessa, ja uskon tuleminen on ollut hänelle hyvin tärkeä kokemus. Kyseinen kirja valikoitui tämän tutkielman aineistoksi siksi, että haitallisten kokemusten ja tuntemusten, joita vanhemman päihteiden käyttö on Palmille aiheuttanut, hän muistelee myös asioita, jotka ovat auttaneet häntä.

Vuonna 2021 ilmestynyt teos *Viiltävät vuodet* on tositarina Selinan, lapsuudesta 1990- ja 2000-luvulla, johon liittyy myös hänen oireiluaan mielenterveyden haasteisiin liittyen. Teoksen on kirjoittanut tietokirjailija Liisa Seppänen Selinan runsaisiin päiväkirjamerkintöihin ja -lainauksiin pohjautuen. Lisäksi teoksessa on kuultu monia Selinan läheisiä, kuten hänen siskoaan. Koska teos pohjautuu Selinan päiväkirjaan ja muistelmiin, on se kokonaisuudessaan muistelman hänen lapsuudestaan, johon värityy myös nykyhetken pohdintaa. Selinan ja hänen siskopuolensa Johannan äiti on käyttänyt alkoholia, mikä on varjostanut heidän lapsuuttaan. Käsittelenkin teoksesta vain kohtia, joissa Selina tai Johanna ovat ”äänessä”. Teoksesta aineistoon valikoituivat erityisesti osat Selinan varhaisesta lapsuudesta, jonka hän asui kotonaan ennen huostaanottoa mielenterveyden haasteiden vuoksi.

Mari Johanna Hauta-ahon teos *Sit mutsi vietiin maijal ja faija lanssil* (2025) on muistelman Hauta-Ahon lapsuudesta, jossa sekä äiti että isä käyttivät päihteitä, äiti alkoholia ja huumeita ja isä alkoholia, ja olivat usein pois kotoa. Hänen lapsuutensa sijoittuu 90-luvulle ja 2000-luvun alkuun. Hauta-aho toteaa heti kirjan aluksi, että ”*Tää kirja on tositarina mun lapsuudesta ja nuoruudesta*” (Hauta-Aho 2025, 7). Teos muodostaakin monipuolisen sekä suoraan, kaunistelematta ja värikkäästi kerrotun kuvan kirjoittajan lapsuudesta, nuoruudesta ja aikuisuudesta sekä omien lapsien saamisesta. Kirja on jäsennetty eri asuinpaikkojen pohjalta kahteentoista osioon ja kirja päättyy osioon ”*hyvinvointivaltion lapsi*”, jossa Hauta-Aho pohtii aihetta myös yhteiskunnallisen kontekstin kautta ja yhteiskuntaa päihteiden käytön mahdollistajana. Hauta-aho nostaa useasti esille omia tuntemuksiaan, ajatuksiaan ja kokemuksiaan vanhempien päihteiden käytöstä mutta samalla pohtii myös seikkoja, jotka auttoivat häntä selviytymään. Teos valikoituikin tutkielman aineistoksi siksi, että kirjoittaja kokee, että lapsuuden tapahtumista huolimatta hänestä on tullut tasapainoinen aikuinen, ja pohtii kirjan aikana useasti tekijöitä, jotka ovat häntä suojanneet.

Näissä yllä mainituissa teoksissa on käsitelty elämää myös lapsuuden jälkeen, yli 18-vuotiaana, mutta tässä tutkielmassa pyrin käsittelemään erityisesti ensimmäiseen tutkimuskysymykseen vastatakseni vain teosten osia, joissa tapahtumat kerrotaan selkeästi olleen lapsuudessa. Toisaalta toiseen tutkimuskysymykseeni vastatakseni asioita, mitä olisi koettu auttavan lapsuudessa, on järkevää tarkastella aikuisuuden kautta.

Aineiston käsittely

Aineiston analyysivaihetta helpottaakseni skannasin aineistoksi valikoituneiden kirjojen sivut ja tein jokaisesta niistä Word-tiedoston. Kirjallisen teoksen luojalla on tekijänoikeuslain (404/1961, 1 §) mukainen tekijänoikeus teokseen. Teoksista on kuitenkin sallittua valmistaa kappaleita yksityistä käyttöä varten (Tekijänoikeuslaki 404/1961, 12 §). Tekijänoikeudesta huolimatta tällaisen kopion tekeminen teoksista on sallittua. Kun sain teokset yhteen tiedostoon helposti luettavaksi, sain myös tehtyä niihin muistiinpanoja ja merkintöjä. Alkuperäisillä, kirjastosta lainatuilla teoksilla tämä ei olisi ollut mahdollista.

Vaikka kirjoilla onkin laissa määritelty tekijänoikeus, määrittää tekijänoikeuslaki (404/1961, 22 §) seuraavanlaisesti: ”*Julkistetusta teoksesta on lupa hyvän tavan mukaisesti ottaa lainauksia tarkoituksen edellyttämässä laajuudessa.*” Kirjallisuuden tekijänoikeusjärjestö Sanasto toteaa myös, että otteen tulee olla tarpeellinen ja perusteltu tekstin kannalta ja lisäksi otteen yhteydessä tulee mainita teoksen tekijä sekä erottaa se selkeästi muusta, omasta tekstistä. Sanaston mukaan perusteltu syy voi olla esimerkiksi havainnollistaa asiaa. (Sanasto 2024.) Siteeraus on sallittua julkistetusta, eli yleisön saataville saatetusta teoksesta (Kopiosto 2026), kuten aineistonani olevista teoksista. Näin ollen tutkielmassani tuon esille otteita aineistona olevista kirjoista, sillä ne auttavat havainnollistamaan ja selkeyttämään aihetta ja analyysin kulkua. Lisäksi tekijänoikeus suojaa vain muotoa, omaperäistä ilmiä, jonka tekijä on ilmaisulleen antanut, eikä sen tosiseikkoja tai ideoita (Salokannel 2013, 15). Eli teosten analysointia ei rajoita tekijänoikeus.

Teosten käyttämistä tutkielman aineistona ja kopion tekemistä teoksista varmistin vielä kirjallisuuden tekijänoikeusjärjestön Sanaston tekijänoikeusneuvonnasta, josta sain vastaukseksi, että tekijänoikeus suojaa vain sitä ilmaisumuotoa, joka teoksella on ja niiden siteeraaminen on mahdollista sitaattioikeuden nojalla, mikäli ehdot täyttyvät, eli teos on julkistettu, siteeraus tapahtuu hyvän tavan mukaisesti ja tarkoituksen edellyttämässä laajuudessa. Lisäksi tekijänoikeusneuvonnasta vastattiin, että teosten kopiointi

opiskelutarkoituksiin on sallittua, mutta kopioita ei tule liittää osaksi opinnäytetyötä paitsi sitaattioikeuden nojalla.

4.3 Menetelmät

Tutkielmani on laadullinen tutkimus ja aineiston analyysin menetelmänä käytän teema-analyysiä teorialähtöisesti. Teema-analyysi on joustava menetelmä, joka sopii monenlaisten ja monen kokoisten, myös valmiiden kirjallisten aineistojen analyysimenetelmäksi (Braun & Clarke 2021, 27). Kirjallisessa muodossa olevista aineistoista esimerkkejä ovat kirjat ja päiväkirjat (Tuomi & Sarajärvi 2018).

Laadullisessa tutkimuksessa ollaan tyypillisesti kiinnostuneita ajatuksista, tunteista ja kokemuksista, joita tutkimuksen kohteena olevilla henkilöillä on tutkittavasta aiheesta, eikä se pyri tilastollisiin yleistyksiin, vaan kuvaamaan esimerkiksi jotakin ilmiötä ja antamaan tulkinta jollekin ilmiölle (Juuti & Puusa 2020; Tuomi & Sarajärvi 2018). Teema-analyysin avulla laadullisesta aineistosta voidaan muodostaa ja tulkita toistuvia piirteitä, teemoja (Braun & Clarke 2021, 4). Aineistosta löydettäviä elementtejä tunnistetaan ja nimetään, eli koodataan (Vuori 2021) ja nämä koodit muodostavat teemoja (Braun & Clarke 2021, 8). Teema-analyysi sopii tutkielmassani analyysimenetelmäksi, sillä sen avulla voin jäsentää vanhemman päihteiden käytöltä suojaavia tekijöitä selkeään muotoon, teemoiksi, ja eritellä teoksissa esiintyviä yhteneväisyyksiä ja toisaalta eroavaisuuksia. Koen myös, että teema-analyysi antaa osaltaan tilaa henkilöiden aidoille kokemuksille, joista erityisesti olen tässä tutkielmassa kiinnostunut.

Laadullista analyysiä voidaan usein luonnehtia aineistovetoiseksi, eli aineisto on se, josta tutkimuksessa lähdetään liikkeelle. On kuitenkin tärkeää huomata, että myös laadullista analyysiä voi ohjata teoria ja analyysimenetelmiin liittyvät teoriat. Aineisto ei itsessään puhu mitään, vaan sitä puhutetaan jostakin näkökulmasta. Aineistovetoisuuden sijaan laadullista tutkimusta voi kuvata analyysivetoiseksi. Tämä ei poista aineiston merkitystä, mutta tunnistaa sen, että analyysiä tehdessä tukeudutaan aina esimerkiksi johonkin menetelmään. (Juhila 2021a.) Analyysiä, tässä tapauksessa teema-analyysiä, voi tehdä myös deduktiivisesti, eli teoreettinen tausta ohjaa sitä, miten aineistoa luetaan ja miten siitä muodostetaan teemoja (Braun & Clarke 2021, 9). Lähestyn tässä tutkielmassa aineiston analyysiä teorian kautta, de Terten ja kumppaneiden (2009) laajentaman resilienssin viisiosaisen mallin avulla. Tämä teoreettinen malli ohjaa siis sekä analyysin tekemistä että osaltaan tulosten esittelyä tässä

tutkielmassa. Teen teema-analyysiä siis teorialähtöisesti, eli nojaudun siinä teoreettiseen malliin (Tuomi & Sarajärvi 2018).

Teema-analyysin aineistoksi sopivat monenlaiset kirjalliset aineistot (Braun & Clarke 2021, 26). Kirjallinen materiaali voi olla esimerkiksi yksityisiä dokumentteja, kuten päiväkirjoja ja muistelmia tai joukkotiedotuksen tuotteita kuten sanoma- ja aikakauslehtiä sekä mielipidekirjoituksia (Tuomi & Sarajärvi 2018). Myös kirjat lukeutuvat joukkotiedotuksen tuotteisiin (Eskola & Suoranta 1998). Aineistoa ja sen riittävyttä tarkasteltaessa on hyvä ottaa huomioon aineiston saturaatio, eli aineiston itseään toistavuus. Kun aineisto alkaa toistaa itseään, voi siitä tehdä myös yleistyksiä. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Tutkielman aineistoa hankkiessani ja aineiston lopullista lukumäärää pohtiessani tämä toistavuus olikin tärkeässä osassa.

Laadullisen analyysin ensimmäisenä vaiheena on havaintojen pelkistäminen. Olennaista on huomata ja tunnistaa, että aineiston tarkastelua ohjaa aina jokin näkökulma. Aineiston tarkastelua ja analyysia voi siis ohjata jokin teoreettinen viitekehys tai tutkimuksen kysymyksen asettelu, jotka ohjaavat kiinnittämään huomiota vain näiden kannalta olennaisiin asioihin. Kun aineistosta etsitään kysymyksen asettelun kannalta olennaisia asioita, pelkistyy aineisto samalla raakahavainnoiksi, joita yhdistellään havainnoiksi tai havaintojen joukoksi etsimällä niistä yhteisiä piirteitä. (Alasuutari 2011.) Samalla karsiutuu tutkimuskysymysten kannalta epäolennainen pois (Tuomi & Sarajärvi 2018). Pelkistämistä tein aineistona oleville teoksille etsimällä niistä tutkimuskysymysten kannalta olennaisia asioita ja merkkäämällä nämä kohdat. Koska teoksissa on paljon kerrontaa myös muusta kuin vanhemman päihteiden käytöltä suojaavista tekijöistä, ei kaikkea tekstiä ollut tarkoituksenmukaista analysoida tarkemmin. Pelkistämisen jälkeen aineisto klusteroidaan, eli ryhmitellään eli etsitään samankaltaisuuksia tai eroavaisuuksia, jonka jälkeen tehdään abstrahointia, eli luokitusten yhdistelemistä ja käsitteellistämistä (Tuomi & Sarajärvi 2018).

Teemoittelun avulla aineistoa voidaan järjestää teemoihin, eli aineistosta esille nouseviin usein toistuviin asioihin ja piirteisiin (Juhila 2021b). Teemoittelu on siis aineiston pilkkomista ja ryhmittelyä erilaisiin aihepiireihin. Kun aineistoa on ryhmitelty, voidaan vertailla eri teemojen esiintymistä aineistossa. Tavoitteena aineistosta voi olla löytää samankaltaisuutta tai erilaisuutta. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Teemat eivät vain nouse aineistosta, vaan tutkija aktiivisesti tuottaa niitä (Braun & Clarke 2021, 8). Tässä tutkielmassa jäsenän aineistoa teemoittelemalla sitä.

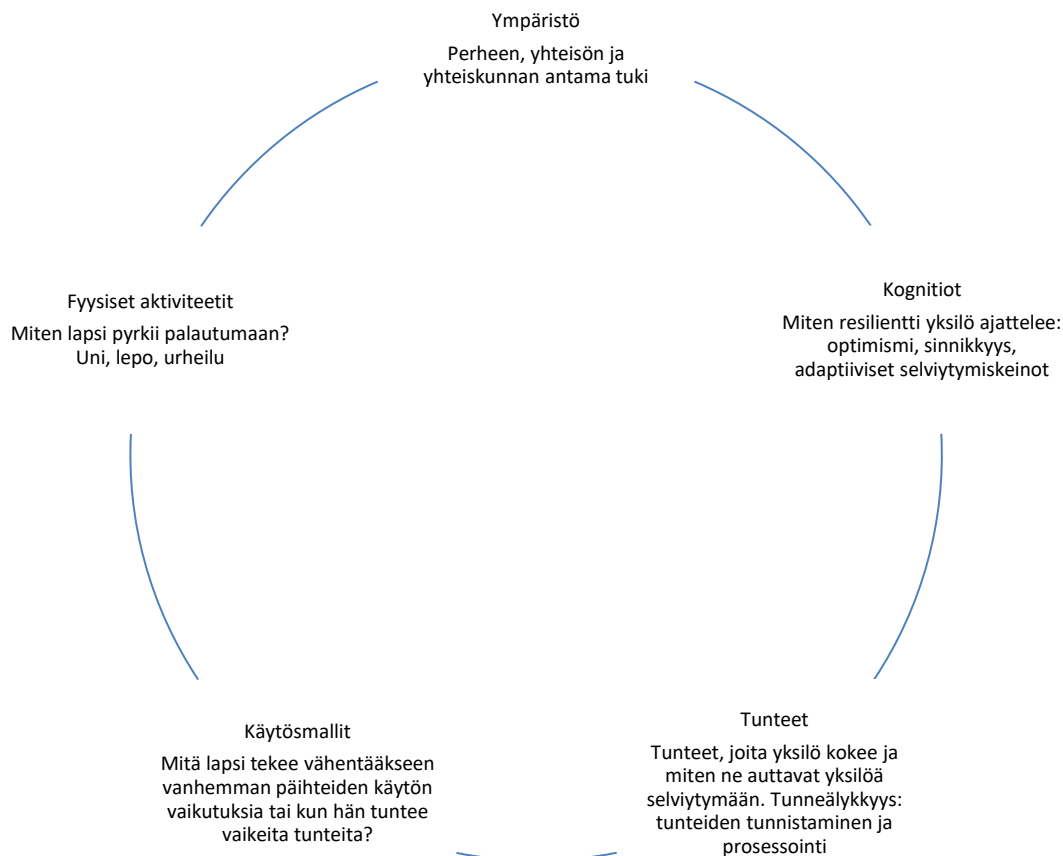
Toisena vaiheena laadullisessa analyysissä voidaan pitää arvoituksen ratkaisemista eli tulosten tulkitsemista ja merkitystulkinnan tekemistä tutkittavasta ilmiöstä (Alasuutari 2011).

Tulkintojen tekeminen voidaan nähdä laadullisen tutkimuksen ongelmallisimpana vaiheena. Tutkijan tekemille tulkinnoille ei ole olemassa ohjeita, vaan niiden hedelmällisyys ja osuvuus ovat pitkälti kiinni tutkijasta. Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen kohdetta tulkitaan kahdesti; ensimmäisen asteen tulkinnan muodostavat tutkittavien tulkinnat, joista tutkija tekee toisen asteen tulkintaa. (Eskola & Suoranta 1998.)

Analyysiä ja aineiston lukemista ohjasi de Terten ja kumppaneiden (2009) muodostama resilienssin viisisosainen malli (Five Part Model). Resilienssiä voidaan mallin avulla ymmärtää henkilökohtaisista, fyysisistä ja sosiaalisista resursseista syntyväksi viiden osa-alueen avulla, joita ovat kognitiot, tunteet, käyttäytymismallit, fyysinen toiminta ja ympäristö, johon sisältyy perheen, yhteisön ja yhteiskunnan tuki. (de Terte ym. 2009, 20–24.) Tämän tutkielman kannalta näen mallin tekijöiden rakentuvan aineistonani olevissa muistelmissa hyvin monipuolisesti ilmentämään resilienssin fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia ulottuvuuksia. Tässä tutkielmassa de Terten ja kumppaneiden (2009) resilienssin mallin pohjalta miellän kognitioihin lukeutuvan asiat, jotka kuvastavat aiemmin mainittuja resilienssien ajattelutapoja, kuten sinnikkyyttä ja optimismia. Lisäksi sopeutuvat selviytymiskeinot näen tässä lapsen omina kognitiivisina keinoina hallita vanhemman päihteiden käytön aiheuttamia vaikutuksia sekä vaikeita tilanteita. Käyttäytymiseen liittyvät selviytymiskeinot luen selkeyden vuoksi osaksi käytösmallien osiota. Tunteet käsittän tunnekokemuksina, jotka ovat auttaneet lasta käsittelemään tai ymmärtämään vanhemman päihteiden käyttöä. Käyttäytymismalleihin liitän asiat, joita lapset itse tekevät helpottaakseen vanhemman päihteiden käytön aiheuttamia vaikeita tunteita, esimerkiksi päiväkirjan kirjoittamisen. Näen tähän kuuluvan myös esimerkiksi vanhemman päihteiden käyttämisen estelemisen, perheen asioista huolehtimisen ja itsensä puolustamisen. Fyysisen toiminnan osion näen käsittävän lapsen palautumiseen liittyvät tekijät vaikeissa tilanteissa. Ympäristön tuen näen hyvin moniulotteisesti käsittävän kaiken tuen, jota lapsi on kokenut saavansa perheeltä, yhteisöltä, johon näen kuuluvan myös kouluympäristön ja kaverit ja yhteiskunnalta. Alla olevaan kuvioon olen tiivistänyt, miten tulkitsen ja hyödynnän de Terten ja kumppaneiden (2009) mallia tässä tutkielmassa.

Kuva 1 Resilienssin viisiosainen malli tässä tutkielmassa (de Terte ym. 2009)

Tähän kuvioon on tiivistetty, miten näen resilienssin mallin tässä tutkielmassa. Osioita yhdistävä viiva osoittaa, että mallin osiot ovat yhteydessä myös toisiinsa.



Aineiston analyysi

Analyysiä tässä tutkielmassa toteutin siten, että koottuani analysoitavat teokset yhteen tiedostoon, luin kutakin teosta läpi tutkimuskysymysteni ohjaamana etsien kohtia, joissa kerrotaan tekijöistä, jotka ovat auttaneet lapsuudessa vanhemman päihteiden käytön varjossa. Paikannettuani tällaisia kohtia merkkasin ne. Koko aineiston läpi käytyäni luin vielä useaan kertaan tarkemmin näitä kohtia, joissa olin havainnut tutkimuskysymysten kannalta mielenkiintoisia tai olennaisia kohtia. Kohdat ja kirjojen sivut, joissa ei ollut mitään tutkimusasetelmani kannalta olennaista poistin tiedostosta. Lisäksi poistin kohdat, joissa huomasin selkeästi, että niissä käsiteltiin elämää yli 18-vuotiaana ja joissa ei pohdittu, mikä lapsuudessa olisi voinut auttaa. Saatuani kokonaiskuvan aineistosta pelkistin siis sitä tutkimustehtävän ohjaamana (ks. Puusa 2020). Jäljelle jäävät kirjojen sivut tulostin paperille.

Tämän jälkeen aloin lukemaan aineistoa De Terten ja kumppaneiden (2009) mallin kautta yliviiivaamalla eri väreillä mallin eri osioihin viittaavia asioita.

Kun huomasin aineistossa toistuvia asioita, hahmottelin niitä ryhmiin erilliselle Word-tiedostolle liittäen niihin myös aineisto-otteita teoksista. Tämän jälkeen loin uuden tiedoston, johon jatkoin teemojen nimeämistä ja ryhmittelemistä ja muodostin viisiosaisen mallin pohjalta teemoja, jotka jaoin ylä- ja alateemoihin ja nimesin ne. Ryhmittelyä resilienssin mallin mukaisesti tein aluksi sekä ensimmäisen että toisen tutkimuskysymyksen osalta, mutta huomasin, että toista tutkimuskysymystä on vaikeaa hahmottaa mallin kautta. Kun olin saanut teemojen ryhmittelyn valmiiksi, pohdin, mitä nämä teemat kertovat aiheesta. Teemojen luominen aineiston ja resilienssin mallin pohjalta oli paikoittain haastavaa, sillä teoksissa oli sellaisia asioita, jotka joko eivät sopineet mihinkään mallin osioon tai samanaikaisesti sopivat useampaan osioon. Tällaiset ongelmakohdat ratkaisin päättämällä, mihin osioon kyseinen teema sopii eniten. Lisäksi loin uuden teeman, eläimet, sillä en kokenut sen sopivat mihinkään mallin osioon sellaisenaan. Ensimmäisen tutkimuskysymyksen osalta esitän tulokset resilienssin malliin nojaten ja sen kautta teemoja jäsenellen. Toisen tutkimuskysymyksen tulokset esitän aineistolähtöisemmin, sillä tulokset eivät suoraan istu resilienssin malliin. Teemoja havainnollistan tulososiossa aineisto-otteilla, joiden avulla voin myös havainnollistaa, mihin teemoittelun pohjaan. Lisäksi otteet havainnollistavat analyysiprosessia ja sen etenemistä. (ks. Juhila 2021b; Juuti & Puusa 2020.) Alla olevassa taulukossa esittelen aineistosta havaitsemani pää- ja alateemat.

Taulukko 3 Teemat

Tähän taulukkoon olen koonnut aineistosta paikantamani pää- ja alateemat.

Pääteema	Lapsen sisäiset suojaavat tekijät	Lapsen ulkopuoliset suojaavat tekijät	Asioita, joiden olisi toivottu olevan toisin
Alateemat	Ajattelutavat: optimismista tottumiseen, roolien kääntymiseen ja vanhemmasta irtautumiseen	Perheen tuki	Perustarpeet: ruoka, turvallisuus ja rakkaus
	Vaihtelevat tunteet	Yhteisön tuki	Pettymys yhteiskuntaan ja ammattilaisiin
	Kekseliäät käyttäytymismallit: kohtaamisesta välttelemiseen	Yhteiskunnan tuki: palvelut vanhemmille ja lapsille	
	Asioiden tekeminen ja palautuminen	Eläimet tukena ja turvana	

4.4 Eettiset kysymykset ja tutkijan positio

Sarah Tracy (2010, 840) määrittää eettisyyden pohdintaa yhdeksi laadukkaan laadullisen tutkimuksen piirteeksi. Tutkimusta ohjaavat eettiset periaatteet velvoittavat tutkijaa kunnioittamaan muun muassa tutkittavien henkilöiden itsemääräämisoikeutta ja ihmisarvoa, aineellista ja aineetonta kulttuuriperintöä ja toteuttamaan tutkimuksen niin, ettei siitä aiheudu merkittävää haittaa tutkimuksen kohteille (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 7). Nämä eettiset periaatteet ohjaavat myös tämän tutkielman tekoa. Lisäksi tässä tutkielmassa noudatetaan hyvää tieteellistä käytäntöä, jota kuvaavat esimerkiksi muiden tutkijoiden työn kunnioittaminen, rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus tulosten esittämisessä (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023, 11–14). Olen tutkielmassani pyrkinyt merkitsemään lähteet huolellisesti sekä kunnioittamaan aineistona olevien kirjojen itseisarvoa ja merkitystä tästä tutkielmasta riippumattomina teoksina. Lisäksi olen pyrkinyt kuvaamaan aineistonhakuprosessiani sekä analyysiprosessiani ja esittämään näissä tekemiäni valintoja. Tutkimuksen tulosten ohessa olen selventänyt, millaisia teemoja olen aineistosta muodostanut ja miten. Lisäksi olen selvittänyt aineistonani olevien teosten käyttöä tutkielmassa tekijänoikeuksien näkökulmasta.

Koska laadullisessa tutkimuksessa pyritään selvittämään tutkittavien henkilöiden kokemuksia, on tutkijalla oltava neutraali asema, jotta tutkimuksen kohteena olevat henkilöt saadaan

kertomaan avoimesti kokemuksiaan aroistakin aiheista (Juuti & Puusa 2020). Vaikka tässä tutkielmassa käsitellään hyvin arkaa aihetta, on teoksissa käsitelty kokemuksia silti hyvin monipuolisesti, sillä kirjoittajat ovat halunneet tietoisesti jakaa kokemaansa avoimesti laajemmalle yleisölle. Koska tässä tutkielmassa analysoidaan kirjallisia teoksia, pystyn tutkijana säilyttämään neutraalin aseman, sillä teokset on kirjoitettu täysin erillään tämän tutkielman kontekstista. Toisaalta teosten kirjoittajat ja niissä esiintyvät henkilöt eivät ole tietoisia teosten tutkimuskäytöstä, eikä teoksia ole kirjoitettu ensisijaisesti sillä ajatuksella, että niitä käytettäisiin tutkimusaineistona. Tämä voikin olla yksi tällaisen valmiin aineiston käyttämisen haittapuoli. (Padgett 2016.) Käsittelen kuitenkin teoksia siten ja sillä ajatuksella, että tavoitteena on ensisijaisesti pyrkiä nostamaan kirjoittajien ja kirjoissa esiintyvien henkilöiden äänen kuuluviin olemalla niin sanotusti ulkopuolella oleva ”salatulkitsija”.

Keskeistä laadullisessa tutkimuksessa on ottaa huomioon tutkijan subjektiviteetti. Eskola ja Suoranta (1998) toteavatkin, että ”*tutkija on tutkimuksensa keskeisin tutkimusväline*” ja ”*objektiivisuus syntyy nimenomaan oman subjektiivisuutensa tai [- -] subjektiivisuuksiensa tunnistamisesta*”. Tracy (2010, 840) esittää yhdeksi laadukkaan laadullisen tutkimuksen kriteeriksi sen, että tutkija refleksiivisesti pohtii omia arvojaan ja ennakkoasenteitaan. Kirsi Juhila (2021a) toteaa, että sen lisäksi, että tutkija on tietoinen omista ennakkokäsityksistään, hänen tulee myös kyetä kertomaan niistä. Tutkijan tulee lisäksi osana tutkimusta eriteltävä omaa toimintaansa ja sen vaikutusta tutkimusprosessiin sekä tunnistaa oma subjektisuutensa. Näin myös tutkijan tutkimukseen liittämät merkitykset ja tavoitteet voivat vaikuttaa tulkintojen tekemiseen. (Juhila 2021a.) Subjektiviteetti tässä tutkielmassa tulee esille etenkin aiheen valinnan kautta. Pidän omakohtaisesti aihetta hyvin tärkeänä, mikä ohjasi valitsemaan tämän aiheen sekä kandidaatintutkielmassa että pro gradu -tutkielmaa tehdessä. Tunnistan, että omat ennakkoajatukseni ja kokemukseni aiheeseen liittyen ohjaavat osaltaan aineiston käsittelyä ja analyysin tekemistä. Tunnistan myös sen, että vaikka pyrin muodostamaan aineistosta nousevia teemoja ilman ennakkoajatuksia, voivat kandidaatintutkielmani ja siinä muodostamani luokat ohjata ajatteluni ja näin ollen myös teemojen muodostamista.

Lasta vanhemman päihteiden käytöltä suojaavia tekijöitä olisi ollut erityisen hedelmällistä tutkia lapsuuden aitoja kokemuksia tutkien suoraan lapsilta. Alaikäisten tutkimiseen liittyy kuitenkin eettisiä erityiskysymyksiä. Alle 15-vuotiaan osallistumisesta tutkimukseen päättää ensisijaisesti huoltaja ja yli 15-vuotiaankin huoltajia tulee informoida tutkimusasetelman sen salliessa (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 9). Koska tutkielman aihe on sensitiivinen,

olisi tutkielman aineiston kerääminen ollut luultavasti haastavaa ja eettiset kysymykset olisivat voineet paisua liian suureksi pro gradu -tutkielman toteuttamiseen.

5 Tulokset

Tässä luvussa esittelen analyysini tulokset. Alaluvussa 5.1 käsittelen ensimmäisen tutkimuskysymyksen osalta analyysin tuloksia ja alaluvussa 5.2 toisen tutkimuskysymyksen tulokset. Analyysin tuloksena muodostin ensimmäisen tutkimuskysymyksen osalta kaksi pääteemaa: lapsen sisäiset suojaavat tekijät ja lapsen ulkopuoliset suojaavat tekijät. Lapsen sisäiset suojaavat tekijät jakautuvat neljään alateemaan, joita ovat ajattelutavat, vaihtelevat tunteet, kekseliäät käyttäytymismallit sekä asioiden tekeminen ja palautuminen. Lapsen ulkoisten suojaavien tekijöiden pääteema pitää sisällään neljä alateemaa, perheen tuen, yhteisön tuen, yhteiskunnan tuen ja eläimet tukena ja turvana. Teemoja ja niiden sisältöjä havainnollistan aineisto-otteiden avulla. Otteiden oheen olen merkinnyt, mistä teoksesta ja miltä sivulta ne ovat. Lyhenne *LS* viittaa Liisa Seppäsen teokseen *Viiltävät vuodet (2021)*, *JP* Jyrki Palmin teokseen *Kyynelten iltasatu (2023)* ja *MJH* Mari Johanna Hauta-ahon teokseen *Sit mutsi vietiin majjal ja faija lanssil (2025)*. Kursiiviotsikoiden avulla pyrin selventämään, millaisista asioista alateemat koostuvat.

5.1 Lapsen sisäiset suojaavat tekijät

Muodostamani pääteema, lapsen sisäiset, eli ajattelutapohin, persoonallisuuden piirteisiin ja käyttäytymistyyliin liittyvät suojaavat tekijät, syntyi de Terten ja kumppaneiden (2009) resilienssin mallin ohjaamana. Tämä pääteemateema pitää sisällään neljä alateemaa, joita ovat ajattelutavat, vaihtelevat tunteet, kekseliäät käyttäytymismallit ja tekeminen ja palautuminen. Seuraavissa alaluvuissa käsittelen näitä teemoja ja niiden keskeisiä piirteitä.

5.1.1 Ajattelutavat: optimismista tottumiseen, roolien kääntymiseen ja vanhemmasta irtautumiseen

Kertomuksissa lapsuudesta oli havaittavissa runsaasti sellaisia ajattelutapoja, jotka ilmensivät resilienssiä. Näillä ajattelutavoilla lapsi pyrkii suojaamaan itseään psyykkisesti. Lisäksi ne auttavat lapsia selviytymään vanhemman päihteiden käytöstä huolimatta. Ajattelutavat vaihtelevat toiveikkuudesta aina vanhemmasta irtautumiseen saakka. Kertomuksista pystyy paikantamaan kognitiivisia taitoja, joiden avulla lapsi pyrkii suojaamaan itseään vanhemman päihteiden käytöltä ja sen vaikutuksilta.

Optimismi ja tulevaisuuteen suuntautuminen

Kertomuksissa nousi vahvasti esille, että lapsi pyrkii ajattelemaan tulevaisuudestaan toiveikkaasti ja ylläpitämään optimismia. Optimismilla voidaan viitata toiveikkuuteen ja uskoon siitä, että tulevaisuudessa tapahtuu hyviä asioita (Mattila 2026). Usko parempaan tulevaisuuteen auttaa kannattelemaan vaikeassa tilanteessa:

Ku me muutettii, oli talvi ja lunta oli iha sika paljo. Meil ei ollu oikee mitää huonekaluja. Olin silti ilonen. Se oli ihanaa. ”Uus” kämppä. Uus paikka. Uus alku. Kaikki oli jotenki paremmin. (MJH, 47)

Otteessa Mari Johanna kertoo, kuinka ”uusi alku” luo hänelle toivoa paremmasta tulevaisuudesta. Lapsi voi siis ajatella, että esimerkiksi muutto uuteen kotiin voi merkitä tilanteen paranemista tai uskoa, että vanhemman päihteiden käyttö loppuisi. Optimismia kuvattiin kaikissa kolmessa kertomuksessa. Vaikka todellisuus olisikin jotain muuta, voi tällainen ajattelutapa auttaa lasta jaksamaan. Tällainen optimismi ja tulevaisuuteen suuntautuminen ovat keskeisiä resilienssiä tukevia persoonallisuuden piirteitä (Mrazek & Mrazek 1987, 360–362). Optimismi voi auttaa lasta jaksamaan, mutta toisaalta vanhemman lupauksen murentuessa se myös kuormittaa lasta. Vanhempi voi esimerkiksi luvata, että päihteiden käyttö loppuu tai lapsi itse uskoa, että vanhempi ”tulisi kuntoon” (MJH, 47). Vaikka lapsi näkisi toiveikkuutta paremmasta tulevaisuudesta, ei se aina toteudu. Optimismi ei siis aina ole toimiva suojakeino ja toiveikas ajattelu voikin aiheuttaa myös psyykkistä kuormitusta (Holahan ym. 2004, 490).

Innokkaana uutena uskovaisena houkuttelin vanhempani mukaan seurakuntaan. [-] He kävivätkin rukousalttarilla ja olin taas hetken onneni kukkuloilla. Nyt kaikki muuttuisi! Palaisimme kotiin ja uuden elämän oli tarkoitus alkaa. Ehdin jo jonkun aikaa olla todella onnellinen, kunnes tuli romahdus. (JP, 70)

Yllä olevassa otteessa Jyrki kuvaa olleensa hetken ”onneni kukkuloilla”, mutta vain väliaikaisesti, sillä ”uutta elämää” kestitkin vain hetken ennen romahdusta. Kertomuksia yhdistävää on se, että lapsi pyrkii ajattelemaan asioista positiivisesti ja uskomaan muutokseen. Näin lapsi voi pyrkiä etsimään toivonpilkahduksia jokapäiväisestä elämästään. Toisaalta tavoitteet ja unelmat voivat olla myös kauempana tulevaisuudessa. Lapsi saattaa esimerkiksi toivoa siinä, että jonain päivänä hän pääsee muuttamaan kotoaan pakoon vanhemman päihteiden käytöltä.

Sain eniten toivoa siitä ajatuksesta, että lukion jälkeen minulle koittaisi vapaus. (LS, 58)

Otteessa Johanna kertoo, kuinka hänen toiveikkuutensa kytkeytyy siihen, että hän pääsee lukion jälkeen muuttamaan pois vanhemman luota. Tähän toivoon sisältyy ajatus, että kaikki on paremmin silloin. Optimismi ja tulevaisuuteen suuntautuminen voi siis samanaikaisesti olla tärkeä keino lapselle näkemään paremman tulevaisuuden, mutta toisaalta se voi olla myös kuormittava tekijä, jos usko ja toiveet romuttuvat vanhemman toiminnan seurauksena.

Tottuminen vanhemman päihteiden käyttöön

Optimistisen ajattelutavan lisäksi vanhemman päihteiden käytöstä ja sen aiheuttamista seuraamuksista tulee lapselle ”tavallista” ja arkipäiväistä jolloin lapsi tottuu siihen. Lapsi voi esimerkiksi tottua selviämään yksin ja olemaan yksin kotona, kun vanhempi on muualla. Alla ylempänä olevassa otteessa Selina kuvailee itseään niin reippaaksi ja järkeväksi, että hänet on voinut jättää yksin kotiin. Myös alemmassa otteessa Johanna kuvailee itseään järkevänä lapsena. Yksin olemisesta on tullut siis lapselle jo tavallista ja arkipäiväistä, sillä lapsi on jätetty pienestä asti yksin kotiin ja hän joutuu itse huolehtimaan itsestään. Lapsi voi itse nähdä itsensä kykenevänä selviytymään ilman vanhemman valvontaa.

Ja minulla oli äiti, joka joi. Koska olin iso ja reipas tyttö, minut saattoi jättää yksin kotiin. Kuusivuotiaana se tapahtui ensimmäisen kerran. (LS, 51)

Jo pienenä olin oppinut olemaan yksin kotona, eikä vahinkoja sattunut, koska olin järkevä lapsi. (LS, 54)

Toisaalta lapsi voi myös tottua olemaan vanhempiansa seurassa, vaikka he olisivatkin päihtyneitä. Vanhemman päihtymyksestä tulee siis lapselle ”normaalia”. Lapsi voi kokea, että hän on mieluummin vanhemman kanssa, kuin yksin kotona ja ajatella, että vanhemmalta saatava turva on tärkeää päihteistä huolimatta. Alla Mari Johanna kertoo tottuneensa siihen turvaan, jota päihtyneeltä vanhemmalta on saanut.

Olin tottunu siihe, et kaikki ne aikuisetki, jotka oli lapsena mun ympärillä, dokas, mut se oli turva mihi olin tottunu. (MJH, 107)

Vanhemman päihteiden käyttöön tottuminen oli toistuva tema etenkin kahdessa kertomuksessa. Teoksista ilmeni, että vaikka lapsi tunnistaa vanhemman päihteiden käyttöä ja sen vaikutuksia, mutta kun on elänyt lapsuutensa sellaisessa ympäristössä, saattaa se muuttua lapselle ”normaaliksi”.

Vanhemman ja lapsen roolien kääntyminen

Kertomuksissa ilmenee eräänlaista lapsen ja vanhemman roolien kääntymistä. Tämä näyttäytyy siten, että sen sijaan, että vanhempi huolehtisi lapsesta, onkin lapsen tehtävä huolehtia vanhemmasta ja tämän hyvinvoinnista. Tällainen roolien kääntyminen on kognitiivista ja ajattelutapoihin pohjautuvaa. Kertomuksissa tämä ilmenee siten, että lapsi ajattelee, että hänen tulee huolehtia vanhemmistaan. Tällaista roolien kääntymistä esiintyi Hauta-ahon kertomuksessa, kun muissa kertomuksissa se on enemmän käytökseen pohjautuvaa. Vaikeissa olosuhteissa lapset usein vaikuttavat ikäistään vanhemmilta. Tämä voi auttaa lapsia säilyttämään kontrollia elämässään. (Mrazek & Mrazek 1987, 359.) Roolien kognitiivinen kääntyminen ilmenee siten, että lapsi joutuu huolehtimaan vanhemmastaan ja kodin asioista, sillä kokee, että vanhemmasta ei siihen ole. Lapsi kokee olevansa jollain tavalla vastuussa vanhemmistaan. Seuraavassa otteessa Mari Johanna kuvaa itseään yhdeksi aikuisista, joka huolehtii perheen asioista lapsen roolin sijasta.

Mun piti olla yks aikuisista, ihan ku mä oisin ollu niiden äiti tai isä. [--] Mä oon ollu lapsesta asti se, joka on ottanu ohjat käsiin ja pitäny huolen siitä, et asiat hoidetaan järkevästi. (MJH, 22)

Vanhemmasta huolehtiminen menee joskus myös omien tarpeiden yli ja lapsi voi laittaa etusijalle vanhemman hyvinvoinnin omansa sijaan. Alla olevassa otteessa Mari Johanna kuvaa, kuinka hänellä ei ollut aikaa miettiä omia tarpeitaan, kun hänen on täytynyt huolehtia vanhemmista. Lapsen pitää siis olla se henkilö, joka perheessä ottaa ”ohjat käsiin” (MJH 22) ja toimii itse kuin perheen vanhempana. Tämän lapsi tekee, koska ajattelee, ettei vanhemmasta ole huolehtimaan perheen asioista. Roolien kääntymisellä lapsi pyrkii siis suojaamaan omaa ja perheensä tasapainoa, kuitenkin joskus omien tarpeidensa kustannuksella:

Ei mul ollu juurikaa aikaa miettii itteeni. Olin jo itsevarma mut en yksinkertaisesti ollu koskaa miettiny, mitä mä haluun. En mä ollu ehtiny. Mä olin miettiny joka päivä mutsii ja fajaa. (MJH, 105)

Tällainen kertomuksissa esiintyvä roolien kääntyminen voidaan nähdä lapsen parentifikaationa, jolloin vanhemman ja lapsen roolit kääntyvät ja lapsi uhraa oman tarpeensa lohtuun ja huomioon huolehtiakseen vanhemman tarpeista. Joissain tapauksissa tällainen roolien kääntyminen voi auttaa lasta oppimaan vastavuoroisuutta, mutta toisaalta lapsi voi myös oppia, että hänen tarpeensa eivät ole niin tärkeitä, kuin toisten. (Chase 1999, 17–18.)

Hiljaisuus ja vanhemman suojeleminen

Kaikkia kolmea kertomusta yhdistää se, että lapsi pyrkii suojelemaan sekä itseään, vanhempansa että perhettään olemalla hiljaa siitä, mitä kotona oikeasti tapahtuu. Hiljaisuus voi liittyä pelkoon siitä, mitä tapahtuu, jos kertoo vanhemman päihteiden käytöstä. Pelko voi liittyä siihen, miten muut reagoivat (Tinnfält, Eriksson & Brunnberg 2011, 141).

Näin alkoi minunkin taisteluni kulissien ylläpitämiseksi. Niitä yritin pitää yllä vanhempienikin puolesta. Pieni poika joutui puolustelemaan vanhempiansa tekoja ja olemaan vahva. (JP, 54)

Huoli kasvojen menettämisestä alkoi vaivata. Pohdin usein, mitähän ihmiset miestä ajattelivat. (JP, 45)

Jyrki kertoo otteissa, kuinka hän on joutunut sekä salaamaan sitä, mitä kotona tapahtuu että huolehtimaan, mitä muut ajattelevat perheestä. Hiljaisuudella lapsi pyrkii suojaamaan itseään, sillä hiljaisuuden vastakohtana voisi olla ”kasvojen menettäminen” ja muiden reaktio perheen tilanteeseen. Muiden reaktioiden lisäksi hiljaisuus voi kiinnittyä lapsen pelkoon siitä, että hänet vietäisiin pois kotoa, jos joku saisi tietää, mitä kotona oikeasti tapahtuu, kuten alla Mari Johanna kertoo.

Ton ikäsen lapsel ei oo ketää muuta ku oma isä ja äiti. Jos niitäkää. Isää ja äitii haluu suojella ja niihin luottaa sokeesti. Lapsena ei haluu kenenkää puuttuvan eikä haluu kertoa kellekkää totuutta siit, millast kotona on. Sisimmissää sitä pelkää, et sut viedää pois isän ja äidin luota. (MJH, 37)

Lapsi voi kokea paremmaksi olla kertomatta kokonaan tilanteesta, sillä pelko siitä, että hänet vietäisiin pois, on isompi, kuin hyödyt, joita lapsi kokee seuraavan kertomisesta. Aiemmassa tutkimuksessa on huomattu, että lapsi voi tuntea, että aikuista ei kiinnosta, vaikka hän kertoisi jollekin asiasta, ja lapsi ei usko siihen, että tilanne voisi muuttua paremmaksi, vaikka siitä kertoisikin jollekin. Lisäksi kertomisprosessi vaatii arviointia aikuisen luotettavuudesta ennen kertomista. (Tinnfält ym. 2011 142–143.) Hiljaisuus vaatii tilanteeseen sopeutumista, kuten seuraavasta otteesta ilmenee.

Purin hammasta, olin hiljaa ja sopeuduin. (LS, 68)

Kertomusten perusteella lapsi kokee helpommaksi olla hiljaa vanhemman päihteiden käytöstä sen seurausten pelon valossa.

Tilanteiden tunnistaminen

Kertomuksista väritytty kuva siitä, että lapset ovat hyvin herkkiä tunnistamaan vanhemman päihteiden käyttöä ja sen seurauksia. Tilanteiden tunnistaminen nousi esille useassa kohdassa Seppäsen ja Hauta-ahon kertomuksissa. Lapsi on aiemmassa tutkimuksessa nähty kyvykkääksi tunnistaa ero esimerkiksi mietojen ja vahvojen alkoholijuomien välillä ja ennakoimaan vanhemman päihtyneisyyden tilan voimakkuutta (Silvén Hagström & Forinder 2022, 227). Tällainen tunnistaminen on havaittavissa alla olevasta otteesta, jossa Mari Johanna kuvailee, kuinka isä muuttui erilaiseksi juotuaan vahvoja alkoholijuomia. Lapsi tunnistaa siis, mitä eri alkoholijuomat ovat ja millaiset niiden juomisen seuraukset ovat vanhemman käytöksessä (Vrt. Orjasniemi & Kurvinen 2017, 135). Tilanteiden tunnistaminen voi liittyä myös siihen, että lapsi oppii yhdistämään tiettyjä asioita vanhemman päihteiden käyttöön. Alemmassa otteesta Mari Johanna kertoo, kuinka hän oppi jopa tunnistamaan tiettyjä hajuja ja yhdistämään tämän vanhempien päihtyneisyyteen. Tunnistettuaan tiettyjä ”vaaranmerkkejä” hän suojeli itseään poistumalla näistä tilanteista.

Muistan ku faija usein hymyili leveesti ja nauro kovaa. [--] Mut sit ku se joi liikaa tai jotai mikä ei sopinu sille, erimerkiks viinaa, siit tuli iha erilainen. Pelottava ja vihanen. Siit tuli vittumainen myös jos se oli juonu monta päivää. (MJH, 28)

Sillon ku mutsi ja faija tuli jostai jurrissa himaa, ne teki jotain marinettipihvejä, jotka hais niin pahalle, et mun oli pakko lähtee ulos. Mä yhdistin kaikki hajut yleensä siihen, et ne oli kännissä. Tiesin et ne syö ja alkaa sekoilee, joten pysyttelin ulkona. (MJH, 25)

Lapsi tunnistaa itse niin vahvasti päihteiden käytön seurauksia ja varoitusmerkkejä, että häntä voi ärsyttää muiden huomaamattomuus:

Illalla [juhlissa] aikuisille tarjottiin valkoviiniä. Isäntäväki ei voinut tietää, mitä yksi lasillinen merkitsi äitini kohdalla, mutta minä tiesin sen liiankin hyvin. (LS, 69)

Yllä Johanna kertoo, kuinka samalla, kun aikuisilla ei ollut aavistustakaan, miten alkoholin tarjoaminen juhlissa voisi vaikuttaa hänen vanhempaansa, on hänellä jo valmiiksi kokemukseen pohjautuva tieto, mihin se johtaa.

Ymmärrys, anteeksianto ja irtautuminen

Kertomuksista selviää, että lapsi pyrkii ymmärtämään vanhemman päihteiden käyttöä ja saamaan jonkinlaista selitystä sille. Tämä ymmärtäminen näkyy etenkin Hauta-ahon ja Seppäsen kertomuksissa. Seuraavassa otteesta Johanna kertoo ymmärtäneensä, että hänen

vanhempansa oli sairas. Hänen ymmärrettyään vanhemman alkoholismin sairaudeksi hän pystyi irtaantumaan siitä ja ajatuksesta, että hänen tulisi olla siitä jollain tavalla vastuussa.

Ymmärsin, että äiti oli sairas. Samalla päätin, etten antaisi hänen sairautensa vaurioittaa itseäni yhtään enempää. (LS, 69)

Lapsi voi ymmärtämisen lisäksi antaa vanhemmalleen anteeksi. Tällainen anteeksianto näkyi Palmin ja Seppäsen kertomuksissa lasta suojaavana tekijänä. Näin lapsi pyrkii pääsemään eroon vanhemman päihteiden käytön aiheuttamista tunteista ja vastuusta ja se voi antaa lapselle eräänlaisen rauhan. Alla Johanna kuvaa, kuinka anteeksi antaminen vanhemmalle vapautti hänet ajatuksesta, että vanhempi käyttäisi päihteitä pahuuttaan.

Itkin tuskaani sängyssä peiton alla, kun kukaan ei ollut kuulemassa. Samaan aikaan päälleni humahti ihmeellinen kokemus anteeksiannosta. Minä annan tämän kaiken äidille anteeksi, hän ei tee tätä pahuuttaan! (LS, 69)

Kertomuksissa ymmärryksen ja anteeksiannon lisäksi esiintyi irtaantumista vanhemmasta. Vanhemman päihteiden käytön aiheuttamista haitoista yksi tavallisimmista on luottamuksen kärsiminen vanhempaa kohtaan (Takala & Roine 2013, 28). Kertomuksissa tämä luottamuksen menettäminen näyttäytyy siten, että vähitellen vanhemman auktoriteetti alkaa kärsiä, kun sovitusta asioista ei pidetä kiinni. Jyrki kuvaa luottamuksen menettämistä siten, että vanhemmat ”eivät voineet edes soittaa” (JP, 48) heidän ollessa ulkona. Hiljalleen lapsi tekee eräänlaista henkistä irtautumista vanhemmastaan ja suojelee itseään etäännyttämällä itseään vanhemmasta ja tämän päihteiden käytöstä:

Äidin juominen alkoi karata käsistä ollessani yläasteella. Kun huomasin, ettei hän pitänyt enää huolta asioista, tein henkisen irtioton hänestä. Hän ei ollut minulle enää auktoriteetti, enkä tilittänyt asioitani hänelle. (LS, 56)

Yllä Johanna kuvailee sitä, millaiset asiat sai hänet tekemään irtautumista vanhemmasta. Johanna kuvaa myös, kuinka vanhemman auktoriteetin menettäminen poistaa halun kertoa omista asioistaan vanhemmalle. Vanhemman auktoriteetin kärsiminen näyttäytyy kertomuksissa myös siten, että lapsi ei koe saavansa tarpeeksi tukea vanhemmalta. Seuraavassa otteessa Mari Johanna kertoo, kuinka hän ei pystynyt enää luottamaan vanhempiinsa ja ottamaan heitä vakavasti.

En pystynyt luottamaan vanhempiini, en uskonu, et ne tietää tarpeeks et niiltä vois kysyä jotain tärkeitä ja et ne vois rauhoittaa mua millään tavalla. Ne oli menettänyt sen vanhempieni auktoriteetin. En ottanu niitä vakavasti. (MJH, 42)

Henkinen irtautuminen voi jatkua vielä myös konkreettiseksi irtautumiseksi vanhemmasta. Tällöin lapsi päättää olla olematta tekemisissä päihteitä käyttävän vanhemman kanssa. Seuraavassa otteessa irtautuminen vanhemmasta näyttäytyy siteen katkaisemisena vanhempaan ja päätöksenä olla vain siskoon liittyvissä asioissa vanhemman kanssa tekemisissä.

Katkaisin siteen äitiini. Päätin, etten olisi enää tekemisissä hänen kanssaan, jollei olisi pakko Selinan [sisko] takia. (LS, 69)

5.1.2 Vaihtelevat tunteet

Kertomuksista selviää, että vanhemman päihteiden käyttö aiheuttaa lapsessa hyvin monenlaisia tunteita. Tunteiden osalta voidaan puhua myös emotionaalisesta selviytymisestä, joka viittaa tunnereaktioiden kokemiseen (Itäpuisto 2005, 101). Nämä tunteet voivat vaihdella eri tilanteissa aina rakkaudesta vihaan saakka. Tällaiset vaihtelevat tunnekokemukset auttavat lasta käsittelemään vanhemman päihteiden käyttöä.

Huoli, pelko ja viha

Huoli ja pelko liittyvät kertomuksissa vanhempaan ja perheen tilanteeseen. Kuten aiemmin mainittu, lapsen ajattelutapohin liittyviin suojaaviin tekijöihin liittyy vanhemmasta ja tämän tarpeista huolehtimista. Mari Johanna kuvaa alla sitä, kuinka huoli väritti jopa kesäleirillä olemista. Hän koki olevansa vastuussa vanhemmistaan ja huoli ei rajautunut kodin seinien sisäpuolelle. Huoli tunteena liittyy Mari Johannan kuvaamana myös siihen, että hän pelkää tulevansa hylätyksi:

Kerran mä menin viikoks jollekki sossun tai kirkon järjestämälle kesäleirille. Mul oli niin hirvee koti-ikävä, et en pystyny nauttii siit ollenkaa. [--] Olin aina huolissani, miten mun vanhemmat pärjää. Onks niil ruokaa ja onks ne kännissä. Tai et hylkääks ne mut. Jos oon kauan siel leirillä, haluuks ne mua takas. (MJH, 35)

Huoli ajaa siis lapsen ajattelemaan vanhempaa ja tämän hyvinvointia. Lapsi suojaa siis itseäänkin pyrkimällä huolehtimaan vanhemmasta. Huolen lisäksi pelon tunteet liittyvät kertomuksissa vanhemman käyttäytymiseen ja tilanteisiin, joissa esiintyy väkivaltaa. Pelko voi lamaannuttaa, mutta toisaalta alla olevassa otteessa näkyy, kuinka pelko voi ajaa myös etsimään pakokeinoja. Jyrki kuvaa, kuinka pelko ja viha ajoivat hänet pohtimaan, minne hän voisi paeta. Pelko ja viha toimivat osaltaan siis myös suojaavana tunteena, joka ohjaa toimimaan.

Kyyneleet valuvat silmistäni, pelottaa. Pelon ja vihan sekaiset tunteet alkavat vello sisälläni: ”En kestä tätä enää, en halua olla täällä, minne muualle voisinkin mennä? Tämä on yhtä helvettä.” (JP, 20)

Kertomuksissa muiden tunteiden ohella esiintyikin usein myös vihan tunteita vanhempia ja heidän päihteiden käyttöä kohtaan. Viha on ikään kuin kaiken takana piilevä tunne. Erityisesti Hauta-ahon kertomuksessa vihan tunne näyttäytyy useasti ja konkreettisesti:

Mä vihasin niit arkipäivii, ku meil tehtii safkaa kännis. Joku kokkaili jotai sekavaa paskaa jurris tai kamois. Ja mä olin koko ajan selvin päi. Olin, et tajuutteks te, mä oon tääl, mä oon ihmine, mähengitän, mä nään ja kuulen kaiken. Lopettakaa toi! Kukaa ei tajunnu mitää. (MJH, 38)

Viha kietoutuu siihen, että lapsi kokee ja huomaa vanhemman päihteiden käyttöä, mutta vanhempi ei huomaa ajatella lasta. Yllä olevassa otteessa Mari Johanna kuvaakin, kuinka hän yritti saada aikuisia huomaamaan myös hänen tunteensa tuloksetta.

Syällisyys, häpeä ja kateus

Syällisyyden tunne kietoutuu erityisesti Palmin kertomuksessa siihen, että lapsi tuntee syällisyyttä jopa vanhemman päihteiden käytöstä. Alla Mari Johanna kuvaa sitä, kuinka syällisyyden tunne voi myös väistyä. Hän kertoo aiemmin kokeneensa syällisyyttä vanhempansa päihteiden käytöstä, mutta myöhemmin ymmärsi, että se ei olekaan hänen vikansa. Syällisyyden tunteen poistuminen suoja lasta. Tällöin lapsi ymmärtää, että vanhemman päihteiden käyttö ei ole hänen vastuullaan, eikä hänen tarvitse tuntea syällisyyttä siitä, kuten ote kuvastaa.

Mutsi oli aiheuttanu itelleen sen kaiken juomalla ja käyttämällä huumeita. [--] Edes joku aikuinen tajus ja ymmärs, ettei mutsin tila ollu mun vika enkä mä ollu tehnyt mitään. Siihen asti mä olin aina luullu jollai taval, et se oli mun vika. Mä sain itsevarmuutta olemiseen. Vihdoin mulle annettii se rauha. [--] Olin tavallaan vihdoin turvassa. Ei syällistä oloo enää jostai, mitä en ollu edes aiheuttanu. (MJH, 86)

Vanhemman päihteiden käyttö herättää usein lapsessa myös häpeän tunnetta vanhemmista (Roine & Ilva 2010, 31). Palmin ja Hauta-ahon kertomuksissa häpeä näyttäytyy sekä tekijänä, joka ohjaa lasta toimimaan että alitajuntaisena tunteena, joka suuntaa ajattelua. Häpeä perheen tilanteesta ohjaa alla olevassa otteessa lasta piiloutumaan muiden kohtaamiselta. Jyrki kertoo jättäneensä menemättä kouluun, kun luokkakaverit saivat tietää hänen isänsä rattijuopumuksesta. Häpeä näyttäytyy myös voivan olla juurtunut lapsen alitajuntaisesti, vaikka hän päällisin puolin vaikuttaisikin, ettei häpeä vanhempiaan tai tilannetta kotona, kuten

alempana olevasta otteesta voi tulkita. Siinä Mari Johanna kuvaa, kuinka hän säikähti luokkakaverin nähtyä hänen isänsä.

”Ootteko kuulleet, että Jyrkin isä on palanut rattijuoppoudesta?” Olin juuri portaikossa tulossa luokkaan, kun kuulin tämän keskustelun. Käännyin heti takaisin, ja juoksin suoraa päätä kotiin, minne oli vain muutama sata metriä. Matkalla itkin katkerasti. Suosio oli kääntymässä pilkaksi. Muutamaan päivään en mennyt kouluun. (JP, 40)

Päisin koulust ja olin lähös portilt kävelee, ku joku meidän luokkalainen sano, et onks toi sun faija tuol. Säikähdin aluks, koska kelasin, et se on taas jurrissa ja kai mä häpesin sitä. (MJH, 49)

Häpeän tunne näyttäytyy suojaavan lasta toiminnan kautta, sillä lapsi pyrkii suojaamaan itseään muiden reaktioilta. Perheen ja vanhempien häpeämisen yhteyteen kietoutuu myös kateuden tunnetta ja vertailua oman ja muiden perheiden välillä. Vertailu ja kateus toisaalta näyttävät lapselle, millainen ”normaali” perhe voisi olla, mutta voivat lannistaa lasta omassa tilanteessaan. Alla olevissa otteissa Johanna kuvaa vertailua muihin ”normaaleihin” perheisiin. Jyrki puolestaan kuvailee pohtineensa, millainen tällainen ”normaali”, onnellinen perhe voisi olla. Vertailu muihin perheisiin luo näin myös toivoa lapselle.

Vertasin perhettämme muihin perheisiin, ja ne näyttivät normaaleilta. Minä olin viallisen äidin viallinen tytär. (LS, 57)

Mietin, millaista luokkakavereilla mahtaa olla. [--] Pienessä päässä pyörii haavekuva onnellisesta perheestä, jossa aina iltaisin isä tai äiti kertoisi nukkumaan mentäessä iltasadun lapsilleen ja antaisi sitten hellän suukon otsalle. (JP, 20)

Syällisyyden, häpeän ja kateuden voidaan kokea olevan kielteisiä tunteita, mutta kertomuksissa nämä tunteet näyttäytyvät ohjaavan myös lapsen käyttäytymistä ja ajattelua lasta suojaavalla tavalla. Tuntemalla erilaisia tunteita lapsi pyrkii myös käsittelemään vanhemman päihteiden käyttöä ja sen aiheuttamia ajatuksia.

Vanhemman rakastaminen ja tärkeänä näkeminen kaikesta huolimatta

Jokaisessa kertomuksessa vanhempi nähdään päihteiden käytön varjossa myös tärkeänä, arvostettavana tai rakastettavana. Myös aiemmin on tunnistettu, kuinka lapsi voi kaikesta huolimatta rakastaa päihteitä käyttävää vanhempaansa (Alexanderson & Näsman 2017, 37). Kertomusten perusteella suhde vanhempaan näyttäytyy siis siten, että vaikka vanhemman päihteiden käyttö aiheuttaakin monenlaisia vaikeita tunteita ja tuntemuksia, on niiden taustalla

silti rakkautta vanhempaa kohtaan. Seuraavassa Jyrki tuo ilmi, että vaikka lapsuus ei olekaan ollut hänelle aina helppoa, rakasti hän silti vanhempiaan ja rakastaa yhä edelleen aikuisena.

Kaikesta huolimatta rakastin ja rakastan edelleen vanhempiani. (JP, 8)

Vanhempi on kaikesta huolimatta tärkeä henkilö lapsen elämässä, jolla on myös monia hyviä piirteitä, kuten alla olevissa otteissa Mari Johanna ja Selina kertovat. He kuvaavat katsoneensa kaikesta huolimatta vanhempaa ylöspäin ja näkivät vanhemman jollain tasolla auktoriteettina, vaikka lapsen ajatustavoissa esiintyykin vanhemman auktoriteetin aseman menettäminen.

En koskaa ajatellu, et mun mutsin tekemisissä olis ollu mitää väärää. Se oli kiva ja kaunis. Niin mä näin mun äidin vielä pitkään. Mä tottelin sitä kaikessa, mitä se sano. Se oli mun äiti, ja mä rakastin sitä. (MJH, 26)

Monessa asiassa katsoin äitiä ylöspäin, hän oli fiksu ja kaunis ja tiesi paljon. (LS, 199)

Vaikka vanhemman päihteiden käyttö aiheuttaisikin monia haittoja lapsen elämään, voi hän silti kokea vahvoja välittämisen tunteita vanhempaa kohtaan. Tämä vaikuttaa suojaavan myös lasta auttamalla tätä sietämään muita, vaikeitakin tunteita.

5.1.3 Kekseliäät käyttäytymismallit: kohtaamisesta välttelemiseen

Kertomuksista pystyy havaitsemaan monenlaisia käyttäytymismalleja, joilla lapsi pyrkii suojelemaan itseään. Ne voivat olla sekä hyödyllisiä lapsille, mutta toisaalta ne voivat olla jopa haitallisia ja aiheuttaa epätoivottuja lopputuloksia.

Miellyttäminen

Kahdesta kertomuksesta oli useasta kohdasta havaittavissa pyrkimys miellyttää vanhempaa ja pitää yllä sopua ja positiivista ilmapiiriä perheessä. Miellyttäminen kietoutuu kertomuksissa toiveeseen, että perheessä pidettäisiin yhtä ja tehtäisiin asioita yhdessä mutta toisaalta myös siihen, että kotona ei riideltäisi. Lasten onkin nähty pyrkivän suojelemaan toisten tunteita (Itäpuisto 2005 103–105). Lapsi voi olla myös riippuvainen vanhemman tunnetiloista ja siksi pyrkiä säätelemään niitä. Alla Mari Johanna kertoo, kuinka pyrki miellyttämään vanhempaansa, jotta hän olisi iloinen. Hän kertoo, kuinka vanhemman tunteet olivat suoraan yhteydessä siihen, oliko hän onnellinen. Hän pyrki vanhemman tunnetiloja muokkaamalla suojelemaan siis myös itseään. Vanhemman emotionaalisista tarpeista huolehtiminen sisältyy osaltaan myös lapsen ja vanhemman roolien kääntymisen ajatukseen (Chase 1999, 5).

Mä tunsin isoo ahdistusta jos se [äiti] tai joku ei ollu ilonen. Koin, et mun on pakko aina tehdä jotain, et joku tulee iloseks tai ei oo ainakaan surullinen. [--] Mä olin täysin riippuvainen mun mutsin filiksistä, ja ne ohjaili pitkään sitä, saanko mä olla onnellinen. (MJH, 60)

Miellyttämisen pyrkimys kietoutuu kertomuksissa myös toiveeseen rakastavasta kodista, jossa tehdään asioita yhdessä ja lapsi voi saada rakkautta vanhemmalta. Jyrki kertoo, kuinka hän kokee miellyttämisen tarpeen pohjautuvan siihen, että kotona olisi kaikilla hyvä olla:

Halusin, että koti olisi hauska paikka, jossa kaikilla olisi hyvä olla. Minulla oli kova tarve miellyttää vanhempiani. Halusin, että oltaisiin yhdessä, tehtäisiin ja juteltaisiin kaikkea kivaa. (JP, 36)

Lapsi pyrkii vanhempaa miellyttämällä rakentamaan siis kotia, jollaista hän toivoo ja täten myös suojelemaan omaa fyysistä ja psyykkistä hyvinvointiaan.

Kodin käytännön asioiden hoitaminen

Myös kodin käytännön asioiden hoitaminen liittyy aiemmin mainittuun parentifikaatioon, eli vanhemman ja lapsen roolien kääntymiseen (Chase 1999, 17–18). Tervettä perhehierarkiaa ilmentää se, että vanhempi hoivaa lasta ja lapsi pystyy hakemaan turvaa vanhemmasta. Kun tämä perhehierarkia hajoaa, lapsi voi joutua vastaamaan vanhemman tarpeisiin. (Jacobvitz, Riggs & Johnson 1999, 34.) Käytöksen teemassa kodin asioiden hoitaminen liittyy konkreettisten kodin askareiden hoitamiseen, kun ajattelutapoihin pohjautuva roolien vaihtuminen on kognitiivista. Käytännön asioiden hoitaminen konkreettisella tasolla ilmeni jokaisessa kertomuksessa. Se voi olla kaupassakäyntiä vanhempien puolesta, siivoamista ja vanhemman ”kusipyykkien” (MJH, 57) pesemistä. Lapselle voi jäädä vastuulle myös huolehtia sisaruksesta, kun vanhempi on lähtenyt muualle, esimerkiksi baariin, kuten alla Johanna kertoo. Otteesta tulee ilmi, kuinka Johanna ei nähnyt muita vaihtoehtoja, kuin huolehtia siskosta. Sisaruksesta huolehtiminen jääkin usein vanhemman sisaruksen hartioille (ks. Silvén Hagström & Forinder 2022, 230–231).

Erityisen paljon vihasin äidin katoamistemppeja. Hän vain lähti baariin ilmoittamatta siitä mitään. Minulle ei jäänyt vaihtoehtoja, minun oli pakko huolehtia Selinasta, vaikka kiehuin sisäisestä raivosta äitiä kohtaan enkä taatusti ollut silloin herttaisinta seuraa pikkusiskolle. (LS, 55)

Kun lapsi joutuu ottamaan vanhemman roolin ja huolehtimaan kodin käytännön asioista, voi se viedä aikaa energiaa muilta lapselle tärkeiltä asioilta, kuten koulunkäynniltä ja kaverisuhteilta. Lapsi joutuu siis ikään kuin luopumaan lapsuudestaan huolehtiakseen vanhemmasta ja perheen asioista, kun vanhempi ei ota vanhemman roolia. (Chase 1999, 5–6.)

Mari Johanna kertoo kuitenkin alla olevassa otteessa, että vaikka hän joutui hoitamaan kodin siivoamisen, ruuanlaiton ja lemmikistä huolehtimisen, pystyi hän silti samalla käymään koulussa.

Tein kaiken mitä piti ja viel enemmän. Olin pieni lapsi, mut siivosin koko kämppää, pesin faijan kusipyykkejä pesutuvassa, vein koiraa, laitoin ruokaa, kävin koulus enkä ollu koskaan poissa. (MJH, 57)

Kodin asioista huolehtiminen voi olla lapselle mieluista tai pakollista. Hoitamalla kodin askareita lapsi pyrkii pitämään jonkinlaista kontrollia elämästään. Mari Johanna kertoo, kuinka kodin asioista huolehtiminen piti hänen ”pänsä kasassa”. Ympäristössä, jossa moni asia, kuten ruuan saaminen voi olla epävarmaa, lapsi voi pyrkiä itse huolehtimaan itsestään, hyvinvoinnistaan, turvallisuudestaan ja tarpeistaan (Silvén Hagström & Forinder 2022, 231–232; Itäpuisto 2005, 100).

Mä yleensä siivosin koko kämpän, koska mutsi ei tykänny siivoa. Tiskasin ja pesin lattiat. [--] Mä tein sitä jo ihan tosi nuoresta, kai mä pidin sil mun pään kasassa. (MJH, 56)

Päihteiden käytön kontrolloiminen

Erityisesti Seppäsen ja Hauta-ahon kertomuksissa ilmeni konkreettisia toimia pyrkimä muokkaaman vanhemman päihteiden käyttöä. Pyrkimys estää vanhempaa käyttämästä päihteitä onkin huomattu myös aiemmassa tutkimuksessa yleiseksi tavaksi lapselle suojata itseään. Siihen voi liittyä esimerkiksi alkoholijuomien laimentamista ja poiskaatamista tai muiden päihteiden piilottelemista. Vanhemman päihteiden käytön estelemisen keinot voivat olla hyvinkin kekseliäitä. (Silvén Hagström & Forinder 2022, 227; Itäpuisto 2005, 101–102.) Alla Johanna kuvaa puuttuneensa vanhemman alkoholin käyttöä sekä kaatamalla alkoholia pois että piilottelemalla rahaa, jotta vanhempi ei voisi ostaa lisää alkoholia. Hän on kehittänyt siis monenlaisia keinoja kontrolloida vanhemman päihteiden käyttöä, josta tuli lopulta rutiininomaista. Aina esteleminen ei kekseliäisyydestä huolimatta onnistu:

Vähitellen minun oli pakko puuttua äidin juomiseen. Aloin kaataa juomia viemäriin. Ensimmäinen kerta tuntui niin pelottavalta, että käteni tärisivät, mutta sitten siitä tuli rutiinia. Piilottelin myös rahoja äidiltä. Juominen pysähtyi, kun ei ollut rahaa. (LS, 56)

Kerran äiti tyhjensi purkin, jossa pidimme kolikoita pesutuvan pyykkikonetta varten, ja meni sitten hakemaan lähikaupasta juotavaa. (LS, 56)

Vaikka lapsi voi pyrkiä rajoittamaan vanhemman päihteiden käyttöä, voi käytön kontrolloiminen olla myös sitä mahdollistavaa. Alla Johanna kuvaa, kuinka vanhemman kadotettua pillereitä hän löydettyään antoi ne takaisin vanhemmalle, sillä huomasi sen tekevän vanhemmasta iloisin. Lapsi voi siis toisaalta estellä päihteiden käyttöä mutta toisaalta mahdollistaa sellaista käyttöä, jonka lapsi näkee suojaavan turvallisuuttaan (ks. Itäpuisto 2005, 102).

Joskus mä keräsin niit faijan pillereitä ja laitoin ne takas sen taskuihin. Joskus mä löysin niit ja vein faijalle, ja se ilahtu, koska oli ilmeisesti hävittäny ne. (MJH, 65)

Ongelmien kohtaaminen: riitojen väliin meneminen ja pyrkimys siihen, että vanhempi huomaisi lapsen

Jokaisessa kertomuksessa korostuu ongelmia kohtaavat käytösmallit. Nämä ilmenevät kertomuksissa pyrkimyksenä mennä vanhempien väliin, kun he riitelevät sekä yrityksenä saada vanhempi huomaamaan myös lapsen ja lapsen näkökulman. Lapsi voi pyrkiä suojaamaan itseään välttelemällä väkivaltaista vanhempaa ja tilanteita, joissa on väkivallan uhkaa (Itäpuisto 2005, 99–100). Kahdessa kertomuksessa korostui kuitenkin tämän sijaan se, että lapsi pyrkii menemään vanhempien välisten riitojen väliin ja lopettamaan ne. Fyysiseksi äityneiden riitojen väliin meneminen voi tapahtua kuitenkin lapsen turvallisuuden kustannuksella. Mari Johanna kertoo, kuinka mentyään vanhempien tappelemisen väliin, osuivat vanhemmat nyrkeillään myös joskus häneen.

Muistan, ku mutsi ja faija kerran tappeli keittiös ja mä itkin taas eteises. Mua pelotti ja ahdisti. [--] Mä seisoin siin niide lähellä, koska yritin yleensä mennä väliin ja sanoo, et ne lopettais. Ku ne huito nyrkeil toisiaa, ne löi joskus vahingossa muakin. (MJH, 65)

Kaikkia kolmea kertomusta yhdistää lisäksi lapsen toive siitä, että vanhempi huomaisi lapsen. Pyrkimys siihen, että vanhempi huomaisi lapsen liittyy kertomuksissa siihen, että lapsi pyrkii sanoittamaan tarpeitaan vanhemmalle tai esimerkiksi rikkoo sääntöjä, jotta vanhempi edes joskus huomaisi myös lapsen. Lapsi yrittää esimerkiksi kertoa vanhemmille, kuinka vihaa sitä, että vanhemmat eivät ole kotona tai pyrkiä häätämään kotona olevan ”juoppoporukan”. Näin lapsi pyrkii tuomaan omaa näkemystään esille ja toivoo, että vanhempi kuuntelisi tätä. Jyrki kertoo, kuinka hän toi ”juoppoporukalle” esiin tarpeensa uneen ja kävi huutamassa heille suorat sanat.

Olen käynyt jo kolme kertaa pyytämässä, että juoppoporukka lopettaisi remuamisen ja lähtisi kotiin. Nyt mitta on tullut täyteen. Kerään kaiken rohkeuteni ja marssin olohuoneeseen, potkaisen keittiön oven auki ja huudan täyttää kurkkua: ”Turpa kiinni, mä en saa nukuttua, lähtekää jo kotiin!” (JP, 19)

Sen lisäksi, että lapsi toivoo vanhemman huomaavan hänet, voi hän pyrkiä olemaan vanhemman kanssa tämän päihteiden käytöstä huolimatta. Tämä näkyi Hauta-ahon ja Palmin kertomuksissa siten, että Jyrki kertoo istuneensa kaupungilla ”*kapakan portailla odottamassa, että isä ja äiti tulisivat kotiin*” (JP, 48) ja Mari Johanna olleensa ”*mieluummin jurristen aikuisten luona ku yksin himas jatkuvasti*” (MJH, 68). Kertomuksista huomaa, kuinka lapsi tarvitsee vanhempaa tai vanhempia näiden päihteiden käytöstä huolimatta ja pyrkii monin tavoin tuomaan itseään esille.

Ongelmalta pakeneminen

Ongelmalta pakeneminen mainitaan suoraan vain yhdessä kertomuksessa, mutta viitteitä siihen on myös muissa teoksissa. Itsensä väkivaltaisen tai uhkaavan vanhemman luota poistamisen voi nähdä olevan jopa selviytymisen perusmalli (Itäpuisto 2005, 100), joten on mielenkiintoista, että muistelmateoksissa ongelmien kohtaaminen ja tappelevien vanhempien väliin meneminen korostui enemmän, kuin ongelmalta pakeneminen. Mari Johanna kertoo, kuinka piiloutuminen ja tilanteesta poistuminen on eräänä kertana ollut ensimmäinen reaktio, kun vanhempi on tullut kotiin päihteiden vaikutuksen alaisena. Lapsi siis tilanteessa on kokenut, että mieluummin pakenee ja poistaa itsensä tilanteesta, kuin jää tilanteeseen ja kestää sen seuraukset. Lapsi kokee etukäteen tietävänsä, mitä tilanteessa tulisi tapahtumaan ja siksi pakenee.

Kerran mä olin mun yhen uuden frendin kans meil. Muistan, ku faija tuli yhtäkkii himaa jurris. Me mentii partsille piiloo jonku vanhan tuolin taakse. Se oli eka reaktio, mikä mul tuli ku kuulin, et ovi käy. Me venattii siel aika kaua, ja tuli jo pimeetä. (MJH, 71)

Ongelmalta pakeneminen voi olla itsensä konkreettista uhkaavista tilanteista poistamista. Toisaalta ongelmilta pakeneminen voi näyttäytyä myös siten, että vaikka lapsi haluaisi mennä vanhempien väliin heidän tapellessa, ei hän uskalla tehdä niin.

Teki mieli mennä heidän väliinsä sovitlemaan riitaa, mutta en uskaltanut. (JP, 37)

Vaikka otteessa Jyrki ei suoranaisesti välttele ongelmaa tai poista itseään uhkaavasta tilanteesta, päättää hän silti suojella itseään olemalla menemättä vanhempien väliin peläten sen seurauksia.

Haitalliset käytösmallit

Muista teoksista poiketen Liisa Seppäsen teoksesta oli havaittavissa myös suoraan haitalliseksi tulkittavia käytösmalleja, joilla lapsi pyrkii käsittelemään vaikeita tunteita. Kun monissa muissa käytösmalleissa korostuu ongelmien aktiivinen kohtaaminen, voi lapsi pyrkiä myös pakenemaan vaikeita tunteita haitallisilla teoilla. Teoksessa haitallisista käyttäytymismalleista mainittiin alkoholin juominen itse sekä viiltely. Selina toivoo, että viilteleminen siirtäisi henkisen tuskan ja vaikeat tunteet fyysiseksi kivuksi. Lisäksi alempana olevassa otteessa Selina tunnistaa, kuinka hänen käyttäytymisensä oli avunpyyntöä.

”Soitin äitille ja must tuntu, et se oli juonu. Tuli ihan hirvee olo. Aattelin viillellä. [--] Mua kutkuttaa se hetki, millon tää henkinen tuska on fyysistä tuskaa!” (LS, 179)

Raju käytös, josta päiväkirjani kertoo, oli pelkkää avunpyyntöä. Kaikki minussa huusi apua ja lujaa, oli huutanut jo pitkään ennen sairaalaan joutumista. Eniten olisin toivonut apua äidiltä ja isältä. (LS, 21)

Tällaisen itseään vahingoittavan käyttäytymisen voikin nähdä olevan eräänlainen keino vähentää ahdistusta ja toisaalta sanaton keino kertoa ongelmista (Tinnfält ym. 2011, 139).

5.1.4 Asioiden tekeminen ja palautuminen

Fyysisestä hyvinvoinnista huolehtiminen esimerkiksi urheilun kautta jäi kertomuksissa taka-alalle, mutta niistä voi silti tunnistaa pyrkimyksen palautumaan ja tekemään muita asioita kodin ulkopuolella. Palautuminen kertomuksissa kietoutuu nukkumiseen ja lepäämiseen. Se kuitenkin ilmenee myös eräänlaisena pakokeinona poistua tilanteista. Alla Jyrki kertoo, kuinka nukkumaan meneminen oli toisaalta taistelua, kun keittiössä metelöidään, mutta toisaalta välttämättömyys väsymyksen vuoksi. Lisäksi Mari Johanna kertoo alemmassa otteessa, kuinka hän oli iloinen päästessään nukkumaan sisälle. Tällaiset pienetkin pakohetket voivat siis olla tärkeitä lapsen elämässä. Nukkuminen voi palautumisen lisäksi siis tarkoittaa myös päihteiden käyttäjän välttelyä (Holmila & Ilva 2010, 51–52).

Juoppojen huuto keittiöstä alkaa jälleen voimistua. Vielä muutamat hetket taistelua ja itkuiset silmät painuvat kiinni, väsymys voittaa pienen miehen. (JP, 20)

Lähinnä olin ilonen siitä, et pääsin sisälle eikä mun tarvinnu jäädä ulos nukkuu. Ku pääsin sisälle, menin suoraan nukkuu ja heräsin aamulla kouluun. (MJH, 53)

Aiemmassa tutkimuksessa sosiaaliset aktiviteetit on nähty eräänlaisena keinona paeta kodin tilannetta ja kotia (Backett-Milburn, Wilson, Bancroft & Cunningham-Burley 2008, 470). Lapsille voi myös olla tärkeää pitää huolta omista fyysisistä ja psyykkisistä tarpeista (Silvén Hagström & Forinder 2022, 231–232). Alla Jyrki kertoo, kuinka hänen nuoruusvuosinaan mopolla ajeleminen on ollut hänelle tärkeää.

Mopolla ajelu oli siihen aikaan ihan parasta hupia. (JP, 51)

Tällainen tekeminen on voinut tuoda hänelle sekä itsenäisyyden tunnetta että pakokeinon kotoa. Koska kertomuksissa lapset joutuivat kotona ottamaan vastuuta vanhemmista ja kodin asioiden hoitamisesta, oli heidän lapsuutensa voinut loppua lyhyeen. Lapsi voikin pitää kiinni ”normaaleista” lapsen aktiviteeteista, kuten leikkimisestä, kuten seuraavasta otteesta voi huomata. Johanna kertoo, kuinka leikkiessään hän tunsii olevansa lapsi. Tämä kuvastaa, kuinka lapsi kokee olevansa kaikkea muuta kuin lapsi huolehtiessaan vanhemmastaan.

Leikin aina ku pystyin meitä pihalla. [--] Olin lapsi ja tunsin olevani vapaa. (MJH, 23)

5.2 Ympäristö: Lapsen ulkoiset suojaavat tekijät

Muistelmateoksissa käsiteltiin tukea, jota lapsuudessa oli koettu saatavan ympäristöltä. De Terten ym. (2009) mallin mukaisesti kertomuksissa ympäristön suojaavat tekijät jakaantuivat kolmeen teemaan, perheen, yhteisön ja yhteiskunnan tukeen. Näiden teemojen lisäksi muodostin teemaksi eläimet tukena ja turvana.

5.2.1 Perheen tuki

Kertomuksista ilmenee, että perheessä tukea voi saada sisaruksilta ja muilta sukulaisilta, mutta myös vanhemmalta, vaikka hän käyttäisikin päihteitä.

Vanhempi tukena ja yhdessä tekeminen

Aiemmassa tutkimuksessa on huomattu, että lapset usein kokevat, että heidän päihteitä käyttävät vanhempansa eivät rakasta heitä. Rakkauden tunteen puute voi olla kummaltakin vanhemmalta tai vain toiselta. (Tedgård, Råstam & Wirtberg 2019.) Kertomuksista, erityisesti Hauta-ahon, välittyy kuitenkin se, että lapsi voi kokea vanhemman elämässään tärkeänä

ihmisenä, vaikka hän käyttääkin päihteitä. Alla Mari Johanna kuvailee, että hänen isänsä oli hänen turvansa kaikesta huolimatta. Hän kokee siis saavansa tukea ja turvaa vanhemmaltaan.

Faija oli mun turva. [--] Jos faija oli mun kanssa, mä en pelänny mitään. (MJH, 14)

Lisäksi se, että vanhemman kanssa voi silti tehdä asioita, vaikka hän käyttäisikin päihteitä, näyttäytyy erityisesti Hauta-ahon teoksessa tärkeänä suojaavana tekijänä. Vanhemmalla voidaan kuitenkin nähdä olevan ”kahdet kasvot”, jolloin vanhemman käytös muuttuu päihteiden vaikutuksen alaisena siitä, millainen se on, kun vanhempi on selvinpäin (Silvén Hagström & Forinder 2022, 222). Tästä huolimatta tärkeää voivat olla pienet ”normaalit” hetket, kuten alla olevassa otteessa mainittu uiminen perheen kanssa. Lapsi voi kokea myös vanhemman kanssa yhdessä vietetyn ajan tärkeäksi, vaikka se olisikin silloin, kun vanhempi on päihtynyt. Alempana olevassa otteessa Mari Johanna kertoo, että hän koki lapsena vanhemman kanssa olemisen ravintolassakin tärkeänä, sillä se oli aikaa, jolloin hän voi olla vanhempansa kanssa.

Muistan jutelleeni mutsin kans, ku se oli selvin päin. Ja yhtenä kesäpäivän faija kysy ekaa kertaa, et pitäskö tehdä jotain ja mä huusin et jooooooooooooo, mennää uimaa stadikalle! (MJH, 42)

Mä tykkäsin olla faijan kanssa joka paikassa eikä mua haitannu, että se oli ravintola. Ne oli ainoita hetkiä, millon olin faijan kans tekemäs jotain kivaa. (MJH, 28)

Taloudellinen tuki

Palmin ja Hauta-ahon kertomuksista pystyy havaitsemaan, että vanhemmalta voi saada taloudellista tukea emotionaalisen tuen lisäksi tai sen sijasta. Jyrki kuvailee, kuinka hänen lapsuudessaan vanhemmat pyrkivät ikään kuin korvaamaan muuta tukea ja huolenpitoa antamalla rahallista tukea. Vanhemmat uskovat, että taloudellinen tuki on riittävää siihen, että lapsi olisi onnellinen. Tämä ei kuitenkaan vielä riitä, vaan lapsi tarvitsee lisäksi myös emotionaalista rakkautta, kuten Jyrki alemmassa otteessa peräänkuuluttaa.

Vanhemmatkin varmasti tajusivat tilanteen ja halusivat pitää minusta hyvää huolta. He kuvittelivat kuitenkin rahan ratkaisevan ongelmat. Oli aika, jolloin sain vanhemmiltani lähes kaiken, mitä halusin. (JP, 60)

Tätä kesti aikansa, mutta se ei loppujen lopuksi edes miellyttänyt minua. En minä sitä halunnut! Syliä olisin tarvinnut. Rakastavan kodin olisin halunnut. (JP, 41)

Vaikka se, että ”paikalliseen ruokaravintolaan avattiin tili” (JP, 41) auttaa lasta täyttämään yhden perustarpeensa, ruuan syömisen, ei se auta paikkaamaan rakkauden tarvetta. Yllä olevassa otteessa tämä nouseekin esille; Jyrki kokee, että olisi mieluummin ottanut vanhemman rakkauden kuin rahan. Vanhempi voi kuitenkin myös ikään kuin kokea velvollisuudekseen antaa taloudellista tukea, vaikka vanhemman oma taloudellinen tilanne ei sitä sallisikaan. Mari Johanna kertoo, kuinka hän sai vanhemmaltaan aina välillä rahaa, mikäli kuunteli hänen juttujaan.

Faija heitti välil mulle kympin kaks, vaik sil ois ollu itel vaa muutama kymppi. Sillo nuoren en olis jaksanu kuunnella sen tilityksii ku se oli jurris, mut se halus mennä mun kans juttelee ulos. (MJH, 116)

Kertomus luo kuvaa siitä, että vanhempi haluaisi viettää aikaa lapsen kanssa ja ikään kuin ”paikata” lapsuudenkokemuksia, mutta verhoaa sen taloudellisen tuen taakse. Kertomuksista kuitenkin käy ilmi vahvasti se, että pelkkä taloudellinen tuki ei vielä riitä, vaikka se auttaisikin lasta.

Sisarus ja muut sukulaiset

Tukea voi saada myös sisarukselta. Teoksissa kuitenkin ainoastaan Seppäsen teoksessa mainitaan sisarus tukijana, sillä Hauta-aho ei kerro hänellä olevan sisarusta ja Palmi mainitsee veljen vain ohimennen. Sisarus voi olla tärkeä tuki lapsuudessa, sillä hän ymmärtää, millaista on elää perheessä, jossa on päihteidien käyttöä ja on itsekin samassa tilanteessa. Sisarus voi olla myös roolimalli joka johdattaa itsenäiseen elämään. (Backett-Milburn ym. 2008, 469.) Toisaalta tuki ei aina ole ikuista ja sisarus voi olla sen verran vanhempi, että hän muuttaa aikaisemmin pois kotoa.

Johanna [sisko] oli ollut minun turvani. Tuntui toivottomalta jäädä kotiin äidin kanssa kahden. (LS, 72)

Yllä Selina kuvailee, kuinka sisarus oli ollut tukena, mutta lapsi oli joutunut jäämään kotiin ”yksin”, kun sisarus on muuttanut pois kotoa. Tärkeää ja ymmärtävää tukea voi kuitenkin saada myös muilta perheenjäseniltä ja sukulaisilta ja tällainen tuki tuli esiin Seppäsen ja Hauta-ahon kertomuksissa. Tuki voi olla varsin konkreettista, esimerkiksi hoitopaikka isovanhempien luona. Alla isovanhemman luokse meneminen näyttäytyy eräänlaisena turvapaikkana vanhempien lähtiessä ”dokaamaan”. Isovanhemmalta voi saada myös tarvitsemaansa huolenpitoa, jota ei ole kokenut saaneensa vanhemmiltaan. Alemmassa otteessa Johanna kuvaa, kuinka tavalliselta vaikuttava tilanne, se, että isovanhempi tulee

viereen nukkumaan, kun pelottaa, voi turvattomassa ympäristössä kasvaneelle olla täysin uutta. Otteesta huokuu kaipuu turvalliseen huolenpitoon myös kotona.

Mä jäin joskus hoitoo faijan vanhemmille, ku mutsi ja faija lähti dokaa. Mä tykkäsin mun mummista. Se oli tosi kiva mulle, ja sain jo skidinä siit semmosen vaikutelman, et se on liian kiltti. (MJH, 24)

Joskus minua ja samanikäistä serkkuani alkoi pelottaa, kun nukuimme kahdestaan mummolan yläkerrassa. Silloin mummi otti patjan ja tuli lattialle viereemme nukkumaan eikä hän ollenkaan torunut meitä siitä, että pelkäsimme. [--] En ollut totunut sellaiseen huolenpitoon, ja siksi se tuntuikin niin turvalliselta. (LS, 53)

Toisaalta tärkeä tuen lähde voi olla myös entinen perheenjäsen. Seppäsen kertomuksessa mainitaan, kuinka entinen isäpuoli oli ”maanpäällinen enkeli” (LS, 163) ja turvapaikka löytyi hänen luonaan, vaikka suhde vanhempaan olikin jo päättynyt. Tukea voi perheessä saada kertomusten perusteella siis sisaruksilta, muilta sukulaisilta ja jopa entisiltä perheenjäseniltä.

5.2.2 Yhteisön tuki

Yhteisöltä saatava tuki jakautuu muistelmissa tukeen kavereilta, koulun merkitykseen tukijana ja hengähdystaukona sekä naapureiden ja seurakunnan antamaan tukeen. Yhteisöltä saatava tuki näyttäytyy merkittävänä tuen lähteenä muistelmien perusteella.

Kaverit

Kaikissa muistelmissa kuvataan vahvasti kavereiden merkitystä sekä ymmärtäjinä että heidän kotejaan turvapaikkana. Vanhemman päihteiden käyttöä voi pyrkiä pitämään kavereilta ja ystäviltä salassa (ks. Backett-Milburn ym. 471), mutta tärkeää voi myös olla pystyä luottamaan kavereihin ja pystyä kertomaan heille kodin tilanteesta, ilman arvostelun kohteeksi tulemisen pelkoa. Lapselle voi olla tärkeää tulla hyväksytyksi kaveriporukassa sellaisena kuin on, kuten alla olevassa otteessa ilmenee. Kaveriporukasta voi tulla lapselle ikään kuin perheen korvike, kuten seuraavasta otteesta ilmenee.

Porukoita oli monia. Ne olivat minulle kuin uusi perhe, sellainen perhe, jossa minut hyväksyttiin. Siinä perheessä ei tosin ollut isää tai äitiä, oli vain lauma onnettomia lapsia. (LS, 86)

Ymmärretyksi tuleminen kavereiden taholta näyttäytyy Hauta-ahon kertomuksessa toistuvana teemana. Koska vanhemman päihteiden käyttö ja siitä kertominen voivat aiheuttaa pelkoa kiusaamisesta ja kavereiden menettämisestä sekä häpeää (Holmila & Ilva 2010, 54), voi lapselle olla tärkeää, että kaveri ymmärtää hänen kokemuksiaan omakohtaisella tasolla,

jolloin riski kaverin menettämiselle on pienempi. Alla Mari Johanna kertoo, kuinka kaverille, jolla oli kokemuksia vanhemman päihteiden käytöstä, pystyi kertomaan asioistaan niin, että toinen ymmärtää.

*Mut se muija ymmärs mua. Sil oli kai jotai samantyyllisii kokemuksii.
Tuntu oudolt puhuu jonku toisen kaa sillee, et seki pysty ymmärtää. (MJH, 71)*

Kokemusten jakamisen lisäksi kaverit ja heidän kotinsa näyttäytyvät kertomuksissa turvapaikkoina, jonne mennä, kun kotona ei voi olla. Varsinkin Hauta-ahon ja Palmin kertomuksissa kaverien kodit ovat turvapaikkoja, joissa saa tukea, turvaa ja perustarpeet täytettyä. Jyrki kertoo ylempänä olevassa otteessa, kuinka hän yöpyi kavereiden kodeissa tilanteen kotona ollessa ”kovaa alamäkeä”. Mari Johanna taas kuvailee, kuinka yöpaikan lisäksi kavereiden kodeista sai myös ruokaa ja paikan levätä.

Alamäki oli kovaa, ja pian se tulisi päättymään lopulliseen pysähdykseensä. Olin onneksi jo saanut seurakunnasta hyviä kavereita, ja yövyin pääosin heidän kodeissaan. (JP, 70)

Mä olin aika usein tohon aikaan yötä joko sil yhellä mua vanhemmalla muijalla naapuris tai kavereilla, jos niille sai jäädä yöks. Useimmin sain kuitenkin olla niil, syödä ja nukkuu. Ja oon siit ikuisesti kiitollinen. (MJH, 57)

Koulu

Koulu ympäristönä voi olla eräänlainen hengähdystauko lapselle, jonka kotona tilanne on arvaamaton (Backett-Milburn ym. 2008, 470). Kertomuksissa koulu näyttäytyikin paikkana, jossa lapsi voi hetken elää ”normaaliala” lapsuutta. Koulussa voi esimerkiksi olla opettaja, joka tarkistaa läksyt, vaikka kotona niistä ei välitettäisikään tai opettaja, joka tukee lasta urheiluharrastuksessa. Koulu voi olla lapselle paikka, jossa hän kokee itsensä arvokkaaksi ja osaavaksi. Kun vanhemmat käyttävät lapsen näkökulmasta liikaa päihteitä, voi yhtenä haittana olla koulunkäynnin kärsiminen (Roine & Ilva 2010, 35). Kodin asioiden hoitamisen ohella koulunkäynnin hoitaminen voi muodostaa lapselle moninkertaisen taakan (Itäpuisto 2005, 107). Kertomuksissa koulu näyttäytyy kuitenkin enemmänkin suojaavana tekijänä lapselle. Johanna kuvailee, että koulu oli jopa paikka, joka piti hänet ”henkisesti kasassa” (LS, 57). Jyrki kertoo, kuinka hän näki opettajassaan jopa jotakin ”isällistä”:

Onneksi kuri ainakin alakoulussa oli sen verran kova, että siellä sentään tarkistettiin läksyt, ja niin pysyin jotenkin kiinni elämän syrjässä. Erityisesti jäi mieleen ala-asteen rehtori [--]. Vaikka monet pelkäsivät Marttia, minä näin hänessä jotakin isällistä. Hänessä oli jotain sellaista, mitä kaipasin. (JP, 47)

Se, että koulussa pidettiin kiinni läksyjen tekemisestä, oli Jyrkille hänelle tärkeää, sillä se auttoi häntä pysymään kiinni normaalissa arjessa.

Naapurit ja seurakunta

Seppäsen ja Hauta-ahon kertomuksissa tukea voi saada myös naapureilta. Kuten kavereilta, myös naapureilta voi saada turvapaikan ja henkistä tukea. Selina kuvailee, kuinka naapurissa asunut mummo, Lemppari, oli hänelle tärkeä ihminen ja hänen luokseen pystyi menemään, kun kotona oli vaikeaa. Selina kuvailee myös, että mummon koti pysyi hänelle turvapaikkana, sillä mummo ei ottanut kantaa Selinan äidin alkoholin käyttämiseen. Lapselle voi naapurista muovautua tärkeä henkilö. Toisaalta tärkeä turvapaikka lapselle voi olla myös seurakunta. Palmi kuvaa kertomuksessaan, kuinka hän kokee seurakunnan ja uskon tulemisen olleen hänelle tärkeitä suojaavia tekijöitä. Alla Jyrki kertoo, kuinka vaikeiden kotiolojen ohella seurakunta oli hänelle paikka, jossa hän sai kasvaa turvallisessa ympäristössä. Kuten koulu, myös seurakunta näyttäytyy voivan tarjota lapselle hengähdyspaikan kotoa ja mahdollisuuden ”normaaliin” lapsuuteen.

Aluksi minulla oli isosisko turvanani, mutta kun olin 6-vuotias, hän muutti pois kotoa. Sen jälkeen olin ihan yksin, koska vanhempani erosivat myös minun ollessani 6-vuotias. Lemppari tarjosi ratkaisun tähänkin pulmaan. Pystyin menemään hänen luokseen aina, tapahtui mitä tapahtui. Monesti yölläkin saatoin tulla itkien hänen luokseen, kun äiti oli taas juonut. (LS, 50)

[--] mutta kaiken kaikkiaan seurakunta oli minulle paras kasvualusta ja turvapaikka kaiken keskellä. Siellä sai kasvaa ja kapinoida. (JP, 72)

5.2.3 Yhteiskunnan tuki: palvelut vanhemmille ja lapsille

Tuki yhteiskunnalta vaikutti kertomuksissa kaksipuoliselta; toisaalta tuki on auttanut mutta toisaalta tuonut myös harmia lapsen elämään. Yhteiskunnalta saatavan tuen voi nähdä kertomuksissa jakautuvan vanhemmalle suunnattuun ja lapsille suunnattuun tukeen eri palveluiden avulla. Jokaisessa kertomuksessa perheen tilanteeseen oli puututtu yhteiskunnan tasolta eri tavoin. Vanhemmille suunnatuista palveluista kertomuksissa näkyi vanhemman päihdesairausten hoito katkaisuhoidossa ja AA:n kokoukset. AA viittaa todennäköisesti Nimettömiin Alkoholisteihin, joka on yhteisö, jossa tuetaan ylläpitämään ja saavuttamaan raittius (Nimettömät Alkoholistit 2026). Vanhemmille suunnatut palvelut ilmenivät kertomuksissa hengähdystaukoina lapsille. Jyrki kuvaa, kuinka koki helpotusta vanhempien joutuessa katkaisuhoitoon, sillä silloin hän sai olla rauhassa. Kertomuksissa tunnistettiin myös

avun ja muutoksen väliaikaisuus. Johanna kertoo, kuinka hän ei uskaltanut luottaa pysyvään muutokseen, vaikka vanhempi saikin apua AA:n kokouksista.

Molemmat, sekä isä että äiti, joutuivat katkaisuhuoltoon yhtä aikaa ja useaan eri otteeseen. Se tuntui kauhistuttavalta mutta samaan aikaan helpottavalta. Saipahan olla edes hetken rauhassa. (JP, 61)

Äiti ryhdistäytyi, raitistui ja kävi AA:n kokouksissa ainakin jonkin aikaa. En uskaltanut silti luottaa pysyvään muutokseen. (LS, 67)

Lapselle suunnatuista palveluista kertomuksissa mainittiin lähinnä huostaanotto. Mari Johanna sekä Selina kertovat olleensa sijaishuollossa, Mari Johanna lasten vastaanottokodissa ja Selina perhekodissa. Mari Johanna yhdistää kertomuksessaan huostaanoton olleen hänelle vaihe elää ”normaalimpaa” nuoren elämää. Hän kertoo lasten vastaanottokodissa saaneensa ruokaa ja huolenpitoa, kun nuorisokodissa oli ohjaaja läsnä. Samalla hän kuvaa kuitenkin kapinoineensa sääntöjä vastaan nuorisokodissa. Myös Selina kuva alemmassa otteessa olleensa lopulta kiitollinen perhehoitopaikasta, vaikka hänen sijaishuoltomatkaansa on mahtunut myös paljon kapinointia.

Ekaa kertaa elämässäni mä vietin sellast huoletonta teinin elämää. Kaikki oli niin hyvi, vaik kaikki ei ollu hyvin. (MJH, 98)

Olin kiitollinen Helenasta ja Heikistä ja perhekotipaikasta heidän luonaan. (LS, 163)

5.2.4 Eläimet tukena ja turvana

Muodostin de Terten ja kumppaneiden (2009) resilienssin mallista poikkeavasti omaksi teemakseen eläimet tukena ja turvana. Tämä teema muodostui, koska Palmin ja Hauta-ahon kertomuksissa eläimet mainittiin selvästi erillä muusta perheestä ja tilanteesta tärkeänä tukena ja turvana. Vanhemman päihteiden käytön värittämässä lapsuudessa lemmikki voi olla valon pilkahdus synkkyyden keskellä. Jyrki kuvaa seuraavassa otteessa, kuinka hänen yksi rakkaimmista muistoistaan lapsuudenkodista liittyykin lemmikkikoiraan.

Ehkä rakkain lapsuuskotimuistoni liittyy saksanpaimenkoiraamme Veskuun. (JP, 56)

Lemmikki Mari Johannan kertomuksessa ymmärtää, kuuntelee suruja ja olla läsnä. Kun lapsella on lemmikki, hän voi jopa kokea sen ystäväksi, joka on hänen kanssaan, vaikka vanhemmat olisivatkin muualla tai käyttämässä päihteitä. Alla Mari Johanna kuvailee, kuinka lemmikkigerbiilit olivat hänelle kuin ystäviä, joiden kanssa hän pystyi viettämään aikaa. Eläin

voikin olla lapselle luotettava ystävä, jolle voi kertoa myös perheen salaisuudesta (Silvén Hagström & Forinder 2022, 232).

[--] mä sain kaks gerbiili, mustan ja beigen. Olin niin onnellinen. [--] Mä rakastin hoitaa niitä ja huolehtii niist. [--] Ku mutsi ja faija oli dokaamas, mä hengasin mun gerbiilien kans. Tuntu, et mul on ystävä. (MJH, 73)

5.3 Asioita, joiden olisi toivottu olevan toisin

Kertomuksissa käsiteltiin myös asioita, joiden olisi toivottu olevan toisin lapsuudessa. Tämän yläteeman teemat muodostin aineistolähtöisesti. Esille nousseet teemat eivät istuneet suoraan de Terten ja kumppaneiden (2009) resilienssin malliin, sillä se pyrkii kuvaamaan resilienssin toteutumista ja toisen tutkimuskysymyksen osalta tavoitteena on tarkastella toteutumattomia suojaavia tekijöitä. Asioihin, joiden olisi toivottu olevan sisältyy kaksi alateemaa, perustarpeet ja pettymys yhteiskuntaan, ammattilaisiin ja vanhempiin.

5.3.1 Perustarpeet: ruoka, turvallisuus ja rakkaus

Maslow'n (1943, 375) mukaan ihmisen tarpeet voidaan nähdä hierarkkisenä systeeminä, jossa ihminen pyrkii ensin täyttämään fysiologiset perustarpeensa, kuten ruoan saamisen. Kun perustarpeet on täytetty, muut tarpeet tulevat esiin. Fysiologisia tarpeita seuraavat Maslow'n mukaan turvallisuuden ja rakkauden tarpeet. Näiden yläpuolella hierarkiassa on itsensä arvostamisen ja itsensä toteuttamisen tarpeet. Maslow esittää, että ennen kuin alemman tason tarpeet on täytetty, ihminen ei ajattele ylemmän tason tarpeita. (Maslow 1943, 376–382.) Kertomuksissa asioista, joita lapsena olisi toivottu olevan toisin välittyä perustavina tarvehierarkiassa olevia tarpeita, jopa fysiologisia. Hauta-ahon kertomuksesta välittyä epävarmuus tärkeän perustarpeen, ruoan saamisen täyttämässä. Useassa kohdassa kertomusta Mari Johanna alleviivaa, kuinka kotona ei ollut ruokaa jääkaapissa ja siksi esimerkiksi nuorisokoti oli iso muutos. Alla Mari Johanna kuvailee, kuinka ensimmäistä kertaa ollessaan lasten vastaanottokodissa hän pystyi käymään täydellä jääkaapilla. Tämä osoittaa, kuinka tärkeitä perustarpeet ovat lapselle ja ajatusmaailman muovautumiselle.

Siel [lasten vastaanottokodissa] oli keittiö, mis sai käydä syömäs silloin ku huvitti ja siel oli kaikkee. Tuntu vitun hyvältä, et ekaa kertaa mun elämäs pystyin ottaa jääkaapist safkaa, koska siel oli sitä. (MJH, 94)

Turvallisuuden ja rakkauden tarpeet esitetään tarpeina, jotka ovat tarpeiden hierarkiassa vain fysiologisten tarpeiden voittamia (Maslow 1943). Kaikissa kertomuksissa nämä tarpeet

esiintyvät osittain täyttämättöminä. Kertomuksissa peräänkuulutetaan sitä, että vanhempi ei ole ottanut vanhemman roolia tarpeeksi ja huolehtinut lapsesta, niin kuin lapsi olisi kaivannut. Tämä liittyy niin perustarpeiden täyttämiseen ja huomion osoittamiseen kuin esimerkiksi koulunkäynnistä kiinnostumiseen. Lisäksi vanhemman päihteiden käyttö näyttäytyy kertomuksissa siten, että vaikka jotkin päivät olisivatkin ”tavallisia”, on ”*musta pilvi*” (LS, 72), eli vanhemman päihteiden käyttö ja sen vaikutukset silti läsnä kaikessa. Yleinen turvattomuuden tunne onkin nähty melko yleisenä ongelmana lapsuudenkodissa, jossa vanhempi käyttää liiallisesti päihteitä (Roine & Ilva 2010, 35). Johanna kertoo, kuinka normaalilta vaikuttavan arjen taustalla on epävarmuus. Lapsen turvallisuuden tunne voi tällöin järkkäyä.

Toki monet asiat olivat lapsuudessamme ihan hyvin, ja äiti oli tavallinen työssä käyvä ihminen. Valtaosa päivistä oli raittiita päiviä, joskin niitäkin varjosti tietty epävarmuus. (LS, 198)

Yhdistävänä tekijänä kaikissa kertomuksissa on, että niissä koettiin, että lapsena ei ole saanut vanhemmilta tarpeeksi rakkautta, huomiota tai yhdessä tekemistä, kuten alla olevista kahdesta ensimmäisestä otteesta näkee. Kertomuksissa koettiin eräänlaista pettymystä vanhempiin, heidän päihteiden käyttöön ja vanhemmuuteen. Niitä yhdistää toive siitä, että vanhempi olisi huolehtinut lapsesta, suojellut tätä ja osoittanut kiintymystä. Vaikka lapsuuden suojaavista tekijöistä pystyy huomaamaan, että monessa kohtaa kertomuksissa mainitaan lapsen rakkaus vanhempaa kohtaan kaikesta huolimatta, on tämä voinut näyttäytyä lapselle yksipuolisena. Seuraavassa otteessa Jyrki kuvailee, kuinka hän olisi lapsuudessaan kaivannut rakkautta ja huolenpitoa. Rakkauden ja hoivan kaipuu on hyvin kaikkia kertomusten tunteita läpileikkaavaa. Se osoittaa, kuinka lapsi tarvitsee näitä vanhemmalta. Kuten Maslow'n tarpeiden hierarkia osoittaa, rakkauden ja turvallisuuden tarpeet tulee olla täytettyjä, ennen kuin ihmiselle jää tilaa pohtia korkeampia tarpeita. Tämä näkyy Mari Johannan kertomuksesta siten, että hän huomaa, ettei hänellä ollut aikaa pohtia omia tarpeitaan kaiken ohella. Alimmassa otteessa hän tunnistaa, että kaikki muu oli hänen mielessään tärkeämpää sillä hetkellä.

Syliä olisin tarvinnut, rakastavan kodin olisin halunnut. (JP, 41)

Olisin tarvinnut aikuista, joka olisi ollut minusta kiinnostunut, viettänyt aikaa kanssani ja uskaltanut asettaa myös rajoja. (LS, 87)

*En ollu ehtiny nuoren mieltii, kuka mä oon ja mitä voisin tehdä.
Ei mul ollu koskaa aikaa sellasee. Olin pienenä väsyny koulust ja siit, et*

valvoin yöt ku vein kännise fajjan vessaa, ettei se kuse sänky, ja raahasin sen sit nukkuu. (MJH, 181)

5.3.2 Pettymys yhteiskuntaan ja ammattilaisiin

Jokaisessa kertomuksessa välittyy tunne siitä, että palveluissa ei ole osattu kohdata lasta lapsen tarvitsemalla tavalla. Samalla kertomuksista välittyy pettymystä palvelujen lisäksi laajemman tason yhteiskuntaan ja sen asenteisiin.

Ammattilaisten asenteet

Maritta Itäpuisto on väitöskirjassaan todennut, ettei ”*alkoholiongelma pysähdy kodin seiniin, eikä seinien ulkopuolella lasta odota avuntarjoajien joukko*”. Tämä ajatus pohjautuu siihen, että myös ympäristö on osallisena lapseen kohdistuvien ongelmien ylläpitämiseen. (Itäpuisto 2005, 90.) Kaikissa kertomuksissa perheen tilanteeseen oli puututtu ulkopuolelta, lapsen huostaanoton tai vanhemman päihdehoidon kautta. Niissä kuitenkin kritisoidaan vahvasti ammattilaisten asenteita ja lapsen kohtaamista. Kritisointi liittyy erityisesti siihen, millaisia ennakkoluuloja ammattilaisilla on lapsista sekä vanhemmista, kun perheessä on päihteiden käyttöä. Lisäksi kertomuksissa on koettu syyllistämistä ammattilaisten taholta. Jyrki kertoo, kuinka hänelle on lapsena kerrottu, että hänestäkin tulisi melko varmasti alkoholisti. Jyrki kritisoikin vahvasti tätä ajatusta ja peräänkuuluttaa, että ammattilaisten ei tulisi latistaa lapsen toivoa tällaisella kommentilla. Mari Johanna taas kertoo, kuinka hänen isänsä leimattiin lähes automaattisesti kyvyttömäksi huolehtia hänestä. Tämä osoittaa, että palveluissa ei tulisi tehdä turhia ennako-oletuksia perheistä pelkän päihteiden käytön perusteella, vaan kuunnella lapsen omaa mielipidettä. Lisäksi alla olevassa otteessa Mari Johanna kuvailee, kuinka sosiaalityöntekijöiden suhtautuminen myös häneen oli alentavaa. Ammattilaisten asenteet ja ennako-oletukset voivat olla siis merkittävä tekijä siinä, miten lapsi suhtautuu ammattilaisiin ja palveluihin.

Muistan itse murrosiässä istuneeni vanhempieni kanssa alkoholiparantolan perheneuvonnassa. Istunnossa vanhempieni terapeutti sanoi, että myös minusta tulisi 99 prosentin varmuudella alkoholisti. Tällä hän pyrki tietenkin herättelemään vanhempieni, mutta samalla tuollainen lausahdus oli iso virhe ammattilaiselta.” (JP, 12)

Niiden asenne oli alusta asti niin sääliittävä. Niil oli ne oletukset must ihmisenä, vaik ne ei tuntenu mua. Ne kohteli mua ku mul ei ois mitää arvoa tai oikeutta edes olla tääl. Niin ku jotai koiraa. Ne puhu mulle törkeesti, alentavasti ja

epäkunnioittavasti, vaik mä en sanonu mitää provosoivaa niille. Noin ne jotkut sossut kohtelee nuorii ja väittää lopuks et nuori vaa aukopäätä. (MJH, 92)

Alla Selina kuvaa, kuinka hänen ”perussairautensa” eli tarve turvalliselle kodille ja turvallisille vanhemmille jäi huomioimatta, kun hän oireili. Selina kertoo, kuinka elämänsä olisi voinut mennä erilaiseen suuntaan, mikäli tämä tarve olisi huomattu ajoissa. Hän kritisoi siis sitä, että palveluissa hoidettiin pelkästään hänen ulospäin näkyviä oireitaan, mutta ei selvitetty taustalla piilevää tarvetta. Otteen voi tulkita siten, että lapsi ja hänen tilanteensa vaatii kokonaisvaltaista tarkastelua, ei vain oireiden lievittämistä.

Rajuja oireitani koetettiin taltuttaa sairaalahoidolla, lääkkeillä, lepositeillä ja eristyksellä, mutta ”perussairaus” jäit pitkään huomiotta. Ja mikä se oli? Minulla ei ollut turvallista kotia eikä turvallisia vanhempia ennen kuin Helenan ja Heikin luona. [--] Tarinani olisi toisenlainen, jos olisin päässyt jo ongelmien kärjistyessä yläasteella hyvään sijaiskotiin. (LS, 218–219)

Epätietoisuus palveluissa

Toistuva teema jokaisessa muistelmassa oli eräänlainen epätietoisuus siitä, millainen oma tilanne on, mitä erilaisissa palveluissa tapahtuu ja mikä on niiden lopputulema. Lisäksi epätietoisuus kertomuksissa yhdistyy vanhemman tilanteeseen ja siihen, millaisia vanhemmalle suunnattujen palveluiden tavoitteet ovat. Epätietoisuus liittyy Mari Johannan kertomuksessa siihen, että hän ei ymmärtänyt, miksi oli joutunut huostaanotetuksi ja kuinka kauan huostaanotto kestäisi. Hän peräänkuuluttaa sitä, kuinka ammattilaisten tulisi olla selkeitä kertoessaan, miksi huostaanotto on tehty ja kuinka kauan se tulisi kestävänsä. Mari Johanna toivoo, että lapsellekin voisi puhua suoraan ja rehellisesti, kuten alla olevasta otteesta selviää. Epätietoisuus Jyrkin kertomuksessa yhdistyy myös siihen, kuinka ammattilainen saattaa yhtäkkiä ehdottaa huostaanottoa, joka ei ole lapsella käynyt edes mielessä. Jyrki toivoo, että hänelle ei olisi lapsena yhtäkkiä ehdotettu tällaista. Lapsen kannalta olisi siis tarkoituksenmukaisempaa, että aihetta pohjustettaisiin jotenkin. Turvattomassa ympäristössä kasvaneella lapsella tällainen näyttäytyy horjuttavan lapsen turvallisuuden tunnetta entisestään.

Kukaa ei oikee myöskää puhunu mitää suoraa tai rehellisesti. Oisin ite arvostanu enemmänki semmost suoraa puhetta, et ”Hei sä asut nyt nuorisokodis siihe asti kutäytät 18, koska sun isäs on alkoholisti ja mutsis ex-narkkari, joka ei mitenkää pysty huolehtii susta, ku ei se huolehdi edes itsestään. (MJH, 112)

Erään kerran vieraillessani vanhempieni luona alkoholistiparantolassa minut pyydettiin keskusteluun hoitajan ja lääkärin kanssa. [--] Pienen rupattelun jälkeen

lääkäri kysyi suoraan: ”Haluaisitko, Jyrki, että sinut sijoitettaisiin lastenkotiin, jossa sinusta pidettäisiin parempaa huolta?” Tämä tuli minulle täytenä yllätyksenä ja shokkina. (JP, 61)

Yhteiskunta mahdollistajana ja määrävänä

Erityisesti Hauta-ahon kertomuksessa esiintyy pettymystä yhteiskuntaan ja sen rooliin päihteiden käytön mahdollistajana. Mari Johanna kertoo, kuinka hänen näkökulmastaan lapsi jää yhteiskunnassa huomiotta. Alla olevassa otteessa yhdistyy pettymys yhteiskuntaan ja siihen, kuinka yhteiskunta mahdollistaa lapsen ja lapsen näkökulman unohtamisen. Hänen mielestään myös ”kärryjen alle” (MJH, 181) jäävä lapsi tulisi huomata. Lisäksi Mari Johanna kokee, että yhteiskunta mahdollisti hänen vanhemmalleen päihteiden käytön. Hän peräänkuuluttaa siis sitä, että yhteiskunnan tulisi puuttua tähän systeemiin.

Koko yhteiskunta pyörii rikkiäisil hevostärryil, jotka on ajamas seinää hetkenä minä hyvänsä, eik kukaa nää sitä skidii, joka on jäämä kärryjen alle. (MJH, 181)

Tuntuu, et valtio ja tää systeemi osittain mahdollisti mun fajalle ja sen kaltasille jokapäiväsen alkoholin juomisen valtion masseilla. (MJH, 180)

Jyrki kokee lisäksi, että yleinen yhteiskunnallinen ilmapiiri ei anna lapselle toivoa. Hänen mukaansa mielipide päihteitä käyttävien vanhempien lapsista korostaa sitä, kuinka he olisivat oman tilanteensa vankeja. Vaikka vanhemman päihteiden käytöllä onkin monenlaisia vaikutuksia lapsen elämään, voi lapsen silti nähdä olevan kyvykäs ja voimavaroja omaava (Holmila ym. 2008, 429). Näin ollen Jyrki toivoo, että lapsen toivoa ei lannistettaisi määräämällä lapsen kohtaloa ulkopuolelta. Hän kertomuksessaan lisäksi toivoo sitä, että perheisiin, kuten hänellä on ollut, välitettäisiin toivoa. Tämän voi tulkita viittaavan siihen, että perheisiin tulisi viedä tietoa päihteiden käytöstä ja sen vaikutuksista mutta myös luoda uskoa ja toivoa parempaan tulevaisuuteen.

Yleinen mielipide on jostain syystä sellainen, että se ei juurikaan anna toivoa alkoholistiperheiden lapsille. Maailman typerin sanonta kuuluu ”ei omena kauas puusta putoa”. Monet ovatkin tuomittuja ja alistuneita häviämään. (JP, 12)

Samalla kun käsittelen hyvin vakavaa ja vaikeaa aihetta – lasista lapsuutta – tiedän, että Suomessa on tuhansia ja tuhansia koteja, joissa tapahtuu samanlaisia asioita. Näihin koteihin tulisi välittää toivo. (JP, 9)

6 Johtopäätökset

Tässä luvussa kokoan yhteen tutkielmani tuloksia ja liitän ne aikaisempiin tutkimustuloksiin sekä laajempaan yhteiskunnalliseen kontekstiin. Lisäksi pohdin tutkielman laatua, rajoitteita ja jatkotutkimuksen aiheita.

Olen tarkastellut tässä tutkielmassa tekijöitä, jotka suojaavat lasta vanhemman päihteiden käytöltä ja sen vaikutuksilta. Lisäksi pyrin paikantamaan asioita, joita olisi toivottu olleen toisin lapsuudessa. Tutkin näitä tekijöitä seuraavilla tutkimuskysymyksillä: *Millaiset tekijät ovat suojanneet lapsuudessa vanhemman päihteiden käytön haitallisilta vaikutuksilta? Millaiset tekijät olisivat voineet auttaa lapsuudessa vähentämään vanhemman päihteiden käytön vaikutuksia?* Aineistonani hyödynsin muistelmateoksia, joissa käsiteltiin lapsuutta vanhemman päihteiden käytön varjossa. Näitä muistelmateoksia analysoin teorialähtöisen teema-analyysin avulla hyödyntäen de Terten ja kumppaneiden (2009) resilienssin viisiosaista mallia. Tämän mallin avulla muodostin tekijöistä, jotka suojaavat lasta vanhemman päihteiden käytön vaikutuksilta kaksi pääteemaa ja kahdeksan alateemaa. Lisäksi pääteemasta asioita, joiden olisi toivottu olevan toisin lapsuudessa tunnistin muistelmateosten pohjalta kaksi alateemaa aineistolähtöisemmin. Aineistoni oli laaja ja todella rikas ja jouduin tekemään päätöksiä siitä, mitä kaikkea sisällytän tähän tutkielmaan. Tämä rikkaus kuitenkin auttoi huomaamaan yhteneväisyyksiä ja eroavaisuuksia eri kertomusten välillä.

Lapsuutta vanhemman päihteiden käytön varjossa on luonnehdittu siten, että lapsuuden ainoa ennustettava asia on sen ennustamattomuus. (Backett-Milburn ym. 2008, 470).

Ennustamattomuus näkyy myös vahvasti kertomuksissa, mutta samalla lasta on ollut suojaamassa monet tekijät, jotka ovat olleet pysyviäkin. Lasta lapsuudessa vanhemman päihteiden käytöltä suojaavat tekijät jakautuivat muistelmateosten ja resilienssin mallin (de Terte ym. 2009) pohjalta kahteen pääteemaan, joita ovat lapsen sisäiset ja lapsen ulkopuoliset suojaavat tekijät. Lapsen sisäiset suojaavat tekijät ilmensivät lapsen omaan persoonallisuuteen, ajattelutapoihin ja toimintaan liittyviä tekijöitä, kun taas ulkoiset tekijät liittyivät muilta ihmisiltä ja yhteiskunnalta saatuun tukeen. Lapsen sisäiset suojaavat tekijät jakautuivat resilienssin mallin ohjaamana neljään alateemaan, joita ovat ajattelutavat, vaihtelevat tunteet, kekseliäät käyttäytymismallit ja asioiden tekeminen ja palautuminen. Tämä jakautuminen lapsen omiin suojaaviin tekijöihin ja ulkopuoliseen tukeen on saanut tukea myös aikaisemmassa tutkimuksessa (ks. Itäpuisto 2005, Silvén Hagström & Forinder 2022, Holmila & Ilva 2010).

Ajattelutapojen alateema oli kaikkein rikkaimmin kertomuksissa esiintyvä teema. Siihen liittyvät ajattelutavat, joita resilientillä lapsella esiintyy. Näitä ovat optimismi, toiveikkaus ja tulevaisuudesta ajatteleva positiivisesti, tottuminen vanhemman päihteiden käyttöön, jolloin siitä tulee lapselle ”arkipäiväistä” ja vanhemman ja lapsen roolien kääntyminen ajattelutapoihin ja lapsen ajatukseen vanhemman ”avuttomuudesta” pohjautuen. Lisäksi ajattelutapoihin liittyviin suojaaviin tekijöihin liittyi hiljaisuudella ja salailulla vanhemman ja itsensä suojelemista, vanhemman päihteiden käytön ja sen seurauksien tunnistamista sekä ymmärtämistä, anteeksiantamista ja lopulta vanhemmasta irtautumista. Näistä erityisesti optimismin ja tulevaisuudesta positiivisesti ajattelun sekä tieto ympäristön vaaroista, joka kertomuksissa näyttäytyi tilanteiden tunnistamisena, ovat piirteitä, jotka ”haavoittumattomien lasten” on tunnistettu omaavan (Mrazek & Mrazek 1987, 360–362). Se, että ajattelutapoihin pohjautuvat suojaavat tekijät esiintyivät niin paljon aineistossa, voi ilmentää sitä, kuinka resilienssi ilmenee erilaisissa ajattelutavoissa ja sitä tukee myös monet persoonallisuuden piirteet (Lipponen 2020; (Mrazek & Mrazek 1987, 359–362).

Vaihtelevien tunteiden teema ilmeni kertomuksissa monenlaisina tunteina, joita lapsi kokee ja tuntee vanhemman päihteiden käytön seurauksena. Nämä tunteet näyttäytyivät vaihtelevan aina vihasta vanhemman rakastamiseen asti. Lisäksi kertomuksissa lapsi koki pelon, huolen, syyllisyyden, häpeän ja kateuden tunteita. Nämä tunteet näyttäytyivät kertomuksissa ohjaavan lapsen toimintaa ja suuntaavan ajattelua ja näin myös suojaamaan lasta. Kuten aiemmassa tutkimuksessa (Wangesteen, Bramness & Halsä 2018, 203–204) on tunnistettu, lapsuutta kertomuksissa värittää vanhempaan ja tämän päihteiden käyttöön liittyvät ja sen aiheuttamat tunteet. Kekseliäiden käyttäytymismallien teema osoittaa, että lapset kehittävät monenlaisia käyttäytymismalleja ja -tapoja suojatakseen itseään. Näihin sisältyi kertomuksissa pyrkimys miellyttää vanhempaa ja kontrolloida vanhemman päihteiden käyttöä esimerkiksi kaatamalla alkoholijuomia pois. Tällaiset toimintatavat ovat tulleet esille myös aiemmassa tutkimuksessa. (esim. Silvé Hagström & Forinder 2022; Itäpuisto 2005.) Lisäksi kertomuksissa lapsi otti vastuuta kodista ja kodin asioiden, kuten siivoamisen hoitaminen Lapsia voidaan kutsua myös ”pseudoaikuisiksi”, sillä vaikeissa ympäristöissä lapset usein vaikuttavat ikäistään vanhemmilta (Mrazek & Mrazek 1987, 359). Lisäksi käytösmalleihin liittyi kertomuksissa sekä ongelman kohtaamista menemällä riitojen väliin ja tavoittelemalla sitä, että vanhempi huomaisi lapsen että ongelmalta pakenemista poistamalla uhkaavasta tilanteesta. Itäpuiston (2005, 100) väitöskirjan aineistossa itsensä pois tilanteesta poistaminen nähdään jopa itsen suojelemisen perusmallina. Tämän tutkielman tuloksista voidaan kuitenkin todeta, että

ongelman välttämisen ja tilanteista poistumisen lisäksi lapsi voi kehittää hyvin monenlaisia taitoja suojautua vanhemman päihteiden käytöltä. Kuten tuloksista voi nähdä, moni suojautumismekanismi on itseasiassa ongelmaa kohtaava ja käsittelevä sekä käytöksen että kognitoiden ja tunteiden tasolla. Muiden käytösmallien lisäksi yhdessä kertomuksessa esiintyi suoraan haitallisia käytösmalleja, joita ovat lapsen itsensä päihteiden käyttö sekä viilteleminen. Näin lapsi voi ajatella, että mieluummin kokee kivun mieluummin jossain muualla, kuin ”sydämessään” (Tinnfält ym. 2011, 139). Asioiden tekemisen ja palautumisen alateemaan sisältyi sosiaaliset aktiviteetit ja palautuminen nukkumalla.

Lapsen ulkopuolisiin suojaaviin tekijöihin liittyi kertomuksissa de Terten ym. (2009) mallissakin mainitut kolme ympäristön tukijaa: perhe, yhteisö ja yhteiskunta. Lisäksi tunnistin kertomuksista uudeksi teemaksi eläimet tukena ja turvana. Perheeltä saatu tuki ilmeni vanhemmalta saatuna tukena sekä yhdessä tekemisen että taloudellisen tuen kautta. Lisäksi perheeltä saatuun tukeen kertomuksissa kuului tuki sisaruksilta ja muilta sukulaisilta esimerkiksi hoitopaikan muodossa. Yhteisöltä saatava tuki näyttäytyi kertomuksissa eniten kavereiden ja koulun merkityksen kautta; kavereilta voi saada ymmärrystä ja koulusta hengähdyspaikan kodin tilanteesta. Lisäksi naapurit olivat kertomuksissa tukijoita ja turvapaikkoja ja yhdessä kertomuksessa seurakunta tärkeä turvasatama. Yhteiskunta näyttäytyi tukijana tuottamalla palveluita sekä lapselle että vanhemmille. Vanhemmalle suunnatut palvelut auttoivat lasta saamaan hengähdyshetken mutta toisaalta eivät luoneet uskoa lapselle paremmasta. Lapselle suunnatuista palveluista kertomuksissa näkyi huostaanotto ja sen merkitys ”normaalin arjen” näyttäjänä. Kertomuksissa perheiden tilanteeseen oli puututtu ulkopuolelta. Vain Selinan ja Johannan tapauksessa Selina itse kertoi vanhemman päihteiden käytöstä kouluterveydenhoitajalle, jonka myötä vanhemmalle järjestettiin palveluita. Se, että puuttuminen tilanteeseen tulee perheen ulkopuolelta, voi kuvastaa sitä, että päihdeongelmasta on vaikeaa puhua ulkopuolisille (ks. esim. Holmila & Ilva 2010, 54–55). Kuten kertomuksistakin pystyi huomaamaan, vanhemman päihteiden käyttö voi aiheuttaa lapselle häpeän kokemuksia ja pelkoa seurauksista, jos asiasta kertoisi muille. Tämä osoittaa, kuinka lapsia, jotka elävät lapsuuttaan vanhemman päihteiden käytön varjossa tulee sekä tunnistaa erilaisissa palveluissa mutta toisaalta tukea lapsia itse kertomaan.

Teema eläimet tukena ja turvana liittyi kertomuksissa siihen, että lemmikkieläin on lapselle tärkeä muisto lapsuudesta ja kaveri, kuuntelija ja tuki. Eläimiä ei mainita de Terten ja kumppaneiden (2009) resilienssin mallissa, mutta ne mainittiin kahdessa kertomuksessa niin selkeästi tärkeinä ja suojaavina tekijöinä, että muodostin eläimistä uuden teeman.

Vanhemman päihteiden käyttöä voi kuvailla ”elefantiksi huoneessa”, josta ei puhuta (Todman & Galvani 2025, 53). Tämä näyttäytyi myös tuloksissa hiljaisuutena vanhemman päihteiden käytöstä. Eläimelle kuitenkin lapsi voi kertoa asioistaan pelkäämättä tämän reaktiota.

Aiemmassa tutkimuksessa onkin huomattu, että lapsi voi kertoa esimerkiksi linnulle perheen salaisuudesta (Silvén Hagström & Forinder 2022, 232).

Toteutuneiden lapsuuden suojaavien tekijöiden lisäksi paikansin kertomuksista asioita, joita lapsuudessa olisi toivottu olevan toisin. Nämä ovat samanaikaisesti kertomuksissa aikuisuudessa pohdittuja asioita, jotka kuitenkin kietoutuvat lapsuuden kokemuksiin ja tunteisiin. Nämä asiat, joiden olisi toivottu olevan toisin jakautuivat perustarpeiden täyttämiseen ja pettymykseen yhteiskuntaan ja ammattilaisiin. Perustarpeiden teema tuo ilmi, kuinka kertomuksissa rakkauden ja turvallisuuden kaipuu oli läsnä keskeisenä tekijänä lapsuudessa. Lisäksi yhdessä kertomuksessa yksi tärkeimmistä perustarpeista, ruuan saaminen, näyttäytyi epävarmana. Tulokseni perustarpeiden, rakkauden ja turvallisuuden täyttämättömydestä ovat yhteydessä Maslow'n (1943) tarvehierarkian mukaisesti siihen, että tarpeiden täyttämättömyyden vuoksi lapsella ei jää aikaa huolehtia omista korkeammista tarpeistaan. Kertomuksissa ajatuksia värittääkin vanhemmasta ja tämän tarpeista huolehtiminen omien tarpeiden sijaan. Tulokseni ilmentävät lisäksi sitä, kuinka vanhemman päihteiden käyttö täyttää ja värittää lapsen elämää hyvin moniulotteisesti.

Pettymys ammattilaisiin näkyi kertomuksissa reaktiona ammattilaisten asenteisiin ja miten he sanovat asioita, sekä epätietoisuuteen palveluissa, joka ilmentää sitä, että lapselle ei tule selväksi erilaisten palvelujen päämäärät ja tavoitteet. Lapsi ei siis tule kohdatuksi palveluissa täysin tai lapsen toivomalla tavalla. Kertomukset sijoittuvat kuitenkin vuosikymmenien taakse, 1970–2000-luvuille. 1984 voimaan tulleessa sosiaalihuoltolaissa (710/1982) ei tänä päivänä voimassa olevasta sosiaalihuoltolaista (1301/2014, 5 §, 11 §) poiketen mainita kertaakaan lapsen etua tai sen huomioon ottamista tai palvelujen järjestämisestä tuen tarpeessa olevien läheisten tukemiseksi. Sen sijaan vuoden 1984 sosiaalihuoltolaissa mainitaan seuraavasti: ”Sosiaalihuoltoa toteutettaessa on yksilön ja perheen ongelmat otettava huomioon siten, että toimenpiteet niiden ratkaisemiseksi yhteensovitetaan.” (Sosiaalihuoltolaki 710/1982). Voi siis olla, että päihteiden käyttäjien läheisten kohtaaminen sosiaalihuollon palveluissa on keskittynyt lähinnä päihteen käyttäjään ja tämän etuun. Päihde- ja riippuvuusstrategiassa vuoteen 2030 on kuitenkin nyt sisällytetty läheisten oikeus palveluihin ja ammattilaisten osaamisen vahvistaminen läheisten kunnioittavasta kohtaamisesta (Kotovirta ym. 2021, 15). Tulokset voisivat olla siis hyvin erilaisia 2020-luvulle sijoittuvassa

lapsuudessa, kun näihin asioihin, joita kertomuksissa kritisoidaan, on alettu kiinnittämään huomiota. Lapsen kohtaaminen palveluissa on tärkeää ja myös aiemmin on tunnistettu, kuinka lapsi kokee tärkeäksi sen, että hän tulisi kuulluksi ja hänen asiansa vakavasti otetuksi (Holmila & Ilva 2010, 57).

Pettymys yhteiskuntaan yhdistyi kertomuksissa siihen, että yhteiskunta osaltaan on mahdollistanut vanhemman päihteiden käytön ja samalla lannistaa lapsen toivoa asettamalla tämän tiettyyn muottiin. Tämä liittyy myös aiemmin mainittuun kohtaamattomuuteen palveluissa ja leiman ylläpitämiseen lapselle, joka kasvaa perheessä, jossa käytetään päihteitä. Tulokset ilmentävät, kuinka päihteiden käyttäjiin ja heidän lapsiinsa liitetty leima on ollut ollut näkyvää aiemmilla vuosikymmenillä. Tällä hetkellä voimassa olevaan päihde- ja mielenterveysstrategiaan ja sen keskeisiin tavoitteisiin onkin sisällytetty myös ammattilaisten osaamisen vahvistaminen riippuvuuksiin liitetyn leiman vähentämiseksi (Kotovirta ym. 2021, 15). Ammattilaisten osaamiseen on siis kiinnitetty huomiota. Kertomusten pohjalta se, miten ammattilainen kohtaa lapsen sosiaalihuollon palveluissa näyttäytyykin hyvin palvelukokemuksia määrittävänä. Tulokset ilmentävätkin sitä, että lasten kohtaamiseen tällaisissa vaikeissa aiheissa vaaditaan paljon taitoa ja myös tukea ammattilaisille.

Tutkielmani tulokset tuovat näkyväksi, kuinka monenlaisia suojaavia tekijöitä lapsi kehittää ja omistaa suojatakseen itseään vanhemman päihteiden käytöltä ja kuinka nämä näkyvät käyttäytymisessä, ajatuksissa ja tunteissa. Lisäksi lapsi näyttäytyy tulosten perusteella aktiivisesti seuraavan ympäristöään ja sen uhkatekijöitä. Nämä tulokset vahvistavat myös aiempien tutkimusten tuloksia siitä, kuinka suojaavat tekijät ovat sekä lapsen sisäisiä ja omaan toimintaan liittyviä ominaisuuksia että monenlaista ulkopuolista tukea (Holmila & Ilva 2010; Itäpuisto 2005; Silvén Hagström & Forinder 2022; Alexanderson & Näsman 2017). Tulokset osoittavat myös, että de Terten ja kumppaneiden (2009) mallin mukaisesti lapsen resilienssiä ja suojautumista vanhemman päihteiden käytöltä vastaan voi kuvailla koostuvan monista eri osa-alueista. Tulosten mukaan kuitenkin nämä osa-alueet ovat epätasapainossa ajattelutapojen ja lapsen oman toiminnan korostuessa. Aina nämä lapsuuden suojaavat tekijät eivät kuitenkaan ole riittäneet ja kertomuksissa tunnistettiinkin vahvasti myös, millaiset tekijät olisivat auttaneet suojaamaan lapsuudessa vielä enemmän. Aiemmassa tutkimuksessa lasten on nähty ottavan “avuttoman uhrin” roolia elämäntarinoissaan (Silvén Hagström & Forinder 2022, 223). Kertomusten valossa lapset ottavat kuitenkin myös erittäin aktiivista roolia itsensä suojaamisessa. Itäpuisto (2005, 108) ehdottaakin, että lapsen avuttomana uhrina tai kaikesta selviytyjänä näkemisen sijaan realistisempi kuva on kaksipuolinen. Lapsi on

samaan aikaan kekseliäs toimija joka voi tuntea myös merkittäviä kyvyttömyyden ja voimattomuuden tunteita. Tämä näkyy tuloksistani siten, että vaikka lapsi pystyykin monin keinoin suojaamaan itseään, esiintyy samanaikaisesti monia vaikeitakin tunteita, kuten häpeää, pelkoa ja vihaa. Tämä tulisi tunnistaa myös erilaissa palveluissa, että vaikka lapsi vaikuttaisi pärjäävältä ja ”haavoittamattomalta”, voi pinnan alla kuplia monenlaisia tunteita.

Laadullisen tutkimuksen laatua voidaan arvioida eri kriteeristöjen kautta. Laadukkaan laadullisen tutkimuksen kriteereiksi on esitetty esimerkiksi kiinnostava ja ajankohtainen aihe, tutkijan refleksiivisuus, eli omien ennako-oletusten pohtiminen, konkretia ja asioiden auki selittäminen sekä se, että tutkimus saavuttaa sen, mikä sen tavoitteena on ollut ja tutkimusmenetelmä sopii myös näihin tavoitteisiin (Tracy 2010, 840). Olen tässä tutkielmassa pyrkinyt pohtimaan näitä laatukriteereitä ja pyrkinyt luomaan konkretiaa esimerkiksi analyysin tekemisestä ja aineiston hausta, analyysimenetelmän valinnasta, sekä pohtinut omaa asemaani tutkijana. Asemani tutkijana on vaikuttanut osaltaan tutkimustulosten analysointiin ja tulkintaan ja siihen liittyy omien arvojeni lisäksi omat kokemukseni. Lisäksi henkilökohtaisesti pidän tutkielmani aihetta jatkuvasti ajankohtaisena sekä tärkeänä. Näiden asioiden lisäksi laadukkaan laadullisen tutkimuksen kriteerinä on eettisten kysymysten pohtiminen (Tracy 2010, 840), jota olen myös tässä tutkielmassa pohtinut alaluvussa 4.4 esimerkiksi aineiston tekijänoikeuksien ja tutkielman teon rajoitteiden kautta.

Tällä tutkielmalla on kuitenkin myös rajoitteensa. On hyvä muistaa, että tutkimukseen valikoituneet kirjat eivät suinkaan edusta koko väestöä ja kaikkia lapsia suojaavia tekijöitä, vaan aineisto on valikoitunut (ks. Eskola & Suoranta 1998) ja keskittynyt tutkimusasetelman kannalta olennaisiin teemoihin. Mikäli aineistona olisi ollut joidenkin muiden henkilöiden kirjoittamia kirjoja, olisivat tulokset voineet olla erilaisia. Tulokset liittyvät aina johonkin kontekstiin, eivätkä ne tarjoa absoluuttista tietoa aiheesta (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Kirjojen kirjoittajat ovat siis kertoneet asioita, jotka ovat heille itselleen tärkeitä ja merkityksellisiä, eivätkä he oletettavasti ole ottaneet teosten tutkimuskäyttöä huomioon. Kuten aiemmin tutkimuseettisen pohdinnan ohessa totesin, aihetta olisi tärkeää tutkia lapsilta, jotka aktiivisesti elävät lapsuuttaan kodeissa, joissa käytetään päihkeitä. Lapsia on todettu nähtävän tutkimuksessa useimmiten menneisyyden lapsena tai tulevaisuuden aikuisena (Holmila ym. 2008, 424), kuten tässäkin tutkielmassa. Tutkielman rajallisuuden ja eettisten kysymysten vuoksi jouduin kuitenkin luopumaan tästä ideasta tutkia lasten ja lapsuuden kokemuksia.

Yhtenä rajoitteena tässä tutkielmassa on lisäksi teorialähtöisessä teema-analyysissä käytetty de Terten ja kumppaneiden (2009) laajentama resilienssin viisiosainen malli. Tämä malli sisältää resilienssiin vaikuttavia tekijöitä, mutta tämän tutkielman pohjalta resilienssiin ja selviytymiseen vaikeissa tilanteissa voi liittyä myös muita tekijöitä. Malli osoittautui melko jäykäksi ja soveltumattomaksi kaikkeen aineistoon etenkin toisen tutkimuskysymyksen osalta. Onkin hyvä huomata, kuinka tällaisia malleja rakennetaan aina jossakin tietyssä kontekstissa, eivätkä ne siksi ole aina yleistettävissä kaikkeen. De Terte, Stephens ja Huddleston (2014) ovat testanneet resilienssin mallia tutkimalla sitä poliiseilla tarkastellen mallin eri osa-alueiden yhteyksiä haitallisiin lopputulemiin heidän kohdatessaan traumaattisia kokemuksia. De Terten ja kumppaneiden (2014) tutkimus osoitti, että resilienssiä voisi kyseisen aineiston pohjalta ajatella koostuvan kognitioista, käytöksestä ja ympäristön tuesta. Viisiosaisen resilienssin mallin (de Terte ym. 2009) kaikki osa-alueet eivät saaneet siis tukea. Näin ollen tässäkin tutkielmassa huomasin, kuinka viisiosaisen resilienssin mallin osiot eivät olleet tasapuolisesti edustettuja aineistossa, vaan niiden painotukset olivat erilaisia fyysisten aktiviteettien jäädessä taka-alalle ja erityisesti kognitioiden ja käyttäytymismallien sekä yhteisön tuen korostuessa.

Koen, että jatkotutkimusta aiheesta olisi tärkeää saada suomalaisessa kontekstissa siihen, miten nykyiset palvelut vastaavat lasten tarpeisiin perheissä, joissa vanhempi tai vanhemmat käyttävät päihteitä. Kertomuksista välittyi, kuinka lapsi voi kokea kohtaamattomuutta ja epäasiallista kohtaamista palveluissa. Ulkopuolisen tuen puutetta on tunnistettu myös aiemmin (Wangesteen ym. 2018, 204–205). Tämän valossa olisi mielenkiintoista tutkia nykypäivän lapsuutta ja kuinka lapsia kohdataan palveluissa ja lapsena, jonka vanhempi tai vanhemmat käyttävät päihteitä. Mielenkiintoista olisi myös tutkimus siitä, kuinka palveluissa toimivat ammattilaiset tunnistavat lasta suojaavia tekijöitä ja miten he pystyvät tukemaan näitä työskennellessään lasten kanssa. Ylipäätään lasta suojaavia tekijöitä vanhemman päihteiden käytön haittojen ohella on mielestäni tärkeää pitää pinnalla sen valossa, kuinka moni lapsi elää lapsuuttaan vanhemman päihteiden käytön varjossa. Kuten Jyrki Palmi (2023, 97) teoksessaan toteaa: ”*Elämä on kummallinen matka. Sen alkuosa sävyttää vahvasti loppupuolta. Kannamme mukamme hyvin paljon lapsena koettua rakkautta tai sen puutetta, tahdoimmepa tai emme.*” Lapsuutta ja lapsia ei tule siis unohtaa.

Lähteet

- Afifi, Tracie & MacMillan, Harriet (2011) Resilience following Child Maltreatment: A Review of Protective Factors. *The Canadian Journal of Psychiatry* 56(5), 266-272. <https://doi.org/10.1177/070674371105600505>.
- Alexanderson, Karin & Näsman, Elisabet (2017). Children's experiences of the role of the other parent when one parent has addiction problems. *Drugs: Education, Prevention & Policy* 24(1), 32–39. <https://doi.org/10.1080/09687637.2016.1218824>.
- A-klinikkasäätiö (2025) Info. <https://lasinenlapsuus.fi/info/>. Viitattu 4.12.2025.
- Alasuutari, Pertti (2011) Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Vastapaino.
- Alkoholilaki 1102/2017. <https://www.finlex.fi/eli?uri=http://data.finlex.fi/eli/sd/2017/1102/ajantasa/2025-06-27/fin>. Viitattu 24.11.2025.
- Backett-Milburn, Kathryn & Wilson, Sarah & Bancroft, Angus & Cunningham-Burley, Sarah (2008) Challenging Childhoods: Young people's accounts of 'getting by' in families with substance use problems. *Childhood* 15(4), 461–479. <https://doi.org/10.1177/0907568208097202>.
- Berg, Lisa & Bäck, Karin & Vinnerljung, Bo & Hjern, Anders (2016). Parental alcohol-related disorders and school performance in 16-year-olds-a Swedish national cohort study. *Addiction* 111(10), 1795–1803. <https://doi.org/10.1111/add.13454>.
- Berman, Anne & Bergman, Hans & Palmstierna, Tom & Schlyter, Frans (2005) Evaluation of the Drug Use Disorders Identification Test (DUDIT) in Criminal Justice and Detoxification Settings and in a Swedish Population Sample. *European Addiction Research* 11(1), 22–31. <https://doi.org/10.1159/000081413>.
- Bonanno, George (2008) Loss, Trauma, and Human Resilience: Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive After Extremely Aversive Events? *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice and Policy* S (1), 101–113. <https://doi.org/10.1037/1942-9681.S.1.101>.
- Braun, Virginia & Clarke, Victoria (2021). Thematic Analysis: A Practical Guide (First edition). UK: SAGE Publications. <https://resolver.vitalsource.com/9781526417299>
- Chase, Nancy D (1999) Parentification. An Overview of Theory, Research, and Societal Issues. Teoksessa Chase, Nancy (toim.) *Burdened children: theory, research and treatment of parentification* (1st ed.). Thousand Oaks: Sage Publications.

- Christoffersen, Mogens Nygaard & Soothill, Keith (2003) The long-term consequences of parental alcohol abuse: a cohort study of children in Denmark. *Journal of Substance Abuse Treatment* 25(2), 107–116. [https://doi.org/10.1016/S0740-5472\(03\)00116-8](https://doi.org/10.1016/S0740-5472(03)00116-8).
- De Terte, Ian & Becker, Julia & Stephens, Christine (2009). An Integrated Model for Understanding and Developing Resilience in the Face of Adverse Events. *Journal of Pacific Rim Psychology* 3(1), 20–26. <https://doi.org/10.1375/prp.3.1.20>.
- De Terte, Ian & Stephens, Christine & Huddleston, Lynne (2014) The Development of a Three Part Model of Psychological Resilience. *Stress and Health* 30(5), 416–424. <https://doi.org/10.1002/smi.2625>.
- Dube, Shanta R. & Anda, Robert F. & Felitti, Vincent J. & Croft, Janet B. & Edwards, Valerie J. & Giles, Wayne H. (2001) Growing up with parental alcohol abuse: exposure to childhood abuse, neglect, and household dysfunction. *Child Abuse & Neglect* 25(12), 1627–1640. [https://doi.org/10.1016/S0145-2134\(01\)00293-9](https://doi.org/10.1016/S0145-2134(01)00293-9).
- Ehkäisevän päihdetyön järjestö (2023) Termit haltuun. <https://www.ept-verkosto.fi/wp-content/uploads/2023/05/Termit-haltuun.pdf>. Viitattu 13.1.2026.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha (1998). Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Hakkarainen, Pekka & Jääskeläinen, Marke (2013) Huumeiden käytön haitat muille ihmisille. Teoksessa Warpenius, Katariina & Holmila, Marja & Tigerstedt, Christoffer (toim.) *Alkoholi- ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos*, 100–109. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-245-519-2>.
- Hauta-aho Mari Johanna (2025) Sit mutsi vietiin maijal ja faija lansiril. Helsinki: WSOY.
- Holahan, Charles J. & Ragan, Jennifer D. & Moos, Rudolf H. (2004) Stress. Teoksessa Spielberg, Charles (toim.) *Encyclopedia of Applied Psychology* (Vol. 3) San Diego: Elsevier Science & Technology, 485–493. <https://doi.org/10.1016/B0-12-657410-3/00170-7>.
- Holmila, Marja & Bardy, Marjatta & Kouvonen, Petra (2008) Lapsuus päihdeperheessä ja kielteisen sosiaalisen perimän voittaminen. *Yhteiskuntapolitiikka* 73(4), 421–432. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201209117504>.
- Holmila, Marja & Ilva, Minna (2010) Näkymätön uhri vai pätevä toimija? Vanhempinsa päihteidenkäytöstä kärsivien lasten mielipiteitä ja selviytymiskeinoja. Teoksessa Roine, Mira & Ilva, Minna & Takala, Janne (toim.) *Lapsuus päihteiden varjossa. Vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä*. A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 57. Helsinki: A-klinikkasäätiö, 47–59.

https://media.cdn-a-klinikksaatio.fi/wp-content/uploads/sites/5/2023/05/lapsuus_paihteiden_varjossa-vanhempien_paihteidenkaytosta_karsivat_lapset.pdf.

Hoyme, H. Eugene & May, Philip A. & Kalberg, Wendy O. & Kodituwakku, Piyadasa & Gossage, J. Phillip & Trujillo, Phyllis M. & Buckley, David G. & Miller, Joseph H. & Aragon, Alfredo S. & Khaole, Nathaniel & Viljoen, Denis L. & Jones, Kenneth Lyon & Robinson, Luther K. (2005). A Practical Clinical Approach to Diagnosis of Fetal Alcohol Spectrum Disorders: Clarification of the 1996 Institute of Medicine Criteria. *Pediatrics (Evanston)* 115(1), 39–47. <https://doi.org/10.1542/peds.2004-0259>.

Huumauslainelaki 373/2008.

<https://www.finlex.fi/eli?uri=http://data.finlex.fi/eli/sd/2008/373/ajantasa/2025-06-27/fin>. Viitattu 26.11.2025.

Hyvärinen, Matti (2013) Kertomus ja kertomuksen rajat. *Puhe ja kieli* 27(3), 127–140.

<https://journal.fi/pk/article/view/6639>.

Hyvärinen, Matti (2014) Muisti, kertomus ja kerronnallisuus. Teoksessa Hakkarainen, Jani & Hartimo, Mirja & Virta, Jaana (toim.) *Muisti*. Tampere: Tampere University Press.

<https://urn.fi/URN:NBN:fi:uta-201612132799>.

Häkkinen, Margareeta (2023a) Alkoholivieroitusoireyhtymä (”krapula”) Lääkärikirja Duodecim. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00197/alkoholivieroitusoireyhtyma-krapula>.

Häkkinen, Margareeta (2023b) Huumeiden aiheuttama päihtymys, käytön ongelmat ja huumeriippuvuus. Lääkärikirja Duodecim. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00414>.

Härkönen, Janne & Mäkelä, Pia (2024a) Kuinka usein ja kuinka paljon kerralla suomalaiset käyttävät alkoholia? Teoksessa Mäkelä, Pia & Warpenius Katariina (toim.)

Suomalaisten alkoholinkäyttö, juomatavat ja alkoholihaitat. Juomatapatutkimuksen tuloksia. Raportti 6/2024. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 49–51.

<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-554-4>

Härkönen, Janne & Mäkelä, Pia (2024b) Miten eri ikäisten miesten ja naisten riskikäyttö on muuttunut? Teoksessa Mäkelä, Pia & Warpenius Katariina (toim.) *Suomalaisten alkoholinkäyttö, juomatavat ja alkoholihaitat. Juomatapatutkimuksen tuloksia*. Raportti 6/2024. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 52–55.

<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-554-4>.

Itäpuisto, Maritta (2005) Kokemuksia alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa eletystä lapsuudesta. Kuopio: Kuopion yliopisto. <https://urn.fi/URN:ISBN:951-27-0075-1>.

- Jacobvitz, Deborah & Riggs, Shelley & Johnson, Elizabeth (1999) Cross-Sex and Same-Sex Family Alliances. Teoksessa Chase, Nancy (toim.) *Burdened children: theory, research and treatment of parentification* (1st ed.). Thousand Oaks: Sage Publications.
- Joutsenniemi, Kaisla & Lipponen, Krisse (2015). Resilienssi ja posttraumaattinen kasvu. *Suomen lääkirilehti* 39(70), 2515-2519.
<http://www.fimnet.fi/cl/laakarilehti/pdf/2015/SLL392015-2515.pdf>.
- Juhila, Kirsi (2021a) Laadullisen tutkimuksen ominaispiirteet. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/mita-on-laadullinen-tutkimus/laadullisen-tutkimuksen-ominaispiirteet/>. Viitattu 6.2.2026.
- Juhila, Kirsi (2021b) Teemoittelu. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto.
<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/teemoittelu/>. Viitattu 25.09.2025.
- Juuti, Pauli & Puusa, Anu (2020) Johdanto. Mitä laadullisella tutkimuksella tarkoitetaan? Teoksessa Puusa, Anu & Juuti, Pauli & Aaltio, Iris (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-345-616-7>.
- Jääskeläinen, Marke & Karlsson, Thomas (2024) Miten alkoholin kokonaiskulutus on muuttunut? Teoksessa Mäkelä, Pia & Warpenius Katariina (toim.) Suomalaisten alkoholinkäyttö, juomatavat ja alkoholihaitat. Juomatapatutkimuksen tuloksia. Raportti 6/2024. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 22–26.
<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-554-4>.
- Jääskeläinen, Marke (2012) Päihdehaittakustannukset 2010. Tilastoraportti 11/2012. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2012121110281>.
- Kaivosoja, Sanna (2010) Lapsen kokemus vahemman ongelmallisesta alkoholinkäytöstä ja siltä suojaavista tekijöistä. Pro gradu -tutkielma, Jyväskylän yliopisto.
<https://jyx.jyu.fi/bitstreams/23291b2a-6ecc-4da0-b8ea-5a36785351b1/download>.
- Kamula, Aino-Iita (2019) Vanhemman alkoholin ongelmakäyttö vieraana perheessä lapsen näkökulmasta. Pro gradu -tutkielma, Jyväskylän yliopisto.
https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx_123456789_67495#.
- Karjalainen, Karoliina (2023) Suomalaisten huumeiden käyttö ja huumeasenteet. Huumeaiheiset väestökyselyt Suomessa 1992–2022. Raportti 12/2023. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-217-4>.

- Kataja, Kati (2012) Lapsuuden rajoilla. Normaalin ja poikkeavan määrittäminen huostaanottoasiakirjoissa. Väitöskirja, Turun yliopisto. Koulutussosiologian tutkimuskeskuksen raportti 78. Turku: Uniprint. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-4989-2>.
- Kopiosto (2026) Usein kysyttyä tekijänoikeudesta. <https://kopiosto.fi/kopiosto/tekijanoikeustietoa/usein-kysyttya-tekijanoikeudesta/>. Viitattu 27.2.2026.
- Koskinen, Hanna & Virtanen, Sirpa (2023) Päihdetilastollinen vuosikirja 2023. Alkoholi ja huumeet. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-204-4>.
- Kotimaisten kielten keskus & Kielikone Oy (2024) Muistelma. Kielitoimiston sanakirja. <https://www.kielitoimistonsanakirja.fi/#!/muistelma?source=suggestion>. Viitattu 16.4.2026.
- Kotovirta, Elina & Markkula, Jaana & Pajula, Mari & Paavola, Meri & Honkanen, Reetta & Tuominen, Ismo (2021) Päihde- ja riippuvuusstrategia. Yhteiset suuntaviivat vuoteen 2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2021:17. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-9891-9>.
- Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015. <https://www.finlex.fi/eli?uri=http://data.finlex.fi/eli/sd/2015/523/ajantasa/2025-06-27/fin>. Viitattu 13.1.2026.
- Lastensuojelulaki 417/2007. <https://www.finlex.fi/eli?uri=http://data.finlex.fi/eli/sd/2007/417/ajantasa/2025-06-27/fin>. Viitattu 27.11.2025.
- Lipponen, Krisse (2020) Resilienssi arjessa. Helsinki: Duodecim. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-360-039-3>.
- Luttinen, Christa (2025) Miten päihteiden varjostamasta lapsuudesta selviytyy? Diskurssianalyysi selviytymiseen liittyvistä puhetavoista Helsingin Sanomien ja Ylen artikkeleista. Pro gradu -tutkielma, Itä-Suomen yliopisto. <https://erepo.uef.fi/server/api/core/bitstreams/9d7c8bc6-fe8d-4dd5-926f-113d265b7060/content>.
- Manhica, Hélio & Lundin, Andreas & Wennberg, Peter & Danielsson, Anna-Karin (2024) Parental substance use disorders and psychiatric conditions in offspring: A Swedish population-based cohort study with over 1,000,000 individuals. *Journal of Psychiatric Research* 179(2025), 156–162. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2024.09.010>.

- Maslow, Abraham Harold (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review* 50(4), 370–396. <https://doi.org/10.1037/h0054346>.
- Matthews, Gerald & Zeidner Moishe & Roberts, Richard D. (2008) Emotional Intelligence: Consensus, Controversies, and Questions. Teoksessa Matthews, Gerald & Zeidner Moishe & Roberts, Richard (toim.) *The Science of Emotional Intelligence: Knowns and Unknowns*. Oxford: Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195181890.003.0001>.
- Mattila, Antti (2026) Optimismi. Onnentaidot. Duodecim terveyskirjasto. <https://www.terveyskirjasto.fi/ont00023>. Viitattu 18.3.2026.
- Mrazek, Patricia & Mrazek, David (1987) Resilience in child maltreatment victims: A conceptual exploration. *Child Abuse & Neglect* 11(3), 357–366. [https://doi.org/10.1016/0145-2134\(87\)90009-3](https://doi.org/10.1016/0145-2134(87)90009-3).
- Mäkelä, Pia & Jääskeläinen, Marke (2024) Miten vakavien alkoholihaittojen yleisyys on muuttunut? Teoksessa Mäkelä, Pia & Warpenius, Katariina (toim.) Suomalaisten alkoholinkäyttö, juomatavat ja alkoholihaitat. Juomatapatutkimuksen tuloksia. Raportti 6/2024. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 26–32. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-554-4>.
- Mäkelä, Pia & Niemelä, Solja (2022) Alkoholit ja terveys. Lääkärikirja Duodecim. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01120>. Viitattu 24.11.2025.
- Mäkelä, Pia & Warpenius, Katariina & Karlsson, Thomas (2022) Alkon yksinoikeusjärjestelmä on tehokas keino ehkäistä alkoholihaittoja. Tutkimuksesta tiiviisti 17/2022. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-842-2>.
- Nimettömät Alkoholistit (2026) Nimettömät Alkoholistit. <https://www.aa.fi/>. Viitattu 1.4.2026.
- Orjasniemi, Tarja & Kurvinen, Anne (2017) Häpeän päivät, pelon yöt – Lapsuuden kokemuksia ongelmajuovista vanhemmista. *Janus Sosiaalipolitiikan Ja sosiaalityön Tutkimuksen Aikakauslehti* 25(2), 127–143. <https://journal.fi/janus/article/view/56828>.
- Padgett, Deborah K. (2016). *Qualitative Methods in Social Work Research (Third edition)*. Thousand Oaks: SAGE Publications, Incorporated.
- Palmi, Jyrki (2023) *Kyynelten iltasatu: tositarina lasisesta lapsuudesta*. Vantaa: Aikamedia.
- Pietiläinen, Marjut & Wallenius, Minna (2024) Lapsiperheiden määrä on pienentynyt selvästi jo pidemmän aikaa – isovanhemmat aiempaa lähempänä. Tilastokeskus.

- <https://stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2024/lapsiperheiden-maara-on-pienentynyt-selvasti-jo-pidemman-aikaa-isovanhemmat-aiempaa-lahempana>. Viitattu 4.11.2025
- Polk, Laura V. (1997). Toward a middle-range theory of resilience. *Advances in Nursing Science* 19(3), 1–13. <https://doi.org/10.1097/00012272-199703000-00002>.
- Puusa, Anu (2020) Näkökulmia laadullisen aineiston analysointiin. Teoksessa Puusa, Anu & Juuti, Pauli & Aaltio, Iris (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-345-616-7>.
- Puusa, Anu & Juuti, Pauli (2020) Laadullisen tutkimuksen olemus. Teoksessa Puusa, Anu & Juuti, Pauli & Aaltio, Iris (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-345-616-7>.
- Päihdelinkki (2026) Alkoholien käytön riskit – AUDIT. A-klinikkasäätiö. <https://paihdelinkki.fi/testit-ja-laskurit/alkoholi/alkoholin-kayton-riskit-audit/>.
- Raitasalo, Kirsimarja (2018) Hyväksyvätkö suomalaiset alkoholinkäytön lasten läsnä ollessa? Teoksessa Mäkelä, Pia & Härkönen, Janne & Lintonen, Tomi & Tigerstedt, Christoffer & Warpenius, Katariina (toim.) Näin Suomi juo – Suomalaisen muuttuvat alkoholinkäyttötavat. Teema 29. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 125–133. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-146-1>.
- Raitasalo, Kirsimarja (2024) Miten yleisiä perheiden päihdeongelmat ovat? Tutkimuksesta tiiviisti 23/2024. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-313-3>.
- Raitasalo, Kirsimarja & Holmila, Marja (2017). Parental substance abuse and risks to children's safety, health and psychological development. *Drugs: Education, Prevention & Policy* 24(1), 17–22. <https://doi.org/10.1080/09687637.2016.1232371>.
- Raitasalo, Kirsimarja & Holmila, Marja & Jääskeläinen, Marke (2016) Vanhempien päihdeongelmista aiheutuvat haitat lapselle. Teoksessa Holmila, Marja & Raitasalo, Kirsimarja & Tigerstedt, Christoffer (toim.) Sukupolvien sillat ja kasvamisen karikat – vanhemmat, lapset ja alkoholi. Teema 25/2016. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 83–96. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-738-1>.
- Raitasalo, Kirsimarja & Holmila, Marja & Jääskeläinen, Marke & Santalahti, Päivi (2018) The effect of the severity of parental alcohol abuse on mental and behavioural disorders in children. *European Child & Adolescent Psychiatry* 2019(28), 913–922. <https://doi.org/10.1007/s00787-018-1253-6>

- Ranta, Jussi & Raitasalo, Kirsimarja (2015) Disorders of cognitive and emotional development in children of mothers with substance abuse and psychiatric disorders. *Nordic Studies on Alcohol and Drugs* 32(6), 591–604. <https://doi.org/10.1515/nsad-2015-0056>.
- Roine, Mira & Ilva, Minna (2010) Joka neljännessä suomalaisperheessä käytetään lapsen näkökulmasta liikaa päihteitä. Teoksessa Roine, Mira & Ilva, Minna & Takala, Janne (toim.) *Lapsuus päihteiden varjossa. Vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä*. A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 57. Helsinki: A-klinikkasäätiö, 26–38. https://media.cdn-a-klinikkasaatio.fi/wp-content/uploads/sites/5/2023/05/lapsuus_paihteiden_varjossa-vanhempien_paihteidenkaytosta_karsivat_lapset.pdf.
- Ruisniemi, Arja & Kuusisto, Katja (2022) ”Että jaksan ne kaikki arjen mutkat ja suorat”: Päihdekuntoutuksessa perheenä olevien kuntoutujien vanhemmuuden kokemukset. *Janus Sosiaalipolitiikan Ja sosiaalityön Tutkimuksen Aikakauslehti* 30(3), 251-268. <https://doi.org/10.30668/janus.109298>.
- Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna (2006) Tutkimuksen arviointi - reflektointia. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L2_3_2_3.html. Viitattu 2.3.2026.
- Saarto, Ari (2010) Lapsikeskeinen päihdetyö kehittämis- ja tutkimushaasteena. Teoksessa Roine, Mira & Ilva, Minna & Takala, Janne (toim.) *Lapsuus päihteiden varjossa. Vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä*. A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 57. Helsinki: A-klinikkasäätiö, 6–7. https://media.cdn-a-klinikkasaatio.fi/wp-content/uploads/sites/5/2023/05/lapsuus_paihteiden_varjossa-vanhempien_paihteidenkaytosta_karsivat_lapset.pdf.
- Saarto, Ari & Ruokosalu, Tiia & Seppä, Kaija (2024) Alkoholin liikkakäytön tunnistaminen. Päihdelinkki, A-klinikkasäätiö. <https://paihdelinkki.fi/tietopankki/tietoisuus/alkoholi/alkoholin-liikkakayton-tunnistaminen/>. Viitattu 15.1.2026.
- Salokannel, Marjut (2013) Tekijänoikeus ja tutkimuksen raaka-aineet. Uuden teknologian haasteet tekijänoikeudellisesti suojatun materiaalin tutkimuskäytölle. Koneen säätiö. Mynämäki: Mynäprint. <https://www.koneensaatio.fi/wp-content/uploads/Tekijanoikeus-ja-tutkimuksen-raaka-aineet.pdf>.

Sanasto (2024) Sitaattioikeus eli miten siteerata tekstiä. <https://www.sanasto.fi/sitaatti/>.

Viitattu 9.2.2026.

Seppä, Kaija & Saukkonen, Auli (2024) Alkoholinkäytön riskirajat. Päihdelinkki, A-klinikkasäätiö. <https://paihdelinkki.fi/tietopankki/tietoiskut/alkoholi/alkoholinkayton-riskirajat/>. Viitattu 15.1.2026.

Seppänen, Liisa (2022) Viiltävät vuodet: nuoren naisen selviytymistarina. Helsinki: Kirjapaja.

Silvén Hagström, Anneli & Forinder, Ulla (2022). “If I whistled in her ear she’d wake up”: children’s narration about their experiences of growing up in alcoholic families.

Journal of Family Studies 28(1), 216–238.

<https://doi.org/10.1080/13229400.2019.1699849>.

Simonen, Jenni & Pirskanen, Henna & Kataja, Kati & Holmila, Marja & Tigerstedt, Christoffer (2016) Kun vanhempi juo liikaa – nuorten kokemukset ja voimavarat. Teoksessa Holmila, Marja & Raitasalo, Kirsimarja & Tigerstedt, Christoffer (toim.) Sukupolvien sillat ja kasvamisen karikot – vanhemmat, lapset ja alkoholi. Teema 25/2016. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus, 65–82.

<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-738-1>.

Sosiaalihuoltolaki 710/1982.

https://www.finlex.fi/fi/lainsaadanto/saaduskokoelma/1982/710#chp_1__sec_1.

Viitattu 9.4.2026.

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014.

<https://www.finlex.fi/eli?uri=http://data.finlex.fi/eli/sd/2014/1301/ajantasa/2025-06-27/fin>. Viitattu 9.4.2026.

Sosiaali- ja terveysministeriö (2026) Kysymyksiä ja vastauksia mielenterveys- ja päihdelainsäädännöstä. <https://stm.fi/mielenterveys-ja-paihdelainsaadannon-uudistus>.

Viitattu 13.1.2026.

Sosiaali- ja terveysministeriö (2025) Päihde- ja riippuvuustyön palvelut.

<https://stm.fi/paihdepalvelut>. Viitattu 4.11.2025.

Suomalainen Lääkäriseura Duodecim (2015) Alkoholi ja sikiövaurio.

<https://www.kaypahoito.fi/nix00350#R7>. Viitattu 16.1.2026.

Takala, Janne & Ilva, Minna (2012) Mikä suojaa nuorta aikuisen alkoholinkäytön aiheuttamilta haitoilta? *Yhteiskuntapolitiikka* 77(2), 176–185.

<https://www.julkari.fi/server/api/core/bitstreams/a656ad71-52b8-4ffc-b7d4-65b4ef49542b/content>.

- Takala, Janne & Roine, Mira (2013) Nuorten kokemuksia aikuisten alkoholinkäytöstä. Teoksessa Warpenius, Katariina & Holmila, Marja & Tigerstedt, Christoffer (toim.) *Alkoholi- ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos*, 24–35. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-245-519-2>
- Tedgård, Eva & Råstam, Maria & Wirtberg, Ingegerd (2019) An upbringing with substance-abusing parents: Experiences of parentification and dysfunctional communication. *Nordic Studies on Alcohol and Drugs* 36(3), 223–247. <https://doi.org/10.1177/1455072518814308>.
- Tekijänoikeuslaki 404/1961. <https://www.finlex.fi/eli?uri=http://data.finlex.fi/eli/sd/1961/404/ajantasa/2025-06-27/fin>. Viitattu 9.2.2026.
- Terveystieteiden tutkimuskeskus (2010) *Terveystieteiden tutkimuskeskus* 1326/2010. <https://www.finlex.fi/eli?uri=http://data.finlex.fi/eli/sd/2010/1326/ajantasa/2025-06-27/fin>. Viitattu 5.11.2025.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (2023a) Keskeiset käsitteet. <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdehoito/mita-ehkaiseva-paihdehoito-on/keskeiset-kasitteet>. Viitattu 15.1.2026.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (2023b) Nikotiiniriippuvuus. <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka/tupakoinnin-lopettaminen/nikotiiniriippuvuus>. Viitattu 16.1.2026.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (2023c) Puheeksiotto ja mini-interventio. <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdehoito/puheeksiotto-ja-mini-interventio>. Viitattu 15.11.2025.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (2023d) Päihdehaitat. <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/paihdehoito/paihdehaitat>. Viitattu 13.1.2026.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (2024a) Päihde- ja riippuvuuspalvelut. <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/paihdehoito>. Viitattu 5.11.2025.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (2023e) Päihdeongelmien tunnistaminen ja hoito. <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/paihdehoito/paihdeongelmaisten-palvelut>. Viitattu 24.11.2025.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (2024b) Suomessa on 89 000 alaikäistä, joiden biologisella vanhemmalla on tai on ollut vakava päihdeongelma. <https://thl.fi/-/suomessa-on-89-000-alaikaista-joiden-biologisella-vanhemmalla-on-tai-on-ollut-vakava-paihdeongelma>. Viitattu 25.09.2025.

- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2025a) Jätevesitutkimus: väestötason huumeiden käyttö. <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/jatevesitutkimus>. Viitattu 29.10.2025.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2025b) Stigma ja syrjintä. <https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/stigma-ja-syrjinta>. Viitattu 26.11.2025.
- Thompson, Ronald G. & Alonzo, Dana & Grant, Bridget F. & Hasin, Deborah S. (2013) Parental Divorce, Maternal-Paternal Alcohol Problems, and Adult Offspring Lifetime Alcohol Dependence. *Journal of Social Work Practice in the Addictions* 13(3), 295–308. <https://doi.org/10.1080/1533256X.2013.812909>.
- Tigerstedt, Christoffer & Huhtanen, Petri (2013) Päihtyneiden aiheuttamat häiriöt julkisilla paikoilla. Teoksessa Warpenius, Katariina & Holmila, Marja & Tigerstedt, Christoffer (toim.) Alkoholi- ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 90–99. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-245-519-2>
- Tiitinen, Aila (2024) Raskaus ja tupakka, alkoholi sekä huumeet. Lääkärikirja Duodecim. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00984>. Viitattu 16.1.2026.
- Tilastokeskus (2026) Ei työssä, koulutuksessa, eikä asevelvollisuutta suorittamassa olevien nuorten osuus. https://stat.fi/meta/kas/ei_tyossa_koul.html. Viitattu 16.1.2026.
- Tilastokeskus (2025a) Lapsiperhe. <https://stat.fi/meta/kas/lapsiperhe.html>. Viitattu 4.11.2025.
- Tilastokeskus (2025b) 12c2 – Perheet perhetyypin mukaan, 1992–2024. https://pxdata.stat.fi/PxWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin_perh/statfin_perh_pxt_12c2.px/table/tableViewLayout1/. Viitattu 4.11.2025.
- Tinnfält, Agneta & Eriksson, Charli & Brunnberg, Elinor (2011). Adolescent Children of Alcoholics on Disclosure, Support, and Assessment of Trustworthy Adults. *Child & Adolescent Social Work Journal* 28(2), 133–151. <https://doi.org/10.1007/s10560-011-0225-1>.
- Todman, Hannah & Galvani, Sarah (2025) Children Affected by Parental Substance Misuse. Teoksessa Bischof, Gallus & Velleman, Richard & Orford, Jim & Nadkarni, Abhijit & Tiburcio, Marcela (toim) *Families Affected by Addiction. A handbook*. Sustainable Development Goals Series. Cham: Springer. https://doi-org.ezproxy.utu.fi:2443/10.1007/978-3-031-82583-5_5.
- Tracy, Sarah J. (2010). Qualitative Quality: Eight “Big-Tent” Criteria for Excellent Qualitative Research. *Qualitative Inquiry* 16(10), 837–851. <https://doi.org/10.1177/1077800410383121>.

- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli & (2018). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-04-0011-8>
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2019) Ihmiseen kohistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019.
https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2023) Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 2/2023.
https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf.
- VAK ry (2025) Perhekuntoutus. <https://vakry.fi/palvelut/perhekuntoutus/>. Viitattu 27.11.2025.
- Vuori, Jaana (2021) Laadullinen sisällönanalyysi. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto
<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/laadullinen-sisallanalyysi/>. Viitattu 25.09.2025.
- Wangenstein, Turid & Bramness, Jørgen Gustav & Halså, Astrid (2019) Growing up with parental substance use disorder: The struggle with complex emotions, regulation of contact, and lack of professional support. *Child & Family Social Work* 24(2), 201–208. <https://doi.org/10.1111/cfs.12603>.
- Warpenius, Katariina & Härkönen Janne (2024) Millaisia ovat omasta alkoholinkäytöstä aiheutuvat haitat? Teoksessa Mäkelä, Pia & Warpenius Katariina (toim.) Suomalaisten alkoholinkäyttö, juomatavat ja alkoholihaitat. Juomatapatutkimuksen tuloksia. Raportti 6/2024. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 80–84.
<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-554-4>.
- Warpenius, Katariina & Mäkelä, Pia (2018) Missä suomalaiset juovat? Alkoholinkäyttö koti- ja anniskeluympäristössä. Teoksessa Mäkelä, Pia & Härkönen, Janne & Lintonen, Tomi & Tigerstedt, Christoffer & Warpenius, Katariina (toim.) Näin Suomi juo – Suomalaisten muuttuvat alkoholinkäyttötavat. Teema 29. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 112–124. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-146-1>.
- Warpenius, Katariina & Mäkelä, Pia (2024) Johdanto. Teoksessa Mäkelä, Pia & Warpenius Katariina (toim.) Suomalaisten alkoholinkäyttö, juomatavat ja alkoholihaitat.

- Juomatapatutkimuksen tuloksia. Raportti 6/2024. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus, 19–21. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-554-4>
- Welford, Paul & Danielsson, Anna-Karin & Manhica, Hélio (2022) Parental substance use disorder and offspring not in education, employment or training: a national cohort study of young adults in Sweden. *Addiction* 117(7), 2047–2056. <https://doi.org/10.1111/add.15807>.
- Williams, Chris & Garland, Anne (2002). A cognitive–behavioural therapy assessment model for use in everyday clinical practice. *Advances in Psychiatric Treatment: The Royal College of Psychiatrists' Journal of Continuing Professional Development*, 8(3), 172–179. <https://doi.org/10.1192/apt.8.3.172>.
- World Health Organization (2001) AUDIT: the Alcohol Use Disorders Identification Test: guidelines for use in primary health care. <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-MSD-MSB-01.6a>. Viitattu 15.1.2026.
- Wright, Margaret O'Dougherty & Masten, Ann & Narayan, Angela (2013). Resilience Processes in Development: Four Waves of Research on Positive Adaptation in the Context of Adversity. Teoksessa Goldstein, Sam & Brooks, Robert (toim.) *Handbook of Resilience in Children*. Boston, MA: Springer US, 15–37. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3661-4_2.

Liitteet

Liite 1. Selvitys tekoälyn käytöstä

Olen käyttänyt tekoälyä hyödyksi tässä tutkielmassa, kun selvitin resilienssin viisiosaisen mallin alkuperää. Olen lukenut jokaisen tekoälyn ehdottaman lähteen itse ja kirjoittanut tekstin itse.