

Anni Pöyliö

”Varjo lapsuuden yllä”

Alkoholiongelmiaisten vanhempien lasten kokemukset ja selviytyminen

Pro gradu -tutkielma

Kasvatustiede

Kevät 2014

Lapin yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta

Työn nimi: ”Varjo lapsuuden yllä” Alkoholiongelmaisten vanhempien lasten kokemukset ja selviytyminen

Tekijä: Pöyliö, Anni

Koulutusohjelma/oppiaine: Kasvatustieteen koulutusohjelma / Kasvatustiede

Työn laji: Pro gradu -tutkielma Laudaturtyö Lisensiaatintyö

Sivumäärä: 114 + liitteet

Vuosi: kevät 2014

Tiivistelmä:

Tarkastelen tutkielmassani alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa elettyä lapsuutta. Samalla tutkin näiden henkilöiden selviytymistä. Tavoitteenani on selvittää, mitkä tekijät ovat edistäneet alkoholiongelmaisten vanhempien lasten selviytymistä.

Tutkielma on luonteeltaan narratiivis-elämäkerrallinen. Aineistona toimivat alkoholiongelmaisten vanhempien aikuisten lasten kirjoittamat omaelämäkerrat. Kirjoittajat löytyivät omien kontaktien ja internetissä julkaistujen ilmoitusten avulla. Omaelämäkertoja on yhteensä yksitoista, joista kymmenen on naisten kirjoittamia ja yksi on miehen kirjoittama. Aineiston analyysi toteutettiin kahdessa osassa narratiivisia analyysimenetelmiä hyödyntäen.

Tulosten mukaan alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa eläneiden lapsuudenkokemukset ovat hyvin erilaisia. Toiset ovat eläneet niin sanotun tavallisen lapsuuden vanhempien alkoholiongelmista huolimatta. Osan lapsuutta vanhempien alkoholiongelmat ovat varjostaneet monin tavoin. Tutkimushenkilöt eivät kuitenkaan ole tyytyneet uhrin rooliin, vaan ovat pyrkinet kohti selviytymistä erilaisia selviytymiskeinoja käyttämällä. Nämä selviytymiskeinot ilmentävät henkilöiden omaa aktiivista toimijuutta. Selviytymiseen on saatu tukea myös läheisiltä ja muilta ulkopuolisilta tahoilta. Huostaanotto ja terapia ovat olleet merkittävässä roolissa monen selviytymisprosessissa. Alkoholiongelmaisesta vanhemmasta eroon pääseminen on ollut monelle elämän käännekohta. Huomionarvoista on se, ettei lapsuudenkokemuksista voi päätellä, millainen henkilön loppuelämä tulee olemaan tai kuinka paljon selviytymisen eteen on tehtävä töitä. Selviytyminen on yksilöllistä ja siihen vaikuttavat oma elämänsäsenne sekä persoonallisuus.

Avainsanat: alkoholiongelmat, vanhemmat, lapsuus, selviytyminen, narratiivinen tutkimus, elämäkertatutkimus

Muita tietoja:

Suostun tutkielman luovuttamiseen kirjastossa käytettäväksi

Suostun tutkielman luovuttamiseen Lapin maakuntakirjastossa käytettäväksi
(vain Lappia koskevat)

University of Lapland, faculty of pedagogics

Name of the study: “A shadow over childhood” Studying the experiences and coping of children brought up by parents with alcohol problems

Author: Pöyliö, Anni

Training program/study subject: Pedagogics training programme / Pedagogics

Type of the study: Masters’ thesis

Number of pages: 114 + attachments

Year: spring 2014

Abstract:

The focus of my thesis is the survival of individuals brought up by parents who have had problems with alcohol. My aim is to study the factors that have contributed to the coping of these children.

This thesis takes a narrative-biographical form. The subject material consists of the self-written biographies of the now grown-up children who were brought up by parents struggling with alcohol problems. The individuals were found through personal contacts and by placing advertisements online. Eleven biographies were gathered in total, ten written by females and one by a male. The analysis is carried out in two parts by using a narrative analysis method.

The results show that the childhood experiences and memories among the children who have lived with parents with alcohol problems are very different from each other. Some have lived a so-called normal childhood in spite of their parents’ alcohol problems. Some individuals’ childhood has been affected in several negative ways because of their parents’ problems. The participants however have not accepted the status of a victim, but have worked through the experiences with different coping techniques. These coping techniques embody the participant’ own active agent. Often their coping has been supported by those close to the individuals, and other help coming from outside the family. Custody and therapy have played a significant role in several individual’s coping process. Being parted from the parent with the alcohol problem has for many participants been an important turning point. It is worth noting that one cannot determine from individual’s childhood experiences what kind of future is expected for them, nor how much work is to be done in order to cope. Coping is unique to each individual and is affected by each person’s own attitude and personal attributes.

Keywords: alcohol abuse, parents, coping, childhood, narrative research, biographical research

SISÄLLYSLUETTELO

1 JOHDANTO	6
2 VANHEMMUUS	8
2.1 Hyvän vanhemmuuden piirteitä	8
2.2 Alkoholiongelma ja vanhemmuus.....	10
2.2.1 Alkoholiongelma.....	10
2.2.2 Alkoholinkäyttö ja sukupuoli	11
2.2.3 Lapsen näkökulma vanhemman alkoholiongelmaan.....	13
3 SELVIYTYMINEN.....	17
3.1 Ayalonin ja Ikosen selviytymismallit.....	18
3.2 Selviytymistä edistävät tekijät.....	19
3.3 Alkoholiongelmaisen vanhemman varjossa eletystä lapsuudesta selviytyminen	22
4 TUTKIMUSRETKI.....	24
4.1 Tutkimuskysymykset	24
4.2 Narratiivis-elämäkerrallinen tutkimusmenetelmä.....	25
4.3 Aineiston kerääminen ja esittely	28
4.4 Kaksiosainen analyysi.....	35
4.5 Tutkimusetiikka.....	39
5 ELÄMÄÄ VANHEMMAN ALKOHOLIONGELMAN VARJOSSA	42
5.1 Arki ja koettuja haittoja.....	42
5.2 Koettujen negatiivisten tunteiden kirjo	55
5.3 Positiivisia kokemuksia.....	63
6 SELVIYTYMINEN VANHEMMAN ALKOHOLIONGELMAN VARJOSTAMAS- TA LAPSUUDESTA	65
6.1 Selviytyminen lapsena	66
6.1.1 Aktiiviset henkilökohtaiset selviytymistekijät.....	66
6.1.2 Passiiviset henkilökohtaiset selviytymistekijät	72
6.1.3 Sosiaaliset selviytymistekijät	75
6.2 Elämän käännekohtia	77
6.3 Selviytyminen aikuisena	81
6.3.1 Aktiiviset henkilökohtaiset selviytymistekijät.....	81
6.3.2 Passiiviset henkilökohtaiset selviytymistekijät	87
6.3.3 Sosiaaliset selviytymistekijät	88
6.3.4 Yhteisölliset selviytymistekijät	90
6.4 Tutkimuskysymyksiin vastaaminen	92

7 SELVIYTYJIÄ JA SHPIRIKKOJA.....	96
8 YHTEENVETO JA POHDINTA.....	98
8.1 Tutkimuksen luotettavuus	98
8.2 Pohdinta.....	103
LÄHTEET	106
LIITTEET	115

1 JOHDANTO

Alkoholin kulutus on kasvanut Suomessa 1960-luvulta lähtien. Kokonaiskulutus on noin kolminkertaistunut viimeisen neljän vuosikymmenen kuluessa. (Karlsson & Österberg, 2010.) Julkisuudessa ollaan usein huolissaan nuorten alkoholinkäytöstä, mutta todellisuudessa heidän alkoholinkäyttönsä on viime vuosina vähentynyt. Yhä useampi nuorista on raitis. (Kouluterveyskysely, 2013.) Kehityslinja on pikemminkin ollut se, että eläkeikäisen väestön eli yli 65-vuotiaiden alkoholinkäyttö on lisääntynyt (Vilkko, Sulander, Laitalainen & Finne-Soveri 2010, 144–145).

Alkoholitutkimus on keskittynyt pitkälti vain itse alkoholinkäyttäjään ja tälle aiheutuviin haittoihin. Alkoholi aiheuttaa riippuvuuden lisäksi erilaisia sosiaalisia ja terveydellisiä ongelmia. Alkoholinkäyttöön liittyvät sairaudet ja alkoholimyrkytykset ovat syöpiin liittyvien sairauksien jälkeen yleisimpiä kuolinsyitä 15–64-vuotiailla. Alkoholinkäyttö on yhteydessä moniin rikoksiin kuten väkivalta- ja liikenne rikoksiin. (Päihdetilastollinen vuosikirja 2011, 22–23.) Alkoholinkäytöstä ei aiheudu haittaa ainoastaan alkoholinkäyttäjälle vaan myös hänen läheisilleen, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Lapsi on nähty vanhempien alkoholiongelmien suurimpana kärsijänä. Takalan ja Ilvan (2011, 178) mukaan 26 prosenttia nuorista on kokenut haittaa aikuisten alkoholinkäytöstä johtuen.

On huomioitava, että alkoholinkäytön lisääntyessä myös vanhempien alkoholinkäytöstä kärsivien lasten määrä tulee lisääntymään entisestään. Näiden lasten suuresta määrästä huolimatta Suomessa on vain vähän heitä koskevaa tutkimusta. Suomessa aihetta on tutkinut Maritta Itäpuisto, jonka vuonna 2005 julkaistu väitöskirja on maassamme korkein aiheesta tehty tutkimus. Vuodesta 1986 toiminut Lasinen lapsuus -hanke keskittyy vanhemman alkoholinkäytön aiheuttamiin ongelmiin ja pyrkii samalla kehittämään ammattilaisten valmiuksia auttaa lasta. Hankkeen antiin ovat kuuluneet muun muassa vanhempien päihteiden liikkakäytön yleisyyttä kartoittaneet väestökyselyt (1994, 2004, 2009) sekä lukuisat muut artikkelit ja julkaisut. (Lasinen lapsuus, Historia ja tunnustukset.)

Tässä tutkielmassa tarkoitukseni on selvittää, millaista on elää lapsuutta alkoholiongelmaisen vanhemman tai vanhempien kanssa. Haluan lähestyä aihetta positiivisesta näkökulmasta, joten tarkastelen myös selviytymistä tämänkaltaisesta lapsuudesta. Oletan, että vanhempien alkoholiongelmat voivat aiheuttaa hyvin monenlaisia haittoja lapsen elämään, mutta selviytyminen on mahdollista. Myös Itäpuisto on lisensiaatintyössään (2001) pyrkinyt kohti positiivista näkemystä selviytymisen käsitteen avulla. Itäpuisto (2003, 32) korostaakin, ettei vanhempien alkoholiongelma välttämättä määrää lapsen tekemisiä, persoonallisuutta tai tulevaisuutta.

Teimme Anne Tarkan kanssa kasvatustieteen kandidaatintyön (2011) aiheesta äidin alkoholiongelman vaikutukset lapseen ja lapsen elämään. Myös kasvatopsykologian pro seminaari -työni sijoittui samaan maailmaan. Äänen antaminen alkoholiongelmaisten vanhempien lapsille on tärkeää. Vaikka vanhempien alkoholiongelmia lapsen näkökulmasta tutkitaan ja niistä kirjoitetaan tänä päivänä enenevässä määrin, ovat ongelmat ja niiden yleisyys mielestäni edelleen heikosti tiedostettuja. Kuulan (2011, 136) mukaan on yhteiskunnallisesti tärkeää tutkia sitä, miten traumaattisista kokemuksista selviydytään.

Minua henkilökohtaisesti on jo pitkään kiinnostanut vaikeista oloista selviytyminen. Olen törmännyt aiheeseen opinnoissani ja viime kesänä suorittamassani työharjoittelussa. Tavoitteenani on tarjota vanhempien alkoholinkäytöstä kärsiville ja kärsineille henkilöille sekä heidän auttajilleen toivoa ja tietoa siitä, että lapsuudenkokemuksista voi selviytyä. Itäpuiston (2008) mielestä lasten kokemuksia on tärkeä kuulla, sillä alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa eletty lapsuus on usein ristiriidassa sekä hyvän lapsuuden että lapsen oikeuksien kanssa. Lapsen mahdollisuudet puuttua omaa elämäänsä koskeviin epäkohtiin ovat aikuisia heikommalla. (Mt., 8.) Itäpuisto (2003, 49) kirjoittaa selviytymiskeinojen tukemisen mitä todennäköisemmin auttavan vanhempiensa alkoholinkäytöstä kärsineitä. Mielenkiintoinen kysymys on: miten selitämme sen, että osa vaikeissa oloissa kasvaneista lapsista selviytyy, mutta osalle käy elämässään huonommin?

2 VANHEMMUUS

2.1 Hyvän vanhemmuuden piirteitä

Oikeanlaista lastenkasvatustapaa on etsitty jo pitkään ja tieteellistä tutkimusta on tehty 1900-luvulta lähtien. Tutkimus on tarjonnut runsaasti erilaisia näkökulmia lasten kasvatukseen. Uudemmissa tutkimuksissa kasvatustapojen rinnalle on tullut vanhemmuuden käsite. Vanhemmuudella tarkoitetaan isänä tai äitinä olemista: sitä tapaa, jolla vanhemmat ovat lastensa tukena auttaakseen heitä kasvamaan hyvinvoiviksi yksilöiksi. Vanhemmuus on lapsen ja vanhemman välinen vastavuoroinen suhde, jossa vanhempi on kuitenkin päävastuussa. (Leinonen 2004, 176–177.) Vanhemmuudella on suuri merkitys lapsen kehitykselle ja hyvinvoinnille (Deater-Deckard 2004, 2; Leinonen 2004, 188).

Lapsella on oikeus hyviin vanhempiin. Lapsen oikeuksien sopimuksessa (1989) listataan vanhempien velvollisuuksia ja toisaalta lapsen oikeuksia. Vanhemmilla on ensisijainen vastuu lapsen kasvatuksesta ja kehityksestä lapsen edun mukaisesti (18. artikla, kohta 1). Lasta on suojeltava kaikenlaiselta ruumiilliselta ja henkiseltä väkivallalta, vahingoittamiselta ja pahoinpitelyltä, laiminlyönniltä tai välinpitämättömältä tai huonolta kohtelulta tai hyväksikäytöltä, mukaan lukien seksuaalinen hyväksikäyttö (19. artikla, kohta 1). Jos lapsi ei voi elää perheensä kanssa, on hänellä oikeus erityiseen suojeluun ja tukeen (20. Artikla, kohta 1). Jokaisella lapsella on oikeus hänen kehityksensä kannalta riittävään elintason. Vanhemmilla tai muilla huoltajilla on velvollisuus kykyjensä ja taloudellisten mahdollisuuksien mukaan turvata lapsen kehityksen kannalta välttämättömät elinolosuhteet. (27. artikla, kohta 1.) Lapsella on oikeus lepoon, leikkiin ja vapaa-aikaan (31. artikla, kohta 1). (Lapsen oikeuksien sopimus 1989.)

Deater-Deckard (2004) toteaa, että vanhemmuudelle on asetettu monenlaisia tavoitteita. Yhtenä hyvän vanhemmuuden tavoitteena on se, että lapsille annetaan parhaat mahdolliset edellytykset kasvattaa omat lapset. (Mt., 2.) Tavoitteisiin päästäkseen täytyy tietää, mitä on hyvä vanhemmuus. Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä on luonut vanhemmuuden roolikartan, josta ilmenevät vanhemman keskeiset roolit ja tehtävät.

Roolikartan mukaan vanhempi on rakkauden antaja, rajojen asettaja, huoltaja, elämän opettaja ja ihmissuhdeosaaja. (Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä 1999.)

Perälä-Littusen (2004) tekemä väitöskirja käsittelee hyvään äitiin ja hyvään isään liitettyjä piirteitä. Hän kokoaa yhteen eri kulttuureissa tehtyjen tutkimusten tuloksia hyvästä äitiydestä. Yhteisiä hyvään äitiyteen liittyviä piirteitä olivat lapsen kehityksen edistäminen, huolenpito ja lapsen tarpeista huolehtiminen. (Mt., 51–52.) Perälä-Littusen omassa tutkimuksessa hyvään äitiyteen liitetään rakkaus, kuunteleminen, kontrolli, neuvominen, ajan antaminen, tukeminen, esimerkkinä oleminen, rehellisyys ja oikeudenmukaisuus. Hyvään isyyteen puolestaan liitetään ajan antaminen lapselle, rakkaus, kontrolli, neuvominen, kuunteleminen, esimerkkinä toimiminen, perheen elättäminen, auktoriteetti, kärsivällisyys ja vastuullisuus. (Mt., 88–97, 109–117.) Marttunen (2005) kirjoittaa riittävän hyvästä vanhemmuudesta, johon kuuluu rakkautta, hoivaa ja huolenpitoa. Vanhempi tunnistaa lapsen tarpeet ja osaa asettua tämän asemaan. Vanhemman tulee olla johdonmukainen ja selkeä kasvattaja, joka asettaa lapselle turvalliset rajat. (Ma., 4–5.)

Valkonen (2006) tutkii väitöskirjassaan lasten käsityksiä hyvistä vanhemmista. Hän huomasi lasten käsitysten jokseenkin eroavan vanhemmuutta tutkineesta tieteellisestä tutkimuksesta. Myös lasten vastauksissa korostuu huolenpidon merkitys sekä ajan antaminen lapselle. Hyvään vanhemmuuteen kuuluu lasten mukaan ”sopiva määrä kivuutta”. Lapset pitivät tärkeänä vanhempien päihteettömyyttä ja vanhempien tulisi tulla toimeen keskenään. Lasten suhtautuminen vanhempien alkoholinkäyttöön oli erittäin kielteistä – edes kohtuukäyttö ei kuulu lasten mukaan hyvään vanhemmuuteen. (Mt., 94–95.) Myös Marttunen (2005) toteaa vanhemman alkoholiongelman voivan heikentää vanhemmuuden laatua. Vanhempien lapsille antamalla esimerkillä on merkitystä, sillä vanhempien arvot, asenteet tai esimerkiksi suhtautuminen alkoholinkäyttöä kohtaan voivat siirtyä lapselle. (Ma., 4–5.)

Vanhemmuuden laatu (parenting style) määrittyy vanhempien osoittaman lämmön ja kontrollin määrästä. (Leinonen 2004, 178–179.) Diane Baumrind (1967; viitattu Miller 2010, 46) jakaa vanhemmuuden neljään ryhmään: piittaamaton, salliva, autoritaarinen, ja auktoritatiivinen vanhemmuus. Piittaamaton vanhempi ei huomioi lasta tai tämän

tarpeita. Joskus voi olla kyse lapsen laiminlyönnistä. Salliva vanhempi ei juuri aseta rajoja tai valvo niiden toteutumista. Vanhemman ja lapsen välinen suhde voi olla lämmin tai etäinen. Autoritaariselle vanhemmuudelle on tyypillistä lämmön vähäisyys ja voimakas kontrolli. Lapsen toimintaan saatetaan vaikuttaa uhkailemalla ja rangaistuksia käyttämällä. Kasvatuksen epäjohtonmukaisuus on tyypillistä. Auktoritatiivinen vanhempi tarjoaa lapselle lämpöä mutta myös rajoja. Kasvatukselle on ominaista johtonmukaisuus, jossa lasta tuetaan ja ohjataan. (Mt., 46–49; ks. Valkonen 2006, 61.) Aiheesta tehdyn tutkimuksen mukaan auktoritatiivinen vanhemmuus näyttää tukevan lapsen kehitystä, kun taas autoritaarinen ja salliva voivat aiheuttaa erilaisia ongelmia. On myös todettu, että vallitseva kulttuuri sekä perheen elinympäristö vaikuttavat siihen, kuinka hyvä tai tehokas tietty vanhemmuuden laatu on lapsen kehitykselle. (Leinonen 2004, 187.)

Vanhemmuus on kovaa työtä ja se voi olla hyvin stressaavaa. Suurin osa vanhemmista suoriutuu hyvin lapsen kasvatuksesta. (Deater-Deckard 2004, 160.) Lapsi ei vaadi täydellistä vanhemmuutta. Riittää kun on tarpeeksi hyvä.

2.2 Alkoholiongelma ja vanhemmuus

2.2.1 Alkoholiongelma

Alkoholi aiheuttaa haittaa käyttäjälle itselleen mutta myös lähiympäristölle ja yhteiskunnalle (ks. Warpenius, Holmila & Tigerstedt 2013, 5). Kun kyseessä on yksilön ongelma alkoholinkäytössä, käytetään useimmiten alkoholismin käsitettä. Käytössä on myös muita käsitteitä kuten alkoholiriippuvuus, -ongelma tai -addiktio. Nämä käsitteet eivät ole aivan niin leimaavia tai voimakkaita tunteita herättäviä kuin alkoholismi. Kuten jo kandidaatin työssämmekin, päädyin tässä tutkielmassa käyttämään alkoholiongelman käsitettä, koska koen sen olevan vähemmän negatiivisia tunteita herättävä tai kuten Itäpuisto (2005, 16) toteaa sen olevan ”vähiten latautunut”. Alkoholiriippuvuutta tai -addiktiota voisi olla maallikon hankala todentaa. Alkoholiongelma on toimiva käsite, koska se kuvaa hyvin sitä laajaa ongelmien kirjoa, jonka alkoholinkäyttö voi saada.

Kirjallisuudesta löytyy alkoholiongelmalle hyvin monenlaisia määritelmiä. Useimmiten sillä tarkoitetaan niin sanotulle alkoholin normaalikäytölle vastakkaista – alkoholin ongelmakäyttöä. Alkoholinkäyttö ei ole enää niin sanottua viihdekäyttöä, joka rajoittuu viikonloppuihin tai muihin erityistilanteisiin, vaan alkoholinkäyttö on säännöllistä ja usein myös hallitsematonta (Pöyliö & Tarkka 2011). Tutkimuksessa niin sanotun alkoholin normaalikäytön ja ongelmakäytön erottaminen toisistaan ei aina ole selkeää (Itäpuisto 2005, 15). Jokaisella on omanlaisensa määritelmä alkoholiongelmalle. Itse alkoholiongelmainen harvoin myöntää tai edes tunnistaa omaa alkoholiongelmaansa. Puolisolla ja lapsilla on kullakin omat määritelmänsä. Tässä tutkielmassa tarkastelen vanhemman alkoholiongelmaa (aikuisen) lapsen näkökulmasta. Annan tutkimushenkilöiden määritellä, minkälaisen vanhemman alkoholikäytön he ovat kokeneet ongelmaksi. Itse en aseta kriteerejä alkoholiongelmalle.

Itäpuiston (2001, 47, 53) mukaan alkoholiongelmaiseksi määrittely on tulkinnanvarainen aikakaudesta ja kulttuurista riippuvainen prosessi. Se, mitä pidämme niin sanottuna normaalina alkoholinkäyttönä, voi jossain toisessa maassa ja kulttuurissa näyttäytyä alkoholismina. Suomessa on mahdollista käyttää kohtalaisen paljon alkoholia ilman, että sitä pidetään ongelmana. Esimerkiksi humaltuminen on yhteiskunnassamme hyväksyttävää (Ahlström 2013, 69) kuten myös alkoholin käyttäminen viikonloppuisin (Itäpuisto 2001, 29).

2.2.2 Alkoholinkäyttö ja sukupuoli

Vuoden 1969 alkoholilain uudistuksen myötä sekä säännöllinen alkoholinkäyttö että kokonaiskulutus ovat lisääntyneet. Vuosien 1968 ja 2008 välillä miesten alkoholin kokonaiskulutus kasvoi 10,3 litraa ja naisten 5,3 litraa. Raittiiden määrä puolestaan vähenyi 2000-luvulle saakka, jolloin raittiiden määrä kääntyi lievään kasvuun. (Mäkelä, Mustonen & Huhtanen 2010, 39, 43, 49–50.) Naisten juominen on muuttunut viimeisen neljän vuosikymmenen aikana rajusti. Vielä vuonna 1968 jopa 39 prosenttia naisista oli raittiita, kun tänä päivänä raittiita naisia on enää 10 prosenttia. Kokonaiskulutuksesta naisten osuus oli vuonna 1968 12 prosenttia ja vuonna 2008 se oli jo 26 prosenttia. (Ahlström 2013, 70.) Naisten juomisen lisääntymiseen ovat vaikuttaneet muun muassa

miesten ja naisten maailmojen lähentyminen ja tasa-arvoistuminen, ihmissuhteiden laajentuminen ydinperheen parista esimerkiksi työkavereiden pariin ovat laajentaneet naisten sosiaalisia kontakteja ja tätä kautta myös alkoholikäyttötilanteita. (Ahlström 2013, 70; Holmila 1992, 8; Poukkula 1990, 19.)

On huolestuttavaa, että naisten eniten alkoholia käyttävä ikäryhmä eli 30–49-vuotiaat ovat monet myös todennäköisesti pienten lasten äitejä (Mäkelä ym. 2010, 52). Holmila, Raitasalo, Autti-Rämö ja Notkola (2013) kirjoittavat äidin liiallisen alkoholinkäytön aiheuttavan mitä todennäköisemmin haittoja lapselle. Äidin alkoholiongelmaan ja sen lapsille aiheuttamiin haittoihin suhtaudutaan kielteisesti. (Ma., 36.)

Ei toki pidä väheksyä miestenkään alkoholikäytön lisääntymistä, sillä se on lisääntynyt huomattavasti kuten ovat siitä aiheutuneet haitatkin. Myös alkoholinkäyttöpaikoissa on tapahtunut muutosta. Ahlströmin (2013) mukaan vielä muutamia vuosikymmeniä sitten miesten alkoholinkäyttö tapahtui kodin ja perheen ulkopuolella niin sanotusti miesten maailmassa. Tänä päivänä on siirrytty juomaan kotiin vaimon kanssa ja mahdollisesti lasten silmien alle. (Ma., 70.) Alkoholinkäytön siirtyminen koteihin lisää siitä aiheutuvia haittoja läheisille ja erityisesti lapsille.

Holmilan (1992) mukaan alkoholiongelmaista vanhempaa pidetään usein huonona vanhempana, vaikkei vanhemman alkoholiongelma aina tarkoita huonoa vanhemmuutta. Usein äiti hoitaa kodin ja lasten kasvatuksen kunnialla – kaikesta huolimatta. (Mt., 48, 57.) Itäpuisto (2001, 136) toteaa kirjallisuudessa usein väitettävän, että äidin alkoholiongelma olisi lapselle haitallisempaa kuin isän. Poukkula (1990, 17) huomauttaa lastenkin kokevan äidin alkoholiongelman pahempana kuin isän. Äidin rooli perheen ja kodin ylläpitäjänä sekä vastuunkantajana on taannut lapsille kohtuulliset kasvuolot isän alkoholiongelmaasta huolimatta. Naisten ja äitien alkoholinkäytön lisääntyessä yhä useampi lapsi tulee kärsimään, kun edes äiti ei huolehdi perheestä. (Itäpuisto 2001, 136.) Perheelle koituvat ongelmat ovat ikään kuin tulleet näkyviksi äitien alkoholiongelmien myötä.

2.2.3 Lapsen näkökulma vanhemman alkoholiongelmaan

Alkoholiongelmaisten vanhempien lapsia koskevaa ulkomaista tutkimusta löytyy runsaasti (Itäpuisto 2005, 25). Sen sijaan Suomessa alkoholiongelmaisten vanhempien lapsiin kohdistuva tutkimus on edelleen vähäistä (vrt. Poukkula 1990). Jos vanhemman alkoholiongelmaa on tutkittu lapsen näkökulmasta, se on usein tehty lapsuuttaan muistelevien aikuisia tutkimalla (Ilva & Roine 2010, 24). Warpenius ja Tigerstedt (2013) toteavat, että alkoholitutkimuksessa keskityttiin pitkään alkoholiongelmaiseen ja tälle aiheutuviin haittoihin. Vähemmän huomiota on saanut alkoholinkäytön haitallisuus läheisille ja muille ihmisille. Kiinnostus aihetta kohtaan on lisääntymässä ja on alettu puhua ”alkoholin haitoista muille”. (Ma., 11.)

Itäpuisto (2005) kirjoittaa, että aiheesta löytyy paljon psykologista tutkimusta, mutta sosiaalitieteellinen tutkimus on hajanaista. Tutkimusta on tehty esimerkiksi alkoholismien periytymistä tai alkoholiongelmaisten vanhempien lapsilla esiintyvistä häiriöistä. (Mt., 25–30.) Itäpuiston (2001, 17) mukaan alkoholiongelmaisten vanhempien lapsia koskeva tutkimus keskittyi aikaisemmin niin sanotun kurjuusnäkökulman ympärille. Esimerkiksi Woititz (1989) tarkastelee vanhemman alkoholiongelman vaikutuksia lapseen ja tämän elämään. Hän käyttää työssään nimitystä alkoholistien aikuiset lapset eli AAL (Adult Children of Alcoholic Parents eli ACAP). Käsitettä voidaan pitää leimaavana ja negatiivisia tunteita herättävänä. Woititz toteaa kaikkien kotien, joissa vanhemmalla on alkoholiongelma, tarjoavan lapselle samankaltaiset kasvuolosuhteet. Lisäksi hän luettelee erilaisia rooleja ja luonteenpiirteitä, jotka hän näkee tyypillisinä juuri alkoholiongelmaisten vanhempien lapsille. (Mt., 15, 21, 26–30.) Näitä rooleja ja luonteenpiirteitä ovat tarkastelleet muutkin tutkijat (esim. Ackerman 1991, 50). Woititzin esittämät oletukset alkoholiongelmaisten vanhempien lasten ominaisuuksista voidaan nähdä leimaavina ja ne voisivat yhtä hyvin kuvata kenen tahansa ihmisen ominaisuuksia. Itäpuisto (2003, 44) toteaa, että Woititzin alkoholistien aikuisiin lapsiin liittämiä piirteitä ei ole tutkimuksissa pystytty vahvistamaan.

Edellä mainittua kurjuusnäkökulmaa kohtaan osoitettu kritiikki ja toisaalta tutkimukset, joissa oli keskitytty alkoholiongelmaisten vanhempien lapsille aiheutuviin kykyihin, loi

pohjaa uudentyyppiselle tutkimussuunnalle. Alettiin pohtia, miksi osa vaikeissa oloissa kasvaneista lapsista selviytyy toisten syrjäytyessä. Tästä syntyi riskejä, haavoittuvuutta ja suojaavia tekijöitä korostava tutkimus. (Itäpuisto 2005, 32–33.)

Itäpuisto (2005, 34–35) toteaa alkoholiongelmaisten vanhempien lasten kokemusten tutkimuksen olevan vähäistä verrattuna edellä esitettyihin tutkimussuuntiin. Myös lapsille aiheutuvat haitat ovat jääneet vielä vähälle huomiolle (ks. Warpenius & Tigerstedt 2013, 11). Corkin (1970) tutkimusta *Unohdetut lapset* pidetään alkoholiongelmaisten vanhempien lapsia koskevan tutkimuksen klassikkona. Tutkimuksessa tarkastellaan vanhemman alkoholiongelman vaikutuksia lapsen elämään, tämän tekemiin valintoihin ja myöhempään alkoholinkäyttöön.

Suomessa Maritta Itäpuisto on alkoholiongelmaisten vanhempien lapsia koskevan tutkimuksen uranuurtajia. Itäpuiston vuonna 2005 julkaistu väitöskirja on nimeltään *Kokemuksia alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa eletystä lapsuudesta*. Vuonna 2001 julkaistussa lisensiaatintyössään Itäpuisto tarkasteli vanhempien alkoholinkäytöstä kärsineiden lasten selviytymistarinoita. Näiden tutkimusten lisäksi hän on kirjoittanut aiheesta lukuisia artikkeleita. Itäpuisto (2005) kirjoittaa Suomessa vallitsevasta tutkimusperinteestä, jonka hän nimeää niin sanotuksi läheisnäkökulmaksi. Tutkimuksessa keskitytään alkoholiongelmaisen läheisiin kokonaisuutena. Lapset omana ryhmänään on tässä tutkimusperinteessä unohdettu. (Mt., 21.) Marja Holmila (1988, 1992) on tutkinut alkoholiongelmaa läheisen näkökulmasta. Hän on kirjoittanut aiheesta myös useita artikkeleita, joissa tarkastellaan alkoholia erilaisissa läheissuhteissa. Holmila oli mukana niin sanotussa Lahti-projektissa, joka oli päihdehaittojen ennaltaehkäisyyn keskittynyt projekti. Siinä kiinnitettiin huomiota muun muassa läheisten kokemuksiin (Holmila 1997, 168–171).

A-klinikkasäätiö aloitti vuonna 1986 Lasinen lapsuus -hankkeen, jonka työn keskipisteessä ovat kaikki ne lapset ja aikuiset, jotka ovat lapsuudessaan kärsineet aikuisten alkoholin tai muiden päihteiden käytöstä. Hankkeen alla on julkaistu lukuisia artikkeleita, aineistoja, esitteitä ja kirjoja. Sen antiin ovat kuuluneet vuosina 1994, 2004 ja 2009 toteutetut väestökyselyt, jotka ovat ainoat – joskin tärkeät – maassamme aiheesta julkais-

tut kvantitatiiviset tutkimukset. Internet-sivusto Varjomaailma (www.varjomaailma.fi) on Lasinen lapsuus -hankkeen perustama. Sivuston tarkoitus on auttaa lapsia ja nuoria, jotka ovat huolissaan läheisten päihteiden käytöstä. (Peltoniemi 2010, 4; Saarto 2010, 6.)

A-klinikkasäätiö teetti vuonna 2011 kyselytutkimuksen (Takala & Roine 2013, 27), jonka vastaajina toimi koko ikäryhmä, eivät ainoastaan vanhempansa alkoholiongelmaksi määritelleet. Kyselyssä selvitettiin tällä hetkellä nuoruuttaan elävien lapsuudenkemuksia vanhempien alkoholinkäytöstä. Tämänkaltaisen tutkimus on vielä melko harvinaista, mutta esimerkiksi Felixson (1996) on pro gradu -tutkielmassaan tutkinut aihetta lapsuuttaan elävien näkökulmasta.

Lapsi ja alkoholi -teemaan liittyviä kirjallisuuskatsauksia on julkaistu muutamia (Endgren-Henrichson 1993; Ilva, Roine & Takala 2010; Poukkula 1990; Saarto 1987; ks. myös Warpenius, Holmila & Tigerstedt 2013). Vanhempien alkoholiongelmista kärsineiden lapsen näkökulmasta on tehty useita opinnäytetöitä, joista on julkaistu muun muassa Larvin (1999) ja Löytösen (2000) tekemät työt. Myös Lapin yliopistossa on viime vuosina tehty aiheesta useita pro gradu -tutkielmia (esim. Immonen-Mokko 2010; Kurvinen 2010; Saramäki & Saranpää 2000; Väisänen 2006).

Itäpuisto (2005, 22) kirjoittaa opinnäytetöiden ongelmaksi muodostuneen sen, että niissä on käytetty lähdekirjallisuutena oma-apu- ja terapiakirjoja. Myös käsiin saamissani Lapin yliopistossa julkaistuissa pro gradu -tutkielmissa on havaittavissa samaa ongelmaa. Itäpuisto (2005) jatkaa, ettei opinnäytteissä ole aina osattu tehdä eroa tutkimus- ja terapiakirjallisuuden välille. Oma-apu- ja terapiakirjojen käyttö lähdekirjallisuutena selittyy hänen mukaansa kotimaisen tutkimuskirjallisuuden vähäisyydellä ja toisaalta ulkomaisen tutkimuskirjallisuuden vaikealla saatavuudella, mutta myös sillä, että terapiakirjallisuus on ikään kuin täyttänyt puuttuvan tutkimustiedon jättämän aukon omalla käsitteistöllään. (Mt., 22.) Olen pyrkinyt käyttämään lähteinä aiheesta löytämiäni tutkimuksia sekä vertaisarvioituja artikkeleita, mutta itsekkin huomasin, että erityisesti ulkomaisen tutkimuskirjallisuuden käsiin saaminen on haastavaa.

Edellä mainittujen oma-apu- tai terapiakirjojen joukko on suuri. Nämä kirjat tarjoavat tukea ja apua läheisten alkoholinkäytöstä kärsiville. *Virtahepo olohuoneessa* (Hellsten 1994), *Pikkuaikuisia* (Utoslahti & Peltoniemi 2003) ja *Läheiseni on päihdeongelmainen* (Koski-Jännes & Hänninen 2004) ovat suurelle yleisölle kirjoitettuja kirjoja. Myös alkoholiongelmaisten vanhempien lapsien auttamiseen suunnattuja kirjoja on jonkin verran. Esimerkiksi *Päihdeongelma perheessä – Huomaa lapsi* (Taitto 2002) ja *Lapset ja vanhempien päihdeongelma* (Holmberg 2003) ovat suunnattu lähinnä aiheen parissa työskenteleville.

Alkoholiongelmaisten vanhempien lapsia koskeva tutkimus keskittyi pitkään negatiivisiin piirteisiin. Tutkimus on kuitenkin monipuolistunut ja löytänyt positiivisempia suuntia muun muassa selviytymisen käsitteen myötä (esim. Itäpuisto 2001; Werner & Smith 1982, 2001.)

3 SELVIYTYMINEN

Tutkielmani keskittyy alkoholiongelmiaisten vanhempien lasten selviytymiseen. Tutkimuksissa selviytymistä (coping) on määritelty ja tarkasteltu monin eri tavoin (esim. Ayalon 1995; Frankl 1983, 2002; Ikonen 2000; Itäpuisto 2001; Savukoski 2008a; Uusitalo 2006). Ikonen (2000) mukaan selviytyminen nähdään kirjallisuudessa usein syrjäytymisen tai selviytymättömyyden vastakohtana. Nämä käsitteet kuten myös selviytyminen ovat yhteydessä elämän kriisiytymiseen. (Mt., 13.) Itäpuisto (2001) kirjoittaa selviytymiseen liittyvän jonkinlainen niin sanotun normaalin rajoihin asettuva käyttäytyminen. Selviytymiseen voidaan ajatella sisältyvän erilaisia selviytymisen tasoja ja vaiheita. (Mt., 126.) Tässä tutkielmassa ymmärrän selviytymisen henkilön henkilökohtaisena kokemuksena ja tuntemuksena omasta jaksamisestaan ja pärjäämisestään (ks. Ikonen 2000, 13).

Selviytyminen ymmärretään usein koko elämän kestäväksi prosessiksi (esim. Ayalon 1995, 12; Itäpuisto 2001, 128). Uusitalo (2006) toteaa selviytymisen olevan käsitteenä jokseenkin harhaanjohtava, sillä arkiajattelussa se ymmärretään usein onnistuneena tai loppuun saatettuna tehtävänä. Traumaattisia tapahtumia kokenut henkilö ei aina onnistu irrottautumaan menneisyyden taakastaan, vaan ikään kuin oppii elämään sen kanssa. (Mt., 264.) Vaikkei ihmisen elämä sen suurempia traumoja sisältäisikään, on jokaisen elämä omanlainen selviytymistarina.

Frankl (1983, 2002) on yksi merkittävimmistä selviytymisen tutkijoista. Hän eli toisen maailmansodan aikana useita vuosia keskitysleireissä – selviytyen. Kokemus sai hänet pohtimaan, mikä saa ihmiset pysymään hengissä ja miksi toiset selviytyvät paremmin kuin toiset. Selviytymisessä tärkeänä hän näkee sen, pystyykö ihminen löytämään tarkoituksen elämälleen (Frankl 2002, 90–91). Franklin (2002, 100) kehittämän logoterapian keskeiset ajatukset ovat, että ihminen löytää oman olemassa olonsa tarkoituksen ja, että ihmisellä on mahdollisuus valita oma suhtautumistapansa vallitseviin olosuhteisiin.

3.1 Ayalonin ja Ikosen selviytymismallit

Ayalonin (1995) mukaan selviytyminen on prosessi ja se sisältää mitä tahansa toimintaa, joka vähentää tai poistaa fyysistä tai psyykkistä uhkaa. Selviytyminen vaatii henkilöltä niin fyysisten kuin psyykkistenkin voimavarojen käyttöä ja sosiaalisten tukiverkoston apua. Aktiivinen toiminta ja uuteen suuntautuminen edistävät selviytymistä. Yksilön selviytymisvoimavarat voidaan Ayalonin mukaan jakaa neljään ryhmään, joita ovat henkilökohtaiset, ihmisten väliset, organisatoriset ja yhteisölliset voimavarat. Nämä voimavarat vaikuttavat yksilön käyttämiin selviytymismalleihin. (Mt., 12–14.)

Henkilökohtaiset voimavarat voivat olla asenteita, strategioita tai harrastuksia. Kaikki se toiminta, mitä henkilö tekee tai sanoo itselleen vähentää stressiä. Ihmisten välisiin voimavaroihin kuuluu muun muassa rakkaus, ystävien ja perheen tuki, vertaistuki ja muu sosiaalinen elämä. Organisatoriset voimavarat ovat organisaation sisäinen ohjaus kuten koulutus tai ammatillinen ohjaus. Yhteisöllisiä voimavaroja ovat puolestaan kaikki ne palvelut, joita yhteisöllä on tarjota yksilölle. (Mt., 14.)

Selviytymisstrategiat Ayalon (1995) luokittelee ennakoiviin, puskuroiviin ja kriisinhallintastrategioihin. Ne vastaavat karkeasti kriisin kolmea vaihetta (ennen kriisiä, kriisin aikana ja kriisin jälkeen). Puskuroivat strategiat voivat olla aktiivisia tai passiivisia, ja vaihtoehtoisesti positiivisia tai negatiivisia. (Mt., 14.)

Ikosen (2000) selviytymisteorian keskeinen käsite on olemassaolokokemus, jonka ulottuvuuksina hän näkee 1.) selviytymistekijät elämän ja selviytymisen voimanlähteinä, 2.) murtumistekijät elämän voimankuluttajina ja 3.) kokonaisselviytymiseen liittyvät ankkurivoimavarat. Olemassaolokokemus on jatkuvaa selviytymis- ja murtumistekijöiden vaihtelua. Selviytymis- ja murtumistekijät voivat olla fyysisiä, kognitiivisia, emotionaalisia, sosiaalisia tai spirituaalisia. Samankaltaiset tapahtumat voivat aiheuttaa samanlaisia, mutta toisaalta hyvin erilaisiakin kokemuksia eri henkilöissä. Vaikka selviytymis- ja murtumistekijät olisivat tasapainossa, vaikuttavat henkilön ankkurivoimavarojen tilanne hänen selviytymiseensä. (Mt., 43, 46.)

Ikonen (2000) jakaa ankkurivoimavarat viiteen ryhmään. *Henkisellä kiinnekohdalla* tarkoitetaan suuntautumista tulevaisuuteen. *Tahtoelämä* pitää sisällään selviytymistahdon, paranemistahdon ja elämisentahdon. *Sisäinen vahvuus ja lujuus* ovat henkilön ominaispiirteitä, joita tarvitaan selviytymisessä. *Elämänrohkeudella* viitataan uskallukseen, joka voidaan nähdä motivoituneen ja dynaamisen elämän edellytyksenä. *Elämän tarkoituksen* Ikonen löytää henkilön elämäntehtävästä kuten työstä. Jokaisella ihmisellä on juuri hänelle soveltuva tehtävänsä ja elämäntyönsä. Sitä ei voi kukaan hänen puolestaan suorittaa. Selviytymisen teorian keskeinen idea on sen ydin eli ihmisen kiinnittyminen ankkurivoimavarojen avulla omaan selviytymiseensä. (Mt., 59–68.)

Ikosen (2000) mukaan selviytymiseen liittyy keskeisesti käsitys itsestä oman elämänsä muovaajana. Oman elämän ja omien tekojensa seurausten arviointi osa selviytymisprosessia. (Mt., 14–15.) Loppujen lopuksi selviytyminen on kiinni siitä, miten ihminen suhtautuu ja asennoituu elämiseen, minkä merkityksen ja sisällön hän antaa elämälleen ja tapahtumille. Selviytyminen on jokaista ihmistä varten, johon jokaiselle on luotu mahdollisuus. (Ikonen 2000, 44.)

3.2 Selviytymistä edistäviä tekijöitä

Selviytymisen käsite liittyy läheisesti positiiviseen psykologiaan. Seligman ja Csíkszentmihály (2000) ovat alan keskeisimpiä puolestapuhujia. Heidän mukaansa positiivinen psykologia tutkii perinteisistä kielteisiin tunteisiin, häiriöihin tai sairauksiin keskittyvästä psykologiasta poiketen ihmisen vahvuuksia ja kykyä selviytyä elämän vaikeuksista. Positiivisen psykologian idea on keskittyä ihmisen hyvinvoinnin edistämiseen ja hyveiden sekä vahvuuksien tukemiseen. Tutkimusperinteessä torjutaan ajatukset, joiden mukaan vaikeissa olosuhteissa elävien ihmisten elämän olisi vain kurjuutta tai että traumat nujertaisivat ihmisen. (Ma., 5.) Selviytyminen on vahvasti positiivinen ilmiö. Se on kykyä päästä yli vastoinkäymisistä.

Tutkijat ovat eri mieltä siitä, mitkä ominaisuudet voidaan nähdä ihmisen vahvuuksina. Savukosken (2008b) mukaan vahvuudet voidaan nähdä keinoiksi, joiden avulla ihminen pyrkii kohti selviytymistä. Hän mainitsee ihmisen vahvuuksia kuten optimismi, sisäinen

motivaatio, sosiaalinen verkko ja tuki sekä itsensä toteuttaminen. (Ma., 152.) Carverin ja Scheierin (2006) mukaan ihmisellä on kolme vahvuutta: sitkeys, luopuminen ja kasvu. Sitkeydellä he tarkoittavat sitoutumista tavoitteisiin ja luottamista niiden toteutumiseen. Sitoumus ja luottamus voivat lujittaa sitkeyttä merkittävässäkin vastoinkäymisissä. Kun ihminen uskoo itseensä ja pyrkii sitkeästi tavoitteisiinsa on hänen mahdollista selviytyä lähes mistä vain. (Ma., 96.) Myös Savukoski (2008b) toteaa omaan tutkimukseensa vedoten sitkeyden olevan selviytymiseen keskeisesti liittyvä tekijä. Sitkeä ihminen ponnistelee vastoinkäymisistä huolimatta kohti tavoitettaan, periksi antamatta (Ma., 151.) Tähän yhteyteen haluan antaa ajankohtaisen esimerkin. Freestylehiihtäjä Pekka Hyysalo joutui vakavaan onnettomuuteen vuonna 2010 ja hänelle annettu ennuste oli huono. Kuitenkin jo puolen vuoden jälkeen hän käveli omilla jaloillaan ja yhdentoista kuukauden jälkeen hän palasi suksille. Tämä esimerkki opettaa, ettei kannata antaa vastoinkäymisten lannistaa. ”Stop wishing to have it. Start working to get it. Never give up.” Tämä lainaus on eräästä postikortista.

Carverin ja Scheierin (2006) nimeävät toiseksi vahvuudeksi luopumisen. Vaikka sitkeys on tärkeää monissa tilanteissa, on osattava myös luopua. Joskus luopuminen epäonnistuneista ja saavuttamattomista tavoitteista on välttämätöntä. Koska kaikkea ei voi saavuttaa, täytyy tehdä valintoja, mitä päämääriä kohti tavoitellaan ja mistä luovutaan. Esimerkiksi fyysiset ominaisuudet voivat estää jonkun ryhtymisen ammattiurheilijaksi tai älylliset ominaisuudet toisen ryhtymisen matemaatikoksi. Vaikeutena on tietää, milloin jokin asia on todella saavuttamattomissa. Vahvuutta on kyky valita viisaasti ja seurata valintaa tinkimättä. (Ma., 99, 105–106.)

Kolmas Carverin ja Scheierin (2006) nimeämä vahvuus on kasvu. Kasvu liittyy siihen, miten ihmiset reagoivat elämän kolhuihin, jotka ovat riittävän vakavia, että niitä voi pitää traumana. Traumalla voi olla hyvin monenlaisia vaikutuksia ihmiseen. Kokemus voi jättää ihmisen jollain tavoin tyhjiksi tai vajaiksi, mutta aiemmalle toimivuuden tasolle palaaminenkin on mahdollista. Joskus trauma vaikuttaa ihmiseen positiivisesti ja ihmiset jopa ylittävät aiemman tasonsa. Traumaattiset kokemukset voivat edesauttaa monien uusien taitojen kehittymistä. Nämä taidot voivat olla niin sanottuja todellisia taitoja tai esimerkiksi henkilön laajentunut tietokanta tai parantuneet sosiaaliset suhteet.

Opittu taito voi olla esimerkiksi ahdistuksen hallinta tai parantunut itseluottamus. Parantunut itseluottamus auttaa erilaisten tapahtumien kohtaamisessa ja saa ihmisen jatkamaan selviytymisponnistuksia. (Ma., 106–107.)

Ihmisen vahvuuksien lisäksi on tehty paljon tutkimusta riskeistä ja suojaavista tekijöistä. Esimerkiksi Marttunen (2005) kirjoittaa suojaavista tekijöistä, jotka tukevat lapsen kehitystä ja kasvua. Hyvä suhde edes toiseen vanhempaan tai muihin läheisiin voi edistää lapsen selviytymistä. Hän mainitsee, että myös perheenjäsenten yhteenkuuluvuuden tunne, arjen säännöllisyys, lapsesta välittäminen, johdonmukaiset rajat voivat suojata lasta. (Ma., 4–5.) Smithin ja Wernerin laajat pitkittäistutkimukset (1982, 2001) ovat muodostuneet klassikoiksi. Tutkimuksissa huomioitiin myös alkoholiongelmaisten vanhempien lapset. Smith ja Werner (2001) kirjoittavat, että erilaisten riskien (esim. pitkäaikainen köyhyys tai vanhempien alkoholismi) alaisuudessa eläminen voi aiheuttaa lapselle monenlaisia vakavia ongelmia. Kuitenkin yksi kolmesta, näistä niin sanotuista korkean riskin omaavista lapsista, selviytyy elämäänsä kohdanneista vastoinkäymisistä. Tutkijat kutsuvat näitä lapsia ”lannistumattomiksi” tai ”sinnikkäiksi”. (Mt., 56; ks. Ackerman 1991, 50–51.)

Tutkimukseen osallistuneet lapset olivat joutuneet ensimmäisen vuoden aikana olemaan erossa vanhemmistaan pitkiäkin aikoja. Kaikilla heillä oli kuitenkin ollut vähintään yksi huolenpitäjä, jolta he olivat saaneet hoivaa ja huomiota. Samalla nämä huolenpitäjät olivat toimineet lapsille roolimalleina. Tukea lapset olivat saaneet myös perheiden ulkopuolelta kuten harrastuksista. Tutkijat päätyivät lopputulokseen: mitä enemmän lapsen elämässä on erilaisia riskitekijöitä, sitä enemmän suojaavia tekijöitä tarvitaan elämän tasapainottamiseen ja positiiviseen lopputulokseen pääsemiseen. (Mt., 58.)

Larsen, Hemenover, Norris ja Cacioppo (2006) kirjoittavat, että tunteiden tukahduttaminen voi olla hyödyllinen selviytymisstrategia. Kielteisten tunteiden tukahduttamisen vaihtoehdoksi he nimeävät myönteisten tunteiden korostamisen. Kolmas strategia juontaa juurensa ajatuksesta, että terveellinen selviytyminen liittyy optimaaliseen myönteisten ja kielteisten tunteiden suhteeseen. Tällaisella samanaikaisella aktivoitumisella on

merkittävä rooli stressaavien tapahtumien käsittelyssä. Vaikeuksien selvittäminen vaatii suunnittelua sekä ongelmanratkaisua. (Ma., 225–227.)

3.3 Alkoholiongelmaisen vanhemman varjossa eletystä lapsuudesta selviytyminen

Alkoholiongelmaisten vanhempien lasten selviytymiseen liittyviä tutkimuksia on vähän. Lisäksi näissä tutkimuksissa lasten selviytymiskeinot ja -mahdollisuudet on usein arvioitu heikoiksi. (Itäpuisto 2005, 96–97.) Esimerkiksi Ackerman (1990, 24) leimaa lasten selviytymiskeinot turhiksi tai hyödyttömiksi. Alkoholiongelmaisten vanhempien lapsia koskevaa tutkimusta on aikaisemmin leimannut niin sanottu kurjuusnäkökulma, jonka vuoksi sopivaa käsitteistöä tai tietoa selviytyjistä ei ole ollut. Itäpuisto onkin lisensiaatin työssään (2001) pyrkinyt löytämään sellaisia termejä ja käsitteitä, jotka eivät leimaa tai syyllistä alkoholiongelmaisten vanhempien lapsia. Hän käyttää väitöskirjassaan (2005) toimijuuden käsitettä, jonka avulla alkoholiongelmaisten vanhempien lasten tekoja ja selviytymistä voidaan ymmärtää uudella tavalla. Lapset eivät ole ainoastaan passiivisia vanhempien alkoholinkäytön uhreja, vaan he ovat myös aktiivisia toimijoita. Toimijuudella tarkoitetaan, että aikuisen tavoin myös lapsi kykenee toiminnallaan vaikuttamaan omaan elämäänsä ja täten myös selviytymiseensä. (Mt., 99, 108.)

Itäpuiston (2001) viittaa selviytymisellä aktiiviseen toimintaan, jossa henkilö pyrkii eroon kasvuperheen antamasta mallista. Alkoholinkäytön mallin ottaminen vanhemmilta sellaisenaan on helppoa, mutta omien mallien luominen on jo selvästi aktiivista toimintaa. (Mt., 23.) Hän esittää tutkimuksensa tuloksiin vedoten selviytymisellä olevan kolme ulottuvuutta. Ensiksi selviytyminen on asenne tai asennoituminen, jota ilman ei voi selvitä. Toiseksi selviytymiseen liittyy sosiaalinen piirre. Se on suhde muihin ihmisiin. Kolmanneksi selviytyminen on koko elämän kestävä prosessi eikä mikään pysyvä olotila. (Mt., 128; ks. Ikonen 2000, 15, 34.)

Alkoholiongelmaisten vanhempien lapsia tutkineissa tutkimuksissa on havaittu, että osa lapsista on niin sanottuja haavoittumattomia lapsia (Itäpuisto 2001, 127). Ackerman (1990) jakaa alkoholiongelmaisten vanhempien lapset kahteen ryhmään; ”omaaviin” ja ”omaamattomiin”. ”Omaava” lapsi kykenee rakentamaan positiivisia ihmissuhteita per-

heen ulkopuolella ja hänet nähdään monin tavoin kyvykkäänä. ”Omaamattomalla” lapsella on vaikeuksia solmia ihmissuhteita ulkopuolisiin ihmisiin. (Mt., 47, 53.)

Traumaattisista kokemuksista selviytyminen vaatii usein erilaisten selviytymiskeinojen käyttöä. Itäpuiston (2001, 112) mukaan selviytymiskeinot voidaan jakaa kahteen ryhmään: suoriin ja epäsuoriin selviytymiskeinoin. Selviytymiskeinojen tarkoitus on suojella lapsen hyvinvointia ja säästää häntä tuskalta. Tutkimus on löytänyt suuriakin eroja lasten käyttämissä keinoissa selviytyä traumaattisista kokemuksista. Useat eri selviytymiskeinot ja niiden joustava käyttö näyttävät edistävän selviytymistä. (Punamäki 2001, 185, 189.) Selviytyminen on monen tekijän summa. Siihen vaikuttavat yksilön käytössä olevat voimavarat ja vahvuudet kuten myös henkilön aiempi elämänhistoria, sosiaalinen asema ja persoona. (Savukoski 2008b, 150.)

4 TUTKIMUSRETKI

4.1 Tutkimuskysymykset

Tarkoitukseni on tutkia lasten elämää alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa. Samalla tarkastelen näiden henkilöiden selviytymistä vanhempien alkoholiongelmien varjostamasta lapsuudesta. Pyrin löytämään selviytymistä edistäviä tekijöitä. Tutkimuskysymyksinä toimivat seuraavat kysymykset:

1. Millaista on elää alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa?

2. Mitkä tekijät edistävät alkoholiongelmaisten vanhempien lasten selviytymistä?

Vanhempien alkoholiongelmat voivat aiheuttaa monenlaisia haittoja lapsen elämään. Tämän tutkielman tarkoitus on murtaa stereotyyppistä ajattelua alkoholiongelmaisten vanhempien lapsista elämässään epäonnistujina tai tulevina alkoholiongelmaisina. Lapsuuden negatiiviset kokemukset eivät välttämättä aiheuta noidankehää (vrt. Woititz 1989). Vastoinkäymisistä voi jopa seurata jotain myönteistä: henkilö voi kokea olevansa kokemustensa jälkeen entistä vahvempi ihminen (Aspinwall & Staudinger 2006, 30; ks. Itäpuisto 2005, 31–32, 73; Takala & Roine 2013, 27).

Tässä tutkielmassa perehdyn positiiviseen näkökulmaan eli selviytymiseen. Uhrinäkökulman rinnalle pyrin löytämään toimijuutta kuvaavaa käyttäytymistä. Vanhemman alkoholiongelmista kärsineiden näkeminen aktiivisina toimijoina ja selviytyjinä antaa mahdollisuuden tarkastella heidän elämänsä selviytymisen näkökulmasta.

Tutkimuksissa on todettu, että äidin raskauden aikainen alkoholinkäyttö voi vaurioittaa sikiötä monin tavoin (ks. Savonlahti, Pajulo & Piha 2003, 331). En kuitenkaan keskity tässä tutkielmassa äidin raskauden aikaiseen alkoholinkäyttöön tai siitä aiheutuneisiin fetaalialkoholivaurioihin (FAS & FASD), vaikka ne kieltämättä olisivat hedelmällinen tutkimuskohde.

4.2 Narratiivis-elämäkerrallinen tutkimusmenetelmä

Valitsin kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen, koska haluan antaa äänen tutkimushenkilöille. Kvantitatiivisessa eli määrällisessä tutkimuksessa yksittäisen tutkimushenkilön äänen esiin tuominen olisi ollut mahdotonta. Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (2010) mukaan laadullinen tutkimus on kuvailevaa ja mahdollistaa aiheen syvällisen tarkastelun. Sen lähtökohtana on “todellisen elämän kuvaaminen”, jossa kohdetta pyritään ymmärtämään mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. (Mt., 161.) Laadullinen tutkimus sopii aiheeni tutkimiseen, sillä sen avulla on Alasuutarin (2011, 237) sanoin mahdollista tuottaa selityksiä erilaisille ilmiöille ja tehdä ne ymmärrettäviksi.

Tutkimuksen tekeminen sensitiivisestä aiheesta on usein vaikeaa tutkimushenkilöille, mutta samalla tutkijakin asettaa itsensä tunneryöppyjen vietäväksi. Tutkijan on toisaalta pyrittävä samaistumaan tutkimushenkilöiden kokemuksiin, mutta myös etäisyyden ottaminen on tärkeä taito. Aiheen sensitiivisyys tulee ottaa huomioon tutkimuksen tekoon liittyviä valintoja tehdessä. Esimerkiksi kysymyksenasettelun muotoilu ja metodologiset valinnat on tehtävä aiheen luonnetta silmällä pitäen (ks. Laitinen & Uusitalo 2008, 106).

Kiviniemi (2010) esittää, että laadullinen tutkimus voidaan nähdä prosessina, jonka aikana esimerkiksi tutkimuskysymykset, aineistonkeruumenetelmät tai aineiston analyysi vielä hakevat muotoaan. Tutkimuksen tekeminen on tutkijalle oppimisprosessi, jossa tietoisuuden kehittyessä myös näkökulmat ja tulkinnat tarkentuvat. (Ma., 70.) Tämän tutkielman tutkimuskysymykset sekä -menetelmät ovat tarkentuneet ja hioutuneet mo-
neen otteeseen tutkielman teon edetessä.

Tämän tutkielman tutkimusmenetelmänä toimii narratiivis-elämäkerrallinen tutkimusote. Aineistona toimivat kirjoitetut omaelämäkerrat, joita analysoidaan yhdistelemällä erilaisia narratiivisia analyysimenetelmiä (esim. Lieblich, Tuval-Mashiach & Zilber 1998, 12–14; Polkinghorne 1995, 12). Roos (1988) kirjoittaa, että omaelämäkerrat voidaan nähdä tarinoina tai narratiiveina. Hän määrittelee elämäkerran tarinaksi, joka perustuu kirjoittajan omaan elämään. Kirjoittaja on tarinansa subjekti. (Mt., 140.) Hyväri-

sen (2006) mukaan kertomukset ovat muun muassa vuorovaikutuksen väline, jonka avulla jaetaan ja tehdään ymmärrettäväksi kokemuksia. Kertomuksen avulla voidaan vastata kysymykseen ”kuka minä olen”. (Ma., 1.)

Laitinen ja Uusitalo (2008) toteavat, että narratiivisen tutkimuksen yhdistävänä tekijänä on tarinan käsite, tosin se ymmärretään eri yhteyksissä eri tavoin. Heidän mukaansa metodikirjallisuuden osittainen ristiriitaisuus vaikeuttaa narratiivisuuden ymmärtämistä tieteellisen tutkimuksen lähestymistapana. (Ma., 110.) Hyvärinen (2006) käyttää artikkelissaan narratiivisuuden sijaan kerronnallisuuden käsitettä. Hän toteaa, että kerronnallinen tutkimus ajatellaan usein vain yhdeksi metodiksi muiden joukossa. Aihetta on mahdollista tutkia kokoamalla aiheeseen liittyviä kertomuksia tai tutkimalla niitä, mutta tämä on Hyvärisen mukaan hyvin kapea ja virheellinen tapa käsittää, mitä kertomukset tekevät aiheesta, miten ne liittyvät kulttuuriin, identiteettien tai poliittisten projektien muotoutumiseen. (Ma., 1.)

Heikkinen (2010) löytää narratiivisuudelle ainakin neljä eri ulottuvuutta. Sillä voidaan tarkoittaa itse tiedonprosessia, tutkimusaineiston luonnetta, aineiston analyysitapoja tai se on voitu liittää narratiivien käytännölliseen merkitykseen. Narratiivisuudelle ei ole suomenkielessä vakiintunutta nimitystä, mutta Heikkinen käyttää synonyymeinä tarinalisuutta ja kertomuksellisuutta. Narratiivisessa tutkimuksessa tiedon välittäjinä ja rakentajina toimivat tarinat ja kertomukset. (Ma., 143–145.) Elämäkerrallinen ja narratiivinen tutkimus linkittyvät toisiinsa käsitteiden tasolla, mutta myös niiden aineistot ja toisaalta analyysimenetelmätkin voivat olla samoja. Käytän tässä tutkielmassa narratiivin synonyymeinä omaelämäkertaa, tarinaa sekä kertomusta.

Lieblich ynnä muut (1998, 7; Laitinen & Uusitalo 2008, 111) näkevät ihmisen luontaisena tarinankertojana ja kertomukset ovat ihmiselle luontainen tapa jäsentää elämää, kokemuksia ja itseä. Kertomusta pitää kasassa juoni, jolla on pohjustus, jokin tarinan käynnistäjä, tapahtumakuvaus, lopputulos ja arvio (Ronkainen, Pehkonen, Lindblom & Paavilainen 2011, 112; ks. Vilkkonen 1997, 105). Aina narratiivit eivät ole rakenteeltaan selkeästi jäsentyneitä. Laitinen ja Uusitalo (2008) käyttävät artikkelissaan traumanarratiivin käsitettä, jolla he tarkoittavat episodisia tai epäyhtenäisiä kuvauksia traumaattis-

ta elämäntapahtumista. Traumanarratiivi voi tavallisista narratiiveista poiketen olla muodoltaan keskeneräisiä ja sekavia. Joskus asiat voivat olla niin vaikeita, että menneiden tapahtumien ja kokemusten kuvaileminen on henkilölle mahdotonta. Subjektiiivinen todellisuus voi olla selkeä ja johdonmukainen, mutta ulkopuolisen silmissä se voi näyttää joltain aivan muulta. (Ma., 111.) Myös tutkielmani omaelämäkertoissa on havaittavissa osittaisia sekavuutta sekä piirteitä keskeneräisyydestä.

Narratiivisen tutkimuksen aineisto voi olla joko suullista tai kirjallista. (Polkinghorne 1995, 6–7). Aineistoksi sopivat esimerkiksi päiväkirjat, kirjeet tai tutkimusta varten kerätyt elämäkerrat joko haastattelun tai kirjoitelman muodossa (Laitinen & Uusitalo 2008, 122). Kirjoitetut omaelämäkerrat sopivat hyvin tutkielmani aineistoksi, sillä kuten Ronkainen ja kumppanit (2011, 94) toteavat elämäkerrallisessa tutkimuksessa halutaan usein tuoda esiin tietyn ryhmän näkökulma tai kokemukset. Pidän tärkeänä antaa puheenvuoro heille, joilla ei ole ollut mahdollisuutta tuoda omaa ääntään kuuluviin.

Narratiivis-elämäkerrallinen tutkimusote sopii aiheeni tutkimiseen monestakin syystä. Kun tutkija on kiinnostunut siitä, mitä ihmiset kertovat omasta elämästään ja kokemuksistaan, narratiivinen tutkimus soveltuu hyvin (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka, 119). Hänninen (1996, 109) kirjoittaa narratiivisen lähestymistavan olevan käyttökelpoinen, kun ihmistä tarkastellaan aktiivisena toimijana ja toisaalta, kun ihmisen elämänsä ajatellaan prosessimaisena, aikaan ja paikkaan sidottuina. Tutkielmassani toimijuuden käsite on vahvasti läsnä.

Romanoffin (2001) mukaan narratiivisessa tutkimuksessa pyritään ymmärtämään ihmisen kokemusmaailmaa ja tutkimus lisää luonnollisesti niin tutkijan kuin ympäristönkin ymmärrystä tutkittavasta ilmiöstä. Hän näkee tämän tutkimuksen näkökulmasta riittävässä päämääränä. (Ma., 250.) Valitsemani menetelmä sopii aiheeni tutkimiseen, koska sen avulla minulla on mahdollisuus vastata asettamiini tutkimuskysymyksiin.

4.3 Aineiston kerääminen ja esittely

Aineistonkeruumenetelmäksi valikoitui tutkimushenkilöiden kirjoittamat omaelämäkerrat sekä vapaaehtoinen aikajana, johon tutkimushenkilöillä on mahdollisuus hahmotella omaan elämäänsä liittyviä tapahtumia, käännekohtia tai muita tärkeitä asioita. Kyseessä eivät ole tutkimushenkilöiden koko elämää koskevat omaelämäkerrat vaan niin sanotut osaomaelämäkerrat (ks. Laitinen & Uusitalo 2008, 122), jotka koskevat tiettyä osaa näiden henkilöiden elämästä.

Puntaroin narratiivisen haastattelun ja kirjoitettujen omaelämäkertojen välillä. Eskola ja Suoranta (2008, 122; ks. Roos 1988, 145) kirjoittavat elämäkertojen tuovan välittömästi näkyviin sen, miten henkilöt kokevat elämänsä – ilman ulkopuolisten henkilöiden tekemiä kirjallisia tulkintoja tai haastattelutilanteessa tapahtuvaa vuorovaikutusta. Haastattelulla on omat hyvät puolensa kuten mahdollisuus tutkimushenkilöiden havainnointiin tai tarkentavien kysymysten esittämiseen. Haastattelu olisi vienyt vähemmän tutkimushenkilöiden aikaa ja se olisi ollut heille työmäärältään pienempi, sillä silloin ei olisi tarvinnut kirjoittaa, vaan ainoastaan vastailla tutkijan esittämiin kysymyksiin. Tutkijan kannalta ajateltuna haastattelut litterointeineen olisivat puolestaan olleet huomattavasti työläämpi vaihtoehto. Kun tutkimushenkilöt kirjoittavat omaelämäkertansa sähköisesti, ei litterointia tarvita. Näin säästyä huomattavasti aikaa ja voimavaroja.

Haastattelutilanteessa tutkimushenkilöön kohdistettu liika johdattelu ei ole välttämättä hyväksi. Omaelämäkerroissa tutkimushenkilöt saavat kirjoittaa kokemuksistaan vapaasti ja juuri heille itselleen tärkeimmistä asioista ilman ulkopuolisen henkilön ohjailua tai johdattelua (ks. Eskola & Suoranta 2008, 122; Vilkkö 1997, 93). Kun kyseessä on sensitiivinen aihe, voi haastattelutilanne olla vaikea niin haastateltavalle kuin haastattelijalokin. Ventovieraalle tutkijalle omista – usein aroista – kokemuksista kertominen ei ole helppoa (Laitinen & Uusitalo 2008, 106, 123.) Kertominen kirjoittamalla voikin olla tässä suhteessa tutkimushenkilölle helpompaa. Samalla mahdollisuus anonymiteettiin säilyy. Aineistonkeruumenetelmän lopulliseen valintaan vaikutti se, että olimme jo kandidaatin työssämme (2011) yhdessä Anne Tarkan kanssa todenneet kirjoitettujen oma-

elämäkertojen sopivan hyvin tämänkaltaisen aiheen tutkimiseen. Myös kokemattomuuteni haastattelijana vaikutti valintaan.

Etsin tutkimushenkilöitä aluksi tuttavieni kautta. Tätä kautta löytämilleni tutkimushenkilöille lähetin sähköpostin välityksellä ”Osallistumispyyntö pro gradu -tutkielmaan” (Liite 1) ja ”Omaelämäkerran kirjoitusohjeet” (Liite 2). En kuitenkaan ollut vielä tässä vaiheessa tyytyväinen osallistujien määrään, joten otin yhteyttä A-klinikkasäätiöön siinä toivossa, että löytäisin tutkimushenkilöitä heidän kauttaan. Yhteistyö edellytti, että lupasiat hoidettiin kuntoon. Esittelin heille tutkimussuunnitelmani, jonka he tarkistivat ja hyväksyivät. Tämän jälkeen allekirjoitin vielä heidän vaatimansa vaitiolositoumuksen. Tutkielmani valmistuttua tallennan valmiin työni A-klinikkasäätiön tietokantaan.

Kun muodollisuudet oli hoidettu kuntoon, *Lasisen lapsuuden* (www.lasinenlapsuus.fi) ja *Nuorisolinkin* (www.nuorisolinkki.fi) internetsivuilla julkaistiin ilmoitus tutkielmastani. Myös Lasisen lapsuuden Facebook sivulle lisättiin linkki tutkielmastani. Ilmoitukseen oli liitetty sekä osallistumispyyntö (Liite 1) että kirjoitusohjeet (Liite 2). Jouduin tekemään alkuperäisiin ohjeisiin pieniä muokkauksia, mutta niiden idea pysyi samana. Ilmoituksissa korostin muun muassa miesten osallistumisen tärkeyttä, koska heitä ei ollut tavoitettu aikaisemmissa etsinnöissä. Omien kontaktien kautta saaduille tutkimushenkilöille annoin mahdollisuuden kirjoittaa omaelämäkertaa myös perinteisen kirjeen muodossa. Internetiin en halunnut antaa jakoon omaa kotiosoitettani tai puhelinnumeroani. Tutkimushenkilöillä olisi toki ollut mahdollisuus selvittää ne sähköpostin välityksellä.

”Osallistumispyyntö pro gradu -tutkielmaan” (Liite 1) oli eräänlainen tutkimusesite ja sen tehtävänä oli antaa osallistujille kaikki tarvittava tieto tutkielmastani, jotta he voisivat tehdä päätöksen osallistumisestaan (Kuula 2011, 112). ”Omaelämäkerran kirjoitusohjeissa” (Liite 2) esitettyihin apukysymyksiin ei ollut tarkoitus vastata suoraan, vaan niiden tehtävänä oli ohjata tutkimushenkilöt kirjoittamaan tutkielman kannalta mahdollisimman adekvaattia ja toisaalta mahdollisimman vähän epäadekvaattia tietoa. Näin helpotettiin niin tutkimushenkilöiden kuin tutkijankin työmäärää.

Apukysymykset järjestyivät kolmen teeman ympärille: lapsuuden kokemukset, vanhemman tai vanhempien alkoholiongelma ja selviytyminen. Apukysymyksiin hain tukea Itäpuiston (2001, liite 1) liseniaatin työn haastattelukysymyksistä. Ilman apukysymyksiä olisi ollut vaikeaa johdattaa tutkimushenkilöitä tutkielmani aiheen tiimoille ja omaelämäkerrat olisivat voineet jäädä pintaraapaisuiksi. Toisaalta olisi voinut tulla todella hyviäkin omaelämäkertoja.

Aineistonkeruuvaiheessa en pitänyt poissuljettuna useamman aineistonkeruumenetelmän käyttöä (aineistotriangulaatio), jos tutkimushenkilöitä ei olisi löytynyt tarpeeksi. Useampaa menetelmää käyttämällä on mahdollista saavuttaa tutkittavasta aiheesta monipuolisempi ja tarkempi kuva (Laitinen & Uusitalo 2008, 122; Ronkainen ym. 2011, 47). Tähän ei kuitenkaan ollut tarvetta ryhtyä, sillä sain kerättyä riittävän määrän osallistujia jo käyttämieni reittien avulla.

En ollut päättänyt aineiston kokoa tai tutkimushenkilöiden määrää etukäteen. Koin aineiston riittäväksi, kun samat teemat alkoivat toistua elämäkerrasta toiseen, eikä uusia teemoja enää ilmennyt. Tapahtui aineiston kylläntyminen eli saturaatio (Eskola & Suoranta 2008, 62). Päätin jättää kaksi omaelämäkerta tutkielmani ulkopuolelle, sillä niissä toistuivat samat teemat kuin muissakin omaelämäkertoissa ja toisaalta kummassakin käsiteltiin hyvin vähän selviytymistä, joka on tutkielmani keskeinen teema. Toinen näistä oli myös sisällöltään sekava, jonka vuoksi sen ymmärrettävyys kärsi. Eskolan ja Suorannan (2008, 121) mukaan on turhaa kerätä lisää aineistoa, jos uudet elämäkerrat eivät tuo enää merkittävästi uutta tietoa muodostettuun kokonaiskuvaan.

Tutkimushenkilöt

Asetin kaksi kriteeriä tutkimushenkilöiden valinnalle. Ensimmäisenä ehtona oli, että vanhemmalla tai molemmilla vanhemmilla oli ollut ongelmia alkoholinkäytössä tutkimushenkilön lapsuudessa. Toisena ehtona oli 18 vuoden ikä. Ennen varsinaista aineistonkeruuvaihetta tarkoitukseni oli kerätä ainoastaan selviytyjiksi itsensä määrittelevien henkilöiden omaelämäkertoja. Tämä ei osoittautunut aivan niin yksinkertaiseksi, vaan osa tutkimushenkilöistä kyseenalaisti koko käsitteen selviytyjä. Eivätkä he välttämättä

nähneet itseään erityisinä selviytyjinä, vaikka he siltä saattavat ulkopuolisen silmissä näyttääkin.

En koe olevani erityinen selviytyjä. En tiedä minkä takia olisin tai minkä takia en koe olevani. Minulla on sen verran itsekäs luonne, jonka vuoksi koen, että olen "päjännyt" elämässäni hyvin. En toki tiedä olenko erityisesti pärjännyt, koska en pidä esimerkiksi tulevaa ammattikorkeakoulututkintoa minään. (N4)

Rajasin tutkielmani ulkopuolelle Itäpuiston (2001) tavoin alkoholi- ja huumeongelmaiset, vankilassa tai mielisairaalassa olevat henkilöt. Itäpuistosta poiketen, mielestäni terapian läpikäyneet henkilöt ovat mahdollisia tutkimushenkilöitä. Itäpuisto perustelee omaa valintaansa sillä, että monissa vastaavissa tutkimuksissa tutkimushenkilöinä ovat olleet nimenomaan hoitoon hakeutuneet henkilöt, mikä hänen mielestään on ollut omiaan vinouttamaan tutkimusten tuloksia. Selviytymistarinat ovat tällöin muokkautuneet hoidon vaikutuksesta. (Mt., 21–25.) Vinoutuminen on toki mahdollista, jos aineisto koostuu ainoastaan hoitoon hakeutuneista henkilöistä. Tässä tutkielmassa on oman kertomansa mukaan mukana kuusi henkilöä, jotka ovat joko käyneet yksittäisissä terapiaistunnoissa tai osallistuneet säännöllisesti terapiaan. Näistä kuudesta henkilöstä kaksi on käynyt terapiassa muun syyn kuin vanhempien alkoholiongelman vuoksi. Terapiassa käyminen on tänä päivänä yleistynyt, eikä sen taustalla välttämättä ole traumaattisia kokemuksia.

Tutkimushenkilöiden etsintä tuotti tulosta ja vastaanotin yhteensä 13 omaelämäkertaa, joista kaksi jäi tutkielmani ulkopuolelle. Aineisto koostuu yhteensä yhdestätoista omaelämäkerrasta. Aineiston laajuus on 76 sivua (fontti 12 ja riviväli 1,5). Yksittäisten omaelämäkertojen pituudet vaihtelivat kolmesta kolmeentoista sivuun. Omaelämäkerrat ovat luonteeltaan narratiivisia, juonellisia kertomuksia. Yksikään tutkimushenkilöistä ei lähettänyt vapaaehtoista aikajanaa.

Osan tutkimushenkilöistä tavoitin henkilökohtaisten kontaktien kautta. Loput löytyivät internetissä julkaistujen ilmoitusten avulla. Tutkimushenkilöistä yhteensä kymmenen on naisia ja ainoastaan yksi on mies. Miesten löytäminen osoittautui hankalaksi, vaikka internetissä julkaistuissa ilmoituksissa kehoitettiin erityisesti miehiä osallistumaan. Tut-

kimushenkilöt ovat nuoria aikuisia, jotka ovat syntyneet vuosina 1978–1990, yhtä tutkimushenkilöä lukuun ottamatta. Tutkimushenkilöt elävät hyvin erilaisissa elämäntilanteissa: on työssäkäyviä, työttömiä ja opiskelijoita. Toisilla on puoliso ja osalla lapsia, osa elää yksin. Suurin osa määrittelee itsensä selviytyjiksi, mutta osa vielä epäilee omaa selviytymistään.

Kaikissa tapauksissa tutkimushenkilön isällä on ollut alkoholiongelma ja suurimmassa osassa tapauksista myös äiti on ollut alkoholiongelmainen. Yhtään tapausta, jossa ainoastaan äidillä olisi ollut alkoholiongelma, ei esiinny aineistossa. Vanhempien juomatavat vaihtelivat: osalla vanhemmista alkoholinkäyttö rajoittui lähinnä viikonloppuihin ja loma-aikoihin, mutta osalla alkoholinkäyttö oli päivittäistä. Kaksi tutkimushenkilöä kertoi vanhempansa raitistuneen. Toinen tosin vasta puolison kuoleman seurauksena. Usean osallistujan isä tai äiti oli kuollut rankan elämäntavan vuoksi.

Tutkimushenkilöiden kuvaukset omasta lapsuudestaan ovat hyvin erilaisia. Osa kertoi perheidensä viettäneen pääosin aivan tavallista elämää, kun taas osa kirjoitti hyvin monenlaisista ongelmista, jotka kietoutuivat vanhemman alkoholiongelmaan. Vanhemman alkoholiongelmasta koituneista haitoista kirjoittivat kaikki. Erityisesti riidat mainittiin usein. Perheissä esiintyi väkivaltaa eri muodoissaan. Mukana on myös lapsuudessaan huostaan otettuja henkilöitä. Kaiken kaikkiaan aineisto koostuu taustoiltaan ja kokemuksiltaan hyvin erilaista henkilöistä.

Aineiston luonne

Jos omaelämäkertojen nähdään heijastavan todellisuutta sellaisena kuin kaikki tapahtui, joutuu se alttiiksi subjektiivista luonnetta koskevalle kritiikille (Roos 1988, 146; Vilkkonen 1997, 91). Hänninen (2003) arvioi, ettei mikään kertomus edusta koko totuutta, vaan se on ainoastaan katkelma tai säie siitä. Omaelämäkerrat ovat luonteeltaan subjektiivisia, niissä ovat läsnä tutkimushenkilöiden henkilökohtaiset kokemukset sekä heidän tulkinsa niistä. (Mt., 55; ks. Romanoff 2001, 251–255; Roos 1988, 146.) Uusitalo (2006) toteaa henkilöiden kertovan asioista, jotka kokevat aiheen kannalta tarpeellisiksi ja olennaisiksi. Heidän kertomansa ei välttämättä edusta koko totuutta, mutta se on totuus,

jonka he haluavat kertoa. Tutkijan tekemien tulkintojen tulee perustua ainoastaan siihen, mitä tutkimushenkilöt kirjoittavat. (Mt., 105.)

Bruner (1986, 11) kirjoittaa narratiivien yhteydessä mieluummin todentunnusta kuin itse totuudesta. Roos (1988, 147) esittää, että omaelämäkertojen totuudellisuuden pohittamisen sijaan tulisi pohtia merkityksellisempiä kysymyksiä, kuten omaelämäkertojen samalla fiktiivistä ja toisaalta historiallisesti totuudellista luonnetta. Roos (1988, 148) ja Vilkko (1997, 78) käyttävät tutkimuksissaan elämäkerrallisen sopimuksen käsitettä, jolla he tarkoittavat eräänlaista kirjoittajan lukijalle ehdottamaa sopimusta. Roos (1988) toteaa kirjoittajan lupautuvan täyttämään rehellisyyden ja avoimuuden vaatimukset suhteessa lukijaan. Kirjoittaja kertoo oman tarinansa tai versionsa siitä itse valitsemallaan tavalla. Tämä on kirjoittajan ja lukijan välillä tehty sopimus. (Mt., 148.) Kirjoittaja toivoo lukijan ymmärtävän ja hyväksyvän säännöstön, jonka mukaan kertomus on jäsenytynyt. Kirjoittaja ottaa lukijan kirjoittaessaan huomioon monin tavoin: keskustellen, selitellen, ohjaillen ja väitellen tämän kanssa. (Vilkko 1997, 78–79; Uusitalo 2006, 105.)

Vilkko (1997) epäilee, että kirjoittaja saattaa varustaa lukijan eräänlaisilla vastaanottajaominaisuuksilla. Lukijan vaikutuksesta tarina hioutuu ilmaisujen, rakenteiden ja sisältovalintojen osalta kohti mallitarinaa. Vilkkko (1997, 80) kirjoittaa: ”Enemmän on kyse yleisten elämän arvioinnin kriteerien merkityksen korostumisesta oman elämän kuvauksen mittapuuna.” Kirjoittajalla on omat tavoitteensa ja keinonsa yrittää vaikuttaa ymmärryksen lisäämiseksi. (Mt., 79–81.)

Hyvärinen (2006, 1–2) kirjoittaa kertomuksilla olevan omat kulttuurisesti jaetut mallit, perinteet sekä lajityypit. Narratiivisessa tutkimusperinteessä kertomusten voidaan nähdä kuvaavan yksilöllistä kokemusta tai tavaksi, jonka mukaan kulttuuriset merkitykset soveltuvat tietynlaisten mallikertomusten muotoon (Ronkainen, ym. 2011, 94 & 112; ks. Vilkkko 1997, 105). Lieblich kumppaneineen (1998, 7) toteavat, että kertomista ohjaa kulttuurinen säännönmukaisuus. Hänninen (2003) painottaa, että kertomukset ovat aina sidoksissa vallitsevaan kulttuuriin. Kaikissa kulttuureissa on omat mallitarinansa, jotka toistuvat tarinasta toiseen. (Mt., 2003, 51; ks. Roos 1988, 148.) Tuotetut kertomukset

ovat konstruktioita todellisuudesta eli ne ovat tietyllä tavalla tai tietyin ehdoin tuotettuja (Eskola & Suoranta 2008, 141). Roos (1988) summaa, ettei elämäkerta voi olla koskaan täysin autonominen. Se kerrotaan aina jollekin, tiettyjen tavoitteiden ja motiivien pohjalta. Suhde toisiin ja ympäristöön on laajassa mielessä ymmärretty elämäkerrallinen sopimus. (Mt., 220–221; ks. Hyvärinen 2006, 2.)

On hyväksyttävä, että tutkimushenkilö valitsee sen, mitä haluaa omaelämäkerrassaan kertoa ja mitä ei. Hänninen (2003, 57) olettaa, ettei kaikkein herkimmistä tai rajuimmista kokemuksista ja toisaalta kulttuurissa torjutuista asioista kerrota, vaan ne salataan. Saaranen-Kauppinen ja Puusniekka (2009, 26) epäilevät, että erityisesti arkoja aiheita tutkittaessa ihmiset eivät kertoisi rehellisesti omasta tilanteestaan, vaan pyrkisivät ilmaisemaan itseään sosiaalisesti hyväksyttävällä tavalla. Laitinen ja Uusitalo (2008, 130) puolestaan jatkavat, että leimautumisen pelko voi johtaa salailuun tai vain osatotuksien kertomiseen. On toki mahdollista, että kertomus on tutkimushenkilölle rehellinen ja todellinen, vaikkei se ulkopuolisesta siltä näyttäisi. Eihän kukaan ulkopuolinen voi sanoa, etteikö toisen subjektiivinen kokemus olisi tosi. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 26.)

Yleinen sanonta on, että kun halutaan tietoa lasten kokemuksista on kysyttävä suoraan lapsilta. Itäpuisto (2005, 62) toteaa, että lapsuuden kokemusten tutkiminen ei vaadi sitä, että tutkimushenkilöt olisivat lapsia, vaan lapsuus avautuu myös aikuisille. Tämänkaltaisesta aiheesta kysyminen lapsilta olisi ollut monin tavoin hankalaa, koska he usein elävät edelleen lapsuuden perheessään, jossa alkoholia käytetään liikaa ja kaikkien tähän liittyvien ongelmien läheisyydessä (vrt. Kuula 2011, 233). Luvan saaminen lasten vanhemmilta olisi voinut olla vaikeaa. Lapsia tutkittaessa muun muassa kuulemisen seuraukset ja tutkijana toimiminen olisivat pitäneet sisällään monimutkaisempia ja vaikeammin ratkaistavia eettisiä kysymyksiä. (Laitinen & Uusitalo 2008, 127.)

Tutkielmani on retrospektiivinen. Pyysin aikuisia, jotka ovat lapsuudessaan eläneet alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa, muistelemaan kokemuksiaan ja kertomaan selviytymisestään. Muisteleminen on omaelämäkerran kirjoittamisen edellytys. Ilman muistia ei olisi mahdollista kertoa menneistä tapahtumista. Kertomukset hioutuvat ajan

myötä, kun muistoja käydään läpi yhä uudestaan, niitä tulkitaan ja ymmärretään uudella tavalla. (Vilkko 1996, 100.) Kun muistellemme menneitä tapahtumia tai kokemuksia, emme voi toistaa niitä sellaisenaan, identtisinä eli kuten kaikki tapahtui. Muistellesamme jokainen muisto luodaan tai se syntyy uudelleen. Muistetun asian merkitys muuttuu kunkin muistelukerran yhteydessä. Muisteluun voi sisältyä myös virheitä. (Määttänen 1996, 20.) Muistaminen on eräänlaista kertomuksen tekemistä omasta elämästä (Määttänen & Nevanlinna 1996, 9).

Itäpuisto (2005, 62) kirjoittaa joidenkin tutkijoiden ajattelevan, ettei aikuinen voi muistaa lapsuudessa tapahtuneita asioita tai ainakin nämä muistot ovat värittyneitä, joten niitä ei voida pitää luotettavina. Aikuisten tutkimisessa on myös etuja. Aikuinen katsoo lapsuuttaan ajallisen etäisyyden sekä aikuisuuden ja sen tuoman elämäkokemuksen ja tiedon kautta. Elämäkokemusta käytetään tapahtumien selittämiseen. Lapsia tutkittaessa ei olisi saatu tietoa esimerkiksi siitä, mitä pidempikestoinen selviytyminen on heiltä vaatinut. Ikonen (2000) toteaa, että omaa elämää on mahdollista tarkastella jälkikäteen. Samalla hän mainitsee yksilön olevan paras oman elämänsä tulkitsija. (Mt., 24.)

4.4 Kaksiosainen analyysi

Analyysimenetelmäksi valitaan se menetelmä, joka sopii kyseiseen tutkimukseen parhaiten ja jonka avulla on mahdollista vastata parhaiten tutkimusongelmaan (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 73–74). Heikkisen (2010, 149; ks. Kaasila 2008, 46) mukaan narratiivisen aineiston analyysiin on useita vaihtoehtoja ja analyysin vaatii aina tulkintaa. Analyysimenetelmän valintaan vaikuttaa se, että tarkoitukseni on keskittyä omaelämäkertojen sisältöön eikä niiden muotoon.

Polkinghornen (1995) jakaa narratiivisen analyysin kahteen pääryhmään Bruneria (1986) mukailleen. Narratiivien analyysissä (analysis of narratives) tarinamuotoista aineistoa käsitellään kokonaisuutena. Siinä keskitytään teemoitteluun, tyypittelyyn ja luokitteluun kuten laadullisessa tutkimuksessa on totuttu. Narratiivinen analyysi (narrative analysis) ei keskity aineiston luokitteluun, vaan siinä luodaan kokonaan uusi kertomus aineiston kertomusten perusteella. (Mt., 12.)

Narratiivien analyysissä aineiston on oltava tarinamuotoinen, mutta narratiivisessa analyysissä se ei ole pakollista. Narratiivien analyysissä on mahdollista käyttää mitä tahansa laadullista analyysimenetelmää. Lopputuloksena ei muodostu kokonaisia tarinoita, vaan syntyy uusi kertomus, joka tuo esille aineiston kannalta keskeisimmät teemat. (Hatch & Wisniewski 1995, 125–126; Polkinghorne 1995, 12.)

Spalding ja Phillips (2007) kirjoittavat vignette-menetelmästä, joka kuuluu narratiivisen tutkimuksen piiriin. Menetelmää voidaan käyttää moniin eri tarkoituksiin. Sen avulla on mahdollista kerätä, analysoida ja esittää aineistoa. Menetelmä on käyttökelpoinen yksistään, mutta sen yhdisteleminen muihinkin lähestymistapoihin onnistuu. Vignette-menetelmässä yhteen tarinaan pyritään sisällyttämään monen tutkimushenkilön kirjoittama tarina. Tarinat yhdistetään joko yhdeksi tai useammaksi tarinaksi. (Mt., 954.) Vignetelle ei ole olemassa suomenkielistä versiota, joten tässä tutkielmassa käytän sanaa vignette tai vignette-tarina.

Vignette-menetelmällä voidaan kirjoittaa ja kuvailla tutkimushenkilöiden kokemuksia, tilanteita sekä henkilön persoonaa. Aineistosta ei käytetä suoria lainauksia. Vigneten avulla voidaan kerätä monenlaista tietoa tutkimuskohteena olevasta ilmiöstä tai tapahtumasta. (Ely, Vinz, Downing & Anzul 1997, 70.) Lukijan on helppo lukea vignette-tarinaa, koska jo yhdessä tarinassa on paljon tietoa. Tekniikan käyttö edellyttää, että tutkija on sisäistänyt aineistonsa täysin ja, että hän kirjoittaa rehellisesti tutkimushenkilöiden kokemuksista.

Lieblich ja kumppanit (1998) näkevät narratiivisen aineiston analyysissä kaksi vaihtoehtoa, kategorisen ja holistisen lähestymistavan. Kategorinen lähestymistapa on lähes perinteisen sisällönanalyysin kaltainen ja sen avulla on mahdollista selvittää jotain ihmisryhmää koskevaa ilmiötä tai ongelmaa. Kategorinen lähestymistapa voidaan jakaa edelleen kategoriseen sisällönanalyysiin ja kategoriseen muodon analyysiin. Ensiksi mainitussa jokainen kertomus jaetaan osiin, jonka jälkeen eri kertojien tuottamat tiettyyn kategoriaan kuuluvat lainaukset kootaan yhteen. Kategorisen muodon analyysissä kiinnitetään huomiota kertomuksen osien tyylillisiin ja kielellisiin piirteisiin. Holistinen lähes-

tymistapa keskittyy henkilöön ja hänen elämäänsä kokonaisuutena. Elämäkertomuksen osia tarkastellaan suhteessa kertomuksen kokonaisuuteen. Holistinen lähestymistapa voidaan jakaa kategorisen lähestymistavan tavoin sisällön ja muodon analyysiin. (Mt., 12–14.) Narratiivisessa tutkimuksessa muodon ja sisällön erottelu ei ole aina selvärajaista (Kaasila 1998, 47–48).

Teen tutkielmassani kahdenlaista analyysiä. Ensin käyttämäni analyysimenetelmä on lähimpänä edellä esiteltyä Lieblichin ja kumppaneiden (1998, 12–13) kategorista sisällönanalyysiä, mutta siinä on myös piirteitä Polkinghornen (1995, 12) narratiivien analyysistä. Päädyin tähän menetelmään, sillä koen sen kirjoittamisen itselleni helpommaksi. Se on myös lukijalle selkeä ja toisaalta helposti seurattava, sillä analyysi järjestyy tiettyjen otsikkojen alle ja etenee loogisesti. Analyysi on aineistolähtöistä eli poimin aineistossa esiintyviä ilmiöitä eri teemojen alle, jonka jälkeen teemat vielä luokitellaan ja kategorisoidaan.

Analyysiprosessi eteni vaiheittain. Aluksi pyrin perehtymään aineistoon mahdollisimman vähäisten ennakkokäsitysten varassa (vrt. Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 24). Lukiessani aineistoa pyrin keskittymään lukemaani mahdollisimman hyvin, jotta oppisin tuntemaan sen läpikotaisin. Alustava analysointi ja teemojen hahmotteleminen alkoi jo tässä vaiheessa. Lukiessani aineistoa läpi toista kertaa muodostin erilliselle tiedostolle kunkin tarinan tiivistelmän sekä itseäni varten taulukoita.

Valitsemani analyysimenetelmän mukaisesti etsin aineistossa toistuvia teemoja ja kirjoitin niitä ylös erilliselle tiedostolle. Keskityin kertomuksissa esiintyviin lapsuuden kokemusten ja selviytymisen kuvailuun tutkimuskysymyksiä silmällä pitäen. Löytyneiden teemojen alle aloin kerätä omaelämäkertoissa esiintyviä ilmauksia. Aloitin tunteista, koska se tuntui itselleni helpoimmalta teemalta. Poimin aineistosta kuhunkin tunteeseen liittyviä lauseita leikkaa-liitä -toiminnolla. Näin kävin läpi jokaisen omaelämäkerran. Kun ilmaukset oli kerätty, alkoi teemojen karsiminen, yhdistely ja muotoilu, sillä joidenkin teemojen alle oli löytynyt vain yksittäisiä lainauksia. Lopuksi kirjoitin analyysin liittyen kyseiseen teemaan. Tämän jälkeen siirryin seuraavaan teemakokonaisuuteen ja aloitin saman prosessin alusta. Tällä tavoin kävin läpi kaikki teemakokonaisuudet.

Aineisto tuli luettua läpi useita kertoja. Lopullisten teemojen muotoutumiseen vaikuttivat myös tutkimuskysymykset. Teemojen karsimisen ja yhdistelyn jälkeen muodostin aineistosta lapsen kokemuksiin liittyen yhteensä 12 teemaa (arki, riidat, arvaamattomuus, väkivalta, vanhemman alkoholiongelman salaaminen, muita ongelmia tai vastoinkäymisiä, pelko, ahdistus, häpeä, inho, muut tunteet sekä myönteisiä kokemuksia). Selviytymiseen liittyi yhteensä 7 teemaa (aktiiviset henkilökohtaiset selviytymistekijät lapsena, passiiviset henkilökohtaiset selviytymistekijät lapsena, sosiaaliset selviytymistekijät lapsena, aktiiviset henkilökohtaiset selviytymistekijät aikuisena, passiiviset henkilökohtaiset selviytymistekijät aikuisena, sosiaaliset selviytymistekijät aikuisena ja yhteisölliset selviytymistekijät aikuisena). Tämän jälkeen alkoi luokkien muodostaminen eli teemojen yhdisteleminen ja merkityksellisten suhteiden etsiminen. Teemoista muodostui viisi luokkaa (koetut negatiiviset tunteet, koetut haitat, myönteisiä kokemuksia, selviytyminen lapsena ja selviytyminen aikuisena), jotka tiivistin kahdeksi kategoriaksi (lapsuuden kokemukset ja selviytyminen). Nämä kategoriat ovat samalla tutkielman tuloksista kertovat kappaleet.

Toisena analyysimenetelmänä käytin vignette menetelmää, joka muistuttaa Polkinghornen narratiivista analyysia. Muodostin kaksi tarinaa, joista toinen tarina kertoo selviytyjästä, kun taas toisen tarinan päähenkilö ei koe vielä olevansa selviytyjä. Tarinat sisältää lainauksia kaikista omaelämäkertoista, mikä on tyypillistä vigneteille. Muodostamani vignette-tarinat toimivat eräänlaisena yhteenvetona, jonka avulla pyrin kuvaamaan ilmiön kokonaisuutta. Se on kuvaus vanhemman alkoholiongelman varjossa eletystä lapsuudesta. Analyysi tapahtuu kirjoittaessa tarinaa. Siitä ei siis ole erillistä analyysiosiota. Päädyin tähän ratkaisuun, koska haluan kuvata rikasta aineistoani muutenkin kuin vain tematisoimalla sitä.

Tutkija ei voi aina seurata metodioppaita kirjaimellisesti, vaan aineiston analyysi vaatii tutkijalta herkkyyttä, luovuutta ja rohkeutta (Laitinen & Uusitalo 2008, 135). Käyttämäni analyysimenetelmät eivät ole suoraan oppikirjoista, vaan ole pyrkinyt muokkaamaan käyttämäni menetelmistä juuri tähän tutkielmaan sopivia ratkaisuja. Aineiston analyysi vaatii myös tulkintaa – ohjaajani kannusti tekemään tulkintoja rohkeasti.

Haluan, että tutkielmani on mahdollisimman maanläheinen ja mielenkiintoista luettavaa kenelle tahansa – ei vain tiedeyhteisölle (ks. Savukoski 2008a, 73). Tutkielmani onkin hyvin empiriapainotteinen. Käytän runsaasti suoria lainauksia tutkimushenkilöiden kirjoittamista omaelämäkertoista. En kuitenkaan toista kertomuksia sellaisenaan, vaan pyrin tekemään niistä erilaisia tulkintoja. Pyrin puhumaan asioista niiden oikeilla nimillä, kaunistelematta. Esimerkiksi kirosanoja en ole poistanut valmiista tutkielmastani (ks. Savukoski 2008a, 73).

Empiirisessä osiossa olen sisentänyt ja kursivoinut tutkimushenkilöiden omaelämäkertoista lainatut katkelmat, jotta ne olisi helpompi erottaa omasta pohdinnastani. Aineiston raportoinnissa käytän myös seuraavia merkintöjä:

[] tarkoittaa lisättyä sanaa tai muutettua kohtaa.

-- tarkoittaa, että tekstiä on jätetty pois tai virke aloitettu keskeltä.

4.5 Tutkimusetiikka

Tutkimushenkilöille ei saa koitua tutkimukseen osallistumisesta minkäänlaista haittaa (Kuula 2011, 237; Ronkainen ym. 2011, 126). Laitinen ja Uusitalo (2008, 119) jatkavat aiheesta todeten, että tutkimushenkilöiden hyvinvointi on tärkeämpää kuin tekeillä oleva tutkimus. On kuitenkin selvää, ettei tämänkaltaista aihetta tutkittaessa voida kokonaan välttyä tutkimushenkilöiden kohtaamilta ahdistavilta tunteilta. Tämä lienee olleen heidän tiedossaan, kun ovat mukaan suostuneet. Toisaalta aiheen prosessointi ja kirjoittaminen voivat olla tutkimushenkilöille myös terapeuttisia kokemuksia (ks. Heikkinen 2010, 174).

On ollut todella upeaa kirjoittaa ylös ajatuksiaan. (N8)

Kirjoittaminen oli melko terapeuttinen kokemus ja sai minut ymmärtämään nykyistä elämäni ja tunnereaktioitani paremmin. (N3)

Tässä tutkielmassa olen pitänyt tärkeänä tutkimushenkilöiden anonymiteetin suojaamisen, koska kyseessä on arkaluontoinen aihe (ks. Saaranen-Kauppinen & Puusniekka

2009, 10). Tutkimushenkilöt kertovat intiimejä asioita elämästään. Annoin tutkimushenkilöille mahdollisuuden kirjoittaa omalla nimellään tai nimimerkillä, mutta pyysin heitä liittämään vastaukseen sukupuolen ja syntymävuoden, sillä ajattelin niiden olevan hyödyllisiä analyysia ajatellen ja sen ymmärtämiseksi (ks. Kuula 2011, 113, 218; Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 120). Kaikki tutkimushenkilöt lähettivät omaelämäkertansa sähköpostin välityksellä. Samalla he tulivat kirjoittaneeksi omalla nimellään. Muutama tutkimushenkilö oli keksinyt itselleen nimimerkin. Päätin olla käyttämättä näitä nimimerkkejä ja nimetä kaikki tutkimushenkilöt samalla tavalla. Olen analyysiä tehdessäni poistanut kaikki suorat tunnistetiedot (nimet, paikkakunnat jne.) ja tarvittaessa keksinyt kertomuksissa esiintyville henkilöille peitenimet eli pseudonyymit (Kuula 2011, 215). Suorat tunnistetiedot olen säilyttänyt aineistosta erillään (ks. Kuula 2011, 111).

Tutkimushenkilöiden anonymiteetin suojaamiseksi käytän tutkielmassa esiintyvien lainauksien yhteydessä ainoastaan viittausta tutkimushenkilön sukupuoleen: nainen (N) tai mies (M). Kirjaimen perässä oleva numero kertoo, missä järjestyksessä omaelämäkerrat on vastaanotettu. Esimerkiksi ”N4” tarkoittaa naisen kirjoittamaa omaelämäkertaa, jonka olen vastaanottanut neljäntenä. Aluksi tarkoitukseni oli liittää mukaan tutkimushenkilön syntymävuosi, mutta anonymiteetin suojaamiseksi luovuin tästä, sillä ainakin omien kontaktien kautta hankittujen henkilöiden tunnistaminen olisi voinut olla mahdollista.

En kerännyt tutkimushenkilöiltä erillisiä tutkimuslupia, vaan kirjoitin omaelämäkerran kirjoitusohjeisiin (Liite 1), tulkitsevani vastaanottamani omaelämäkerrat suostumukseksi osallistua tutkielmaani. Tätä voidaan kutsua informoiduksi tai vapaaehtoiseksi suostumukseksi. Erillistä tutkimuslupaa ei välttämättä tarvita, sillä omaelämäkerran kirjoittamisen ja sen lähettämisen tutkijalle voi tulkita suostumukseksi osallistua tutkimukseen (Kuula 2011, 84, 117; Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto.) Kaikki tutkimushenkilöt olivat tutkimushetkellä jo täysi-ikäisiä eli lupaa ei tarvinnut kysyä huoltajilta. Annoin tutkimushenkilöille myös mahdollisuuden perua osallistuminen, jos heistä siltä tuntuisi (ks. Kuula 2011, 106–107).

Vastaanotettuani kaikki omaelämäkerrat sähköpostilla tulostin vastaukset paperille ja poistin ne sähköpostistani kuten lupasin tutkimushenkilöille. Säilytin aineistoa ja tutkimushenkilöiden yhteystietoja erillään henkilökohtaisella muistitikullani ja salasanalla varustetulla tietokoneellani. Kolme tutkimushenkilöä esitti pyynnön saada lukea tutkielmani, kun se on valmis. Tämä pyyntö on tarkoitus toteuttaa. Valmiin tutkielman lähettäminen tuo tutkielman tekoon läpinäkyvyyttä, joka turvaa tutkimushenkilöiden oikeuden tietää, miten he tulevat kirjoitetuiksi ja tulkituiksi (Laitinen & Uusitalo 2008, 129). Tutkielman tarkastuksen jälkeen tuhoan saamani aineiston ja poistan tutkimushenkilöiden yhteystiedot (ks. Kuula 2011, 111).

Käsissäni on rikas aineisto, jota minun tulee kohdella sen mukaisesti. Tutkimushenkilöt ovat kertoneet minulle jotain, jota eivät ole ehkä aikaisemmin kertoneet kenellekään. Hänninen (2010, 174) kirjoittaa elämäntarinan olevan osa henkilön minuutta ja se on sisällöltään suunnattoman arvokasta mutta samalla myös hyvin haavoittavaa.

5 ELÄMÄÄ ALKOHOLIONGELMAISTEN VANHEMPIEN VARJOSSA

Vanhemman alkoholiiongelmalla on monenlaisia vaikutuksia lapseen ja tämän elämään (Pöyliö & Tarkka 2011). Vaikkei vanhemman alkoholiiongelma näkyisikään joka hetkessä, on se läsnä vähintäänkin lapsen ajatuksissa. Vanhemman alkoholiiongelma voi olla myös lapsen ja koko perheen elämää vahvasti hallitseva ja rajoittava tekijä. Myös erilaisten haittojen ja ongelmien esiintyminen on tavallista.

Analyysin ja tulkintojen taustalla on käsitys hyvästä vanhemmuudesta. Sen avulla pyrin hahmottamaan, miten erilaisia eri perheet ja niiden arki ovat keskenään. Itäpuisto (2005) käyttää tutkimuksessaan ideaaliperheen käsitettä, jolle hän näkee vastakkaisena perheen, jossa vanhemmalla on alkoholiiongelma. Usein muu perhe saatetaan nähdä normaalina ja alkoholiiongelmainen vanhempi siitä irrallisena. (Mt., 79–80.)

Analyysikysymyksinä toimivat seuraavat kysymykset:

Millaista on elää alkoholiiongelmaisen vanhemman kanssa?

Millaisia ongelmia tai haittoja vanhemman alkoholinkäytöstä on aiheutunut?

Millaisia tunteita vanhemman alkoholinkäytöstä on aiheutunut?

5.1 Arki ja koettuja haittoja

Arki

Lapsen elämä perheessä, jossa vanhemmalla on alkoholiiongelma, voi olla erilaista kuin, jos vanhemmalla ei ole ongelmia alkoholikäytössä. Määttä (2008, 9–10) kirjoittaa, että lapsen tie kohti aikuisuutta ei useinkaan ole selkeä ja helppo, vaan se voi olla mutkikas ja lohdutonkin tapahtumasarja, jossa perheen ja kodin merkitys korostuu. Itäpuiston (2005) käyttää tutkimuksessaan perheideaalin käsitettä, johon kuuluu ajatus hoivan, huolenpidon, läheisyyden ja resurssien jakamisesta. Vanhemman tehtävänä on lapsen kasvattaminen ja kehityksen turvaaminen. (Mt., 80.)

Äiti hoiti kaiken moitteettomasti ja meillä oli aina perusasiat kunnossa. (N7)

Meidän perheessä äiti on aina hoitanut kaiken! Isäni on osallistunut enemmän ns. miesten hommiin. Hän on esimerkiksi rakentanut meille kaksi taloa ja korjannut lähes kaiken. (N4)

Kertomusten mukaan monissa perheissä äiti on ollut alkoholiongelmastaan huolimatta se, joka on huolehtinut perusasioista kuten lapsista ja kodinhoidosta. Holmila (1992) on huomannut saman asian. Vaikka äidillä olisi ongelmia alkoholinkäytössä, hän hoitaa itselleen kuuluvat tehtävät useimmiten kunnialla. (Mt., 48, 57.) Myös isän merkitys mainitaan muutamassa kertomuksessa. Äiti on ollut usein perheen koossapitäjä. Hän on mahdollistanut sen, että lapsena on voitu elää mahdollisimman tavallista elämää (ks. Itäpuisto 2011, 136).

Vanhempani olivat arkisin töissä viroissaan maatilan ulkopuolella. Lähtökohdat olivat äitini puolelta hyvät, menestyvä, vauras tila ja lämpimät, avuliaat suhteet sukulaisiin. Suhteita pidettiin aktiivisesti yllä myös muihin sukulaisiin kuin vain heihin, jotka tilalla asuivat. (N7)

Perheemme arki oli normaalia; vanhemmat olivat päivätöissä ja me lapset koulussa. (N5)

Mielestäni perheemme arki oli ihan tavallista ja mukavaa lapsiperheen arkea. Leikimme veljeni kanssa paljon pihalla ja vierailimme mummojen ja pappojen luona. (N4)

Aineiston mukaan vanhemman alkoholiongelmasta huolimatta arki näyttää olleen monessa perheessä tavallista tai normaalia perheen arkea. Vanhemmat ovat käyneet töissä ja lapset koulussa. Suhteet sukulaisiin ovat olleet läheiset ja heidän kanssaan on vietetty lapsuudessa aikaa. Näiden tutkimushenkilöiden lapsuus näyttää olleen tavallista ja säännöllistä vanhempien alkoholiongelmista huolimatta. Marttunen (2005, 5) toteaa, että elämän säännöllisyys ja rutiinit voivat toimia eräänlaisina suojaavina tekijöinä mahdollisia vaikeuksia vastaan.

Söimme kyllä samaan aikaan ainakin siihen asti, kunnes rupesin käymään lukiota [kaupungissa], jolloin koulupäivät venyivät linja-automatkojen takia. (N9)

-- kävimme hänen [äidin] tätiään katsomassa vuosien ajan sairaalassa joka toinen viikonloppu, niin ei lapsille ehkä ole jäänyt niin paljoa aikaa, kuin olisi pitänyt. (N7)

Jouluna meillä ei juotu koskaan, eikä pöytään laitettu edes punaviiniä. Ehkä osittain siksi, että se ei kuulu perinteiseen suomalaiseen maalaisjouluun ja osittain siksi, ettei isäni voinut juoda sitä ilman, että se olisi vienyt mennessään. (N7)

Kertomuksista käy ilmi, että perheillä on ollut myös rutiineja. Eräs henkilö kertoo perheellä olleen tapana syödä iltaruoka yhdessä. On myös käyty perheen kanssa säännöllisesti sairaalassa katsomassa sairasta tatiä. Myös juhlapyyhiä on osassa perheissä vietetty selvin päin – ei umpihumalassa. Vaikkei varsinaisia rutiineja kertomuksissa aina mainitakaan, on perheiden arki voinut olla säännöllistä.

Muistoni arjesta olivat melko harmaita. (N3)

Itseasiassa tämä aika on vähän sellaista harmaata aikaa, että minä olen käynyt koulua ja vanhempani ovat olleet töissä, en oikein muista, että mitään erityisen positiivista olisi tapahtunut, vaan harmaata arkea kotona. (N9)

Arkea kuvataan harmaaksi arjeksi, josta ei välttämättä ole tarkkoja muistoja tai ainakaan muistot eivät ole erityisen positiivisia. Käytetyt sanavalinnat saattavat viitata siihen, ettei muisteta mitään tavallisesta poikkeavaa tapahtuneen, vaan elämä on kulkenut eteenpäin totuttuun malliin.

Vaikka olisin tarvinnut siinä iässä vielä turvaa, rajoja ja huolenpitoa, tajusin että vanhempani eivät sitä olleet koskaan osanneet tarjota. (N10)

Huolenpidosta yleensäkin tuli mieleen, että joskus 10-vuotiaana sain hammaslääkäriltäni haukut kun en ollut pessyt viikkokausiin hampaita. Pitäisi sen ikäisen jo kai itse osata huolehtia hygienia-asta, mutta luulisi, että joku olisi huomannut miten likaiset hampaat minulla oli! (N9)

Aineistosta käy ilmi, että vanhemman alkoholiongelma voi varjostaa hyvin monella tapaa lapsen elämää ja arkea. Alkoholiongelmainen vanhempi ei välttämättä osaa antaa lapselle tämän tarvitsemaa turvaa, rajoja tai huolenpitoa. Valkosen (2004, 94) mukaan lapsista huolenpitäminen on vanhemman tehtävistä tärkein. Myös monet perusasiat saattavat unohtua alkoholiongelmaisilta vanhemmilta. Vanhempi ei aina ymmärrä muistut-

taa lasta huolehtimaan hygieniastaan kuten hampaiden pesusta. Huolenpidon puute voi johtua vanhemman humalasta tai esimerkiksi piittaamattomuudesta.

Kerran muistan, kun oltiin veneellä lähikaupungin satamassa ja kun mökille piti lähteä takaisin makasivat aikuiset sammuneena veneen pohjalla ja minä lapsena ajoin moottoriveneen mökille.
(N2)

Äitiä pääsin auttamaan aina heti kun isä sammui. Siinä sitä vessan lattialla halailtiin ja lohdutelin äitiä, että kyllä hän vielä paranee. Viisivuotias lohduttaa hakattua äitiään vessan lattialla...
(N1)

Muistan aloittaneeni ensimmäisen luokan peruskoulussa ja aamulla tietenkin annoin veljelleni maitoa pullosta ja vaihdoin vaatteet ja vaipan. Koulun jälkeen oli taas jo korkea aika vaihtaakin puhtaat vaatteet ja vaipat sekä antaa hieman lisää maitoa, kun vauva niin nälissään oli. Jostain syystä tämä aika on suhteellisen sumuista, mutta muistan, että kovasti vauvasta huolehdin. Olin suunnattoman onnellinen veljestäni ja tunsin mieletöntä tarvetta pitää tuosta pikkuisesta huolta. Muistan myös sen, miten hädissäni olin, kun joskus koulusta tullessani veli ja äiti eivät olleetkaan kotona, joten lähdin aina etsimään heitä. Kun olin kolunnut naapurit läpi, päädyin aina vanhempieni kantakuppilaan, jossa pikkuveljeni istui nätisti rattaissaan tai nukkui, kun taas äiti konttasi biljardipöydän alla. (N1)

Kertomusten mukaan alkoholiongelmaisten vanhempien lapset ovat joutuneet huolehtimaan vanhemmistaan tai hoitamaan asioita, jotka vanhempien kuuluisi hoitaa. Lapsi on joutunut ajamaan veneen takaisin mökille, kun aikuiset ovat sammuneet veneen pohjalle. Toinen on viisivuotiaana lohduttanut hakattua äitiään. Eräs kertoo huolehtineensa pikkuveljestään, kun vanhemmista ei ole siihen ollut. Joissakin tapauksissa vanhempien alkoholiongelmat näyttävät aiheuttavan sen, ettei lapsista pidetä riittävän hyvää huolta tai lapsia on jopa laiminlyöty. Myös Itäpuisto (2005) toteaa, että alkoholiongelmaisten vanhempien lapset joutuvat ottamaan vastuuta monista asioista, jotka kuuluisivat vanhempien hoidettaviksi. Tällaisiksi asioiksi hän nimeää esimerkiksi kotityöt tai nuoremista sisaruksista huolehtimisen. (Mt., 106.)

Äiti ja isä kaatoivat kaikki huolensa aina minun niskaani. Minun, lapsen. Jouduin selvittelemään heidän välejään ja olemaan heille tukena, vaikka heidän olisi pitänyt olla minulle tukena. Minä olin lapsi. Samaa he yrittävät jatkaa edelleen. (N3)

Verrattuna siihen, että olin tottunut puhumaan humalaiselle [äitipuolelle] kuin lapselle. Toisinaan jouduinkin tilanteisiin, joissa minä toimin ohjaavana ja kuuntelevana "vanhempana". Aivan kuten [äidin] kanssa. Sellaisen roolin ottaminen on ollut minulle aivan luonnollista lapsena, jos joku on kännipäissään alkanut itkemään. Silloin minua aina kehuittiin todella fiksuksi ja kypsäksi. (N10)

Moni tutkimushenkilö on jo lapsena joutunut kuuntelemaan, kun vanhempi on vuodat-
tanut heille sydäntään. Lapsi on joutunut selvittämään vanhempien välejä ja toimi-
maan eräänlaisena tuomarina heidän välillään. Joskus samankaltainen toiminta jatkuu
vielä lapsen aikuistuttuakin. Lapsi joutuu olemaan ikään kuin vanhempana vanhemmil-
leen.

*Meillä ei kotona oikein juteltu tai keskusteltu tai väitelty. Eikä koskaan ole halattu. Vanhempani
taisivat halata minua ensimmäisen kerran kun sain ylioppilaslakini. Joten ehkä se mielikuva, mitä
kuvailin aiemmin muistojeni koostuvat lähinnä perheeni harmaasta arjesta, johtui siitä, ettei ku-
kaan ollut oikein läsnä meillä kotona... tai jotain. (N9)*

Aineiston mukaan joissakin perheissä minkäänlaisten tunteiden, saati rakkauden, osoit-
taminen on harvinaista. Eräessä kertomuksessa esimerkiksi halaaminen on ollut harvi-
naista. Perheessä, jossa vanhemmalla tai molemmilla vanhemmilla on alkoholiongelma,
lapsi voi jäädä vaille vanhemman osoittamaa rakkautta ja lämpöä, joita lapsi tarvitsisi
tasapainoiseksi aikuiseksi kasvaakseen. Rakkauden osoittaminen lapselle olisi tärkeää
(Marttunen 2005, 5), mutta joidenkin kotien ilmapiiri näyttää olleen hyvin kylmä.

*[Äidin] luona viikonloput olivat erilaisia. Siskoni saivat juoda alkoholia, tuoda poikaystäviään ja
polttaa tupakkaa. (N10)*

Kertomuksista käy ilmi, ettei alkoholiongelmainen vanhempi aina osaa tai ymmärrä
asettaa lapselle rajoja. Alaikäisten lasten on esimerkiksi annettu juoda alkoholia tai polt-
taa tupakkaa. Rajojen asettaminen tuo lapselle turvallisuuden ja välittämisen tunnetta
(ks. Määttä 2007, 224).

Riidat

Joskus vanhemman alkoholiongelman varjossa eläneen lapsen arki on hyvin kaukana tavallisesta lapsen arjesta. Lapsi on voinut joutua näkemään tai kokemaan asioita, joita kenenkään ei pitäisi joutua kokemaan.

Muistan jo hyvin pienenä heränneeni öisin riitelyn ääniin. (N8)

Muistankin usein juhlapyhinä, kun isä oli usein humalassa ja siitä syntyi riitaa vanhempien kesken. (N5)

-- ja sitten kohta se lopullinen asetelma jossa istutaan kahdestaan keittiön pöydän ääressä, poltetaan tupakkaa ketjussa, juodaan viinaa viittä vaille sammumiseen, äiti vittuilee ja huutaa isälle joka yrittää toppuutella. Muistan yhden kerran, jolloin isä tarttui häntä käsivarsiin että nyt jumalauta lopetat. Olisi ehkä kannattanut tehdä se useammin ja heti. (M1)

Jatkuva nahistelu on nykyäänkin päivittäistä. (N3)

Riidat mainittiin lähes jokaisessa kertomuksessa ja niihin liittyy useimmiten vanhemman humala. Toisinaan lapsi on herännyt vanhempien riitojen ääniin tai vanhemmat ovat riidelleet juhlapyhinä isän ollessa humalassa. Erään tutkimushenkilön äiti oli ollut humalassa kova valittamaan ja piikittelemään isää, kunnes isä oli kerran hermostunut kunnolla ja käskenyt äidin lopettaa. Eräässä kertomuksessa kirjoitetaan jatkuvasta nahistelusta, joten riitojen voi päätellä olleen osana arkea. Riidat ovat saattaneet olla vain vanhempien välisiä, mutta myös lapset ovat olleet niissä osallisina. Riidat ovat häirineet lasten elämää monin tavoin.

Emme usein riidelleet, mutta aina kun riitelimme se liittyi vanhempieni juomiseen. Ja aina kun riitelimme, he olivat humalassa, joten riitely oli yhtä tyhjän kanssa. Isä vältteli ja poistui paikalta jos aloimme äidin kanssa korottaa ääntämme ja äiti käänsi kaiken minun syykseni, jolloin minä jouduin pyytämään anteeksi, koska en kestänyt vihanpitoa. (N9)

Eräs tutkimushenkilö kertoo perheen riitojen liittyneen vanhempien juomiseen. Riidoista on koitunut myös vakavampia seurauksia kuten väkivaltaa. Jatkuvat riidat tai väkivalta eivät kuulu lapsuuteen, mutta vanhemman alkoholiongelman varjossa eläneille lap-

sille ne voivat olla arkipäivää. Yli neljäsosa nuorista kertoo vanhemman alkoholinkäytöstä koituneen heille jonkinlaista haittaa. Yleisin yksittäinen haitta on alkoholiongelmasta aiheutuneet riidat. (Takala & Roine 2013, 28.)

Arvaamattomuus

Oikeastaan vain se, että mihinkään ei voinut luottaa. Muistan, että kerran minulle suunniteltiin hauskoja synttärjuhlia (olisinkohan ollut 11 vuotta). Ne jouduttiin kuitenkin perumaan, koska isällä alkoi putki. Koskaan ei siis oikein voinut luottaa, että mitä tapahtui. (N8)

Useinmiten isäni vain häipyi kotoa juomaan ja saattoi jättää vain lapun pöydälle. (N7)

Kännissä hän [äiti] oli aina arvaamaton ja uhkui nopeasti raivostuvaa vihaa. Piti tarkkailla koko ajan mikä akassa meininki jos liikkui lähietäisyydellä. (M1)

Aineistossa on useita mainintoja lapsen elämän arvaamattomuudesta tai ennakoimattomuudesta. Lapsi ei ole voinut luottaa vanhempaansa, vaan jopa lapsen syntymäpäivät on jouduttu perumaan isän juomisen vuoksi. Isän kerrotaan kadonneen omille reissuilleen. Myös äiti on ollut humalassa arvaamaton ja saattanut hermostua helposti, jolloin tätä on täytynyt tarkkailla. Takala ja Roine (2013, 28) kirjoittavat, että arvaamattomuus, epävarmuus ja luottamuksen kärsiminen ovat tavallisia vanhemman alkoholinkäytöstä aiheutuvia haittoja. Lapsi ei voi koskaan tietää, milloin vanhempi esimerkiksi ratkeaa juomaan tai hermostuu jostain. Hän joutuu olemaan kokoajan varpaillaan ja tarkkailemaan ilmapiiriä. Jatkuva varuillaan oleminen voi olla lapselle stressaavaa. Sinkkosen (2001) mukaan vanhemman hyljeksivä, arvaamaton ja väkivaltainen käyttäytyminen voivat aiheuttaa lapselle traumoja. Tämänkaltainen käyttäytyminen voi aiheuttaa myös kiintymyssuhdehäiriön. (Ma., 157.)

Väkivalta

Väkivalta voi saada monia eri muotoja kuten fyysinen, henkinen, seksuaalinen ja taloudellinen väkivalta (Itäpuisto 2005, 74). Tämän tutkielman aineistossa esiintyvät kaikki nämä väkivallan muodot. Kun tutkimushenkilöt kertovat kohtaamastaan fyysisestä väkivallasta, liittyy siihen aina alkoholinkäyttö tai humala.

Isäpuolen väkivaltaisuus oli hallitsematonta. Alkoholit vei kaiken kontrollin, jolloin hän ei käsittänyt omia voimiaan, ei raivoaan eikä vihansa määrää. Äitini marttyyriluonne aiheutti kierteen ja muistan hänen usein huutaneen että lyö vain. -- Muistan äitini tulleen peittelemään minua yöunille. Hänen kasvonsa ovat veressä ja poskessa kolme haavaa, jotka ovat tulleet isäpuolen puukosta. Huoneeni ovi on kiinni, äiti peittelee minua ja lupaa, ettei ole mitään hätää. -- Isäpuoli syytytti pallogrillin parvekkeella palamaan, käski äidin sammuttaa tulta desimitalla. Minä hain sankkoon vetäjä ja kun isäpuoli näki sen, äidille kävi aina huonosti. Joka kerta mistä tahansa syystä. Silmitön raivo ei tarvitse syitä ja seuraavana aamuna anteeksiantoon riittää isäpuolen lupaus äidille siitä, että hän kuitenkin rakastaa. (N6)

Aineiston mukaan väkivalta kietoutuu on alkoholiongelmien. Väkivallasta kerrotaan avoimesti. Tutkimushenkilö kertoo isäpuolen äitiin kohdistamasta väkivallasta, joka on saanut sadistisia piirteitä. Kertomuksessa kirjoitetaan myös vihan hallitsemattomuudesta tai suoranaisestä raivosta. Väkivallan tekijänä on ollut lähes poikkeuksetta mies (isä tai isäpuoli) ja kohteena nainen (äiti). Itäpuiston (2001, 45) mukaan ei pitäisikään puhua perheväkivallasta vaan naisiin kohdistuvasta väkivallasta, joka ei piilotele väkivallan tekijää eikä sen uhria.

Toki kävi monesti niin, että tuvassa ryhdyttiin myös lätkimään toisia nyrkillä turpaan ja se oli hyvin pelottavaa. Jossain kohden oli yhdeltä otettu puukko pois, mutta silloin olin ollut pieni ja nukunut. Äiti toki dramatisoi että "se koitti isätäs tappaa." (M1)

Muistan eräänkin kerran, kun isä rikkoi nyrkillä eteisen liukuovipeilin ja mikron. (N4)

Väkivaltaan on liittynyt myös perheen ulkopuolisia ihmisiä, jolloin on syntynyt isompi tappelu. Vanhemman väkivaltaisuus tai aggressiivisuus on kohdistunut myös esineisiin. Tavaroita on saatettu paiskoa tai hajottaa. Tutkimushenkilöt kertovat vaarallisista tilanteista, joissa olisi voinut käydä huonosti. Itäpuiston (2005, 74) mukaan väkivalta kietou-

tuu hyvin vahvasti alkoholiongelmiin. Cork (1990, 85) puolestaan painottaa, ettei lapsi välttämättä näe alkoholia perheen suurimmaksi ongelmaksi, vaan niistä aiheutuneet riidat ja väkivallan.

Luulen, että isä on äitiä lyönytkin muutaman kerran. (N4)

Joskus noin 10- tai 11-vuotiaana juhannuksena äitini taas humalassa purki sydäntään minulle ja kertoi, että isäni on joskus lyönyt häntä ja minun pitäisi vahtia, ettei isäni petä äitiä työmatkoilla. (N9)

Siskoni on kertonut, että meidän perheessä oli väkivaltaa - Välillä vanhempien välistä, välillä lapsiin kohdistuvaa. (N10)

Aina lapsi ei ole nähnyt vanhempien välistä väkivaltaa, mutta arvelee sitä esiintyneen. Väkivallasta on saattanut kertoa myös ulkopuolinen henkilö kuten toinen vanhempi tai sisarus.

Äitini sen sijaan repi hiuksista, hakkasi kädellä tai mieluummin puisella kepillä, jolla laitettiin uunipeltejä kiinni. Toinen puukalikka oli joku pyykinpesuun tarvittava. (M1)

Jonain toisena yönä meno saattoi olla ihan toisenlaista, kesken unen isä saattoi tulla repimään lämpimästä sängystä ja heittää seinään tai raahata hiuksista kirkaaseen olohuoneeseen, jossa odotti itkevä ja verille pieksetty äiti kyykyssä lattialla. (N1)

Lapsen itseensä kohdistuneesta väkivallasta kertoo muutama tutkimushenkilö. Vaikka mies on useimmiten väkivallan tekijä, yksi tutkimushenkilö kertoo äidin väkivaltaisuudesta lastaan kohtaan. Äiti oli repinyt hiuksista, hakannut lasta käsillä ja käyttänyt lyömiseen myös erilaisia esineitä. Toisen tutkimushenkilön isä oli repinyt lapsen sängystä ja heittänyt seinään. Kertomuksissa kuvataan väkivaltatilanteessa tunnettua pelkoa tai paniikkia.

Enkä ole koskaan yhdistänyt pelkoa juopumukseen, vaan ihmiseen ja hänen käyttäytymiseensä humalassa. Olin oppinut, että ihmiset muuttuvat juotuaan. [Isäpuolella] oli tapana tulla sekaisin ollessaan minun huoneeseeni ja hän käytti minua seksuaalisesti hyväkseen. Se alkoi kun olin yhdeksän. Sitä jatkui aina ajoittain siihen saakka, että olin päässyt jo yläasteelle. Tämä asia on jo

käsitelty oikeudessa ja se on voimakkaasti vaikuttanut minun suhtautumiseeni ihmisiä kohtaan.
(N10)

Eräs tutkimushenkilö oli joutunut lapsena seksuaalisen hyväksikäytön uhriksi. Isäpuoli oli toistuvan väkivallan tekijänä. Humala liittyi myös tähän väkivallan muotoon. Laitisen (2004) mukaan seksuaalinen hyväksikäyttö on sukupuolittunutta väkivaltaa, jossa tekijöinä on usein mies ja kohteena tyttö. Seksuaalinen hyväksikäyttö, kuten mikä tahansa väkivallan muoto, loukkaa lapsen oikeutta ruumiilliseen koskemattomuuteen. (Mt., 19–21; Lapsen oikeuksien sopimus.)

Isä oli vahvassa humalassa sinne [vanhojen tansseihin] tultuaan, haastoi riitaa julkisesti äitini uuden miehen kanssa, haukkui äitini huoraksi ja uhkasi heidän henkiään, nolasi minut ja oli niin kännissä ettei pystynyt vanhempien tanssia tanssimaan. (N2)

Ja siinä tilanteessa sinulta, pieneltä lapselta kysytään huutamalla, ”Missä äiti on päivällä käynyt ja onko meillä käynyt vieraita, vastaa nyt saatana rehellisesti tai katkaisen tämän lehmän kaulan perkele huoranpenikka vastaa, minä tapan kaikki jumalauta jos ei tässä ala vastausta kuulumaan!” -- Joskus isä herätti kesken yöitä ja sipitti kauniisti: ”Iina [nimi muutettu], isi tästä lähtee ja hyppää junan alle. Rakastan sinua tyttöni.” Tai ”Rakastan sinua niin kovasti, että nyt kun olen tästä päättänyt lähteä taivaaseen, niin haluaisin kyllä että tulisit kanssani samaan hautaan, eikös se olisi hienoa?” (N1)

Muistan, miten isä oli ennen eroa itsetuhoisin ja uhkasi itsemurhalla, itki minulle asioitaan jne.
(N7)

[Äiti] Teki hänelle ruokaa, kävi päivisin töissä ja öisin valvoi, kun isä valvotti. Isä haukkui äidin tekemät ruuat ja äidin (selvin päin ei koskaan, sillä oli luonteeltaan hiljainen ja pidättyvä). (N8)

Äidille isä lähinnä tiuski, oli sitten selvin päin tai humalassa. (N9)

Henkinen väkivalta ja toisen alistaminen ovat esillä monissa kertomuksissa saaden monia eri muotoja. Kertomuksissa kirjoitetaan eniten riidoista, vaikkakaan kaikki riidat eivät ole henkistä väkivaltaa. Henkistä väkivaltaa esiintyi aineistossa uhkailun, alistamisen, haukkumisen ja nolaamisen muodossa. Väkivallan tekijä on useimmiten alkoholiongelmainen ja kohteena puoliso tai lapsi. Aineiston mukaan itsemurhalla uhkailu näyttää olevan melko tavallista. Humala liittyi useimmiten henkiseen väkivaltaan ja

selvin päin käyttäytyminen voi olla hyvin toisenlaista. Joskus alkoholiongelmaisen käytös on samanlaista oli hän sitten humalassa tai selvin päin.

Isän yritys teki konkurssin 90-luvun alussa ja meillä oli paljon taloudellisia ongelmia. Oman asunnon myyminen ja vuokralle muuttaminen oli vanhemmilleni kova paikka. Elävimmän mieleen on jäänyt ainainen pennin venytys ja vanhempien riitely. Alkoholiin oli kuitenkin aina rahaa. (N3)

Ruokapöytä oli aina täynnä, vaikka muistan myös taloudellisen tiukkuuden. (N5)

En tietenkään käsittänyt silloin, että isän työttömyys aiheutti kireyttä meidän taloudessa, mutta tajusin jo silloin, että olimme hyvin köyhiä. Minulla ei ollut samoja leluja kuin muilla lapsilla, omat vaatteeni olivat paljon nuhjuisemmat ja [äidin] vanhemmat lähettelivät meille aina ruokapakkauksia. (N10)

Taloudellinen väkivalta voidaan nähdä yhtenä väkivallan muotona. Useiden tutkimushenkilöiden kertomuksista käy ilmi, että perheellä oli ollut taloudellisia vaikeuksia. Ongelmat ovat saattaneet alkaa, kun vanhempi on esimerkiksi jäänyt vaille töitä. Kertomuksissa rahaa on kuitenkin aina riittänyt alkoholiin. Kun alkoholiongelmainen tuhlaa kaikki rahansa alkoholiin, ei raha riitä esimerkiksi lasten vaatteisiin, leluihin tai harrastuksiin. Osalla perheistä on ollut hyvin tiukkaa. Ruoan puutteesta ei kuitenkaan kertonut yksikään tutkimushenkilöistä.

Hän [isä] kyllä myös tienasi ja tienaa edelleenkin hyvin, joten rahasta ei perheellämme ollut puutetta. (N8)

Aineistossa on taloudellisille ongelmille täysin vastakkaisiakin kokemuksia. Osalla perheistä rahasta ei ole ollut puutetta. Alkoholiongelmien eivät ole vain alempiin sosioekonomisiin ryhmiin kuuluvien ongelma, vaan niistä kärsivät myös ylempiin ryhmiin kuuluvat (Mäkelä 2010, 252–253).

Eräänlaisena lapsen kohdistuvana väkivallan muotona voi nähdä myös vanhemman alkoholiongelman. Pieni lapsi on riippuvainen vanhemmistaan, eikä hänellä ole aikuisen tavoin keinoja selviytyä elämästään yksin. Itäpuisto (2005, 114) kirjoittaa alkoholion-

gelmien ja väkivallan eri muotojen limittyvän ja sekoittuvan niin, ettei aina ole selvää mikä on pääongelma.

Vanhemman alkoholiongelman salaaminen

Syntymäpäiviä ei vietetty yleisellä tavalla, ei meille ketään kutsuttu. (M1)

Maatilallamme asuvat sukulaiset tai äitini eivät käyttäneet alkoholia eivätkä myöskään hyväksyneet sen käyttöä. Isän reissuja siis piiloteltiin, koska ne eivät olleet hyväksyttäviä. (N7)

Ehkä se johtuu siitä, että heillä [isällä ja äidillä] ei ole ystäviä. Ei ole koskaan ollut. En tiedä mistä se johtuu, ehkä siitä että asioita on helpompi peitellä kun ei päästä ketään lähelle. (N3)

Perheemme kulissit olivat siis kunnossa. Hyvin toimeentuleva perhe, jolla on oma talo ja auto pihassa ja vanhemmat käyvät päivittäin töissä ja lapset hoitavat kiltisti koulunkäynnin. En tiedä oikein mistä sitä itse oppi, että tätä kulissia pitää pitää pystyssä, sillä kerroin ensimmäisen kerran vanhempieni alkoholinkäytöstä jollekulle perheen ulkopuoliselle kun olin 21-vuotias. (N9)

-- olen lapsuudessani paljon myös "suojellut vanhempiani" ja heidän käyttäytymistään, kun en ole kertonut heistä mitään. Muuten en kai olisi voinut tavata heitä. Lapsi on uskollinen vanhemmilleen loppuun asti. (N10)

Kertomusten mukaan vanhempien alkoholiongelmia on pyritty piilottelemaan ja salaamaan useimmissa perheissä. Esimerkiksi vieraita ei ole voitu kutsua kotiin. Tällöin lapsi voi jäädä toverisuhteiden ulkopuolelle. Alkoholiongelmia on jouduttu piilottelemaan myös sukulaisilta. Osalla vanhemmista ei ole ollut juurikaan ystäviä, jolloin ongelmia ei ole tarvinnut peitellä. Ackerman (1991, 16; ks. Itäpuisto 2001, 64) kirjoittaa, että vanhemman alkoholiongelma on eräänlainen perhesalaisuus. Vanhempien alkoholiongelmien salailu ja kulissien ylläpito on monelle lapselle arkipäivää, vaikei lasta ole välttämättä suoraan kielletty puhumasta vanhemman alkoholiongelmistä. Kyseessä näyttäisi olevan ennemminkin lapsen lojaalius vanhempiaan kohtaan. Itäpuiston (2005, 115) mukaan lapsen vaikeneminen vanhemman alkoholiongelmistä voi olla kyse lojaaliudesta tai vaikeneminen voi olla osoitus siitä, ettei lapsi ole ennenkään ole ongelmista kerrotuaan saanut hyvää vastaanottoa vaan moitteet vanhemmaltaan.

Koulussa, taloyhtiössä ja perheemme sisällä isän juominen oli tarkoin varjeltu, pelottavakin salaisuus. Sitä piti piilotella, eikä siitä olisi saanut puhua. Niin, olisi. Minä nimittäin otin asiaa esille, vaikka äiti minua hiljensi ("Nyt kaikki on taas hyvin, ei viitsitä nyt tästä puhua") ja isä sanoi, että valehtelin ("En minä koskaan ole mitään juonut"). (N8)

Olin aika sulkeutunut ja yksinäinen, enkä edes ymmärtänyt, että kotiasioista voisi jollekulle puhua. Meillä olisi ollut maailman ihanimmat terveydenhoitajat koulussa, mutta en silloin tajunnut, että heille olisi voinut kertoa. (N9)

Vanhemman juominen on usein tarkoin varjeltu salaisuus, josta on kielletty puhumasta ääneen ainakaan ulkopuolisille. Osa tutkimushenkilöistä on uskaltanut kertoa siitä jollekin. Moni ei ole kuitenkaan ymmärtänyt, että vanhemman alkoholiongelmasta voisi kertoa jollekin ulkopuoliselle kuten terveydenhoitajalle ja saada tätä kautta apua. Tiedon lisääminen lapsille ja nuorille olisi paikallaan, sillä tänä päivänä on tarjolla myös nimenomaan alkoholiongelmaisten vanhempien lapsille tarkoitettua terapiaa (vrt. Ackerman 1990, 53).

Muita ongelmia tai vastoinkäymisiä

Kertomuksissa kirjoitetaan vanhempien alkoholiongelmien aiheuttaneen haittaa ja ongelmia muillekin kuin vain itselle. Sisaruksille koituneista haitoista kirjoitettiin paljon ja arveltiin vanhempien alkoholiongelmillä olleen enemmän vaikutusta heihin. Sisarusten on ajateltu olleen herkempiä ja haavoittuvaisempia. Heidän on ajateltu ikään kuin imeen enemmän kielteisiä asioita itseensä kuten alla olevasta esimerkistä voi lukea.

Veljeni oli perheessämme hiljaisempi kuin minä, eikä ehkä kaivannutkaan huomiota niin paljoa kuin minä, joka olin sitä myös tottunut esikoisena saamaan. Olen myöhemmin ajatellut, että hän on imenyt perheemme negatiivisia asioita minua enemmän ja ehkä myös nähnyt äidin pahaan oloa minua paremmin. (N7)

Kertomuksista käy ilmi, että tutkimushenkilöt perheineen olivat joutuneet kokemaan kovia hyvin monella tapaa. Monet kirjoittivat perheen hajoamisesta: usean henkilön vanhemmat olivat eronneet. Kahden henkilön veljet olivat tehneet itsemurhan. Monen vanhemmat olivat sairastuneet vakavasti (mm. syöpä, maksakirroosi). Erään isä oli päät-

tänyt elämänsä oman käden kautta. Lisäksi monen muun isä ja äiti olivat kuolleet rannan elämäntavan seurauksena. Kahdelta tutkimushenkilöltä olivat kuolleet molemmat vanhemmat.

5.2 Koettujen negatiivisten tunteiden kirjo

Jokainen tutkimushenkilö kirjoittaa vanhemman alkoholiongelmasta aiheutuneista negatiivisista tunteista. A-klinikkasäätiön vuonna 2011 teettämän kyselytutkimuksen (Takala & Roine 2013, 26) mukaan vanhempien alkoholinkäyttö voi aiheuttaa monenlaisia negatiivisia tunteita lapselle. Itäpuisto (2008, 34) nimeää merkittävimmiksi negatiivisiksi tunteiksi pelon, vihan ja häpeän. Lapsen ei pitäisi joutua pelkäämään vanhempiaan. Vanhempien pitäisi olla turvallisia aikuisia, joihin lapsi voi luottaa. Jatkuva pelko ja muut negatiiviset tunteet eivät luonnollisestikaan tee hyvää lapselle. Holmilan (1997, 174) mukaan nämä tunteet voivat vaikuttaa lapsen hyvinvointiin ja henkiseen terveyteen.

Pelko

Aineistossa on paljon mainintoja tutkimushenkilöiden tuntemasta pelosta. Sitä myös kuvaillaan hyvin monipuolisesti.

Ensimmäinen muisto lapsuudestani on äidin syli ja vaatekaappi, jonne meidät on teljetty. Säleovien toiselta puolelta kuuluu huuto ja väliköstä näkyy valoa. Muistan pelon, myös äidin pelon. (N6)

Sitä [isä pahoinpidellyt äidin] näkyä ja tilannetta lapsi säikähtää. Paniikkia jonka se synnyttää ei voi oikein kunnolla sanoa kuvailla. Sydän hakee, veri pakenee jaloista ja päästä, on kylmä, koko pieni ruumis tärisee pelosta ja hädästä. (N1)

Olin lapsista vanhin ja yritin peittää muiden lasten korvia huudolta tai yritin keksiä kaikkea tekemistä, jotta riitaa ei huomattaisi. Pelkäsin itekin paljon. Pelkäsin ennen kaikkea, että äidille sattuu jotakin. (N4)

Kertomuksissa pelko liittyy useimmiten vanhempien humalaan, väkivallan tai riitojen pelkoon. Henkilöt kirjoittavat pelon lisäksi hädän, hysterialan ja paniikin kokemuksista.

Pelosta aiheutuvat fysiologiset muutoksetkaan kuten sykkeen kohoaminen tai koko keho ravisteleva värinä eivät ole vieraita. Pelon ja sen kaltaisten tunteiden tunteminen näyttää olevan olennainen osa vanhemman alkoholiongelman varjossa elävien lasten elämää. Holmila (1997, 173) toteaa, että alkoholiongelmaisen läheisten tunteista yleisin on pelko, joka voi liittyä hyvin moniin eri asioihin. Vaikka lapsena tunnettu pelko kohdistuu usein itseen, lapsi on voinut pelätä myös esimerkiksi äidin puolesta. Pelko liitetään aineistossa mitä erilaisimpiin asioihin kuten alla olevista kommentteista voi lukea.

Äiti uhkaili usein avioerolla, kun olimme lapsia. Muistan, kuinka hysteeriseksi veljeni kanssa aina muutuimme, koska emme tienneet mitään pahempaa kuin avioero, vaikka emme edes oikeastaan tienneet mitä se tarkoittaa. (N3)

Muistan kyllä, että pelkäsin kirjahyllyssämme ollutta nahkavyötä. Tämä oli rangaistusväline, jos oli tehnyt jotain pahaa. Minä en kuitenkaan pelännyt isää. Hän oli minulle turvallinen aikuinen, vaikka minä pelkäsin huutoa. Pelkään vieläkin. (N10)

Aineistosta käy ilmi, että lapsena voidaan pelätä vanhempien eroamista, vaikkei välttämättä edes tiedetä, mistä siinä on kyse. Vanhempien eroamista saatetaankin pelätä juuri sen takia, ettei ymmärretä, mitä se tarkoittaa. Eräs henkilö kirjoittaa, ettei pelännyt niinkään isää, vaan hänen pelkonsa kohdistui kuritusvälineenä olleeseen nahkavyöhön. Nahkavyö oli toiminut kuritusvälineenä, jos lapsi oli ollut tottelematon. Tämä voi olla henkilön tapa kertoa väkivallan pelosta, vaikka hän korostaakin kirjoittaessaan, ettei pelännyt isää, vaan piti tätä turvallisena aikuisena.

Pikkulapsena en muista kännäämisestä kärsineeni muuta kuin pimeänpelolla (en uskaltanut käydä omaan sänkyyn nukkumaan, pelkään pimeää edelleen), jonkinmoisena turvattomuutena ja hylätyksitulemisenpelkona, kun vanhemmat eivät olleetkaan peittelemässä sänkyyn vaan istuivat pöydänääressä kännäämässä. (N2)

Yöt ja illat taas olivat pelottavia. Koskaan ei voinut tietää, mitä seuraavassa hetkessä tapahtuisi. (N1)

Kertomusten mukaan illat ja yöt ovat olleet monille pelottavia. Nukkumaan menemistä on pelätty ja se on ollut monille vaikeaa, kun vanhemmat ovat juoneet. Hieman tavallisempi lapsena tunnettu pelko on pimeänpelko. Tähän pelkoon on saattanut liittyä turvat-

tomuuden ja hylätyksi tulemisen pelko, kun vanhempi ei ole tullut peittelemään lasta sänkyyn. Pelkoa on tunnettu lähinnä lapsuudessa, mutta vielä aikuisenakin tutkimushenkilöt kertovat kärsivänsä erilaisista peloista.

Kuoleman pelko jäytää siellä korvan takana, ja heti kun lasken suojamuurini se vyöryy päälle ja yrittää nielaista minut. (N8)

Olen myös pessimisti ja pelkään, että äitini arkipäivien alkoholilakko ei pysy. Pelkään myös menettäväni jonkun rakkaan ihmisen. (N4)

Kai pelkään, että hän [isä] humalassa tekisi itselleen jotain, jos torjuisin hänet. (N3)

Aineistosta käy ilmi, että aikuisena pelko näyttää kohdistuvan eri asioihin kuin lapsena. Aikuisena kärsitään kuoleman ja menettämisen pelosta. Menettämisen pelko kohdistuu lähinnä perheenjäseniin ja omiin vanhempiin. Eräs tutkimushenkilö pelkää, että äiti sortuu juomaan. Toinen on pelännyt vanhemman vahingoittavan itseään, jos tämä torjuisi hänet. Holmila (1997, 173) kirjoittaa samoista pelon kohteista.

Ahdistus

Jos jouduin näkemään heitä [vanhempia], kun he olivat humalassa, olin hyvin kiukkuinen ja ahdistunut. (N9)

Viikonloppuisin meillä oli tapana iltaisin katsoa yhdessä telkkaria sohvalla, mutta minua tilanne ahdisti, koska isä oli aina kännissä tai ainakin tulossa humalaan. (N3)

Se oli ahdistavaa ja siitä kärsin, kun itse yritin sitten ruveta nukkumaan joskus puolenyön tietämillä ja jengi vaan keittiössä ryyppäsi ja kaikki huusivat mielipuolina täysillä sitä omaa asiaansa. (M1)

Suurin osa tutkimushenkilöistä kertoo tunteneensa lapsuudessaan paha oloa tai ahdistusta. Paha olo välittyy lukijalle erilaisten ilmauksien kuten ahdistuksen, kärsimisen, ikävän tai masennuksen kuvailuna. Kertomuksista huokuu tutkimushenkilöiden lapsuuden ahdistava ja synkkä ilmapiiri. Ahdistus on usein lähtöisin humalaisista vanhemmista. Osalle pelkkä humalaisten vanhempien näkeminen on ahdistavaa. Ahdistusta on he-

rättänyt, kun humalaisten vanhempien vuoksi ei ole päästy nukkumaan. Takala ja Roine (2013, 28) toteavat ahdistuksen olevan yksi yleisimmistä vanhemman alkoholikäytöstä lapsille aiheutuvista haitoista.

Ihmettelin lapsena, miksi äiti itki, kun isä oli lähtenyt reissuilleen ja ihmettelin, että mikä siinä nyt niin kauheaa on. Minua ahdisti äidin itku ja hänen kuuntelema nyyhkymusiikki. (N7)

Vaikka ahdistuksen ja pahan olon kokemukset liittyvät useimmiten juovaan vanhempaan, voi ahdistus kertomusten mukaan liittyä juomattomaankin vanhempaan tai tämän toimintaan. Edellä kuvatussa lainauksessa äidin käyttäytymistä ei ole ymmärretty, vaan lapsi on miettinyt, mitä ihmeellistä siinä on, että isä lähtee viikonloppuisin omille teilleen.

Aiemmin kertomaani taloyhtiön pikkujoulutarinaa en ollut muistanut pitkään aikaan, se tuli mieleeni uudestaan vasta kun aloin kirjoittaa tätä elämäkertaa. Sen muistaminen tuntui ahdistavalta varsinkin nyt, kun minulla on omia lapsia ja lähes kaikkea ajattelen niin, että mitä jos se tapahtuisi heille. (N3)

Sama lapsuudessa kokemani ahdistus tulee joka kerta takaisin, kun humalassa oleva on itselle rakas ja läheinen. -- Omat lapseni eivät ole ikinä nähneet minua humalassa, eivätkä tule näkemään. En halua heidän koskaan kokevan samaa ahdistusta, jota itse jouduin kokemaan lähes joka viikonloppu niin kauan kuin asuin kotona. (N3)

On surullista huomata, että vielä aikuisenakin pahan olon ja ahdistuksen tunteet ovat monilla läsnä. Nämä tunteet kumpuavat henkilöiden lapsuudesta, jolloin ne ovat liittyneet vahvasti humalaisiin vanhempiin. Monille lapsuuden muisteleminen aiheuttaa edelleen ahdistusta. Erityisen ahdistavalta omat lapsuudenkokemukset tuntuvat, jos itsellä on lapsia. Toisilla ahdistus on ikään kuin taustalle työnnettynä, silti se voi aika ajoin palata mieleen esimerkiksi, jos kohdataan humalassa oleva läheinen.

Mutta ei se paha olo mene pois vaikka ympärillä olisikin kaikki hyvin. Siellä se ahdistus, pelko ja suru jäytää. Kaikesta huolimatta. (N8)

Ikävöin isää ja äitiä, siis sitä mitä nämä arvonimet edustavat, mutta en niinkään vanhempiani. Toivoisin, että lapsillani olisi mummi ja ukki, mutta en antaisi heitä koskaan hoitoon biologisille

isovanhemmillen, vaikka elossa olisivatkin. (N1)

Ahdistus ei välttämättä mene ohi, vaikka vanhemmat olisivat jo kuolleet. Sitä saatetaan tuntea sen takia, että henkilö kokee, ettei hänellä ole koskaan ollut niin sanottuja oikeita vanhempia, koska vanhemmat ovat olleet alkoholiongelmaisia. Henkilö ei ehkä ikävöi niinkään omia vanhempiaan, vaan kaivataan sitä, mitä äiti ja isä käsitteinä edustavat.

Vuonna 2004 erään parisuhteen päättymisen jälkeen jouduin turvautumaan psykologin apuun noin puolen vuoden ajan masennuksen ja itsemurha-ajatusten takia. (N3)

Jatkuva ahdistus ja paha olo voivat pahimmassa tapauksessa johtaa masennukseen. Masennus ei ole ainoastaan vanhemman alkoholiongelmasta johtuvaa, vaan siihen voi liittyä esimerkiksi parisuhteen päättymisen. Masentuneelle henkilölle itsemurha-ajatukset eivät ole vieraita. Romakkaniemi (2011, 114) kirjoittaa masennuksen taustalta löytyvän usein esimerkiksi lapsuuden olosuhteet, erilaisten kriisien kasautuminen tai ihmissuhteiden ongelmat.

Muutenkin halusin silloin antaa itselleni luvan lopettaa suorittaminen ja myöntää, että olen ollut masentunut jo pitkään ja nyt sen tietää viimeinkin joku muu, joten nyt minulla on lupa hetki sairastaa. (N9)

Minulla on ollut todella paha olo niin usein ja niin paljon, mutta aina olen ajatellut, että pitää, pitää, pitää. Pitää tehdä töitä, pitää pärjätä, pitää olla iloinen, pitää olla hyvä tai oikeastaan paras kaikessa mihin ryhtyy. (N8)

Masennus on saattanut kyteä jo pidemmän aikaa, kunnes itselle annetaan lupa sairastaa. Ainainen suorittaminen ja perfektionismi voivat olla vanhempien alkoholiongelmista kärsineille tyypillisiä piirteitä, eikä masennuksen myöntäminen edes itselle ole helppoa.

Häpeä

Aineiston mukaan alkoholiongelmiaisten vanhempien lapset tuntevat häpeää. Häpeää voi synnyttää monet eri asiat.

Usein tunsin häpeää isäni alkoholin käytöstä, varsinkin kun jouduin näkemään isäni humalassa. (N5)

Kyllähän se vähän hävetti, jos riitelyn äänet kuuluivat ulos saakka, sillä kaikki kuulivat sen, tai sitä minusta aina tuntui. (N1)

Minulla ei enää yläasteaikaan käynyt kavereita kylässä, koska olin oppinut häpeämään vanhempiani ja häpesin itseänikin, kun olin niin hiljainen. Eikä minulla oikeastaan ollut semmoisia kavereita, joita olisin halunnut kutsua käymään. Häpesin myös likaista kotiamme. (N9)

Kertomuksissa häpeä kumpuaa useimmiten humalaisista vanhemmista tai heidän käyttäytymisestään humalassa. Ainoastaan vanhemman näkeminen humalassa voi herättää lapsessa häpeän tunteen. Lapsi saattaa myös hävetä ulos kantautuvia riidan ääniä. Aina lapsen häpeän tunteet eivät liity vanhempiin, vaan lapsi voi oppia häpeämään myös itseään tai likaista kotia. Takalan ja Roineen (2013, 27) mukaan häpeää vanhemman alkoholikäytöstä tuntee melkein kolmasosa kyselytutkimukseen vastanneista.

Inho

Äiti alkoi juomaan muiden mukana varhaisessa vaiheessa. Inhosin häntä todella paljon kun hän oli humalassa, sillä hänestä tuli täydellinen idiootti, joka saattoi jankata ja syyllistää isää jostakin aivan olemattomasta asiasta. (M1)

Silloin inhotti nähdä isä humalassa. (N5)

Lapsena minua inhotti, kun pahan hajuisia mukeja tai laseja saattoi löytyä mitä ihmeellisimmistä paikoista, kuten kylpyhuoneen sampoopullojen joukosta, isäni työhuoneen tulostimen takaa, saunan lauteilta tai pihalta leikkimökin terassilta. (N9)

Inhosta kirjoitetaan muutamassa kertomuksessa. Se on hieman lievempi kuin vihan ilmaiseminen. Inho kohdistuu nimenomaan humalaiseen vanhempaan tai tämän käyttäytymiseen. Inhoa tunnetaan sekä humalaista isää että äitiä kohtaan. Inho saattaa kohdistua myös alkoholinkäyttöön liittyviin esineisiin kuten likaisiin mukeihin tai lasihin, joita saattoi löytyä mitä erikoisemmista paikoista kotoa tai kotipihalta.

Painaudun peiton alle ja kuulen kun poliisit tulevat. Äiti sanoo molemmille, ettei tässä ole mitään

hätää. Olen yhä peiton alla ja toivon pääseväni poliisien mukaan. Joskus pääsinkin, muistan poliisiauton kovat penkit ja mietin miltä poliisikoirasta tuntuu olla takana häkissä. -- Peiton alta kuulen poliisien toteavan ”noniin, halatkaahan nyt”. Olin viisivuotias, mutta ymmärsin kyllä miten suunnattoman väärin poliisi toimi. Kaiken pelkoni seasta tajusin olla myös vihainen. (N6)

Kävin äidin ja mummon luona kylässä. Ikävöin heitä suunnattomasti, kun palasin takaisin [sijaisvanhempien] luo, vihastuin kun jouduin suremaan niin paljon. (N6)

Vihaa alkoholiongelmasta vanhempaa kohtaan ei suoraan kertonut tuntevansa yksikään (vrt. Takala & Roine 2013, 27). Eräs henkilö kertoo vihastuneensa poliisin toimintaan, kun lasta ei oltu viety turvaan, vaan hänet oli jätetty humalaisten vanhempien armoille. Hän kertoo myös vihastuneensa, koska joutui suremaan niin paljon.

Muut tunteet

Aineistossa mainitaan myös katkeruuden, pettymyksen ja syyllisyyden tunteet. Näistä tunteista on vähemmän mainintoja kuin muista edellä käsitellyistä tunteista.

18 –vuotiaana asuin opiskelijakämpässä ja sieltä käsin sitten koetin olla äitini tukena isäni kuoltua. Mutta se oli vaikeaa, koska olin niin katkera isälle. Syytin häntä myös äitini juomisesta. (N8)

Mutta ehkä niille hyvällekin muistoille löytyy tilaa joskus tulevaisuudessa, kun katkeruus alkaa helpottaa. (N9)

Katkeruuden tunne on ollut läsnä lapsuudessa, mutta vielä aikuisenakin saatetaan tuntea katkeruutta vanhemman alkoholiongelman varjossa elettyä lapsuutta kohtaan. Katkeruutta on tunnettu alkoholiongelmaisista vanhempien tai heidän käyttäytymistään kohtaan.

Eräs joulukuoli oli pettymys. Isä oli kinkkuvahtina ottanut liian monta kossuvissyä ja sammunut, kinkku oli uunissa niin kauan että jäljellä oli pieni vaivainen kuivettunut köntti. Ei ollut sinä jouluna kinkkua. (N2)

Tai siis joka kerta tuntui, että isän ryyppäämisen alku oli shokki. Olin joka kerta ehtinyt ajatella, että nyt sitä ei enää tapahtuisi. Ja sitten se kuitenkin tapahtui ja pettymys oli todella valtava. (N8)

Syyllisyys monista asioista, myös isän alkoholin käyttöön liittyen, helpotti. (N3)

Lukuisia kertoja juoksin pakoon, syyllistin itseäni kun jätin äidin pulaan, koetin parhaani mukaan pelastaa. (N6)

Pettymyksestä ja syyllisyydestä kirjoittaa kertomuksissa muutama henkilö. Pettymystä tunnetaan, kun vanhempi ratkeaa yhä uudestaan juomaan. Lapsi joutuu pettymään, kun vanhempi pettää lapselle antamansa lupaukset kerta toisensa jälkeen tai epäonnistuu jossain tärkeässä asiassa kuten joulukinkun paistossa. Lapsi on kokenut syyllisyyttä asioista, jotka eivät ole hänestä kiinni tai joille hän ei voi mitään. Lapsi voi tunkea syyllisyyttä esimerkiksi vanhemman alkoholikäytöstä tai äidin pulaan jättämisestä.

Aineistosta puuttuivat Itäpuiston (2008, 34–36) mainitsemista alkoholiongelmaisten vanhempien lapsille tyypillisistä tunteista viha ja epätoivo, joiden olisin odottanut esiintyvän kertomuksissa. Toki näitä tunteita on voitu tunkea, mutta niistä ei vain ole haluttu tai muistettu kertoa. Erityisesti vihan ilmausten puuttuminen yllätti minut. Vihan myöntäminen tuntuu olevan alkoholiongelmaisten vanhempien lapsille vaikeaa: se näyttää olevan jopa eräänlainen tabu. Kukapa haluaisi sanoa vihaavansa omaa isää tai äitiä? Kertomuksista löytyy muutama maininta esimerkiksi aggressiivisuudesta, joka on kohdistunut alkoholiongelmaiseen vanhempaan tai esimerkiksi perheen koiraan. Myös vihan pukeminen eri muotoon on mahdollista. Kirjoittaminen esimerkiksi inhosta voi olla keino ilmaista tunnettua vihaa. Vihaa voi lukea ilmenevän ikään kuin rivien välissä, mutta suoraan siitä ei kerrota. Sen sijaan, että tutkimushenkilöt kirjoittaisivat vihan kokemuksista, he kirjoittavat anteeksi antamisesta tai vanhemman hyvydestä.

Varsinaisesta epätoivosta ei kirjoita kukaan, vaikka monia kertomuksia lukiessani minut valtasi ahdistus ja epätoivo. Toisaalta ahdistuksesta ja pahasta olosta kirjoittaminen voidaan ymmärtää myös epätoivon kuvailuna. Myös tutkimusaiheeni lienee vaikuttanut kertomusten muotoutumiseen. Asioiden kaunistelua tai joidenkin asioiden kertomatta jättäminen on hyvin mahdollista. Muutamassa elämäkerrassa on lapsuus kuvattu hyvin synkäksi ja monien ongelmien värittämäksi, etten epäile, etteikö epätoivo olisi pilkahtanut mielessä.

5.3 Positiivisia kokemuksia

Olen saanut mielestäni kokea hyvän lapsuuden ja minulla on paljon ihania muistoja niistä ajoista. -- Alkoholit ei kuitenkaan koskaan tehnyt isästä huonoa isää; hän välitti meistä aina. Kyllä se oma isä on kuitenkin aina paras isä kaikesta huolimatta. (N5)

Niin. Ne hyvät ajat. Olihan sellaisiakin. Vanhempani osasivat olla hyviä vanhempia. He kannustivat ja tukivat minua koulun käynnissä, olivat kiinnostuneita koulumenestyksestäni. -- Isä oli urheilullinen ja kirjaviisas. Parhaimpia lapsuusmuistoja on hänen kanssaan hiihtäminen ja iltasatuhetket, kun hän vuoteeni vieressä lukee minulle kirjaa. Hän teki kaikki erilaiset äänet ja kuuntelukokemus oli hauska ja jännittävä. Äiti ei koskaan osannut lukea yhtä hyvin. Äiti oli hauska ja huumorintajuinen. Olihan isänikin, mutta varsinkin äidin naurua ja mustaa huumoria minulla on ikävä. Ja sitä, kun hän sanoo, että koulussa kiusaavista lapsista ei tarvitse välittää. Meillä oli aina ruokaa kaapissa, eikä minun tarvinnut olla nälässä. Niin, kaikki oli monella tapaa hyvin. Mutta sitten ei kuitenkaan. Sitten se taas alkoi. (N8)

Vanhemman alkoholiongelmasta ja siitä aiheutuneista haitoista huolimatta moni tutkimushenkilö kertoo elämänsä olleen tavallista ja onnellistakin. Aineiston perusteella näyttää siltä, ettei vanhemman alkoholiongelma estä niin sanotun hyvän lapsuuden elämistä. Yhtä tutkimushenkilöä lukuun ottamatta jokaisella oli ainakin yksi hyvä muisto lapsuudestaan. Useimmilla näitä muistoja oli enemmänkin. Kertomusten mukaan alkoholiongelmainen vanhempi voi olla lapsen mielestä hyvä vanhempi, vaikka nämä käsitteet voidaan nähdä toisilleen vastakkaisina (ks. Itäpuisto 2001, 51). Tavallinen arki ja hyvä vanhemmuus eivät tarkoita sitä, etteikö lapsi kärsisi vanhemman alkoholiongelmasta (Itäpuisto 2005, 83).

Isällä oli tapana viikonloppuisin lahjoa meidät lapset karkilla, suklaalla, sipsillä ja limsalla. (N3)

Sitten kuunneltiin vähän musiikkia ja isä tietenkin itki miten hieno pieni tyttö hänellä on ja huomenna ostetaan kyllä uusi mekko. Ja niin aina ostettiin. (N1)

Heistä [isästä ja äitipuolesta] tuli jopa paljon mukavampia ihmisiä kun he joivat. Viikonloppuisin lauloimme, tanssimme ja pelailimme yhdessä pelejä mökillä. (N10)

Kertomuksissa näyttäytyy lapsen näkökulmasta vanhemman alkoholiongelman positiivisempi puoli. Lapsi on esimerkiksi saanut vanhemmilta erilaisia herkkuja tai vanhempi

saattaa luvata ostaa lapselle jotain kivaa. Lapsi voi myös kokea, että vanhemmat ovat hausempia tai rennompia humalassa. Myös muiden tutkimusten (esim. Itäpuisto 2005, 31–32, 73; Takala & Roine 2013, 27) mukaan vanhemman alkoholiongelmiaan voi liittää positiivisia asioita. Vanhempien humaltuminen voi olla ”hauskaa” tai ”jännää vaihtelua” (Mt., 27). Se, miten positiivisina aineistossa mainittuja asioita voidaan pitää, on asia erikseen: onko esimerkiksi oikein, että vanhempi väärin tehtyään lahjoo lapset?

No ikä ja ymmärrys on opettanut erottamaan asioita ja näkemään, että ihminen voi saada myös vahvuutta, empatiakykyä ja inhimillisyyttä tällaisten kokemusten myötä. Luinpa kerran tutkimuksesta, että hyvillä johtajilla on aina joku henkilökohtaisessa elämässä tapahtunut kriisi taustalla. (N7)

Vaikka nykyinen arki tuokin eteensä suunnattomia haasteita ylämäkineen, tiedän että selviydyn niistä, sillä lapsuuteni on syövyttänyt minuun äärettömän taistelutahton. (N1)

Kerroin aiemmin, että minun piti aina kotona ollessani tunnustella, millä tuulella isä milloinkin on. Minusta tuli siinä aika hyvä, lähes mestari. Nykyään se on sekä siunaus että kirous. -- En osaa myöskään jättää toisten tunnetiloja huomioimatta esimerkiksi työpaikalla. Toisaalta joskus siitä on minulle apuakin, ihmiset kertovat minulle asioita, joita eivät välttämättä ole kertoneet kenellekään. Joskus osaan kysyä oikeaa asiaa oikealla hetkellä, koska vaisto kertoo, että kaikki ei ole kunnossa. (N3)

Aineiston perusteella vanhemman alkoholiongelmallakaan voidaan nähdä myönteisiä vaikutuksia henkilöiden luonteenpiirteisiin. Esimerkiksi sinnikkyys ja taistelutahto mainittiin kertomuksissa. Nämä luonteenpiirteet ovat tulleet esille myös tutkimuksissa (esim. Smith & Werner 2001). Määttä ja Uusitalo (2008, 8) huomauttavat, että ihmisen positiivisten voimavarojen vahvistaminen voi toimia eräänlaisena puskurina ongelmien paahemista vastaan.

Kuten edellä on käynyt ilmi, alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa eläneiden lasten lapsuudenkokemukset ovat hyvin erilaisia. Lapsuudenkokemuksista ei ole mahdollista päätellä, miten henkilön loppuelämä tulee menemään. Selviytyminen on kiinni hyvin monista eri tekijöistä, joita pyrin seuraavaksi hahmottelemaan.

6 SELVIYTYMINEN VANHEMMAN ALKOHOLIONGELMAN VARJOSTAMASTA LAPSUUDESTA

Ymmärrän selviytymisen Ayalonin (1995, 12) ja Itäpuiston (2001, 128) tavoin prosessina. Selviytyminen on toimintaa, jolla vähennetään tai poistetaan fyysistä tai psyykkistä uhkaa. Jotta voidaan tutkia selviytymistä, täytyy tietää mistä selviydytään (Itäpuisto 2001, 17). Tutkielmaan osallistuneiden henkilöiden lapsuuden kokemukset ovat olleet hyvin erilaisia. Toisilla on ollut hyvin rankkoja kokemuksia – toiset kertoivat eläneensä aivan normaalin lapsuuden vanhemman alkoholiongelmasta huolimatta. Tällöin selviytyminen ja käytetyt selviytymiskeinot voivat olla erilaisia.

Tässä tutkielmassa jaan selviytymisen kahteen osaan: selviytymiseen lapsena ja selviytymiseen aikuisena. Lapsuuden selviytyminen on akuuttiselviytymistä tai toisin sanoen kriisin aikaista selviytymistä. Tällöin on asuttu lapsuudenkodissa alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa. Aikuisena asutaan omassa kodissa, jolloin kyseessä on pitkäkestoinen selviytyminen tai niin sanottu kriisin jälkeinen selviytyminen. (vrt. Ayalon 1995, 14.)

Yleensä käytössä on useampia selviytymiskeinoja tai -tekijöitä. Holmilan (1997, 175–177) mukaan useiden eri keinojen kokeilu on tyypillistä. Jaan selviytymistekijät kolmeen luokkaan: 1.) henkilökohtaiset, 2.) sosiaaliset ja 3.) yhteisölliset selviytymistekijät. Henkilökohtaiset selviytymistekijät jakautuvat aktiivisiin ja passiivisiin selviytymistekijöihin. Aktiivisilla selviytymistekijöillä viitataan aktiiviseen toimintaan, jonka avulla henkilö on pyrkinyt selviytymään. Passiivisella tarkoitan aktiivisille selviytymistekijälle vastakkaisia toimintaa esimerkiksi asioiden tekemättä jättämistä. Sosiaaliset selviytymistekijät ovat ihmisten välisiä tai sosiaaliin suhteisiin perustuvia. Yhteisöllisillä selviytymistekijöillä tarkoitan yhteisön yksilölle tarjoamia palveluita. (ks., Ayalon, 14.)

Analyysikysymyksiä ovat seuraavat kysymykset:

Millaisia keinoja henkilöt ovat käyttäneet selviytyäkseen?

Mitkä ulkopuoliset tekijät ovat tukeneet selviytymistä?

6.1 Selviytyminen lapsena

Kaikki tutkimushenkilöt kertoivat vähintään yhdestä käyttämästään selviytymiskeinosta. Lapsena on käytetty useita eri keinoja, jotka osoittavat lasten kekseliäisyyttä. Lapsi ei ole jäänyt vanhemman alkoholiongelman uhriksi, vaan on pyrkinyt aktiivisesti selviytymään. Myös sosiaaliset suhteet ovat toimineet selviytymisen tukena. Itäpuiston (2001, 112) mukaan lapsena käytetyt selviytymiskeinot ovat usein epäsuoria, sillä lapsella ei ole aikuisen kaltaisia keinoja vastustaa tai kritisoida vanhempiaan.

6.1.1 Aktiiviset henkilökohtaiset selviytymistekijät

Vanhempien välttely ja paikalta pakeneminen

Kun vanhemmalla on alkoholiongelma, lapsi voi pyrkiä selviytymään välttelemällä vanhempiaan. Kun vanhempaa ei tarvitse kohdata, lapsi voi säästyä kohtaamisen tuomalta ahdistukselta ja pahalta ololta.

15-vuotiaana olin lopettanut puhumisen isän kanssa, sillä olin lopullisesti menettänyt toivoni hänen parantumiseensa. (N8)

Päivisin ei niinkään hätää ollut, kun sai leikkiä kavereiden kanssa ulkosalla. (N1)

Pakenin riitoja ja en halunnut kuunnella. Esitin nukkuvaa, vaikka huudot kuuluivat peiton läpi. -- Vierailut [isän luona] kuitenkin vähenivät, kun kuningas alkoholi astui kunnolla kuvioihin. (N5)

Kun vanhempani olivat humalassa, pyrin välttelemään kontaktia heidän kanssaan. Vietin siis suurimman osan talven viikonlopuista omassa huoneessani tietokoneella pelaten tai tv:tä katsellen. Kesällä olin heidän mukanaan mökillä ja sitten vähän vanhempana sain onneksi jäädä yksin kotiin. Kotona vietettyinä viikonloppuina tulin huoneestani ulos vain pakon edessä, eli käydäkseni vessassa tai hakeakseni ruokaa. Jos huomasin yhdenkin merkin siitä, että vanhempani ovat humalassa, en enää vilkaisutkaan heihin päin ja painuin mielenosoituksellisesti huoneeseeni enkä tullut ulos kun vasta he olivat menneet nukkumaan. (N9)

Kun tämä [isän ja äitipuolen juominen ja asioiden vuodattaminen] alkoi toistua viikonloppuisin, päätin etten halua olla siellä. Aloin viihtymään enemmän serkkuni luona. Hän oli lapsuudessani ollut minulle erittäin tärkeä ja hänestä tuli minulle nuoruudessani viikonloppujen pelastus. (N10)

Kertomusten mukaan lapsuudessa käytetyistä selviytymiskeinoista yleisin on alkoholiongelmaisen vanhemman välttely tai paikalta pakeneminen. Tähän on lapsena keksitty useita keinoja. Lapsena on vältelty vanhemmille puhumista. Päivisin on leikitty ulkona tai kavereiden luona. Lapsi on peittänyt korvansa peitolla, ettei vanhempien riitelyä olisi tarvinnut kuulla. Vanhempien eron jälkeen on vältelty alkoholiongelmaisen vanhemman luona vierailua. Iltaisin lapsi on vetäytynyt omiin oloihinsa omaan huoneeseen. Vanhempien välttely tai tilanteista etääntyminen ovat Itäpuiston (2001, 112) mukaan lapsille tyypillisiä epäsuoria selviytymiskeinoja. Vanhempana lapsi on saanut jäädä kotiin vanhempien lähtiessä viikonlopuksi mökille. Useampi tutkimushenkilö kirjoitti, että saattoi vanhempana lähteä oma-aloitteisesti kaverinsa tai sukulaistensa luo viikonloppuna. Mitä vanhemmaksi lapsi on kasvanut, sitä monipuolisempia keinoja hän on keksinyt välttelyä vanhempien kohtaamista (ks. Mt., 112–113). Aina vanhemman välttely ei kuitenkaan riitä, vaan lapsi voi joutua pakenemaan paikalta.

Mielessä pyöri joutuuko yöllä heräämään tappeluun, vai tuleeko joku repimään sängystä ylös kesken unien, jos vaikka joutuu hyppäämään ikkunasta karkuun, kuten silloin kerran. (N1)

Eräs muisto tuli mieleeni, kun aloin kirjoittaa tätä elämäkertaa. Olen ollut noin 6–8-vuotias, kun äiti lähti työpaikan risteilylle ja isä jäi yksinään meitä hoitamaan. Samalle päivälle sattui taloyhtiön pikkujoulut, joita juhlittiin joka vuosi yhteisellä kerhohuoneella. Muistan, että jossain vaiheessa iltaa isä alkoi olla todella humalassa. Näin hänet tanssittamassa naapurin naista ja jokin tilanteessa sai minut käskemään häntä napakasti lähtemään meidän lasten kanssa kotiin. Kotiin mentyämme isä sammui poikittain sänkyyn päiväpeiton päälle. Otin pikkuväljeni mukaan ja menin soittamaan naapurin ovikelloa, koska emme uskaltaneet jäädä kotiin. Muistan, kun naapurin rouva avasi oven ja minä itkin, että ”me ei voida olla kotona kun isi on niin kännissä”. Muistan jopa miltä ovi näytti silloin ja minkä värinen paita naapurin rouvalla oli päällä. En muista mitään ovikellon soiton jälkeen, taisimme jäädä naapuriin yöksi. (N3)

Aineistossa löytyy kertomuksia siitä, että joskus lapsen on ollut pakko paeta kotoa, kun tilanne on käynyt liian uhkaavaksi. Kotiin ei ole voitu jäädä. Kertomuksissa kirjoitetaan, kuinka lapsena on hypähty ikkunasta pakoon tai menty naapuriin yöksi, kun kotiin ei ole

uskallettu jäädä. Suomalainen klassikkokohtaus ”isä ajoi perheen hankeen” (ks. Itäpuisto 2001, 11) puuttuu aineistosta, mutta pakeneminen ei ole ollut lapsille vierasta.

Aloin pelkäämään nukkumaan menoa, ja nukuin siskoni huoneessa, johon hän oli hankkinut lukon oveen. (N10)

Kertomusten joukossa on osoitus lapsen kekseliäisyydestä. Lapsen sisko on nerokkaasti asentanut huoneensa oveen lukon, joka on tuonut turvan hänelle sekä siskolle. Näin on voitu välttyä ikäviltä tapahtumilta. Alkoholiongelmiaisten vanhempien lapset eivät ole jääneet neuvottomiksi, vaan on keksitty monia tapoja vältellä omia vanhempia.

Keskittyminen itselle tärkeisiin asioihin

Alkoholiongelmiaisen vanhemman välttelyn lisäksi lapsi voi keksiä itselleen erilaista tekemistä tai ohjelmaa. Näin saadaan muuta ajateltavaa, eikä jouduta tekemisiin vanhempien kanssa.

Yritin keskittyä muihin juttuihin kuten kouluun ja kavereihin. Suljin isän juomisen pois ajatuksista. (N5)

Teini-ikäisenä yritinkin aina viikonloppuisin keksiä jotain muuta tekemistä, jotta ei tarvinnut katsoa sammaltavaa isää olohuoneessa. Vietin viikonloppuillain paljon aikaa omassa huoneessani ja kuuntelin radiota. Tietyistä radio-ohjelmista tuli minulle tosi tärkeitä, koska niitä kuuntelemalla minun ei tarvinnut ajatella kännäämistä, joka oli menossa toisessa huoneessa. (N3)

Murkkukäisenä vietinkin aika paljon aikaa yksin omassa huoneessani tietokoneella istuen. (N9)

Olin lapsista vanhin ja yritin peittää muiden lasten korvia huudolta tai yritin keksiä kaikkea tekemistä, jotta riitaa ei huomattaisi. (N4)

Aineistosta ilmenee, että lapsi on pyrkinyt sulkemaan vanhempien juomisen pois mielestään keskittymällä muihin asioihin kuten koulun käyntiin ja kavereihin. Jollekin radion kuunteleminen tai tietokone on ollut merkittävässä roolissa. Tekemisen keksiminen itselle on keino unohtaa vanhemmat ja heidän tekemisensä hetkeksi. Samalla on voitu keskittyä itselle tärkeisiin asioihin. Lapsena on myös suojeltu muita lapsia vanhempien

juomisen aiheuttamilta haitoilta. Eräs tutkimushenkilö kertoo keksineensä muille tekemistä, ettei riitaa olisi huomattu.

En ehkä keskittynyt perheeseemme niin paljoa, koska olin aina suosittu kaveripiirissä, harrastimme kaikkea ja tapasimme toisiamme ystäväieni kanssa. (N7)

Harrastimme veljeni kanssa paljon urheilua ja vanhempamme olivat harrastuksissa tiiviisti mukana esimerkiksi valmentajana ja joukkueenjohtajana. (N4)

Osa tutkimushenkilöistä kertoo harrastusten olleen heille tärkeitä ja mukavaa vapaa-ajanvietettä. Harrastukset ovat antaneet lapsille mahdollisuuden viettää aikaa kodin ulkopuolella. Tosin vanhemmat ovat saattaneet olla mukana harrastuksissa. Aineistossa oli maininta siitä, vanhempien rahan puute on rajoittanut lapsen harrastusmahdollisuuksia. Lapsen harrastuksiin tai kyyditykseen ei ole ollut rahaa, kun kaikki vanhempien rahat ovat menneet alkoholiin ja tupakkaan kuten alla olevasta lainauksesta käy ilmi.

Se on ihan tolkuton rahamäärä, jonka vanhempani laittoivat viinaan ja punaiseen Marlboroon. Niihin oli rahaa aina. -- Harrastuksiin ja kyyttämissiin ei sitten rahaa oikein ollut. (M1)

Pyrkimys vaikuttaa vanhempiin

Mitä vanhemmaksi tulin, sitä enemmän koetin puhua asiasta: lahjoa, kieltää, kiristää ja uhkailla isää, että ”Ethän sitten enää koskaan juo, tai minä en puhu sinulle enää koskaan.” (N8)

Joskus itkin äidille, että miksi teidän täytyy isän kanssa olla aina humalassa? (N9)

Aineiston perusteella näyttää siltä, että alkoholiongelmaisten vanhempien lapset ovat pyrkineet vaikuttamaan vanhempien juomiseen monin eri tavoin. Kertomusten mukaan lapsena on toivottu, että vanhempi lopettaisi juomisen ja sitä on myös pyydetty vanhemmalta suoraan. Vanhempia on yritetty lahjoa, kieltää, kiristää ja uhkailla. Lapsi on pyrkinyt omat tunteensa näyttämällä vaikuttamaan vanhemman juomiseen. Itäpuiston (2005, 107) mukaan lapsi pyrkii rajoittamaan vanhemman juomista siinä kuitenkin harvemmin onnistumatta.

Lyöminen loppui siihen paikkaan kun ehkä 12-13-vuotiaana löin nyrkillä takaisin [äitiä] ja käsi-vartensa mustui. (M1)

Vanhemmiten aloin lyödä ja potkia isää hänen olleessaan kännissä. (N8)

Kertomuksista käy ilmi, että lapsena on käyttäytytty aggressiivisesti alkoholiongelmaisia vanhempia kohtaan. Joskus lapsi on itse turvautunut väkivaltaan tilanteen ratkaisemiseksi. Eräs tutkimushenkilö kertoo säännöllisemmästä väkivallasta, joka oli kohdistunut juovaan isään. Hän oli lyönyt ja potkinut isää. Aineistossani sekä poika että tyttö olivat käyttäneet fyysistä väkivaltaa juojaa kohtaan. Itäpuiston (2001) mukaan mitä vanhemmaksi lapsi kasvaa, sitä suurempia selviytymiskeinoja otetaan käyttöön. Hän toteaa poikien ottavan usein fyysisesti yhteen juojan kanssa. Hän näkee tässä olevan kyse vallasta, joka näyttää olevan keskeisessä asemassa poikien selviytymisessä. (Mt., 112, 119.) Lapsi sekä teoillaan että sanoillaan pyrkinyt ilmaisemaan vanhemmilleen, ettei hyväksy heidän juomistaan ja että haluaa vanhempien lopettavan juomisen.

Minusta tuli jokseenkin diplomaattinen sovittelija näihin aikoihin. [Siskon, isän ja äitipuolen] välille syntyi toisinaan kiistaa ja toimin näissä yleensä sovittelijana. (N10)

Jossain vaiheessa isä aina rauhottui, opin hyvin pienenä mitä isä haluaa kuulla, jotta rauhottuisi. Ensin piti vähän hellitellä, ja puhua aina äärettömän herttaisella ja rauhallisella äänellä. Kun isä alkoi leppymään, pystyi jo vähän topakammin selittämään, että "Ei äiti kestä jos vielä lyöt, katsos nyt isä, noin kovasti äitiin jo sattuu." (N1)

Minä menin sinne väliin ja yritin saada isää nukkumaan. (N8)

Tutkimushenkilöt kirjoittavat, että lapsena voidaan ottaa käyttöön lapselle kuulumattomia rooleja tai tehtäviä. Saatetaan esimerkiksi sovitella perheenjäsenten välisiä riitoja. Äitiä saatetaan suojella väkivallalta rauhoittelemalla humalaista isää. Humalaista vanhempaa on yritetty saada nukkumaan, jotta muut perheenjäsenet saisivat rauhan. Lapsi on pyrkinyt teoillaan vähentämään itselle ja muille koituvia kielteisiä seurauksia. Samalla hän on tukenut sekä omaa että myös muiden selviytymistä.

Ahdistuksen helpottaminen

Vaikka lapsi pyrkii monin keinoin välttelemään alkoholiongelmaisia vanhempiaan, ei hän useinkaan voi välttyä ahdistukselta ja pahalta ololta. Ahdistuksen helpottaminen ja samalla oman selviytymisen edistäminen voi tapahtua eri keinoin.

Siskoni ilmeisesti sietä vanhempieni juomista ja hän usein jouluisin istui vanhempieni seurassa tv:tä katsellen samalla kun minä mökötin tai itkin huoneessani. (N9)

Muistan kuinka monesti lukittauduin vessaan itkemään, kun pelkäsin huutamista. -- Niihin aikoihin aloin kirjoittamaan kokemuksistani ja tunteistani. Tämä oli minun tapani purkaa ahdinkoa ja surua, jota koin kun pelkäsin [sijaisäidin] puolesta. (N10)

Ahdistuneisuuteni kotitilanteesta purkautui usein aggressiivisuutena koiria kohtaan. (N8)

Aineiston mukaan pahaa oloa on pyritty lapsena helpottamaan lähinnä itkemällä. Eräs tutkimushenkilö kertoo pyrkineensä helpottamaan oloaan kirjoittamalla ylös omia kokemuksiaan ja tunteitaan. Pahaa oloa on purettu ulkopuolisiin syyttömiin osapuoliin, jolloin perheen lemmikki on joutunut kärsimään. Itkeminen, tunteista kirjoittaminen tai aggressiivinen käyttäytyminen voivat helpottaa oloa, jolloin olo paranee ainakin hetkellisesti.

Ensimmäisen tietoisien kännin vedin 8-vuotiaana kaljoilla kun vanhemmat olivat sammuneet ja veli vähän yllytti. En pysynyt tolpillani, kaatuilin mutta jätti kiinnostavan ja vahvan kokemuksen. -- Myöhemmin pölliskelin vähän kaljaa tai viinoja. Kiihtyvästi säännöllinen oma juominen alkoi 14-vuotiaana, 8-luokalla kun olin ja luokkakaverit ryyppäsivät myös olutta ja kiljua. (M1)

Aloitin juomaan teninä, silloinkin kaveriporukassa otettiin omena- tai kotiviiniä kotibileissä tai discoa varten. (N2)

Sinä keväänä kokeilin myös itse ensimmäisen kerran alkoholia. Luulen, että se johtui oman entisen arvomaailmani murentumisesta ja sosiaalisesta paineesta. (N10)

Serkkuni ja hänen kaverinsa käyttivät salaa alkoholia ja seikkailivat kylillä. Alkuun en juonu itse ollenkaan. Olin porukassa "se absolutisti", joka piti saada juomaan ja niinhän lopulta kävi. Ironista, että karteltuani kahta juoppoa, aloin itse juomaan viikonloppuisin. Alkoholin käyttöni ei

kuitenkaan ollut kohtuutonta. Olin aina porukasta se, joka hoiti muut kotiin ja piti hiuksista kiinni, kun joku oksensi. Tämä elämäntyylini jatkui yläasteen ajan. (N10)

Moni tutkimushenkilö kirjoittaa alkoholinkäyttönsä alkaneen nuorena. Alkoholista on juotu jonkun yllyttämänä tai diskoa varten. Eräs kertoi oman arvomaailman murenemisen vaikuttaneen alkoholin kokeilemiseen. Alkoholista juomalla saatetaan yrittää unohtaa omat huolet tai helpottaa omaa pahaa oloa. Alkoholista kokeileminen ja -käyttö voidaan nähdä eräänlaisina selviytymiskeinoina. Myös Ackerman (1991, 43) toteaa, että alkoholinkäyttö voi olla pakokeino todellisuudesta.

Vanhempani eivät edes huomanneet, että minulla on syömishäiriö. En tiedä oliko se huomion hakemista vai ahdistuksen tai kaaoksen hallintayritys. Huomiota en ainakaan saanut. (N3)

Minulle on kerrottu, että minulla oli syömishäiriötä nuorena. Tästä en tosin itse muista mitään. (N10)

Aineiston mukaan lapsena tai nuorena on sairastuttu syömishäiriöön tai syömisessä on ilmennyt ongelmia. Tutkimushenkilö epäilee syömishäiriön olleen huomion hakemista tai ahdistuksen hallintayritys. Toinen ei itse muista syömishäiriötään, vaan siitä on kerrottu hänelle. Lapsi ei pysty hallitsemaan vanhemman alkoholinkäyttöä, mutta omaa syömistään hän pystyy hallitsemaan. Syömishäiriö voi tuoda henkilölle hallinnantunnetta omasta elämästään. Savukosken (2008a) mukaan traumaattiset kokemukset kuten vanhempien alkoholiongelma, läheisen kuolema tai väkivallan kokeminen voivat laukaista syömishäiriön. Syömishäiriö voi olla esimerkiksi yritys saada huomiota. (Mt., 79, 101–102.)

6.1.2 Passiiviset henkilökohtaiset selviytymistekijät

Ongelmista vaikeneminen

Lapsena ei aina haluta puhua omista tunteista tai kokemuksista ulkopuolisille. Niistä vain vaietaan tai ne salataan tietoisesti.

Miten en koskaan itse hermostunut isälle tai koskaan huutanut edes isompanakaan hälle päin naamaa, että on huono ihminen ja isä? Miten lapsi voi rakastaa tuollaista hirviötä niin paljon? Varmastikin pelko reaktiosta sen jälkeen sai minut hiljenemään. (N1)

Vaikka tilanne [äidin] luona minulle hankala, en koskaan kertonut kenellekään kokemuksistani viikonloppuisin. (N10)

Vaikka lapsena on pyritty toimimaan aktiivisesti ja puuttumaan vanhempien juomiseen ja muuhun käyttäytymiseen, myös eräänlainen voimattomuus huokuu aineistosta. Kertomusten mukaan lapsena ei ole uskallettu sanoa vanhemmille vastaan, vaan asioista on mieluummin vaiettu, koska on pelätty vanhemman reaktiota kuten suuttumista tai väkivaltaa. Vaikenemalla on suojauduttu mahdollisilta ei toivottavilta seurauksilta. Myös Itäpuisto (2003, 47) kirjoittaa, että lapsi pyrkii rauhoittamaan tilanteen esimerkiksi olemalla hiljaa tai olemalla ärsyttämättä vanhempaa millään lailla.

Minäkin olen herkkä, mutta olen aika hyvä sen salaamaan. Pystyn esittämään uskottavasti, että kaikki on hyvin, vaikka kaikki menisi valonnopeudella päin mäntyä. (N3)

Kielsin itseäni itkemästä, sillä vain heikot tekevät niin. (N8)

Muistan, miten isä oli ennen eroa itsetuhoisen ja uhkali itsemurhalla, itki minulle asioitaan jne. Se tuntui oudolta, kun ei meillä nyt itketty julkisesti yleensä. -- Koin elämässäni kuitenkin, että minun oli vaikeaa näyttää itkuja, surua tai kertoa murheistani. Minun on vieläkin vaikeaa itkeä muiden nähden ja varsinkaan äidin/sukulaisteni nähden. (N7)

Kertomuksista käy ilmi, että omien tunteiden salaaminen ja rohkean esittäminen ovat olleet joillekin tärkeitä selviytymiskeinoja. Itsestä ei ole haluttu antaa heikon ihmisen kuvaa. On haluttu pitää yllä vaikutelmaa, että kaikki on hyvin. Lapsena opittu malli vanhempien alkoholiongelmien salaamisesta ja kulissien ylläpidosta lienee yhteydessä siihen, ettei omista ongelmista tai tunteista ole myöhemminkään osattu tai haluttu puhua ääneen. Asioista puhuminen ja tunteiden näyttäminen voi olla vaikeaa, jos siihen ei ole saatu mallia kotoa. Larsen kumppaneineen (2006, 225) toteavat, että tunteiden salaaminen tai tukahduttaminen voi auttaa selviytymään. Pidempään jatkuvana keinona se ei välttämättä toimi, vaan on opittava myös puhumaan tunteistaan.

Sopeutuminen

Lapsi pitää normaalina omien vanhempiensa antamaa mallia, koska ei tiedä muusta. Omaa perhettä pidetään tavallisena sekä omia vanhempia ja heidän käyttäytymistään normaalina. Lapsi ikään kuin sopeutuu kotona vallitsevaan tilanteeseen.

He [isä ja äitipuoli] saattoivat huojua ja mongerrella, mutta en muista, että olisin koskaan pelännyt heitä - olinhan tottunut humaltuneisiin aikuisiin jo hyvin nuorena. Osasin tietysti olla varautunut. Aivan varhaisesta lapsuudesta muistot ovat kovin hataria, mutta muistan kuitenkin että olen "jotenkin vain oppinut olemaan" juopuneiden seurassa ja tunnistavaan niin sanotut vaaran merkit. (N10)

Koska en muusta tiennyt, pidin juomista normaalina, vaikka en siitä pitänytkään. Ongelman olemassaolon ymmärtäminen tapahtui paljon myöhemmin, ehkä siinä vaiheessa kun olin jo muuttanut pois kotoa. Toki minulla aiemmin varmasti oli ollut jo alitajuisesti tieto siitä, että kaikki ei ole kohdallaan. (N3)

Olen huomannut vanhempieni alkoholin käytön ehkä noin viisi vuotta sitten. Sitä on erittäin paha arvioida, koska sitä on ollut aina, mutta en ole halunnut myöntää sitä itselleni. (N4)

Ymmärsin pian eron lapsuudenkodin ja sijaisperheen välillä. Ymmärsin, että lapsuuteni ja perheoloni olivat muiden lasten koteihin verrattuna kovin erilaiset, mutten koskaan ole hävennyt taustaani. Minulle on annettu sellainen koti kuin olen saanut, eikä siihen minulla ole koskaan ollut mahdollisuutta vaikuttaa. (N6)

Kertomuksista käy ilmi, että osa tutkimushenkilöistä on lapsuudessaan tottunut juoviin vanhempiin ja heidän kanssaan on opittu elämään. Joissain tapauksissa vanhempien juomista ei ole pidetty kummallisena vaan päinvastoin normaalina. Lapsena ei ole ymmärretty oman perheen olevan poikkeuksellinen, sillä ei ole nähty mallia perheestä, jossa vanhemmilla ei ole alkoholiongelmia. Vanhempien alkoholiongelmiin tunnistaminen voi olla lapsena vaikeaa ja se voi tapahtua vasta myöhemmällä ikää, kun kotoa on jo muutettu pois. Eräästä kertomuksesta ilmenee, että lapsi on hyvin mukautuvainen ja oppii tulemaan toimeen sellaisissa olosuhteissa, jotka hänelle on annettu. Tässä tulee esiin lapsen voimattomuus vaikuttaa omaan tilanteeseensa. Hänen on ollut ikään kuin

pakko selviytyä vallitsevissa olosuhteissa. Itäpuisto (2001, 112) toteaa tilanteeseen sopeutumisen olevan useimmiten välttämätöntä, sillä lapsi ei pääse kotoa pois.

6.1.3 Sosiaaliset selviytymistekijät

Sosiaaliset suhteet

Henkilökohtaisten selviytymistekijöiden lisäksi aineistossa kirjoitetaan erilaisista sosiaalisista selviytymistekijöistä. Sosiaaliset suhteet ovat voimavara, jota ei voi väheksyä. Omat vanhemmat ovat lapselle pitkään kaikkein tärkeimmät ihmiset, mutta myös lapsen sosiaaliset suhteet kavereihin ja esimerkiksi sukulaisiin ovat tärkeitä. Pitkään jatkuva yksinäisyys ei tee kenellekään hyvää.

Äiti oli aina minulle se vahva, hyvä vanhempi. Paitsi sitten isän kuoleman jälkeen, jolloin äiti ei enää jaksanut yrittää. (N8)

Hän [isä] oli minulle turvallinen aikuinen, vaikka minä pelkäsin huutoa. Pelkään vieläkin. Isä sanoi minulle aina, että olin kiltti lapsi ja olin todella iloinen, leikkisä ja vilpitön. (N10)

Minulla ja siskoillani on suuri ikäero. Ikäero keskimmäiseen siskoon on 8 vuotta ja vanhimpaan 12 vuotta. Ikäerosta huolimatta meillä on ollut aina läheiset välit, lapsuuden kahinoista huolimatta. -- Parasta oli, kun koko perhe oli ympärillä. (N5)

Heillä [sijaisvanhemmilla] oli kolme omaa lasta ja jo silloin yksi sijaislapsi. Heistä tuli minulle oikea perhe. Tietenkin muitakin lapsia oli, heitä tuli ja meni. Kaikista tuli minulle todella rakkaita. -- Aloin kutsua [sijaisäitiä] äidiksi, koska en muistanut hänen nimeään. Tämä on mielestäni nykyisin hieman hauskaa, mutta hänestä tuli minulle aivan oikea äiti. (N10)

Olin pienessä n. 30 oppilaan kyläkoulussa, jossa oli vain kaksi opettajaa. Molemmat olivat minulle hyvin tärkeitä roolimalleja ja turvallisia aikuisia. -- Minulla oli aika hyvä sosiaalinen verkosto lukioaikana. (N10)

Aineistosta käy ilmi, että alkoholiongelmaisten vanhempien lapsilla on ollut paljon tärkeitä ihmissuhteita elämässään. Oman perheen ja vanhempien merkitys on lapselle suuri, vaikka vanhemmilla olisikin ollut alkoholiongelmia. Monessa tarinassa korostui eri-

tyisesti äidin merkitys, vaikka hänellä olisikin ollut ongelmia alkoholinkäytössä. Kertomuksissa mainitaan monia itselle tärkeitä ihmisiä kuten sisarukset, kaverit, sijaisvanhemmat, sijaissisarukset ja opettajat. Marttusen (2005, 5) mukaan hyvä suhde edes toiseen vanhempaan tai muuhun läheiseen voi toimia eräänlaisena suojaavana tekijänä, joka edistää lapsen selviytymistä. Sosiaaliset suhteet tai esimerkiksi harrastukset ovat esimerkkejä suojaavista tekijöistä. Jos lapsella on edes yksi turvallinen aikuinen elämässään, voi se olla avain selviytymiseen. (Smithin & Wernerin 2001, 58; ks. Itäpuisto 2001, 119.)

Puhuminen

Ensimmäisiä muistojani alkoholismista on oikeastaan se, kun istun rakkaan ystäväni kanssa (olimme arviolta 4-vuotiaita) pensaan takana kerrostalomme pihamaalla. Keskustelemme hiljaisella äänellä, hän äidistään ja minä isästäni. Puhumme, että se on salaisuus, että oikeastaan en saisi puhua tästä, mutta että kuitenkin... niin, isä juo. Paljon. Siihen ystäväni toteaa, että myös hänen äitinsä juo, mutta että siitä ei saisi puhua. (N8)

Puhuin paljon, kerroin [sijaisäidille] muistojani, ilmoitin koulussa opettajalle että lähdän ihan kohta takaisin kotiin äidin luo. -- Myöhemmin opi puhumaan myös äitini ja mummoni kanssa – käymään läpi asioita ja kysymään. (N6)

Olen edellä todennut vanhemman alkoholiongelman olevan eräänlainen perhesalaisuus, josta ei saisi ulkopuolisille puhua. Kertomuksista käy ilmi, että lapsena on kerrottu omista kokemuksista esimerkiksi kavereille tai sijaisäidille. Eräs tutkimushenkilö on noin neljävuotiaana kertonut isänsä juomisesta kaverilleen, joka on tähän todennut myös oman äitinsä juovan. Molemmat lapset ovat tienneet, ettei asiasta saisi puhua ulkopuolisille. Kun mieltävaivaavista asioista kerrotaan muille, oma olo helpottuu ja samalla edistetään selviytymistä. Itäpuisto (2003, 48) toteaa ystäville tai muille läheisille puhumisen olen toimiva selviytymiskeino.

Ihmisten antama apu

Muistan myös, kuinka äiti otti minut ja veljeni toisinaan autoon ja lähdimme ajelemaan keskellä yötä. Ajelimme pitkin poikin sen aikaa, kun äiti uskoi, että isä oli rauhoittunut. (N4)

Silloin tappelut eivät näytelleet isointa osaa, mutta eräänkin joulun muistan vuodelta '88 kun naapurin vanhempi rouva tuli hakemaan minut luokseen aattona, kun meiltä niin kova mekkala kuului. -- Seuraavana aamuna rouva antoi minulle aamupalaa ja ojensi samalla riipuksen jossa oli pienistä kivistä tehty risti. Rouva, jonka nimeä en ikävä kyllä millään enää muista sanoi sen olevan turvana minulle aina. Enpä osannut sitä arvostaa silloin, mutta näin monien vuosien jälkeen se tuntuu uskomattomalta rakkaudenteolta lähimmäistä kohtaan. (N1)

Samalla hän [äiti] pyysi minua hakemaan apua ja monet, liian monet kerrat olen juossut milloin mihinkin soittamaan poliiseja. -- toivon pääseväni poliisien mukaan. Joskus pääsinkin, muistan poliisiauton kovat penkit ja mietin miltä poliisikoirasta tuntuu olla takana häkissä. (N6)

[Sijaisvanhemmat] opettivat minua elämään. Käsittelemään lapsuudenkodin tapahtumia aina uudelleen ja uudelleen, rikkoivat uskoni äidin lupauksiin ja nostivat minut takaisin jaloilleni. Ikävöin ja olin katkerakin, mutten koskaan tunteideni kanssa yksin. (N6)

Kertomusten mukaan lapsena on saatu konkreettista apua eri ihmisiltä. Näitä ihmisiä ovat olleet esimerkiksi oma äiti, sisarukset, poliisi, naapuri tai sijaisvanhemmat. Lapsuudessa on ollut tilanteita, jolloin ei ole voitu jäädä kotiin. Tällöin äiti on ottanut lapset autoon ja lähtenyt ajelemaan heidän kanssaan tai naapurin rouva on hakenut lapsen luokseen turvaan. Myös poliisin antama apu mainitaan, vaikka lasta ei ole joka kerta vietykään turvaan, vaan hänet on jätetty kotiin humalaisten vanhempien kanssa.

Alkoholiongelmiaisten vanhempien lapset joutuvat selviämään paljon yksin, mutta aiheiston mukaan he ovat saaneet tukea selviytymiseensä myös muilta. Muiden ihmisten antama apu on mahdollistanut sen, ettei lapsi ole joutunut jäämään kotiin humalaisten vanhempien armoille. Kertomuksista huokuu äärimmäinen lähimmäisen rakkaus.

6.2 Elämän käännekohtia

Monessa kertomuksessa on löydettävissä eräänlainen elämän käännekohta, joka on useimmiten liittynyt alkoholiongelmiaisista vanhemmista eroon pääsemiseen. Vanhemmista eroon pääseminen voi tapahtua monella tapaa: vanhempien eron, raitistumisen, vanhemman kuoleman, kotoa poismuuton tai huostaanoton seurauksena. Itäpuisto (2001) toteaa, että eroon pääseminen juovasta vanhemmasta on usein merkittävä elämän

käännekohta. Hänen tutkimuksessaan vanhemmista eroon pääsy nähtiin jopa tärkeimmäksi asiaksi omassa selviytymisessä. (Mt., 113.)

Juomisen takia vanhempanikin lopulta erosivat. Äidin ja minun muuttoomme jälkeen isä halusi muuttua. Isä suri kuitenkin äidin poislähtöä. Surussa oli mukana alkoholi. -- Aluksi vierailinkin paljon isän luona, olihan siellä rennompaa kavereiden kanssa kuin äidin luona. Vierailut kuitenkin vähenivät, kun kuningas alkoholi astui kunnolla kuvioihin. (N5)

Lapsi voi päästä alkoholiongelmaisesta vanhemmasta eroon vanhempien eron myötä, mikäli lapsi pääsee asumaan juomattoman vanhemman luokse. Tällöin lapsi saa itse valita vieraileeko alkoholiongelmaisen vanhemman luona vai ei. Eräs tutkimushenkilö kertoo vanhempiensa erosta ja omasta muutostaan äitinsä luokse. Ackermanin (1991, 43–44) mukaan kasvaminen juomattoman yksinhuoltajan kanssa voi olla parempi vaihtoehto kuin molempien vanhempien kanssa, joista toisella on alkoholiongelma.

Isän viimeisimpään elinvuoteen kuului uuden naisystävän löytyminen ja raitistuminen sen myötä. Viiden kuukauden raitistumisen jälkeen isä kuoli aivoverenvuotoon, aivan yllättäen. (N5)

Siihen [isän kuolemaan] loppui viimein myös se äidin juominen. (M1)

-- keskustelusta ehkä oli jotain hyötyäkin, sillä 25.1. ollessani vanhempieni luona lauantaina, isäni ei juonut koko päivänä ja hän kävi illalla heittäessä minut linja-autoasemalle. Se oli minusta aikas hienoa. (N9)

Isäni kuoli alkoholin käytön seurauksena viikko sen jälkeen, kun olin täyttänyt 18. Äitini kuoli puolitousta vuotta tämän jälkeen maksakirroosiin. (N8)

Aineistosta käy ilmi, että alkoholiongelmaisesta vanhemmasta on päästy eroon tämän raitistumisen myötä. Kaksi tutkimushenkilöä kertoo vanhemman raitistuneen. Vanhemman raitistuminen olisi ihanteellinen tilanne, mutta se on harvinaista (Itäpuisto 2001, 115). Muutamasta kertomuksesta käy ilmi, että vanhempi on vähentänyt juomistaan, mikä on nähty erittäin positiivisena asiana. Eroon pääseminen alkoholiongelmaisesta vanhemmasta voi tapahtua myös surullisella tavalla, sillä monet tutkimushenkilöistä ovat menettäneet alkoholiongelmaisen vanhempansa.

Muuttaminen pois kotoa

Kotoa muuttaminen omaan asuntoon on iso askel nuoren elämässä. Muuttamisen merkitys on sitäkin suurempi, jos vanhemmalla on alkoholiongelma.

Minulla oli kiire päästä muuttamaan kotoa pois. Olisin halunnut pois jo 16-vuotiaana, mutta se ei ollut taloudellisista syistä mahdollista. Sain 19-vuotiaana työpaikan ja etsin itselleni saman tien asunnon. (N3)

Olin muuttanut 17-vuotiaana pois vanhempieni kodista, sillä en enää kestänyt sitä menoa. (N8)

Tämä elämäntyylä ei kuitenkaan ollut mukavaa. Yhdeksännellä luokalla päätin, että haluan muuttaa pois koko [kotikaupungista], pois sukulaisten luota - eroon [äidistä, äitipuolesta] ja muista inhottavista ihmisistä. (N10)

Asun 300 kilometrin päässä vanhemmistani ja se on tietoinen valinta. Elämäni on paljon helpompaa, kun en ole heidän "vaikutuspiirissään". (N3)

Kertomusten mukaan alkoholiongelmaisista vanhemmista eroon pääseminen tapahtuu viimeistään muuttamalla pois kotoa. Monilla tutkimushenkilöillä on ollut kiire muuttaa pois, sillä ei ole jaksettu katsella vanhempien menoa. Kaikille ei ole riittänyt vain kotoa poismuuttaminen, vaan on haluttu muuttaa kokonaan uuteen kaupunkiin: pois inhottavien ihmisten luota. Irtautuminen lapsuudenkodista ja juovien vanhempien luota muuttaminen on ollut henkilöiden oma päätös ja samalla myös aktiivinen keino edistää omaa selviytymistään. Eräs tutkimushenkilö kertoo elämänsä olevan paljon helpompaa, kun ei ole enää niin sanotusti vanhempien vaikutuspiirissä.

Huostaanotto

Huostaanotto nähdään usein negatiivisena asiana, kun lapsi erotetaan vanhemmistaan. Kun tilannetta tarkastellaan alkoholiongelmaisten vanhempien lasten kannalta, voi mielipide olla hyvin päinvastainen. Huostaanotolle on tällöin hyvät perusteet.

Meidät huostaanotettiin vuonna 1991 äitini pyynnöstä. Fiksuin liike siltä naiselta koskaan. Elämä lastenkodissa oli ihanan turvallista ja rauhallista. Voinkin rehellisesti sanoa lapsuuteni alkaneen

yhdeksänvuotiaana, kun laitokseen pääsin. Lastenkoti oli lämmin ja kodinomainen ja pidän sinne vieläkin yhteyttä. (N1)

-- riitaviikonloppujen jatkuessa pakkasin reppuni ja kävelin mummolaan. Kilometritolkulla, jolloin [kaupungin] lastensuojelu heräsi tilanteeseen ja teki ensimmäisen huostaanottopäätöksen. Minut sijoitettiin ensimmäiseen sijaiskotiin enkä minä ymmärtänyt mistään yhtään mitään. (N6)

Mummolaan kerran paettuamme, eräänä keskiviikko-iltana, äiti katsoi muualle ja sanoi että huomenna sinä Ronja [nimi muutettu] pääset uuteen kotiin [toinen huostaanottopäätös]. (N6)

Sittemmin olen kuullut, että [äiti] keksi melko hurjia ja osin perättömiä juttuja [isästä], joiden vuoksi meidät huostaanotettiin. Alkuun saimme asua [äidin] luona. -- Minulle kerrottiin vanhempien, että poliisit ja sosiaalityöntekijät hakivat meidän pois isän luota. Meidät vietiin perhekeskukseen [kaupungin osa]. -- Lopulta minulle ja siskolleni löytyi sijaisperhe. Vanhempi siskoni muutti [kaupunkiin]. Siitä alkoi elämäni paras aika. (N10)

Kertomuksista käy ilmi, että kaikille huostaan otetuille tutkimushenkilöille huostaanotolla on ollut käännteentekevä vaikutus heidän elämälleen. Huostaanotto on tapahtunut joko vanhemman toiveesta tai sosiaaliviranomaisten päätöksestä. Eräs tutkimushenkilö on pitänyt äidin tekemää päätöstä antaa lapset huostaan otettaviksi parhaana tämän tekemänä päätöksenä. Toisessa tapauksessa lastensuojelu on herännyt tilanteeseen vasta, kun lapsi on useaan kertaan lähtenyt kotoa karkuun ja kävellyt kilometrien matkan mummolaan. Huostaanotto on voinut tapahtua myös väärän ilmiannon perusteella. Kaikkien huostaan otettujen mielestä huostaanotto on ollut jälkikäteen ajateltuna oikea päätös, jonka ansiosta he ovat päässeet elämään niin sanottua normaalia lapsen elämää. Sijaisvanhempien ja lastenkodin henkilökunnan merkitys lapselle ja tämän tulevaisuudelle on kertomusten mukaan ollut merkittävä.

Vaikka juovasta vanhemmasta on päästy eroon, se ei silti tarkoita, että selviytyminen tapahtuisi kuin itsestään. Selviytymisen eteen täytyy tehdä töitä usein vielä aikuisenakin.

6.3 Selviytyminen aikuisena

Kotoa poismuuttaminen on eräänlainen vedenjakajana lapsuuden ja aikuisuuden välillä. Omaan kotiin muuttaminen – pois vanhempien vaikutuspiiristä – on ollut monille vanhempien alkoholiongelmista kärsineille lapsille merkittävä selviytymistä edistävä tekijä. Aikuisena käytetyt selviytymiskeinot ovat osaltaan samoja kuin lapsuudessa, mutta ne saavat erilaisia muotoja. Aikuisena otetaan käyttöön myös monia uusia selviytymiskeinoja.

6.3.1 Aktiiviset henkilökohtaiset selviytymistekijät

Elämänasenne ja persoonallisuus

Lienee selvää, että oma elämänasenne ja persoonallisuus vaikuttaa siihen, millaista elämä tulee olemaan. Jos nämä asiat ovat kohdallaan, voidaan selviytyä monista vastoinkäymisistä.

Torsti Lehtinen kysyi joskus että mitä ette mistään hinnasta muuttaisi itsessänne? Mietin, ja totesin että tätä ihmisen muuttumisen vapautta. Ei ole pakko jäädä vangiksi mihinkään. Tietynlainen konkreettisen vapauden kaipuu on eräs aaasinporkkana jota varmasti omassa elämässäni tulen seuraamaan loppuun saakka. (M1)

Toisaalta välillä mietin, että jos tuosta ajasta [isän kuolema] selvisin, selviän mistä vaan. (N7)

On kaikista tärkeintä, että selvisin. Olen onnellinen nyt, kun minulla on luotto siihen, että myös tulevaisuudessa selviän. Vastaa tulee vielä paljon, hyvää ja huonoa, mutta kaikista tärkeintä on oma uskoni selviämiseen. (N6)

Tärkeintä on seurata omia tavoitteitaan ja arvojaan, sekä elää omien tapojensa ja unelmiensa mukaan. (N10)

Kertomusten mukaan monille lapsena vanhemman alkoholiongelman varjossa eläneelle on kehittynyt sellainen elämänasenne, joka on ollut omiaan edistämään selviytymistä. Eräs tutkimushenkilö kirjoittaa, ettei ihmisen ”...ole pakko jäädä vangiksi mihinkään”.

Tämä on hyvin oivallettu. Jokainen voi vaikuttaa omaan elämäänsä tekemillään valinnoilla. Tutkimushenkilöt ovat kohdanneet monia vastoinkäymisiä, mutta he ovat päättäneet selviytyä. Moni korostaakin sen merkitystä, että itse uskoo selviytyvänsä. Omien tavoitteiden ja unelmien seuraamista pidetään tärkeänä. Kertomuksista huokuu äärimäinen taistelutahto. Itäpuiston (2001) mukaan oma asenne voi olla avain selviytymiseen. Henkilön täytyy päättää, että tästä selviydytään, oli tilanne mikä hyvänsä. (Mt., 128.) Myös Frankl (2002, 100) on sitä mieltä, että oma asenne ja suhtautumistapa elämää kohtaan voivat auttaa selviytymään.

Vaikka nykyinen arki tuokin eteensä suunattomia haasteita ylämäkineen, tiedän että selviydyn niistä, sillä lapsuuteni on syövyttänyt minuun äärettömän taistelutahdon. Vaikka toisinaan tässä myllerryksessä tuntuu että voimat eivät riittäisikään enää yhteenkään iskuun kädestä suuhun elämisen viidakossa, periksiantamattomuus puskee minua eteenpäin väkisin. (N1)

Myös se, että olen hakenut apua ja luonteenlaatuni sisukkuus mustaa huumoria unohtamatta, on ollut osa selviytymiskeinojani. (N8)

En koskaan tiennyt olevani näinkin vahva. (N5)

Aineistossa kirjoitetaan periksiantamattomuudesta ja sisukkuudesta, jotka ovat puskeet henkilöitä eteenpäin. Tutkimushenkilöt kirjoittavat vahvuudestaan, jota eivät ole välttämättä edes tienneet olevan olemassa. Nämä persoonallisuuspiirteet ovat auttaneet ja edistäneet selviytymistä. Carverin ja Scheierin (2006) mukaan sitkeys on tärkeä ihmisen vahvuus ja selviytymistä edistävä tekijä. Ihmisen luonteenpiirteenä sitkeys on sitoutumista tavoitteisiin ja luottamista niiden toteutumiseen. (Mt., 96.)

Vanhempien välttely

Alkoholiongelmiaisten vanhempien välttely on aineiston mukaan yleisin lapsena käytetyistä selviytymiskeinoista. Vielä aikuisenakin se voi olla toimiva selviytymiskeino.

Olen asunut [kaupungissa] nyt yli neljä vuotta ja koko tämän ajan olen melko tiiviisti käynyt vanhempieni luona [kaupungin] lähellä. Tahtiin tuli pieniä muutoksia viime syksynä, kun aloin tiedostaa, miten paljon pahaa mieltä ja pettymystä siellä käyminen aiheuttaa. (N9)

Olen erittäin katkera isälleni, minulla ei ole enää mitään sanottavaa hänelle. (N2)

Odottaessani esikoistani v. 2008 isä oli taas työttömänä ja harrasti päiväkannejä. Hän soitteli minulle usein ja aina humalassa. Puhelut ahdistivat niin paljon, että lopulta en enää uskaltanut vastata. Edelleenkin en uskalla soittaa hänelle, koska mietin aina, onko hän selvin päin. En tiedä miksi en vain sanonut, että minulle ei tarvitse kännissä soitella. En pystynyt ja minua jotenkin hävettää oma heikkouteni. (N3)

Se että päätin olla pitämättä yhteyttä vanhempiini oli myös eräänlainen suojakeino. -- En ole missään vaiheessa katkaissut välejäni kehenkään. En vain ole aina pitänyt yhteyttä. Siitä huolimatta olen aina vastannut puhelimeen, tai soittanut takaisin. -- Elin samalla poliitikalla kuin aiemminkin, eli en ottanut yhteyttä sisaruksiini, [äitiini] tai [äitipuoleen], jos he eivät ota yhteyttä. Tämä pesäero auttoi oman elämän saamisessa raiteilleen. (N10)

Kertomusten mukaan alkoholiongelmiaisten vanhempien välttely on myös aikuisena keskeinen selviytymiskeino. Aikuisena vanhempien vältteleminen on helpompaa, koska enää ei asuta lapsuudenkodissa. Vanhempien luona vierailua saatetaan välttää tai heidän puheluihinsa ei vastata. Eräs tutkimushenkilö on rajoittanut yhteydenpitoa alkoholiongelmaisiin vanhempiin, mutta on kuitenkin vastannut, jos nämä ovat ottaneet yhteyttä. Näillä keinoilla on otettu etäisyyttä vanhempiin ja ne ovat olleet myös eräänlaisia suojakeinoja, jotta oma elämä on saatu järjestykseen.

Keskittyminen itselle tärkeisiin asioihin

Lisäksi omat liikuntahetket ovat minulle tärkeitä. Osaan nykyään ottaa itselleni aikaa paremmin kuin ennen. (N7)

Harrastan liikuntaa eri muodoissa (kuntosali, erilaiset jumpat, joskus lenkkeily ja pyöräily) ja laulan harrastelijabändissä. Bändiharrastus on ns. henkireikäni, musiikki on ollut lapsesta asti minulle erittäin tärkeässä roolissa ja se on minua auttanut selviytymään monista vastoinkäymisistä. Toki urheilukin on minulle kunnon lisäksi mielenterveyden hoitoa ja auttaa jaksamaan myös arjessa paremmin. (N3)

Taide on auttanut, olen omaehtoisesti opiskellut sitä ja saanut musiikista ja kirjoittamisesta itseleni pelastusrengasta pois avannosta. (Jossa tosin nykyään käyn mieluummin koska kylmällä vedellä saa pölläytettyä endofiiliskset päähän terveellisemmin kuin kemiallisilla aineilla.) (M1)

Aineiston mukaan henkilöiden selviytymistä ja elämässä jaksamista ovat aikuisiällä auttaneet erilaiset liikunnalliset tai taiteelliset harrastukset. Monille tutkimushenkilöille liikunnan harrastaminen on tärkeää ja se voi olla myös mielenterveyden hoitoa. Taiteen ja erityisesti musiikin tärkeys korostuu muutamassa kertomuksessa. Esimerkiksi bändiharrastus tai kirjoittaminen ovat olleet eräille merkittävässä roolissa.

On tämä myös taas kerran itsellekin sitä päivitystä ja terapeutista oman elämän kampaamista parempaan ojoon. (M1)

Kirjoittaminen oli melko terapeutinen kokemus ja sai minut ymmärtämään nykyistä elämäni ja tunnereaktioitani paremmin. Tutkimuspyyntö osui silmiini oikeaan aikaan, viisi vuotta sitten tämä olisi vielä saattanut jäädä kirjoittamatta. (N3)

On ollut todella upeaa kirjoittaa ylös ajatuksiaan. Olen kirjoittanut tämän tekstin yhdeltä istumalta, enkä ole korjannut tekstiä takautuvasti (muuta kuin oikeinkirjoitusta, sillä olen perfektionisti – totta kai!). (N8)

Tutkimushenkilöt kertovat omaelämäkerran kirjoittamisen muodostuneen itselle merkitykselliseksi. Kirjoittaminen on terapeutinen kokemus, jonka ansiosta voidaan oppia ymmärtämään itseä paremmin.

Opiskelu – olen lukenut kolmenkymmen tietämistä ihan helvetisti erilaista kirjallisuutta. Paljon psykologiaa ja filosofiaa, joista olen löytänyt apuja oman historiani selvittämiseen, ymmärtämiseen – löytänyt uusia toimivampia ratkaisumalleja. Palikoita päähän. (M1)

Selviytymistäni olen yrittänyt tukea terapialla ja lukemalla erilaisia alkoholismia käsitteleviä kirjoja. -- Olen sosiaalialalla, tietysti. Sitähän me alkoholistien lapset usein teemme, ajattelemme, että voimme pelastaa maailman, auttaa. Vaikka oikeastaanhan meidän pitäisi vain koettaa antaa itsellemme armo ja vapautus, auttaa itseämme, ei aina muita. (N8)

Lukeminen ja opiskelu ovat olleet tutkimushenkilöiden selviytymistä edistäviä tekijöitä. Kun on opiskeltu ja saatu lisää tietoa, myös ymmärrys omia kokemuksia kohtaan on

lisääntyä. Tiedon lisääntyessä sitä voidaan soveltaa omaan selviytymiseen ja sen edistämiseen. Moni alkoholiongelmaisten vanhempien lapsi on löytänyt ammatikseen jonkinlaisen auttamistyön.

Pyrkimys vaikuttaa vanhempiin

Alkoholismi on myös sairaan läheisiä raastava sairaus. Se on yksilöllinen, vahva ja voimakas sairaus. Olen seurannut sitä vierestä, koettanut nujertaa sitä toisilta, itselleni se ei onneksi ole tarttunut. (N6)

Olen yrittänyt häntä [isää] auttaa parhaani mukaan. Olla tukena, olen yrittänyt uhkailla, lahjoa ja kiristää. Mikään ei ole tehonnut. isäni ei ole myöntänyt, eikä tule myöntämään että hän olisi alkoholisti. Olen itkenyt, anellut häntä lopettamaan. kertonut, miltä minusta tuntuu. Olen huutanut ja haukkunut, olen uhkaillut että jos saan vielä lapsia ei isäni tule heitä enää näkemään. Olen anonut, että isäni lopettaisi, että hän näkisi mahdolliset lapseni tai taluttaisi minut alttarille omassa häissäni. Ei, isäni ei lopeta juomista. (N2)

Otin hänen työterveyshoitajaan alkusyksystä yhteyttä ja kerroin kuinka kyllästynyt olin tähän ainaiseen alkoholin lipittämiseen. -- Nykyään äitini ei enää viikolla juo, koska pitää ns. alkoholipäiväkirjaa työterveyshoitajalleen. (N4)

Kertomusten mukaan aikuisenakin pyritään vaikuttamaan alkoholiongelmaisiin vanhempiin ja heidän juomiseensa. Alkoholiongelma on yritetty selättää toisen puolesta. Eräs tutkimushenkilö kertoo yrittäneensä vaikuttaa alkoholiongelmaiseen isäänsä monin tavoin: tukemalla, lahjomalla, kiristämällä, itkemällä, anelemalla, huutamalla ja haukkumalla. Hän on yrittänyt uhkailla isää eri asioilla, mutta mikään ei ole auttanut. Toinen tutkimushenkilö kertoo ilmoittaneensa työterveyshoitajalle äidin alkoholiongelmaista, jolloin äiti oli ottanut käyttöönsä alkoholipäiväkirjan. Näyttää siltä, että aikuisena on omaksuttu radikaalimpia keinoja vaikuttaa vanhempaan (ks. myös Itäpuisto 2001, 112). Vaikka aikuisena on käytetty monipuolisempia keinoja vanhempaan vaikuttamiseen, myös suurin osa aikuisten keinoista näyttää olevan tehottomia. Toista ihmistä ei voi auttaa, jos hän ei itse myönnä mitään ongelmaa olevan tai edes halua parantua.

Pahan olon helpottaminen

Ryypypään molempien [kavereiden] kanssa melko paljon, mutta olen alkanut kiinnittää siihen viime aikoina huomiota entistä enemmän. Että juonko oikeasti siksi, että tahdon pitää hauskaa vain juonko unohtaakseni ahdistuksen ja stressin. (N9)

Samaa voin sanoa kokeneeni itekin - ainakin puolen vuoden ajan oma alkoholin käyttöni oli aika hurjaa. Lopulta selvisin pahimmasta terapian avulla. (N10)

Jouluna 2000 oma juomiskuvioni muuttui. Olin tullut yhden päänäpistoseikkailuni myötä valituksi kunnanvaltuutetuksi, ja minulla oli uusi naisystävä. Asuin omassa talossa, johon oli laitettu omat säästöt ja isältä jääneet perintörahat. Ihan hieno paikka. Tapana oli ollut jo monet vuodet, että kun kaverit olivat saaneet aattona sukukierrokset käytyä, he tulivat meille saunomaan ja ryypypäämään. -- Jotakin ratasta raksahdeltiin siinä kohden toisiin asentoihin, siihen loppui oma juomiseeni. Pisaraakaan en ole ottanut sen jälkeen. (M1)

Kertomuksista käy ilmi, että kuten lapsuudessa myös aikuisena on käytetty alkoholia. Juomalla alkoholia on saatettu yrittää unohtaa ahdistusta ja stressiä tai helpottaa omaa oloa. Eräs tutkimushenkilö kertoo melko runsaan alkoholinkäytön jälkeen raitistuneensa täysin.

Anteeksi antaminen

Oma isäni oli minulle silti kaikki kaikessa. Olen jotenkin vain antanut hänelle kaiken anteeksi. Isäni oli minulle aina turvallinen ja rakastava. -- Lapsi on uskollinen vanhemmilleen loppuun asti. (N10)

Lapsi on aina lojaali vanhemmalleen. Mitä ikinä vanhempi tekee, hän on silti lapselle aina isä tai äiti. Lapsi antaa anteeksi suurimmatkin vääryydet, minäkin annoin ja uskoin kerta toisensa jälkeen äidin lupauksiin siitä, että kaikki paha loppuu pian ja äidin luona on hyvä olla. Uskoin, sillä en voinut muuta. (N6)

Kertomusten mukaan lapsi on hyvin pitkään anteeksiantavainen ja luottavainen vanhempiensa suhteen. Omaa vanhempaa pidetään hyvänä vanhempana, vaikka tällä olisi-kin alkoholiongelma. Moni kirjoittaa lapsen lojaaliudesta ja uskollisuudesta vanhempiin kohtaan. Lapsi antaa kerta toisensa jälkeen vanhemmalleen anteeksi ja uskoo kaiken

vielä muuttuvan hyväksi. Myös Määttä (2007, 222) kirjoittaa vanhempien olevan lapselle tärkeitä aina ja kaikissa mahdollisissa olosuhteissa.

Muistamattomuus

En ollut huomannut sen [alkoholin] olevan ongelma, ennenkuin eräänä yönä ilman varoituksia poliisit hakivat isäni ja veivät putkan kautta psykiatriselle. Olin itse 17-vuotias, en kuitenkaan muita tästä lähes mitään. (N2)

Silloin en oikein ymmärtänyt mitä isän ja äidin ero merkitsi, koska samaan aikaan elin teini-ikää ja kiinnostuksen kohteet suuntautuivat muualle. Ehkä sen takia en muista paljoa juuri tuosta ajasta. (N5)

Ajalta kun olin noin 7-15 –vuotias minulla ei juuri ole muistoja mistään yhteisistä hetkistä tai mieleen ei nouse erityisesti mikään hyvä muisto. (N9)

Muistan tästäkin [perhekeskuksessa vietetystä] ajasta vain aurinkoiset ja hyvät päivät, mutta sosiaalityöntekijäni kertoi minulle, että itkin silloin paljon. (N10)

Aineistosta käy ilmi, että monilla tutkimushenkilöillä muistot lapsuudesta ovat hataria. Ei esimerkiksi muisteta, mitä on tapahtunut sen jälkeen, kun isä on viety hoitoon. Toinen kertoo, ettei muista juurikaan mitään vanhempien eron jälkeisestä ajasta. Jollakin ei ole juuri mitään muistoja ajasta, jolloin hän oli 7–15-vuotias. Perhekeskuksessa vietetystä ajasta ei muisteta kuin hyvät päivät, omaa surua ei muisteta. Voi olla, että mieli on pyrkinyt suojelemaan näitä henkilöitä, jottei kaikkein haavoittavimpia lapsuusmuistoja muistettaisi.

6.3.2 Passiiviset henkilökohtaiset selviytymistekijät

Luovuttaminen

Kuten edellä on käynyt ilmi, alkoholiongelmaisten vanhempien lapset ovat pyrkineet vaikuttamaan vanhempiinsa kykyjensä mukaan. Toisinaan on pakko antaa periksi ja luovuttaa, jotta oma elämä voi jatkua.

Olen nyt aikuisena ja etenkin alalla työskentelevänä oppinut, että kaikkia ei vain voi auttaa. Isäni lukeutuu niihin ihmisiin. Olen yrittänyt häntä auttaa parhaani mukaan. (N2)

Olen kuitenkin ollut hyvin tietoinen siitä, etten voi millään tavalla kantaa [äidin] tai isän murheita omilla harteillani. -- Olemme tulleet siihen tulokseen sijaissiskoni kanssa, että on parempi olla murehtimatta, mitä "oikeille vanhemmille" kuuluu. (N10)

Mielestäni lasten ei tarvitse selvittää aikuisten ongelmia eikä välejä. Olen joutunut tekemään sitä koko sen ajan kun asuin kotona ja nyt mitta on vihdoinkin tullut täyteen. Omien lasten syntymän myötä olen ymmärtänyt, että minun täytyy laittaa elämässäni asiat tärkeysjärjestykseen, jotta jaksan olla mahdollisimman hyvä äiti omille lapsilleni. (N3)

Äiti eleli itseksensä mummoni mentyä ja pyysi minua luokseen. Kerroin auttavani häntä sen minkä voin, mutta niin yhtälailla kuin minunkin, piti myös hänen selvitä. En voinut sääliä, vaikka välillä tunsinkin syyllisyyttä siitä, etten ollut äitini luona. "Sinulla on oma elämä ja äitisi on aikuinen ihminen." sanoi myös [sijaisäiti] ja molemmat tiesimme, ettei äidin ikävä omasta äidistään loppuisi koskaan. (N6)

Kertomuksista käy ilmi, että monet ovat aikuisena ymmärtäneet, etteivät voi vaikuttaa vanhempiaan tai auttaa heitä väkisin, vanhemman täytyy itse haluta parantua. Kukaan ei voi ottaa kantaakseen toisen murheita, se täytyy tehdä itse. Muutama tutkimushenkilö kirjoittaa, että vanhempien tilanteen murehtimisen sijaan täytyisi keskittyä oman elämän elämiseen ja laittaa asiat tärkeysjärjestykseen. Carverin ja Scheierin (2006, 96) mukaan luopuminen tai luovuttaminen on toisinaan välttämätöntä, kun halutaan selviytyä. Aina voi yrittää auttaa vanhempaa, mutta loppujen lopuksi ihmisen on itse tehtävä omaa elämäänsä koskevat päätökset. Näiden asioiden ymmärtäminen voi edistää omaa selviytymistä ja elämässä pärjäämistä.

6.3.3 Sosiaaliset selviytymistekijät

Sosiaaliset suhteet

Koen, että selviytymiseeni on auttanut läheiset välit ystäviini ja eritoten serkkuihini, joiden kanssa voin aina jutella asioista niiden oikeilla nimillä. Isän puolen serkut asuivat lapsena naapurissam-

me ja he tietävät kanssani samat lapsuuden leikkipaikat ja niille keksimämme nimet. Tämä on äärimmäisen tärkeää nyt, kun minulla ei enää ole sisarusta kenen kanssa jakaa asioita. (N7)

Selviytymisessä ovat myös auttaneet hyvät ystävät, joista todella monella on samankaltaisia lapsuuskokemuksia (pois lukien se, etteivät heidän vanhempansa ole kuolleita). (N8)

Hän [poikaystävä] on ollut merkittävä tuki kaikkina vuosina kun olemme yhdessä olleet, mutta hänen tukensa merkitys on korostunut nyt viimeisen vuoden aikana. (N9)

Parasta selviytymisessä ovat olleet oma perheeni, joka on tukenut joka käännteessä, ja tukee edelleen. Ilman heitä en olisi selvinnyt. Nykyhetkessäkin aina lämmöllä isää muistellen. (N5)

Siksi vertaistuki, jota olen saanut sijaisperheeseen kuuluvilta sisaruksiltani ja läheisiltä on ollut ylivoimaisesti parasta. Ystävät ja muut sukulaiset ovat aina yrittäneet ymmärtää minua ja vaikeuksiani, mikä on myös helpottanut oloani. (N10)

Tutkimushenkilöt kirjoittavat ystävien, sukulaisten, kumppanin ja sijaisperheen tuke-
neen heitä ja samalla myös heidän selviytymistään. Eräs tutkimushenkilö kirjoittaa, ettei
olisi selvinnyt ilman perheen tukea. Kertomuksissa vain harva mainitsee oman perheen
tai vanhempien edistäneen selviytymistään (vrt. Itäpuisto 2001, 119). Jos vanhemmilla
on ollut alkoholiongelmia, ei heitä nähdä selviytymistä edistävinä henkilöinä, vaan il-
man heitä ei olisi mitään, mistä selviytyä. Kaikilla tutkimushenkilöillä on elämänsä var-
rella ollut tärkeitä ihmisiä rinnallaan, joilta on saatu tukea ja joille on voinut kertoa
murheistaan.

Puhuminen

Luulen että oma vahvuuteni näiden asioiden kanssa selviytymisessä on ollut juuri ystäväni kanssa puhuminen ja avun hakeminen. (N10)

Parhaimmille ystäväilleni kerroin siitä viime kesänä, jolloin oli erittäin ahdistunut. (N4)

Olimme olleet yhdessä jo noin viisi vuotta, ennen kuin kerroin hänelle [poikaystävä] vanhempieni olevan alkoholisteja. -- En tiedä oikein mistä sitä itse oppi, että tätä kulissia pitää pitää pystyssä, sillä kerroin ensimmäisen kerran vanhempieni alkoholinkäytöstä jollekulle perheen ulkopuoliselle kun olin 21-vuotias. (N9)

Minulla on [kaupungissa] kaksi hyvää ystävää. Heille molemmille olen myös kertonut vanhemmistani ja heille molemmille voin kertoa aika avoimesti perheeni asioista. (N9)

Monet tutkimushenkilöt ovat kertoneet vasta aikuisena lapsuuden kokemuksistaan ulkopuolisille. Eräs tutkimushenkilö arvelee puhumisen ystävien kanssa olleen merkittävä selviytymistä edistävä tekijä. Parhaille ystävilleen on kerrottu edellisenä kesänä, jolloin henkilö on ollut erittäin ahdistunut. Poikaystävälle on kerrottu vasta viiden vuoden seurustelun jälkeen. Tutkimushenkilö miettii, mistä hän oppi, ettei asioista saisi puhua ulkopuolisille. Kertomuksista käy ilmi, ettei omista kokemuksista kertominen ole helppoa. Moni on kuitenkin pystynyt kertomaan läheisimmille ihmisille ja siitä on ollut heille apua.

6.3.4 Yhteisölliset selviytymistekijät

Terapia ja lääkkeet

Kauan jälkeen päin, joskus 2002 oivalsin oman kahden lyhyehkön terapiasessioiden (oman ensimmäisen lapsen syntymä nosti huolta omista viestikapuloistani pintaan) ja sieltä vinkiksi saaneen NVC-menetelmän kautta, että eräs suurimmista ongelmista oli vuorovaikutustaitojen puute. (M1)

Nyt takanani on 3,5 vuotta kestänyt psykoterapia 2000-luvun puolivälissä, melkein heti äidin kuoleman jälkeen. Kolme mielialälääkekautta. Ja parhaillaan nyt on menossa uusi psykoterapiajakso. En tiedä, kuinka kauan se tulee kestävään, sillä aikuisena itsensä hoidattaminen on todella kallista. Haluaisin kyllä jatkaa, sillä terapiasta on ollut minulle todella suuri apu. Oikeastaan minä koen, että ensimmäinen terapiajakso pelasti elämäni. Ilman sitä en varmaan enää olisi täällä. (N8)

Lisäksi juuri opinnäytetyön aloittamisen alla aloin käsitellä lapsuuteni asioita koulumme psykiatrisen sairaanhoitajan ohjauksessa. -- Nykyisin opittuani puhumaan aiheesta tuntuu, että taakkani on keventynyt melkoisesti. Puhumisen harjoittelun aloitin Lasinen lapsuus –vertaistukiryhmässä. (N9)

Opin elämään omillani ja hain terapiaan. -- Se oli siihen asti elämäni suurin selviytymisessä vaikuttava asia, jonka itse valitsin. (N10)

Aineiston mukaan useat tutkimushenkilöt ovat käyneet aikuisena yksittäisiä kertoja tai säännöllisesti terapiassa johtuen vanhempien alkoholiongelmista. Esimerkiksi ensimmäisen lapsen syntymä tai äidin kuolema ovat herättäneet tarpeen terapialle. Terapian lisäksi muutama on turvautunut mielialalääkkeisiin. Henkilöt korostavat sitä, että ovat itse etsineet apua ja hakeutuneet terapiaan. Terapiassa käyneet tutkimushenkilöt toteavat terapian pelastaneen heidän elämänsä tai vähintäänkin auttaneen heitä elämässään eteenpäin. Edellisten lisäksi tutkimushenkilöistä kaksi kertoi turvautuneensa terapiaan muun syyn kuin vanhempien alkoholiongelmien vuoksi. Toinen oli käynyt terapiassa veljen itsemurhan jälkeen ja toinen vaikean eron jälkeen.

Huostaanoton ja sijaisperheen merkitys

Sivusta seuraajasta elämä on kasvattanut tämän Ronjan [nimi muutettu], joka tietää että omat jalkat kantavat enkä ole yksin koskaan. Siitä suuri osa on toki [sijaisvanhempien] ja sijaisperheen ansiota. (N6)

On ollut vain pakko selviytyä ja tavoitella sitä elämää, jollaista haluaa itse elää. Jo silloin ajattelin, että elämäni [sijaisperheessä] ja [yläasteella] olivat "pelastaneet" minut. (N10)

Koen, että olen selviytynyt lastenkodin henkilökunnan aidon välittämisen ja ammattitaidon takia. Koin todella siellä ollessani olevani rakastettu, haluttu ja hyvä tyttö. (N1)

Kaikki huostaan otetut tutkimushenkilöt korostavat sijaisperheen tai lastenkodin merkitystä omalle selviytymiselleen. Eräs tutkimushenkilö kirjoittaa elämän sijaisperheessä pelastaneen hänen elämänsä. Huostaanoton merkitys näyttää olleen suuri. Ilman sitä tutkimushenkilöiden nykytilanne voisi olla kovin erilainen. Ehkä huostaanotto olisi voinut olla pelastus myös muissa perheissä eläneille lapsille. Sen sijaan eräässä kertomuksessa kirjoitetaan:

Meilläkin kävi joku sosiaalitarikkailija noin vuonna 1981 – tuli perjantai-illalla ja meillä talo normaalissa biletyksessä, kännisiä aikuisia vaikka kuinka paljon. Muisti yritti skarpata ja sönkkäsi ettei nyt sovi. Mies lähti, tuli sunnuntaina uudelleen. Isä oli silloin jossain kalassa tai metsästä-mässä, ja mutsi oli niin kuuliaisella päällä mutta vihainen tietenkin jälkeen päin. Sossu tuli varmaankin koulun ilmoituksen takia, nelosella käyttäytymiseni kutonen, mikä oli pienessä sivukylän

koulussa ihme. Jälkeen päin olen miettinyt, että mitenkäs olisikaan oma elämänpolku mennyt jos silloin olisi vahvemmin ulkopuolelta puututtu siihen touhuun? (M1)

Ihmettelen vieläkin, miten kukaan ei koskaan reagoinut tilanteeseemme mitenkään. Miten voi päästä ohi silmien henkisesti ja fyysisesti hakattu lapsi, joka hakee pienempää lasta kapakasta kun vanhemmat ovat tuhannen juovuksissa vieressä? (N1)

Viranomaisten puuttumattomuus edellä kuvatuissa tilanteissa hämmästyttää. Näyttää siltä, että alkoholiongelmaisten vanhempien lasten tunnistamista tulisi kehittää.

6.4 Tutkimuskysymyksiin vastaaminen

1. Millaista on elää alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa?

Tutkimushenkilöt kuvailivat monipuolisesti elämää alkoholiongelmaisen vanhemman kanssa. Eniten kirjoitettiin vanhemman alkoholiongelmaista aiheutuneista haitoista ja ongelmista. Itäpuisto (2005, 72) toteaa vanhemman alkoholiongelman ja lapselle aiheutuvien haittojen välillä olevan monia yhteyksiä, joista osa on suoria ja osa tulkinnanvaraisempia. Esimerkiksi lapsen negatiiviset tunteet ovat suoraan vanhemman alkoholinkäytöstä aiheutuvia. Toisaalta alkoholi ja humala voivat edesauttaa riitojen tai väkivallan ilmenemistä. (Itäpuisto 2001, 57–58.)

Aineistossa vanhemman alkoholiongelma ei näyttäydä suurimpana ongelmana. Sen sijaan toistuvat riidat ovat häirinneet lähes jokaisen tutkimushenkilön elämää. Riitoihin on toisinaan liittynyt myös henkistä ja fyysistä väkivaltaa. Perheessä esiintyvistä henkisestä väkivallasta on paljon mainintoja. Aineistosta käy ilmi, että muutama lapsi oli kokenut fyysistä väkivaltaa ja yksi henkilö oli lapsuudessaan joutunut seksuaalisen hyväksikäytön uhriksi. Tämänkaltaiset väkivaltaiset kokemukset ovat hyvin vakavia eikä niitä voi sivuuttaa. Myös Cork (1990, 85) toteaa, etteivät lapset välttämättä näe alkoholia perheen suurimmaksi ongelmaksi, vaan siitä aiheutuneet riidat ja väkivallan. Itäpuisto (2005) painottaa humalan ja väkivallan kietoutuvan tiiviisti alkoholiongelmiin. Humalaa pidetään usein lähes alkoholiongelman synonyymina. (Mt., 72–73.) Kertomuksis-

sa juuri humala nähtiin monenlaisia ongelmia aiheuttavana. Humala liittyi aina sekä fyysiseen että seksuaaliseen väkivaltaan ja usein myös riitoihin.

Humalassa vanhemman käyttäytyminen muuttuu. Hän voi muuttua pelottavaksi ja arvaamattomaksi. Hän tekee asioita, joita ei selvin päin tekisi. Aineiston mukaan yksi vanhemman alkoholiongelmaan keskeisesti liittyvä piirre on elämän arvaamattomuus (ks. Takala & Roine 2013, 28). Luottamus alkoholiongelmaista vanhempaa kohtaa kääntyy, kun tämä ratkeaa lupauksistaan huolimatta yhä uudestaan juomaan. Aineiston mukaan joidenkin alkoholiongelmaisen vanhemman lapsen arki on tavallista ja säännöllistäkin. Toisessa ääripäässä lapsen arki on ollut epäsäännöllistä ja huolenpito monin tavoin puutteellista. Lapsi on joutunut kokemaan jopa laiminlyöntiä. Aineistosta käy ilmi, että alkoholiongelmaisten vanhempien lasten elämä voi olla hyvin kaukana siitä, mitä lapsen oikeuksien sopimuksessa sanotaan.

Tämän tutkielman aineiston mukaan vanhemman alkoholiongelman varjossa kasvaneiden lasten negatiivisten tunteiden kirjo on suuri. Kertomuksissa kuvailtiin monipuolisesti sekä lapsuudessa että vielä aikuisenakin tunnettuja tunteita. Eniten mainintoja oli tutkimushenkilöiden tuntemasta pelosta ja ahdistuksesta, jotka saattoivat seurata myös aikuisuuteen. Muita koettuja tunteita olivat häpeä, inho, katkeruus, pettymys ja syyllisyys. Alkoholiongelmaisten vanhempien lasten tunteet olivat hyvin pitkälti samoja kuin aikaisemmissakin tutkimuksissa (esim. Holmila 1997; Takala & Roine 2013). Uusia tunteita ei tullut esille.

Vaikka edellä on hyvin ikäviä esimerkkejä siitä, mitä elämä alkoholiongelmaisen vanhemman kanssa voi olla, myös jotain positiivista kertomuksista löytyy. Tutkimushenkilöillä on myös hyviä muistoja lapsuudestaan ja osan lapsuus on ollut hyvä ja onnellinenkin. Joka tapauksessa on todettava, että alkoholiongelmaisten vanhempien lapsuus näyttää erilaisten negatiivisena kokemusten sarjana – vaikka kuinka vaaleanpunaisen kehysten läpi katsoisikin.

2. Mitkä tekijät edistävät alkoholiongelmaisten vanhempien lasten selviytymistä?

Aineistossa oli ylivoimaisesti eniten mainintoja henkilökohtaisista selviytymistekijöistä, joiden nähtiin edistävän selviytymistä. Käytössä on ollut laaja skaala erilaisia selviytymiskeinoja. Itsen merkitys selviytymisessä nähdään suurena (vrt. Ackerman 1991, 24). Myös Itäpuisto (2001, 117) toteaa omien tekojen ja toiminnan olevan selviytymisessä keskeistä.

Aineistossa oli hyvin paljon kuvauksia tutkimushenkilöiden käyttämistä erilaisista selviytymiskeinoista, joissa toimijuus ja oma aktiivisuus tulevat esiin. Itäpuisto (2001) kirjoittaa, että usein oletetaan lapsen mahdollisuuksien vaikuttaa vanhemman juomiseen tai heidän mahdollisuutensa suojautua vanhemman juomisen aiheuttamilta seurauksilta olevan vähäiset. Itse Itäpuisto kuitenkin painottaa, ettei alkoholiongelmaisen vanhemman lapsi ole pelkkä tilanteisiin reagoija, vaan hän on aktiivinen toimija. (Mt., 45, 112; ks. Itäpuisto 2005, 98.) Tämän tutkielman aineisto tukee vahvasti Itäpuiston väitettä. Lapset eivät ole vain vanhempien alkoholinkäytön uhreja, vaan he ovat parhaansa mukaan pyrkineet tulemaan toimeen ja selviytymään. Myös monien tutkimushenkilöiden persoonalliset piirteet kuten sinnikkyys sekä positiivinen elämänsenne ovat olleet merkittäviä selviytymistä edistäviä tekijöitä.

Vaikka lapsena ja aikuisena pyritään selviytymään monia erilaisia selviytymiskeinoja käyttämällä, myös jonkinlainen kyvyttömyys ja voimattomuus tulee esiin aineistossa. Itäpuisto (2001, 112) kirjoittaa, ettei lapsi pysty aikuisen tavoin vastustamaan vanhempiaan tai protestoimaan heidän käyttäytymistään. Aineiston mukaan myös aikuinen lapsi näyttää olevan useimmiten voimaton. Vanhempaan ja tämän juomiseen on pyritty vaikuttamaan, mutta on hyväksyttävä, ettei ulkopuolinen voi päättää asioista toisen puolesta. Ihmistä ei voi auttaa, jos hän ei itse tunnusta ongelmaansa tai halua apua. Vaikka alkoholiongelmaisen vanhemman lapsi ei pysty vaikuttamaan vanhemman juomiseen, hän pystyy toiminnallaan vaikuttamaan hyvin moniin muihin asioihin kuten selviytymiseensä.

Aineistosta käy ilmi, että vanhemmasta eroon pääseminen on ollut monille elämän käännekohta. Moni tutkimushenkilö oli muuttanut aikaisin pois kotoa. Aineistossa oli mukana lapsuudessaan huostaan otettuja henkilöitä, jotka korostivat huostaanoton merkitystä omalle selviytymiselleen. Myös Itäpuiston (2001, 113) mukaan alkoholiongelmallisesta vanhemmasta eroon pääseminen on merkittävä selviytymistä edistävä tekijä.

Henkilökohtaiset keinot eivät ole ainoita kertomuksissa mainittuja selviytymistä edistäneitä tekijöitä. Sosiaaliset suhteet ja ulkopuolisten henkilöiden antama apu on ollut osalle korvaamatonta (ks. Itäpuisto 2001, 118). Läheisille puhuminen ja heiltä saatu tuki ovat edistäneet selviytymistä. Ihmissuhteet voivat toimia suojaavina tekijöinä, jotka edistävät selviytymistä (esim. Smith & Werner 2001, 58). Yhteisöllisistä selviytymistehtävistä tärkeä on ollut terapia, josta moni oli saanut tukea selviytymiseen.

Johdannossani heitin ilmoille kysymyksen: miten selitämme sen, että osa vaikeissa oloissa kasvaneista lapsista selviytyy, mutta osalle käy elämässään huonommin? Tämän tutkielman aineiston perusteella voin todeta, ettei lapsuuden kokemuksista voi päätellä kuka selviytyy ja kuka ei. Aineiston mukaan näyttäisi siltä, että jokainen voi vaikuttaa oman elämänsä kulkuun teoillaan ja valinnoillaan. Selviytyminen riippuu monista tekijöistä, joista tärkeimmät liittyvät omaan itseen. Toiset näyttävät olevan haavoittuvampia kuin toiset. Myös Itäpuisto (2003) on havainnut saman asian. Vaikea lapsuus ei tarkoita vaikeuksia aikuisuudessa tai lievemmat vaikeudet lapsuudessa eivät tarkoita automaattista selviytymistä. (Ma., 49.) Werner ja Smith (2001, 56) kirjoittavat tutkimuksessaan niin sanotuista haavoittumattomista lapsista, jotka näyttävät selviytyvän lähes mistä tahansa. Eräs tutkimushenkilö pohti samaa kysymystä seuraavasti:

[Selviytyminen on] Tuuria monella tapaa – ovat esimerkiksi psykologisesti hyvin monimutkaisia ne pohjasyt, miksi sitten joku selviytyy ja sitkistyy, ja toinen ei jaksa tai löydä ulospääsyä vaikeista tilanteista. (M1)

7 SELVIYTYJIÄ JA SIIPIRIKKOJA ¹

Seuraavaksi kirjoitan kaksi kertomusta vignette menetelmää käyttämällä. Tämän tutkielman aineisto sisältää kahdentyyppisiä tutkimushenkilöitä:

1. Selviytyjä, joka ei kyseenalaista selviytymistään.
2. Henkilö ei koe vielä olevansa selviytyjä, mutta uskoo selviytymiseen.

Seuraavat kertomukset ovat näiden kahden tutkimushenkityypin elämää käsitteleviä kipeitä kertomuksia alkoholiongelmisten vanhempien varjossa eletystä lapsuudesta ja selviytymisestä.

Miinan tarina (selviytyjä)

Miina syntyi isänsä ja äitinsä ensimmäiseksi lapseksi. Kuusivuotiaana hän sai pikkuveljen. Miina oli ylpeä isosisko ja kovasti hän pikkuveljestä huolehti. Hän aloitti koulun, mutta koulukavereita ei voinutkaan tuoda kotiin, sillä koskaan ei voinut tietää, mitä siellä odottaisi. Samoihin aikoihin tytötkö alkoi häpeämään vanhempiaan. Onneksi pystyi leikkimään ulkona tai kavereiden luona.

Lapsuudesta Miinalla ei ole kovin tarkkoja muistoja, pelkkää harmaata arkea: vanhemmat kävivät töissä ja Miina koulussa. Joskus mentiin isän kanssa leikkipuistoon. Äidin kanssa touhuttiin kaikenlaista, usein luettiin kirjoja. Äiti hoiti kotona kaiken, passasi isää. Lomareissut mummolaan muistuvat mieleen hauskoina. Ne olivat kesäloman huippukohtia. Mummon luona oli aina mukavaa. Muihin sukulaisiin ei pidetty yhteyttä.

Isän ja äidin juominen alkoi häiritsemään jo hyvin aikaisessa vaiheessa. On vaikea sanoa, milloin juominen alkoi. Joskus lomat menivät juodessa tai isä katosi omille reissuilleen. Monet kerrat Miina muistaa vanhempiensa riidelleen. Hän ei olisi halunnut kuunnella. Joskus lensivät tavarat tai jotain meni rikki, kun isä suuttui. Muutaman kerran isä oli lyönyt äitiä. Äidin marttyyrikuolon sai aikaan väkivallan kierteen... Kerran tulivat poliisitkin paikalle. Isä ei ollut lapsia kohtaan väkivaltainen, vaikka veljeä oli joskus kurittanutkin – tosin selvin päin. Miina ei kuitenkaan pelännyt isää, vaan kellarissa säilytettyä remmiä...

Lapsuus meni ja nuoruus koitti. Mitään kovin ihmeellistä ei tapahtunut. Tai no, vanhemmat erosivat, kun tyttö oli 15-vuotias. Siitä alkoi isän alamäki. Ryyppyreissuja, uusia kavereita, sairaalareissuja, ... Silti isä ei koskaan myöntänyt, että mitään ongelmaa on. Miina ei halunnut nähdä isäänsä, vaan vietti aikaa omissa oloissaan kuunnellen musiikkia tai tietokoneella istuen. Myös äiti joi, mutta hän oli silti useimmiten turvallinen aikuinen. Tytöllä oli paljon kavereita, joiden kanssa hän vietti viikonloppuja kaupungilla, joskus hän meni serkun luo viikonlopuksi. Hänellä ei ollut kovin aikaisia kotiintuloaikoja. Alkoholinkäyttö alkoi samoihin aikoihin isän kuoleman kanssa. Meno oli välillä melko hurjaa.

¹ Tämä otsikko oli käytössä jo yhdessä Anne Tarkan kanssa tehdyssä kandidaatintyössä (2011), mutta koska se on mielestäni erittäin kuvaava, käytän sitä myös tässä tutkielmassa.

Miinalla olisi ollut kiire muuttaa pois kotoa, mutta vasta 19-vuotiaana se onnistui. Hän sai opiskelupaikan sosiaalialalta ja muutti toiselle paikkakunnalle. Etäisyys äitiin teki hyvää, vaikka yksin asuminen ei aluksi helppoa ollutkaan. Eipähän tarvinnut kuunnella äidin ainaista valitusta ja it-sesääliä. Miina rohkaistui kertomaan vanhempien ongelmista läheisille kavereilleen. Tuntui mahdavalta kertoa jollekin. Taakka alkoi helpottaa.

Miina valmistui ajallaan hyvin arvosanoin. Hän pääsi heti töihin, ei ehkä unelma työhönsä, mutta kumminkin! Myös suhde koulussa tapaamaansa poikaan alkoi kukoistaa ja pari muutti yhteen. Nyt heillä on koira ja kaksi lasta. Lapsuudenmuistot palaavat mieleen aika-ajoin, mutta ne voi helposti työntää sivuun. Nyt on hyvä olla. Miina on onnellinen, että osasi pyytää apua.

Ellan tarina (siipirikko)

Ellan perheeseen kuuluu isä, äiti ja vanhempi velipuoli, joka muutti jo varhain omilleen. Veljellä oli kuulemma ollut jonkinlaisia mielenterveysongelmia nuorena. Ellan lapsuutta varjosti ainainen epävarmuus ja arvaamattomuus. Isä oli poissa töistä ryyppykausien vuoksi joskus jopa viikkoja, mutta hänet toivotettiin aina tervetulleeksi takaisin. Isä oli arvostettu työssään. Isä ei ollut väkivaltainen humalassa, hän oli pelkkä reppana. Isä ryyppäsi kotona ja joskus mukana oli juoppokavereita, joiden kanssa myös korttia pelattiin. Humalassa sitten valvottiin ja mesottiin yömyöhään, ettei nukkumaan päästy ajoissa, vaikka koulua olisi ollut seuraavana päivänä. Eräs joulukuun muistuu tytön mieleen. Isä oli kännipäissään kaatunut joulukuusen päälle ja tuhonnut vaivalla hankitun ja koristellun kuusen. Ei ollut sinä jouluna joulukuusta.

Ella alkoi jo varhain lyödä ja repiä isää. Hän olisi halunnut saada isän nukkumaan, että he äidin kanssa olisivat saaneet rauhan. Monet kerrat tyttö muistaa raivonneensa isälleen, että tämä lopettaisi juomisen. Ei ollut itkeminen tai huutaminenkaan auttanut.

Hyviäkin muistoja toki on. Ella oli saanut monet kerrat isältään hienon mekon tai karkkia. Vaikka vanhemmat käyttivät alkoholia, eivät he olleet koskaan huonoja vanhempia. Niin, yläasteella tyttö huomasi myös äidin juomisen. Äiti oli juonut paljon salaa, eikä tyttö ollut huomannut sitä sen takia. Äiti kuitenkin hoiti kodin ja muut tehtävät tunnollisesti. Kotona oli ruokaa, eikä rahastakaan ollut puutetta. Mutta eräänlainen kodin kylmyys ja ainaiset riidat ovat piirtyneet kirkaana Ellan mieleen. Muistot herättävät yhä valtavaa ahdistusta.

Kaikeksi onneksi Ellalla oli muutamia kavereita, joiden kanssa saattoi lapsena leikkiä ja myöhemmin myös jutella kaikesta maan ja taivaan välillä. Ainainen kulissien ylläpito loppui, kun tyttö huomasi, että asioista puhuminen helpottaa oloa.

Ella muutti kotoa heti, kun sai työpaikan 17-vuotiaana. Hän aloitti koulun, joka on vielä kesken. Tyttö aloitti terapian, jonka avulla on saanut käsiteltyä paljon asioita. Myös mielialalääkkeet ovat tasoittaneet oloa. Ella ei aina vastaa, jos äiti yrittää soittaa. Vanhempien luona Ella vierailee silloin tällöin. Se on vaikeaa, sillä kaikki vanhat muistot tuntuvat kaatuvan niskaan.

Ella asuu yhdessä avomiehensä kanssa, heillä ei ole lapsia. Tyttö sanoo terapian olleen hänen oljenkortensa selviytymiseen. Myös harrastukset ovat auttaneet. Ella kertoo myös omaelämäkerran kirjoittamisen olleen terapeutin kokemus. Vaikka hän ei koe itseään vielä selviytyjäksi, hän uskoo, että jonain päivänä hän saavuttaa sen tittelin.

8 YHTEENVETO JA POHDINTA

8.1 Tutkimuksen luotettavuus

Tätä tutkielmaa tehdessäni olen pyrkinyt kertomaan sen eri vaiheista ja perustelemaan tekemiäni valintoja mahdollisimman kattavasti, jotta myös ulkopuolisen olisi mahdollista arvioida tutkielmani luotettavuutta (ks. Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 23). Useita tutkimusmenetelmiä yhdistelemällä (menetelmätriangulaatio) on mahdollisuus parantaa tutkimuksen luotettavuutta (Eskola & Suoranta 2008, 68; ks. Alasuutari 2011, 231). Tässä tutkielmassa useiden eri menetelmien käyttäminen ei ole ollut mahdollista käytännöllisistä syistä. Tutkielman tekoon käytettävä aika ja muut resurssit ovat valitettavasti rajalliset.

Tutkimus ei voi olla koskaan täysin objektiivista. Savukoski (2008a, 42) kirjoittaa todellisuuden olevan moni-ilmeinen, sillä se jäsenyy ihmisille erilaisena, joten siinä korostuu myös subjektiivisuus. Tutkimus ja sen tulokset ovat aina kontekstuaalisia eli ne ovat sidoksissa esimerkiksi aikaan, paikkaan, tutkimuskohteeseen ja tutkijaan. Olen tutkielmaa tehdessäni pyrkinyt sulkemaan omat ennakkokäsitykseni sivuun. Tiedostan kuitenkin aikaisempien tieteellisten töideni, lukemiäni tutkimusten ja muun kirjallisuuden sekä kokemusteni toimineen ajatteluni taustalla. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 24, 28.) Ennakkokäsitykseni ja persoonallisuuteni ovat vaikuttaneet toimintani, tekemiäni valintoihin ja tulkintaani. Kaikki nämä vaikuttavat työn lopputulokseen. (Ronkainen ym., 2011, 82.)

Siirrettävyys

Roos (1988) toteaa, että omaelämäkerrallisen aineiston suurin puute on sen edustavuuden tai toisin sanoen yleistettävyyden puute. Kirjoittajat edustavat vain itseään, eivät esimerkiksi tiettyä ryhmää. Jo heidän osallistumisensa tutkimukseen tekee heistä jollain tavoin erityisiä. (Mt., 146.) Alasuutarin (2011) mukaan vaatimus tutkimustulosten yleistämisestä tiettyyn perusjoukkoon on tärkeää vain tietyn tieteenihanteen puitteissa. Laa-

dullisessa tutkimuksessa aiheeksi valikoituu usein ilmiö, jonka suhteen yleistäminen ei ole ongelma. (Mt., 234, 237.) Ehkä laadullisessa tutkimuksessa ei pitäisi puhua yleistämisestä, vaan paremminkin suhteuttamisesta kuten Alasuutari (2011, 250) ehdottaa tai siirrettävyydestä kuten Eskola ja Suoranta (2008, 68) ehdottavat. Suhteuttamisella tarkoitetaan sitä, missä suhteessa tutkija olettaa tai väittää tutkimuksensa edustavan muuta kuin vain analysoimaansa aineistoa (Alasuutari 2011, 250). Siirrettävyys on tutkimuksessa tehtyjen havaintojen siirtämistä toiseen tapaukseen (Eskola & Suoranta 2008, 68).

Olen osaltaan pyrkinyt ratkaisemaan yleistettävyysongelmaa viittaamalla jo tehtyihin tutkimuksiin sekä joihinkin tilastotietoihin (ks. Alasuutari 2011, 245; Roos 1988, 146). Tutkielmassani ei ole mahdollista tehdä tilastollista yleistämistä, sillä lapsen elämä perheessä, jossa vanhemmalla on alkoholiongelma, on erilaista saman perheen sisälläkin. Tulokset ovat kuitenkin siirrettävissä ulkopuolisiin tapauksiin, sillä samat teemat näytävät toistuvan tutkimushenkilöiden tarinoissa. Kuten myös Roos (1988, 146) kirjoittaa, aineisto voidaan nähdä rikkaana, mutta kuitenkin tietyn tyyppisinä tarinoina, joissa toistuvat myös kirjoittamatta jääneet tarinat.

Ronkainen ynnä muut (2011) esittävät, ettei laadullisen aineiston tarvitse olla edustava, jos tarkoituksena on esimerkiksi antaa ääni sellaiselle ryhmälle, jolla ei yhteiskunnassa ole siihen mahdollisuutta. Tällöin keskeinen kriteeri ei ole aineiston määrä vaan laatu. (Mt., 117; ks. Alasuutari 2001, 39.) Tarkoitukseni ei ole tässä tutkielmassa yleistää tutkimustuloksia tiettyyn perusjoukkoon, vaan yksinkertaisesti saavuttaa parempi ymmärrys tutkimuskohteistani ja antaa sille näkyvyyttä. Tutkimushenkilöiden lapsuudenkokemuksia ja sitä, miten he ovat selviytyneet voidaan pitää jo sinällään tärkeitä ja arvokkaita. Niiden avulla on mahdollista ymmärtää ilmiötä paremmin.

Tutkimushenkilöiden valinta: kuka valitsi ja kenet?

Kuula (2011, 158) toteaa, ettei ole tarkkaa tutkimusta siitä, ketkä tutkimuksiin osallistuvat tai eivät osallistu. Hankin aineistoni henkilökohtaisten kontaktien ja toisaalta internetissä julkaistujen ilmoitusten avulla. Tiedostan kyseessä olevan tietyllä tapaa valikoi-

tunut joukko. Henkilökohtaisten kontaktien kautta löytyneet tutkimushenkilöt ovat valikoituneet melko satunnaisesti, osa heistä oli minulle tuttuja ja osa entuudestaan tuntemattomia. He ovat kotoisin eripuolilta Suomea, mutta he ovat ehkä keskimääräistä korkeammin koulutettuja.

Ilmoituksen jättäminen internetiin rajaa tutkimusjoukkoa. Tällöin tavoitetaan henkilöitä, jotka ovat halukkaita ja kyllin aktiivisia pyrkimään itse osallistumaan. Itäpuiston (2001, 25) mukaan tällöin tutkimukseen tulevat mukaan vain niin sanotut aktiiviset osallistujatyypit. En näe tutkimushenkilöiden värväämistä internetsivuilta huonona piirteenä omassa tutkielmassani, onhan mukana myös henkilöitä, jotka on saatu mukaan toista kautta. Henkilökohtaisten kontaktien kautta löytyneet tutkimushenkilöt tuskin olisivat osallistuneet tutkielmaani internet-ilmoituksen innoittamana. On hyvin mahdollista, että tutkielmaani valikoitui henkilöitä, jotka ovat hyviä kirjoittajia. Haastattelututkimus olisi voinut tavoittaa toisenlaisia henkilöitä.

Tutkielman ulkopuolelle ovat jääneet ne henkilöt, jotka eivät ole kokeneet sitä omakohtaisesti tärkeäksi tai eivät ole olleet valmiita kertomaan kokemuksistaan (ks. Laitinen & Uusitalo 2008, 121). Tutkimushenkilöistä yksi jätti lähettämättä omaelämäkertansa, vaikka oli jo ehtinyt suostua mukaan. Toinen henkilö puolestaan arveli, ettei olisi sopiva tutkimushenkilöksi, vaikka sitä olisi ehkä tutkijan tai rekrytoijan silmissä ollutkin. Alla olevista esimerkeistä käy ilmi, että tutkielmaan osallistuminen on usein kiinni oikeasta ajoituksesta.

Tutkimuspyyntö osui silmiini oikeaan aikaan, viisi vuotta sitten tämä olisi vielä saattanut jäädä kirjoittamatta. (N3)

[Ystävä] linkitti minulle tiedon tutkimuksestasi ja ajankohta (tämä hetki, tässä ja nyt) tuntui sopivalta osallistua. Olen aikaisemminkin nähnyt tutkimukseen osallistumispyyntöjä, mutten ole ollut riittävän motivoitunut tai rohkea kirjoittamaan. Tällä hetkellä olen elämässäni jonkinlaisessa käännöskohdassa (irtisanoutunut työstäni, koetan etsiä uutta työtä, psykoterapiassa – taas!) ja ehkä kirjoittaminen istuu myös siksi juuri nyt minulle. (N8)

Ainoastaan yksi mies lähetti omaelämäkertansa. Holmilan (1997, 169) mukaan miesten tavoittamisen vaikeus tämänkaltaisissa tutkimuksissa, voi johtua siitä, että miehet tie-

dostavat perheenjäsenten alkoholiongelmat naisia heikommin. Itäpuisto (2001, 27) puolestaan kirjoittaa, että usealle pojalle isän juominen on ollut niin kova paikka, ettei edes haastattelupyynnön esittäminen olisi tullut kyseeseen. Epäilen, että miehet harvemmin puhuvat tämänkaltaisista arkaluoteisista asioista ulkopuolisille. Koska tutkielmaani osallistui ainoastaan yksi mies, ei analyysissä ollut mielekästä tehdä vertailua sukupuolten välillä. Myöskään eri ikäisten henkilöiden kokemusten vertailu ei ole mielekästä, sillä kaikki tutkimushenkilöt yhtä lukuun ottamatta ovat nuoria samaa ikäluokkaa.

Aineiston luotettavuus

Aineistoa kertyi yhteensä 76 sivua. Tutkimushenkilöiden kirjoittamien omaelämäkertojen pituudet vaihtelivat kolmesta kolmeentoista sivuun. Yksikään tutkimushenkilö ei lähettänyt vapaaehtoista aikajanaa. Aikajanojen puuttuminen on toki harmillista, mutta koen aineiston olevan rikas ilman niitäkin. Ymmärrän, että omaelämäkerran kirjoittaminen on raskas prosessi monella tapaa, eikä aikajanan hahmottelemiseen ole välttämättä jaksettu enää panostaa.

Kuten mitä tahansa lähdemateriaalia käytettäessä, myös aineistoa luettaessa vaaditaan lähdekritiikkiä. Olen jo edellä käsitellyt aineiston luonnetta. Tässä todettakoon, että aineisto oli runsas ja monin tavoin rikas. Tiedostan omaelämäkertojen subjektiivisuuden ja sen, että hyvin monet asiat ovat vaikuttaneet omaelämäkertojen kirjoittamiseen. Tämä ei kuitenkaan vähennä niiden arvoa silmissäni.

Tässä tutkielmassa ei ole ollut mahdollisuutta useisiin keskusteluihin tai kirjeenvaihtoon tutkimushenkilöiden kanssa, jotta päästäisiin käsiksi sisäiseen totuuteen ja olisi mahdollista murtaa niin sanottu onnellisuusmuuri (Alasuutari 2011, 98). Luotan siihen, että minulle lähetetyt omaelämäkerrat ovat henkilöiden menneisyydestä ja tästä päivästä kertovia kertomuksia. Näin monen henkilön osallistuminen tutkielmaani, kertoo myös tutkimushenkilöiden tuntemasta luottamuksesta minua ja tutkielmaani kohtaan.

Tutkielmani aineisto on varta vasten tätä tutkielmaa varten kerätty. Se ei ole niin sanottu luonnollinen aineisto, joka olisi olemassa ilman tutkielmaakin. Ronkainen kumppanei-

neen (2011, 112; ks. Vilkko 1997, 105) kirjoittavat, että omaelämäkertoja kerätessä esimerkiksi kirjoituskilpailua varten kerronnassa näkyy kirjoituspyynnön vaikutus sekä oletus siitä, kenelle kirjoitetaan. Myös tätä tutkielmaa varten kerätyissä omaelämäkertoissa näkyy se, että ne on kirjoitettu juuri tätä tutkielmaa varten. Jos omaelämäkertaa kirjoitetaan esimerkiksi vain itseä varten, voisivat ne olla hyvin erilaisia. Roos (1988, 148) toteaa myös elämänvaiheen vaikuttavan elämäkerran muotoutumiseen.

Aineistoa arvioidessani en saa unohtaa, että tutkijana minun tulee arvioida omaa roolia- ni ja vaikutustani tutkielmani toteutukseen sekä sen lopputulokseen (Vilkko 1997, 81). Tiedostan asettamieni apukysymysten johdattaneen tutkimushenkilöiden omaelämäker- tojen kirjoittamista: toisilla enemmän ja toisilla vähemmän. Vilkko (1997, 99) toteaa, että toisinaan kirjoittajat vastaavat asetettuihin suoriin tai epäsuoriin kysymyksiin hy- vinkin tunnollisesti. Ilman apukysymyksiä omaelämäkerrat olisivat muotoutuneet erilai- siksi. Toisaalta Roos (1988, 145) toteaa olevan aiheita, joista ei yleensä kirjoiteta, siksi näitä asioita on perusteltua kysyä erikseen.

Se, että tutkin lapsuuden kokemusten ohella selviytymistä ja on vaikuttanut siihen, mitä ja miten tutkimushenkilöt omaelämäkertoissaan kirjoittavat. Useimmat tutkimushenki- löt määrittelevät itsensä selviytyjiksi. Olin antanut tämän käsitteen heille omaelämäker- ran kirjoitusohjeissa (Liite 2). Kuinka moni olisi käyttänyt tätä käsitettä itsestään, jos en sitä olisi heille tarjonnut? Näitä asioita voisi pohtia loputtomiin.

Tulosten luotettavuus

Tutkijan tehtävä on tehdä tulkintoja tutkimushenkilöiden tuottamista materiaaleista. Koin tulkintojen tekemisen monin tavoin haastavaksi. Omaelämäkerrat sisältävät jo itsessään tulkintaa, joista sitten vielä tehdään tulkintaa. Kyseessä on siis tavallaan tul- kintojen tulkintaa. Toisen pään sisään pääseminen on mahdotonta. Vilkon (1997) mu- kaan kertojan ja lukijan kokemus- ja merkitysmaailmat voivat olla kaukana toisistaan esimerkiksi sukupolvien välisestä kuilusta tai erilaisista kokemuksista johtuen. Tulkin- toja tehdessä on vältettävä ylitulkintaa. (Mt., 81–84.) Laitinen ja Uusitalo (2008, 141) painottavat, että analyysissä ja tulkinnassa tulee olla varovainen, ettei tule tyypitellyksi

tutkimushenkilöitä tai heidän elämäänsä kertomuksiksi, joita he eivät tunnista tai, jotka he kokevat loukkaaviksi tai leimaaviksi. Pyrin ymmärtämään tutkimushenkilöitä parhaani mukaan, mutta täydellisen ymmärryksen saavuttaminen on mahdotonta, sillä kaikki kokemukset ovat loppujen lopuksi ainutlaatuisia. Osa tutkimushenkilöiden kertomista asioista on voinut jäädä hyvin vähälle huomiolle ja osa jopa kokonaan pois. Omat kokemukseni ja persoonallisuuteni ovat olleet vaikuttamassa tulkintaani ja ymmärtämiseeni.

Ymmärtäminen vaatii tutkijalta uskallusta lähestyä tutkimusilmiötä analyysivaiheessa. Jotkut tunteet kuten viha tai häpeä voivat olla vaikeita tunteita vastaanotettaviksi tai käsiteltäviksi. Tutkija voi ahdistua ja hänelle voi tulla tunne urkkimisesta. Ahdistuksen sietäminen ja se, ettei asioille voi tehdä mitään, voi tutua tutkijasta uuvuttavalta. (Laitinen & Uusitalo 2008, 136.) Monet itkut tuli itkettyä tutkimushenkilöiden kirjoittamia omaelämäkertoja lukiessani. Mielestäni oli hyvä, että pystyin eläytymään tutkimushenkilöiden kokemuksiin. Ehkä siitä sai jonkinlaista herkkyyttä tulkintaan. Laitinen ja Uusitalo (2008, 139) toteavat, ettei traumaattisia kokemuksia tutkittaessa tunteita voi välttää, eivätkä ne ole pahasta, vaan tunteet ovat tärkeä osa tutkimuksella tuotettavaa tietoa. Uusitalo (2006) kirjoittaa tunteiden vaikuttavan jo tutkimusaihetta valittaessa. Jos tutkija ei valitse itselleen tuttua aihetta, hän valitsee aiheen, joka liikuttaa häntä jotenkin. (Mt., 98.)

Olen koko tutkimusprosessin ajan pyrkinyt ymmärtämään alkoholiongelmaisten vanhempien lasten kokemuksia, niitä kuitenkin koskaan täysin tavoittamatta. Ihminen, joka ei ole elänyt tällaisessa perheessä, ei tule koskaan täysin ymmärtämään, millaista siellä on elää. Toivon tämän tutkielman tuovan edes häivähdyksen siitä maailmasta, jossa alkoholiongelmaisten vanhempien lapset ovat eläneet.

8.2 Pohdinta

Tutkielmaa tehdessäni olen saanut lisää tietoa siitä, miten monenlaisia kokemuksia alkoholiongelmaisten vanhempien lasten elämään kuuluu. Johdannossa esittämäni oletus, että vanhempien alkoholiongelmistä voi aiheutua monenlaisia haittoja lapsen elämään

näyttää osuneen oikeaan, sillä aineiston mukaan elämä alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa voi olla monin tavoin nurjaa, eikä se aina täytä lapsen oikeuksien sopimuksen mukaisia vaatimuksia. Ei kuitenkaan pidä unohtaa, että muutamien lapsuus näyttää olleen suhteellisen tavallista vanhempien alkoholiongelmista huolimatta.

Esittämäni oletus, että alkoholiongelmaisten vanhempien lasten on mahdollista selviytyä, sai vahvistuksen. Aineistossa lapset eivät ole vain vanhempien alkoholinkäytön uhreja, vaan he ovat aktiivisia toimijoita. He ovat käyttäneet monenlaisia selviytymiskeinoja taistellessaan tiensä kohti parempaa huomista. Selviytyminen vanhemman alkoholiongelmasta on yksilöllistä, eikä lapsuuden kokemuksista ole mahdollista sanoa, kuka selviytyy ja kuka ei. Aineiston mukaan näyttää siltä, että osa lapsista näyttää selviytyvän lähes mistä tahansa. Yksilöllisten ominaisuuksien lisäksi selviytymisessä on merkittävää läheisten antama tuki. Alkoholiongelmaisesta vanhemmasta eroon pääseminen on avainasemassa selviytymisprosessissa. Näyttää siltä, että sekä isän että äidin alkoholiongelma on merkittävä riskitekijä selviytymisen kannalta. Esimerkiksi kaikki huostaanotot olivat tapahtuneet tällaisissa perheissä.

Tavoitteenani oli tarjota vanhempien alkoholikäytöstä tällä hetkellä kärsiville ja kärsineille henkilöille sekä heidän auttajilleen toivoa ja tietoa siitä, että lapsuudenkokemuksista voi selviytyä. Tutkielmaani osallistuneista henkilöistä suurin osa kokee itsensä selviytyjiksi. Tämä on osoitus siitä, että omat siivet kantavat, vaikka taustalla olisi minäkälaisia kokemuksia. Oma elämänasenne on ratkaisevaa.

Alkoholiongelmaisten vanhempien lasten elämän tutkiminen on tärkeää jo heidän suuren määränsäkin vuoksi. Tänä päivänä tutkimus on keskittynyt lähes pelkästään alkoholiongelmaisten vanhempien aikuisiin lapsiin. Tulevaisuudessa tutkimuksen tulisi kohdistua tällä hetkellä lapsuuttaan alkoholiongelmaisesta vanhemman kanssa eläviin. Vaikka lapsia tutkiessa on monenlaisia haasteita, voitaisiin heitä tutkimalla saada paljon arvokasta tietoa. Harmi, etten itse uskaltanut tähän ryhtyä.

Tutkimusta tulisi tehdä myös siitä, millaisia apua tai tukipalveluita on tarjolla vanhempien alkoholiongelmista kärsiville. Huomiota tulisi kiinnittää eri auttajien sekä muiden

lasten kanssa työskentelevien valmiuksien kehittämiseen. Turvallisena aikuisena oleminen on kaikkein tärkeintä. Täytyy osata kuunnella, mitä lapsella on sanottavana. Esimerkiksi päiväkodissa ja koulussa voi lapsille kertoa niinkin yksikertaisia asioita kuin, millaista on hyvä vanhemmuus tai mitä vanhemmuuteen puolestaan ei kuulu. Lapsille pitää kertoa, että apua on saatavilla. Nykyään on olemassa juuri alkoholiongelmaisten vanhempien lapsille suunnattua terapiaa, jota voisi tuoda esille.

Olen oppinut tätä tutkielmaa tehdessäni uskomattoman paljon asioita, en ainoastaan tieteellisen tutkimuksen tekemisestä, vaan myös itsestäni. Olen prosessin aikana joutunut muokkaamaan jo tekemiäni valintoja ja miettimään uusia vaihtoehtoja. Tutkimuskysymykset ovat tarkentuneet ja tutkielma on hakenut omaa lopullista muotoaan. Prosessi on ollut opettavainen ja antoisa, mutta samalla myös monin tavoin raskas. Ikinä en kuitenkaan katunut aihevalintaani, se oli ehkä vaikea, mutta samalla todella koskettava ja tärkeä. Minut valtasi valtava halu auttaa – kuunnella. Olen suunnattoman kiitollinen tutkielmaani osallistuneille henkilöille, ilman heitä tutkielman toteuttaminen olisi ollut mahdotonta. Alla oleva lainaus erään tutkimushenkilön omaelämäkerrasta on hyvä elämänohje kenelle tahansa.

Koen vahvasti olevani elämälle nälkäinen. Olen läheltä nähnyt, ettei huomina ole luvattu, joten koetan elää sen mukaan. Koetan tehdä valintani sydämellä ja itseäni kuunnellen. Kaikesta huolimatta ja ehkä juuri sen takia, maailma ympärillä on kuitenkin mielettömän kaunis. (N6)

LÄHTEET

- Ackerman, Robert 1991. Lapsuus lasin varjossa – Lapsi alkoholiperheessä. A-klinikkasäätiö. Helsinki. Suomentanut Teuvo Peltoniemi.
- Ahlsröm, Salme 2013. Alkoholin käyttö eri väestöryhmissä. Teoksessa Peltoniemi, Teuvo (toim.) 2013. Pääasiana alkoholi – Käyttö, haitat, hoito, politiikka nyt ja 2040. Lönnberg Painot Oy. Helsinki. 69–73.
- Alasuutari, Pertti 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Vastapaino. Tampere.
- Aspinwall, Lisa & Staudinger, Ursula 2006. Ihmisen vahvuuksien psykologia: kehittyvän tutkimuskentän kysymyksiä. Teoksessa Aspinwall, Lisa & Staudinger, Ursula (toim.) 2006. Ihmisen vahvuuksien psykologia. Edita Prima Oy. Helsinki. Suomentanut Jukka Pöyhö. 21–33.
- Ayalon, Ofra 1995. Selviydyn! Yhteisön tuki ja selviytyminen. Gummerus kirjapaino Oy. Jyväskylä. Suomentanut Kimmo Absetz.
- Bruner, Jerome 1986. Actual minds, possible worlds. Harvard University Press. Cambridge.
- Carver, Charles & Scheier, Michael 2006. Kolme ihmisen vahvuutta. Teoksessa Aspinwall, Lisa & Staudinger, Ursula (toim.) 2006. Ihmisen vahvuuksien psykologia. Edita Prima Oy. Helsinki. Suomentanut Jukka Pöyhö. 96–110.
- Cork, Margaret 1970. Unohdetut lapset. A-klinikkasäätiön julkaisu nro 4. Helsinki. Suomentanut Saini Lanu.
- Deater-Deckard, Kirby 2004. Parenting stress. Yale University Press. New Haven. <http://site.ebrary.com/login.ezproxy.ulapland.fi/lib/ulapland/docDetail.action?docID=10167893&p00=deater-deckard%2C%20kirby> Katsottu 17.4.2014.
- Ely, Margot; Vinz, Ruth; Downing, Maryann & Anzul, Margaret (toim.) 1997. On writing qualitative research. Living by words. RoutledgeFalmer. London.
- Endgren-Henrichson, Nina 1993. Barnet i alkoholforskningen: en översikt över nordisk samhälls- och beteendevetenskaplig forskning kring barn och alkohol. NAD-publikation nro 26. Helsinki.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Vastapaino. Jyväskylä.
- Felixson, Päivi 1996. Vihaan sitä, kun se juo – lapsena päihdeperheessä. Pro gradu -tutkielma. Lapin yliopisto. Rovaniemi.

Frankl, Viktor 1983. Olemisen tarkoitus. Kustannusosakeyhtiö Otavan painolaitokset. Keuruu. Suomentaneet Eila Sandborg & Osmo Jokinen.

Frankl, Viktor 2002. Ihmisyyden rajalla. Otavan kirjapaino Oy. Keuruu. Suomentaneet Osmo Jokinen & Eila Sandborg.

Hatch, J. Amos & Wisniewski, Richard 1995. Life history and narrative: questions, issues and exemplary works. Teoksessa Hatch, J. Amos & Wisniewski, Richard (toim.) 1995. Life history and Narrative. RoutledgeFalmer. Lontoo. 113–135.

Heikkinen, Hannu 2010. Narratiivinen tutkimus – todellisuus kertomuksena. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. WS Bookwell Oy. Juva. 3. uudistettu ja täydennetty painos. 143–159.

Hellsten, Tommy 1994. Virtahepo olohuoneessa. Läheisriippuvuus ja sisäisen lapsen kohtaaminen. Gummerus. Jyväskylä.

Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2010. Tutki ja kirjoita. Kariston Kirjapaino Oy. Hämeenlinna

Holmberg, Tiina 2003. Lapset ja vanhempien päihdeongelma. Lasten keskus. Saarijärvi.

Holmila, Marja 1988. Wives, husbands and alcohol. A study of informal drinking control within the family. The Finnish foundation for alcohol studies. Helsinki.

Holmila, Marja 1992. Kulkurin valssi on miesten tanssi. Naiset alkoholin suurkuluttajina. Alkoholipoliittinen tutkimuslaitos. Helsinki.

Holmila, Marja 1997. Johdanto. Teoksessa Holmila, Marja (toim.) 1997. Yhteisö ja interventio. Alkoholihaittojen paikallinen ennaltaehkäisy. Stakesin tutkimuksia 73. Gummerus Kirjapaino Oy. Saarijärvi. 19–37.

Holmila, Marja 2001. Perhe, päihteet ja sukupuoli. Yhteiskuntapolitiikka 66 (1). 55–62.

Holmila, Marja; Raitasalo, Kirsimarja; Autti-Rämö, Ilona & Notkola, Irma-Leena 2013. Päihdeongelmaisten äitien lapset. Teoksessa Warpenius, Katariina; Holmila, Marja & Tigerstedt, Christoffer (toim.) 2013. Alkoholi- ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Juves Print. Suomen Yliopistopaino Oy. Tampere. 36–46.

Hyvärinen, Matti 2006. Kerronnallinen tutkimus.

<http://www.hyvarinen.info/material/Hyvarinen-Kerronnallinentutkimus.pdf> Katsottu 4.4.2014.

Hänninen, Vilma 1996. Tarinallisuus ja terveystutkimus. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 33(1996). 109–118.

Hänninen, Vilma 2003. Sisäinen tarina, elämä ja muutos. Tampereen yliopistopaino Oy Juvenes Print. Tampere.

Hänninen, Vilma 2010. Narratiivisen tutkimuksen käytäntöjä. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. WS Bookwell Oy. Juva. 160–178.

Ikonen, Tuula 2000. Tuhkasta uusi elämä – Selviytymisen teoreettiset ja käytännölliset lähtökohdat. Yliopistopaino. Helsinki.

Ilva, Minna; Roine, Mira & Takala, Janne (toim.) 2010. Lapsuus päihteiden varjossa – vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä. A-klinikkasäätiö. Multiprint Oy. Helsinki.

Ilva, Minna & Roine, Mira 2010. Vanhempien alkoholinkäytön vaikutukset lapseen: katsaus aiheesta tehtyyn suomalaistutkimukseen. Teoksessa Ilva, Minna; Roine, Mira & Takala, Janne (toim.) 2010. Lapsuus päihteiden varjossa – vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä. A-klinikkasäätiö. Multiprint Oy. Helsinki. 16–25.

Immonen-Mokko, Anneli 2010. ”Elämää etsimässä” – Alkoholistiperheen aikuisen lapsen koulussa, opinnoissa ja myöhemmässä elämässä selviytyminen sekä tuen tarve ja sen saavuttaminen. Pro gradu -tutkielma. Lapin yliopisto. Rovaniemi.

Itäpuisto, Maritta 2001. Pullon varjosta valoon. Vanhempiensa alkoholinkäytöstä kärsineiden selviytymistarinoita. Kuopion yliopiston selvityksiä E. Yhteiskuntatieteet 22.

Itäpuisto, Maritta 2003. Vanhempien alkoholiongelma, lasten ongelma. Teoksessa Holmila, Marja & Kantola, Janna (toim.) 2003. Pullonkauloja. Kirjoituksia alkoholistien läheisistä. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä. 30–51

Itäpuisto, Maritta 2005. Kokemuksia alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa eletystä lapsuudesta. Kuopion yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 124.

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

Kaasila, Raimo 2008. Eri lähestymistapojen integroiminen narratiivisessa analyysissä. Teoksessa Kaasila, Raimo; Rajala, Raimo & Nurmi, Kari (toim.) 2008. Narratiivikirja: Menetelmiä ja esimerkkejä. Lapin yliopistokustannus. Rovaniemi. 41–67.

Karlsson, Thomas & Österberg, Esa 2010. Mitä tilastot kertovat suomalaisten alkoholinkäytöstä? Teoksessa Mäkelä, Pia; Mustonen, Heli & Tigerstedt, Christoffer (toim.) 2010. Suomi juo. Yliopistopaino. Helsinki. 13–26.

Kiviniemi, Kari 2010. Laadullinen tutkimusprosessina. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle

tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. WS Bookwell Oy. Juva. 70–85.

Kouluterveyskysely 2013. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. THL.
http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/aiheittain/paihteet_ ja_ riippuvuudet Katsottu 24.3.2014.

Koski-Jännes, Anja & Hänninen, Vilma (toim.) 2004. Läheiseni on päihdeongelmainen. Kirjapaja. Helsinki.

Kurvinen, Anne 2010. Häpeän päivät, pelon yöt – lapsen elämää juovan vanhemman kanssa aikuisena kirjoitetun tarinan välittämänä. Pro gradu -tutkielma. Lapin yliopisto. Rovaniemi.

Kuula, Arja 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Bookwell Oy. Jyväskylä.

Laitinen, Merja 2004. Häväistyt ruumiit, rikotut mielet. Tammer-Paino Oy. Tampere.

Laitinen, Merja & Uusitalo, Tuula 2008. Narratiivinen lähestymistapa traumaattisten elämäkokemusten tutkimisessa. Teoksessa Kaasila, Raimo; Rajala, Raimo & Nurmi, Kari (toim.) 2008. Narratiivikirja: Menetelmiä ja esimerkkejä. Lapin yliopistokustannus. Rovaniemi. 106–151.

Lapsen oikeuksien sopimus. 20.11.1989. Yhdistyneet kansakunnat. Unisef.
http://www.unicef.fi/Lapsen_oikeuksien_sopimus_koko Katsottu 29.10.2013.

Larsen, Jeff; Hemenover, Scott; Norris, Catherine & Cacioppo, John 2006. Vaikeuksien kääntäminen eduksi. Teoksessa Aspinwall, Lisa & Staudinger, Ursula (toim.) 2006. Ihmisen vahvuuksien psykologia. Edita Prima Oy. Helsinki. Suomentanut Jukka Pöhlö. 216–231.

Larvi, Taina 1999. Selviytymistarinoita sosiaalisten rikkoumien näyttämöillä – tutkimus alkoholiperheen aikuisten lasten selviytymisestä aikuisuuteen. Opinnäyte. Espoon-Vantaan ammattikorkeakoulun julkaisusarja A 40.

Lasinen lapsuus. Historia ja tunnustukset.
<http://www.lasinenlapsuus.fi/toimintamme/historia-ja-tunnustukset> 24.3.2014.

Leinonen, Jenni 2004. Vanhemmuus lapsen kasvuympäristön osana. Psykologia 39 03/04. 176–195. <http://elektra.helsinki.fi/login.ezproxy.ulapland.fi/se/p/0355-1067/39/3/vanhemmu.pdf> Katsottu 17.4.2014.

Lieblich, Amia; Tuval-Mashiach, Rivka & Zilbert, Tamar 1998. Narrative research. Reading, analysis and interpretation. Applied social research methods series. Volume 47. Thousand Oaks, Ca. Sage.

Löytönen, Anne 2000. Elämää pullon varjossa. Alkoholiperheen selviytyjälapset, identiteetin kehitys ja ongelmien kohtaaminen. Pro gradu -tutkielma. TUOPE. Jyväskylä.

Marttunen, Mauri 2005. Riittävän hyvä vanhemmuus. *Kansanterveys* 2005/9, 4–5. Helsinki.

<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/102059/9kansanterveys2005.pdf?sequence=1> Katsottu 16.4.2014.

Miller, Sue 2010. Supporting parents. Improving outcomes for children, families and communities. Open University Press. Berkshire.

Mäkelä, Pia 2010. Miten yhteiskunnallinen asema vaikuttaa juomiseen? Teoksessa Mäkelä, Pia; Mustonen, Heli & Tigerstedt, Christoffer (toim.) 2010. *Suomi juo*. Yliopistopaino. Helsinki. 251–263.

Mäkelä, Pia; Mustonen, Heli & Huhtanen, Petri 2010. Miten Suomi juo? Alkoholin-käyttötapojen muutokset 1968–2008. Teoksessa Mäkelä, Pia; Mustonen, Heli & Tigerstedt, Christoffer (toim.) 2010. *Suomi juo*. Yliopistopaino. Helsinki. 39–54.

Määttä, Kaarina 2008. Syrjäytymisuhasta hyvinvointiin. Teoksessa Määttä, Kaarina & Uusitalo, Tuula (toim.) 2008. *Kasvatuspsykologian näkökumia ihmisen voimavarojen tueksi*. Juvenes Print. Tampere. 7–10.

Määttä, Kaarina 2008. Vanhempainrakkaus – suurin kaikista. Teoksessa Määttä, Kaarina & Uusitalo, Tuula (toim.) 2008. *Kasvatuspsykologian näkökumia ihmisen voimavarojen tueksi*. Juvenes Print. Tampere. 220–235.

Määttä, Kaarina & Uusitalo, Tuula 2008. Ihmisen vahvuudet auttavat selviytymään. Teoksessa Määttä, Kaarina & Uusitalo, Tuula (toim.) 2008. *Kasvatuspsykologian näkökumia ihmisen voimavarojen tueksi*. Juvenes Print. Tampere. 7–9.

Määttänen, Kirsti 1996. Muisti ja muistamisen tunnot. Teoksessa Määttänen, Kirsti & Nevanlinna, Tuomas (toim.) 1996. *Muistikirja. Jälkien jäljillä*. Tutkijaliiton julkaisusarja 80. Kirjapaino Oy Like. Helsinki. 10–25.

Määttänen, Kirsti & Nevanlinna, Tuomas 1996. Esipuhe. Teoksessa Määttänen, Kirsti & Nevanlinna, Tuomas (toim.) 1996. *Muistikirja. Jälkien jäljillä*. Tutkijaliiton julkaisusarja 80. Kirjapaino Oy Like. Helsinki. 7–9.

Peltoniemi, Teuvo 2010. Saatesanat. Teoksessa Ilva, Minna; Roine, Mira & Takala, Janne (toim.) 2010. *Lapsuus päihteiden varjossa – vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä*. A-klinikkasäätiö. Multiprint Oy. Helsinki. 3–4.

Perälä-Littunen, Satu 2004. Cultural images of a good mother and a good father in three generations. Jyväskylä University Printing House. Jyväskylä.

Polkinghorne, Donald 1995. Narrative configuration in qualitative analysis. Teoksessa Hatch, J. Amos & Wisniewski, Richard (toim.) 1995. Life history and Narrative. RoutledgeFalmer. Lontoo. 5–23.

Poukkula, Kaisu 1990. Lapsi alkoholistiperheessä – Miten vanhempien alkoholinkäyttö vaikuttaa lapsiin. Raittiustoimiston julkaisuja nro 3. Helsingin kaupunki.

Punamäki, Raija-Leena 2001. Kiintymyssuhteen ja traumaattisen kokemuksen yhteys. Teoksessa Sinkkonen, Jari & Kalland, Mirjam (toim.) 2001. Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Tummavuoren kirjapaino Oy. Vantaa. 174–197.

Päihdetilastollinen vuosikirja 2011. Alkoholit ja huumeet. Terveystieteiden tutkimuslaitos.
<http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/0f25bf0a-ad0c-4294-9e44-5ac2cf5fe544> Katsottu 29.10.2013.

Romakkaniemi, Marjo 2011. Masennus. Tutkimus kuntoutumisen kertomusten rakentumisesta. Lapin yliopistokustannus. Rovaniemi.

Romanoff, Bronna 2001. Research as therapy: The power of narrative to effect change. Teoksessa Neimeyer, Robert (toim.) 2001. Meaning reconstruction & the experience of loss. American Psychological Association. Washington, DC. 245–257.

Ronkainen, Suvi; Pehkonen, Leila; Lindblom-Ylänne, Sari & Paavilainen, Eija 2011. Tutkimuksen voimasanat. WSOYpro Oy.

Roos, Jeja-Pekka 1988. Elämäntavasta elämäkertaan. Gummerus kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2009. Menetelmäopetuksen tietovaranto. KvaliMOTV. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Tampereen yliopisto.
http://www.fsd.uta.fi/fi/julkaisut/motv_pdf/KvaliMOTV.pdf Viitattu 17.2.2014.

Saarto, Ari 1987. Perheen alkoholinkäyttö lapsen kannalta: ”lapsi alkoholistiperheessä” tutkimusten valossa. Helsingin kaupunki. Raittiustoimiston julkaisuja nro 1.

Saarto, Ari 2010. Lapsikeskeinen päihdetyö kehittämis- ja tutkimushaasteena. Teoksessa Ilva, Minna; Roine, Mira & Takala, Janne (toim.) 2010. Lapsuus päihteiden varjossa – vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä. A-klinikkasäätiö. Multiprint Oy. Helsinki. 5–6.

Saramäki & Saranpää 2000. Lapsi ja alkoholistiperhe. Pro gradu -tutkielma. Lapin yliopisto. Rovaniemi.

Savonlahti, Elina; Pajulo, Marjukka & Piha, Jorma 2003. Päihdeäidit, vauvat ja varhainen vuorovaikutus. Teoksessa Niemelä, Pirkko; Siltala, Pirkko & Tamminen, Tuula (toim.) 2003. Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. WS Bookwell Oy. Juva. 327–337.

Savukoski, Marika 2008a. Vapaaksi anoreksian kahleista. Narratiivinen tutkimus selviytymispoluista. Lapin yliopisto. Rovaniemi.

Savukoski, Marika 2008b. Irti anoreksian kahleista. Teoksessa Määttä, Kaarina & Uusitalo, Tuula (toim.) 2008. Kasvatuspsykologian näkökumia ihmisen voimavarojen tueksi. Juvenes Print. Tampere. 143–158.

Seligman, Martin & Csíkszentmihály, Mihaly 2000. Positive psychology. An introduction. *American Psychologist*. Vol 55. No. 1. 5–14.

<http://www.ppc.sas.upenn.edu/ppintroarticle.pdf> Katsottu 20.4.2014.

Sinkkonen, Jari 2001. Kiintymyssuhteen häiriöiden yhteydet psykopatologiaan. Teoksessa Sinkkonen, Jari & Kalland, Mirjam (toim.) 2001. Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Tummavuoren kirjapaino Oy. Vantaa. 146–173.

Smith, Ruth & Werner, Emmy 1982. *Vulnerable but invincible. A study of resilient children*. McGraw-Hill Book Company. New York.

Smith, Ruth & Werner, Emmy 2001. *Journeys from childhood to midlife – Risk, resilience and recovery*. Ithaca and London. Cornell university press.

Spalding, Nicola & Phillips, Terry 2007. Exploring the use of vignettes: From validity to trustworthiness. *Qualitative Health Research*. 17(7). 954–962.

Suomen laki. Finlex. Valtiosopimukset. Asetus lapsen oikeuksia koskevan yleissopimuksen voimaansaattamisesta sekä yleissopimuksen eräiden määräysten hyväksymisestä annetun lain voimaantulosta.

<http://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1991/19910060> Katsottu 29.10.2013.

Taitto, Annika 2002. Päihdeongelma perheessä – Huomaa lapsi. Lasten keskus. Jyväskylä.

Takala, Janne & Ilva, Minna 2011. Mikä suojaa nuorta aikuisten alkoholinkäytön aiheuttamilta haitoilta? *Yhteiskuntapolitiikka* 77 (2012): 2.

<http://www.thl.fi/attachments/yp/2012/2/takala.pdf> Katsottu 18.12.2013.

Takala, Janne & Roine, Mira 2013. Nuorten kokemuksia aikuisten alkoholinkäytöstä. Teoksessa Warpenius, Katariina; Holmila, Marja & Tigerstedt, Christoffer (toim.) 2013. Alkoholit ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Juves Print. Suomen Yliopistopaino Oy. Tampere. 24–35.

Utoslahti, Kirsi & Peltoniemi, Teuvo (toim.) 2003. *Pikkuaikuisia – Kirjoituskilpailun kertomuksia ja tutkimustietoa Lasinen lapsuus –hankkeesta. A-klinikkasäätiön raportti-sarja nro 42*. Gummerus. Jyväskylä.

Uusitalo, Tuula 2006. Miten päästä yli mahdottoman? Narratiivinen tutkimus itsemurhamenetyksistä. Lapin yliopisto. Rovaniemi.

Valkonen, Leena 2006. Millainen on hyvä äiti tai isä? Viides- ja kuudesluokkalaisten lasten vanhemmuus käsitykset. Jyväskylän University Printing House. Jyväskylä.

Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä 1999. Vanhemmuuden roolikartta. <http://www.sosiaaliportti.fi/File/2f301bbb-6cc1-4f0b-88ba-f0ca737f82f6/Vanhemmuuden%20roolikartta.gif> Katsottu 17.4.2014.

Vilkko, Anni 1996. Muistan kuinka... Elämäkartamuistelemisesta elämäkertakirjoituksissa. Teoksessa Määttä, Kirsti & Nevanlinna, Tuomas (toim.) 1996. Muistikirja. Jälkien jäljillä. Tutkijaliiton julkaisusarja 80. Kirjapaino Oy Like. Helsinki. 98–113.

Vilkko, Anni 1997. Omaelämäkerta kohtaamispaikkana. Naisen elämän kerronta ja luenta. Tammer-Paino Oy. Tampere.

Vilkko, Anni; Sulander, Tommi; Laitalainen, Elina & Finne-Soveri, Harriet 2010. Miten iäkkäät suomalaiset juovat? Teoksessa Mäkelä, Pia; Mustonen, Heli & Tigerstedt, Christoffer (toim.) 2010. Suomi juo. Yliopistopaino. Helsinki. 142–153.

Väisänen, Virpi 2006. Kasvuperheen alkoholismin tyttäriin jättämät jäljet. Pro gradu -tutkielma. Lapin yliopisto. Rovaniemi.

Warpenius, Katariina; Holmila, Marja & Tigerstedt, Christoffer (toim.) 2013. Alkoholit ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Juves Print. Suomen Yliopistopaino Oy. Tampere.

Warpenius, Katariina; Holmila, Marja & Tigerstedt, Christoffer 2013. Johdanto. Teoksessa Warpenius, Katariina; Holmila, Marja & Tigerstedt, Christoffer (toim.) 2013. Alkoholit ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Juves Print. Suomen Yliopistopaino Oy. Tampere. 5–10.

Warpenius, Katariina & Tigerstedt, Christoffer 2013. Miten alkoholitutkimus käsitteellistää haitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle? Teoksessa Warpenius, Katariina; Holmila, Marja & Tigerstedt, Christoffer (toim.) 2013. Alkoholit ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Juves Print. Suomen Yliopistopaino Oy. Tampere. 11–21.

Woititz, Janet 1989. Irti noidankehästä. Alkoholistien aikuiset lapset. Kirjapaja. Helsinki. Suomentanut Hannu Savolainen.

Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Tutkimusaineistojen tiedonhallinnan käsikirja – Tutkittavien informointi. Tampereen yliopisto. <http://www.fsd.uta.fi/tiedonhallinta/osa3.html> Katsottu 17.12.2013.

Julkaisemattomat lähteet:

Pöyliö, Anni & Tarkka, Anne 2011. ”Kännissä siitä tuli ihan niinku toinen persoona” – Äidin alkoholiongelman vaikutuksia lapseen ja lapsen elämään. Kandidaatin työ. Lapin yliopisto. Rovaniemi.

Pöyliö, Anni 2012. Lapsi – äidin päihdeongelman varjossa. Pro seminaari -työ. Lapin yliopisto. Rovaniemi.

Liite 1.**Osallistumispyyntö pro gradu -tutkielmaan**

Hei,

Opiskelen kasvatustiedettä Lapin yliopistossa. Etsin tutkimushenkilöitä tekeillä olevaan pro gradu -tutkielmaani *Alkoholiongelmaisten vanhempien lasten kokemukset ja selviytyminen*. Etsin kirjoittajiksi henkilöitä (erityisesti miehiä), jotka ovat lapsuudessaan eläneet alkoholiongelmaisen vanhemman/vanhempien kanssa. Tarkoituksena on, että tutkimushenkilöt kirjoittavat omaelämäkertansa liittyen lapsuuden kokemuksiinsa sekä selviytymiseensä (Ohjeet liitteenä). Käytän tutkielmassani lainauksia tutkimushenkilöiden kirjoittamista omaelämäkerroista. Ehtona tutkielmaan osallistumiselle on täysikäisyys.

Turvaan tutkielman teossa tutkimushenkilöiden anonymiteetin eli tutkielmaan osallistuvien henkilöiden nimet, yhteystiedot ym. tunnistetiedot eivät tule ulkopuolisten tietoon. Jos tutkimushenkilö niin haluaa, myös nimimerkillä kirjoittaminen on mahdollista. Tutkimushenkilöiden anonymiteetin suojaamiseksi tulostan mahdolliset sähköpostilla tulleet vastaukset paperille, jonka jälkeen poistan ne sähköpostistani.

Vastaan mielelläni tutkielmaani liittyviin kysymyksiin.

Yhteistyöterveisin,

Anní Pöylyö

apoylio@ulapland.fi

Liite 2.**OMAEELÄMÄKERRAN KIRJOITTAMINEN**

Kerro omin sanoin alkoholiongelmaisen vanhemman/vanhempien kanssa eletystä lapsuudesta ja selviytymisestä. Voit kirjoittaa omalla nimellä tai nimimerkillä; liitätähän kuitenkin mukaan sukupuolesi ja syntymävuotesi. Vastaanottamani omaelämäkerrat tulkitsem suostumukseksi osallistua tutkielmaani. Osallistuminen on myös mahdollista perua, mikäli sinusta siltä tuntuu.

Voit käyttää alla olevia kysymyksiä apuna kirjoittaessasi.

Kerro lapsuudestasi.

Millaisia muistoja sinulla on lapsuudestasi?

Kuvaile perheenjäseniäsi (äitiä, isää, sisaruksia, itseäsi, ym.) ja heidän roolejaan perheessä.

Millaista perheenne arki oli?

Millaisia olivat viikonloput tai juhlapyhät?

Kerro vanhempasi/vanhempiesi ongelmista alkoholinkäytössä.

Milloin ja miten huomasit vanhemmallasi olevan ongelmia alkoholinkäytössä?

Kuvaile vanhempasi alkoholinkäyttöä.

Millainen vanhempasi oli humalassa?

Miten itse toimit tai mitä teit vanhempasi ollessa humalassa?

Millaisia tunteita vanhemman alkoholinkäyttö ja humala herättivät sinussa?

Kuvaile elämääsi tällä hetkellä.

Mitä elämääsi kuuluu nyt? (perhe, koti, sukulaiset, ystävät, opiskelu/työ, harrastukset jne.)

Koetko itsesi selviytyjäksi?

Mitkä asiat ovat mielestäsi vaikuttaneet siihen, että olet (et ole) selviytynyt?

Lopuksi voit halutessasi hahmotella aikajanan (aikajana alkaa syntymästä ja päättyy nykyhetkeen), johon merkitset elämääsi liittyviä tapahtumia, käännekohtia tai muita sinulle tärkeitä asioita.

Kiitos jo etukäteen vastauksesta.

Palautathan omaelämäkerran 31.1.2014 mennessä sähköpostiin (apoylio@ulapland.fi).

Liite 3.

Taulukko 1. Tutkimushenkilöiden kuvailu

	Isällä alko- holiongel- ma	Äidillä alkoho- liongelma	Huos- taanotto	Terapia	Selviytyjä?
M1	x	x		x	x
N1	x	x	x		x
N2	x				x
N3	x			(x)	x
N4	x	x			x
N5	x				x
N6	x	x	x		x
N7	x			(x)	x
N8	x	x		x	<i>Ei, usko selviytymi- seen</i>
N9	x	x		x	<i>Ei ole vielä</i>
N10	x	x	x	x	x
YHT.	11	7	3	6	9