

**This is an electronic reprint of the original article.
This reprint *may differ* from the original in pagination and typographic detail.**

Author(s): Pirskanen, Henna; Holmila, Marja; Kataja, Kati; Simonen, Jenni; Tigerstedt, Christoffer

Title: Alkoholismista toipuneen paluu vanhemmuuteen

Year: 2016

Version:

Please cite the original version:

Pirskanen, H., Holmila, M., Kataja, K., Simonen, J., & Tigerstedt, C. (2016). Alkoholismista toipuneen paluu vanhemmuuteen. In M. Holmila, K. Raitasalo, & C. Tigerstedt (Eds.), *Sukupolvien sillat ja kasvamisen karikot : vanhemmat, lapset ja alkoholi* (pp. 48-62). Raportti (terveyden ja hyvinvoinnin laitos), 25. Helsinki, Finland: Terveystieteiden tutkimuskeskus. Retrieved from <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-738-1>

All material supplied via JYX is protected by copyright and other intellectual property rights, and duplication or sale of all or part of any of the repository collections is not permitted, except that material may be duplicated by you for your research use or educational purposes in electronic or print form. You must obtain permission for any other use. Electronic or print copies may not be offered, whether for sale or otherwise to anyone who is not an authorised user.

Alkoholismista toipuneen paluu vanhemmuuteen

*Henna Pirskanen, Marja Holmila, Kati Kataja,
Jenni Simonen & Christoffer Tigerstedt*

Millaista on vanhemmuus päihdeongelmasta toipumisen jälkeen? Mikä vanhemmuudessa on keskeistä ja tärkeää, entä mikä on haastavaa? Tässä luvussa kerromme, kuinka teini-ikäisten lasten vanhemmat, joilla on menneisyydessä ollut alkoholi- tai huumeongelmia, näkevät vanhemmuutensa ongelmistaan toivuttuaan.

Vanhemman päihdeongelman aiheuttamista vahingollisista vaikutuksista ja riskeistä lapselle on 2000-luvulla kertynyt arvokasta tutkimustietoa. Vahingolliset vaikutukset voivat vaihdella lievistä vakaviin. Vanhemmuus voi kadota tai heikentyä päihdeongelman aikana, mutta joissain tapauksissa vanhemmat pystyvät ongelmistaan huolimatta tarjoamaan lapselleen suhteellisen turvallisen lapsuuden. (1–6.) Alkoholia tai muita päihteitä ongelmallisesti käyttävien vanhempien ajatellaan usein olevan itsekkäitä; lapsiinsa he suhtautuvat välinpitämättömästi ja huolimattomasti (7, 8). Tutkimustulokset piirtävät kuitenkin myös toisenlaista kuvaa. Päihdeongelmallisille vanhemmille, samoin kuin jo päihdeongelmasta toipuneille vanhemmille, lapset ovat usein tärkeitä, ja heillä saattaa olla voimakas toive olla mahdollisimman hyviä vanhempia myös päihdeongelmansa aikana. Toiveistaan huolimatta heidän vanhemmuutensa voi jäädä puutteelliseksi, jolloin perhe-elämä voi kokea vaurioita. Joka tapauksessa he ovat tietoisia kulttuurimme asettamista vahvoista ”hyvän” vanhemmuuden odotuksista, ja ne myös vaikuttavat heidän toimintaansa. Esimerkiksi hyvään vanhemmuuteen liitetään odotuksia rakkaudesta, hoivasta, ajan antamisesta lapselle ja arkipäivän rutiinien hoitamisesta. Odotuksena on myös, että ”hyvä vanhempi” ei käytä päihteitä itselleen

ja läheisilleen vahingollisella tavalla. (8–13.) Niinpä vanhemmat voivat arvostaa vanhemmuuttaan, äitiyttä tai isyyttä, päihdeongelmistaan huolimatta, vaikka vanhemmuus ja päihdeongelma voi olla hyvin ristiriitainen yhdistelmä. Usein on lisäksi todettu, että perhe ja lapset voivat olla tärkeä motivoiva tekijä vanhemman toipuessa päihdeongelmastaan. (7, 11, 14, 15.) Voidaan myös olettaa, että vanhemman toipuminen johtaa muutoksiin vanhemmuudessa ja perhe-elämässä.

On vain vähän tutkimustietoa siitä, mitä vanhemmuudelle tapahtuu päihdeongelmasta toipumisen *jälkeen* tai kuinka vanhemmat silloin näkevät vanhemmuutensa. Sen sijaan on olemassa tutkimusta vanhemmuuden kokemuksista päihdehoidon aikana ja itse päihdehoitoprosesseista (8, 9, 11, 16). Niissä on huomattu, että yksilön identiteetin etsintä ja muutos voivat olla tärkeitä tekijöitä riippuvuuden ymmärtämisessä ja siitä toipumisessa (17–19).

Elina Virokannas (9) tutki päihdeongelmaisten äitien äitiysidentiteettejä. Hän oli kiinnostunut siitä, kuinka nämä identiteetit muotoutuivat suhteessa lastensuojelun viranomaisiin. Hänen haastattelemansa äidit olivat toipumassa päihdeongelmistaan. Virokannas havaitsi, että äitien identiteetit vaihtelivat vastuullisesta, apua hakevasta äitiydestä stigmatisoituun, lastensuojelua vastaan taistelevaan äitiyteen. Arja Ruisniemen (14) tutkimuksessa suhde lapseen oli tärkeä päihderiippuvuudesta toipuille vanhemmille. Etenkin kun vanhemman ja lapsen välinen luottamus lisääntyi, vanhemmuudesta tuli merkittävä voimavara elämänmuutoksessa. Vanhemman, isän tai äidin, kokemus itsestään ja roolistaan heijastui siten heidän lapsiinsakin ja hitsasi perhettä yhteen. Einat Peled, Belle Gavriel-Fired ja Noam Katz (11) puolestaan erottivat neljä vaihetta päihdeongelmaisten isien identiteetin muodostumisessa. Nämä olivat poissaolo, havahtuminen, vastuunotto ja päätös uudistaa itseään isänä. Tutkijat havaitsivat, että toipumisen aikana isät voivat vanhemmuuteen havahtumisestaan huolimatta kokea ristiriitoja ja epävarmuutta vanhemman roolistaan. Arvelemme, että näin on laita vanhemmilla myös päihdeongelmista toipumisen jälkeen. Kuitenkin vanhemmuutta voinee tässä havahtumisvaiheessa kuvailla uudelleenlöydetyksi tai uudistuneeksi vanhemmuudeksi verrattuna vanhemmuuteen päihdeidenkäytön aikana (11). Huomioimme samalla, että vanhempana voi toimia eri tavoin ja painotuksin niin päihdeongelman aikana kuin sen jälkeenkin. Vanhemmat ovat keskenään erilaisia siinä, kuinka he ovat pystyneet ylläpitämään perhe-elämää ja siinä, millaista perhekulttuuria he ovat pyrkineet toteuttamaan arjessa lapsen kanssa.

Lähestymme teemaa vanhempien näkökulmasta. Haastattelemamme päihdeongelmia kokeneet vanhemmat (yhteensä 32: 15 äitiä ja 17 isää) olivat käyneet läpi onnistuneen päihdehoidon ja toipuneet ongelmistaan

(ks. tarkemmin liite 1). Heillä oli ollut ongelmia joko alkoholin, huumeiden tai molempien kanssa. Kysymme, miten nämä vanhemmat kuvailevat uudelleen löytämäänsä vanhemmuutta.

Päihdeongelmista toipuneiden vanhempien näkemyksiä vanhemmuudestaan

Vanhempien toipuminen päihdeongelmista oli muuttanut heidän näkemyksiään vanhemmuudesta monin eri tavoin. He tiedostivat ongelmallisen alkoholin tai huumeidenkäyttönsä seuraukset lapsilleen. Esimerkiksi lasten negatiiviset tunteet kuten huoli, epävarmuus tai traumatisoituminen mainittiin yli puolessa haastatteluista. Vanhemman poissaolo ja sen myötä läsnäolon puute lapsen näkökulmasta ja ylipäänsä päihteidenkäytön negatiiviset seuraukset ja lasten kärsiminen saivat myös paljon mainintoja. Vanhempi-lapsisuhteen kärsimistä vaurioista, yhteyden menettämisestä lapseen ja lapsen huostaanotosta puolestaan puhuivat hieman alle puolet haastateltavista.

Vanhemmat käsittivät toipumisensa päihteistä tärkeänä käännekohdana elämässään. Toipuminen voi olla yhtä voimallinen elämänmuutos kuin muut hyvin merkitykselliset myönteiset tai kielteiset elämänkriisit. (11, 20, 21.) Vanhemmat pohtivat haastatteluissa myös ongelmallista menneisyyttään, jonka he näkivät nyt, nykyhetkessä uudella tavalla. Samalla he suuntasivat katseensa tulevaisuuteen ja miettivät, millaisia vanhempia he haluavat olla lapsilleen jatkossa.

Aiemman tutkimuksen innostamina tunnistimme aineistossamme kolme tekijää, joiden varassa vanhemmat määrittelivät omaa vanhemmuuttaan. Ensimmäinen tekijä koskee *kokeneisuutta vanhempiana* eli tunnetta siitä, hallitseeko vanhemmuuteen liittyviä taitoja ja tehtäviä (22). Toista tekijää kutsumme *vanhemmuuden ydintehtäviksi* jotka perustuvat yhtäältä vanhemmuuden tunnetyöhön eli rakkauden osoittamiseen ja hoivan antamiseen ja toisaalta arkipäivän pyörittämiseen kuten ruuanlaittoon, siivoukseen sekä perheen ja lapsen päivärytmin ylläpitämiseen (13). Kolmas tekijä liittyy päihteiden käytön seurauksiin lasten elämässä ja perheen arjen selviytymisessä (9, 19).

Haastatellut vanhemmat painottivat omaa vanhemmuuttaan eri tavoin suhteessa näihin tekijöihin. Tämän perusteella tunnistimme kuusi erilaista vanhemmuuden painotusta, jotka voidaan nimetä seuraavasti: harjoittelijavanhempi, osaava vanhempi, tunnetyön tekijä, arkipäivän pyörittäjä, kamppailija ja optimisti. Taulukko 1 havainnollistaa nämä kuusi vanhemmuuden painotusta.

TAULUKKO 1. Vanhemmuuden painotukset

	Oman vanhemmuuden painotus	
Kokeneisuus vanhempana	Harjoittelijavanhempi	Osaava vanhempi
Vanhemmuuden ydintehtävät	Tunnetun tekijä	Arkipäivän pyörittäjä
Päihteidenkäyttäjän seuraukset	Kamppailija	Optimisti

Vanhemmat saattoivat haastattelussa painottaa vanhemmuuttaan useammalla kuin yhdellä tavalla. Sama vanhempi saattoi pitää itseään esimerkiksi sekä harjoittelijavanhempana että kamppailijana. Joskus kaksi tai kolmekin vanhemmuuden painotusta oli vanhemman puheessa yhtä vahvoja tai vaihtoehtoisesti yksi niistä hallitsi. Jos haastateltavat hahmotivat vanhemmuuttaan usealla tavalla, painotukset olivat välillä keskenään ristiriitaisiakin. Tämä ei tulostemme kannalta kuitenkaan ole ongelma, vaan osoittaa, kuinka monikerroksista ja ristiriitaista vanhemmuus ylipäänsä voi olla.

Ehkä yllättäen äidit ja isät eivät eronneet juuri toisistaan siinä, kuinka he näkivät vanhemmuutensa. Äidit mielsivät itsensä isiä hieman useammin tunnetun tekijöiksi kun taas isät omaksuivat äitejä useammin optimistin asenteen. Seuraavaksi esittelemme vanhemmuuden näkemyksiä tarkemmin.

Vanhemmuuden ”harjoittelua”

Osa haastattelemistamme vanhemmista koki, että toipumisen jälkeen he opettelivat ensimmäistä kertaa vanhempana oloa. Heiltä oli kertomansa mukaan aiemmin pitkälti puuttunut sosiaalinen tai psykologinen vanhemmuus. Perheellä ei ollut tarpeeksi vakituisia käytäntöjä ja yhdessä vietetty aika oli liian vähäistä. Siksi heidän kokemuksensa vanhemmuudesta oli vähäistä ja he katsoivat vasta harjoittelevansa vanhemmuuttaan. Heidän päihteiden käyttönsä oli voinut häiritä vanhemmuutta jo lapsen ensimmäisistä vuosista, tai lapsi oli otettu huostaan jo pienenä ja palautettu kotiin vanhemman toivuttua päihdeongelmastaan. Vanhemmasta oli näin saattanut tulla ensimmäistä kertaa ”todellinen” vanhempi lapselleen tämän ollessa teini-ikäinen: *”Se on just semmosta opettelu. Kun [nuori] on muuttanu [kotiin sijaisperheestä], ja on yhtäkkiä tullu teinilapsen äidiks, niin se on ollu semmosta hakemista. Kun normaalisti sä saat sopeutua niihin uusiin juttuihin mitä tulee kun lapsi kasvaa. Niin tää on ollu haastava juttu.”* (Katja)¹

¹ Vanhempien anonymiteetin säilyttämiseksi emme mainitse sitaateissa haastattelujen numeroa vaan ainoastaan haastateltavan muutetun nimen.

Kun päihdeongelmat vaivasivat, vanhempi oli saattanut jättää lapsensa nykyisen tai entisen puolison vastuulle ja ottaa itse sivustakatsojan aseman. Nykyisessä päihhteettömässä tilanteessa he olivat siten ”harjoittelijoita” paitsi suhteessa lapseen joissain tapauksissa myös suhteessa lastensuojeluun, esimerkiksi perhepalveluihin ja -terapiaan, joihin he osallistuivat vahvistaakseen vanhemmuuttaan.

Paula: He [lapset] haluaa, että oon kiinnostunu heidän asioista. Et se on tullu aika isona tai sillai, et [nuori] on ite sanonutkin, et kun sua ei kiinnosta. Ja nyt kun oon yrittäny sitä, niin sit ei oo enää tullu sitä [palautetta]. Et kun osais oikeessa paikassa kysyä, et mihin te meette ja ketä teitä on siellä ja mitä te teette ja läksyistä. [...] Sit mulla on perhekuntoutus ollu, tai ensin perhetyö.

Vaikka vanhemmuuden opettelu ja elämä lapsen kanssa oli joskus haastavaakin, perhe-elämä oli myös suuri ilon aihe jokapäiväisessä elämässä ja tarjosi uusia oivalluksia ja kokemuksia:

Piia: [S]itten on hirveesti pinnassa näitä hyviä, että kun siis [on] ollu raittiina, niin kaikki on taas alkanu olemaan kivaa. [...] Ja hirveesti lisääntyny lasten kanssa, just oli palaveri, että nyt jouluna tulee [lapset] yöks. Ei oo kertaakaan ollu mun luona yötä tässä uudessa asunnossa. Niin nyt rupee pyörimään nää yöt.

”Harjoittelijavanhemmat” pyrkivät laajentamaan omaa osaamistaan vanhempina. Samalla heidän tämänhetkiset taitonsa vanhempina olivat heidän omasta mielestään vielä rajallisia, mutta edistystä tapahtui jatkuvasti. Näin he myös rakensivat perhekulttuuria luomalla omia rutiineja, tapoja ja sääntöjä. Heidän käsityksensä vanhemmuuden vaatimuksista ja edellytyksistä olivat muuttuneet toipumisen jälkeen, ja he suhtautuivat kriittisesti aiempaan vanhemmuutensa.

Kokemusta vanhemmuudesta ajalta ennen päihdeongelmia

Aineistossamme oli myös vanhempia, jotka pitivät itseään kokeneina ja osaavina vanhempina. Osa näistä vanhemmista oli tullut vanhemmiksi vuosia ennen päihdeongelmiaan ja joissain tapauksissa heidän päihdeongelmansa olivat jääneet lyhytkestoisiksi. He olivat siten ehtineet omaksua monipuoliset vanhemmuuden taidot niinä vuosina, joina he olivat eläneet perhearkea lapsen kanssa ennen päihdeongelman kehittymistä. Näille vanhemmille esimerkiksi arjen pyörittäminen, sääntöjen asettaminen, lasten kasvattaminen ja kiintymyksen näyttäminen olivat luonnollinen osa perhekulttuuria.

Raili: [E]ttä tämmösiä käytännön sääntöjä, et katotaan aamun tavarat valmiiksi illalla ja Eevi on toteuttanu niitä hyvinkin pienestä ja toteuttaa edelleen. Ja sit just, että semmonen läksyistä huolehtiminen, et toimii hyvin se, [...] lapsen kanssa mulla on aina ollut sellaset läheiset ja lämpimät välit, et ihan halailtaan ja pusutellaan.

Osaavat vanhemmat kertoivat, että päihdeongelmat olivat sotkeneet normaalia elämää lapsen kanssa, mutta päihdeongelman selättämisen jälkeen vanhemmuus jatkui pitkälti samanlaisena. Koska vanhemmuus ei siis ollut ”kadonnut” minnekään päihteiden käytön aikana, nämä vanhemmat eivät nähneet olennaista eroa vanhemmuudessaan ennen päihdeongelmaa ja sen jälkeen. Vanhemmuutta saattoi vahvistaa myös oman koulutuksen kautta kertynyt tieto.

Mikael: Meillä on ollu aina avoimet [välit] ja kaikki on ihan siltä osin jees, [...] mutta tuo alkoholi on aiheuttanu tiettyjä ongelmia. [...] Et mä tiedän nämä hommat, et oon opiskellut, muun muassa kasvatustieteitä.

Tämä isä oli elänyt vuosia lapsensa kanssa ja toiminut täysipainoisena isänä ennen päihderiippuvuuden kehittymistä. Koska osaaviksi vanhemiksi itsensä luonnehtivat haastateltavat olivat kokeneita vanhempia jo ennestään, päihdeongelmasta toipumisen jälkeen he saattoivat kokea vanhemmuuden uudelleen löytämisen ja ennalleen palauttamisen suhteellisen vaivattomaksi. Menneisyydessä omaksuttujen perhettä yhteisten sitovien toimintatapojen ja käytäntöjen elvyttäminen oli mahdollista. Nämä vanhemmat tiedostivat toki päihdeongelman aiheuttaneen kielteisiä seurauksia lapselle ja perheelle ja näkivät vanhemmuutensa kärsineen väliaikaisesti päihdeongelmansa vuoksi.

Tunnetty vanhemmuuden ydintehtävänä

Oli myös vanhempia, jotka näkivät vanhemmuutensa ennen kaikkea tunnettyinä. Heidän mielestään vanhemmuuden ydintehtäviä ovat tunteiden ja kiintymyksen osoittaminen lapsille ja tunteista puhuminen: *”Meillä halailtaan hyvin paljon ja ollaan lähekkäin ja puhutaan kauniisti toisille. Mutta se kauniisti puhuminen ei tarkoita sitä, että ei tarkoita sitä.”* (Risto)

Näiden ”tunnettyjen tekijöiden” vanhemmuus oli muutoin voinut olla rajallista, mutta siinäkin tapauksessa moni heistä oli halunnut pitää kiinni lasta kohtaan kokemastaan rakkaudesta ja näyttää tämän lapselle. Rakkaus ja kiintymys voivat säilyä, vaikka päihderiippuvuus hukuttaisi muita perhekulttuurin elementtejä alleen. Päihdeongelmasta toipumisen

jälkeen vanhemmuus oli saattanut muuttua monipuolisemmaksi, mutta tunnetyö oli heille edelleen vanhemmuuden ja perhe-elämän ydin. Vaikka he korostivat vanhemmuuden tunnepuolta nykypäivässä, tämä ei tietenkään sulkenut pois sitä, ettei heidän vanhemmuutensa voisi perustua myös arkipäivän pyörittämiseen erilaisine sääntöineen ja rutiineineen. Oli myös joitain vanhempia, jotka harjoittivat ennen kaikkea tunnetyötä samalla kun toinen vanhempi oli ottanut vastuun lapsen arjen huolehtimisesta. Näin saattoi olla tilanteissa, joissa vanhemmat olivat eronneet ja lapsi asui toisen vanhemman luona.

Tunnetyö palveli myös toipuvan vanhemman halua saavuttaa uudelleen lapsen luottamus ja käsitellä keskinäiset selvittämättömät asiat. Nämä vanhemmat katsoivat myös, että kun he opettavat lastaan tunnistamaan ja käsittelemään tunteitaan, tälle ei kehity samanlaisia ongelmia kuin vanhemmalla itsellään oli ollut. Tällöin päihdeongelmien taustalla nähtiin osittain olevan oma paha olo ja kykenemättömyys käsitellä tunteita. Vaikka moni näistä vanhemmista oli aina ongelmista huolimatta pyrkinyt näyttämään lapselleen kiintymystä, jotkut myös muistelivat, etteivät he päihdeongelmien aikaan tai niitä ennen puhuneet tunteistaan tai näyttäneet tarpeeksi selvästi, että he välittävät lapsestaan. Toipumisen jälkeen tämä oli muuttunut:

Joona: Itse oon yllättyyn siitä, kuinka avoimesti pystyy puhuu tunteista. Tulee sanottua siis ihan suoraan, että kuinka paljon rakastaa omaa tytärtä [...]Mä oon siitä koittanut puhua kans, että on mahdollisuus olla sisältäpäin ohjautuva, [...] siihen sä pystyt vaikuttamaan, että mitä (tunteita) susta ittestäs herää.

Toipumisen myötä osa vanhemmista oli havahtunut siihen, kuinka tärkeitä lapset ja perhe olivat heille. Lämmintä perhekulttuuria haluttiin vaalia. On todettu, että addiktioista kärsivillä ihmisillä on vaikeuksia tunnistaa tunteitaan ja osoittaa niitä (23). Päihdeongelmasta toipumisen jälkeen haastattelemillamme vanhemmilla tämä vaikeus poistui ja kyky osoittaa tunteita oli aiempaa parempi.

Arkipäivän pyörittystä

Osa vanhemmista korosti tunnetyön sijaan arkipäivän toimijuutta. Heidän mielestään kotitöiden, lapsen perushoidon ja muiden rutiinien hoitaminen olivat heidän vanhemmuutensa peruspilari. Ruuanlaitto, kaupassakäynti, pyykinpesu, lapsen kylvettäminen, pukeminen ja syöttäminen sekä lapsen arjen rytmien ylläpito toistuivat vanhempien puheessa. (8) Myös päihdeongelman aikana he olivat kyenneet pyörittämään perhe-

arkea, vaikka vanhemmuuden muut tehtävät olisivat jääneet tekemättä ja vaikka vanhemman omat ongelmat olisivat olleet pahojakin. Päihdeongelmasta toipumisen jälkeenkin vanhemmuuden ydin pysyi tässä perusarjen huolehtimisessa: *”Kyllä heillä aina on ollu ruoka ja vaatteet. Et siinä on ollu se läsnäolon puuttuminen se iso osa, että ei oo ollu läsnä tai ei oo osannu kasvattaa. Et en oo opettanu heitä sitoo kengännauhoja tai tällee.”* (Riikka)

Nämä vanhemmat saattoivat nähdä, että he olivat lyöneet laimin vanhemmuuden psykologisen puolen ja että heillä ei vielä tässä vaiheessa ollut riittävästi resursseja kehittää tätä puolta itsessään. Heidän vanhemmuutensa oli siis selkeästi toiminnallista (7) ja siinä mielessä riittävää, että lasta ei ollut syytä sijoittaa kodin ulkopuolelle.

Useat vanhemmat sanoivat, että he olivat myös päihteiden käytön aikana yrittäneet parhaansa ylläpitääkseen vanhemmuuttaan ja pystyäkseen tekemään kaiken sen, mikä vanhemmuudessa oli olennaisinta.

Elina: Mä olin kyllä juomisestani huolimatta, ainakin lasten kommenttien mukaan ihan natsi. Kenenkään muun ei tarvinnu tulla tiettyihin aikoihin kotiin kun meillä. Ja edelleenkin olen ihan hölmö, kun pistän kymmeneltä koneet seis ja pitää käydä nukkumaan. Kaikki muut on yön koneella, mutta näin se vaan menee.

Vanhemmat mainitsivat myös, että heidän tietyt, jo päihteiden käytön aikana toteuttamansa vanhemmuuden tavat olivat toimivia ja jatkamisen arvoisia vielä toipumisenkin jälkeen. He eivät myöskään pitäneet arkipäivän pyörittämistä kielteisenä asiana: lapsen perushoito, säännöt ja rutiinit olivat heidän mielestään välttämätön osa vanhemmuutta. Heille ne olivat tärkeitä lapselle turvallisuutta tuovia perhekulttuurin osasia, jotka säilyivät silloinkin, kun päihdeongelma vaurioitti perhe-elämää. Vanhemmat ajattelivat, että toipumisen jälkeen he pystyivät toki toteuttamaan vanhemmuuttaan paremmin ja monipuolisemmin kuin päihdeongelman aikana, mutta näkivät kuitenkin arkipäivän pyörittämisen edelleen vanhemmuuden kivijalkana.

Kai: Se arkirutiinin pyörittäminen on lähinnä mun ja vaimon harteilla, että ei kun [nuori] käy koulut ja muut, niin se normaalin rutiinin pyörittäminen menee vaimon kanssa, että ei siinäkään sen kummempii päätöksii tarvii. Että meneeks jompi kumpi kauppaan vai mennäns yhdessä. Se on aika simppele.

Oli myös merkkejä siitä, että näillä vanhemmilla oli motivaatio olla ”parempia”, monipuolisempia tai enemmän kiintymystä näyttäviä van-

hempia, mutta tämä toive ei ollut vielä toteutunut (11). Toisaalta jotkut vanhemmat katsoivat aina olleensa arkipäivän pyörittäjiä. Vastuu vanhemmuuden tunnepuolesta ja lapsen kasvatuksesta oli jäänyt ensisijaisesti puolison tehtäväksi. Tämän työnjaon ansiosta lapsi ei ollut juurikaan joutunut kärsimään siitä, että jotkut vanhemmuuden tehtävät olisivat jääneet kotona täyttämättä, sillä jompikumpi vanhemmista täytti ne. (7.) Haastattelun aikaan arkipäivän pyörittämisestä huolehtiva vanhempi oli saattanut vaihtelevassa määrin ulkoistaa vastuun vanhemmuuden psykologisesta puolesta toiselle vanhemmalle. Kuitenkin vanhemmat olivat sitä mieltä, että heidän vanhemmuutensa oli toipumisen jälkeen joka tapauksessa paranneltu versio päihdeongelman aikaisesta vanhemmuudesta.

Vanhemmuus kamppailuna

Oli myös vanhempia, jotka toipumisensa jälkeen joutuivat kamppailemaan esimerkiksi lapsensa päihde- tai mielenterveysongelmien kanssa. Päihteiden käytön aikainen kamppailu jatkui, kun vanhemmat taistelivat saadakseen lapsensa ongelmiin apua ja lapsen elämän järjestykseen. Perhe-elämä ei tänä päivänäkään ollut helppoa, kun vanhemmat tunsivat jatkuvaa huolta lapsistaan. Syntyi raskas tasapainoilutilanne, jossa oman toipumisen ja päihdeettömänä pysymisen tuli olla ykkössijalla, mutta jossa lapsen ongelmat ajoivat niiden ohi.

Laura: Lapsi käyttää päihteitä tällä hetkellä [...] Ja millon mä soitan poliisia sille ja millon mä ambulanssia joudun soittamaan ja lastensuojelussa oon juossu [...] Lastensuojelu ei suostunu laittaa sitä hoitoon vaikka mä pyysin. Et sieltä päästä ne on heittäny hanskat tiskiinkin. [...] Sit kaikki on sanonu, et miten sä jaksat ton oman päihdeongelman kans, kun nyt sun oma lapsi käyttää, että pakkohan se on jaksaa, kun ei oo vaihtoehtoja.

Välillä vanhemmat kamppailivat myös “systeemiä” vastaan, kun he joutuivat hakemaan lapselleen apua, tukea ja palveluja kunnalta, koulusta tai muilta tahoilta.

Myös ne vanhemmat pitivät itseään kamppailijoina, jotka lyhyeksi tai pitkäksi ajaksi olivat menettäneet yhteyden lapsiinsa päihdeongelman aikana ja jotka toipumisensa jälkeen pyrkivät muuttamaan sopimusta huoltajuudesta tai lapsen tapaamisoikeudesta. Esimerkiksi pitkään raittiina ollut isä, jonka tapaamisoikeutta lapsen äiti ei noudattanut, kertoi: *”Mä oon ollu viis vai kuus vuotta [raittiina]. Tota vaan yrittäny lasten-*

suojelun kautta ja mistä millonkin, niin en oo saanu mitään tukee siihen vanhemmuuteen tai edes siihen lapsen tapaamiseen. Viimeks kävin just [..] sitten siellä palaverissa, niin ei he [viranomaiset] oikein voi mitään tehdä.” (Petri)

Joskus vanhemmat käsittivät asian niin, että heidän lastensa ongelmat olivat suora jatko heidän omille menneisyyden ongelmilleen ja että lapsen ongelma oli siten tavallaan vanhemman syy. Eräs äiti selitti:

Tuula: [Nuori] tietää ikäsekseen hyvin paljon huumeiden käyttämisestä. Ja tää huolestuttaa minua hyvin paljon [..]Ja alkoholin käyttöä [lapsi] on minunkin kohdalla joutunut näkemään, kun mä oon humalassa ja mä oon alkanut riehumaan. Et hänellä on se pohja siellä, että hänellä on kaikki edellytykset, vaikka nyt sanonkin omasta lapsestani, niin kaikki edellytykset siihen karuun nuoruuteen, mikä saattais alkaa. [..M]ä teen ihan mitä tahansa siinä kohtaa, että näin ei käy. Ja että mä oon ite raitis, pysyn raittiina.

Nykyisyyteen ulottuvat ongelmat tekivät menneisyydestä irrottautumisen vaikeammaksi, eikä suhteellisen huoleton elämä ollut toipumisen jälkeenkään mahdollista. Ongelmien jälkeen haaveena oli tasapainoisempi, arkinen perhe-elämä. Lasten ongelmat muistuttivat kuitenkin vanhempia oman menneisyyden virheistä, ja siksi he tunsivat syyllisyyttä ja tuomitsivat menneet tekonsa ja vanhemmuutensa. Näin saattoi olla siitäkkin huolimatta, että vanhemman päihdeongelma tuskin oli syy lapsen ongelmiin. Vaikka vanhemmat saattoivat olla pettyneitä siitä, ettei elämä ollut tässä mielessä muuttunut helpommaksi päihdeongelmasta toipumisen jälkeen, he eivät juurikaan ilmaisseet pettymystä vaan suhtautuivat kertomaansa elämäntilanteeseen hyvin realistisesti. He kokivat, että heidän tuli yksinkertaisesti hyväksyä nykyinen elämäntilanteensa sellaisenaan.

Vaikeuksista oppia

Joillakin vanhemmilla puolestaan oli optimistinen tapa hahmottaa päihdeongelmiensa seurauksia lapselle. He katuivat menneisyyden ongelmiaan ja tekojaan ja käsittivät, että niillä oli ollut myös negatiivisia seurauksia lapsille. Silti menneisyydestä oli heidän mielestään seurannut heidän lapsilleen myös jotain positiivista. Positiivinen seuraus oli esimerkiksi se, kun lapsi oli alkanut suhtautua kielteisesti alkoholinkäyttöön nähtyään vanhemman ongelman läheltä. Näin toivottiin, ettei lapselle itselleen kehittyisi päihdeongelma:

Jukka: Hän ei alkoholia missään vaiheessa ole käyttäny, voiko olla, että on vaikka absolutisti [...]. Niin varmasti on ollu jo semmonen [haastateltavan oma] isän rooli, joka sen alkoholinkäytön suhteen on ollu negatiivista, että ei. [...] Niin ehkä siinä on [nuori] tajunnu sen, että ei toimi tää homma.

Vanhemmat otaksuivat, että heidän oma kielteinen menneisyytensä toimisi lapselle hyvänä varoituksena: *"[Nuori] sano, et "kuule oli sellanen esimerkki kotona, että ei oo tänä päivänä tehny [alkoholia] mieli". [...] Mä sanoin, et on se hyvä, et mä oon jotain hyvää pystyny sillä juomisellani tekemään."* (Anja)

Lisäksi vanhemmat saattoivat ajatella, että heidän kokemansa ongelmat olivat tehneet heistä parempia vanhempia, koska he olivat oppineet näkemään puutteensa selkeämmin. Heistä oli ironistakin, että heidän rankkojen kokemustensa ja hoidossa saamansa opin ansiosta heidän lapsistaan tulisi parempia ihmisiä ja vanhempia kuin he itse olivat mielestään olleet.

Jaakko: [Nuori] on itse asiassa paljo paremmassa tilanteessa, kun valtaosa nuorista. Mä uskon, että ei niissä muissa perheissä sillä lailla keskustella. On perheitä toki, jossa ei oo koko ongelmaa olemassakaan. Ei oo tarvetta ollu keskustella ja sit ne perheet missä on juova vanhempi, jolla on ongelma, mutta se ei oo hoidossa, niin siellä vielä vähemmän keskustellaan. Siellä se ongelma varsinkin salataan ja vedetään kokonaan piiloon.

Nämä oppia ottaneet vanhemmat olettivat, etteivät he enää poikenneet mainittavasti muista vanhemmista. Se, että he olivat oppineet menneisyytensä ansiosta monia asioita, oli myönteistä perhe-elämän kannalta, sillä esimerkiksi hoidon myötä opittu keskusteleva ja avoin perhekulttuuri, johon "Jaakko" viittaa, voi luoda yhteisyyden tunnetta perheenjäsenten välille. He olivat omaksuneet optimistisen tavan selittää kohtamiaan vaikeuksia (24). Tällä strategialla he pystyivät rakentamaan siltaa menneisyyden ja tämän päivän vanhemmuutensa välillä.

Lopuksi

Kuusi vanhemmuuden painotusta – harjoittelijavanhempi, osaava vanhempi, tunnetyön tekijä, arkipäivän pyörittäjä, kamppailija ja optimisti – korostivat erilaisia asioita vanhemmuudessa. Vanhemmuuden näkeminen harjoittelemisena tai omaa kokeneisuutta painottaen ovat kolikon kääntöpuolia hahmotettaessa oman kokemuksen tasoa päihteistä toipumisen jälkeen. Tunnetyön tekeminen ja arkipäivän pyörittäminen ovat vastaavasti kaksi erilaista vanhemmuuden ydintehtävää koskevaa painotusta: korostetaanko vanhemmuudessa rakkautta ja kiintymystä, vai arkipäivän rutiineja ja toimivuutta? Molemmat painotukset voivat olla perhettä koossapitäviä voimia. Kolmas ulottuvuus, päihdeongelman seuraukset lapsille, puolestaan tekee näkyväksi sen, että vanhemmuus voidaan mieltää edelleen jatkuvana kamppailuna menneisyyden päihdeongelmien vuoksi tai että vanhemmat voivat optimisteina pyrkiä näkemään ongelmistaan seuranneen jotakin hyvää lapsilleen ja että vaikeuksista voi siten oppia myös perhe-elämässä. Kaikkia kuutta vanhemmuuden painotusta yhdistää toki se, että jokainen vanhempi on tavallaan selviytyjä, sillä he ovat onnistuneet selättämään päihdeongelmansa ja samalla ottaneet ison askeleen vanhemmuudessaan. Luonnollisestikaan vanhemmat eivät kokeneet vanhemmuuttaan täydelliseksi ja näkivät, ettei vanhemmuus ollut aina helppoa, mutta yhtäkaikki perhe-elämä oli heille tärkeää.

Vanhemmat voivat olla varsin tietoisia vanhemmuuden ihanteista, mutta kuten vanhemmuudessa usein, ristiriidat ovat samanaikaisesti läsnä. Onnistuneen hoidon ja terapian näkökulmista tietyt näkemykset omasta vanhemmuudesta voivat olla toivottavia tai vahingollisiakin. Siksi vanhemmuuden painotusten tunnistaminen ja ymmärtäminen on tärkeää sekä vanhemmille itselleen että päihdeongelmaisten vanhempien kanssa työskenteleville esimerkiksi päihdehoidossa ja perhe- ja yksilöterapiassa. Niiden tunnistaminen auttaa vahvistamaan vanhempien omia voimavaroja suhteessa vanhemmuuteensa.

Jos vanhemmalla on toive toimia hyvänä tai ”riittävänä” vanhempana lapselleen, toive saattaa päihteidenkäyttöaikana motivoida elämään perhe-elämää kulttuuristen odotusten mukaisesti. Vanhemmat saattavat pyrkiä toteuttamaan ”parasta mahdollista minää” tai ”parasta mahdollista vanhemmuutta” toipumisen, tärkeän elämänmuutoksen, jälkeen. Näissä tapauksissa vanhemmuus hahmottuu henkilökohtaisena kasvuna ja oman äänen löytämisenä. (14, 21, 25, 26.) Vanhempana toimimisen tavat ja kyky vaihtelevat tietenkin riippuen siitä, missä vaiheessa toipumista ja päihdehoitoa yksittäinen vanhempi on. Tämä tutkimus tuottaa uutta tietoa siitä, miten ja millaista vanhemmuuden omaksuminen on, kun päihdeongelma on taakse jäänyttä elämää. Vanhemmuus luonnollisesti jatkuu

oman lapsen kasvaessa aikuiseksi ja sen jälkeenkin. Myös siksi vanhemmat voivat suhtautua innolla uudelleenlöydettyyn vanhemmuuteensa. Menetettyjen vuosien jälkeenkin edessä on runsaasti vuosia toimia vanhempana. (11.) Haastattelut onnistuneesti hoidetusta päihdeongelmasta ja uudelleen löydetyistä vanhemmuudesta voivat vähentää osaltaan päihdeongelmiin liitettyä yleistä ja sitkeästi pintaansa pitävää leimaavuutta, stigmaa. Ne voivat näin helpottaa päihdeongelmaisten vanhempien sopeutumista ja toipumista ja tehdä näkyväksi sen, että addiktiot ovat hoidettavissa. Vastuullinen perhe-elämä lapsen kanssa ja vanhemmuuden uudelleen haltuunotto on mahdollinen ja realistinen tavoite (27), ja siten kertomukset vanhemmuudesta päihdeongelman jälkeen tarjoavat toivoa ongelmien kanssa vielä kamppaileville vanhemmille. Samalla ne voivat madaltaa kynnystä hakea apua päihdeongelmaan ja tarvittaessa myös vanhemmuuteen.

LÄHTEET

- 1 Holmila, Marja – Raitasalo, Kirsimarja – Autti-Rämö, Ilona – Notkola, Irma-Leena 2012: Päihdeongelmaisten äitien lapset. Teoksessa Katariina Warpenius – Marja Holmila – Christoffer Tigerstedt (toim.) *Alkoholi- ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle*. Terveystieteiden tutkimuskeskus, Helsinki, 36–46.
- 2 Barnard, Marina – McKeganey, Neil 2004: The impact of parental problem drug use on children: What is the problem and what can be done to help? *Addiction* 99, 552–9.
- 3 Velleman, Richard – Templeton, Lorna 2007: Understanding and modifying the impact of parents' substance misuse on children. *Advances in Psychiatric Treatment* 13, 79–89.
- 4 Kroll, Brynna 2004: Living with an elephant: Growing up with parental substance misuse. *Child & Family Social Work* 9: 2, 129–40.
- 5 Itäpuisto, Maritta 2005: Kokemuksia alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa eletystä lapsuudesta. Kuopion yliopiston julkaisu E. *Sosiaalitieteet* 124. Kuopion yliopisto, Kuopio.
- 6 Pirskanen, Henna 2011: Alkoholi, isyys ja valta. Ongelmajuoivat isät miesten elämäntarinoissa. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D 53. Väestöliitto, Helsinki.
- 7 Silva, Sofia – Pires, António – Querreiro, Cristina – Cardoso, Antónia 2012: Balancing motherhood and drug addiction: The transition to parenthood of addicted mothers. *Journal of Health Psychology* 18: 3, 359–67.
- 8 Baker, Phyllis – Carson, Amy 1999: "I take care of my kids". Mothering practices of substance-abusing women. *Gender & Society* 13: 3, 347–63.
- 9 Virokannas, Elina 2011: Identity categorization of motherhood in the context of drug abuse and child welfare services. *Qualitative Social Work* 10: 3, 329–45.
- 10 Bulanda, Ronald 2004: Paternal involvement with children: The influence of gender ideologies. *Journal of Marriage*

- and Family 66: 1, 137–54.
- 11 Peled, Einat – Gavriel-Fried, Belle – Katz, Noam 2012: “I’ve fixed things up”: Paternal identity of substance-dependent fathers. *Family Relations* 61: 5, 893–908.
 - 12 Smart, Carol 1996: *Deconstructing motherhood*. Teoksessa: Elizabeth Silva (toim.) *Good enough mothering? Feminist perspectives on lone motherhood*. Routledge, New York, 37–57.
 - 13 Valkonen, Leena 2006: Millainen on hyvä äiti tai isä? Viides- ja kuudesluokkalaisten lasten vanhemmuuskäsitykset. *Jyväskylä studies in education, psychology and social research* 286. Jyväskylän yliopisto, Jyväskylä.
 - 14 Ruisniemi, Arja 2006: Minäkuvan muutos päihderiippuvuudesta toipumisessa. *Acta Universitatis Tamperensis* 1150. Tampereen yliopisto, Tampere.
 - 15 Koski-Jännes, Anja 1992: Alcohol addiction and self-regulation. A controlled trial of relapse prevention program for Finnish inpatient alcoholics. *Alkoholitutkimussäätiö*, Helsinki.
 - 16 Watson, Laura – Parke, Adrian 2011: Experience of recovery for female heroin addicts: An interpretative phenomenological analysis. *International Journal of Mental Health and Addiction* 9: 1, 102–17.
 - 17 Baker, Phyllis 2000: I didn’t know: Discoveries and identity transformation of women addicts in treatment. *Journal of Drug Issues* 30: 4, 863–80.
 - 18 Denzin, Norman 2009: *The alcoholic society: Addiction and recovery of the self*. 4. painos. Transaction Publishers, New Brunswick & London.
 - 19 Larkin, Michael – Griffiths, Mark 2002: Experiences of addiction and recovery: the case of subjective accounts. *Addiction on Research & Theory* 10: 3, 281–311.
 - 20 Denzin, Norman 1989: Interpretive interactionism. *Applied social research methods series* 16. Sage, Newbury Park.
 - 21 Hänninen, Vilma – Koski-Jännes, Anja 1999: Narratives of recovery from addictive behaviours. *Addiction* 94: 12, 1837–48.
 - 22 Whiteman, Shawn – McHale, Susan – Crouter, Ann 2003: What Parents Learn From Experience: The First Child as a First Draft? *Journal of Marriage and Family* 65: 3, 608–21.
 - 23 Thombs Dennis 1999: Introduction to addictive behaviors. 2. painos. The Guildford Press, New York & London.
 - 24 Peterson, Christopher – Steen, Tracy 2002: Optimistic explanatory style. Teoksessa C.R. Snyder – Shane Lopez (toim.) *Handbook of positive psychology*. Oxford University Press, Oxford, 244–56.
 - 25 Hänninen, Vilma 2000: *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Tampere University Press: Tampere.
 - 26 Markus, Hazel – Nurius, Paula 1987: Possible selves: The interface between motivation and the self-concept. Teoksessa Krysia Yardley – Terry Honess (toim.) *Self and identity: Psychosocial perspectives*. John Wiley & Sons, Oxford, 157–72.
 - 27 McGinty, Emma – Goldman, Howard – Pescosolido, Bernice – Barry, Colleen 2015: Portraying mental illness and drug addiction as treatable health conditions: Effects of a randomized experiment on stigma and discrimination. *Social Science and Medicine* 126, 73–85.