



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ

**Vertaistuesta voimaa – kokemuksia
päihdeperheiden Huomaa lapsi -
vertaisryhmätoiminnasta**

Heidi-Helena Kaartinen

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön ko. (210 op)

04 / 2016

HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

Koulutusohjelman nimi

TIIVISTELMÄ

Työn tekijä Heidi-Helena Kaartinen	Sivumäärä 79 ja 7 liitesivua
Työn nimi Vertaistuesta voimaa – kokemuksia päihdeperheiden Huomaa lapsi - vertaisryhmätoiminnasta	
Ohjaava(t) opettaja(t) Anita Saaranen-Kauppinen	
Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja Kuopion kaupunki (lastensuojelu ja kansalaistoiminnan aktivointiyksikkö), Tiina Nykky	
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyöni tilaajana toimii Kuopion kaupunki (lastensuojelu ja kansalaistoiminnan aktivointiyksikkö). Opinnäytetyöni kokoaa yhteen Kuopiossa toista kertaa toteutuneen Huomaa lapsi -toiminnan kokemuksia. Huomaa lapsi -toiminta on päihdeperheissä eläville alle 12-vuotiaille lapsille suunnattua toimintaa, johon kuuluu viikoittaisia tapaamisia ja kaksi viikonloppuleiriä. Toiminnan tavoitteena on tukea päihdeperheen lasta ja auttaa vanhempaa ymmärtämään lapsen tarpeita paremmin.</p> <p>Opinnäytetyöni tavoitteena oli selvittää, mitä kokemuksia perheillä ja ohjaajilla on toiminnasta. Tarkoituksena on tuoda päihdeperheen ääntä kuuluviin ja todentaa sitä, että päihdeongelman huomioimisessa on tärkeää tukea koko perhettä. Tutkimuskysymyksenä on, kuinka perheet ovat hyötäneet toiminnasta ja mitä kehitettävää toiminnassa on. Laadullinen tutkimus toteutui kolmella eri tutkimusmenetelmällä, jotka olivat puolistrukturoitu teemahaastattelu kolmelle vanhemmalle, maalauksen toteuttaminen kuudelle lapselle sekä ryhmähaastattelu viidelle ohjaajalle. Aineisto analysoitiin teemoittelun ja tyypittelyn kautta.</p> <p>Opinnäytetyöni tulosten perusteella perheet ovat hyötäneet Huomaa lapsi -toimintaan osallistumisesta huomattavasti. He ovat saaneet toiminnasta tietoa ja mahdollisuuden jakaa kokemuksia vertaisten kanssa. Ryhmästä saatu tuki ja tieto on vaikuttanut positiivisesti perheiden keskinäiseen vuorovaikutukseen sekä perheiden jaksamiseen arjessa. Lapsen näkökulma on ollut toiminnan keskiössä. Kehittämisen kannalta keskeistä on toiminnan organisointiin panostaminen sekä ryhmän sisältöjen miettiminen niin, että siihen kuuluu myös vanhempien ja lasten keskinäistä vuorovaikutusta. Opinnäytetyöni tuloksia voidaan hyödyntää toiminnan perustelussa Kuopiossa ja muualla, mutta sen avulla voidaan myös tarkastella laajemmin päihdeperheen lapsen kuulemisen merkitystä.</p>	
Asiasanat vertaisryhmä, vertaistuki, päihteet, vanhemmuus, lapsikeskeisyys, ennaltaehkäisy	

HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Name of the Degree Programme

ABSTRACT

Author Heidi-Helena Kaartinen	Number of Pages 87
Title Power from peer support – experiences from Notice the Child -peergroup for families with substance abuse	
Supervisor(s) Anita Saaranen-Kauppinen	
Subscriber and/or Mentor City of Kuopio (Activation Unit of Child Protection and Civic Activity), Tiina Nykky	
Abstract <p>This thesis is made in cooperation with City of Kuopio (Activation Unit of Child Protection and Civic Activity). Notice the Child –peergroup is targeted to families who suffer with substance abuse problems and has children under twelve-year-old. Notice the Child -peergroup has operated two times in Kuopio. It includes fifteen weekly meetings and two weekend camps. The purpose of the operation is to support children who live with a parent that has problems with substance abuse. It is also important to help the parent to notice their child's needs.</p> <p>The aim of this thesis was to find out how the families and counselors experienced the operation. The purpose was to research how families that took part in the operation benefited from it and what can be done to further develop the operation. The thesis was conducted by using qualitative research methods. I interviewed three parents with the help of semi-structured theme interview. The five counselors were interviewed in a group interview that had themes. The interviews were recorded and transcribed. The children made paintings that were a part of the research material. The results were analyzed by categorizing themes and types.</p> <p>The results of the study were that the families benefited notably from the operation. They got information and a possibility to share their experiences with others. The information and support they got from the group made a positive impact in their interaction within the family and coping better in everyday life. The main viewpoint in the group was how children experience life with parents who have substance abuse problems. The results indicated that the main challenges in the operation come from organizing and developing the content. The results are used in marketing the operation in Kuopio and giving information about the importance of noticing children that live with an alcoholic parent.</p>	
Keywords peer group, peer support, intoxicants, parenthood, child-centeredness, prevention	

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 LAPSI JA PÄIHDEPERHE	7
2.1 Lapsuus päihdeperheessä	8
2.2 Lapsen tunteet päihdeperheessä	12
2.3 Lapsen selviytyminen päihdeperheessä	15
3 VERTAISRYHMÄTOIMINTA	19
3.1 Vertaistuki päihdeperheille	20
3.2 Ryhmäprosessi	23
4 HUOMAA LAPSI -TOIMINTA	24
4.1 Sisällöistä ja teemoista	28
4.2 Ennaltaehkäisevä näkökulma	32
5 TUTKIMUSMENETELMÄT	35
5.1 Lasten maalaukset	38
5.2 Vanhempien haastattelut	40
5.3 Ohjaajien ryhmähaastattelu	42
5.4 Aineiston analysointi	43
6 TULOKSET	45
6.1 Tietoa ja ymmärrystä	46
6.2 Lupa puhua ja tuntea	50
6.3 Vertaistuesta voimaa	54
6.4 Tavoitteiden toteutuminen	58
6.5 Haasteita ja kehitettävää	60
7 JOHTOPÄÄTÖKSET	63
7.1 Tulosten luotettavuus	69
7.2 Pohdintaa	71
LÄHTEET	74
LIITTEET	80

1 JOHDANTO

”Sinähän tiedät, että keijujen vaatteet ovat hyvin hentoja ja hauraita eivätkä kestä kovaa pesua. Ne on huuhdottava varovasti aamukasteessa ja nostettava pensaiden oksille kuivumaan.” (Kinnunen 2000, 179.)

Opinnäytetyöni tarkastelee Kuopiossa toista kertaa toimineen Huomaa lapsi -ryhmän toimintaan osallistuneiden ohjaajien ja perheiden kokemuksia. Toiminnan taustalla on havainto siitä, ettei päihdeperheiden lapsille ole tarjolla juurikaan tukea. Koska toiminta on Kuopiossa uutta, ei siitä ole vielä tehty kehittämistöitä. Kuopion yliopistossa on tehty Pro gradu -tutkielma, jossa on ollut aiheena lasten vertaisryhmätoiminta ja sen merkitys päihdeperheen lapsille. Tutkimus toteutettiin lapsilähtöisesti Imatralla ja kohdejoukko muodostui Huomaa lapsi -ryhmän käyneistä ohjaajista sekä lapsista. (Savolainen & Varjoranta 2004, 8–9.) Tarkoituksena on nyt selvittää, miten Kuopion toimintaan osallistuneet perheet kokivat sen. Päihdeperheiden tutkimisessa on keskitytty paljon aikuisen näkökulmaan ja lapsi on jäänyt taka-alalle. Päihteiden ongelmallista käyttöä on hoidettu Suomessa aikuiskeskeisesti kuntouttamalla ja hoitamalla liikakäyttäjiä. Myös tutkimustoiminta keskittyy enemmän aikuisiin kuin lapsiin. (Taitto 2002, 10.)

Huomaa lapsi -toiminnassa keskiössä on lapsen näkökulma ja lapsen huomaaminen päihdeperheessä. Opinnäytetyöni tavoitteena on tuoda näkyväksi toimintaan osallistuneiden perheiden ja ohjaajien kokemuksia ryhmästä ja sen kautta antaa kehittämissuhteita Huomaa lapsi -ryhmän jatkoa varten. Tärkein tutkimuskysymykseni on, kuinka perheet ovat hyötäneet toiminnasta ja miten toimintaa voidaan kehittää vastaamaan perheiden tarpeita jatkossa paremmin. Tarkoituksena on arvioida toimintaa kehittämisen näkökulmasta ja peilata oppaasta löytyvien tavoitteiden toteutumista käytännössä. Tavoitteet voidaan jakaa oppaan mukaan kolmeen pääteemaan, jotka ovat tiedolliset, vuorovaikutukselliset sekä henkilökohtaiset tavoitteet. Yksi tutkimuskysymys on vertaistuen toteutuminen ja merkitys Huomaa lapsi -ryhmässä. Sen kautta pyrin saamaan vastauksen siihen, onko vertaisryhmätoiminta hyvä tukimuoto päihdeperheille. Toiminnan kannalta on

tärkeää saada tietoa siitä, onko ryhmä vaikuttanut perheen keskinäisiin suhteisiin positiivisella tavalla.

Tutkimuskysymyksiin on pyritty saamaan vastaukset keräämällä aineistoa kolmella eri tutkimusmenetelmällä ryhmään osallistuneilta lapsilta, vanhemmilta sekä ohjaajilta. Tutkimusmenetelmät ovat laadullisia ja aineisto on analysoitu teemoittelun ja tyypittelyn menetelmin. Sen lisäksi opinnäytetyöni sisältää omia subjektiivisia havaintojani ryhmästä ja erityisesti lasten ryhmästä, jossa olen ollut harjoittelijana koko toisen Huomaa lapsi -ryhmän ajan. Tämä on mahdollistanut sen, että opinnäytetyöni tietoperusta ja tutkimusaineisto eivät ole irrallisia toisistaan vaan ne tukevat toisiaan läpi tekstin.

Lasinen lapsuus -kyselyssä (TSN-gallup 2004) selvitettiin perheiden subjektiivisia kokemuksia päihteistä, niihin liittyvistä haitoista ja ilmiön yleisyydestä. Aineisto edustaa Ahvenanmaata lukuunottamatta koko Suomen 15 vuotta täyttänyttä väestöä eli kyse on laajasta aineistosta. Tulosten mukaan noin joka kymmenes suomalainen on kasvanut kodissa, jossa liiallinen alkoholinkäyttö tai jokin muu vanhempien päihdeongelma on aiheuttanut myös hänelle haittoja. Eli noin puoli miljoonaa suomalaista on lapsena altistunut haitoille, jotka johtuvat vanhemman tai vanhempien runsaasta alkoholin tai muiden päihteiden käytöstä. Kyseessä on kansanterveysongelma. Päihdeperheiden auttamisen perusteluksi riittäisi jo lasten etu, mutta myös tutkimustulokset osoittavat, että päihdeperheessä kasvaminen tuo suurta turvattomuutta ja haittoja niin lapsena kuin aikuisena. (Peltoniemi 2005, 1, 3, 14.) Päihdeperheessä elävien lasten tunnistaminen ja auttaminen voi olla haastavaa. On kuitenkin selvästi lasten edun mukaista, että tukea on tarjolla jo varhaisessa vaiheessa.

Tämä päihteiden liikakäytön kansanterveysongelma on nähtävissä jokaiselle suomalaiselle. Moni meistä tuntee perheen, jossa vanhemmalla tai molemmilla vanhemmilla on päihdeongelma. Päihteet ovat läsnä ympäristössämme ja arkielämässämme lapsesta saakka. Kulttuurissamme ei ole johdonmukaisia alkoholinkäyttöä koskevia normeja, mistä johtuen juominen on aina jollain tavalla ambivalenttia eli toisaalta siihen rohkaistaan, mutta toisaalta sitä myös paheksutaan (Hellsten 1994, 31). Suomalaisten asenteet ovat muuttuneet

vapaamielisemmiksi alkoholinkäyttöä kohtaan. Viikonloppupainotteisen humalahakuisen juomisen lisäksi alkoholia juodaan pitkin viikkoa ja enenevästi puolisoiden kesken kodin seinien sisäpuolella. (Itäpuisto & Taitto 2010, 5.) Luonnollisesti tämä aiheuttaa myös sen, että perheen päihdeongelma voi olla haasteellisempaa huomata.

Lasta voidaan auttaa vaikka päihdeongelmainen vanhempi ei lopettaisi juomista. Pienen lapsen kyky selviytyä ongelmatilanteista on heikompi kuin juovan aikuisen ja siksi lasta tulisi auttaa ensin. (Peltoniemi 2004, 53.) Tämä tieto herätti ajatuksiani lasten elämästä päihdeperheessä. Lapsen mielipiteisiin pitää suhtautua erityisen vakavasti, koska lapsi kantaa suurimman taakan läheisen juomisesta. Siitä huolimatta lapsen näkökulma aikuisten alkoholinkäyttöön ei ole tarpeeksi esillä yhteiskunnallisessa keskustelussa. (Itäpuisto 2016.) Julkinen ja avoin keskustelu päihdeongelmista on tärkeää siksi, että se voi vähentää häpeää ja ongelman salailua (Holmila, Raitasalo, Autti-Rämö & Notkola 2013, 44).

Johdannon alussa lainaan Elina Kinnusen Uppo-Nalleen kirjoittamaa pätkää, johon törmäsin eräänä unettomana yönä ja halusin sisällyttää sen opinnäytetyöhöni. Mielestäni kirjoituksen pätkä kiteyttää lapsuuden ja päihdeperheen. Tuota haavoittuvaa kokemusta tulisi kohdella varoen ja sen jälkeen sille tulisi antaa aikaa parantua pikkuhiljaa.

2 LAPSI JA PÄIHDEPERHE

Johdannossa nostin esille sitä, kuinka yleisiä päihdeperheet ovat. Jotta voi ymmärtää päihdeperheessä elämisen vaikutuksia lapsuuteen, on ensin tiedettävä jotakin lapsuusajasta ja siitä, mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Vasta sen jälkeen voi ymmärtää, miksi päihdeperheessä eläminen on haitallista lapsen kasvulle ja kehitykselle. Tässä yläluvussa kietoutuvat yhteen lapsuus, päihteet ja perhe. Esille nostamani asiat ovat asioita, jotka havaitsin ryhmässä nousevan erityisen olennaisiksi päihdeperheiden lasten elämässä. Ne kulkevat

rinnan niiden erityispiirteiden kanssa, joiden ajatellaan olen tyypillisiä päihdeperheelle.

Voidaan sanoa, että alkoholismi on kansanterveysongelma. Vuonna 2013 päihdehuollon menot kuntien kustantamissa palveluissa olivat noin 202 miljoonaa euroa. 2014 terveydenhuollon vuodeosastoilla rekisteröitiin 21 842 hoitajaksoa, joissa alkoholisairaus oli päädiagnoosina. Sellaisia hoitajaksoja, joissa alkoholisairaus oli pää- tai sivudiagnoosi rekisteröitiin 32 871 (Päihdetilastollinen vuosikirja 2015, 39.) On huomioitava, että kaikki alkoholisairaudet eivät tule ilmi. Alkoholismi on edelleen jonkinlainen tabu yhteiskunnassamme ja erittäin arkaluontoinen aihe. Alkoholiongelma ja mielenterveysongelmat voivat kulkea rinnakkain, jolloin voi olla haastavaa tai jopa mahdotonta tietää kumpi on päädiagnoosi ja kumpi on sivudiagnoosi. Sorsa ja Laijärvi viittaavat Lehmanin ym. (1989) tekemiin klassisiin hypoteeseihin kaksoisdiagnoosista. Näiden mukaan mielenterveysongelmaa voi seurata päihdeongelma tai vastaavasti toisinpäin, mutta kyse voi olla myös kahdesta toisistaan riippumattomasta diagnoosista tai siitä, että taustatekijät aikaansaavat päihdeongelman ja altistavat mielenterveysongelmalle. (Sorsa & Laijärvi 2006, 214.) Kun on kyseessä vanhemman kaksoisdiagnoosi on tärkeää, että lapsi saa tietoa sekä päihde- että mielenterveysongelmasta.

Päihderiippuvuudesta puhutaan usein termillä addiktio. Päihdeongelmista tutkimustenkin valossa muodostunut kuva on monisyinen ja ristiriitainen eikä tiedetä tarkkaan, minkälaisista käyttäjistä päihdeongelmista kärsivien naisten joukko muodustuu. (Nätkin 2006, 7.) Yleensäkin voidaan ajatella, että päihdeongelmista kärsivien vanhempien joukko on moninainen. Päihde- ja mielenterveysongelmat eivät kosketa yhtä tiettyä ihmisryhmää, vaikka niiden kehittymiseen vaikuttavatkin jotkin tietyt tiedossa olevat seikat. Mielestäni tähän on vaikuttanut yhteiskunnan muuttuminen yhä enemmän suorituskeskeiseksi. Paineet ovat kovat, mutta keinot käsitellä niitä vähäiset.

2.1 Lapsuus päihdeperheessä

Juomisen haitat pyritään salaamaan ja lapset joutuvat olemaan lojaaleja perheessä vallitseville säännöille. Ulkopuoliset ihmiset mukaanlukien ammattiauttajat voivat vetäytyä vastuusta käyttäen perusteluna sitä, ettei ulkopuolisten tule sekaantua perheen sisäisiin asioihin ellei perhe pyydä apua. (Mäkelä 1998, 203.) Päihteiden liiallinen käyttö aiheuttaa taloudellista, henkistä ja sosiaalista hätää käyttäjälle ja hänen läheisilleen. (Taitto 2002, 17; Seppä, Alho & Kiianmaa 2010, 5). Seuraukset liiallisesta päihteidenkäytöstä koskettavat siis koko perhettä. Se saakin pohtimaan sitä, miksi muut perheenjäsenet jäävät usein ilman tukea.

Lapsuus luo perustan kaikelle myöhemmälle kehitykselle (Ruoppila 2003, 30). Riittävän hyvä ympäristö lapselle on sellainen, jossa lapsi saa turvallisen ja hyväksyvän perushoidon ja lasta suojellaan liiallisilta ärsykkeiltä (Poijula 2016, 158). Perhe vaikuttaa lapseen monella eri tasolla. Lähtökohta vanhempien vaikutuksessa lapseen on vanhemman ja lapsen välillä olevassa biologisessa siteessä, johon liittyy molemminpuolinen kiintymys. Vanhemmat voivat tahtomattaan vaikuttaa lapseen omalla mallillaan, eivätkä välttämättä tiedosta antamaansa vaikutusta. (Hurme 2003, 148–149.)

Lapsen ensimmäiseen ikävuoteen mennessä äiti ja lapsi ovat sopeutuneet kommunikoimaan yhdessä ja heidän keskinäinen vuorovaikutuksensa on kehittynyt heille luonteenomaiseksi. On kuitenkin todisteita siitä, että äidin ja lapsen väliset vuorovaikutuksen kaavat voivat muuttua myöhempinä vuosina jonkin tapahtuman seurauksena. Esimerkiksi onnettomuus tai sairastuminen voi muuttaa äidin suojelevammaksi lasta kohtaan tai äidin masentuminen voi tehdä tämän reagoinnista lapseen vähäisempää. (Bowlby 1997, 348.) Tämän perusteella voidaan ajatella, että myös päihdeongelma muuttaa äidin ja lapsen välistä vuorovaikutussuhdetta.

Lasten kohteluun tulisi kiinnittää suurta huomiota. Lapsuusajan kokemukset ja opitut vuorovaikutusmallit muodostavat psyykkisiä rakenteita, jotka ohjaavat käyttäytymistä ja suodattavat kokemuksia. Hyvä hoiva kantaa eteenpäin tuleville sukupolville. Jo vauva arvioi ympäristöään turvallisuusnäkökohdista ja rakentaa turvallisuusstrategioita. Turvallisuudentunne rakentuu kognitioiden eli aistihavaintojen ja affektien eli tunteiden varaan. Kognitioita ovat näkö- ja

kuulohavainnot ja affektit taas liittyvät olemassaolon taisteluun. Turvallisuuden kannalta keskeinen merkitys on säännönmukaisuudella, rutiineilla ja ennakoitavuudella. (Sinkkonen 2008, 41, 101–103.) Turvallisuus on olennainen näkökulma tarkasteltaessa lapsen elämää päihdeperheessä. Päihdeperheessä nämä kaikki turvallisuutta luovat aspektit voivat olla vaihtelevia tai pahimmassa tapauksessa ne saattavat ajoittain puuttua kokonaan.

Lapsen näkökulmasta ongelmallista on erityisesti vanhemman humalajuominen ja -käyttäytyminen. Muutokset vanhemman käyttäytymisessä ovat uhka jatkuvuuden ja turvallisuuden tarpeille ja ennakoimaton käytös pelottaa lasta. (Mäkelä 2010, 82.) Pienet lapset ovat kriittisiä alkoholinkäytölle, koska lapsen maailmassa sille ei löydy järkevää selitystä. Perheprosessit eli perheen keskinäinen viestintä, yhdessäolo ja vanhemmuus häiriintyvät runsaasta alkoholinkäytöstä. (Itäpuisto & Taitto 2010, 6.)

Humalassa olevan vanhemman käyttäytyminen voi olla todella epäsäännömukaista ja poiketa siitä, millaista se on vanhemman ollessa selvinpäin. Tästä johtuen lapsi ei pysty ennakoimaan vanhemman käytöstä, mikä taas vaikuttaa turvallisuuden tunteeseen. Lasten ryhmässä nousi selvästi esille se, että lasten turvallisuudentunne kotona oli kärsinyt vanhemman päihdeongelman vuoksi. Yhdellä ryhmäkerralla yhden perheen tilanne kotona oli sellainen, että lapsi kertoi pelkäävänsä kotiinmenoa. Lapsen pelko on otettava vakavasti ja siihen on kiinnitettävä huomiota. Asiaa käsiteltiin ryhmässä ja sen jälkeen ohjaajat arvioivat, kuinka tilanteessa toimitaan. Lasta ei jätetty tunteessaan yksin, vaan sen äärelle pysähdyttiin ryhmässä ja sitä pohdittiin yhdessä.

Päihdeongelman vertaus virtahepoon on mielestäni oivallinen tapa selittää, miten päihdeongelma vaikuttaa perheessä. On sanottu, että alkoholismia sairastava perhe elää talossa, jonka olohuoneessa on virtahepo. Kaikki perheenjäsenet huomaavat virtahevon, koska se täyttää olohuoneen fyysisellä koollaan ja pelottavuudellaan. Sen läsnäolo on massiivista ja sitoo perheen voimavaroja. Virtahevon olemassaoloa kielletään ja se tekee siitä vielä vaativamman. Perhe sopeutuu tilanteeseen, mutta se vaatii uudelleenjärjestelyjä jokaisen keskinäisessä kanssakäymisessä ja

persoonassa. Perheessä kehittyi kolme sääntöä: älä puhu, älä tunne äläkä luota. Nämä säännöt ovat perheelle eilinehtoja. (Hellsten 1994, 36–37.)

Huomaa lapsi -toiminnan aloitusleirillä vanhemmat antavat lapselleen luvan puhua. Puhumattomuus ja salaisuuksien pitäminen on kuitenkin niin syvällä lapsissa, että muutos puhumiseen vaatii pitkän ajan ja luottamuksen syntymisen. Kuulumisia kysyessä lapsilta vastaus oli usein, että kotona on kaikki hyvin, vaikka lapsen olemus kieli jotain muuta. Välillä vaikutti jopa siltä, että tarve puhua oli äärimmäinen, mutta suun avatuessa lapsi hiljensi itsensä. Ryhmässä on tärkeää muistuttaa lapsia jatkuvasti siitä, että heillä on lupa puhua, he voivat luottaa ryhmän ohjaajiin ja lapsiin ja puhuminen auttaa heitä.

Peltoniemen mukaan alkoholiperheen lapsilla on huono itsetunto, heillä menee huonosti koulussa ja heillä on sopeutumisoongelmia, jotka usein jatkuvat vielä aikuisenakin (Peltoniemi 2004, 53). Tuen ja turvan puuttuminen voi johtaa siihen, että lapsi kärsii huonosta itsetunnosta. Omien tunteiden ja tarpeiden tunnistaminen on vaikeaa ja lapsi ei usein usko olevansa riittävän hyvä, jotta muut kunnioittaisivat ja kuuntelisivat häntä. Vähäinen tuki ei rohkaise lasta löytämään omia voimavarojaan ja ominaisuuksiaan. (Taitto 2002, 21.) Tulevien ihmissuhteiden kannalta voi olla vaarallista, että omaa huonon itsetunnon. Tämä voi johtaa huonoihin ihmissuhteisiin ja siihen, että myöntyy liikaa muiden tahtoon. Huomaa lapsi -ryhmässä lasta autetaan ymmärtämään, että hän on arvokas ja hyvä juuri sellaisena.

Maritta Itäpuiston (2005) väitöstutkimuksessa on tarkasteltu lasten kokemuksia alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa eletystä lapsuudesta. Koti ja perhe ovat teemoja, jotka nousevat Itäpuiston aineistosta esiin. Lapsuudenperheeseen suhtautuminen on ollut kertojilla kriittistä ja perheideaalin vastaista. Alkoholi on jakanut perhettä niin, että alkoholiongelmainen vanhempi on perhettä vastaan tai sen ulkopuolella. Kertojien kuvausten mukaan alkoholiongelmaisten vanhempien toiminta on heikkoa ja jopa välinpitämätöntä, mutta ei-juova vanhempi esitettiin usein hyvänä vanhempana. Koti voi tuntia alkoholiongelmaisen lapselle vankilalta, josta halutaan päästä pian pois. Alkoholiongelmaiset isät herättävät pelkoa tulemalla kotiin, kun taas äidit lähtemällä sieltä pois. (Itäpuisto 2005, 115–116.)

Mielestäni havahduttavinta on se, kuinka pelon kohde on eri kun kyseessä on äiti tai isä. Ei-juovan vanhemman esittäminen aineistossa usein hyvänä vanhempana taas mielestäni vahvistaa sen tärkeyttä, että lapselle on lähellään yksi turvallinen aikuinen johon kiintyä.

2.2 Lapsen tunteet päihdeperheessä

Lasten ja vanhempien tunteet ovat suuressa roolissa Huomaa lapsi -toiminnassa ja tulevat esiin myös aineistossani. Sen vuoksi olen sisällyttänyt tunteet myös kehittämistyöni tietopohjaan. Tiedämme, että meillä kaikilla on tunteita. Mutta mitä tunteet oikeastaan ovat? Tunteet ovat automaattisia säätelyjärjestelmiä, joiden avulla ihminen seuraa ympäristöä ja arvioi hyödyllisiä tai haitallisia asioita. Tunteet ovat jatkuvasti arvioimassa taustalla ja vaikuttavat lähes kaikkeen ihmisten toimintaan. Myös mielenterveys ja tunteet ovat yhteydessä toisiinsa ja usein mielenterveyden häiriöihin liittyy myös tunne-elämän häiriöitä. (Nummenmaa 2015, 14.) Tunteiden rooli on siis huomattava kaikessa, mitä teemme. Päihdeongelmaisessa perheessä tunteminen on usein kielletty ja siitä johtuen mikään ei tunnu miltään. Lapset oppivat kieltämään omat tunteensa eivätkä tiedosta sisäisiä tunteita. Myös jatkuvat pettymykset toteutumattomiin lupauksiin voivat viedä lapselta luottamuksen aikuiseen tai toisiin ihmisiin. (Taitto 2002, 20.)

Hämmennys on päällimmäisin tunne, jota lapset kokevat vanhempien liiallisesta alkoholinkäytöstä. Lapset saattavat tuntea samanaikaisesti monia eri tunteita, kuten iloisia ja surullisia tunteita, mutta myös pettymyksen ja vihan tunteita. (Miikki, Niemelä & Taitto 2011, 4.) Elämä päihdeperheessä on stressaavaa ja tuottaa perheenjäsenille negatiivisia tunnekokemuksia. Negatiiviset tunteet näyttävät yleisimmin heikentävän lapsen elämänlaatua ja siksi ne on tärkeä huomioida. Tunteet vaikuttavat suuresti hyvinvointiin ja terveyteen ja niiden tarkastelun kautta voidaan ymmärtää paremmin lasten kokemuksia. Negatiivisten tunteiden määrä ja voimakkuus on merkittävä seikka päihdeperheen lasten elämässä, mutta lisäksi tilannetta vaikeuttaa usein se, että erilaisten tunteiden ilmaisuun ei ole mitään mahdollisuutta. (Itäpuisto 2008, 33, 37.) Huomaa lapsi -ryhmässä lapsi saa mahdollisuuden tunteiden ilmaisuun

ja sitä opetellaan yhdessä. Koska ympärillä on muita lapsia, joilla on samanlaisia tunteita ja kokemuksia voi puhuminen olla helpompaa. Kukaan ei tuomitse tai syyllistä, vaan kaikki ovat mukana saman asian takia.

Tapaamiskerralla 10 käsiteltiin, mitä tunteita on olemassa. Lasten ryhmässä toiminnallinen menetelmä oli tunnekorttien jakaminen hyviin ja huonoihin tunteisiin. Huonolla tarkoitettiin siis ikäviä tunteita, ei kiellettyjä tunteita. Samalla lasten kanssa keskusteltiin siitä, miten tunteet näkyvät ja missä ne tuntuvat. Tehtävää tehdessä lapset huomasivat, että jotkut tunteet ovat sekä hyviä että huonoja. Esimerkiksi ikävä voi tuntua pahalta mutta toisaalta on hyvä, että elämässä on ihmisiä, joita ikävoi. Vanhempien ryhmässä tunteita käsiteltiin lapsen näkökulmasta. Miten vanhempi tunnistaa lapsen tunteita ja kuinka lasta tuetaan näyttämään ja tunnistamaan omia tunteita? Keskustelussa käytiin läpi sitä, kuinka vanhemman tunteet vaikuttavat lapsen tunteisiin.

Tapaamiskerralla 12 käsiteltiin sisäistä lasta ja sitä, että kaikki tunteet ovat sallittuja. Vaikka kaikki tunteet ovat moraaliselta kannalta neutraaleja, niiden kautta valittu toiminta voi olla moraalisesti hyväksyttävää tai tuomittavaa. Tunneäly tarkoittaa yksilön kykyä tunnistaa ja hallita tunteita. (Katajainen, Lipponen & Litovaara 2003, 158.) Kun ymmärtää tunteiden merkityksen käyttäytymiselle, on myös helpompi ymmärtää omaa käyttäytymistään. Harjoituksena lasten ryhmässä oli jäävuori, johon lapset asettivat tunteita. Meren pinnan päälle tulevat tunteet olivat tunteita, jotka lasten mielestä näkyivät ulospäin. Pinnan alle jäävät tunteet taas eivät. Tarkoituksena oli konkretisoida sitä, kuinka paljon tunteita meiltä jää myös huomaamatta tai näyttämättä muille. Kaikki tunteet eivät tule tietoiseen käsittelyyn, mutta voivat vaikuttaa käyttäytymiseemme (Katajainen ym. 2003, 157). Lapset laittoivatkin monia tunteita jäävuoren näkyvän pinnan alle.

Toin aiemmin esille negatiiviset tunteet, joita päihdeperheessä eläville lapsille kehittyi. Lasten kokemat negatiiviset tunteet voidaan jakaa kolmeen päätunteeseen, joita ovat pelko, viha ja häpeä. Näiden ympärille kietoutuu vielä muita ikäviä tuntemuksia. Turvattomuus, ahdistus, epätoivo ja avuttomuus ovat lapseen itsen liittyviä tunteita. Osattomuuden, eron ja menetyksen tunteet johtuvat siitä, että alkoholiongelmainen vanhempi hylkää lapsen joko

konkreettisesti tai henkisesti olemalla välinpitämätön. Negatiiviset tunteet voivat jopa ilmetä kehossa erilaisina sairauksina ja oireina. (Itäpuisto 2008, 34, 36.) Antamalla keinoja käsitellä ja tunnistaa negatiivisia tunteita voidaan siis mahdollisesti jopa helpottaa lapsen oloa fyysisesti, jos lapsi kärsii stressin aiheuttamista fyysisistä oireista.

Negatiivisiin tunteisiin kuuluvat myös epätoivo ja uupumus, jotka liittyvät pitkäaikaiseen rasitukseen ja tapahtumien ennalta-arvaamattomuuteen. Lapsi voi tuntea myös surua vanhemman ja läheistensä vuoksi. Lopulta vanhemman käytös voi aiheuttaa jopa vihaa ja katkeruutta. (Itäpuisto 2004, 38.) Tunne-elämän kehittyminen on tärkeässä roolissa persoonallisuuden kehittymisen näkökulmasta. Lapsen tunne-elämän kehitys vaikuttaa hänen kykyynsä jäsentää maailmaa. Alkoholiperheiden lapset kokevat kasvuvaiheensa aikana pelkoa ja ahdistusta. Turvallisuuden puute taas voi synnyttää epätoivottavia ja tuhoisia puolustusmekanismeja alkoholiperheiden lapsissa. (Ackerman 1992, 57.)

Häpeä on tunne, jota päihdeperheen lapsi, mutta myös muut perheenjäsenet kokevat alkoholiongelman vuoksi. Häpeä on vuorovaikutuksessa opittu tunne (Itäpuisto 2004, 37). Häpeän tunne lapsilla johtuu usein vanhemman alkoholinkäytöstä. Häpeää aiheuttaa oman perheen lisäksi myös muiden suhtautuminen juojaan ja perheeseen. Häpeän kasvaessa se saattaa alkaa kohdistua lapseen itseensä voimakkaasti ja kietouttaa lopulta lapsen persoonan häpeän ympärille. (Itäpuisto 2008, 35.) Vaikeneminen on psyykinen vastaus häpeän kokemukseen. Häpeä voi nakertaa ihmisen mieltä ja olla ahdistava huntu minäkokemuksen yllä. Monissa perheissä, joissa on alkoholiongelma sen aiheuttama häpeä salataan ja pyritään ylläpitämään onnellisen perheen kuvaa. Lapsena koettu häpeä voi jähmettää elämää menneiden nöyryytysten takia. (Haarakangas 2011, 35–36.) Lasten on tärkeää tietää, että häpeän tunteet ovat normaaleja ja niistä voi päästä eroon. Ei ole koskaan lapsen syy, että vanhemmalla on päihdeongelma.

Cork (1970) havaitsi jo vuosikymmeniä sitten tutkimuksessaan tiettyjä päihdeperheiden lasten tunteisiin liittyviä lainalaisuuksia. Ainoana lapsena eläminen päihdeperheessä aiheuttaa yksinäisyyden ja eristyneisyyden tunteita.

Normaalisti perheen ainoa lapsi voi kehittyä itsekeskeisemmäksi kuin sisarusten kanssa elävä lapsi, mutta alkoholitiperheessä tämä luonteenpiirre on vielä vahvempi. Kotona vallitsevien vaikeuksien lisäksi pettymyksiä koetaan koulussa ja päihdeperheen lapsen kunnianhimo voi olla normaalia alhaisempi. Kun lapsi huomaa vanhemman alkoholiongelman, hän alkaa kehittää negatiivisia tunteita vanhempia kohtaan. Myös epäluottamus ja epävarmuus ovat läsnäolevia tunteita päihdeperheiden lasten elämässä. Päihdeperheessä eläneiden lasten elämänasenne on vääristynyt, koska se on omaksuttu vanhemmilta. Lapsessa voi kehittyä vihaa vanhempia ja ympäristöä kohtaan ja jopa ajatus siitä, että ulkopuolinen maailma on kokonaan uhkaava ja vihamielinen. (Cork 1970, 46, 56–59.) Kun negatiivisia tunteita koetaan pitkään, niiden vaikutukset voivat yltyä pitkälle tulevaisuuteen.

Riitta Räikkösen (2006) Pro gradu -tutkielmassa on tarkasteltu tunteita päihdeperheiden lasten Huomaa lapsi -vertaisryhmässä. Tutkielma on empiricalähtöinen ja kerätty institutionaalisessa vuorovaikutustilanteessa. Räikkönen havaitsi, että lapset puhuivat vertaisryhmässä tunteistaan aidosti, vaikka välillä tunteista ja erityisesti häpeästä puhuminen oli vaikeaa. Viha, suru, huoli, häpeä, syyllisyys, pettymys, pelko, ilo ja rakastuminen olivat tunteita, joista lasten ryhmässä puhuttiin. Lapset liittivät tunteita yksimielisesti samoihin asioihin. Tunteita, jotka lapset halusivat peittää olivat itsesääli, kateus, pelko, pettymys ja häpeä. Päihdeperheessä elävän lapsen riskinä on, että hän jää yksin negatiivisten tunteidensa kanssa. Tuen ja ohjauksen saaminen tunteiden tunnistamisessa, ilmaisussa ja hyväksymisessä aikuisilta on tärkeää. (Räikkönen 2006, 2, 84–86.)

2.3 Lapsen selviytyminen päihdeperheessä

Päihdeperheessä eläminen on koko perheelle hyvin kuormittavaa. Huomaa lapsi -ryhmään tulevilla lapsilla voi olla takana myös traumaattisia kokemuksia, jotka johtuvat vanhemman päihdeongelmasta. Psykkinen trauma voi syntyä silloin, kun ihminen on tilanteessa, jossa hän joutuu vastakkain sellaisen tilanteen kanssa, johon liittyy kuolema, vakava loukkaantuminen tai sen uhka tai oma tai muiden fyysisen koskemattomuuden vaarantuminen. Lapsilla on suurin

trauman kokemisen riski muihin ikäryhmiin verrattuna ja on havaittu, että traumatisoivat tapahtumat ovat melko yleisiä. Traumaattiset kokemukset ovat niin voimakkaita, että yksilön turvallisuus ja elämän jatkuvuudentunne hukkuu niiden alle. (Poijula 2016, 36, 39.) Yleisesti ajatellaan, että traumaattiset kokemukset ovat harvinaisia. Jos kuitenkin on havaittu, että ne ovatkin melko yleisiä, on turvallista olettaa että lapsi, joka on kasvanut päihdeperheessä on kokenut jotakin traumaattista.

Joillakin Huomaa lapsi -ryhmän lapsilla oli kokemuksia siitä, että toinen vanhemmista on joutunut uhkaavaan tilanteeseen alkoholivanhemman käytöksen takia. Lapsen todistaessa väkivaltaa omaa vanhempaa kohtaan, oli se sitten henkistä tai fyysistä, vaikuttaa se varmasti lapseen hyvin syvästi. Avuttomuudentunne ja syyllisyys siitä, että ei voi auttaa omaa vanhempaansa ovat lamaannuttavia tunteita lapselle.

Kaikkien lasten elämässä on uhkia ja pettymyksiä, jotka kuuluvat normaaliin kehitykseen. Kokemuksista tulee stressaavia silloin, kun lapsen voimavarat ylittyvät. Traumakokemukset eivät kuulu lapsuuteen, vaan ylittävät lapsen kestokyvyn. Traumaattisesta kokemuksesta selviäminen vaatii äärimmäisten psyykkisten puolustuskeinojen käyttöä, kuten todellisuuden vääristämistä ja tunteiden kieltämistä. Taustalla vaikuttaa myös se, että lapsen on hankala ymmärtää omia reaktioitaan ja oireet ovat pelottavia. Mielen tasapainon palautumiseksi on tehtävä suuria ponnisteluja, jotka vaativat paljon lapselta ja hänen lähiympäristöltään. (Sinkkonen 2003, 184–185.) Tiedon saaminen ja mahdollisuus purkaa omia kokemuksia ja tunteita lisää lapsen ymmärrystä omasta käyttäytymisestään. Lapsen kannalta on parasta, että Sinkkosen kirjoittamaa mielen tasapainon palautumista edistetään mahdollisimman aikaisessa vaiheessa.

Kuvasin edellä taustateorian valossa lapsen elämää päihdeperheessä, sekä stressin ja trauman käsitteitä. Selviytyminen käsitteenä tarkoittaa kykyä toipua kriiseistä, stressistä ja vaikeista kokemuksista (Itäpuisto 2008, 102). Kuinka lapsi sitten selviää kaikesta huolimatta ja mitkä seikat vaikuttavat lapsen selviytymiseen? Miksi jotkut lapset selviävät paremmin, kuin toiset? Kuinka lasta tuetaan parhaiten? Tämä kysymys on olennainen ja tärkeä Huomaa lapsi -

toiminnassa, koska sen kautta pyritään tukemaan lapsen selviytymistä kohti hyvää nuoruutta ja aikuisuutta. Tätä kysymystä pohtiessa pidän olennaisena sen muistamisen, että jokainen lapsi ja perhe on ainutlaatuinen ja erilainen. Henkilökohtaisilla ominaisuuksilla voi olla suurikin merkitys psyykkisen selviytymisen kannalta (Sinkkonen 2008, 42).

Kaikki päihdeperheessä eläneet lapset eivät kärsi samanlaisista tunne-elämän haitoista, vaan jotkut näyttävät selviytyvän hyvin. Vaikuttavia tekijöitä ovat lapsen ikä päihdeongelmien alkamisaikana, lasten lukumäärä ja ikäjärjestys, perheen ulkopuoliset ystävät ja se, onko päihdeongelmainen äiti vai isä. (Ackerman 1992, 47.) Vaikuttavia tekijöitä on siis monia ja tässäkin tulee esille se, että päihdeongelmaisen vanhemman sukupuolella on merkitystä. Huomaa lapsi -ryhmässä oli mukana sisaruksia, jotka näyttivät ajattelevan vanhemman päihdeongelmasta eri tavalla. Vanhemmat sisaret vaikuttivat huolehtivaisilta, vastuullisilta ja rauhallisilta. Pienemmät sisaret taas puhuivat vanhemman päihdeongelmasta avoimemmin. Vanhemmilla sisaruksilla asiaan vaikutti mahdollisesti myös se, että perheen ulkopuolisia suhteita oli jo solmittu enemmän harrastusten ja ystävien kautta, jolloin elämässä oli muutakin kuin vanhemman päihdeongelma.

Yksi tapa tarkastella selviytymistä on jakaa se kolmeen osatekijään, jotka ovat perheen toimivuus, ympäristön tarjoama tuki ja lapsen ominaisuudet ja oma toiminta. Nämä kolme tekijää yhteisvaikutuksessa vaikuttavat siihen, kuinka lapsi selviää elämästä alkoholiongelmaisen vanhemman kanssa. Päihdeongelmaisen läheisen selviytymisstrategioita voidaan hahmottaa kolmen eri selviytymiskeinon avulla. Ensimmäinen, epäaktiivinen ja sietävä selviytymiskeino tarkoittaa passiivista toimintaa, kuten juomisen sietämistä ja teeskentelyä, että kaikki on hyvin. Tämä huomattiin myös ryhmässä, kun lapset saattoivat sanoa, että kotona on kaikki hyvin vaikka ohjaajat tiesivät, että näin ei ole. Keinot voivat myös kohdistua läheiseen itseensä ja on todennäköistä, että lapsi käyttää paljon tätä selviytymiskeinoa. Osallistuva selviytymiskeino pyrkii rajoittamaan ja vastustamaan alkoholinkäyttöä. Lapsi voi piilottaa vanhemman viinapullon ja näin yrittää välttää vanhemman juomisen. Vetäytyvässä selviytymiskeinossa juoja jätetään yksin ja häntä vältellään. Lapset valitsevat usein vetäytyvän selviytymiskeinon esimerkiksi pysymällä poissa kotoa. Näistä

keinoista parhaimman tuloksen tuovat ne selviytymiskeinot, joissa päihteidenkäyttöä ei hyväksytä tai puolustella. (Itäpuisto 2008, 101–104, 106.)

Joillekin lapsille selviäminen vastoinkäymisistä on vaikeaa, mutta on myös lapsia, jotka näyttävät selviytyvän mistä vain. Auttava tekijä selviytymisessä voi olla resilienssi, joka tarkoittaa yksilön joustavuutta ja kykyä palautua voimakkaan tai pitkän stressijakson jälkeen. (Poijula 2016, 158.) Resilienssi rakentuu omien voimavarojen tunnistamiseen ja käyttöönottoon, omaan selviämishaluun sekä avun hakemiseen. Henkilö, jolla on hyvä resilienssi pitää itseään selviytyjänä eikä uhrina. (Lääperi 2016.) Itäpuisto puhuu samassa kontekstissa resilienssin sijaan haavoittumattomuuden käsitteestä, jolla tarkoitetaan tiettyjen ihmisten selviytymistä vaikeista tilanteista paremmin kuin voidaan olettaa. Haavoittumuuden ajatellaan olevan synnynnäinen ominaisuus ihmisessä, mutta älykkyys ja sosiaalinen kyvykkyys ovat edesauttavia piirteitä selviytymisessä. (Itäpuisto 2008, 101–102.) Nämä kaksi käsitettä, haavoittumattomuus ja resilienssi nousevat siis esille synnynnäisinä ominaisuuksina, jotka edesauttavat selviytymistä. Resilienssin käsite on suhteellisen uusi, mutta mielenkiintoinen käsite. Sinkkonen (2008, 42–43) muistuttaa, että resilienssistä huolimatta jokaisen psyykkiset resurssit ja uusiutumiskyvyt ovat rajallisia. Kaikkea ei siis kestä sekään ihminen, joka osaa pyytää apua ja tunnistaa hyvin omia voimavarojaan.

Resilienssi on yksi tapa tarkastella lapsen selviytymistä päihdeperheessä, mutta selviytymiseen vaikuttavat monet muutkin tekijät. On huomattu, että samankaltaiset lapsuuden kokemukset eivät aina johda samaan lopputulokseen. Suojaavista tekijöistä on löytynyt yksi, joka on muita tärkeämpi lapsen selviytymisen kannalta ja se on turvallinen ihmissuhde. Tämä turvallinen ihmissuhde ei välttämättä ole lapsen ja vanhemman välinen, vaan se voi olla esimerkiksi lapsen ja opettajan välinen. (Sinkkonen 2008, 44.) Olen samaa mieltä siitä, että on äärettömän tärkeää, että lapsella on yksi hyvä ihmissuhde ja malli elämässään, joka tuo lapselle vakautta ja turvallisuutta.

Kysyin ohjaajilta ryhmähaastattelussa, mikä edistää heidän mielestään parhaiten lapsen selviytymistä päihdeperheessä. He nostivat tärkeänä esiin lapsen kuulluksi ja nähdyksi tulemisen ja sen, että lapsen tunteet otetaan

vakavasti ja lasta autetaan. Myös Itäpuisto (2008, 135) nostaa samat asiat esille. Lapsen elämän mahdollisuuksia tulisi tukea, eikä nähdä lapsi pelkästään päihdeperheen lapsena. Selviytymisen näkökulmasta on tärkeää, että päihdeongelmalle ei anneta periksi vaan elämässä on muutakin, kuten elämää jäsentäviä rituaaleja. (Itäpuisto 2008, 108.) Auttava tekijä on se, että päihdeongelmasta huolimatta vanhemmuus on säilynyt perheessä. Tieto auttaa lasta monella tavalla. Kun lapselle annetaan tietoa ja välineitä käsitellä asioita, on niiden kanssa helpompi päästä eteenpäin. Tietoa lapselle tulisi antaa myös siitä, mitä oikeuksia lapsella on. Ohjaajat nostivat esiin myös tukiverkon tärkeyden eli sen, että lapsella on joku, jonka kanssa puhua. Traumaattisen kokemuksen läpikäyminen puhumalla auttaa toipumista (Haarakangas 2011, 166).

Kokoavasti voisin sanoa, että selviytymiseen vaikuttavat monet tekijät lapsen elämässä. Osaan niistä ei voida ulkopuolelta vaikuttaa, mutta on asioita, joita voidaan tehdä lapsen hyvinvoinnin parantamiseksi. Lasta helpottaa jo se, että ongelmat tunnustetaan ja niihin pyritään etsimään apukeinoja. Vertaisten ja turvallisten ohjaajien tuki luo toipumisen ensiaskeleille hyvän pohjan. Huomaa lapsi -ryhmässä lapsen selviytymistä edistetään keskustelemalla ja toiminnallisuuden kautta. Lapsi saa konkreettisia neuvoja siitä, miten esimerkiksi fyysistä koskemattomuutta voi puolustaa. Tärkeää on kuitenkin myös parantaa lapsen henkisen selviytymisen mahdollisuuksia esimerkiksi käsittelemällä tunteita, joita lapsi on perheessä kokenut.

3 VERTAISRYHMÄTOIMINTA

Vertaisryhmätoiminta ei ole terapiaa, vaan sen perusta on psykososiaalisessa viitekehityksessä ja ryhmäprosessoinnissa. Huomaa lapsi -toiminnassa kyseessä on interventiomenetelmä lapsille, jotka elävät riskiolosuhteissa. Ryhmään tulevalla lapsella ei välttämättä ole vielä merkkejä ongelmista, tai hänellä voi olla alkavia ongelmia esimerkiksi koulussa. (Taitto 2002, 11.) Koska ryhmäprosessi ja vertaistuki ovat olennainen osa Huomaa lapsi -toimintaa ja tutkimusaineistoani, koen tarpeelliseksi avata niitä opinnäytetyössäni.

Opinnäytetyöni alkuvaiheessa pohdimme opinnäytetyöni ohjaajan kanssa, mikä tässä ryhmässä on sellaista, mitä ei ole muualla. Mikä tässä on uutta? Miksi tästä saatu palaute perheiltä on ollut niin positiivista? Olen todistanut nyt useammassa eri ryhmässä vertaistuen voimaa ja olen vakuuttunut siitä, että vastaus tuohon kysymykseen löytyy siitä. Miten helpottavaa onkaan huomata, ettei ole yksin tässä maailmassa omien ongelmiansa kanssa. Varsinkin kulttuurissamme, jossa vaikeat asiat pyritään piilottamaan ja salaamaan voi helposti saada sellaisen harhakuvan, että muiden elämä on täydellistä. Markku Envall (2010, 12) kirjoittaa vertaistuen mysteeristä, joka on mielestäni osuvasti sanottu. Vertaistuen vaikuttavuus on ihmettelyn aihe ryhmän ohjaajille kerta toisensa jälkeen. Yhteenkuuvuluuden tunne on käsinkosketeltava ja keskinäinen tuki on vahvaa. Envall kysyykin hyvän kysymyksen: vertaistuen mysteeri saa ihmettelemään, miksei tätä toimintatapaa hyödynnetä laajemmin?

3.1 Vertaistuki päihdeperheille

Päihdeperheissä eläneet lapset kokevat usein itsensä erilaisiksi kaveriporukoissa (Itäpuisto 2008, 114–115). Moni Huomaa lapsi -ryhmän lapsista oli kokenut koulukiusaamista. On vaikea arvioida, onko perheen päihdeongelma vaikuttanut kiusatuksi joutumiseen, mutta yksi tekijä voisi olla normaalia huonompi itsetunto, jonka vuoksi lasta on helpompi kiusata. Ihmissuhteet vertaisten kanssa ovat tärkeitä nuorille. Niiden kautta voi oppia paljon muista ihmisistä ja sosiaalisuudesta, mutta myös itsestä. Kokemusten jakaminen ja erilaisuuksien selvittäminen muiden kanssa kuuluu osaksi kasvamista. Kun lapsi saa hyviä kokemuksia vertaissuhteista, hän oppii katsomaan elämää positiivisella tavalla ja osaa odottaa arvostusta muilta ihmisiltä. Jos taas kokemukset ovat huonoja, niillä voi olla pidemmällä aikavälillä huonoja vaikutuksia lapsen tunne-elämän hyvinvointiin. (Sharp & Cowie 1998, 72.)

Vertaistuki tarkoittaa samankaltaisissa elämäntilanteissa olevien ihmisten keskinäistä sosiaalista tukea (Jantunen 2008, 27). Huomaa lapsi -ryhmässä samankaltaisissa elämäntilanteissa olevilla tarkoitetaan päihdeperheen lapsia,

päihdeongelmaista tai tämän puolisoa. Yhteinen tekijä on päihdeongelma perheessä. Jokainen on saanut vertaistukea jossain vaiheessa elämää. Periaatteessa kaikki ihmiset ovat vertaisia toisilleen. Kun puhutaan vertaistoiminnasta, sillä tarkoitetaan vapaaehtoisten ja ammattilaisten yhteistyössä tekemää stukturoitua toimintaa, jolla on jokin päämäärä. (Virokannas, Osolanus & Varonen 2014, 12.) On olemassa myös sellaisia vertaisryhmiä, joissa ryhmän ohjaajat ovat vertaisia. Lasten ryhmätoiminnassa on kuitenkin oltava ammatillisesti pätevät ohjaajat, joilla on myös keskeinen rooli ja tehtävä toiminnassa. Aikuisten ryhmässä ohjaajat voivat olla enemmän tiedon ja tuen tarjoajia ja keskustelun mahdollistajia. Ohjaajien tärkein tehtävä on rakentaa puitteet vertaistuen kehittymiseen, luoda turvallista ilmapiiriä ja huolehtia siitä, että jokainen saa puhua (Envall 2010, 9). Keskeistä vertaistoiminnalle on, että se käynnistetään todellisen tarpeen takia (mt., 2010, 30; Pajunen & Koivunen 2010, 5). Huomaa lapsi -toiminta on ainoa päihdeperheiden lapsille tarkoitettu tukiryhmä Kuopion alueella.

Vertaisuus perustuu vastavuoroisuuteen ja vertaistuen tarkoitus on antaa voimia, toivoa, näkökulmia sekä jaksamista arkeen. Vertaistuen kautta ihminen saa mahdollisuuden jakaa asioita muiden kanssa ja tulla kuulluksi. Vertaistuella pyritään positiivisten kokemusten luontiin, jotka tukevat hyvinvointia. (Pajunen & Koivunen 2010, 18.) Lasten ryhmässä vertaistuen osoittaminen tapahtui myös toiminnallisuuden kautta. Jotkin tehtävät tehtiin pienryhmissä tai pareittain, jolloin tehtävää pystyttiin pohtimaan yhdessä vertaisen kanssa. Tärkeää on jakaa ja kuulla muiden kokemuksia samankaltaisista ongelmista ja saada sitä kautta toivoa ja voimia mennä eteenpäin elämässä.

Vertaisryhmätoiminnan toimintaperiaatteet ovat keskinäinen tuki ja kokemusten jakaminen, vastavuoroisuus, yhteisöllisyys, yhteisvastuu, vapaaehtoisuus ja maksuttomuus (Taitto 2002, 22). Mielestäni nämä toimintaperiaatteet ovat toteutuneet Kuopion Huomaa lapsi -ryhmässä. Leireiltä peritään pieni maksu vanhemmilta, mutta leirit ovat lapsille ilmaisia ja tapaamiskerrat ovat maksuttomia perheille. Vapaaehtoisuus on tärkeää motivaation ja toimintaan sitoutumisen kannalta mutta myös sen kannalta, mitä ryhmässä antaa ja mitä siitä saa itselleen. Kuopiossa Huomaa lapsi -ryhmää ei käytetä

lastensuojelullisesti vaihtoehtona muille toimenpiteille, vaan perheet tulevat toimintaan mukaan omasta tahdostaan.

Samaistuminen toisiin lapsiin, joilla on samanlaisia ongelmia on tärkeää (Cork 1970, 104; Taitto 2002, 22). Tämä on yksi tärkeimpiä asioita Huomaa lapsi -ryhmässä. Lapset huomaavat, että heidän perheensä ei ole ainoa perhe maailmassa, jossa vanhemman päihdeongelma vaikuttaa perheeseen. Ajattelisin niin, että tämän ymmärtäminen voi auttaa lasta tuntemaan vähemmän syyllisyyttä asiasta, koska hän tietää, että on muitakin lapsia, jotka ovat samankaltaisessa elämäntilanteessa. Tämä on myös tärkeää sanottaa lapselle selkeästi. Kokemustenvaihtaminen auttaa lasta ymmärtämään vanhempiansa ongelmia paremmin sekä kohentamaan omaa itseluottamustaan ja itsetuntemustaan (Cork 1970, 104).

Yhdessä tekeminen ja luottamuksen saavuttaminen vertaisryhmässä voi olla ihmiselle voimaannuttavaa. Voimaantuminen on ihmisen sisältä lähtevä positiivinen prosessi, jolla tarkoitetaan sisäisen vahvuuden ja tasapainon löytämistä. Sitä kautta itsetunto paranee ja elämänhallinta vahvenee. (Pajunen & Koivunen 2010, 19.) Oman arvioni mukaan, joka perustuu keräämäni aineistoon, palautteeseen sekä havaintoihini, tapahtui Huomaa lapsi -ryhmässä voimaantumista ja se tapahtui nimenomaan vertaistuen kautta. Yksi ryhmään osallistuneista vanhemmista sai ryhmästä niin paljon voimaa, että pystyi sen avulla tekemään suuria päätöksiä oman ja lapsensa tulevaisuutta ajatellen.

Päihdeperheiden lapset ovat toivoneet aikuisten antaman tuen lisäksi vertaistukea. Ilman sisaruksia lapsi voi jäädä yksin kokemusten kanssa. Kavereiden kanssa puhuminen voi olla vaikeaa ja aikuisten kanssa keskustelu voi olla aikuisjohtoista. Teini-iässä oleville lapsille on olemassa oma vertaisryhmä ja Huomaa lapsi -toiminnan kohteena ovat pienemmät lapset. (Itäpuisto 2008, 113–114.) Lasinen lapsuus on Suomen Mielenterveysseuran järjestämä vertaistukiryhmä 18–29-vuotiaille, jotka ovat lapsuudessaan kärsineet aikuisten päihteidenkäytöstä. Lasinen lapsuus vertaistukiryhmä kokoontuu 11 kertaa, jonka jälkeen on vielä jatkotapaaminen. (Suomen Mielenterveysseura 2016.) Mielestäni Huomaa lapsi -toiminnan suurin ero muihin vertaisryhmiin on lasten ikä: tukea pyritään tarjoamaan ennen kuin lapsi

alkaa oirehtimaan. Antamalla lapselle tietoa, keinoja käsitellä kokemuksiaan ja hyviä ongelmanratkaisukeinoja ehkäistään mahdollisia tulevia ongelmia, jotka johtuisivat vanhemman päihdeongelmasta.

3.2 Ryhmäprosessi

Ryhmän kehitys voidaan jakaa eri vaiheisiin. Ryhmän kehitysvaiheilla ei välttämättä ole selvää alkua tai loppua, mutta vaiheet voivat näkyä esimerkiksi vuorovaikutuksen kautta. Tuckmanin (1965) tunnettu teoria ryhmän kehityksestä jakaa ryhmän vaiheet viiteen eri osaan. Muotoutumisvaiheessa ryhmä tarvitsee johtajaa ja sen perustehtävä voi olla epäselvä. Muotoutumisvaihetta voidaan ajatella tietynlaisena orientoitumisvaiheena. Kuohuntavaiheessa esitetään omia mielipiteitä ja jäsenet testaavat omaa rooliaan ryhmässä. Normeja alkaa muodostumaan muotoutumisvaiheessa, jolloin myös tunne ryhmään kuulumisesta vahvistuu. Tehtävän suorittamisvaihe keskittyy työskentelyyn ja rooleista tulee joustavampia. Viimeinen vaihe on ryhmän toiminnan päättyminen. (Jyväskylän yliopisto 2005.)

Vaikka Huomaa lapsi -toiminta sisältää monia edellä mainittujen ryhmän kehitysvaiheiden piirteitä, eroaa se myös niistä joiltain osin. Ryhmäytyminen tapahtui nopeasti sekä aikuisten että lasten -ryhmässä. Mielestäni tähän vaikuttaa olennaisesti kaksi asiaa: tiivis aloitusleiri toiminnan alussa ja perheessä oleva vanhemman päihdeongelma yhdistävänä tekijänä. Kuohuntavaihe tuli mielestäni vasta ryhmän päättymisen lähellä. Uskon, että tämä johtuu siitä, että päihdeperheen lapset eivät ole tottuneet tuomaan esille niin paljon eriäviä mielipiteitä tai tunteitaan. Lapset olivat hyvin tottelevaisia ja tekivät kiltisti kaikki pyydetyt tehtävät. Varsinkin ensimmäisillä tapaamiskerroilla ryhmä oli hyvin rauhallinen. Lapset osoittivat levottomuutta ainoastaan silloin, kun kuunteleminen ja keskusteleminen kävivät pitkittyttäväksi. Ryhmäprosessia ajatellen aineison keruun tapahtuminen toiminnan loppuleirillä oli hyvä, koska lapset olivat käyneet läpi koko ryhmäkaaren.

Ryhmäilmion ainekset muodostuvat osallistujien yksilöllisestä toiminnasta, ympäristövaikutuksista sekä ryhmädynamiikasta (Jauhiainen & Eskola 1994,

13). Vertaisryhmistä on saatu hyviä kokemuksia. Ryhmätoiminnan hyötynä on lasten kokemus ryhmään kuulumisesta, koska alkoholiongelmaisten lapset ovat usein eristäytyneempiä. (Itäpuisto 2008, 114.) Ryhmään kuulumisen tunnetta vahvistaa esimerkiksi se, että ensimmäisellä tapaamiskerralla luodaan yhteiset säännöt, joiden tekemiseen kaikki lapset saavat osallistua.

Huomaa lapsi -tapaamisiin on sisällytetty paljon toiminnallisia menetelmiä. Toiminnallisuuden kautta voidaan lisätä ryhmän yhteenkuuluvuuden tunnetta ja kehittää ryhmäläisten itsetuntoa ja itsetuntemusta. Toiminnallisuuteen kuuluu tavoitteet, joihin harjoituksella pyritään. Luottamuksellisessa ilmapiirissä myös vaikeiden asioiden käsittely on mahdollista. (Leskinen 2010, 13.) Toiminnallisissa menetelmissä mennään syvälle käsiteltävään aiheeseen, mikä vaatii keskittymistä ja turvallista ilmapiiriä.

Toiminnallisissa harjoitteissa tai prosesseissa voi tapahtua jotain yllättävää, kuten ryhmäläisen voimakas psyykinen reaktio. Ongelmatilanteissa ohjaajan perusasenne on ratkaiseva tekijä. Yllättävissä tilanteissa tulisi huomioida vaikeaan tilanteeseen joutuneen tunteet, muiden reaktiot ja mahdollisesti tavoitteiden muuttaminen. (Aalto 2000, 78–80.) Päihdeperheen lasten vertaisryhmässä tällaisia yllättäviä tilanteita tulee hyvin todennäköisesti eteen. Yhdellä ryhmäkerralla kuulumisten vaihdossa selvisi, että yhdessä perheessä oli kotona hyvin hankala tilanne, joka vaikutti lapsen turvallisuuden tunteeseen. Tässä tilanteessa oli pysähdyttävä yhdessä asian äärelle ja kysyttävä lapselta, minkälaista apua hän tarvitsee tai miten hänen oloaan voidaan helpottaa. Jotkut toiminnalliset menetelmät voivat olla yllättävän raskaita ja tuoda mieleen kipeitä muistoja, jotka on käsiteltävä ryhmässä. Kenenkään ei pitäisi joutua lähtemään kotiin ahdistuneessa olotilassa.

4 HUOMAA LAPSI -TOIMINTA

”...ku se tavote on se että lapset voi paremmin nin tuota ei siinä niinku se aikuinen mitään menetä missään kohtaa. Että jos on niinku halu, niinku parantua itse niinkun siitä alkoholimista taikka sit

jollaki tavalla auttaa lapsia niin mikä muu olisi parempi tapa kuin tammönen vertaistuki?" V3

Sitaatti on poiminta erään Huomaa lapsi -toimintaan osallistuneen vanhemman haastattelusta ja kuvaa sitä, miksi toimintaan kannattaisi lähteä mukaan. Alkoholinkäyttäjän läheisyydessä elää suuri joukko ihmisiä, joihin alkoholinkäyttö vaikuttaa. Perheenjäsenet ja lapset joutuvat kantamaan suurinta taakkaa läheisen juomisesta. Alkoholistiperheen lapset kokevat asioita, jotka eivät nykyisen lapsuuskäsityksemme mukaan kuulu lapsuuteen ja siksi on tärkeää kuulla lapsia. YK:n lapsen oikeuksien sopimus korostaa lapsen yksilöllisyyttä ja ihmisarvoista elämää. Pahimmassa tapauksessa lapsen oikeudet ja elämä ovat ristiriidassa, kun lapsi elää päihdeperheessä. (Itäpuisto 2015; Mäkelä 2010, 83.)

Lastensuojelulaki velvoittaa joitakin henkilöitä tekemään työnsä puolesta lastensuojeluilmoituksen, kun lastensuojelun tarve on syytä selvittää. Ilmoituksen syynä voi olla lapsesta huolehtivan vanhemman päihde- tai mielenterveysongelmat. (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2016.) Meillä on velvollisuus puuttua lasten pahoinvointiin jo lastensuojelulain ja YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen mukaan. Nykyään ryhmät ja luokat ovat suuria ja vaarana on lapsen yksilöllisyyden huomioimatta jääminen. Kun lapsia on paljon, on yhden lapsen pahoinvoinnin huomaaminen haasteellisempaa. Myös aika ja resurssit ovat rajallisia, samoin kuten keinot puuttumiseen. Vaikka suurin osa lapsista voikin hyvin, on etsittävä entistä enemmän ja parempia keinoja puuttua mahdollisimman varhaisessa vaiheessa niiden lasten elämään, jotka voivat pahoin omassa ympäristössään.

Huomaa lapsi -toiminta on Imatralla kehitettyä vertaisryhmätoimintaa lapsille. Toimintaa kehittäessä lähteenä on ollut ruotsalaisten Ami Arnell'n ja Inger Ekbonin "När mamma eller pappa dricker" teos. Suomessa myös vanhemmat ovat mukana toiminnassa. Huomaa lapsi -toiminta on suunnattu päihdeperheissä eläville alle 12-vuotiaille lapsille. Toimintaan kuuluu perheviikonloppu, viikoittaiset vertaisryhmät, mahdollinen lasten viikonloppu ja loppuleiri. Oppaassa olevassa mallissa viikoittaisia tapaamisia on 25, mutta sitä voi soveltaa myös ryhmiin, jotka tapaavat 10-15 kertaa. (Taitto 2002, 11-13.)

Kuopiossa ryhmä on toteutettu kaksi kertaa. Toiminnan taustalla on halu kehittää koko perhettä tukevaa toimintaa päihdeperheille, jossa on lapsia. Toiminta toteutetaan moniammatillisena työnä, jossa vuoden 2015–2016 ryhmässä yhteistyössä toimivat Kuopion ev.lut seurakunnat, Kuopion kaupunki, Kuopion ensikotiyhdistys ry sekä Päihdepalvelu Hemma. Ohjaajat tulivat siis näistä eri organisaatioista. Toiminnan kustannukset jaetaan toimijoiden kesken ja ohjaajat käyttävät noin viisi tuntia työaikaan viikossa toimintaan. Ensimmäinen ryhmä toteutui vuosina 2014–2015 ja toinen ryhmä 2015–2016. Toiminnan opasta on sovellettu niin, että toiminta rakentuu kahdesta leiristä ja viikoittaisista tapaamiskerroista, joita ensimmäisessä ryhmässä oli kolmetoista ja toisessa ryhmässä viisitoista. Leirit ovat kestoltaan kaksi päivää ja ryhmätapaamiset kestävät kaksi tuntia. Viikoittaiset tapaamiset tapahtuvat samassa paikassa koko toiminnan ajan ja niihin kuuluu myös välipala, joka tarjotaan sekä aikuisille että lapsille. Lasten ja aikuisten -ryhmä kokoontuu samaan aikaan, mutta eri tiloissa. Myös välipalat vietetään erikseen.

Lasten ja aikuisten -ryhmillä on koko toiminnan ajan omat ohjaajat, jotka eivät vaihdu. Toiminnassa mukana olevat ohjaajat sitoutuvat toimintaan koko ryhmän ajaksi. Lasten vertaisryhmä vaatii ohjaajilta läsnäoloa ja henkistä sitoutumista. Lasten ja vanhempien ryhmässä käsiteltävät asiat ovat luonteeltaan sellaisia, jotka edellyttävät vetäjiltä sitoutuneisuutta ryhmään. (Taitto 2002, 29.) Luottamuksen syntyminen ohjaajien ja lasten välillä ei tapahdu hetkessä. Lastenryhmässä huomasi selkeästi sen, kuinka ajan myötä lapset oppivat olemaan enemmän omia itseään ryhmässä ja tukeutumaan ohjaajiin.

Aloitusleiri järjestetään ennen viikoittaisia tapaamisia ja lopetusleiri päättää koko toiminnan. Aloitusleirin tarkoituksena on tutustuminen toisiin, ryhmäytymisen alku ja luottamuksen syntyminen (Taitto 2002, 45). Aloitusleirillä ryhmät kokoontuvat erikseen, mutta ruokailut ovat yhteisiä. Erittäin tärkeää on se, että aloitusleirin alussa kokoonnutaan yhteiseen tilaan ja sovitaan, että lapsilla on lupa puhua kodin asioista ja tapahtumista ryhmässä (mt., 94). Loppuleiri on aloitusleirin kaltainen, mutta sen tavoitteet eroavat aloitusleirin tavoitteista. Tärkeää loppuleirillä on eteenpäin katsominen eli toivo, voimavarojen etsiminen ja mahdollisten jatkotapaamisten miettiminen. Leirillä luodaan uskoa omaan

tulevaisuuteen ja mahdollisuuksiin. Tavoitteena on myös yhteenkuuluvuuden vahvistaminen, ystävyys säilyminen ja tukiverkostojen löytyminen. Loppuleirillä pyritään lujittamaan perheyhteyttä ja saamaan uusia ongelmanratkaisukeinoja. Loppuleiriin liittyy myös luopuminen ja sen opettelu, mutta samalla uskallus luottaa elämään. (Taitto 2002, 87–88.) Ryhmän päättymisestä informoitiin jo hyvissä ajoin ja siihen alettiin valmistautua puhumalla siitä. Huomaa lapsi -ryhmään sitoudutaan pitkäksi ajaksi ja perheet voivat kiintyä toimintaan. Päätösleiri oli koskettava luopumisen kannalta, mutta pääpaino pidettiin mahdollisimman hyvässä tulevaisuudessa.

Yksi opinnäytetyöni tutkimuskysymyksistä on, miten ryhmän tavoitteet ovat toteutuneet. Yleisten tavoitteiden lisäksi perheet ovat tehneet aloitusleirillä henkilökohtaiset tavoitteet, mutta kehittämistyössäni ei selvitetty niiden toteutumista. Vanhempien ja lasten vertaisryhmän tavoitteet on jaettu oppaassa informatiivisiin, vuorovaikutuksellisiin ja henkilökohtaisiin. Vanhempien vertaisryhmän informatiivisissa tavoitteissa on tietoon liittyviä tavoitteita ja sitä kautta myös lapsen näkökulman ymmärtämiseen liittyviä asioita. Vuorovaikutukselliset tavoitteet liittyvät vertaistukeen ja sosiaalisiin vuorovaikutussuhteisiin ja taitoihin. Vanhempien ryhmän tärkein tehtävä on saattaa vanhemmat yhteen toistensa kanssa ja jakamalla kokemuksiaan saada tukea toisiltaan. Vanhemmat voivat sitä kautta huomata, miten muut ovat selvinneet hankalistakin tilanteista. Henkilökohtaiset tavoitteet liittyvät vanhempaan itseensä. Tavoitteena on esimerkiksi omien tunteiden tunnistaminen, vanhemman roolin omaksuminen, oman syyllisyyden kohtaaminen, elämänhallintataitojen lisääntyminen ja anteeksianto. Vanhempia tuetaan huomaamaan omat vahvuudet ja hyväksymään heikkoudet. (Taitto 2002, 78–79.)

Lasten vertaisryhmän informatiivisissa tavoitteissa on antaa lapsille tietoa päihteistä ja niiden vaikutuksista sekä ymmärtää omia toimintatapoja perheen tilanteen seurauksena. Vuorovaikutuksellisia tavoitteita ovat sosiaalisten taitojen lisäksi luottamuksen opettelu, kokemusten jakaminen, yhteisöllisyyden tunteminen ja itsensä puolustaminen. Henkilökohtaisissa tavoitteissa on myös lasten ryhmässä omien tunteiden tunnistamista, mitä harjoitellaan jokaisella ryhmäkerralla. Tärkeää olisi tukea lasta pois omasta selviytymisroolista ja

herättää toivoa tulevaisuuteen. Tavoitteena on lasten toipuminen ja lupa olla lapsena sekä tunnistaa omat oikeudet ja velvollisuudet. Lasten vertaisryhmässä autetaan lapsia huomaamaan heidän omia vahvuuksiaan ja lisäämään ongelmanratkaisutaitoja. (Taitto 2002, 55.)

Toiminnalla on siis monia ulottuvuuksia ja tavoitteita, jotka voivat tuntua mahdottomiltakin toteuttaa. Kyseessä on kuitenkin pitkäaikainen toiminta, jossa asioita käydään läpi pikkuhiljaa. Tietyt tärkeät teemat, kuten tunteiden tunnistamisen opettelu toistuvat jokaisella ryhmäkerralla, jolloin niistä tulee rutiini ja osa ryhmää. Olennaista Huomaa lapsi -toiminnassa on, että päihdeperheen lapset saavat puhua kokemuksistaan turvallisessa ympäristössä ja vanhemmat saavat tukea vanhemmuuteen ja oppivat katsomaan tilanteita lapsen näkökulmasta. Päihdeperheen lapset elävät usein salailun ilmapiirissä ja voivat luulla olevansa ainoita, joita omien vanhempien juominen häiritsee. Lasta helpottaa jo tieto siitä, että muita samassa tilanteessa eläviä lapsia on olemassa. (Itäpuisto 2008, 98.)

4.1 Sisällöistä ja teemoista

Toiminnan opas sisältää strukturoidut rungot ryhmätapaamisiin sekä leirien ohjelmaan. Lasten ryhmässä käytettävät toimintamuodot tukevat lasten ymmärrystä vanhempien päihteidenkäytön seurauksista perheessä ja lapsessa itsessä. Toimintatavan valinnassa vaikuttavat lasten ikä, taidot ja mielenkiinto. Pienillä lapsilla ei välttämättä ole sanoja kokemuksilleen ja tunteilleen. Toiminnalliset menetelmät perustuvat lapsen luonnollisiin keinoihin käsitellä asioita. Liikunta- ja rentoutusharjoitukset tuovat tapaamisiin vaihtelua ja myös niiden kautta voidaan käsitellä aiheita. Pelkillä keskusteluilla ja tietopohjalla ryhmän vaikutus voi jäädä pinnalliseksi. Toiminnallisilla ja luovilla menetelmillä, kuten draama ja muut harjoitukset lähestytään enemmän terapeutista ryhmää. (Taitto 2002, 64.) Taitto mainitsee toiminnan lähestyvän terapeutista ryhmää, vaikka se ei olekaan terapiaa. Sinällään kaikella tekemisellä, kuten askartelulla voi olla terapeutin vaikutus. Todelliseksi terapiaksi toiminta muuttuu silloin, kun sen kautta haetaan muutosta elämään. (Lieppinen 2011, 12–13.) Ryhmässä käytettiin toiminnallisina menetelminä leikkejä, näytelmiä, maalausta

ja piirtämistä ja muita erilaisia luovia tehtäviä. Lapset keskittyivät harjoitukseen ja ohjaajat olivat apuna niille lapsille, jotka sitä tarvitsivat. Harjoitusten lopulla tehtävät purettiin keskustelemalla, mikä antoi mahdollisuuden vertaistuelle, koska muut pystyivät kommentoimaan toistensa ajatuksia ja teoksia.

Vanhempien ryhmä noudattaa lasten ryhmän ohjelmaa, jotta käsiteltävät aiheet olivat samoja. Vanhempien ryhmässä ohjelmaa ei tarvitse noudattaa niin tarkasti, vaan tilaa on myös käsitellä vanhempien itsensä esille nostamia asioita. Vanhempien ryhmässä on tärkeää, että aikaa jää omien asioiden ja tunteiden käsittelylle. Painopiste on lapsen huomioimisessa ja vanhemman vastuussa oman lapsensa hyvinvoinnista. Vanhempien ryhmässä tehdään myös joitakin harjoituksia ja keskustellaan vanhemmuudesta. (Taitto 2002, 201.) Molemmissa ryhmissä tärkeää on aikatauluttaminen ja siinä pysyminen ellei siitä ole syytä poiketa esimerkiksi jonkun perheen hankalan tilanteen vuoksi, jota täytyy käsitellä ryhmässä.

Tapaamisten aloituksessa käydään läpi läsnäolijat, kuulumiset ja tunnesäätilä. Jokainen lapsi ja ohjaaja valitsee tunnekortin, joka esitellään muulle ryhmälle. Aloituksen jälkeen siirrytään varsinaiseen aiheeseen. Toimintaosio seuraa aiheen käsittelyä ja siihen voi kuulua luovaa toimintaa, leikkiä, harjoituksia tai keskustelua. Välipala on toiminnan puolella välissä, jonka jälkeen on ohjattua vapaata toimintaa eli pelejä ja leikkejä. Ryhmän päätös on samanlainen jokaisella kerralla. Aikataulun jaksottaminen selkeäksi kokonaisuudeksi on tärkeää ja lasten tulee saada keskittyä tehtäviin. Ohjelmavaihtoehtoja on useita ja niistä valitaan se, mikä vastaa parhaiten lasten tarpeita. (Taitto 2002, 68–69.) Ennen välipalaa käsiteltiin raskaampia aiheita, kuten alkoholismia tai selviytymiskeinoja. Näiden vastapainona leikittiin ja rentouduttiin. Kuopion Huomaa lapsi -ryhmä loppui aina tunnesäätilään ja yhteiseen voimalauseeseen. Tunnesäätilassa opetellaan tunnistamaan tunteita, mutta samalla käydään läpi kuulumiset ja ryhmän lopussa voidaan pyytää palautetta ryhmäkerrasta. Ryhmässä olevat hiljaisemmat ja ujommat lapset eivät välttämättä halua tai pysty puhumaan koko ryhmän edessä. Heitä kannustetaan varovasti, mutta ketään ei pakoteta sanomaan mitään.

Ryhmätapaamisten asiasisällöt ovat raskaita sekä lapsille että vanhemmille. Ryhmissä käsitellään kipeitä asioita, joita ei välttämättä ole käsitelty koskaan aiemmin. Ryhmän loppupuolella oleva leikki tai rentoutuminen toimi hyvänä vastapainona ja keventäjänä näille raskaammille aiheille. Leikillä on muukin tarkoitus kuin hauskanpito, sillä se on sosiaalisten taitojen oppimista, harjoittelevaa suhtautumista maailmaan ja omien sisäisten kykyjen harjaannuttamista (Dunderfelt 2011, 79). Varsinkin päihdeperheiden lapset, jotka joutuvat usein olemaan muussa kuin lapsen roolissa tarvitsevat leikkiä ja iloa.

Rentoutumista tehtiin lasten ja vanhempien ryhmissä. Rentoutumisen päämääränä on mielen rauhoittuminen, lihasten jännityksen väheneminen ja mielen rauhoittuminen. Sen vaikutus kohdistuu autonomiseen hermostoon, joka säätelee tahdosta riippumattomia elintoimintoja. (Katajainen, Lipponen & Litovaara 2003, 52–53.) Päihdeperheiden kotona vallitsee jatkuva jännitystila ja hermostuneisuus päihdeongelman vuoksi. Siksi rentoutumiseen opettelu ja sen harjoittaminen on erityisen tärkeää. Rentoutuminen toteutettiin niin, että ohjaajat hieroivat lapsia tai aikuisia erilaisilla siveltemillä ja palloilla rauhallisen musiikin soidessa taustalla. Koskettamiseen kysyttiin aina lupa lapselta ja se tehtiin rauhallisesti. Koskettaminen on eräs tehokkaimmista tavoista herättää tunteita. Silittäminen tai paijaaminen laukaisee voimakkaan muutoksen aivojen välittäjäainejärjestelmässä. (Nummenmaa 2015, 16.) Voidaan siis todeta, että kosketuksella on voimaa.

Ensimmäisellä viikoittaisella tapaamisella muisteltiin leiriä ja tutustuttiin lisää. Lapset saivat keksiä ryhmälle nimen ja säännöt. Myös vanhempien ryhmässä tehtiin säännöt, jotka olivat voimassa koko toiminnan ajan. Alkoholismia käsiteltiin monella tapaamiskerralla eri näkökulmista. Alkoholiriippuvuudessa on kyse psyykkisestä riippuvuudesta, joka ilmenee käyttäytymisen muutoksena seurauksena alkoholin aiheuttamista muutoksista aivoissa ja yksilön tavassa tuntea ja ajatella (Aalto 2010, 9). Alkoholismin ymmärtäminen sairautena voi olla hankalaa, ellei tiedä mitä riippuvuus tarkoittaa. Alkoholismia käsiteltiin myös siitä näkökulmasta, kuinka se vaikuttaa ihmiseen ja perheeseen. Olennaista on lapsen näkökulma: kuinka lapsi kokee vanhemman alkoholinkäytön?

Rooleja ja selviytymiskeinoja käsiteltiin keskustellen ja toiminnallisin menetelmin. Alkoholiperheen lapset kehittävät erilaisia rooleja päästäkseen jonkinlaiseen tasapainoon. Sankari tai vastuunkantaja osaa käyttäytyä ja menestyä hyvin koulussa. Vastuunkantaja auttaa kotona ja tekee aikuisten töitä. Tilaa ei jää huolettomalle lapsuudelle tai epäonnistumiselle. Siinä vaiheessa kun sankari tunnistaa roolinsa hän voi huomata myös vihan, jota on pitänyt sisällään. Syntipukki purkaa sisäistä pahaa oloaan aiheuttamalla ongelmia ja olemalla tottelematon. Kun negatiivinen huomio on lapsessa, perheen alkoholiongelma jää taka-alalle. Syntipukin minäkuva vääristyy kielteiseksi, kun ympäristön käsitys hänestä on negatiivinen. Näkymätön lapsi eristyy omiin oloihinsa ja unohtuu helposti. Hänellä on oma mielikuvitusmaailmansa, jonne hän vetäytyy. Hän sopeutuu ja on kiltti lapsi, josta voi kasvaa aikuisena syrjäänvetäytyvä, mutta luova ihminen. Maskotin tehtävä on pitää muita iloisena. Tällä tavoin hän purkaa perheen alkoholiongelman aiheuttamaa kireyttä ja jännitystä. Ongelmat katoavat, kun keskitytään keveyteen. Vaarana on yksinäisyys, jota peitellään roolilla. Maskotista voi tulla pinnallinen ihminen, jolla on vaikeuksia käsitellä kipeitä tunteita ja joka vähättelee ihmissuhteita. (Kinnunen 2003, 216–217.) Huomaa lapsi -toiminnan yksi tärkein tehtävä on auttaa selviytymisrooleja omaksuneet lapset pois roolistaan. Jokaista lasta autetaan kohti omaa persoonaa ja identiteettiä. (Taitto 2002, 65.)

Havaitsin harjoittelussani, että yhtenä jatkuvana teemana ryhmässä oli salaisuudet ja niiden liittyminen päihdeongelmaan. Jo aloitusleirillä katsottiin video, jossa perheen isällä oli päihdeongelma ja sen salaaminen aiheutti lapsille hankaluuksia ja henkistä tuskaa. Myös Liisan päiväkirjassa salaisuus tuli esille, kun Liisa pohti voiko hän kertoa omalle mummolleen perheen päihdeongelmasta. Perhesalaisuudet olivat myös pääteemana yhdellä tapaamiskerralla. Lapset tuntuivat pohtivan kovasti sitä, kenelle perheessä olevasta päihdeongelmasta saa kertoa vai saako siitä kertoa kenellekään.

Sisältöihin kuuluivat myös perhejuhlat ja arki. Perheen arkea käsiteltiin näytelmän kautta, jossa lapsi tai sisarukset näyttelivät yhdessä ohjaajan kanssa perheen arkea. Lapset saivat valita näyttelevätkö aamun, päivän vai illan. Rankasti juovan vanhemman elämä on jatkuvassa kaaoksessa, mikä tekee myös lapsen elämästä kaotista (Itäpuisto 2008, 37). Päihdeperheen arki voi

siis olla hyvinkin epäsäännönmukaista ja kaoottista. Perhejuhlista keskusteltiin välipalan äärellä. Päihdeperheen lapset joutuvat usein pettymään heille luvattuihin asioihin. Suomalaiseen juhlapyhään kuuluu usein olennaisesti päihtyminen. Joulukuukausi ei välttämättä ole päihdeperheen lapselle yhtä juhlaa. Huomaa lapsi -ryhmän lapsilla oli kokemuksia siitä, että suunnitelmat jouduttiin perumaan vanhemman juomisen vuoksi.

Lapsen on tärkeää tietää myös rajoista ja siitä, että hänellä on oikeus omiin rajoihin ja koskemattomuuteen. Rajoja käsiteltiin tiedollisen näkökulman lisäksi toiminnallisella harjoituksella, jossa lapset puolustivat omaa reviiriään sanallisesti ja ei-sanallisesti. Toiseksi viimeisen kerran pääteemana oli huolet. Lapsi voi tuntea huolta juovan vanhemman tai muiden perheenjäsenten vuoksi (Itäpuisto 2008, 36). Lapset ja vanhemmat saivat paperin, jossa oli reppu. Repun sisälle he kirjoittivat kaikki huolet, joita heillä oli. Lasten huolet erosivat toisistaan huomattavasti riippuen kotitilanteesta. Osan huolet olivat suuria ja raskaita, kun taas osa lapsista huolehti vähemmän vakavista asioista. Viimeisellä tapaamiskerralla käsiteltiin velvollisuuksia ja oikeuksia, joita lapsilla ja meillä kaikilla ihmisillä on.

4.2 Ennaltaehkäisevä näkökulma

Yhteisöpedagogiopiskelijana minua kiinnostaa toiminnan ennaltaehkäisevän työn näkökulma. Huomaa lapsi -toimintaa ajatellessani olen kokenut osittain haasteelliseksi luokitella toiminta joko ennaltaehkäisevään tai korjaavaan työhön. Omassa pohdinnassani olen päätenyt siihen, että vaikka toiminta sisältää elementtejä näistä molemmista on kyse enemmän ennaltaehkäisevästä työstä. Kun puhutaan nimenomaan päihdeperheissä elävien lasten vertaisryhmätoiminnasta, on mielestäni oikein huomioida myös ehkäisevän päihdetyön näkökulma. Toivottavasti tämä luku vastaa myös osittain kysymykseen siitä, miksi toimintaa pitää olla nyt ja jatkossakin, vaikka joskus ennaltaehkäisevän työn merkitystä voi olla haasteellista todistaa.

Vaikka ehkäisevän työn tärkein merkitys löytyy mielestäni lasten hyvästä tulevaisuudesta, voi sen merkitystä perustella myös taloudellisesti.

Yhteiskunnan näkökulmasta hyvinvoinnin takaaminen mahdollisimman monelle lapselle on paras sijoitus myös taloudellisessa mielessä. Pahoinvoinnin aiheuttamat kustannukset yhteiskunnalle ovat suuret. Talousasiantuntijoiden mukaan lopettamalla päihteiden käyttö voitaisiin kuntien talousongelmat ratkaista. (Salminen 2005, 9.)

Ennen kuin otan esille ehkäisevän päihdetyön näkökulman määrittelen lyhyesti, mitä ehkäisevä työ on. Kun ehkäisevästä työstä puhutaan lastensuojelullisesta näkökulmasta, sillä tarkoitetaan tukea ja erityistä tukea, jota annetaan esimerkiksi opetuksessa ja nuorisotyössä. Saadaksean tätä tukea perheellä ei tarvitse olla lastensuojelun asiakkuutta. Ehkäisevällä työllä tuetaan vanhemmuutta ja turvataan lasten kasvua, kehitystä ja hyvinvointia. (Finlex 2007, 3 a §.) Ehkäisevässä työssä lasten omat voimavarat huomioidaan resursseina ja hyvinvointia vahvistavien taitojen ja valmiuksien kehittymistä tuetaan. Kasvatus ei toteudu tyhjiössä vaan siihen vaikuttaa se ympäristö, jossa eletään. Kasvatus ei myöskään ole arvovapaata vaan sillä edistetään jotain, joka koetaan tärkeäksi ja tavoittelemisen arvoiseksi. (Normann, Odell, Tapio & Vuohelainen 2015, 21.) Päihdeperheessä elävien lasten hyvinvointi ja päihteetön tulevaisuus on ehdottomasti tärkeä ja tavoittelemisen arvoinen asia.

Ehkäisevässä päihdetyössä keskitytään terveiden elämäntapojen edistämiseen ja hyvinvoinnin tukemiseen pyrkimyksenä haittojen ehkäisy varhaisessa vaiheessa. Korjaava päihdetyö taas hoitaa päihteistä aiheutuneita haittoja. (Normann ym. 2015, 8.) Tämän määritelmän mukaan Huomaa lapsi -toiminnassa on lasten kohdalla kyse ehkäisevästä päihdetyöstä. Usein lapsi saa apua, kun hänen ongelmansa ovat nähtävissä. Jos apua tarjotaan varhaisessa vaiheessa, on jopa mahdollista välttää muun hoidon tarve myöhemmin. (Taitto 2002, 22.) Tässä ollaan ehkäisevän työn ytimessä. Ryhmään osallistuneiden aikuisten kohdalla kyse voi olla enemmän korjaavasta työstä, vaikka toiminnan tarkoitus ei olekaan hoitaa ryhmään osallistuvia aikuisia, vaan tukea heidän vanhemmuuttaan.

Päihdeongelmat siirtyvät usein sukupolvelta toiselle. Lapsi saa mallin vanhemmalta, kun tämä on usein humalassa ja voi kokea vaikeita asioita, kuten pelkoa ja turvattomuutta vanhemman päihdeongelman vuoksi.

Käsitlemättömät kokemukset voivat altistaa lapsen päihteidenkäyttöön aikuisena. Taustalla voi vaikuttaa myös perimä ja biologinen alttius. (Taitto 2002, 17.) Tutkimuksissa on havaittu, että alkoholiongelmisten vanhempien lapsilla esiintyy ongelmia keskimääräistä enemmän. Heillä on todettu olevan tunne-elämän ongelmia muita useammin, huonompi koulumenestys, huonompi itsetunto ja kognitiiviset kyvyt. (Itäpuisto 2008, 56.) Vertaistuen ja tiedon kautta pyritään katkaisemaan sukupolven ylittävä ketju. Ryhmässä lapsi saa mahdollisuuden puhua kokemuksistaan ja tunteistaan. Lapsi saa myös työkaluja käsitellä niitä vaikeita asioita, joita hän on kohdannut elämässään.

Varhaisen puuttumisen tärkeydestä kuulee puhuttavan paljon. Varhaisella puuttumisella tarkoitetaan sitä, että ongelmat havaitaan mahdollisimman aikaisessa vaiheessa ja niihin pyritään löytämään ratkaisuja. Varhainen puuttuminen kohdennetaan ensisijaisesti lapsiin ja nuoriin, jotka voivat huonosti. Preventio tarkoittaa ennaltaehkäisyä ja interventio korjaavaa toimintaa. Primaaripreventio kohdistuu normaaliväestöön. Ennaltaehkäisevillä toimilla pyritään ehkäisemään ongelmien syntymistä. Sekundaarinen preventio pyrkii vähentämään jo ilmenneiden ongelmien vaikutuksia. (Huhtanen 2007, 28, 30–32.) Huomaa lapsi -toiminnassa on kyse sekä preventiosta, että interventiosta. Tiedetään, että toimintaan osallistuvilla lapsilla on tiettyjä riskejä vanhemman päihdeongelman vuoksi, mutta lapsi ei välttämättä oirehdi. Päihdeongelmat alkavat yleensä keskimäärin 18-vuotiaana, eli nuoruudessa tai varhaisessa aikuisuudessa (Kitchener, Jorm, Kelly, Lassander & Karila-Hietala 2015, 80). Prevention kannalta tärkeää on tunnistaa riskitekijät ennen nuoruutta ja tukea lapsen kasvua kohti hyvää elämää.

Ehkäisevässä päihdetyössä puhutaan riskitekijöistä ja suojaavista tekijöistä. Olosuhteet, jotka lisäävät päihdeongelmien todennäköisyyttä ovat riskitekijöitä. Suojaavat tekijät taas ovat niitä tekijöitä, jotka tukevat lapsen ja nuoren turvallista kehitystä. Kotona olevia riskitekijöitä ovat esimerkiksi puutteet huolenpidossa ja kasvatuksessa, aikuisten sallivat asenteet päihteiden käyttöön, päihde- ja mielenterveysongelmat ja vakavat perheristiriidat. Yksilön riskitekijöihin kuuluu esimerkiksi päihdemyönteisyys perheessä, aikainen altistuminen päihteisiin ja biologiset tai geneettiset tekijät. Yhteiskunnallinen riskitekijä on, että avunsaanti on vaikeaa. (Klaari 2007, 8–9.) Jos tarkastellaan

näitä riskitekijöitä Huomaa lapsi -toiminnan kannalta on havaittavissa, että toimintaan osallistuvilla lapsilla on olemassa näitä riskitekijöitä elämässään. He ovat altistuneet lapsena vanhemman tai vanhempien päihteidenkäytölle ja sitä kautta muillekin riskitekijöille.

Varsinkin silloin, kun riskitekijät ovat olemassa on tärkeää ennaltaehkäistä niitä ja vahvistaa suojaavia tekijöitä. Yksilön kohdalla suojaavia tekijöitä ovat esimerkiksi tunne siitä, että voi vaikuttaa omaan elämään, aikuiset esikuvat ja luottamukselliset suhteet aikuisiin, sosiaaliset ja kognitiiviset taidot sekä kyky käsitellä riskejä (Klaari 2007, 9). Kun tarkastellaan näihin suojaaviin tekijöihin peilaten Huomaa lapsi -toiminnan lasten vertaisryhmän tavoitteita, löytyy näistä paljon yhtymäkohtia. Lasten Huomaa lapsi -vertaisryhmän tavoitteissa on esimerkiksi luottamuksen opettelu, ongelmanratkaisutaitojen lisääntyminen sekä sosiaalisten taitojen opettelu (Taitto 2002, 55). Ryhmässä siis pyritään vahvistamaan näitä suojaavia tekijöitä, jotka ennaltaehkäisevät mahdollisia tulevia päihdeongelmia.

5 TUTKIMUSMENETELMÄT

Tieteellä tarkoitetaan tutkimustoiminnan tuloksia ja tieteellistä tutkimusprosessia (Aaltola 2015, 15). Perinteisesti on korostettu sitä, että ongelmat tulee harkita tarkkaan ennen aineiston keruuseen ryhtymistä. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa varaudutaan kuitenkin siihen, että ongelma saattaa muuttua tutkimuksen edetessä. Ongelman tilalla voidaan puhua tutkimustehtävästä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 125–126.) Myös omat tutkimuskysymyksetni muuttuivat tutkimuksen edetessä vastaamaan paremmin sitä tietoa, mitä oli tarpeellista saada ryhmän kehittämisen näkökannalta.

Opinnäytetyöni tärkeimmät tutkimuskysymykset ovat, miten perheet ovat hyötyneet toiminnasta ja miten toimintaa voisi kehittää. Opinnäytetyössäni tärkeää on kokonaisvaltainen toiminnan onnistumisen tarkastelu. Toiminnan onnistumisen tarkastelulla tarkoitan sitä, mikä ryhmässä toimi hyvin ja mitä mahdollisesti tulee kehittää ryhmän jatkoa ajatellen. En siis arvioi sitä,

onnistuiko toiminta, koska sen arviointi olisi mahdotonta. Uskon, että vaikka perheet ovat saaneet välittömiä hyötyjä toiminnasta niin osa hyödyistä on pitkäaikaisia ja saattavat tulla ilmi vasta pitkän ajan kuluttua. Opinnäytetyöhöni liittyy myös pienempiä tutkimuskysymyksiä: yleisten tavoitteiden toteutuminen ja vertaistuen merkityksen arvioiminen. Tärkeää opinnäytetyössäni on, että sen avulla voidaan kehittää Huomaa lapsi -toimintaa ja tuoda esille ryhmästä saatuja kokemuksia toimintaan osallistuneiden perheiden ja ohjaajien kautta.

Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus ei mittaa asioita määrällisesti vaan lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen ja se, että todellisuus on moninainen. Tutkimuksen kohdetta pyritään tutkimaan kokonaisvaltaisesti ja löytämään tosiasioita sen sijaan, että todennetaan jo olemassa olevia väittämiä. Tutkija ei voi sanoutua irti arvolähtökohdista, eikä objektiivisuutta ole mahdollista saavuttaa perinteisessä mielessä. Laadullisessa tutkimuksessa tutkija ja tieto kietoutuvat toisiinsa. (Hirsjärvi ym. 2009, 161.) Pidän tästä laadullisen tutkimuksen määritelmästä, koska mielestäni siinä kiteytyy hyvin laadullisen tutkimuksen luonne ja myös se, mitä itse lähdin kehittämistyössäni hakemaan.

Minulle oli alusta saakka selvää, että tutkimusmenetelmäni tulevat olemaan laadullisia. Mielestäni perheiden ja ohjaajien kokemuksia ei voi mitata määrällisesti. Aihe, jonka parissa tutkimus tehdään on sensitiivinen ja moninainen ja sen ymmärtäminen vaatii myös tutkijalta paljon. Oma tutkimukseni täyttää laadullisen tutkimuksen tyypillisiä piirteitä, joita ovat tarkoituksenmukainen kohdejoukko, tapausten käsittely ainutlaatuisina ja aineiston hankinnan kerääminen laadullisin metodein. Myös ihmisen suosiminen tiedon keruun instrumenttina, kokonaisvaltainen tiedon hankinta, induktiivisen analyysin käyttö ja tutkimussuunnitelman muotoutuminen tutkimuksen edetessä toteutuvat omassa tutkimuksessani. (Hirsjärvi ym. 2009, 164.)

Tutkimukseni kohdejoukko ei ole satunnaisesti valittu, vaan koostuu Kuopion Huomaa lapsi -ryhmään osallistuneista lapsista, vanhemmista ja ryhmän ohjaajista. Tutkimussuunnitelma on muokkaantunut paljon matkan varrella ja olen joutunut pohtimaan parhaita tapoja edetä tutkimuksessani jatkuvasti.

Esittelin tilaajalleni erilaisia vaihtoehtoja suurimmalle tutkimuskysymykselle, josta valittiin yksi. Sekään ei ollut lopullinen valinta, vaan muokkaantui ryhmän edetessä vastaamaan paremmin kehittämistyön tarpeita. Alussa ajattelin, että lapset eivät ole osa kohdejoukkoani, koska pelkäsin lasten aineiston keruun olevan liian haasteellinen. Lopulta päädyin ottamaan myös lapset kohderyhmäksi, koska muuten aineisto olisi ollut vajaavainen ja lasten näkökulma olisi jäänyt vähäiseksi. Minulle oli tärkeää, että lapset saavat itse sanoittaa kokemuksensa ryhmästä.

Opinnäytetyöni aineisto kerättiin kuudelta lapselta, kolmelta vanhemmalta ja viideltä ohjaajalta. Laadullisessa tutkimuksessa keskitytään usein pieneen määrään tapauksia ja analysoidaan niitä perusteellisesti. Tieteellisyyden kriteeri ei siis ole määrä vaan laatu. (Eskola & Suoranta 2003, 18.) Koska kvalitatiivisen tutkimuksen tarkoituksena ei ole etsiä tilastollisia säännönmukauksia, aineiston koko ei määräydy perustuen näihin (Hirsjärvi ym. 2009, 181). Alussa pohdin paljon sitä, saanko kerättyä riittävästi aineistoa tällä kohdejoukolla. Aineiston koolla ei kuitenkaan ole välitöntä vaikutusta tutkimuksen onnistumiseen eikä koon määräämiseksi ole olemassa mekaanisia sääntöjä. Kysymys on aina tapauksesta. Aineiston tarkoitus on toimia tutkijan apuna rakennettaessa käsitteellistä ymmärrystä tutkittavasti ilmiöstä. Aineistoa on riittävästi, kun uudet tapaukset eivät tuota uutta tietoa tutkimusongelman kannalta. Voidaan puhua kylläntymisestä eli saturaatiosta. (Hirsjärvi ym. 2009, 61–62.) Aineistoni on ainutlaatuinen siinä mielessä, että vain ne ihmiset, keneltä tieto kerättiin, pystyivät sitä myös antamaan. He olivat olleet mukana ryhmässä ja kokeneet sen alusta loppuun saakka.

Opinnäytetyöni aineistonkeruu menetelminä olen käyttänyt kolmea eri laadullisen tutkimuksen menetelmää. Mielestäni kolmen eri menetelmän käyttäminen on perusteltua, kun kohdejoukko eroaa toisistaan suuresti iän ja näkökulman perusteella. Myös oman oppimiseni kannalta koin hyödylliseksi käyttää eri menetelmiä aineiston keruussa. Opinnäytetyöni sisältää myös empiirisiä havaintojani ryhmästä, joilla pyrin tukemaan teorian ja tulosten paikkaansa pitävyyttä. Tämä on mahdollista, koska olen ollut ryhmässä mukana harjoittelijan roolissa ja kokenut toiminnan siitä näkökulmasta. Empiirisen lähestymistavan tarvetta voidaan perustella sillä, että ilmiön tutkimisesta ei

voida vetää johtopäätöksiä vaan niiden tekeminen vaatii empiiristä havainnointia (Baszanger & Dodier 1997, 9). Seuraavissa luvuissa perehdyn tarkemmin valitsemini tutkimusmenetelmiin ja niiden erityispiirteisiin.

5.1 Lasten maalaukset

Huomaa lapsi -ryhmän lapset olivat iältään 8–13-vuotiaita. Ryhmässä oli seitsemän lasta neljästä perheestä, joista kuusi oli sisaruksia. Yksi lapsista ei osallistunut aineiston keruuseen, joten aineisto on kerätty kuudelta lapselta. Aineistonkeruu menetelmän valintaan vaikutti olennaisesti lasten ikä, määrä ja aiemmat havaintoni lasten toiminnasta ryhmässä. Ryhmässä oli sosiaalisia lapsia ja hiljaisempia lapsia. Tiesin heti, että haastattelu olisi huono valinta tutkimusmenetelmänä tämän ryhmän lapsille. Myös palautteen kerääminen lomakkeella tuntui huonolta menetelmältä, koska silloin tieto olisi voinut jäädä pinnalliseksi. Palautetta kysyessä ryhmän jälkeen vastaukset olivat usein, että leikit olivat parhaita ja ryhmään tullessa tunne oli lähes aina hyvä joidenkin lasten kohdalla.

Esimerkkejä laadullisesta aineistosta ovat haastattelut, havainnoinnit, päiväkirjat sekä muuta tarkoitusta varten tuotettu kirjallinen tai kuvallinen aineisto tai äänimateriaali. Osallistuvuus on keskeinen seikka monessa kvalitatiivisessa tutkimuksessa, vaikka osallistuminen tutkittavien elämään ei ole ehdoton edellytys. (Eskola & Suoranta 2003, 15–16.) Yhteisöpedagogina, joka tekee opinnäytetyötä halusin tuoda osallistamisen osaksi aineiston keruuta. Lapset olivat aiemmin tehneet luovana harjoituksena maalauksen, joka menetelmänä oli toimiva. Maalaaminen antaa mahdollisuuden keskittyä omaan tekemiseen ja tuoda ilmi ajatuksia muotojen, värien ja tekstin kautta. Niin lasten aineiston keruun menetelmäksi muodostui maalaus.

Maalaus toteutettiin loppuleirin viimeisenä päivänä. Tämä oli tärkeää, koska näin lapset saivat kokonaiskuvan ryhmästä, jonka olennaisena osana on myös loppuleiri. Ennen maalausta lapsilta kerättiin palautetta toiminnasta lomakkeella, joka löytyy Taitton oppaasta. Lasten apuna olivat ohjaajat ja lomake täytettiin keskustellen ja kirjoittaen. Tarkoituksena oli myös orientoida lapsia

ajattelemaan mennyttä ryhmää ennen tehtävänantoa maalaukseen, koska muuten heidän olisi voinut olla vaikea tarttua laajaan tutkimuskysymykseeni.

Ennen kuin kerroin lapsille maalauksen aiheen selitin heille, mitä tarkoitusta varten maalaus tehdään ja mitä tarkoittaa opinnäytetyö. Aiheen avulla pyrin saamaan lapsilta vastauksen siihen, miten he ovat kokeneet hyötyneensä ryhmästä. Tämä oli opinnäytetyöni tärkein tutkimuskysymys. Lasten osalta halusin tutkimusaineiston olevan mahdollisimman selkeä ja lapsia osallistava. Kysyin lapsilta haluavatko kaikki tehdä maalauksen ja annoin mahdollisuuden olla osallistumatta toimintaan. Kerroin, että olen pyytänyt lasten vanhemmilta luvan käyttää maalauksia opinnäytetyössäni. Pyysin lapsia keskittymään omaan maalaukseensa, jonka tekemiseen oli varattu aikaa puoli tuntia, mutta aikaa pystyttiin pidentämään niin, että jokainen sai tehdä maalauksensa loppuun. Tehtävänantona oli:

”Maalaa kuva aiheesta: Mitä Huomaa lapsi -ryhmä on antanut sinulle? Voit käyttää maalauksessa ajatuksiesi kuvaamiseen värejä, hahmoja, kirjoitusta tai mitä haluat. Maalaamiseen on aikaa puoli tuntia, jonka jälkeen saatte esitellä vuoronperään, mitä maalauksenne sisältää.”

Toistin tehtävänannon useaan kertaan ja pyysin lapsia miettimään itse ja pyytämään apua vain, jos ei millään keksi mitään, mitä maalata. Laaja tehtävänanto ei rajannut mitään pois vaan antoi lapsille mahdollisuuden valita itse, mitä he kokivat ryhmässä tärkeäksi.

Eskola & Suoranta käyttävät Suojasen (1982) tekemää tutkimuksen eettiset ongelmakohdat luetteloa, jossa on mainittu osallistumiseen liittyvät ongelmat eli se, miten tutkija vaikuttaa tutkimusyhteisöön. (Eskola & Suoranta 2003, 52.) Pyrin välttämään esimerkkien antamista ja ohjeistamista viimeiseen asti, koska en halunnut vaikuttaa siihen, mitä lapset maalaavat. Maalauksessa pyritään yleensä neutraaliin olotilaan, eikä siihen silloin pyritä vaikuttamaan musiikin avulla (Lieppinen 2011, 96). Tästä syystä taustalla ei ollut musiikkia, koska se olisi voinut ohjata lasten mielialaa johonkin suuntaan. Pyrkimyksenä oli luoda mahdollisimman häiriövapaa ympäristö. Joillakin lapsilla oli suuria

vaikeuksia keskittyä ja keksiä maalattavaa, jolloin annoin esimerkkejä painottaen kuitenkin sitä, että lapsi saa itse päättää maalauksensa sisällön.

Maalauksen jälkeen istuimme alas ja jokainen sai kertoa vuorotellen omasta maalauksestaan. En halunnut maalausten analysoinnin jäävän pelkästään oman tulkintani varaan, vaan halusin kuulla lapselta itseltään, mitä hän on maalannut. Ilman tätä vaarana olisi ollut, että analysointini olisi mennyt täysin väärin. Lasten maalaukset, joita olen käyttänyt tulosten esittelyssä löytyvät liitteistä.

Ennen aineiston keruuta olin pyytänyt vanhemmat allekirjoittamaan tekemäni tutkimusluvan, joka löytyy opinnäytetyöni liitteistä. Tutkimusluvassa pyysin vanhemmilta lupaa maalausten ja lasten kommenttien käyttämiseen osana opinnäytetyötäni.

5.2 Vanhempien haastattelut

Huomaa lapsi -ryhmässä oli mukana neljä vanhempaa, mutta aineisto kerättiin kolmelta vanhemmalta. Viitatessani aineiston tuloksissa kaikkiin vanhempiin tarkoitan niitä kolmea vanhempaa, joita haastattelin. Halusin laadulliseksi tutkimusmenetelmäksi yksilohaastattelun, jossa on läsnä pelkästään haastattelija ja haastateltava. Haastattelun etu on joustavuus. Haastattelija voi keskustella tiedonantajan kanssa tai oikaista väärinkäsityksiä. Etuna on myös se, että haastatteluun voidaan valita henkilöt, joilla on kokemusta tutkittavasta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 73.) Kohdejoukkoni ei olisi voinut muodostua muista kuin Huomaa lapsi -ryhmän toimintaan osallistuneista vanhemmista, koska vain heillä on kokemusta tutkittavasta ilmiöstä.

Tärkeintä haastattelussa on saada mahdollisimman paljon tietoa tutkittavasta asiasta, joten on perusteltua antaa haastattelukysymykset tiedonantajille etukäteen. Haastattelun onnistumisen kannalta on hyvä, että haastateltava voi tutustua kysymyksiin ennen haastattelua. On myös eettisesti perusteltua kertoa haastateltavalle aihe etukäteen. Kun haastatteluluvasta sovitaan henkilökohtaisesti on kieltäytyminen myöhemmin harvinaista. (Tuomi &

Sarajärvi, 73–74.) Vanhemmat saivat haastattelukysymykset hyvän käytännön mukaisesti etukäteen Huomaa lapsi -toiminnan loppuleirillä. Koska tapasin ryhmän vanhempia aina, kun ryhmä kokoontui oli minun helppo ottaa puheeksi opinnäytetyö ja haastattelut. Ensimmäisellä kerralla kerroin, mitä olen tekemässä ja annoin vanhemmille aikaa pohtia haluavatko he osallistua haastatteluihin. Muutama viikko tämän jälkeen kävin kysymässä ajatuksia ja kolme vanhemmista sanoi voivansa tulla haastatteluun. Sovin haastatteluajat kaikkien haastateltavien kanssa ennen leirin loppua. Pyrin toteuttamaan haastattelut mahdollisimman pian leirin jälkeen, jotta asiat olisivat hyvin muistissa ja kontakti vanhempiin olisi olemassa.

Jaottelin haastattelukysymykset kolmeen pääteemaan. Pääteemojen alla oli yksityiskohtaisempia kysymyksiä. Pääteemat olivat: ryhmän arvointi, perhesuhteet ja vertaistuki. Haastattelukysymykset ja kysymäni tavoitteet löytyvät opinnäytetyöni liitteistä. Tutkimusmenetelmänä oli puolistrukturoitu teemahaastattelu, koska menetelmäni sisälsi elementtejä näistä molemmista. Teemahaastattelussa haastattelun aihepiirit ovat etukäteen määrätyt, mutta kysymysten tarkka muoto ja järjestys puuttuu (Eskola & Suoranta 2003, 86). Oma menetelmäni eroaa teemahaastattelusta sillä, että kysymysten järjestys oli sama kaikille haastateltaville ja etukäteen päätetty. Kysymyksissä edettiin teemoittain. Puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset ovat kaikille samat. Valmiita vastausvaihtoehtoja ei ole, vaan haastateltava saa vastata kysymyksiin omin sanoin. (mt., 2003, 86.)

Haastattelut toteutettiin erään kuopiolaisen yrityksen neuvotteluhuoneessa. Ennen haastattelun aloitusta kerroin haastattelun etenemisestä ja annoin mahdollisuuden esittää kysymyksiä. Jokainen haastattelu tallennettiin digitaaliseen nauhuriin, joka oli aseteltu haastateltavan eteen. Haastattelun aikana pyrin kommentoimaan mahdollisimman vähän vastauksia, mutta tarkensin joitakin kysymyksiä ja myötäilin mukana.

Haastattelukysymyksissä on hyödynnetty osittain toiminnan oppaassa olevaa palautelomaketta, jonka vanhemmat täyttivät loppuleirillä. En halunnut käyttää palautelomaketta itse, koska halusin saada tietoa mahdollisimman paljon. Palautelomakkeissa oleva tieto voi jäädä helposti pinnalliseksi, mutta

haastattelussa keskustelua voi viedä eteenpäin ja tehdä tarkentavia kysymyksiä, mikäli vastaukset ovat lyhyitä. Informoidessani vanhempia kehittämistyöstäni ja haastatteluista kerroin kysymysten olevan ryhmän kehittämiseen liittyviä. Pyrin pitämään henkilökohtaiset kysymykset pois ja keskittymään tutkimustehtävien kannalta olennaisiin kysymyksiin.

Ensimmäisen teeman, eli ryhmän arvioinnin kysymysten tarkoitus oli kartoittaa yleiskuvaa ryhmän onnistumisista ja kehittämiskohteista. Tämä osio sisälsi myös kysymyksen tavoitteiden onnistumisesta, jotka ovat tässä kehittämistyössä esitelty kohdassa ”Huomaa lapsi -toiminta.” Perhesuhteet teeman kysymykset liittyivät perhesuhteiden mahdollisiin muutoksiin nimenomaan Huomaa lapsi -ryhmän kautta. Vaikka tämän teeman kysymykset olivat henkilökohtaisempia, niitä arvioitiin ryhmän kautta. Tässä osassa oli tutkimusongelman tiedon saannin kannalta keskeisimmät kysymykset, eli miten vanhemmat ovat hyötäneet toiminnasta ja miten he arvioivat lastensa hyötäneen siitä. Kolmas osio, vertaistuki, käsitteli vertaistuen merkitystä ryhmässä ja tulevaisuutta. Viimeisten kysymysten tarkoitus oli vetää yhteen haastattelua, samoin kuten ensimmäisten kysymysten tarkoitus oli herättää haastateltava pohtimaan mennyttä ryhmää.

5.3 Ohjaajien ryhmähaastattelu

Kuopion toisessa Huomaa lapsi -ryhmässä oli lisäksi viisi ohjaajaa, joista kaksi oli aikuisten ryhmässä ja kolme lasten ryhmässä. Alusta asti oli selvää, että molempien ryhmien ohjaajat olisivat mukana aineiston keruussa. Tutkimusmenetelmän valinnassa vaikutti tutkimuskysymysten lisäksi ohjaajien määrä. Tutkimusmenetelmäksi muodostui lopulta ryhmähaastattelu. Pohdin sitä, olisiko ryhmähaastattelu ollut erikseen lasten ryhmän ohjaajille ja aikuisten ryhmän ohjaajille, mutta päädyin siihen, että kaikille on sama ryhmähaastattelu. Näin ohjaajat voivat keskustella myös siitä, miten ryhmät eroavat toisistaan ja tukevatko lasten ja aikuisten ryhmien kokemukset toisiaan.

Ryhmähaastattelussa on paikalla samaan aikaan useita haastateltavia ja sen tarkoituksena on pitää ryhmäkeskustelu tutkijan haluamasta aiheesta. Ryhmä

haastattelua voidaan käyttää yksilöhaastattelun sijasta tai yksilöhaastattelun ohella. (Eskola & Suoranta 2003, 94.) Käytin omassa aineiston keruussani ryhmähaastattelua yksilöhaastattelun sijasta. Aineistoa olisi ollut liikaa, jos olisin haastatellut ohjaajat erikseen, koska keräsin sitä myös ryhmään osallistuneilta lapsilta ja vanhemmilta. Silloin myös aineiston hallinta olisi ollut haastavaa. Aineiston koko on säädeltävä sellaiseksi, että tiedon keruuseen ei kulu liikaa aikaa, kyse on siis ajankäytöstä (Hirsjärvi ym. 2009, 179). Valitsin ryhmähaastattelun myös siitä syystä, että ajattelin samojen vastauksien toistuvan, jos olisin haastatellut ohjaajat erikseen. Pohdin onko kannattavaa haastatella ohjaajat erikseen, jos tieto toistuu samanlaisena haastatteluissa. Ryhmäkeskustelussa haastateltavat voivat täydentää toisiaan ja olla myös eri mieltä.

Myös ohjaajien kysymykset oli teemoiteltu (ks. liitteet). Teemat olivat: yleistä, lasten ryhmä ja aikuisten ryhmä. Kahden viimeisen teeman kysymykset olivat lähes samoja, mutta kohdennettu joko lasten ryhmään tai aikuisten ryhmään. Kaikki saivat kommentoida ja vastata kysymyksiin. Yleistä osiossa oli kysymyksiä liittyen koko ryhmään. Siinä arvioitiin ryhmän onnistumisia, kehittämistä ja ohjaajissa tapahtuneita mahdollisia muutoksia. Lasten ryhmän ja aikuisten ryhmän kysymykset olivat suurimmaksi osaksi samoja ja niissä arvioitiin ryhmien hyötyä perheille, kehittämiseen liittyviä asioita ja vertaistuen merkitystä ohjaajien näkökulmasta. Ohjaajien ryhmähaastattelu nauhoitettiin.

5.4 Aineiston analysointi

Aineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätökset ovat tutkimuksen ydinasia, johon on tähdätty tutkimuksen alusta saakka. Analyysivaiheessa tutkimusongelmiin aletaan saada vastauksia. (Hirsjärvi ym. 2009, 221.) Analysointi tarkoittaa tutkimusaineiston järjestelmällistä läpikäyntiä, aineiston ryhmittelyä ja luokittelua (Vilkkä 2005, 115). Omassa aineistossani analysoin haastatteluja sekä lasten tekemiä maalauksia. Lasten tekemien maalausten analysointi pohjautui pääasiassa lasten kuvauksiin maalauksista. Sen lisäksi tarkastelin maalausten värejä ja muotoja sekä tein omia havaintojani siitä, miten lapsi on toteuttanut tai ymmärtänyt tehtävänannon. Pohdin myös maalauksen tehneen lapsen

kokemuksia suhteessa siihen, mitä maalaus esitti. Analysointia helpotti huomattavasti se, että tunsin lapset ryhmän kautta.

Haastattelujen jälkeen aineisto puhtaaksikirjoitetaan eli puretaan nauhoilta tietokoneelle (Eskola 2015, 185). Käytännössä siis kuuntelin haastatteluja kuulokkeilla ja kirjoitin kuulemaani tarkasti tietokoneelle. Litteroitua aineistoa kertyi kolmesta yksilöhaastattelusta sekä yhdestä ryhmähaastattelusta, jotka vaihtelivat pituudeltaan puolesta tunnista tuntiin. Litterointi lisää vuoropuhelua tutkimusaineiston kanssa ja helpottaa sen alanysointia (Vilkkä 2005, 115). Kun koko haastattelu oli litteroitu kuuntelin sen vielä läpi useaan kertaan varmistaakseni oikeinkirjoituksen. Sen jälkeen poistin haastattelut nauhurilta. Aineiston purkamisen jälkeen edessä on aineiston analyysi (mt., 186). Analyysin tarkoituksena on selkeyttää aineistoa ja tuottaa tietoa tutkittavasta asiasta (Eskola & Suoranta 2003, 137). Analyysitavat voidaan jakaa karkeasti selittämiseen tai ymmärtämiseen pyrkivään lähestymistapaan. Ymmärtämiseen pyrkivässä lähestymistavassa käytetään yleisesti laadullista analyysia ja päätelmien tekoa. (Hirsjärvi ym. 2009, 224.) Omassa tutkimuksessani lähestymistapana on ymmärtämiseen pyrkiminen.

Käytännössä usein eri analyysitavat kietoutuvat toisiinsa eivätkä ole selvärajaisia (Eskola & Suoranta 2003, 161). Päädyin oman aineistoni jäsentelyssä teemoitteluun, koska jo haastatteluvaiheessa aineistosta nousi selkeästi esiin tiettyjä teemoja, jotka toistuivat useassa aineistossa. Teemoittelu on usein ensimmäinen lähestymistapa aineistoon ja siinä aineistosta nostetaan esiin tutkimusongelman kautta oleellisia teemoja. Sitä kautta voidaan vertailla tiettyjen teemojen ilmenemistä aineistossa. Hyvässä teemoittelussa on esillä teorian ja empirian vuorovaikutus, jotka lomittuvat yhteen tutkimustekstissä. Teemoittelu on suositeltavaa, kun pyritään ratkaisemaan jokin käytännön ongelma. (Eskola & Suoranta 2003, 174–175, 178.) Omassa kehittämistyössäni tämä käytännön ongelma on Huomaa lapsi -toiminnan kehittäminen, johon pyritään löytämään ratkaisuja tutkimusmenetelmien kautta. Teemoittelun vaatima teorian ja empirian yhteen kietoutuminen onnistuu, koska olen ollut mukana ryhmässä harjoitteluni kautta. Teemoittelun ohella aineistoa on analysoitu myös tyyppittelyn kautta, jolloin aineistoa ryhmitellään tyypeiksi

samankaltaisuuksien kautta. Aineisto esitellään yhdistettyjen tyyppien ja mallien avulla (mt., 2003, 181).

Käsitellessä tietoa keskeistä ovat luottamus ja anonymiteetti ja näistä tulee huolehtia tietoa julkistettaessa. Mitä arkaluontoisemmasta aiheesta on kysymys, sitä tiukemmin anonymiteettia tulee suojata. (Eskola & Suoranta 2003, 56–57.) Oma aineistoni keskittyy arkaluontoisen aiheen, alkoholismin ja päihdeperheen ympärille. Olen pitänyt erityisen hyvää huolta haastateltavien anonymiteetin suojaamisesta litteroimalla haastattelut ilman nimiä ja poistamalla haastattelut nauhurilta heti litteroinnin jälkeen. Lasten maalaukset merkittiin etukäteen miettimilläni numeroilla eikä nimillä. Haastatteluiden sitaateista ei tule ilmi haastateltavan henkilötiedot, kuten ikä tai sukupuoli.

6 TULOKSET

Opinnäytetyöni aineisto koostuu kolmen vanhemman haastattelusta, kuuden lapsen maalauksesta sekä ohjaajien ryhmähaastattelusta. Kaikki vanhemmat ovat naisia, kaksi heistä on päihdeongelmaisen puolisoja ja yhdellä heistä on itsellään päihdeongelma. Lapset ovat iältään 8–12-vuotiaita, osa sisaruksia. Kaikkia lasten maalauksia ei ole käytetty tulosten esittelyssä vaan pelkästään niitä neljää maalausta, joissa on ollut opinnäytetyön kannalta tarpeellista tietoa. Ryhmähaastattelussa oli paikalla viisi ohjaajaa, joista yksi oli mies ja neljä naisia. Huomattavaa on se, että ohjaajat ovat eri organisaatioissa töissä, mikä voi näkyä joistakin sitaateista.

Aineisto on kerätty Huomaa lapsi -toiminnan loppuvaiheessa. Lasten maalaukset toteutettiin loppuleirillä ja haastattelut toiminnan päättymisen jälkeen. Tavoitteena oli saada perheille ja ohjaajille kokonaiskuva toiminnasta ennen aineiston keräämistä. Sitaaateissa olevat merkinnät RH ja Vx tarkoittavat ryhmähaastattelua tai vastausta, jonka perässä on haastattelun numero. Halusin käyttää paljon sitaatteja tulosten esittelyssä, koska halusin saada nimenomaan perheiden äänen kuuluviin. Sitaatit tukevat myös omaa aineiston analysointiani.

6.1 Tietoa ja ymmärrystä

Tiedon välittäminen vanhemmille lapsen näkökulmasta ja päihdeidenkäytön vaikutuksesta perheen lapseen onnistui aineistoni perusteella hyvin. Stressaavan ja kiireisen elämän keskellä, jossa päihdeongelma vie kaiken ylimääräisen energian, voi lapsen huomaaminen helposti unohtua. On kuitenkin äärimmäisen tärkeää pysähtyä miettimään sitä, kuinka päihdeongelma vaikuttaa lapseen. Ryhmä oli herättänyt vanhempia ajattelemaan tilannetta lapsen näkökulmasta ja tätä kautta tekemään päätöksiä lapsen edun mukaisesti. Toisaalta tieto oli tietyllä tavalla myös lisännyt tuskaa ja laittanut miettimään menneisyyttä ja sitä, mitä lapsi on jo joutunut kokemaan perheessä. Eräässä perheessä ryhmässä mukana ollut vanhempi oli saanut myös päihdeongelmaisen puolisonsa pohtimaan lasten näkökulmaa enemmän.

”Informatiiviset tietoon liittyvät tavoitteet nuo nyt vähä sivuski tuossa just että lapsen puolelle meneminen ja lapsen tarpeiden näkökulman ymmärtäminen vanhempana ni nuiita just niinku on miettiny ja sitte just tuo tiedon lisääntyminen aikuisen päihdeiden käytön vaikutuksesta lapseen ni kyllä noita oikeestaan tuossa nyt sai aika paljon sitte.” V2

Ei-juovan vanhemman on tärkeää oppia tunnistamaan lapsen käyttämät selviytymiskeinot ja kannustaa lasta positiivisten selviytymiskeinojen käyttämiseen (Itäpuisto 2008, 108). Lapsen roolista poisauttaminen on yksi ryhmän tärkeimpiä tavoitteita, jossa vanhemmat ovat suuressa osassa. Ohjaajat kokivat perheiden hyötynneen toiminnasta niin, että vanhemmat saivat tietoa lapsen rooleista. Vanhempien ryhmässä rooleja käytiin läpi lapsen näkökulmasta, olennaista oli lapsen roolin tunnistaminen ja se, kuinka roolit vaikuttavat lapseen. Vanhemmat saivat tietoa myös selviytymiskeinoista. Yksi vanhemmista nosti roolien olemassaolon haastattelussa esille uutena tietona:

”(...)ehkä enemmän semmosta että miettimään niinku lasten kannaltakkii omien lasten kannalta niitä että minkälaisia rooleja ne esimerkiks voi perheessä ottaa ja et jos heille tulee semmonen rooli ni miten niitä voi auttaa sitten niissä rooleissa sitten(...).” V1

Sekä vanhemmat että lapset olivat saaneet tietoa päihdeongelmasta ja riippuvuudesta Huomaa lapsi -ryhmästä. Tieto taas puolestaan lisää ymmärrystä. Jos alkoholismia ei miellä sairaudeksi vaan heikkoudeksi tai itsekkyydeksi, voi sitä olla vaikea yrittää ymmärtää. Ymmärryksen ja tiedon puute taas voi lisätä osaltaan puolisoiden välisiä ristiriitoja ja epäkunnioitusta:

”(...)näistä päihderiippuvuuskistakkii että mä oon yrittänyt itelleni tehdä sen selväks kun mä, mä en välttämättä aina ymmärrä sitä päihderiippuvuutta sillä lailla sairautena että. Helposti aina sitte kotonaki on syntyny aina ristiriitoja sitte että sitä vaan pittää vaa että ku sää vaa juot ja.” V1

Yhdessä perheessä puolisoiden välinen kommunikointi oli parantunut, kun ei-juova vanhempi oli saanut tietoa päihdeongelmaisen näkökulmasta ryhmän kautta. Tämä oli auttanut näkemään asiaa siltä kannalta, että kyseessä on sairaus, joka tuottaa pahaa oloa myös päihdeongelmaiselle itselleen. Lasten kannalta on tärkeää, että lapsi saa tietoa alkoholismista ja sen vaikutuksista käytökseen. Vanhemmat kokivat heidän ja lapsensa välisen vuorovaikutuksen parantuneen, kun lapsi on saanut sanoja, joilla puhua kokemuksistaan. Tieto oli myös herättänyt lapsissa uteliaisuutta ja halua tietää enemmän. Vanhemmat kokivat hyväksi sen, että ryhmässä oli käyty asioita läpi niiden oikeilla sanoilla. Lapselle voi olla tärkeintä saada ymmärrys siitä, että vanhemman päihdeongelma on sairaus, eikä johdu mitenkään lapsesta. Yksi haastattelemistani vanhemmista kuvasi tätä lapsen saamaa ymmärrystä näin:

”Ja tietää vähän tuon tilanteen että. Ymmärtää sen että. Että ei isi oo paha tahallaan että siinä on syyt ihan muuta sitte että.” V2

Myös monet lapsista kertoivat saaneensa ryhmästä tietoa. Maalauksessa 1 on kuvattu oppimista eri värien kautta. Sininen tarkoittaa sitä, että on oppinut paljon ja musta sitä, että ei ole oppinut mitään. Vihreä väri, jota maalauksessa on paljon tarkoittaa, että on oppinut vähän mutta ei paljoa ja keltainen sitä, että on oppinut aika paljon. Maalauksen 1 tekijä olisi halunnut oppia lisää pelejä ryhmässä. On vaikea tulkita, mistä lapsen kuvailemassa oppimisessa on kyse,

koska se että on oppinut paljon tai ei yhtään sulkevat toisensa pois. Sama lapsi on sanonut aiemmin ryhmässä oppineensa, että kaikki ihmiset ovat yhtä tärkeitä. Tätä tuotiin ryhmässä paljon esille ja se on tärkeä oivallus.

Maalauksessa 2 vihreä väri kuvaa sitä, että on oppinut kaikkea ja punainen sitä, että on oppinut uusia pelejä. Peleillä lapsi tarkoittaa todennäköisesti niitä leikkejä, joita ryhmässä leikittiin. Oppimista kuvasi myös maalauksen 6 tehnyt lapsi, joka kertoi saaneensa tietoa eri asioista Huomaa lapsi -ryhmästä. Maalauksessa 5 on sydän, jossa on pisteitä. Pisteet ovat aukkoja, jotka tarkoittavat sitä, että perheessä voi olla rankkaa, mutta alkoholiongelmasta huolimatta myös hyviä hetkiä yhdessä. Tämä on suuri ymmärrys lapselta, jonka vanhemmalla on päihdeongelma. Ryhmässä puhuttiin lasten kanssa siitä, että omaa vanhempaa saa rakastaa päihdeongelmasta huolimatta.

Mielestäni on huomattava se, että lasten tapa kuvata oppimista ja tietoa voi olla erilainen kuin aikuisten. Kuten maalauksistakin huomaa, useampi lapsi oli ajatellut oppimisen konkreettisesti, kuten uusien pelien tai leikkien oppimisena. Yksi lapsista sanoi, että hän ei ole oppinut alkoholismista mitään ryhmästä, vaikka sitä käsiteltiin monella ryhmäkerralla eri näkökulmista. Ajattelen myös niin, että kun tietoa annetaan toiminnallisuuden kautta ei lapsi välttämättä ymmärrä, että kyseessä on tiedon jakaminen. Toiminta vie kaiken huomion ja tieto tulee sen mukana. Ohjaajat kokivat tiedon lasten kannalta niin, että vaikka lapset usein keskustelun ja tiedonannin aikana halusivat syömään tai tekemään jotain muuta, on tärkeää tietoa kuitenkin tarttunut lapsille ryhmästä:

”(...)se tieto ja ja ja ne asiat jää sinne elämään että, että tärkeitä on myöskin niinkun tietää asioita että oppis ymmärtämään ja ja käsittelemään myöskin niitä tunteita ni siihen tarvii myöski tietoo.”
RH

Se, minkä näen hyvin tärkeäksi ryhmän hyödyksi vanhemmille oli oivallus siitä, että omaan jaksamiseen tulee kiinnittää jatkossa huomiota. Yleisin asetelma päihdeperheessä on se, että perheen äiti on raitis ja isä juo. Tällöin äiti hoitaa kodin ja huolehtii lapsista, kun isä ei pysty ottamaan osaa perheestä huolehtimiseen. Äiti toimii usein perheessä puskurina, joka yrittää parhaansa

mukaan pehmentää alkoholiongelman vaikutusta perheen lapsiin. (Itäpuisto 2004, 36.) Tilanne voi olla se, että perheenäiti käy töissä, hoitaa kodin ja lapset. Jos lapsilla on harrastuksia, hoitaa äiti myös niihin viemisen ja hakemisen. Tähän lisätään vielä päihdeongelman salailu ja piilottelu, mikä vie paljon voimavaroja. Tämä johtaa siihen, että aikaa itselle jää vähän jos ollenkaan ja jatkuvassa kuormituksessa voi olla vaikeaa rentoutua, vaikka siihen olisi mahdollisuus. Huomaa lapsi -ryhmässä aikuiset olivat oppineet, että myös itselle tarvitsee ottaa aikaa ja omaa hyvinvointia tulee huoltaa. Lapsen kannalta on tietenkin parasta, että vanhempi huomaa väsymyksensä ennen kuin se menee liian pitkälle. Eräs vanhempi kuvasi itseään ylisuperihmiseksi, mikä on mielestäni osuva kuvaus tilanteessa, jossa yksi perheenjäsen pyörittää koko perhettä:

”Ja kyllä ehkä sillä lailla omien vahvuuksien huomioiminen ja kyllähän niinku semmosten heikkouksien hyväksyminenki että emmää niinku kaikkeen tarvii riittää ja huomaa senki että ei minun tarvii olla se ylisuperihminen että minun tarvii kaikkee jaksaa ja, ja ehkä semmonen, kyllä ne heikkouksetkii pikkuhiljaa niinku oppii hyväksymään että ei ihteessä aja ihan ääri rajoille.” V1

Vanhempi, jolla itsellään oli päihdeongelma nosti avun vastaanottamisen tärkeäksi asiaksi. Varsinkin yksinhuoltajana avun saaminen voi olla hankalaa, mutta sitä voi pyytää läheisiltä tai ystäviltä tarvittaessa. Jos väsymys tai kuormittuneisuus on ollut syy tarttua pulloon, voi sitä välttää pyytämällä ajoissa apua:

”Ja sitten toisaalta sitten se että että että tän asian kanssa kun ei pärjää yksin niin se apu mitä, mitä on tarjolla nin se on erittäin niinkun tärkeätä ymmärtää että et et se pitää ottaa vastaan. Et yksin ei, yksin ei tämän kuningas alkoholin kanssa ei pärjää.” V3

Ohjaajien ryhmähaastattelussa oli kysymys siitä, mitä muutoksia ryhmä on mahdollisesti saanut aikaan ohjaajissa. Myös ohjaajat kokivat saaneensa tietoa ja ymmärrystä vanhempien ja lasten kautta. Yksi ohjaajista kuvaili kokemusta niin, että toiminnan myötä omat silmät ja korvat ovat avautuneet tarkkailemaan tarkemmin niin sanottuja normaaleja perheitä. Ajattelen, että hän tarkoitti tällä

sitä, että perheessä voi olla sellaisia ongelmia, jotka eivät välttämättä näy ulospäin:

”Mut että on erilainen lähestymistapa nyt tällä hetkellä meidän niin kutsuttuihin perusperheisiin joita kohtaan omassa työssä. Että semmonen valtava oppikoulu on ollu minulle tämä tämä nyt tämä juttu mitä tässä ollaan läpivedetty.” RH

”(...)mitä mä itessäni vielä nin mä varmaan sain niinku omaan työhöni vielä lisää sen et miten tärkeä se on se lapsen tunne huomioija ja että ja oikeessa vaiheessa niinkun aikaseen niinku siihen puuttua ja tarttua et vois tehdä jotaki.” RH

6.2 Lupa puhua ja tuntea

On tärkeää, että lapset saavat puhua päihdeongelmaa koskevista tunteistaan. Purkamalla ulos tunteita, kuten häpeää ja syyllisyyttä, lapsi voi ymmärtää vanhempien alkoholinkäytön vaikutukset paremmin. Uskon ja luottamuksen saavuttaminen aukaisee perhesalaisuuden ja antaa lapselle tärkeän turvallisuuden lähteen, joka on vastuullinen aikuinen ihminen. (Ackerman 1992, 78–79.) Mahdollisuus puhumiseen nousi aineistosta tärkeäksi asiaksi perheille.

Vanhemman ja lapsen välinen kommunikointi oli parantunut monissa perheissä Huomaa lapsi -toiminnan aikana. Uskoisin, että tähän vaikuttaa tiedon lisääntymisen lisäksi se, että puhumattomuuden muuri on sorrettu. Lapset ovat saaneet ryhmästä sanoja kokemuksilleen ja tietoa, jonka myötä puhuminen on helpottunut. Yksi vanhemmista koki, että hän ei ole itse osannut kertoa lapsille siitä, että alkoholismi on sairaus ja siitä kärsivät muutkin ihmiset. Ryhmän myötä puhuminen kotona oli lisääntynyt. Myös ohjaajat kokivat, että ryhmä on antanut rohkaisua perheenjäsenten väliseen sisäiseen keskusteluun:

”No mä ainaki ajattelisin sillä tavalla et ehkä semmonen avoimuus tai rohkeus keskustella perheen sisällä tästä asiasta ja siitä lapsen olemisesta niinku siinä tilanteessa ni se on varmasti ehkä avautunu nyt sitte tämän toiminnan myötä.” RH

”(...)se avoimuus sitä asiaa kohtaan et xxx saattaa multaki jo niinku kysyä jotaki asiaa mitä, mistä semmosia asioita mistä ei oo aikasemmin niinkun xxx uskaltanu puhua. Et tavallaan niinku se tieto siitä asiasta on lisänny myöskin sitten sitä ehkä uteliaisuutta(...)” V3

Perheen päihdeongelmaa kuvattiin aineistossa mustaksi möykyksi. Kuulin tämän kuvauksen yhdeltä vanhemmalta loppuleirillä, yhdessä vanhemman haastattelussani sekä lapsen kuvauksessa maalauksesta. Lapsi kuvasi asiaa niin, että kun ryhmässä saa puhua niin asiat eivät jää vaivaamaan mieltä ja sitä kautta möykky sisällä pienenee. Sinkkosen mukaan traumaattiset kokemukset, joita ei saa tai ei voi käsitellä koteloituvat mieleen ja haittaavat kehitystä. Ne ovat kuin mustia aukkoja, jotka imevät valon ja energian, jolloin sitä ei jää muuhun käyttöön. (Sinkkonen 2008, 39.) On mielenkiintoista, kuinka joskus kuvailemme tiettyjä tunteita ja kokemuksia pukemalla ne väreiksi ja muodoiksi sisällemme:

”Mutta tuota sitte just tästä että Huomaa lapsi -toiminnan aikana tätä, tästä kommunikoinnista niinkun tuossa jo aikasemmin sanoin ni, ni ni just semmonen keskustelu että, lapsi on oppinu ymmärtämään mitä se tämä on niinku että se on ollu vaan semmonen möykky siellä aiemmin että, semmonen musta möykky että. Mitä ei oikei osattu purkaa sitte.” V2

Joskus lasten voi olla kaikkein vaikeinta puhua asioista, joiden viestiminen olisi heille tärkeintä. Lapsi, jonka olisi tärkeintä tulla kuulluksi ei välttämättä tee huomiontarvettaan selväksi tai osaa ilmaista itseään sanallisesti. (Parker & Stimpson 2004, 203.) Suurin osa ryhmän lapsista osasi hyödyntää mahdollisuutta puhua ja purkaa tuntemuksiaan, mutta ryhmässä oli myös lapsia, joille puhuminen oli hyvin haastavaa. Salailun kulttuuri on joissakin perheissä niin syvällä, että edes vanhemman luvalla ja kannustuksella puhumiseen lapsi antaa jatkuvasti ymmärtää, että kotona on aina kaikki hyvin.

Yksi syy lasten puhumattomuuteen voi olla se, että lapsi pelkää aikuisen käsittelevän lapsen esiin tuomaa ongelmaa niin, että se sopii aikuisen omiin käsityksiin ja huoliin. Butler ja Williamson käyttävät esimerkkinä lastensuojelua,

jossa työntekijöiden on tärkeää selvittää faktoja ja toimia niiden mukaan lapsen edun mukaisesti. (Butler & Williamson 1994, 121.) Lupa puhua ei ole päihdeperheen lapselle yksinkertainen maaginen taikasana, jonka kuultuaan lapsi kertoo avoimesti kokemuksistaan. Jos perheellä on asiakkuus lastensuojelussa voi lapsi erityisesti silloin pelätä puhumisen johtavan ikäviin toimenpiteisiin. Myös lojaliteettiristiriita vaikuttaa puhumattomuuden taustalla. Lojaliteettiristiriita näkyy siinä, että lapsi haluaa olla lojaali vanhemmilleen ja olla puhumatta kodin asioista, mutta toisaalta puhuminen on se, mitä lapselta odotetaan ryhmässä. Lasta tulee vakuuttaa siitä, että hän ei tee väärin puhuessaan kielletyistä asioista ja antaa aikaa käsitellä ristiriitaa. (Taitto 2002, 58.)

Puhumisen vaikeudesta huolimatta puhuminen nousi tärkeäksi asiaksi lasten aineistosta ja se oli myös ryhmän vanhemmille tärkeää. Yksi vanhemmista nosti esille varsinkin lasten kannalta hyväksi mahdollisuuden purkaa kokemuksia ryhmässä:

”(...)se mikä minusta oli kaikkein parasta tässä ryhmässä että tytöillä oli lupa, kerranki annettiin lupa että ne saa täällä ryhmässä puhua ihan mitä ne haluaa. Että myö ei oo niinkun kielletty äitinä eikä isänä että te ette saa puhua sitä että työ saatte avoimesti puhua ihan kaikkee mitä teille vaan mieleen tulee.” V1

Ne lapset, jotka olivat ryhmässä avoimesti kertoneet kokemuksistaan nostivat mahdollisuuden puhua esille myös maalauksissaan. Maalauksessa 2 vihreä väri kuvaa lupaa puhua. Maalauksen 5 tehnyt lapsi halusi kiittää, kun sai olla mukana ryhmässä ja kertoa huonoista perheasioista, joita on joutunut kokemaan. Lapsi kuvasi maalauksessaan vanhemman päihteiden käyttöä eri vuodenaikojen mukaan. Aurinko ja taivas tarkoittavat sitä, että kesällä vanhempi käyttää alkoholia vähemmän, koska perhe viettää enemmän yhteistä aikaa. Taivaalla olevat pisteet kuvaavat sitä, miten paljon vanhempi on juonut eri vuodenaikoina. Ruoho tarkoittaa kevättä ja kumpu ruohossa kuvaa vanhemman lisääntyntä alkoholinkäyttöä. Puhumisen kautta olo helpottui. Myös maalauksen 6 tehnyt lapsi sanoi, että ryhmässä on saanut puhua. Ohjaajat kokivat lasten hyötynneen ryhmästä niin, että he ovat saaneet mahdollisuuden

puhua:

”Ja sit ehkä lapsilla semmonen niinkun on salaisuuksia perheessä ja niitten pitäminen niinkun ni se on se ei oo hyvä asia ni sitten jotenki että kun hyö tähän ryhmään tulee ni semmonen helpotus että minä saan puhua tästä asiasta. Et kun en pysty kenellekään muulle puhumaan mut täällä voin puhua ja jakaa sen salaisuuden mikä siellä kotona on.” RH

Tunteiden tunnistaminen ja niistä puhuminen on yksi ryhmän jatkuvia teemoja. Lapsia kannustetaan puhumaan tunteistaan sen sijaan, että he pitäisivät ne sisällään. Lapset eivät kertoneet maalanneensa häpeän tunnetta, mutta synkkyys osassa maalauksista voisi myös kuvata häpeää. Häpeä, joka on ominaistunne päihdeperheen vanhemmille ja lapsille nousi esille jokaisessa vanhemman haastattelussa. Häpeän tunne oli yhdellä vanhemmalla niin voimakas, että perheen päihdeongelmasta puhuminen vaati pitkän ajan.

”(...)se niinku autto jo paljon sen ensimmäisen ryhmän aikana se et se oppi niinku puhumaan oikeilla sanoilla ja niitä tunteita näyttämään ja ei tarvinnu hävetä ja oli niinku muitaki kohtalotovereita ni, nin nin siellä ryhmässä tosissaan sitte oli, oli hänen helppo olla sitte siellä ja.” V2

Myös ryhmän päihdeongelmainen kertoi haastattelussa, että alkoholiriippuvuus tuo suurta häpeän tunnetta. Jollekin häpeän tunne voi olla niin suuri, että se on este avun hakemiselle tai ryhmään tulemiselle. Häpeän yli on jollain tavalla päästävä, jotta pystyy käsittelemään päihdeongelmaa muiden ihmisten kanssa.

”(...)sehän tuo hirveen paljon semmosta häpeän tunnetta et hävettää kun minä oon alkoholisti. Ja niinku tavallaan myöntää se asia sitte. Niin sitten öö kuitenkin niinku se että ymmärtää ja sitten toisaalta niitten ohjaajien tuki myöskin siinä, siinä että tota että että, sen asian kanssa ei oo yksin eikä sitä tarvii niinku hävetä sitä asiaa vaan sen asian kanssa voijaan ellää kuhan vaan etitään siihen niinku sopivat konstit.” V3

6.3 Vertaistuesta voimaa

Aineistosta sai selvän vastauksen tutkimusongelmaan eli siihen, mitä perheet ovat saaneet Huomaa lapsi -toiminnasta ja kuinka he ovat hyötäneet siitä. Vertaistuki lasten ja aikuisten ryhmässä nousi aineistosta eniten vanhempien kohdalla ja myös ohjaajat näkivät sen tärkeänä hyötynä perheille. Ohjaajat halusivat alleviivata sitä, että vertaistuki toteutui ryhmässä hyvin. Vertaistuki ei varsinaisesti tule ilmi lasten tekemistä maalauksista, mutta ryhmän aikana se näyttäytyi lasten ryhmässä eri tavoin ja ohjaajat kokivat lasten hyötyneen vertaistuesta. Vertaistuki oli yksi pääteema vanhempien haastattelukysymyksissä. Vertaistuki nousi haastattelujen aikana esiin monen eri kysymyksen kohdalla epäsuorasti ja suorasti, mistä voin päätellä, että se oli yksi tärkeimpiä asioita ryhmässä. Kaksi vanhemmista vastasi vertaistuen suoraan tai epäsuoraan kysymykseen: ”Mikä oli parasta Huomaa lapsi -ryhmässä?”

”Minusta oli se vertaistuki. Ja kokemusten jakaminen mitenkä sen sanois minusta se on se vertaistuki ja kokemusten jakaminen minusta se on kaikkein parasta.” V1

”Et kyllä se oli niinkun ihan parasta se, ne ihmiset siinä ympärillä ja sitte se että ku siihen kasvo niinku jotenki niinku kiinni siihen vaikka aivan vieraita ihmisiä oli nin sitten kuitenkin oli aina mielessä että mitähän sille kuuluu ja ja niinku oli kiva nähä ja kuulla että onko asiat mitenkä päin menny missäki perheessä ja sitte sai kertoa niitä omia asioita myöski sitte ihan avoimesti.” V3

Vertaistukiryhmässä ihminen voi kokea itsensä tasavertaiseksi ja hyväksytyksi ja huomata, ettei ole yksin ongelmansa kanssa (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2008, 16). Tämä koettiin varsinkin lasten kannalta tärkeäksi havainnoksi. Lapsi huomaa, että on muitakin lapsia, joiden vanhemmalla on päihdeongelma. Heidän perheensä ei ole ainut, missä salailtaan alkoholismia ja kannetaan sen tuomaa taakkaa mukana. Yksi lapsista sanoi kertoessaan maalauksestaan, että kun on ollut paha päivä, niin ryhmässä on ymmärretty, että on huono olla. Tämä ymmärretyksi tulemisen kokemus johtuu mielestäni siitä, että ympärillä on ollut ihmisiä, joilla on ollut samanlaisia kokemuksia.

Maalauksessa 5 on kuvattu sitä, että lapsi on saanut tietää, että muillakin on samoja ongelmia ja se on helpottanut oloa. Tämä on mielestäni yksi tärkeimpiä asioita lasten ryhmässä ja siksi on hyvä, että myös lapset ovat tuoneet sitä esille.

On huomattava, että yksi vanhemmista ei kokenut saavansa vertaistukea sanan varsinaisessa merkityksessä, koska hän oli ryhmän ainoa päihdeongelmainen ja muut olivat päihdeongelmaisen puolisoja. Vaikka hän ei saanut varsinaista vertaistukea ryhmän muilta vanhemmilta, hän koki saaneensa heidän kautta lisää ymmärrystä siitä, millaista on olla päihdeongelmaisen läheinen. Muut vanhemmat taas saivat hänen kauttaan tietoa siitä, millaista on olla päihdeongelmainen ja sitä kautta ymmärrystä omaa puolisoa kohtaan.

”(...)musta alkuun tuntuu että se on mulle vaikeeta koska siinä ei ollu niitä samassa tilanteessa olevia ihmisiä kun minä mutta sitten toisaalta se avarti myöski hirveen paljon sitä näkökulmaa, tottakai minun omat läheiset on puhunu mulle mutta sitten ku sen kuulee iha jonkun vieraan ihmisen suusta, mitä se on se läheisen tuska siinä alkoholistin niinku ympärillä et se oli kyllä tota semmonen asia mikä, mikä niinku tuossa, tuossa niinku tuossa ryhmässä niinkun kolahti ihan tosissaan.” V3

”Ja olen sitä vertaistukea minkälaista mä oon niinku saanu niin olen saanut tästä esimerkiks päihderiippuvuudesta olen saanut sitä vertaistukea että, että minkälaista se niinkun on kellä on se päihderiippuvuus ni semmosta esimerkiks että niinku herätelly minua että sun pittää nyt ymmärtää että se on varmasti se riippuvuus että.” V1

Vanhempien haastattelussa oli kaksi kysymystä suoraan vertaistuesta ja sen merkityksestä ryhmässä. Myös ohjaajilta kysyttiin vertaistuen merkityksestä ja näyttäytymisestä Huomaa lapsi -ryhmässä. Kysyin haastatteluissani konkreettisia esimerkkejä siitä, kuinka vertaistuki on näyttäytynyt ryhmässä. Vertaistuki on kuitenkin asia, jota voi olla vaikea konkreettisesti nähdä tai selittää. Lasten ryhmässä oli yksi konkreettinen esimerkki, jossa lapsi antoi vertaistukea toiselle lapselle pienryhmässä. Lapsi oli huolissaan vanhempien mahdollisesta erosta, jolloin toinen lapsi, jonka vanhemmat olivat eronneet jakoi oman kokemuksensa siitä. Hänen kokemuksensa oli se, että vaikka ensin oli

hankalaa, ero helpotti tilannetta kotona ja nyt asiat ovat ihan hyvin.

”(...)lasten ryhmässä semmonen että, minkä koin että oli niinku onnistunut ku toinen lapsi antaa sitä vertaistukee niinku aidosti toiselle ni se oli niinku aika koskettavaa ja mä koin että se oli niinku tosi tärkeä juttu.” RH

Johonkin kuuluminen, osallistuminen ja hyväksytyksi tuleminen ovat yksilön kehitykselle tärkeitä asioita (Jauhiainen & Eskola 1994, 15). Lapset olivat antaneet palautetta siitä, että he kokivat ryhmässä olevan välittämisen ilmapiiri. Tätä tukee mielestäni hyvin yhden lasten ryhmän ohjaajan kommentti siitä, mitä muutoksia ryhmä on ohjaajissa saanut aikaan: ”Mut se varmaan se lasten kohtaaminen ja semmonen kiintymys niihin lapsiin niin se oli aika mieleenpainuva juttu kyllä.” Lapset osoittivat kiintymystä ohjaajiin ryhmässä esimerkiksi halaamalla, mutta myös lapsista tuli ohjaajille tärkeitä.

Maalauksen 2 keskellä on puu, jota lapsi kuvaili ”kaveripuuksi”. Puu on asetettu kaaren sisälle, mikä voisi viitata siihen, että ryhmässä on ollut turvallista olla. Puu on ikään kuin suojassa kaaren sisäpuolella ja sen ympäriltä lähtee kirkkaita värejä kaaressa, mutta niiden yläpuolella on tummuutta. Tulkitsen tätä niin, että ryhmä on antanut voimia, mutta taustalla painaa edelleen vanhemman päihdeongelma ja tilanne kotona. Se on ikään kuin tumma pilvi, joka häilyy koko ajan taustalla. Tämän maalauksen tehnyt lapsi oli usein ryhmässä hyvin mieteliäs ja koki selvästi pahaa mieltä kodin tapahtumista.

Hyvä ja turvallinen ilmapiiri on tärkeä luottamuksen syntymisen kannalta. Ryhmän vanhemmat ja lapset kokivat ilmapiirin ryhmässä avoimeksi ja luotettavaksi. Maalauksessa 5 lapsi on kirjoittanut kuplan sisälle että ”saa olla avoin.” Avoimuuden mainitsi myös maalauksen 6 tekijä, joka oli kuvannut ryhmän antia väreillä, jotka hän kertoi olevan iloisia värejä. Luottamus koettiin vanhempien ryhmässä tärkeäksi. Avoimuus ja luottamus liittyvät tiiviisti toisiinsa, mikä tulee ilmi myös erään vanhemman kuvauksesta avoimuudesta ryhmässä:

”Ja just se et avoimuus että siellä pysty puhumaan ihan avoimesti asioita ja ties että ne jää niinku siihen ryhmän sisälle että pysty

luottamaan niihin ihmisiin että. Et se ei tosissaan mene minnekään muualle et se jäi siihen meidän kesken ne asiat että.” V2

Myös ryhmän ainoa päihdeongelmainen koki ryhmän ilmapiirin hyväksi ja eituomitsevaksi. Kun muut ovat päihdeongelmaisen puolisoja ja yksi päihdeongelmainen, olisi voinut syntyä vastakkain asettelua, mutta sitä ei tapahtunut:

”Ja sitten toki huomasin sen hyvin pian että ei siellä kukkaa kattonu minua mitenkää kieroon tai tuominnu niitten sitä että minä oon se alkoholisti niinku meidän perheessä et et niinku tavallaan et kaikki tuli sinne sen takia että lapset vois paremmin eikä sen takia että katottas toista jotenki kieroon tai et voi sinua raukkaa että.” V3

Vertaistuen merkityksestä ryhmässä kaksi vanhemmista nosti esille voimavarojen lisääntymisen vertaistuen kautta. Yksi vanhemmista koki, että puhumisen kautta on saanut lisää psyykkisiä voimavaroja, kun asiat on tietyllä tavalla käsitelty eivätkä niin paljon paina enää mieltä. Voimavarojen lisääntyminen ja ryhmästä saatu tuki on myös rohkaissut pohtimaan lapsen kannalta parhaita ratkaisuja. Toinen vanhemmista kuvasi tätä niin, että on saanut ”henkistä voimaa” ja jaksanut henkisesti paremmin ryhmän jälkeen. Hän oli myös elämäntilanteessa, jossa etäisyyden ottaminen päihdeongelmaiseen puolisoon oli ajankohtainen asia lapsen ja hänen itsensä kannalta. Ryhmän aikana hän päätyi muuttamaan lapsensa kanssa omaan asuntoon:

”Ni nyt on sitte tämmösen ratkasun tehny sitte, kipeetähän se tekee mutta , mut mut tämän ryhmän voimalla minä nyt oon saanu näitä, se että on saanu paljon sitte apua että. Ei se oo mikkään maailmanloppu että. Et et ja tässä ryhmässä tietysti ni oli hirmu hyvä se tuki sitte siinä että sai, sai niinku siellä sitä aatosta miettiä sitte, pohtia että ei tarvinnu niinku ite omassa päässänsä sitä että.” V2

”(…)osa vanhemmista sai rohkasua siihen että lähteevät tekemään ite niitä vastuullisia muutoksia nimenomaan huomioiden lapsi et se on ehkä niitä isoja muutoksia mitä mitä jotenki ehkä ryhmässä mukana olevien vanhempien kohalla tapahtu.” RH

6.4 Tavoitteiden toteutuminen

Tavoitteiden toteutumisella tarkoitan oppaassa olevien tavoitteiden toteutumista aikuisten ryhmässä. Oppaassa olevien tavoitteiden lisäksi halusin kysyä ohjaajilta, mitä tavoitteita heidän mielestään toiminnalla on. Ohjaajien mukaan lasten ryhmässä tavoitteena on se, että lapset saavat puhua tunteistaan ja ajatuksistaan. Vertaistuen kautta lapset saavat toivoa ja rohkaisua omaan tilanteeseen. Tiedonantaminen lapsille on tärkeää ja tähän kuuluu myös tieto siitä, että tilanteen voi lapsen kohdalla katkaista niin, että lapsi ei kärsi samoista ongelmista aikuisena kuin vanhempi. Selviytymiskeinojen käsittelyn kautta lapselle annetaan keinoja toimia vaikeissa tilanteissa. Aikuisten ryhmässä on osittain samoja tavoitteita, kuten tilanteen katkaiseminen. Vanhempia autetaan huomaamaan lapsen näkökulmaa enemmän ja yhdessä käsitellään sitä, kuinka lasta voidaan auttaa vaikka päihdeongelma perheessä säilyy. Vanhempia tuetaan ottamaan vastuuta ja tekemään muutoksia.

Opinnäytetyöni tulosten mukaan Huomaa lapsi -ryhmän oppaasta löytyvät tavoitteet ovat toteutuneet hyvin aikuisten ryhmässä. Oppaassa olevat tavoitteet on jaettu informatiivisiin, vuorovaikutuksellisiin sekä henkilökohtaisiin tavoitteisiin. Haastattelussa oli yksi kysymys tavoitteiden toteutumisesta, mutta ilman sitäkin olisi voinut päätellä tavoitteiden toteutuneen aineistosta nousseiden asioiden vuoksi. Lasten kohdalla tavoitteiden toteutumista on vaikeampi päätellä, koska aineistona toimii maalaukset. Omien havaintojeni mukaan myös lapset ovat saaneet ryhmästä tietoa, lisää sosiaalisia taitoja sekä minäkuvan vahvistusta. Lasten tekemistä maalauksista nousikin esille tärkeinä asioina puhuminen, oppiminen ja kavereiden saaminen, jonka tulkitseen vertaisuudeksi.

Tulosten esittelyssä tietoa ja ymmärrystä luku vastaa osaltaan kysymykseen informatiivisten tavoitteiden toteutumisesta. Lyhensin nämä tavoitteet haastattelukysymyksessä kolmeen osaan: tiedon lisääntyminen aikuisen päihteidenkäytön vaikutuksesta lapseen, lapsen tarpeiden ja näkökulman

ymmärtäminen vanhempana sekä lapsen puolelle meneminen.

”Et oon minä sillälaila saanu teoriatietoo myös tuosta ryhmästä. Uutta tietoo ja sitte oppinu myös lasten näkökulmasta ja sitte on niinku herätelly niinku nyt jälkikäteenki oon miettinyt monta kertaa et on mejjän lapset joutunu ihan hirveesti niinku kokemaan tuossa mejjän perheessä kaikennäkösiä asioita(...)” V1

Vuorovaikutukselliset tavoitteet, joiden toteutumista kysyin haastattelemiltani vanhemmilta olivat vertaisten tuki, luottamuksen vahvistuminen ja sosiaalisten vuorovaikutussuhteiden lisääntyminen. Vertaisten tuki tuli toistuvasti esille aineistossa ja oli vanhempien mielestä yksi parhaita asioita toiminnassa. Yksi vanhemmista kertoi haastattelussa olevansa muutenkin niin sosiaalinen ihminen, että vuorovaikutussuhteet eivät sinällään ole lisääntyneet ryhmän kautta.

Perheet tekivät toiminnan alussa henkilökohtaiset tavoitteet toiminnalle omaa perhettä ajatellen. Haastattelussa henkilökohtaisilla tavoitteilla tarkoitettiin kuitenkin oppaan määrittelemiä tavoitteita, eikä perheiden itse tekemiä tavoitteita. Kokemusten jakaminen toteutui kaikkien vanhempien mielestä. Omien tunteiden tunnistaminen kuului myös tärkeänä osana henkilökohtaisiin tavoitteisiin:

”Mutta sitten niinku tämmönen kokemusten jakaminen nin se on minusta toteutunu ja myös omien tunteiden tunnistaminenki on myös että sitä niinku huomaa ku on niitä omia asioita käyny läpi niin huomaa sen että jotain käymisprosessia on niinku itsensä kanssa käyny ja sitte aina huomaa monta kertaa näitte ryhmien jälkeenkä kotona semmosen tietynlaisen väsymyksenki sitte että.” V1

Omien vahvuuksien huomioiminen ja heikkouksien hyväksyminen on tavoite, joka on tullut esille jo aiemmassa luvussa. Tähän kuuluu mielestäni myös se näkökulma, että vanhempi ymmärtää, että avun vastaanottaminen ei ole heikkoutta, mitä yksi vanhemmista kuvasikin hyvin aineistossa:

”(...)se oma jaksaminen nin siihen niinku tavallaan niitten lasten kanssa arki ja kaikki muu nin tavallaan niinkun täytyy osata pyytää niinku apua niiltä läheisiltä ketä siinä ympärillä on et vaikka se ei ookaan lasten isä mutta mulla on kuitenkin niinkun sukulaisia ja ystäviä siinä niin paljo että jos tuntuu et niinku siltä että ei jaksa ni täytyy sitte keksiä muuta keinoja kun turvautua siihen kuningas alkoholiin.” V3

Yksi vanhemmista sanoi, että uusien toimintamallien omaksuminen on asia, jota täytyy käsitellä vielä itse. Varsinkin päihdeongelmaisen on tärkeä miettiä sitä, kuinka välttää päihteisiin turvautuminen. Vanhemman roolin omaksuminen ja omien oikeuksien ja vastuun ymmärtäminen olivat myös henkilökohtaisia tavoitteita.

”Et just että et kuitenkin että ku se on Huomaa lapsi toimintaa ni siinä niinku pittää ottaa tosissaan se lapsi huomioon että hänen näkökulmastaan sitte kattoo vähän sitä perhetilannetta että mitä se tosissaan on ja vähän niinku itseki tottakai sitte että olla loppujen lopuks vähän itsekäski mitenkä se alkoholi vaikuttaa sitte että, kuitenkin sitte kaikkii meihin että. Ja just niinku mitenkä että tuo että täytyy olla niinku oikeus saaha elää sitte sitä omaa elämääki että ei tarvi mennä sen puolison ehdoilla sitte et sen alkoholin.” V2

6.5 Haasteita ja kehitettävää

Lasten ryhmän ohjaajat kokivat haasteeksi sen, että osalle ryhmän lapsista oli hankalaa ilmaista tunteitaan tai sanoittaa asioita, mistä olisi ollut tärkeä puhua. Oikeiden keinojen löytäminen lasten puhumisen tueksi koettiin haasteelliseksi. Ryhmässä oli muutama lapsi, jotka olivat hyvin ujoja ja varsinkin ryhmän edessä puhuminen tuotti vaikeuksia. Ujo lapsi tarvitsee kokemuksia siitä, miten uskaltautua muiden joukkoon. Aikuisen mukana olo on apuna ujoille lapselle uusissa tilanteissa. Lapsen varautuneisuus tulee hyväksyä eikä sitä pidä kommentoida. Lasta ei kiirehditä liittymään mukaan, vaan odotetaan kärsivällisesti kunnes lapsi on valmis. Ujo lapsi oppii sosiaalisia keinoja aikuisen turvallisen ohjauksen kautta. (Keltikangas-Järvinen 2010, 44, 47.)

Esimerkiksi tunnesäätilyssä ujoille lapsille annettiin aikaa etsiä sanoja ja heitä

tuettiin kysymällä tarkentavia kysymyksiä. Lapsia ei koskaan pakotettu puhumaan, vaan heidän puhumattomuuttaan kunnioitettiin. Yksi ohjaajista sanoi, että joidenkin lasten puhumattomuus aiheutti jopa tunteen siitä, että omat taidot ovat loppumassa. Itäpuisto esittää kysymyksen väitöskirjassaan siitä, onko lapsen vaikeneminen osoitus liiallisesta lojaliteetista vai siitä, että puhuessaan hän ei ole saanut ulkopuolista apua vaan selkäsaunan vanhemmiltaan (Itäpuisto 2005, 115). Ajattelen niin, että puhumattomuuden tausta voi olla monen eri tekijän summa, jossa yhteisvaikutuksessa toimii perhekulttuuri, se kulttuuri jossa eletään ja tässä tapauksessa päihdeongelma perheessä. Lapset eivät myöskään pidä surullisista asioista puhumisesta, vaan haluaisivat kaiken olevan kuten ennenkin (Miikki, Niemelä & Taitto 2011, 4).

Yksi lasten ryhmän haasteista on, kuinka teemoja käsitellään pienten lasten kanssa. Toiminnallisuuden lisääminen asioiden käsittelyyn koettiin tarpeellisena ohjaajien puolelta. Myös lapset antoivat välitöntä palautetta ryhmän aikana kysymällä milloin leikitään tai olemalla levottomia, kun asioita käytiin läpi puhumalla. Mitä pienemmästä lapsesta on kyse, sitä toiminnallisempaa asioiden käsittelyn tulisi olla. Huomasin itse sen, että keskustelun onnistuminen vaatii sen, että yksi lapsi uskaltautuu puhumaan omista kokemuksistaan ja sitä kautta myös muut lapset alkavat puhumaan. Muuten keskustelu jää helposti ohjaajien teoretiedon välittämiseksi ja keskinäiseksi keskusteluksi. Lapset tarvitsevat jotain, mihin he voivat samaistua ja mikä on heille konkreettista.

Aikataulu toi omat haasteensa toimintaan. Lasten ryhmän ohjaajat kokivat, että toiminnassa oli kiireen tuntu ja sitä halutaan jatkossa välttää. Myös aikuisten ryhmän ohjaajat kokivat ajan haasteeksi varsinkin sen vuoksi, että ryhmä oli hyvin keskusteleva, mikä on toisaalta hyvä asia. Aikatauluun se vaikutti niin, että joskus kaikkia suunniteltuja asioita ei ehditty toteuttaa. Ajan jakaminen tasan kaikille vanhemmille oli myös haaste. Sisällöllisesti toimintaan oltiin melko tyytyväisiä, mutta yksi vanhemmista nosti esille, että jollain tapaamiskerralla voisi olla mukana kokemusasiantuntija. Tämä vanhempi oli käynyt ryhmän kerran aiemminkin, jolloin kokemusasiantuntija oli ollut mukana yhdellä kerralla.

Kaikenkaikkiaan ryhmässä tulisi lisätä vanhemman ja lapsen vuorovaikutusta eri keinoin. Yksi keino, mitä käytettiin ryhmän loppua kohden enemmän on

viedä terveisiä lasten ryhmästä aikuisten ryhmään. Tätä voisi toteuttaa myös toisinpäin. Toinen keino vuorovaikutuksen lisäämiseen voisi olla se, että lapset näyttelisivät jollain tapaamiskerralla näytelmän ja vanhemmat olisivat yleisönä. Tärkeää olisi se, että vanhemmat antaisivat positiivista palautetta omalle lapselleen. Positiivisen palautteen kuuleminen on tehokkainta silloin, kun sitä antaa oma vanhempi. Myös se vanhempi, joka ei ole ryhmässä mukana olisi hyvä saada jollain tavalla osallistettua toimintaan. Perheet hyötyisivät toiminnasta eniten, jos molemmat vanhemmat olisivat toiminnan kannalla. Aloitustapaamisiin ja loppuleiriin saa tulla molemmat vanhemmat, mutta viikoittaisiin tapaamisiin voi tulla toinen vanhemmista. Sitä vanhempaa, joka ei osallistu viikoittaisiin tapaamisiin voisi osallistaa toimintaan esimerkiksi kotitehtävien keinoin.

”(...)miten vanhemmat vois lapsille sanottaa et miten, miten hienoja lapsia he on ja mitä hyviä ominaisuuksia vanhemmat niinku heissä näkee ja jotenki et se tulis niinku vanhemman suusta että mehän niinkun lasten ryhmässä pyritään siihen et me niinkun tuetaan sitä lapsen itsetuntoa ja niitä hyviä ominaisuuksia mut että kuulla se niinku vanhemman suusta nin se ois tosi tärkeä lapsille.” RH

Ohjaajien näkökulmasta suuret haasteet liittyvät toiminnan organisointiin. Nämä haasteet kuormittivat ohjaajia Huomaa lapsi -ryhmän aikana, sitä ennen ja sen jälkeen. Toiminnan alussa oli haasteita tilojen kanssa, joissa ryhmät kokoontuivat viikoittain. Koordinaattori jäi puuttumaan tästä ryhmästä kokonaan ja sille huomattiin tarve. Koordinaattori tarkoittaa sitä, että yksi ohjaajista hoitaa esimerkiksi markkinointia, vastuun jakamista ja tiedottamista. Ilman koordinaattoria toiminta menee helposti sekavaksi ja joitakin asioita saattaa jäädä tekemättä. Työnohjauksen saaminen ohjaajille koettiin todella tärkeäksi ja tässä ryhmässä se jäi liian myöhäiseen vaiheeseen, mikä meinasi nousta todella suureksi haasteeksi. Työnohjaus ja ohjaajien välinen vuorovaikutus koettiin tärkeäksi ammatillisuuden säilymisen ja huoltamisen kannalta.

”Et et kyl ne on jotenkin niin syvälle meneviä prosesseja jos niihin antautuu mukaan niinkun aattelen että kuuluu tän tyyppisessä toiminnassa niinku lähtee myös siihen mukaan ei eikä hyvin korkealta tai etäältä olla siinä ryhmässä mukana se ei ehkä toimi sillä. Ryhmä on kyl niinkun työntekijään minun mielestä hyvin

vetoava ja ja siinä pitää olla hereillä myös että ei niinkun mennä liiallisesti mukaan, huomioidaan ammatillisuus ja kuinka voidaan olla avuks.” RH

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Huomaa lapsi -ryhmän tarkoitus on saada perheen lasten ääntä kuuluviin ja huomata lapsi. Opinnäytetyöni aineistosta selviää, että lapsen huomaaminen on ollut keskiössä toiminnan ajan. Ryhmän perusajatus on siis toteutunut ja lapsen näkökulma on ollut esillä lasten ja aikuisten ryhmässä. Kaikki haastattelemi vanhemmat sekä ohjaajat olivat sitä mieltä, että asioita on käsitelty lasten näkökulmasta:

”(...)minun mielestä sieltä niinkun, se lähtökohta oli nimeommaa lapsen näkökulma niin lasten ryhmässä ku aikuistenki ryhmässä paljon niinkun keskityttiin siihen, että miten lapsi kokee tämän kaiken. Et miten pelottavaa tai miten et kyllä mun mielestä se, niinku se lapsen et se lapsi oli ihan niinkun tärkein ja semmonen niinkun et kyllä niinkun lasten näkökulmasta niitä asioita niinkun minun mielestä katottiin ihan tosi hyvin.” V3

Ohjaajat olivat kokeneet ensimmäisessä Kuopion Huomaa lapsi -ryhmässä haasteelliseksi lapsen näkökulman esillä pitämisen aikuisten ryhmässä. Keskustelu kääntyy helposti aikuisen omiin kokemuksiin, mikä on toisaalta ymmärrettävää. Varsinkin ne vanhemmat, jotka ovat alkoholiriippuvaisen puolisoja eivät välttämättä ole saaneet mahdollisuutta purkaa omia tuntemuksiaan aiemmin. Tässä toisessa ryhmässä ohjaajat kokivat, että vanhemmat pitivät itse lapsen näkökulmaa esillä eikä siitä tarvinnut muistuttaa heitä. Jotta tämä sudenkuoppa vältettäisiin, on hyvä kertoa jo perheiden alkuhaastattelussa, että toiminta on lasta varten ja lapsi on siinä keskiössä. Näin kukaan ei tule mukaan toimintaan ajatellen, että se on terapiaryhmä vanhemmille.

Perheiden hyötymistä toiminnasta voi päätellä aineistosta nousseiden teemojen kautta, jotka toistuivat kaikissa haastatteluissa ja näkyivät osassa lasten

maalauksia. Kokemusten jakaminen, vertaistuki sekä tiedon lisääntyminen on edistänyt perheiden keskinäistä vuorovaikutusta ja parantanut heidän jaksamistaan voimavarojen vapautumisen kautta. Tieto siitä, että ei ole yksin tämän ongelman kanssa on hyödyttänyt lapsia, mutta myös vanhempia. Mielenkiintoista oli huomata se, että oppaassa olevat tavoitteet olivat ne, jotka itsestään nousivat esille myös aineistosta. Tästä voidaan päätellä, että toiminnan määrittelemät tavoitteet ovat realistisia ja kohtaavat todellisuuden.

Aineistosta voidaan myös päätellä, että ryhmätoiminnalla on ollut positiivisia vaikutuksia perheisiin. Kolmen viimeisen vuosikymmenen aikana tehdyt tutkimukset osoittavat selvästi, että sosiaaliset suhteet muovaavat meitä ihmisinä, mutta niillä on myös huomattava merkitys hyvinvoinnissa ja terveydessä. Luottamuksellisilla ja kunnioittavilla ihmissuhteilla on positiivisia vaikutuksia terveydessä, kun taas päinvastaisilla väärinkäyttöön perustuvilla ihmissuhteilla on negatiivisia seurauksia terveydessä. (Sani 2012, 33.) Ryhmähenki koettiin hyväksi lasten ja aikuisen ryhmässä ja jokainen sai olla oma itsensä. Myös avoimuus ja luottamus ryhmäläisten kesken oli hyvää.

Yksi ryhmän vanhemmista toi esille sitä, että nyt kun perheen päihdeongelmaan liittyvät asiat on käsitelty ryhmässä, voi elämässä katsoa eteenpäin. Voimavaroja on vapautunut sen myötä, kun niitä ei tarvitse enää käyttää salailuun ja asioiden pohtimiseen omassa päässä. Oma tulkintani on se, että ryhmän myötä vanhemmat ovat käyneet läpi jonkinlaista itselleen anteeksiantamisen prosessia, joka on myös yksi tavoitteista. Anteeksianto edellyttää vihan ja pettymyksen tunteista luopumista ja lasten on tärkeää nähdä, että ihmiset antavat ja saavat anteeksi (Mattila 2011, 71).

Osassa lasten maalauksista näkyi perheen tilanteen raskaus ja tietynlainen synkkyys väreinä ja muotoina. Vaikka ryhmä olikin selvästi helpottanut lasten oloa, tulisi työskentelyn lasten hyvinvoinnin edistämiseksi jatkua edelleen ryhmän jälkeenkkin. Tulevaisuuteen suuntaaminen ja tuen löytäminen jatkossa on tärkeää lasten ja vanhempien kannalta. Ohjaajat kokivat, että seuraavissa ryhmissä tulisi miettiä tarkemmin perheiden jatkoja toiminnan päätyttyä. Tällä tarkoitetaan sitä, että kartoitetaan mitä tukea perhe tarvitsee jatkossa ja mistä tukea voisi saada. Tässä ryhmässä ei ollut väliarviointia, joka koettiin

tarpeelliseksi jatkossa. Väliarvioinnin tarkoituksena on keskustella jokaisen perheen kanssa siitä, ovatko heidän henkilökohtaiset tavoitteensa toteutuneet ja kuinka ryhmä voisi tukea perhettä ryhmän loppua kohti vielä paremmin.

Suurimmat haasteet Huomaa lapsi -toiminnassa liittyvät sen organisointiin. Toiminnan jatkon kehittämisen kannalta voi kokoavasti sanoa, että etukäteissuunnittelu on tärkeää ryhmän toiminnan kannalta. Tämä sisältää Huomaa lapsi -toiminnan ohjaajaresurssien selvittämisen, perheiden mukaan rekrytoinnin, budjetoinnin ja käytännön järjestelyt. Tehtävää on siis paljon ennen kuin perheitä edes haastatellaan. Ennen toiminnan aloitusta rahoituksen ja työntekijäresurssien tulee olla selvillä. Toimenkuvat ja työtehtävät tulisi olla avattuina alkuvaiheessa ja niiden tulisi vastata kunkin työntekijän osaamista ja kokemusta. Yhteinen päämäärä ja tavoitteet tuovat turvallisuuden tunnetta työhön. Tärkeää on, että kaikilla on sama ymmärrys siitä, miten ja mihin toiminnalla pyritään. (Virokannas, Osolanus & Varonen 2014, 30.)

Työnohjauksen puute ohjaajilta alkuvaiheessa meinasi nousta suureksi haasteeksi ja se tulisi jatkossa olla hoidettuna ennen ryhmän alkua. Miksi työnohjaus sitten on niin tärkeää? Työnohjauksen tulisi olla osa päihdetyötä tekevien arjessa. Työnohjaus on tavoitteellista ja luottamuksellista toimintaa, jonka avulla työntekijä ja työnohjaaja käsittelevät työhön liittyviä kysymyksiä, kuten vaikeita työtilanteita. Tarve työnohjaukseen nousee työn asettamista haasteista ja vaatimuksesta. Näitä ovat työssä jaksaminen, ammatti-identiteetin vahvistaminen, perustehtävän kirkastaminen ja työn kehittäminen. Tavoitteena työnohjauksella on myös edistää ammatillista kasvua. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2008, 267–268.) Viikoittainen suunnittelu palaveri oli ajallisesti liian lyhyt asioiden syvällisempään käsittelyyn, joten työnohjaus on tarpeellinen.

Yksi ohjaajista nosti esiin vuosikellon, josta näkisi selkeästi mitä ja milloin tulisi tehdä. Olenkin jo alkanut tekemään vuosikelloa tämän kevään toimista, joka sisältää ehdotuksia myös ensi vuodelle. Tämä kehittämisidea on siis jo siirretty käytäntöön. Vuosikello sisältää kuukausittaiset toimet ennen ryhmän alkua, tarkistuslistan sekä tärkeiden yhteistyötahojen yhteystiedot. Näkisin parhaimmaksi kehittämis ehdotukseksi sen, että toiminnan koordinaattori olisi

päätetty jo hyvissä ajoin. Koordinaattori voisi selvittää työntekijäresurssit, tarvittavat tarpeet ja tilat, hoitaa markkinointia ja jakaa työtehtäviä, jolloin ainakin yksi ihminen olisi koko ajan tilanteen tasalla. Koordinaattorilla tulisi olla työnsä puolesta mahdollisuus käyttää työaikaansa tämän kaiken hoitamiseen.

Vuoden 2016 Huomaa lapsi -ryhmää on alettu jo markkinoimaan, mutta markkinointi pitäisi aloittaa vielä aiemmin. Ryhmään mukaan tulevat perheet haastatellaan toukokuussa ja kesäkuussa, joten markkinointi tulisi aloittaa hyvissä ajoin ennen kevättä. Parasta olisi, että ryhmän markkinointi olisi jatkuvaa, jolloin toiminta pysyisi eri tahojen mielessä sopivien perheiden sattua kohdalle. Tämä vaatisi sen, että joku pitäisi aktiivisesti markkinointia ja verkostointia yllä. Todennäköisesti se joku olisi toiminnan koordinaattori. Taitton mukaan eri alojen ammattilaisten informointi on tärkein tehtävä ennen ryhmien kokoamista (Taitto 2002, 37). Informoinnin kautta tieto toiminnasta leviää alueen muille toimijoille ja päihdeperheet tavoitetaan paremmin.

Perheiden saaminen ryhmään on yksi toiminnan suurimmista haasteista, joka nousi esiin myös ohjaajien ryhmähaastattelussa. Ruotsissa lasten vertaisryhmätoimintaa on toteutettu 1980-luvulta lähtien ja myös siellä oli alussa ongelmia saada ryhmiä käyntiin. Nykyään ryhmiin jopa jonotetaan, kun tieto ja kokemus on lisääntynyt. Toiminnan tunnetuksi tekemiseen voi mennä vuosia, mutta sitä kannattaa tehdä alusta saakka. (Taitto 2002, 37.) Koska tiesin tästä ongelmasta, yksi vanhempien haastattelukysymys oli, kuinka heidän mielestään toimintaan saisi paremmin perheitä mukaan. Tämä on toiminnan kehittämisen kannalta tärkeää tietoa, koska se tulee suoraan kohderyhmältä.

Vanhemmat nostivat esiin tiedottamisen ja markkinoinnin lisäksi heidän antamien palautteidensa käyttämisen toiminnasta kerrottaessa. Tätä kehittämissuositusta on jo laitettu käytäntöön niin, että toiminnan esittelyyn on lisätty reilusti vanhempien, lasten sekä ohjaajien antamaa palautetta. Yksi vanhemmista pohti, auttaisiko jos ryhmän käyneet vanhemmat kertoisivat toiminnasta eteenpäin. Vanhempien mielestä toimintaan lähteminen voi olla pelottavaa ja kynnys lähteä mukaan suuri. Heidän kokemuksensa ja mukana olonsa esittelyissä voisikin mahdollisesti madaltaa muiden perheiden kynnystä lähteä mukaan toimintaan. Tätä voisi kokeilla jatkossa ryhmien markkinointia

tehdessä.

Lapsia kuuntelemalla alkoholin aiheuttamia haittoja voitaisiin mahdollisesti vähentää nykyistä paremmin. Erityisen tärkeää lapsen huomioiminen ja kuuleminen on silloin, kun heitä pyritään auttamaan. Jotta lapset saisivat parasta mahdollista apua, tulee heidän mielipiteitään kuulla. (Itäpuisto 2016.) Aineistoni puoltaa sitä, että ryhmä on mahdollistanut lapsille puhumisen ja kokemusten käsittelyn. Tätä kautta lapset voivat jopa säästyä mahdollisilta ongelmilta tulevaisuudessa. Mattila muistuttaa, että ehkäisevän työn ongelma on tulosten osoittamisen vaikeus. Nyky-yhteiskunnassa kaikki pitää perustella rahalla ja saavutetuilla tuloksilla, jonka vuoksi lapsen vahvistaminen ennen ongelmia jää usein huomioimatta. (Mattila 2011, 19.) Ryhmän aiheuttamat positiiviset muutokset lapsissa ja vanhemmissa ovat luonteeltaan sellaisia, että ne saattavat ilmetä vasta vuosia myöhemmin. Tulosten osoittaminen välittömästi ryhmän jälkeen voi siis olla vaikeaa tai jopa mahdotonta.

Kaikki alkoholistien lapset eivät kärsi negatiivisista seurauksista, mutta tutkimukset ovat osoittaneet selvästi, että elämä alkoholistin lapsena on riskitekijä, johon liittyy erilaisia ongelmia, kuten päihteiden väärinkäyttöä. (Ronel & Haimoff-Ayali 2010, 448–472). Huomaa lapsi -toiminta vastaa todelliseen tarpeeseen, joka on päihdeperheiden lasten kuuleminen ja huomaaminen. Lapsen huomaaminen aikaisessa vaiheessa mahdollistaa myös ongelmien ennaltaehkäisyn. Kaikki kolme haastattelemaani vanhempaa suosittelisivat toimintaa muille perheille ja kokivat sen olevan hyvä kokemus lapsilleen ja itselleen:

”Mut tosissaan huippu juttu on ku on tämmönen. Että toivon vaan että, että tämä vaan jatkus sitte täällä et saatas rahotusta ja muuta ni. Joo. Ja ois perheillä uskallusta lähtee tähän mukkaan että eivät sitte jättäs että kävisivät tosissaan loppuun tämän että näkisivät tämän matkan mitä se tuo tullessaan että. Tosi huippu juttu.” V2

Päihteiden väärinkäyttö tai perheväkivalta voi vaikuttaa kykyyn suoriutua vanhempana, mistä voi olla seurauksena lapsen haavoittuvaisuus. Nämä ongelmat voivat johtaa siihen, että vanhemmalla on vaikeuksia organisoida

perhe-elämää. Esimerkiksi alkoholin liiallinen käyttö voi vaikuttaa vanhempaan siten, että hän ei huomaa tarpeeksi lapsensa tarpeita. (Cleaver, Nicholson, Tarr & Cleaver 2007, 21.) Tässä viitataan siihen, että päihdeongelma vie paljon energiaa koko perheeltä ja voi vaatia jatkuvia uudelleenjärjestelyjä ja muutoksia arjessa. Lapsen tarpeiden huomaaminen voi olla haasteellista kaiken muun keskellä. Huomaa lapsi -ryhmää tarvitaan siihen, että lapsen ääni nousee kuuluviin päihdeperheessä ja hänen tarpeensa otetaan paremmin huomioon.

Kaikki haastattelemani vanhemmat olivat sitä mieltä, että he ovat hyötäneet ryhmästä itse, mutta myös heidän lapsensa ovat hyötäneet ryhmästä. Lapset ilmaisivat maalauksissaan ja ryhmässä monin eri tavoin sitä, että ryhmä oli heille tärkeä. Toiminnan loppuminen harmitti lapsia ja vanhemmat toivoivat jonkinlaista jatkotapaamista myöhemmälle. Tulevissa ryhmissä voisi olla hyvä, että jatkotapaaminen olisi sovittuna ennen toiminnan päättymistä. Tämä voisi pitää perheiden motivaatiota yllä ja pehmittää ryhmän päättymisen aiheuttamaa haikeutta.

Yksi oleellinen haastattelukysymys ohjaajille oli, miksi toimintaa tulisi jatkaa Kuopiossa. Molempien Kuopiossa toteutuneiden ryhmien perheiden antama palaute on ollut positiivista. Ohjaajat näkivät, että kaikki toiminnassa jollain tavalla mukana olleet ihmiset ovat nähneet sen hyödyllisenä. Mikään ei viittaa siihen, että toiminta olisi haitallista tai ei saisi aikaan muutoksia perheessä. Toiminnan tehokkuudessa oleellisena nähtiin ryhmätoiminta, jossa vanhemmat ovat auttamassa omia lapsiaan. Toiminnan järjestämiseen on panostettu taloudellisilla ja ajallisilla resursseilla ja toiminta koettiin laadukkaaksi. Ohjaajat ovat motivoituneita ja sitoutuneita, mikä on edellytys ryhmän toiminnalle.

Cork on tehnyt päihdeperheiden lasten ajatuksista klassikoksi muodostuneen tutkimuksen. Tutkimuksensa tulosten perusteella hän teki hoitoa koskevia suosituksia, joista osa liittyy päihdeperheen lapseen. Perhettä tulisi hoitaa ennenkuin alkoholisti itse tai muut perheenjäsenet ovat vaurioituneet. Alkoholistin ja perhe-elämän rikkoutumisen ennaltaehkäisyyn tulisi panostaa enemmän ja alkoholistin puolison tulisi saada myös hoitoa. Corkin tärkein suositus on, että alkoholistiperheen lapsen hoitoon kiinnitettäisiin enemmän huomiota. (Cork 1970, 105, 108, 110, 112.) Imatralla Huomaa lapsi -toiminnasta

tehdyn tutkielman tulokset osoittivat, että lapset hyötyivät ryhmästä kokonaisvaltaisesti. Lapset olivat saaneet ryhmästä tukea ohjaajilta, vanhemmilta sekä muilta ryhmän lapsilta. Toisiltaan lapset olivat saaneet monitahoista tukea vaikeiden asioiden käsittelyyn. Myös toiminnan vaikutukset koko perheeseen olivat olleet merkittäviä. Myös tämän tutkielman tehneet toteavat, että osa toiminnan vaikutuksista voi tulla esiin vasta vuosien jälkeen. (Savolainen & Varjoranta 2004, 132–133.) Oman kehittämistyöni tulokset ovat samansuuntaisia edellä mainittujen kanssa, mutta myös ryhmään osallistuneiden vanhempien mielipiteitä on selvitetty ja tuotu esille.

Huomaa lapsi -toiminnan ydin löytyy lapsen huomaamisesta ja lapsen hyvinvoinnin edistämisestä. Ohjaajat nostivat esiin saman asian, jonka olen aiemmin opinnäytetyössäni nostanut esille. Aikuinen on päihdeongelman hoidon keskiössä, kun taas päihdeperheen lapset jäävät usein ilman tukea. Huomaa lapsi -ryhmä on ainut Kuopion tukimuoto, jossa päihdeperheiden lapset saavat vertaistukea ja mahdollisuuden jakaa omia kokemuksiaan. Eräs ohjaajista perusteli toiminnan jatkamista Kuopiossa mielestäni osuvalla tavalla:

”(...)lapsen huomaaminen on kertakaikkiaan itseisarvo ja niin tärkeää että siinä on niinku elämä pelissä ja ja ja tavallaan se miten me voijaan ennaltaehkäistä semmosia asioita mitkä kenties sitten niinkun tapahtus jos lasta ei huomata(...)” RH

7.1. Tulosten luotettavuus

”Tieteen itsekriittisyys on tieteellisen toiminnan kattava ja keskeinen periaate.” (Aaltola 2015, 15). On siis jopa suotavaa tarkastella omaa kehittämistyötä myös kriittisesti. Ryhmän vanhempien osalta aineiston keruu onnistui mielestäni hyvin. Kysymykset toistivat osin itseään, koska esimerkiksi vertaistuki oli asia, joka oli vastaus useaan kysymykseen. Kysymysten määrää ja järjestystä olisi voinut pohtia tarkemmin, mutta puolistrukturoitu teemahaastattelu oli hyvä ratkaisu. Haastattelut toteutuivat oikeastaan paremmin kuin osasin odottaa. Ohjaajien ryhmähaastattelu sujui myös hyvin vaikka myös siinä kysymyksiä olisi voinut pohtia tarkemmin. Keskustelu pysyi asiassa ja ohjaajat olivat vuorovaikutuksessa toistensa kanssa, mitä kautta syntyi hyvää pohdintaa.

Jälkeenpäin ajateltuna lasten maalausten tueksi olisi ollut hyvä olla muutakin palautetta lapsilta. Osa maalauksista oli sellaisia, että en sisällyttänyt niitä lainkaan opinnäytetyöni tuloksiin. Tämä johtuu siitä, että lapset eivät osanneet kuvata maalauksiaan, joten tulkinta olisi jäänyt kokonaan minun varaani. Tässä olisi ollut vaarana se, että olisin tulkinnut maalauksia täysin väärin. Luulen, että osa lapsista ei ymmärtänyt tehtävänantoa, joka olisi pitänyt selittää vielä yksinkertaisemmin. Lapset ovat haastava kohderyhmä, joiden aineiston keruussa on huomioitava lapsen ikä ja luonne. Toivon kuitenkin, että lasten ääni tulee jollakin tavalla esille opinnäytetyössäni vaikka pääpaino tulosten esittelyssä onkin ryhmän vanhempien ja ohjaajien haastatteluissa.

Eettisyyteen olen kiinnittänyt huomiota läpi kaikkien tutkimuksen vaiheiden. Alle 18-vuotiaiden tutkimiseen tulee olla suostumus huoltajilta. Suostumuksen hankkimisen säännöt ovat epäselvät, mutta yleensä huoltajia infotaan tutkimuksesta etukäteen ja heille annetaan mahdollisuus kieltäytyä lasten osallistumisesta tutkimukseen. Huoltajan suostumuksen lisäksi tarvitaan lapsen oma suostumus, joka on johdettavissa itsemääräämisoikeudesta. Lapsen tulee ymmärtää, mistä on kysymys. (Nieminen 2010, 33.) Toimin näiden ohjeiden mukaisesti ja tein tutkimusluvan, jossa vanhemmat antoivat luvan käyttää lasten maalauksia ja kommentteja opinnäytetyössä. Kerroin lapsille selkeästi, mistä on kysymys ja annoin mahdollisuuden kieltäytyä osallistumasta. Vanhempien ja ohjaajien kohdalla eettisyydessä erityisen tärkeää on anonymiteetin säilyminen ja aineiston luottamuksellisuus, joista olen pitänyt huolta esimerkiksi litteroinnissa ja tulosten esittelyssä. Koen opinnäytetyöni olevan eettisesti toteutettu.

Mielestäni opinnäytetyöni tulokset ovat luotettavia. Vaikka tutkimusjoukko oli pieni, se vastasi parhaiten tutkimuskysymyksiini. Luotettavuutta puoltaa se, että kaikkien kolmen vanhempien aineistosta nousivat esiin samat pääteemat, jotka toistuivat myös ohjaajien haastattelussa sekä lasten maalauksissa. Koin, että aineistoni eivät olleet irrallisia toisistaan vaan loivat yhdessä selkeän kokonaiskuvan siitä, mistä Huomaa lapsi -toiminnassa on kysymys.

7.2 Pohdintaa

Opinnäytetyöni lopputuotoksena on tämä raportti, jota tilaajani tulee hyödyntämään kertoessaan ja perustellessaan Huomaa lapsi -toimintaa. Aineiston perustalla tehdyt kehittämissuositukset sekä perheiden antamat hyvät ja huonot näkökulmat otetaan ryhmän toteutuksessa jatkossa huomioon. Kehittämistyölle oli tarvetta, koska ryhmä on toiminut alueella vasta kaksi kertaa. Oli tarpeellista selvittää, miten toiminta hyödyttää perheitä ja mitä kehitettävää siinä olisi. Huomaa lapsi -toiminnan käynnistämiseen ja järjestämiseen Kuopiossa on käytetty paljon resursseja monesta eri organisaatiosta. Kehittämistyöni todentaa ryhmän merkityksellisyyttä alueella.

Opinnäytetyöni näkökulma keskittyy ryhmän lapsiin ja luo hyvän kokonaiskuvan toiminnasta. Opinnäytetyöni tarkoituksena oli selvittää Kuopion Huomaa lapsi -ryhmän kehitystarpeita ja perheiden saamia hyötyjä toiminnasta. Keräämäni aineiston perusteella selvisi, että Huomaa lapsi -ryhmästä saatavan vertaistuen ja tiedon lisääntymisen kautta perheen vuorovaikutus sekä lapsen asema perheessä on parantunut. Tietopohja ja käytäntö keskustelivat keskenään ja tukivat toisiaan. Aineisto puoltaa jo olemassa olevaa tietoa siitä, että päihdeperheen lapset tarvitsevat tukea varhaisessa vaiheessa. Mielestäni Huomaa lapsi -toiminnasta voisi tulla vakiintunut tukimuoto päihdeperheiden lapsille Kuopion alueella. Myös siksi toiminnan tutuksi tekeminen alueella on tärkeää.

Laajemmin ajateltuna näkisin opinnäytetyöni suurimman merkityksen siinä, että päihdeperheiden lapsia ja vanhempia on kuultu ja heidän näkemyksiään on tuotu esille. Tätä pitäisi tulevaisuudessa pyrkiä tekemään yhä enemmän. Aineistoni sopii soveltaen myös muille päihdeperheiden kanssa työskenteleville, koska se sisältää tietoa päihdeperheiden lasten ja vanhempien kokemuksista ja ajatuksista. Tärkeänä näen myös uudenlaisten toimintatapojen ja menetelmien kehittämisen ja arvioinnin perheiden ja lasten kanssa työskentelyssä. Omassa opinnäytetyössäni tarkoitan tällä vertaistukiryhmän arviointina yhtenä tuen tarjoana päihdeperheille. Varsinkin lasten kanssa työskennellessä joutuu pohtimaan sitä, mikä on paras tapa lähestyä asioita. Toiminnallisuuden ja luovien menetelmien kautta lapseen voi saada paremman yhteyden kuin

keskustelemalla.

Uskon, että tulevaisuudessa kehitetään yhä enemmän erilaisia menetelmiä mielenterveys- ja päihdetyöhön. Vertaistuki on yksi mahdollisuus, jolla voidaan saada aikaan positiivisia elämänmuutoksia. Toivon myös, että lasten näkökulman lisäksi opinnäytetyöni antaa lukijalle pohdittavaa päihdeperheiden lasten vanhempien ajatuksista. He saavat helposti huonon vanhemman leiman jos perheen päihdeongelma tulee ilmi. On hyvä muistaa, että kyseessä on kuitenkin moninainen ilmiö, jossa syyllisten etsintä ei edistä perheen lasten hyvinvointia.

Olen tyytyväinen opinnäytetyöhöni ja mielestäni se täytti ennalta-asetetut tavoitteet. Omalta kohdaltani opinnäytetyön tekeminen on edistänyt oppimistani monelta eri näkökannalta. Itsenäinen työskentely on ollut joltain osin haastavaa, mutta samalla se on sallinut mahdollisuuden luovuuteen ja kehittymiseen. Minulle oli tärkeää päästä tutustumaan aiheeseen kokonaisvaltaisesti, jolloin itsenäinen työskentely on hyvä työmuoto. Laadullisen tutkimuksen ja tieteellisen tekstin kirjoittamisen mielekkyys yllätti minut, vaikka kohtasin myös haasteita tutkimuksen eri vaiheissa. Esimerkiksi yksi vanhemman haastattelu peruuntui monta kertaa ja sen toteutuminen vaikutti epävarmalta. Koska haastattelin kolmea vanhempaa, olisi yhden puuttuminen vaikuttanut aineistoon merkittävästi. Haasteiden ylittäminen varsinkin yksin työskennellessä on ollut palkitsevaa. Olen myös oppinut tarkkailemaan tutkimusta eettisestä näkökannasta, mikä on erityisen tärkeää näin sensitiivisen aiheen äärellä. Kaiken kaikkiaan opinnäytetyöni aihe on ollut mielenkiintoinen ja hieno lopetus opinnoilleni.

Suuri kiitos kaikille opinnäytetyöni mahdollistaneille henkilöille sekä oppilaitoksen että tilaajatahon puolelta. Kaikista suurin kiitos kuuluu kuitenkin niille perheille, jotka rohkeasti lähtivät mukaan toimintaan lastensa hyvinvoinnin edistämiseksi. Kiitos lapsille ja heidän vanhemmilleen avoimuudesta, luottamuksesta ja uskalluksesta lähteä osaksi opinnäytetyötäni.

Haluan lopettaa tämän luvun ja samalla koko opinnäytetyöni toivoon. Toivo tuli esille työnohjauksessa ollessani Huomaa lapsi -ryhmässä harjoittelijana ja jäi

pohdituttamaan minua kovasti. Keskustelussa tuli esiin erityisesti toivon merkitys ammattilaiselle työskennellessä päihdeperheiden kanssa. Mielestäni on hyvä kysyä itseltään, voiko työtään tehdä hyvin tai lainkaan ilman aitoa toivoa siihen, että tulevaisuus näyttää paremmalta? Toivo, sekä läheiset ihmiset, jotka vahvistavat toivoa ja luovat tulevaisuususkoa ovat merkittäviä voimavaroja. Niiden avulla on mahdollista selviytyä haavoittavista kokemuksista ja vaikeuksista. Toivo vie elämää eteenpäin. (Lämsä & Kiviniemi 2009, 223.) Uskon, että lapset aistivat aikuisista heidän panostuksensa ja aitoutensa ja mielestäni jokainen lapsi ansaitsee lähelleen toivoa luovan aikuisen.

Olin Maaret Kallion luennolla Helsingissä, jonka aiheena oli seksuaalista hyväksikäyttöä kohdanneen asiakkaan tukeminen. Hän korosti kolmen eri näkökulman merkitystä, jotka ovat: pysähtyminen, rinnalla kulkeminen ja tärkeimpänä toivon luominen. Hän käytti auttamisessa vertauskuvana ammattilaisen kahta jalkaa, joista toinen on mukana asiakkaan tarinassa ja toinen pysyy tukevasti maassa. (Kallio 2016.) Mielestäni näitä Kallion näkökulmia voi hyvin käyttää myös päihdeperheiden kohtaamisessa. Kukaan ei voi varsinaisesti auttaa toista ihmistä, mutta voi tukea, kannustaa ja näyttää valoa eteenpäin. Minä uskon, että päihdeperheiden lapsilla ja heidän vanhemmillaan on toivoa. Joskus toivon näkyville tulemiseen tarvitaan paljon töitä ja hyviä ihmisiä ympärille, mutta sitä on jokaisessa meissä.

LÄHTEET

- Aaltola, Juhani 2015. Filosofia, tiede, ymmärtäminen. Teoksessa Raine Valli & Juhani Aaltola (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 15.
- Aalto, Mauri 2010. Alkoholien ongelmakäytön eri muodot. Teoksessa Kaija Seppä, Hannu Alho & Kalervo Kiiänmaa (toim.) Alkoholiriippuvuus. Helsinki: Duodecim, 9.
- Aalto, Mikko 2000. Ryppäästä ryhmäksi. Turvallisen ryhmän rakentaminen. Ryttylä: My Generation Oy.
- Ackerman, Robert J. 1992. Lapsuus lasin varjossa. Lapsi alkoholiperheessä. Suom. Teuvo Peltoniemi. 1.-2. painos. Helsinki: A-klinikkasäätiö.
- Baszanger, Isabelle & Dodier, Nicolas 1997. Ethnography: Relating the Part to the Whole. In: David Silverman (toim.) Qualitative Research. Theory, Method and Practice. London: Sage Publications, 9.
- Bowlby, John 1997. Attachment and Loss. Volume 1. London: Pimlico.
- Butler, Ian & Williamson, Howard 1994. Children speak. Children, Trauma & Social Work. Harlow: Longman Group Limited.
- Cleaver, Hedy, Nicholson, Don, Tarr, Sukey & Cleaver, Deborah 2007. Child Protection, Domestic violence and Parental Substance Misuse. Family Experiences and Effective Practice. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Cork, Margaret R. 1970. Unohdetut lapset. Suom. Saini Lanu. Helsinki: A-klinikkasäätiön julkaisu 4.
- Dunderfelt, Tony 2011. Elämänkaaripsykologia. 14. uudistettu painos. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Envall, Markku 2010. Ammatillisesti ohjatut vertaistukiryhmät kriisistä selviytymisen tukena. Teoksessa Kyllä me yhdessä selvitään. Voimauttavaa vertaistukea kriisitilanteissa. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura, 9, 12.
- Eskola, Jari 2015. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa Raine Valli & Juhani Aaltola (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 185.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2003. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 6. painos. Tampere: Vastapaino.
- Finlex 2007. Lastensuojelulaki.

- Haarakangas, Kauko 2011. Voimistava läsnäolo. Mielen tiet lapsuudesta vanhuuteen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hellsten, Tommy 1994. Virtahepo olohuoneessa. Läheisriippuvuus ja sisäisen lapsen kohtaaminen. Helsinki: Kirjapaja.
- Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Holmila, Marja, Raitasalo, Kirsimarja, Autti-Rämö, Ilona & Notkola, Irma-Leena 2013. Päihdeongelmaisten äitien lapset. Teoksessa Katariina Warpenius, Marja Holmila & Christoffer Tigerstedt (toim.) Alkoholi- ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 44. Viitattu 29.4.2016
http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104454/THL_TEE2013_014_veikko.pdf?sequence=1
- Huhtanen, Kristiina 2007. Kun huoli herää. Varhainen puuttuminen koulussa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hurme, Helena 2003. Perhe kehityksen kontekstina. Teoksessa Paula Lyytinen, Mikko Korkiakangas & Heikki Lyytinen (toim.) Näkökulmia kehityspsykologiaan. Kehitys kontekstissaan. 1.-6. painos. Helsinki: WSOY, 148–149.
- Itäpuisto, Maritta 2005. Kokemuksia alkoholiongelmaisen vanhempien kanssa eletystä lapsuudesta. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta, Kuopion yliopisto. Väitöskirja.
- Itäpuisto, Maritta 2016. Miksi lapsinäkökulma on tärkeä? Lasinen lapsuus 2016. Viitattu 16.3.2016. <http://lasinenlapsuus.fi/lapsuudesta/miksi-lapsinakokulma-tarkea>.
- Itäpuisto, Maritta 2008. Pullon pohjimmaisat. Lapsi, perhe ja alkoholi. Helsinki: Kirjapaja.
- Itäpuisto, Maritta & Taitto, Annikka 2010. Lapsi ja vanhempien alkoholinkäyttö – Opas varhaiskasvatuksen työntekijöille. Lasten seurassa -ohjelma 2010. Helsinki: A-klinikkasäätiö.
- Itäpuisto, Maritta 2004. Vanhemman alkoholiongelma, lasten ongelma. Teoksessa Marja Holmila & Janna Kantola (toim.) Pullonkauloja. Kirjoituksia alkoholistien läheisistä. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy, 37–38.
- Jantunen, Eila 2008. Osalliseksi tuleminen – masentuneiden vertaistukea jäsentävä substantiivinen teoria. Hoitotieteen laitos, Tampereen yliopisto. Lisensiaatintutkimus, 27.
- Jauhiainen, Riitta & Eskola, Marjatta 1994. Ryhmäilmiö. Helsinki: WSOY.
- Jyväskylän yliopisto 2005. Kehitysvaiheet. Viestintätieteiden laitos. Viitattu 4.4.2016.

<https://www.jyu.fi/viesti/verkkotuotanto/ryhmaviesti/prosessi/muotoutuminen/kehitysvaiheet.html>.

Kallio, Maaret 2016. Seksuaalinen hyväksikäyttö, miten tukea asiakasta?
Helsinki: Sokos Hotel Pasila

Katajainen, Antero, Lipponen, Krisse & Litovaara, Anneli 2003. Voimavarat käyttöön. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Keltikangas-Järvinen, Liisa 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki: WSOY.

Kinnunen, Elina 2000. Uppo-Nallen iltasatuja. 7.painos. Helsinki: WSOY.

Kinnunen, Saara 2003. Anna mun olla lapsi. Helsinki: Kirjapaja.

Kitchener, Betty, Jorm, Anthony, Kelly, Claire, Lassander, Maarit & Karila-Hietala, Ritva 2015. Haavoittuva mieli – tunnista ja tue. Mielenterveyden ensiapu 2. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.

Klaari Helsinki 2007. Opas päihdetoimintasuunnitelman laatimiseen Helsingin kouluille ja oppilaitoksille Viitattu 24.2.2016.

http://klaari.munstadi.fi/files/2014/04/Klaari_paihde-toimintaopas_A4_Final_tulostus.pdf.

Lappalainen-Lehto, Riitta, Romu, Maija-Liisa & Taskinen, Mailis 2008. Haasteena päihteet. Ammatillisen päihdetyön perusteita. 1.painos. Helsinki: WSOY.

Leskinen, Eija 2010. Ryhmä toimimaan! Vinkkejä tutustumiseen, oppimiseen ja yhteistyöhön. 2.painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Lieppinen, Merja 2011. Eheyttävä taideterapia. Healing Art Therapy. Taideterapian oppikirja. Tampere: Mediapinta.

Lämsä, Anna-Liisa & Kiviniemi, Liisa 2009. Toivo kaikkien voimavarana. Teoksessa Anna-Liisa Kiviniemi (toim.) Mun on paha olla. Näkökulmia lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 223.

Lääperi, Pirjo 2016. Resilienssi auttaa vastoinkäymisissä. Mielenterveyden keskusliitto. Tunne ja Mieli 1/2016. Viitattu 8.3.2016. <http://mtkl.fi/resilienssi-auttaa-vastoin kaymisissa/>.

Mattila, Kati-Pupita 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Jyväskylä: PS-kustannus.

Miikki, Tarja, Niemelä, Sirkku & Taitto, Annikka 2011. Jos sais kolme toivomusta – Työkirja päihdeasioista varhaiskasvatuksen työntekijöille. Lasten seurassa -ohjelma 2010. Helsinki: A-klinikkasäätiö.

Mäkelä, Rauno 2010. Alkoholiongelmät ja perhe. Teoksessa Kaija Seppä, Hannu Alho & Kalervo Kiiänmaa (toim.) Alkoholiriippuvuus. 1.painos. Helsinki: Duodecim, 82, 83.

- Mäkelä, Rauno 1998. Perhe- ja verkostoterapia. Teoksessa Mikko Salaspuro, Kalervo Kiianmaa & Kaija Seppä (toim.) Päihdelääketiede. Helsinki: Duodecim, 203.
- Nieminen, Liisa 2010. Lasten ja nuorten tutkimus: oikeudellinen tarkastelu. Teoksessa Hanna Lagström, Tarja Pösö, Niina Rutanen & Kaisa Vehkalahti (toim.) Lasten ja nuorten tutkimuksen etiikka. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto, 33.
- Normann, Maria, Odell, Heidi, Tapio, Mari ja Vuohelainen, Eli 2015. Nuorisoalan ehkäisevä päihdetyö - hyppää kyytiin! Humanistinen ammattikorkeakoulu.
- Nummenmaa, Lauri 2015. Tunteet sosiaalisen ihmisen palveluksessa. Mielenterveys (54) 5/2015, 14–16.
- Nätkin, Ritva (toim.) 2006. Pullo, pillerit ja perhe. Vanhemmuus ja päihdeongelma. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Pajunen, Anna-Elina & Koivunen, Mirjami 2010. Vertaisryhmätoiminnan opas. Käytännön vinkkejä aloittelevalle ryhmänohjaajalle. Helsinki: ADHD-liitto ry. Viitattu 3.4.2016. http://www.adhd-liitto.fi/sites/default/files/page_attachment/vertaistoiminnan_opas_nettiin.pdf.
- Parker, Jan & Stimpson, Jan 2004. Sisarusuhteet. Kilpailua ja rakkautta. Suom. Laura Jänisniemi & Susanna Tuomi. Helsinki: Kustannutosakeyhtiö Otava.
- Peltoniemi, Teuvo 2004. Lapsen elämä suomalaisessa alkoholiperheessä. Teoksessa Marja Holmila & Janna Kantola (toim.) Pullonkauloja Kirjoituksia alkoholistien läheisistä. 2. painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy, 53.
- Peltoniemi, Teuvo 2005. Suomalaisten lasinen lapsuus 1994 ja 2004. TIIMI 2/2005, sivut 4–10.
- Poijula, Soili 2016. Lapsi ja kriisi. Selviytymisen tukeminen. 3., uudistettu painos. Helsinki: Kirjapaja.
- Päihdetilastollinen vuosikirja 2015. Alkoholi ja huumeet. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Ronel, Natti & Haimoff-Ayali, Ronit 2010. Risk and resilience. The family Experience of Adolescents With an Addicted Parent. International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology (54) 6/2010, 448–472.
- Ruoppila, Isto 2003. Johdanto. Teoksessa Paula Lyytinen, Mikko Korhokangas & Heikki Lyytinen (toim.) Näkökulmia kehityspsykologiaan. Kehityksen kontekstissaan. 1.-6. painos. Helsinki: WSOY, 30.
- Räikkönen, Riitta 2006. Aiheena tunteet päihdeperheiden lasten vertaisryhmässä. ”Mulla on hyvä ja paha olo päässä – molempia.” Sosiaalityö, Tampereen yliopisto. Pro gradu -tutkielma.
- Salminen, Pirjo (toim.) 2005. Yhdessä kasvattamaan. Kohti välittämisen toimintakulttuuria. Jyväskylä: PS-kustannus.

- Salmivalli, Christina 2008. Kaverien kanssa. Vertaissuhteet ja sosiaalinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Sani, Fabio 2012. Group identification, social relationships, and health. In: Jolanda Jetten, Catherine Jolanda & S. Alexander Haslam (toim.) *The Social Cure. Identity, Health and Well-being*. New York: Psychology Press, 33.
- Savolainen, Mari & Varjoranta, Kaisa 2004. Lapsen tukeminen alkoholiongelmaisessa perheessä. Vertaisryhmätoiminta lasten ja ohjaajien näkökulmista. Sosiaalityön ja sosiaalipedagogiikan laitos, Kuopion yliopisto. Pro gradu -tutkielma.
- Seppä, Kaija, Alho, Hannu & Kiiänmaa, Kalervo (toim.) 2010. *Alkoholiriippuvuus*. 1.painos. Helsinki: Duodecim.
- Sharp, Sonia & Cowie, Helen 1998. *Counselling and Supporting Children in Distress*. London: Sage Publications.
- Sinkkonen, Jari & Kalland, Mirjam (toim.) 2003. *Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen*. Helsinki: WSOY.
- Sinkkonen, Jari 2008. *Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun*. Helsinki: WSOY.
- Sorsa, Minna & Laijärvi, Heli 2006. Äiti, kaksoisdiagnoosin selitysmallit ja palvelujärjestelmä. Teoksessa Ritva Nätkin (toim.) *Pullo, pillerit ja perhe. Vanhemmuus ja päihdeongelma*. Jyväskylä: PS-kustannus, 214.
- Suomen Mielenterveysseura 2016. *Lasinen lapsuus. Vertaistukiryhmä nuorille aikuisille*. Esite. Helsinki: SOS-kriisikeskus.
- Taitto, Annika 2002. *Huomaa lapsi – päihdeongelma perheessä*. Helsinki: Lastenkeskus/LK-kirjat.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisu 2015. *Päihdetilastollinen vuosikirja 2015*. Viitattu 15.3.2016.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2016. *Lastensuojelun käsikirja. Lastensuojeluilmoitus*. Viitattu 6.3.2016
<https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/lastensuojeluilmoitus-ja-lastensuojeluasian-vireilletulo/lastensuojeluilmoitus>
- <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/129655/Päihdetilastollinen%20vuosikirja%202015%20verkkoversio.pdf?sequence=3>.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.
- Vilka, Hanna 2005. *Tutki ja kehitä*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Virokannas, Helena, Osolanus, Liisa & Varonen, Tiina 2014. *Tää on meidän juttu. Päihdetyön vertaistoiminnan opas*. Esimerkkejä vertaisten ja ammattilaisten yhteistyöstä Osis-hankkeessa. Helsinki: Huumetyön

vertaistoiminnan osaamiskeskus Osis (2011–2014). A-
klinikkasäätiö/Helsingin Vinkki ja Omaiset Huumetyön Tukena ry. Viitattu
22.3.2016 http://www.a-klinikka.fi/sites/default/files/osis_opas.pdf.

TUTKIMUSLUPA

LIITE 1

Opinnäytetyöni ”Vertaistuesta Voimaa – kokemuksia päihdeperheiden Huomaa lapsi - vertaisryhmästä” kokoaa yhteen Huomaa lapsi -ryhmän kokemuksia ajalta 29.8.2015–17.1.2016. Lasten loppuleirillä tuottamat maalaukset tulevat opinnäytetyöni liitteenä ja käytän niitä sekä lasten kommentteja ryhmän arvioinnin välineenä. Tarkoituksena aineiston keräämisessä on kehittää sen avulla Huomaa lapsi -ryhmän toimintaa.

Minua sitoo vaitiolovelvollisuus ja lupaan käyttää aineistoani luottamuksellisesti ja ainoastaan kehittämistarkoitukseen opinnäytetyössäni. Aineistosta ei tule ilmi lasten henkilötietoja. Opinnäytetyötäni ohjaa Humanistisen ammattikorkeakoulun lehtori Anita Saaranen-Kauppinen.

Annan suostumukseni, että lapseni _____
tuottamaa taiteellista aineistoa saa käyttää opinnäytetyössä.

Paikka

Pvm

Allekirjoitus

Lisätietoja:

Heidi-Helena Kaartinen

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön ko.

Humanistinen ammattikorkeakoulu

heidi-helena.kaartinen@humak.edu, p. xxxxxxxxxx

Maalaus 1

LIITE 2



Maalaus 2

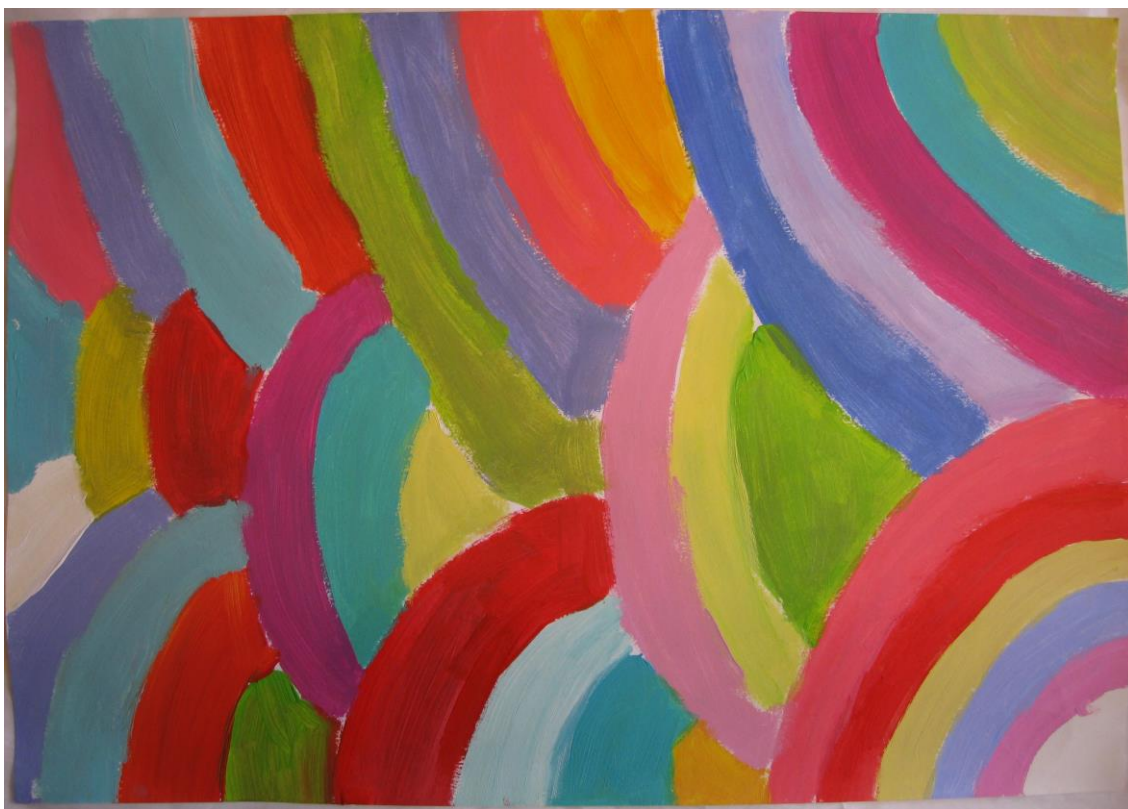
LIITE 3





Maalaus 6

LIITE 5



LIITE 6

VANHEMPIEN HAASTATTELUKYSYMYKSET:

PVM

Perhe/vanhempi

Lasten lukumäärä ja ikä

Ryhmän arviointi:

1. Mitä kautta sait tiedon Huomaa lapsi -ryhmästä?
2. Mitä odotuksia sinulla oli tullessasi Huomaa lapsi -ryhmään?
3. Arvioi, kuinka Huomaa lapsi -ryhmän tavoitteet ovat toteutuneet kohdallasi?
4. Miten lapsen näkökulma oli esillä Huomaa lapsi -ryhmässä ja oliko lapsen huomaaminen keskiössä?
5. Mikä Huomaa lapsi -ryhmässä oli mielestäsi parasta?
6. Onko jotain, mitä kehittäisit Huomaa lapsi -ryhmässä? Esimerkiksi ryhmäkertojen määrä, ryhmien sisältö tms.
7. Onko sinulla ajatusta siitä, miten Huomaa lapsi -ryhmään saisi paremmin perheitä mukaan?

Perhesuhteet:

8. Tapahtuiko perhesuhteissasi muutoksia Huomaa lapsi -toiminnan aikana? Esimerkiksi paraniko sinun ja lapsesi välinen kommunikointi tms.
9. Arvioi, hyötyikö lapsesi Huomaa lapsi -ryhmästä ja jos hyötyi, miten?
10. Hyödytkö itse Huomaa lapsi -ryhmästä ja jos hyödyit, miten?
11. Herättikö ryhmä sinussa jotakin uusia ajatuksia perhetilanteestasi? Jos kyllä, mitä?

Vertaistuki:

12. Koetko saaneesi Huomaa lapsi -ryhmässä vertaistukea? Jos koet, millaista? Jos mahdollista, anna esimerkkejä saamastasi vertaistuesta.
13. Mikä merkitys vertaistuella on mielestäsi ollut Huomaa lapsi -ryhmässä?
14. Voisitko suositella Huomaa lapsi -toimintaa muille perheille?
15. Tiedätkö, mistä voit saada vertaistukea Huomaa lapsi -ryhmän päätyttyä?

JATKUU SEURAAVALLA SIVULLA.

HUOMAA LAPSI -TOIMINNAN TAVOITTEET LYHENNETTYNÄ:Informatiiviset/tietoon liittyvät tavoitteet:

- tiedon lisääntyminen aikuisen päihteidenkäytön vaikutuksesta lapseen
- lapsen tarpeiden ja näkökulman ymmärtäminen vanhempana
- lapsen puolelle meneminen

Vuorovaikutukselliset tavoitteet:

- vertaisten tuki
- luottamuksen vahvistuminen
- sosiaalisten vuorovaikutussuhteiden lisääntyminen

Henkilökohtaiset tavoitteet:

- kokemusten jakaminen
- omien tunteiden tunnistaminen
- uusien toimintamallien omaksuminen
- omien vahvuuksien huomioiminen ja heikkouksien hyväksyminen
- vanhemman roolin omaksuminen
- omien oikeuksien ja vastuun ymmärtäminen

LIITE 7

OHJAAJIEN RYHMÄHAASTATTELUN KYSYMYKSET:

Pvm ja paikka:

Ohjaajat:

YLEISTÄ:

1. Mitä tavoitteita Huomaa lapsi -toiminnalla on?
2. Miten arvioit perheiden hyötynneen Huomaa lapsi –ryhmästä?
3. Mikä onnistui Huomaa lapsi –ryhmässä parhaiten?
4. Mitä tulisi yleisellä tasolla kehittää Huomaa lapsi –ryhmän jatkoa varten?
5. Huomasitko itsessäsi mitään muutoksia Huomaa lapsi –ryhmän aikana?
6. Miksi Huomaa lapsi –toimintaa tulisi jatkaa Kuopiossa?

LASTEN RYHMÄ:

7. Miten arvioit lasten hyötynneen Huomaa lapsi -toiminnasta?
8. Huomasitko lapsissa mitään muutoksia Huomaa lapsi -ryhmän toiminnan aikana?
9. Miten haluaisit kehittää lasten ryhmän toimintaa?
10. Miten vertaistuki näkyi lasten ryhmässä? Kerro esimerkkejä, jos mahdollista.

VANHEMPIEN RYHMÄ:

11. Miten arvioit vanhempien hyötynneen Huomaa lapsi -toiminnasta?
12. Huomasitko vanhemmissa mitään muutoksia Huomaa lapsi -toiminnan aikana?
13. Miten haluaisit kehittää vanhempien ryhmän toimintaa?
14. Kuinka lapsen näkökulma oli esillä ryhmän aikana?
15. Miten vertaistuki näkyi aikuisten ryhmässä? Kerro esimerkkejä, jos mahdollista.