

Lasinen lapsuus ja vanhemmuus

Laura Barck, kehittämiskoordinaattori



LASINEN LAPSUUS

A-klinikkasäätö



LASINEN LAPSUUS JA VANHEMMUUS

11.5.2022 KLO 18-19

Lasinen lapsuus –työ
Lasinen lapsuus -ilmiö Suomessa

Lasinen lapsuus aikuisuudessa
Lasinen lapsuus vanhemmuudessa

Mistä apua ja lisää tietoa?

Keskustelua ja kysymyksiä



Lasinen lapsuus –työ

mitä teemme?



Päämääränä on ehkäistä ja vähentää läheisten aikuisten päihteidenkäytöstä lapsille koituvia haittoja

kohderyhminä:



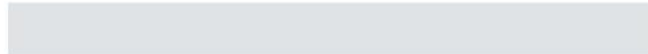
Lapset ja nuoret



Aikuiset



Ammattilaiset



ALKOHOLINKULUTUS JA LAPSET



LASINEN LAPSUUS

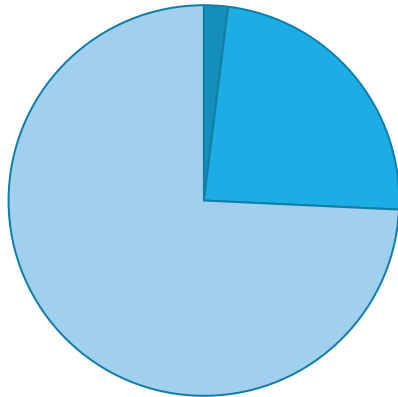
- Suomessa on 65 000–70 000 lasta, joiden vähintään toisella vanhemmalla on vakava päihdeongelma.
- Vanhemmuuskäiset miehet ja naiset käyttävät merkittävän osan kaikesta kulutetusta alkoholista.
- Riskikäyttäjien määrä on meillä erittäin suuri
- Suurin osa riskikuluttajista näkee itse oman alkoholinkäyttönsä kohtuullisena
- Naisten ja ikäihmisten juominen lisääntyy.
- Suuri osa alkoholista juodaan kodeissa.
- Joka neljäs suomalainen on lapsuudessaan kokenut haittoja aikuisten alkoholinkäytöstä kotona.

Lähteenä THL juomatapatutkimus sekä Lasinen lapsuus- toiminnan kyselytutkimukset 2011 ja 2016

LAPSEN NÄKÖKULMA LÄHEISEN AIKUISEN JUOMISEEN (LASINEN LAPSUUS 2011 & 2016)



LASINEN LAPSUUS



- Kokenut haittoja usein 2%
- Kokenut haittoja joskus 24%
- Ei kertonut kokeneensa haittoja

Kenen juomisesta haittoja aiheutuu?



Isä 72%

Äiti 34%

Vanhempien kaveri 10%

Äidin puoliso tai entinen puoliso 10%

VANHEMPIEN JUOMINEN LAPSEN SILMIN

Miten juominen näkyy perheen arjessa?



Arjen kaottisuus ja ennakoimattomuus
Riitaisuus, levottomuus, mahdollisuus uneen ja lepoon
Kaltoinkohtelu, vaille jääminen ja vaihtuneet roolit
Usein lähes jatkuva stressitila kehossa



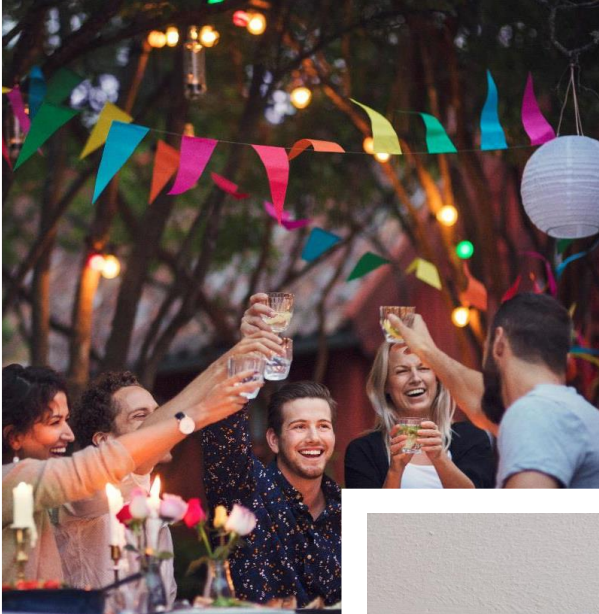
Lapsen temperamentti
Lapsen muut kehitysympäristöt
Lapsen saama apu ja tuki



Lue lisää:

Toksisen stressin vaikutukset aivojen kehitykseen
(Finnbrain, <https://sites.utu.fi/finnbrain/>)

ACE -tutkimus



Miten perheen aikuisten liiallinen juominen vaikuttaa lapsen kasvuun ja kehitykseen?

Lapsen resilienssin kannalta oleellista on:

- minkälaisia haittoja päihteiden käyttö aiheuttaa perheen arkeen
- mitä suojaavia tekijöitä lapsen arjessa on (eri kehitysympäristöt)
- lapsen temperamentti

Mitä tapahtuu, kun päihde vie perheessä tilan, joka kuuluisi lapselle ja hänen kasvunsa tuelle?

- Lapsi oppii kasvuympäristössään pärjäämiseen välttämättömiä taitoja, jotka ovat ajallaan tarvetta vastaavia, mutta eivät ehkä kannaa enää aikuisena.
- Lapsen ikä karttuu, mutta normaaliin kasvuun ja kehitykseen kuuluvat askeleet jäävät ottamatta.





Lasisen lapsuuden ilmenemismuotoja aikuisuudessa

- **Kiintymyssuhdevaurioiden** aiheuttamat vaikeudet ihmissuhteissa (parisuhde, vanhemmuus)
- Alhainen **omanarvontunto**
- Haasteita **tunteiden** tunnistamisessa ja säätelyssä
- Haasteita oman **vireystilan** säätelyssä
- **Mielenterveyden ongelmat** (esim. masennus, ahdistus, paniikkihäiriö, pakko-oireet, syömishäiriöt)
- **Uupuminen**
- Erilaiset **addiktiot** (esim. päihteet, pelaaminen, ruoka)
- **Psykosomaattiset oireet** (esim. vatsaoireet, hengitystiesairaudet)
- **Traumaoireet** (esim. takauumat)
- **Univaikeudet**
- Puutteet **arjen toimintakyvyssä** (raha-asiat, talouden hoito)

"Struggling with one`s own parenting after an upbringing with substance abusing parents"

(Tedgård Eva, Råstam Maria, Wirtberg Ingegerd, Lund Universitet, 2018)

- ❑ Tutkittu lapsuuden perheessä aikuisten päihteiden käytöstä kärsineiden, nyt pienten lasten vanhempien lapsuuden kokemusten vaikutusta vanhemmuuteen
- ❑ mukana 19 vanhempaa (13 äitiä ja 6 isää, lapset 1-5-v)
- Tutkimukseen osallistuneet lastenpsykiatrisen avoklinikan intervention kautta (varhaisen vuorovaikutuksen tuki ja psykoterapia vanhemmalla)
- ❑ Menetelmänä haastattelu (lapsuuden kokemukset, nykytilanne sekä kokemukset omasta vanhemmuudesta) ja kiintymyssuhdekysely (the Attachment Style Questionnaire ASQ)
- ❑ **Tutkimuksen mukaan:**
 - **lasinen lapsuuden kokeneilla on erityisen korkea vanhemmuuden stressitaso**
 - **haasteet vanhemmuudessa saattavat vaikuttaa negatiivisesti lapsen mahdollisuuksiin turvalliseen psykososiaaliseen kehitykseen**



Vanhemmuudessa koettuja haasteita ko. tutkimuksen mukaan



KORKEA STRESSITASO

Vanhemmuus koettiin hyvin vaativaksi.

Paljon koettua ahdistusta ja epäluottamusta muihin ihmisiin

Uhkien ja vaarojen näkeminen kaikkialla

Vakava eroahdistus

Voimakas syyllistyminen



EPÄSUOTUISAT VANHEMMUUDEN MALLIT

- Emotionaalinen kylmyys
- läsnäolon puute
- Aggressiivinen ilmapiiri
- Haasteena tieto ja malli vain siitä, mitä ei halua toistaa



OMA KIINTYMYSSUHDE

a) Haaste luottaa muihin ihmisiin ja olla riippuvainen heistä ja heidän avustaan

JA/TAI

b) Ymmärtää läheisten suhteiden tärkeyden, pitää silti etäiset suhteet muihin ihmisiin

Itse pärjäämisen ylikorostuminen



PSYKKINEN HYVINVOINTI JA JAKSAMINEN ARJESSA

Jo lapsuudessa alkaneet masennus ja ahdistuneisuus olivat yhä läsnä elämässä ja vaikuttivat negatiivisesti vanhemmuuteensa.

Erityisesti haasteita tunteiden tunnistamisessa ja niiden hallinnassa

Mikä on auttanut?

- Puhuminen
- tieto
- Vertaistuki
- Ammattiapu
- Keholliset menetelmät
- Luonto
- Eläimet



- Taide (kuvataide, musiikki; soitettuna ja kuunneltuna)
- Kirjoittaminen ja lukeminen
- Liikunta
- Saunominen, (avanto)uinti

TÄRKEÄTÄ:

- Vakauttaminen
- Itsemyötätunto

Tukea vanhemmuuteen

- Puoliso
- Ystävät
- Neuvola
- Perhekeskus
- Mitä muuta?
- Vanhemmuuden Niksipirkka



Mistä apua aikuisena?



LASINEN LAPSUUS

Vertaisryhmät (Lasinen lapsuus, Pullopostia lapsuudesta FB, AAL)

Terapeuttiset ryhmät

Kolmas sektori (järjestöt, seurakunnat, netti- ja puhelinpalvelut)

Mielenterveystalo.fi (HUS)

Kriisikeskus (5 käyntiä)

Neuvolat ja perheneuvolat

Terveysasemien psykiatriset hoitajat ja psykologit

Mielenterveystoimistot

YleissairaalapSYkiatrian poliklinikka (sairaalassa)

Työterveyshuollot

Psykoterapeutit



Missä ryhmiä järjestetään?

- Lasinen lapsuus

www.lasinenlapsuus.fi



- Traumaterapiakeskus

www.traumaterapiakeskus.fi



TRAUMATERAPIAKESKUS

Kysymyksiä ja keskustelua



Kiitos!

Ollaan yhteyksissä!

www.lasinenlapsuus.fi

lasinenlapsuus@a-klinikka.fi

[Facebook.com/lasinenlapsuus](https://www.facebook.com/lasinenlapsuus)

[@lasinenlapsuus](https://www.instagram.com/lasinenlapsuus)

[#fragilechildhood](https://www.tiktok.com/tag/fragilechildhood)



LASINEN LAPSUUS

