

Miksi toimimme näin? Perheen jäljet meissä

Ilmiöitä perhedynamiikasta, läheisriippuvuudesta,
rajoista ja erilaisista rooleista perheessä

Tiistaina 6.10.2026 klo 17-19
Kulttuuriareena 44, Kuopio + striimi



Euroopan unionin
osarahoittama



KIRKKOPALVELUT



Alustuspuheenvuoro



**Vanhemman osallisuus ja toimijuus
– kun nuori oireilee päihteillä**

Antti Savolainen

Asiantuntija, PÄHKÄ-hanke, Kirkkopalvelut ry

Vanhemman osallisuus ja toimijuus

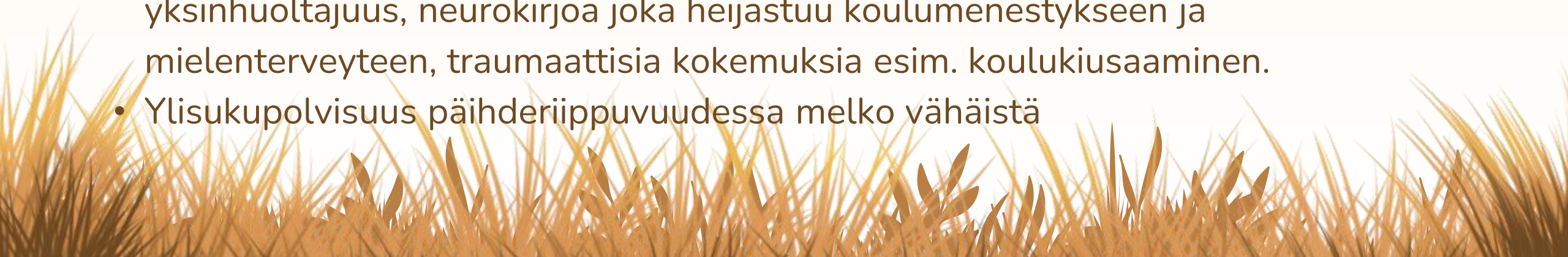
Kun nuori oireilee
päihteillä



Pähkä-hanke 2024-2026



- Kohderyhmänä päihteillä oireilevien 13-29 -vuotiaiden nuorten läheiset ja heitä kohtaavat ammattilaiset
- Työskentelyssä noin 70 perhettä Pohjois-, ja Etelä-Savosta
- Enimmäkseen täysi-ikäisten nuorten perheitä
- Perheissä keskimäärin enemmän kuin yksi päihteillä oireileva nuori. Lähes kaikilla päihdekäyttö alkanut alaikäisenä.
- Nuorten kohdalla päihdekäytön riskikertymiä nuoruudessa useita: Ero, yksinhuoltajuus, neurokirjoa joka heijastuu koulumenestykseen ja mielenterveyteen, traumaattisia kokemuksia esim. koulukiusaaminen.
- Ylisukupolvisuus päihderiippuvuudessa melko vähäistä



Kun nuori on ollut alaikäinen...



- Nuoren neurokirjon tai mielenterveyden haasteita pyritty lieventämään varhaisessa vaiheessa.
- Vanhemmilla kokemus, että he ovat jääneet nuoren hoitopolulla ikään kuin ulkokehälle, eli he ovat jääneet vaille konkreettista tukea sen suhteen, kuinka he voisivat toimia kotona tukeakseen lastansa. Samalla vanhemmilla tunne, että ovat tehneet kaiken voitavan oireilun ja kasvatuksen osalta.
- Jos nuoren tilanne ei ole parantunut, vaan päihdekäyttö tullut mukaan kuvioihin, vanhemmilla yleensä kokemus etteivät he ole saaneet riittävää apua.
- Päihdekäyttö tullut suurimmalle osalle vanhemmista yllättäen. Siihen ei ole osattu varautua tai siitä ei ole saatu “varoituksia ennalta”



Osallisuus ja toimijuus



- Osallisuuden käsite voidaan määritellä useilla eri tavoilla, vaikka käsitteen ydin on määritelmästä riippumatta aina ihmisen omassa tunteessa. Osallisuudella voidaan tarkoittaa tunnetta, joka syntyy, kun ihminen tuntee kuuluvansa johonkin ja pystyy vaikuttamaan omassa yhteisössään. Myös luottamuksen, yhdenvertaisuuden ja arvostuksen tunteet lisäävät osallisuuden kokemusta. Osallisuus ei ole vain osallistumista johonkin, vaan osallisuuteen kuuluu myös vuorovaikutus muiden kanssa sekä kuulluksi tuleminen kokemus.

Soste



Osallisuus ja toimijuus



Asiakasosallisuudessa palvelun käyttäjä pääsee osallistumaan ja vaikuttamaan omaan tai läheisen palveluun ja sen ideointiin, suunnitteluun, kehittämiseen, toteuttamiseen sekä arviointiin.

Näin mahdollistuu suurempi vastuun ottaminen omasta tilanteestaan.

Asiakkaan ja työntekijän toimiva vuorovaikutus edistää osallisuuden kokemusta.

(THL 2024)

“Ei olla toiminnan kohteita, vaan toiminnassa mukana”

Työterveyslaitos

Sadwinski&Polvinen



Osallisuus ja toimijuus



Osallisuus:

- On vallan uusjakoa.
- Osallisuuden kokemukseen liittyy aina hierarkia.
- Vaikuttamismahdollisuuksilla ja valinnan vapaudella lisätään osallisuutta ja toimijuutta.
- Osallisuus on myös sitä että tietää kuinka toimintaympäristö toimii ja tietää toimintaympäristön raamit.
- Osallisuus ja toimijuus lisääntyvät hyväksymällä keskeneräisyys. On oltava aikaa ja rohkeutta hyväksyä keskeneräisyys ja epävarmuus jotta se voi muuttua tuottavaksi ja luovaksi tilaksi.

Anna-Maria Isola, Elina Ala-Nikkola & Anne-Mari Raivio 2023



Osallisuus ja toimijuus



Muodostamme käsitystä “normaalista” suhteessa ympäröivään kulttuuriin (yhteiskunta, sukulaiset, ystävät, työtoverit). Jos päihteiden ongelmakäyttöä leimaa stigmatisointi, on vanhempi kerennyt jo muodostaa “normaalin” käsitteen ennen lapsen sairastumista. Kyseessä voi olla tuplahäpeä tai -syyllisyys, sillä vanhemmuuteen liittyy myös itse asetettuja, perittyjä ja yhteiskunnallisia odotuksia.

Tämän kaltaisen kriisin sattuessa, vanhempi helposti luotaa ympäristöään, jolloin ympäristöstä saatua palautetta tulkitaan ympäristön “normaalista” käsin. Negatiivisilla ammattilaiskokemuksilla korostamme helposti vanhemman häpeää tai syyllisyyttä ja näin ollen eristämme hänet ja pahimmassa tapauksessa lisäämme osattomuutta jättämällä hänet ulkokehälle.

Vanhempi tarvitsee merkityksellisyyden kokemuksen nuoren toipumisessa. On myös tärkeää päästä vaikuttamaan ympäristön arvoihin ja asenteisiin, jossa perhe elää, tai hyödyntää vertaistuellisia mahdollisuuksia osallisuuden lisäämiseksi. **Stigmatisointi lisää aina osattomuutta ja on vakava este toipumiselle.**





Osallisuuteen ja toimijuuteen negatiivisesti vaikuttaneita tekijöitä (Pähkän asiakaskokemuksista)



- Jäädessään ulkokehälle varhaisessa vaiheessa nuoren oireilua, vanhemmuuden hätä, huoli, pelko ja usein syyllisyys ja häpeä jäävät huomioitta ja etenkin syyllisyys ja häpeä voivat korostua.
- Nuoren ympäristöön ei ole vaikutettu tarpeeksi, vaikuttamalla nimenomaan vanhempiin
- Jos nuoren palveluverkosto ei edistä nuoren toipumista, vaan päihdekierre jatkuu, vanhemmalla on vaarana katkeroitua etenkin silloin jos hän kokee ettei ole voinut vaikuttaa nuoren tilanteen kehittymiseen. Perheille voi kehittyä salailuun ja kyräilyyn perustuvia toimintamalleja, mikäli palveluverkosto ei voita perheenjäsenten luottamusta ja nuoren toipuminen ei etene.
- Nuoren täysi-ikäistyttyä ollaan usein tilanteessa, jossa jopa koko perhe kokee epäluottamusta palveluita kohtaan.



Pähkä-hankkeen havaintoja



- Asiakkuudessa olevien perheiden täysi-ikäiset päihteillä oireilevat nuoret ovat hyvin usein palveluiden ulkopuolella eläviä. Siksi akuuttien taloudellisten, terveydellisten, sosiaalisten tai turvallisuuteen vaikuttavien puutteiden vuoksi vanhemmilla usein merkittävä rooli tehdä kriisityötä lapsensa elämässä ja olla saavutettavissa kellon ympäri. Toisin sanoen perheen dynamiikka on sisäänpäin kääntynyttä ja vanhemmalla on usein useita ns. ammatillisia rooleja suhteessa omaan lapseensa.



Perhedynamiikkaan vaikuttavia tekijöitä



1

Luottamus palvelusektoria kohtaan. Kokemus heikosta osallisuudesta lisää palvelutraumaattisuutta. (tai toisinpäin, palvelutraumaattisuus lisää osattomuutta)

2

Tunteet. Rakkaus, hätä, huoli, pelko, katkeruus ja jopa viha ovat erittäin motivoivia tunteita.

3

Temperamentit ja kriisiin suhtautuminen. Toisilla on luonnollista toimia, toisilla puolestaan “sallia tai vähätellä” tai joillakin luonnollista vetäytyä omaan hiljaisuuteen.

4

Stigmatisointi. Kuinka palvelut, sukulaiset, ystävät ja työyhteisö suhtautuvat päihdeongelmiin?

Miksi osallisuuden ja toimijuuden lisääminen on tärkeää?



1

Lisäämällä kuulluksi tulemista ja tieto-osallisuutta vanhempi on parhaillaan merkittävä tekijä perhedynamiikkaan vaikuttajana, nuoren toipumisen edistäjänä ja muiden perheenjäsenten sairastumisen ehkäisijänä.

2

Läheisinä tarvitsemme merkityksellisyyden kokemuksia suhteessa muihin perheenjäseniin

3

Tieto-osallisuus tarjoaa vastauksia kysymyksiin mitä, miksi, miten ja milloin

4

Läheisen osallisuus ja toimijuus edistävät hänen mielenterveydellistä hyvinvointia

Ammatillinen “paradigma” vanhemmuudesta?



- Haastan jokaista ammattilaista pohtimaan, minkälainen on ensimmäinen mielikuva vanhemmuudesta silloin, kun nuori oireilee päihteillä.
- Näemmekö mahdollisuuksia vanhemmuudessa?
- Opettelemmeko hyväksymään vallitsevan tilanteen keskeneräisyyden ja epävarmuuden
- Annammeko tilaa ja aikaa tilanteen keskeneräisyydelle ja epävarmuudelle?
- Näyttäytyykö aktiivisesti toimiva vanhempi hyvinvoivana?



Lähteet



Anna-Maria Isola, Elina Ala-Nikkola & Anne-Mari Raivio 2023

Mitä osallisuus on ja miten sitä voidaan vahvistaa? <https://osallistuen.metropolia.fi>
spotify: osallistuen1



Soste 2018

<https://www.soste.fi/osallisuus-on-tunne-siita-etta-kuuluu-johonkin/>



Sadwinski&Polvinen 2024 Osallisuus etsivässä päihdetyössä

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/868501/Polvinen_Sadwinski.pdf;jsessionid=3FD888583898401CE0EF43EA4F3AC121?sequence=2



Työterveyslaitos 2026. Mitä asiakasosallisuus on?

<https://www.ttl.fi/oppimateriaalit/asiakasosallisuus-sotessa/mita-asiakasosallisuus>



Alustuspuheenvuoro



**Perhedynamiikka
toimintahäiriöisessä perheessä**

Mira Naukkarinen

Projektipäällikkö, Riipasta ruoriin -hanke, Toimiva ry



Perhedynamiikka toimintahäiriöisessä perheessä

Perheen Jäljet Meissä 6.10.2026

Lyhyesti minusta

- Yhteisöpedagogi (AMK), Tuotekehitystyön erikoisammattitutkinto (Päihdehoitotyön kehittämisohjelma)
- Täydennyskoulutuksia: AGGRESSION REPLACEMENT TRAINING® (ART-ohjaaja), Dialoginen ohjausmenetelmä - koulutus DiaSek®
- Työura 16 vuotta sosiaaalialalla. Suurin osa työvuosista päihteillä oireilevien nuorten, aikuisten ja perheiden parissa tehtävää työtä
- Työkenttää: nuorisotyö, työpajat, järjestötyö, lasten- ja nuorten palvelut, perhetyö, lastensuojelutyö (erityisyksikkö, EHO), sosiaalialan avopalvelut, kuntoutus- ja asunnottomuustyö, päihde- ja riippuvuustyö
- Tällä hetkellä projektipäällikkö Riipasta Ruoriin-hanke, Toimiva ry - Riippuvuustyön asiantuntijaorganisaatio
- Yksinyrittäjä (T:mi): päihdetyö ja sosiaalialan avopalvelut
- Puoliso, sisko, työtoveri, koirien "äippä", tytär, riippuvaisen läheinen



Läheisriippuvuus



Ei luokiteltu viralliseksi sairaudeksi

Voidaan kuvata toimintahäiriöksi

Voidaan kuvata sairauden kaltaiseksi tilaksi, joka ilmenee monella eri tavalla yksilöllisesti

Taustalla läheisen oma sisäinen turvattomuus ja yritys saada hallintaa

Keskeistä on ohjautuvuus ulkopäin, **eläminen toisen henkilön tai ilmiön** kautta

Läheisriippuvaisen ihmisen käytös on kytköksissä riippuvuussairaaseen tai mt-häiriöiseen läheiseen

Ihmisellä usein psyykkistä ja fyysistä oireilua

Läheisriippuvuudesta

Kenen elämää elät?

Ei yksiselitteinen käsite

Puhutaan usein päihde- ja peliriippuvuuksien hoidossa

Asteittain etenevä, krooninen tila

Oireet ja eteneminen yhteneväiset

Estää omien tunteiden aidon kokemuksellisuuden

Yritykset selviytyä yksin, ”kontrolliharha”, haitalliset keinot yhteyden hakemiseksi

Usein ihmissuhteissa vastuuttomien, rajoja rikkovien ja hyväksikäyttävien ihmisten kanssa

KONTROLLOINTI

HYVÄKSYNNÄN
HAKEMINEN

HYLÄTYKSI TULEMISEN PELKO

OMAT TUNTEET KUOLETETTU

PUUTTUMINEN TOISTEN
ELÄMÄÄN

HEIKKOLAATUINEN
Viestintä

TUNTOMERKKEJÄ

SYYLLISYYS JA HÄPEÄ

PAKKOMIELTEET

YLIHUOLEHTIMINEN / -SUOJELU

HEIKKO ITSETUNTO JA
ITSETUNTEMUS

VALLANHALU

TUKAHDUTETTU / YLIKOROSTUNUT
SEKSUAALISUUS

LIIALLINEN
VASTUUNTUNTO JA
VASTUUNOTTO

SYÖMISHÄIRIÖT

VALEHTELU

Mistä läheisriippuvuus johtuu?

- Synnyn taustalla voi olla useita eri tekijöitä
- Voi syntyä lapsuuden ajan vakavista haitallisista vaille jäämisen kokemuksista, esim. päihteitä käyttävän tai mielenterveyshäiriöisen vanhemman perheessä --> lapsuuden kehityksellinen trauma
- Läheisriippuvuus voi syntyä myöhemmin elämässä eläessä vakavan ja sairaan ilmiön (riippuvuus, väkivalta tms.) vaikutuksen piirissä --> esim. oman lapsen päihteillä oireilun / käytön seurauksena toiminnallisena häiriönä



Rooleista

- Selviytyäkseen ongelmista, elämästä perheenjäsenten on pakko omaksua tiettyjä rooleja
- Erilaisia rooleja; auttaja, hoivaaja, edunvalvoja, perfektionisti, määräilijä, ylisuorittaja, työriippuvainen, alistuja-uhri, hauskuuttaja, perheen maskotti
- Esim. perheessä vanhin (tyttö)lapsi (**Vastuuntuntoinen lapsi**) kantaa vanhempiansa vastuun, taitava suunnittelija, ennakoija, ihmisten lukija –menettää oman lapsuuden kokemuksen, olemassaolon oikeutus=suorittaminen
- Toimintahäiriöisen perheen lapsella ei välttämättä ole "minuutta", ei ole ollut tilaa sille, normaalille ikätasoiselle kasvulle & kehitykselle
- Läheisriippuvainen / toimintahäiriöisen perheen lapsi ei valitettavasti omaa itseyyttä
- Nämä haitalliset roolit ja omaksutut toimintamallit saattavat näkyä vielä pitkälle aikuisuuteen saakka



Perheen dynamiikka – kun häiriö / sairaus on keskiössä

- Syntyy perhe perheen sisällä
- Keskinäiset kytkökset
- Suhteet
- Mikä on keskiössä?

Silti SIITÄ ei puhuta.





Mitä tapahtuu läheiselle sairauden edetessä?

- Riippuvainen – läheinen
- Uupumus, somaattinen oireilu
- Työ- ja koulupoissaolot
- Muut lapset / puoliso jää vaille huomiota, kun sairastunut vie kaiken energian
- "Paikalla, mutta ei läsnä"
- Sairastuu itse, alkaa juomaan, pelaamaan, työholismi tms. oma oireilu
- Syyttelee, yrittää kontrolloida ja sopia pelisääntöjä peliin, jossa sääntöjä EI ole
- Itsetuhoinen käytös
- Peittelee, salailee ja pitää "kulisseja yllä"

Rajat

- Kun lapsen ja nuoren rajoja on rikottu
- Kun aikuisen rajoja on rikottu – sinulle läheisen ihmisen toimesta
- Rajojen asettamisen taito on tärkeää opetella, harjoitella ja tarkistella
- Rajat ovat keskeistä oman hyvinvoinnin, jaksamisen sekä terveiden ihmissuhteiden muodostamisen kannalta
- Rajat - Jämäkkyys –Kohteliaasti
- Kuinka pitää huolta omista rajoistani, mitkä ovat ensiaskeleet?
- Toimivat, ehjät rajat auttavat meitä rakastamaan ja vastaanottamaan rakkautta

PIDÄ HUOLTA
ÄÄRIVIIVOISTASI
JOTTA PYSYT
KASASSA.
SILLÄ KUKAAN MUU
EI ÄÄRIÄSI TUNNE
EIKÄ RAJOJASI TIEDÄ
ETKÄ SINÄ OLE
NÄKYVÄ ILMAN
NIITÄ.



Kuinka irtaantua, toipua läheisriippuvuudesta?

- Tunnistan taustatekijöitä ja tunteita
- Tiedostan, että riippuvuus / toimintamallini eivät ole yhtä kuin minä
- Tunnustan tilanteeni "Nyt on näin"
- Tiedolla riippuvuussairaudesta, mielenhäiriöistä
"Mitä tahansa teenkin tämä ei ole käsissäni"
- Tutkimalla itseäsi ja elämääsi – Mistä olen mallini saanut? Mistä olen valmis luopumaan?
- Turvalla – mistä oma turvallisuuteni rakentuu? Kuinka voin lisätä sitä arkeeni? Hetkiä, ihmisiä
- Tutustumalla omaan itseeni, vahvistamalla omaa identiteettiä
- Rajaamalla suhteita, aikaani, auttamista
- Vertaisuus, Ammattiapu, itseymmärryksen lisääminen



Omat rajat

- Kuka sinun puoliasi pitää?
- Mitä asioita et haluaisi tehdä, mutta ”joudut tekemään”? Miksi?
- Missä tilanteissa olisi tärkeää asettaa omia rajoja?
- Mistä tunnistat, kun rajasi ylittyvät?
- Kenen kanssa / seurassa voin olla oma itseni?
- Milloin viimeksi sanoit: **KYLLÄ**, kun oikeasti sisimmässäsi halusit sanoa: **EI**?
- Mitä tapahtuisi, jos sanon **EI**?
- Pitäisit puolesi, omat rajasi?



LÄHTEET:

- Kylmänen Petri & Hellsten Marianne Päihdetyö kehittämisopinnot- luentomateriaalit, Verutum Oy
- Karhu Virpi, kehittäjä-sosiaaliohjaaja Ilmiön kautta eläminen- lapsen näkökulma-materiaali
- Klaavu Juha: Lapsuuden kehityksellinen trauma
- Leino Jaana, työnohjaaja, perhe- ja paripsykoterapeutti / Muutosmatka Oy
- Mankila Petteri, psyk.esh, psykoterapeutti / Traumaterapiakeskus
- Neff Kristin: Itsemyötätunto
- Punkanen Marko: Traumatisoitunut keho ja mieli
- Nettilähteet: Aarnikallio Susanna, blogi "Kun rakasta ihmistä ei voi pelastaa – päihderiippuvaisen läheisen raskain oivallus" Hidasta Elämää-sivustolla 21.07.2026

Mahdollistajat



Euroopan unionin
osarahoittama