

Opinnäytetyö (AMK)

Hoitotyö

Terveydenhoitotyö

2010

Henna Dalén, Heli Hongisto & Emilia Lamminen

IHANA ISÄ

– selvänä lapsen seurassa



Henna Dalén, Heli Hongisto & Emilia Lamminen

IHANA ISÄ – selvänä lapsen seurassa

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa terveysaineisto 30–35 -vuotiaille isille alkoholinkäytöstä lapsen läsnä ollessa. Terveysaineisto on suunnattu kaikille isille riippumatta siitä, kuinka paljon he alkoholia käyttävät. Tavoitteena on aineiston avulla selvittää isille, miten lapsi koee isän alkoholinkäytön ja mitä vaikutuksia sillä on lapseen. Aineiston tavoitteena on saada isät pohtimaan omaa alkoholinkäyttöään lapsen seurassa sekä tarvittaessa muuttamaan sitä lapsen kannalta paremmaksi. Terveysaineisto suunniteltiin lastenneuvolaan jaettavaksi, mutta se soveltuu yhtäläisellä äitiysneuvolaankin.

Opinnäytetyön ensimmäinen vaihe koostui kirjallisuuskatsauksesta sekä terveysaineiston suunnittelusta ja toteuttamisesta. Kirjallisuuskatsauksessa käsiteltiin isän alkoholinkäyttöä ja sen vaikutuksia lapseen, hyvää vanhemmuutta sekä isän ja lapsen välisen suhteen ja yhdessä vietetyn ajan tärkeyttä. Kirjallisuuskatsauksen pohjalta kehitettiin Ihana isä – selvänä lapsen seurassa -terveysaineisto. Aineiston sisällössä painotettiin kirjallisuuskatsauksesta nousseita pääkohtia; isän merkitystä lapselle ja isän alkoholinkäyttöä lasten näkökulmasta. Aihetta haluttiin käsitellä pehmeään sävyyn ketään syyllistämättä. Aineistosta tehtiinkin ajatuksia aiheesta herättävä vihkonen, jonka ulkoasu ja sisältö suunniteltiin hyvän terveysaineiston laatuksien mukaan.

Opinnäytetyön toisessa vaiheessa terveysaineistosta kerättiin palautetta terveydenhoitajilta ja kohderyhmän edustajilta. Palautetta pyydettiin yksinkertaisten palautelomakkeiden avulla ulkoasusta, sisällöstä, aineiston soveltuvuudesta, hyödyllisyydestä sekä tarpeellisuudesta kohderyhmälle. Palautteen pohjalta aineiston ulkoasua ja sisältöä kehitettiin laadukkaammaksi ja kohderyhmälle sopivammaksi.

ASIASANAT:

Alkoholi, ehkäisevä päihdetyö, isyys, terveysaineisto, vanhemmuus, vanhempi-lapsisuhde

HANKE: Terveystieteiden edistämisen uudet menetelmät

Henna Dalén, Heli Hongisto & Emilia Lamminen

LOVELY DAD – sober in company of a child

The purpose of this thesis was to design a health education material about alcohol use in the presence of a child for fathers between the ages of 30 and 35. The material is aimed for all fathers regardless of how much alcohol they use. The aim of this thesis is, with the help of health education material, to inform fathers how a child experiences father's alcohol use and how it influences the child. The purpose of the health education material is to encourage fathers to consider their alcohol use in the presence of a child and to improve their behavior if necessary. The health education material was designed to be handed in at child health clinics but it is suitable for maternity clinics as well.

The first phase of the thesis consisted of a literature survey and the designing and executing the health education material. The main topics of the literature survey were paternal alcohol use and its influence on a child, good parenthood and also the importance of father-child-relationship and the time spent together. On the basis of the literature survey the health education material was designed. The content of the material focused on the main points of the survey; the importance of a father to a child and the alcohol use of a father from child's point of view. The information was presented in gentle way without making any accusations. The material was designed to raise thoughts. The layout and the content were executed according to the criteria of a good quality health education material.

The second phase of the thesis was to develop the health education material on the grounds of the feedback of testing users. The testing users consisted of public health nurses and a sample of the target group. The feedback was collected using simple feedback forms. The testing users were asked to give feedback about the material's layout and content and also about the material's suitability, usefulness and necessity for the target group. On the basis of the feedback the layout and the content of the health education material was improved to better suite the target group.

KEYWORDS:

Alcohol, substance use prevention, fatherhood, health education material, parenthood, parent-child-relationship

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	4
2	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TOTEUTUS	6
3	VANHEMMUUS JA ISYYS	8
3.1	Hyvä vanhemmuus	8
3.2	Isä on tärkeä lapselle	9
4	ALKOHOLI SUOMALAISESSA PERHE-ELÄMÄSSÄ	11
4.1	Alkoholinkäyttö ja juomatavat Suomessa	11
4.2	Alkoholin vaikutus perhe-elämään	13
5	ISYYS JA ALKOHOLI	14
5.1	Suomalaisten isien alkoholinkäyttö	14
5.2	Vanhemman alkoholinkäyttö lapsen silmin	15
5.3	Vanhemman alkoholinkäytön seuraukset	17
5.4	Isän alkoholinkäytön vaikutukset lapseen	18
6	TERVEYSINEISTO EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN VÄLINEENÄ	19
6.1	Ehkäisevä päihdetyö	19
6.2	Hyvän terveysaineiston laatukriteerit	20
7	IHANA ISÄ - SELVÄNÄ LAPSEN SEURASSA -TERVEYSINEISTO	22
7.1	Terveysaineiston suunnittelu ja toteuttaminen	22
7.2	Terveydenhoitajien ja kohderyhmän palaute	24
7.3	Aineiston kehittäminen	26
8	OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUS JA EETTISET KYSYMYKSET	27
9	POHDINTA	30
	LÄHTEET	33

LIITTEET

Liite 1. Saatekirje terveydenhoitajille

Liite 2. Saatekirje isille.

Liite 3. Palautelomake terveydenhoitajille.

Liite 4. Palautelomake isille.

Liite 5. Ihana isä – selvänä lapsen seurassa -terveysaineiston kansilehti

1 JOHDANTO

Alkoholinkulutus on lisääntynyt Suomessa kaikissa ihmisryhmissä (Itäpuisto 2008). Suurin osa alkoholinkäyttäjistä on nuoria ja keski-ikäisiä aikuisia ja näihin ikäryhmiin kuuluu myös enemmistö pikkulasten vanhemmista (Raitasalo 2009). Alkoholien aiheuttamia ongelmia esiintyy myös muissakin kuin suurkuluttajien tai alkoholistien perheissä, sillä on todennäköistä, että myös tavalliset työikäiset äidit ja isät ovat lisänneet alkoholinkulutusta (Halme 2009). Päihteiden liikkakäyttöä omassa lapsuudessaan kokeneiden suomalaisten määrä on jatkuvasti kasvussa ja jopa lähes neljäsosa suomalaisista kokee kasvaneensa kodissa, jossa on käytetty liiallisesti päihteitä (Roine 2009).

Tutkimuksen mukaan jopa 32 prosenttia leikki-ikäisten lasten isistä on alkoholin riskikäyttäjiä (Halme 2009). Kulttuurimme hyväksyy laajalti miesten alkoholin käytön ja se on sallittu miehisenä paineiden purkamisen keinona ja seurustelutapana. Yleinen miehisen juomisen ihailu voi helposti muuttua isien juomisen hyväksymiseksi, eikä isien juomista mielletä yleensä samanlaisena ongelmana kuin äitien juomista. (Itäpuisto 2008.) Isän alkoholinkäyttö kuitenkin vaikuttaa isän ja lapsen yhdessäoloon sekä koko perheen terveyteen ja hyvään oloon (Halme 2009).

Lasten näkökulmia aikuisten alkoholinkäyttöön ei ole aiemmin juurikaan pohdittu. Lapsinäkökulman kannalta on tärkeää huomata, että lapsen kokemukset ja näkemys asioista voivat poiketa aikuisten näkemyksistä. (Itäpuisto 2009a.) On todennäköistä, että suurin osa vanhemmista kykenisi rajoittamaan alkoholinkulutusta, mikäli saisi tietoa alkoholinkäytön haittavaikutuksista lapseen. Vanhempien tulisi saada tietää, että alkoholin ajoittainenkin harkitsematon käyttö voi aiheuttaa lapselle pelkoja ja ongelmia sekä vahingoittaa lapsen ja vanhemman välistä suhdetta. Alkoholien harkitsematon käyttö voi aiheuttaa haittoja myös vanhemman omalle terveydelle ja vanhempana toimimiselle sekä se voi synnyttää ristiriitoja perheessä. (Halme 2009.)

Osana opinnäytetyötä kehitettiin Ihana isä - selvänä lapsen seurassa - terveysaineisto isille alkoholinkäytöstä lapsen seurassa. Ensimmäistä kertaa isäksi tullaan keskimäärin 32-vuotiaana (Kartovaara & Sauli 2000, Paajasen 2006 mukaan). Tämän vuoksi opinnäytetyön kohderyhmänä on 30–35 -vuotiaat isät. Aineisto on kuitenkin tarkoitettu jaettavaksi kaikille isille iästä tai alkoholinkäyttömäärästä riippumatta. Opinnäytetyö on Turun sosiaali- ja terveystoimen Terveyden edistämisen yksikön toimeksianto.

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TOTEUTUS

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa 30–35-vuotiaille isille terveysaineisto alkoholinkäytöstä lapsen läsnä ollessa. Terveysaineisto on suunnattu kaikille isille riippumatta siitä, kuinka paljon he alkoholia käyttävät. Tavoitteena on terveysaineiston avulla selvittää isille, miten lapsi kokee isän alkoholinkäytön ja mitä vaikutuksia sillä on lapseen. Aineiston tavoitteena on saada isät pohtimaan omaa alkoholinkäyttöään lapsen seurassa sekä tarvittaessa muuttamaan sitä lapsen kannalta paremmaksi.

Tämä opinnäytetyö on toiminnallinen opinnäytetyö. Toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee ammatillista käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista tai toiminnan järjestämistä. Toiminnallinen opinnäytetyö on esimerkiksi ammatilliseen käytäntöön suunnattu ohje, ohjeistus tai opastus ja toteuttamistapana voi olla kohderyhmästä riippuen esimerkiksi kirja, kansio, vihko tai opas. Toiminnallisessa opinnäytetyössä tärkeää on kohderyhmän täsmällinen määrittäminen, koska tuote tai ohjeistus tehdään aina jonkun käytettäväksi. Tuotoksen sisällön ratkaisee se, mille ryhmälle tuotos on tarkoitettu. Toiminnallisessa opinnäytetyössä tietoperusta, teoria ja käsitteiden joukko toimivat perustana, jonka pohjalta aihetta käsitellään ja tarkastellaan. (Vilka & Airaksinen 2003, 9, 38, 40, 42.)

Opinnäytetyön ensimmäinen vaihe koostui kirjallisuuskatsauksesta, joka keskittyy aiheen kannalta olennaiseen kirjallisuuteen. Kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena on esittää, mistä näkökulmista ja miten asiaa on tutkittu. Kirjallisuuspohjaisessa työssä on pyrittävä löytämään keskeiset näkökulmat, eri menetelmin saavutetut tärkeimmät tutkimustulokset sekä esittelemään samalla johtavat tutkijanimet. (Hirsjärvi ym. 2000, 108–109.) Kirjallisuuskatsauksella pyritään kokoamaan olemassa olevaa tutkimustietoa tiivistettyyn muotoon (Koivisto & Haverinen 2006, 112; Kääriäinen & Lahtinen 2006, 37).

Kirjallisuuskatsausta ohjanneita kysymyksiä ovat:

- Miten suomalainen 30–35-vuotias isä juo?
- Miten lapsi kokee isän alkoholinkäytön?
- Miten vanhemman alkoholinkäyttö vaikuttaa lapseen?
- Millainen on hyvä isä ja vanhempi lapsen näkökulmasta?
- Minkälainen on hyvä terveysaineisto?

Kirjallisuuskatsauksen keskeisimpiä hakusanoja ovat isyys, alkoholi, alkoholinkäyttö, vanhemmuus, isä-lapsi-suhde, päihdekasvatus sekä terveysaineisto.

Kirjallisuuskatsauksen pohjalta kehitettiin Ihana isä – selvänä lapsen seurassa - terveysaineisto. Opinnäytetyön toisessa vaiheessa terveysaineistosta kerättiin palautetta terveydenhoitajilta ja kohderyhmän edustajilta. Palautetta kerättiin yksinkertaisilla palautelomakkeilla ja saadun palautteen pohjalta aineiston laadua kehitettiin paremmaksi ja kohderyhmälle sopivammaksi.

3 VANHEMMUUS JA ISYYS

3.1 Hyvä vanhemmuus

Kasvaakseen ja kehittyäkseen tasapainoisesti lapsi tarvitsee kummankin vanhemman läheisyyttä (Ylinen 2002, 35). Lapsen kehityksen kannalta merkityksellistä on perheenjäsenten vuorovaikutus ja vanhempien kyky vastata lapsen kehityksellisiin tarpeisiin. Lapset kokevat tärkeäksi sen, että vanhemmat tukevat, rakastavat, huolehtivat ja kuuntelevat (Eskelinen 2008). Vanhemmuus, joka tarjoaa läsnä olevaa aikuisuutta, emotionaalista lämpöä, virikkeitä, kannustusta, rajojen asettamista ja valvontaa, edistää lapsen hyvinvointia monipuolisesti ja on myös tärkeä suojatekijä silloin, kun lapsen elinympäristöön liittyy riskitekijöitä (Lastensuojelun keskusliitto 2005, 7). Vanhempien välinen hyvä suhde, perheenjäsenten yhteenkuuluvuuden tunne, perheen elämän säännöllisyys, vanhempien välittäminen lapsestaan, rajat ja säännöt suojaavat lasta erilaisilta ongelmilta, kuten päihdeongelmilta ja epäsosiaalisuudelta (Marttunen 2005, 5).

Riittävän hyvän vanhemman ominaisuuksia ovat vanhemman oma psyykinen tasapaino ja kyky pitkäaikaisten ihmissuhteiden solmimiseen ja säilyttämiseen. Vanhemman tulee pystyä erottamaan omat tarpeensa ja toiveensa lapsensa tarpeista. Riittävän hyvän vanhemman tulisi myös pystyä ottamaan vastaan lapsensa sekä myönteisiä että kielteisiä tunnereaktioita. (Marttunen 2005, 5.)

Lasten mielestä hyvässä vanhemmuudessa korostuu lapsen ja vanhemman keskinäisen suhteen lisäksi se, miten vanhempi toimii muissa aikuisen rooleissa. Lapset kokevat tärkeäksi esimerkiksi sen, että vanhempi nauttii työstään ja ammattiroolistaan. On myös tärkeää, että vanhemmalla on läheisiä ystäviä sekä perheen ja kodin ulkopuolisia kiinnostuksenkohteita. Lasten mielestä hyvä vanhempi on yleisestikin iloinen ihminen. (Itäpuisto 2008, 39.) Lapset kokevat tärkeänä sen, että vanhemmat huolehtivat omien lapsiensä lisäksi myös muista ihmisistä, huolehtivat elannosta, ovat esimerkillisiä ihmisiä, ottavat vastuun

omista virheistään ja ovat päihteettömiä (Eskelinen 2008). Lasten mielestä hyvä vanhempi ei juo eikä polta (Valkonen 2006, 52).

3.2 Isä on tärkeä lapselle

Viimeisten vuosikymmenien aikana isäksi tulemisesta ja isänä olemisesta on muodostunut tärkeä miehisyyden kokemus (Ylinen 2002, 31). Perinteisesti ajatellaan, että isä kantaa vastuun lapsistaan ja perheestään. Mies nähdään perheen päänä, joka viime kädessä kantaa vastuun perheen kaikista asioista. (Ylinen 2002, 30; Perälä-Littunen 2004, 195.) Hyvä isä luo perheelleen turvallisuuden tunteen ja isän tehtäviin ajatellaan kuuluvan myös kurinpidolliset asiat. Hyvä isä ottaa kaikki perheenjäsenet huomioon ja on esimerkillinen myös omissa elintavoissaan. Hän on miehen malli. (Perälä-Littunen 2004, 195.)

Miehet kokevat isäksi tulemisen elämisen perustaksi ja miehelle luonnolliseksi, sekä pitävät lasten kasvatusta ja isänä toimimista tärkeänä miehen perustehtävänä. Perheenlisäys tuottaa iloa ja onnea, mutta myös huolta ja uuteen tilanteeseen sopeutumista. (Mesiäislehto-Soukka 2005, 118, 121–122.) Perinteiselle isälle lapset ovat suuri ylpeyden ja huolen aihe. Isien mukaan lapset tekevät perheen ja antavat isälle roolin perheessä. Isyyden ja lapsien kautta mies kokee saavansa paikan ja hyväksytyin aseman yhteiskunnassa ja huolehtimalla lapsistaan mies osoittaaakin muulle ympäristölle olevansa vastuuntuntoinen. (Ylinen 2002, 30, 32–33.) Isyys merkitsee miehelle henkistä kehittymistä ja itsetunnon vahvistumista. Isyyteen kuuluva vastuu kasvattaa miestä isänä. Lapsuudenaikaisilla kokemuksilla on merkitystä kasvatukseen, isänä toimimiseen ja parisuhteeseen. (Mesiäislehto-Soukka 2005, 118, 121.)

Jo pelkkä isän olemassaolo on hyvin merkityksellistä lapsen arvon ja itsetunnon kannalta (Sinkkonen 1998, 111). Arvokkaimman tuen lapselleen isä antaa hyväksymällä tämän kokonaisvaltaisesti sellaisena kuin hän on (Ylinen 2002, 35). Pojat ylpeilevät isän ominaisuuksilla ja haluavat olla samanlaisia kuin isänsä. Tytöt taas pyrkivät saamaan isän koko huomion itselleen ja toivovat saavansa

isän ihailua. Isä näyttää lapselle suuntaa pois äidin läheisyydestä ja symboloi lapselle itsenäisyyttä ja erillisyyttä. (Sinkkonen 1998, 117, 127.) Kun isä välittää lapsilleen tunteen siitä, että hän rakastaa lastensa äitiä, asettaa hän siten oman liittonsa ja vanhemmuutensa tavoittelemisen arvoiseksi (Ylinen 2002, 35).

Kuusiston ja Niemelän (2005, 44, 48–49) tutkimuksessa isät arvioivat turvallisuuden ja luottamuksen olevan lapselle tärkeintä isä-lapsi -suhteessa. Myös rakkaus, välittäminen ja yhdessäolo koetaan lapselle merkityksellisinä. Lapset kokevat isän kanssa vietetyn ajan rauhoittavana, rentona sekä kasvattavana. Mieluiten lapset viettävät aikaa isän kanssa pelaten, ulkoillen ja urheillen. Isän kanssa mielellään myös hassutellaan, pelleilläään ja kiusoitellaan. Lasten mukaan parhaita isän ominaisuuksia ovat esimerkiksi isän olemassaolo, rakkaus ja huolenpito, sopiva kurinpito, luotettavuus, rehellisyys, huumorintaju ja avuliaisuus (Perälä-Littunen 2004, 119; Kuusisto & Niemelä 2005, 48–49; Valkonen 2006, 52). Lasten mielestä isää tarvitaan työssäkäyntiin ja perheen elättämiseen, hoitoon ja huolenpitoon, lasten kanssa olemiseen, auttamiseen, tueksi ja turvaksi, kurinpitoon, opettamiseen sekä ongelmien kuunteluun (Perälä-Littunen 2004, 119; Kuusisto & Niemelä 2005, 52–54). Isä ja lapsi viettävät aikaa yhdessä pääasiassa iltaisin ja viikonloppuisin. Arkisin yhteistä aikaa rajoittavat isän työssäkäynti ja lapsen koulunkäynti. Myös lapsen ja isän omat harrastukset vähentävät yhteistä aikaa. Lapset toivoisivat enemmän yhteistä aikaa isän kanssa esimerkiksi kotitöiden, huvittelun tai harrastusten parissa. (Kuusisto & Niemelä 2005, 52–54, 58.) Isällä olisikin oltava aikaa lapsillensa, vaikka hän olisi kuinka kiireinen (Perälä-Littunen 2004, 195). Lapset pitävät kaikesta isän kanssa yhdessä olemisesta ja kokevat, että sitä kautta he oppivat uusia asioita. Lapsen ja isän yhteinen tekeminen voikin olla aivan tavallista tekemistä, joka ei välttämättä edellytä lähtöä pois kotoa tai erityisiä valmisteluja. (Rissanen 2004, 70, 72, 83.)

4 ALKOHOLI SUOMALAISESSA PERHE-ELÄMÄSSÄ

4.1 Alkoholinkäyttö ja juomatavat Suomessa

Vuonna 2009 suomalaisten alkoholinkulutus väheni 2,5 prosenttia edellisestä vuodesta, mutta oli kuitenkin lähes 10 prosenttia korkeampi kuin vuonna 2003 (Valvira & Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2010). Alkoholinkulutus ei jakaudu tasaisesti kaikkien suomalaisten kesken vaan suurkuluttajat juovat merkittävän osan kaikesta käytettävästä alkoholista. Alkoholinkulutus on kuitenkin lisääntynyt kaikissa ihmisryhmissä. (Itäpuisto 2008, 16.) Suurin osa alkoholin käyttäjäistä on nuoria ja keski-ikäisiä aikuisia. Näihin ikäryhmiin kuuluu myös enemmistö pikkulasten vanhemmista. (Raitasalo 2009.)

Suomalaista juomatapaa voidaan kuvailla humalanhakuiseksi ja rajuksi (Itäpuisto 2008, 15). Humalan tavoittelu on suomalaisessa juomakulttuurissa yleistä ja hyväksyttävää (Österberg & Mäkelä 2009). Suuri osa alkoholinkulutuksesta keskittyy viikonloppuihin ja alkoholijuomien lähes päivittäinen käyttö on harvinaisempaa (Itäpuisto 2008, 15; Österberg & Mäkelä 2009). Alkoholin seurustelua palveleva luonne lienee tärkein alkoholinkäytön syy Suomessa, ja humalalla on vakiintunut asema suomalaisessa sosiaalisessa kanssakäymisessä (Österberg & Mäkelä 2009). Hyväksytyt alkoholinkäyttötilanteet ovat kulttuurissamme lisääntyneet ja myös humalassa esiintyminen erilaisissa tilanteissa ja paikoissa on entistä sallitumpaa (Itäpuisto 2008, 16). Alkoholinkäyttö onkin yleistynyt esimerkiksi julkisilla paikoilla ja erilaisissa urheilu- ja kulttuuritilaisuuksissa sekä kesäfestivaaleilla ja terasseilla (Österberg & Mäkelä 2009). Toisaalta tutkimustulosten mukaan näyttää myös siltä, että ravintoloiden sijasta kotona juominen on lisääntynyt ja todennäköisesti lisääntyy edelleen taloudellisen taantuman aikana (Raitasalo 2009).

Alkoholimyönteinen asenne on kuitenkin vaihtumassa huoleen kulutuksen kasvusta. Suomalaisten alkoholiasenteet -selvitys osoittaa, että suuri osa suoma-

laisista kannattaa huomattavasti nykyistä tiukempia toimia alkoholin aiheuttamien haittojen ja ongelmien vähentämiseksi. Esimerkiksi lähes puolet suomalaisista kannattaa alkoholiveron nostoa ja 2/3 ei pidä hallituksen toimia alkoholihaittojen vähentämiseksi riittävinä. Erityisesti alaikäisten alkoholinkäyttöä halutaan ehkäistä. (Laari ym. 2008, 6–7.)

Juomatapa 2008 -tutkimuksessa ilmeni, että lähes kaikki suomalaiset ovat sitä mieltä, että lasten läsnä ollessa ei saisi humaltua. Kuitenkin tutkimukseen vastanneista miehistä ja naisista yli puolet hyväksyy humaltumisen pienten lasten läsnä ollessa, mikäli joku seurueesta on selvä ja huolehtii lapsista. Vastanneiden oma juomatapa vaikuttaa selkeästi asenteisiin. Vähintään kerran viikossa juovat vaikuttavat suvaitsevammilta kuin harvemmin juovat ja vastausten perusteella voidaan siis olettaa, että he juovat muita useammin myös lasten seurassa. Juomatapatutkimuksesta ilmenee, että alkoholia nautitaan lasten seurassa useimmiten kotona, yleensä ruokailun tai saunomisen yhteydessä ja käyttömäärät ovat yleensä vähäisiä. Kuitenkin lähes joka kymmenennessä tapauksessa alkoholia käyttäneen naisen tai miehen promillemäärä ylitti yhden eli ainakin yksi aikuinen on ollut jonkinasteisessa humalassa kotona lasten seurassa. (Raitasalo 2009.)

Vuonna 2009 toteutetun Lasinen lapsuus -tutkimuksen mukaan lähes neljäsosa suomalaisista kokee, että lapsuudenkodissa on käytetty liiallisesti päihteitä. Lisäksi joka kolmas tuntee lähipiirissään vähintään yhden perheen, jossa vanhemmat käyttävät liikaa päihteitä. Päihteiden liikakäyttöä omassa lapsuudessaan kokeneiden suomalaisten määrä on jatkuvasti kasvussa. (Roine 2009, 4.) Lasinen lapsuus -kysely toteutettiin edellisen kerran vuonna 2004, jolloin noin joka kymmenes suomalainen oli kasvanut kodissa, jossa liiallinen alkoholinkäyttö tai muu vanhempien päihdeongelma on aiheuttanut ongelmia tai haittaa hänelle (Peltoniemi 2005, 6).

4.2 Alkoholin vaikutus perhe-elämään

Liiallinen alkoholinkäyttö aiheuttaa muun muassa perhe-elämän ongelmia, kuten perheväkivaltaa tai lasten laiminlyömistä (Mäkelä 2003, 2481). Alkoholin aiheuttamia ongelmia esiintyy myös muissakin kuin suurkuluttajien tai alkoholistien perheissä, sillä on todennäköistä, että myös tavalliset työikäiset äidit ja isät ovat lisänneet alkoholinkulutusta (Halme 2009, 46–47). Vuonna 2003 hallitus hyväksyi periaatepäätöksen alkoholipoliittisista linjauksista, jolloin yhdeksi tavoitteeksi asetettiin lasten ja nuorten hyvinvoinnille aiheutuvien haittojen vähentäminen. Päihdetyötä tehostettiin Alkoholiohjelman 2004–2007 avulla ja ohjelman toteutusta päätettiin jatkaa vuosille 2008–2011. Alkoholiohjelma on alueellista yhteistyötä alkoholihaittojen vähentämiseksi. Vuonna 2006 hallitus kokosi toimenpidepaketin, joka sisälsi päihdehaittojen ehkäisyyn liittyviä toimia. Näitä olivat esimerkiksi alkoholin myyntiaikarajoitukset ja paljousalennusten poistaminen. Tehokkain keino alkoholihaittojen ehkäisemiseksi on hintojen nostaminen. (Laari ym. 2008, 6–10.)

Vanhemman päihteidenkäyttö saattaa heikentää vanhemmuutta (Marttunen 2005, 5). Vanhempien päihteidenkäyttö voi olla syynä kotikasvatukseen puuttumiseen ja usein päihteidenkäyttöön liittyy lapsen hoidon laiminlyöntiä sekä perheristiriitoja ja -väkivaltaa. Lasten pahoinvointi tulee ilmi muun muassa kouluvaikeuksina, rikollisena käyttäytymisenä ja päihteidenkäyttönä sekä psyykkisinä ongelmina. (Lastensuojelun keskusliitto 2005, 7.) Vuonna 2008 A-klinikkasäätiö käynnisti Lasinen lapsuus -2011 -hankkeen, jonka tavoitteena on, että vanhempien päihteidenkäytöstä haittoja kokevat lapset saisivat paremmin tarvitsemansa avun ja tuen. Tavoitteena on myös vähentää lasten kokemia haittoja vanhempien juomisesta. Hankkeen kohderyhminä ovat vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivät lapset ja nuoret, lasten läheiset ja lasten kanssa työskentelevät ammattilaiset. (A-klinikkasäätiö 2008.) Vanhempien alkoholinkäytöstä johtuvia lapsiin kohdistuvia haittoja pyritään ehkäisemään ja vähentämään myös Viisas vanhemmuus -vastuullisuusohjelmassa. Tarkoituksena on haastaa vanhemmat pohtimaan omaa alkoholinkäyttöä nimenomaan lasten näkökulmas-

ta ja sitä, minkälaisen mallin he antavat lapsilleen ja miten he käyttävät alkoholia lasten seurassa. Ohjelma on käynnistynyt vuonna 2009 ja siinä yhteistyökumppaneina toimivat Alko, Terveysten ja hyvinvoinnin laitos, Mannerheimin Lastensuojeluliitto ja A-klinikkasäätiö. (Alko 2009.) Isien alkoholinkäyttöön haluttiin kiinnittää erityistä huomiota Ala-Satakunnan isähankkeessa, jonka tarkoituksena oli tunnistaa ja ehkäistä tilanteita, joissa isän alkoholinkäyttö voi muodostua ongelmaksi. Hankkeessa tuettiin isien osallistumista perheen arkeen ja lapsista huolehtimiseen sekä pyrittiin huomioimaan, että perheongelmat altistavat päihdeongelmille ja päinvastoin. (Hulkkonen 2006, 6.)

5 ISYYS JA ALKOHOLI

5.1 Suomalaisten isien alkoholinkäyttö

Alkoholin riskikäyttäjänä pidetään miestä, joka käyttää alkoholia vähintään 24 annosta viikossa tai vähintään 7 annosta kerrallaan (Saarto 2005). Vuonna 2000 kaikista aikuisista miehistä noin 30 prosenttia oli alkoholinkäytön riskirajan yläpuolella (Halme 2009, 46). Nuorista miehistä jopa puolet on alkoholin riskikäyttäjiä. Miehet juovat valtaosan Suomessa kulutetusta alkoholista ja ovat siksi perinteisesti olleet naisia paljon useammin alkoholiongelmaisia. Kulttuurimme hyväksyy laajalti miesten alkoholinkäytön ja se on sallittu miehisenä paineiden purkamisen keinona ja seurustelutapana. Yleinen miehisen juomisen ihailu voi kuitenkin helposti muuttua isien juomisen hyväksymiseksi, eikä isien juomista mielletä yleensä samanlaisena ongelmana kuin äitien juomista. (Itäpuisto 2008, 17, 40.)

Halmen (2009, 76) tutkimukseen osallistuneista isistä 32 prosenttia voitiin luokitella alkoholin riskikäyttäjiksi. Noin neljänneksellä isistä riskit olivat lievästi tai selvästi koholla ja jopa kahdeksalla prosentilla alkoholinkäyttöön liittyvät riskit olivat suuria tai erittäin suuria. 39 prosenttia isistä käytti alkoholia säännöllisesti

vähintään kahdesta kolmeen kertaan viikossa. Lähes puolella isistä alkoholin kerta-annokset olivat 1–2 annosta, mutta vastanneista noin kolmasosa käytti alkoholia yleisimmin 5–6 annosta kerralla. Humalaan itsensä joi vähintään kerran viikossa 15 prosenttia vastanneista.

Alkoholinkäyttö on merkitsevästi yleisempää eronneilla, ei-parisuhteessa elävillä isillä verrattuna avo- tai avioliitossa eläviin isiin. Myös isän koulutustaustalla on yhteyttä alkoholinkäyttöön. Etenkin ne isät, joilla ei ole ammattikoulutusta, kuuluvat todennäköisemmin riskikuluttajiin kuin muun koulutustaustan omaavat isät. Alkoholinkäytöllä ja isän työtilanteella on myös selvä yhteys. Etenkin ne isät, jotka ovat työttöminä, isyyslomalla tai eläkkeellä käyttävät enemmän alkoholia kuin palkkatyössä olevat isät. Alkoholin riskikulutusta esiintyy enemmän pienituloisissa perheissä, joissa yhteenlasketut tulot jäävät alle 1 500 euroa kuukaudessa. (Halme 2009, 80.) Pienten lasten äidit ovat useammin raittiita kuin kouluikäisten äidit, kun taas miehillä tilanne on päinvastainen - eniten juovat pienten lasten isät (Raitasalo 2009).

5.2 Vanhemman alkoholinkäyttö lapsen silmin

Tutkimusten mukaan lapset suhtautuvat kielteisesti vanhemman alkoholinkäyttöön (Kokkonen 2005, 82; Valkonen 2006, 52; Eskelinen 2008). Alkoholinkäyttö on lasten mielestä paha asia, käyttivät vanhemmat alkoholia paljon tai vähän (Kokkonen 2005, 82). Lasten mielestä vanhempien on oltava raittiita, mutta alkoholinkäyttöä esimerkiksi juhlissa ei pidetä niin pahana. Lapset perustelevat runsaan alkoholinkäytön sopimattomuutta sillä, että alkoholia käyttävä vanhempi ei pysty huolehtimaan lapsistaan ja alkoholiin kuluu paljon rahaa. Lapset kokevat, että vanhemmat saattavat jättää heidät heitteille alkoholia käyttäessään. (Valkonen 2006, 52.) Lasten mukaan kodin pitäisi olla paikka, jossa ei tarvitse pelätä pahoinpitelyä, humalaisia aikuisia tai huonoa kohtelua (Eskelinen 2008).

Oma perhe on avainasemassa vaikuttamassa lapsen kokemuksiin alkoholista. Lapset vertaavat omien vanhempiansa alkoholinkäyttöä muiden aikuisten alko-

holinkäyttöön nähdessään sitä esimerkiksi mediassa tai kodin ulkopuolisessa ympäristössä. (Itäpuisto 2008, 13.) Vanhemmalla ei tarvitse olla päihdeongelmaa kun alkoholin vaikutus lapseen on jo haitallinen. Valtaosa lapsista, jotka kokevat vanhempansa alkoholinkäytön haitalliseksi, eivät ole alkoholiperheestä vaan perheistä, joissa toinen tai molemmat vanhemmat ovat ajoittain juoneet liian paljon tai ainakin väärällä tavalla. (Kuronen 2007, 7.) Lapsen ja aikuisen näkemykset alkoholiongelman olemassaolosta saattavat poiketa hyvinkin paljon toisistaan, sillä lapset kokevat aikuisia herkemmin vanhemman alkoholinkäytön ongelmalliseksi. Esimerkiksi kulttuurissamme yleisesti hyväksyttävä humalajuominen saattaa lapsen kokemuksissa liittyä läheisesti yhteen alkoholiongelman kanssa. Lapsi saattaa kokea vanhempansa alkoholiongelmaiseksi jopa silloin, kun tämä on vain satunnaisesti humalassa. (Itäpuisto 2008, 28–29.)

Lapselle vanhemman näkeminen humaltuneena voi olla ahdistava kokemus silloinkin, kun se on satunnaista. Lapsen näkökulmasta alkoholi on pelottava aine, joka muuttaa tutun ja turvallisen aikuisen vieraaksi. (Kuronen 2007, 7.) Lapsesta vanhempien käyttäytyminen alkoholin nauttimisen jälkeen eri tavalla kuin normaalisti on pelottava muutos, joka tapahtuu nopeasti (Bergström 2007). Pieni määrä alkoholia rentouttaa ja tekee puheliaammaksi, mutta suurempi määrä muuttaa liikkumisen kömpelöksi, hidastaa reagointia sekä muuttaa puheen sammaltavaksi ja kovaääniseksi (Kansanterveyslaitos 2004). Vaikka vanhempi ei ole väkivaltainen tai ilkeä humalassa, saattaa hän alkoholin muuttaessa persoonallisuutta olla lapsen mielestä pelottava (Itäpuisto 2009b).

Vanhempien käyttäessä alkoholia lapset voidaan helposti unohtaa. Vaikka tähän ei liittyisi muuta laiminlyöntiä, voi aikuisen välinpitämättömyys aiheuttaa lapsessa turvattomuutta. (Kuronen 2007, 7.) Uusien tutkimusten mukaan lapset kokevat vanhemman alkoholinkäytön ongelmalliseksi helpommin kuin ympärillä olevat aikuiset. Erityisesti lapset joutuvat kantamaan kaikkein suurimman taakan läheisen juomisesta. Lasten näkökulmasta vanhemmalla on ongelma alkoholikäytössään silloin, kun alkoholinkäyttö häiritsee lasta jollakin tavoin tai aiheuttaa tälle kärsimyksiä. (Itäpuisto 2009a.)

5.3 Vanhemman alkoholinkäytön seuraukset

Keskeisimmät lasten kokemat ongelmat vanhempien liiallisen alkoholinkäytön seurauksena ovat erilaiset negatiiviset tunteet. Pelko, viha ja häpeä ovat selkeimmät ja merkittävimmät tunteet, joista vanhempiensa alkoholinkäytöstä kärsivät lapset ovat kertoneet. (Itäpuisto 2009b.) Muita haittoja ovat perheriitojen ja epäsovun näkeminen, turvattomuuden tunteen lisääntyminen ja omien vanhempien pelkääminen sekä ahdistuksen ja masennuksen tunteet (Peltoniemi 2005, 8–9). Negatiivisiin tunnekokemuksiin tulisi suhtautua vakavasti, koska ne saattavat jatkuessaan jopa uhata lapsen fyysistä ja henkistä terveyttä (Itäpuisto 2009b). Kodin alkoholinkäyttö heijastuu lapsen tunne-elämään ja itsetuntoon, elämänvalintoihin sekä myöhempään päihteidenkäyttöön (Peltoniemi 2005, 8–9; Bergström 2007; Itäpuisto 2008, 56). Vanhempien liiallisen alkoholinkäytön aiheuttamat aikuisiällä esiintyvät ongelmat liittyvät omaan persoonaan ja ihmissuhteisiin (Peltoniemi 2005, 8–9).

Vanhempien päihteidenkäyttö altistaa lasta päihteidenkäyttöön (Marttunen 2005, 5; Coffelt ym. 2006, 593; Itäpuisto 2008, 59; Ohannessian & Hesselbrock 2008, 199). Vanhempien säännöllinen juominen on usein yhteydessä nuoren säännölliseen juomiseen (Scholte ym. 2008, 12). Lapsi oppii vanhempien esimerkin kautta, että alkoholi on esimerkiksi ratkaisu erilaisiin konflikteihin, ihmissuhdeongelmiin tai masennukseen ja että se liittyy erottamattomasti erilaisiin tilanteisiin. Alkoholia saattaa olla helposti saatavilla kotona ja vanhemmat eivät välttämättä puutu lapsensa alkoholikokeiluihin. (Itäpuisto 2008, 59.) Vanhempien alkoholimyönteiset arvot ja asenteet voivat siis uhata lapsen ja nuoren kehitystä (Marttunen 2005, 5).

5.4 Isän alkoholinkäytön vaikutukset lapseen

Isän alkoholinkäyttö saattaa olla jopa äidin alkoholinkäyttöä vahingollisempaa perheen kokeman stressin ja perheympäristön häiriintymisen vuoksi, sillä isät ovat äitejä useammin väkivaltaisia. Alkoholiongelmainen isä käyttäytyy lasten mukaan sopimattomasti ja on lopulta lasten silmissä sääliittävä ja halveksittava. Humalainen isä on henkisesti ja usein fyysisestikin lasten tavoittamattomissa. (Itäpuisto 2008, 41.) Isän alkoholin riskikäyttö vaikuttaa isän ja lapsen suhteeseen monin tavoin. Yhteinen aika ja isän ja lapsen yhdessä toimiminen vähenee sekä yhdessäolosta nauttiminen ja päivittäisten ristiriitatilanteiden hallinta heikenee selvästi. (Yeung ym. 2001, 136; Hulkkonen 2006, 5; Halme 2009, 83–84.)

Isän alkoholinkäytöllä on vahva yhteys lähes kaikkiin vanhemmuuteen liittyvän stressin osa-alueisiin. Isät, joiden alkoholinkäyttö on vähintään riskikäytön rajalla, kokevat kohtuukäyttäjää useammin lapsensa vaativaksi. Runsaasti alkoholia käyttävien isien on vaikeampaa hyväksyä lapsensa kuin muiden isien. Lähes neljänneksellä isistä voidaan arvioida olevan ongelmia hänen ja lapsensa välisessä kiintymyssuhteessa. Tähän liittyy isän vaikeus tunkea emotionaalista läheisyyttä lapseen sekä vaikeus lapsen tunteiden ja tarpeiden asianmukaiseen ymmärtämiseen ja tulkintaan. Etenkin pienituloisissa perheissä sekä alkoholia runsaasti käyttävillä isillä esiintyy ongelmia kiintymyssuhteessa. (Halme 2009, 87–88, 91.)

Isän juominen on eri tavoin merkittävää pojalle ja tyttärelle. Pojalla on tarve kunnioittaa isäänsä miehenä, mutta juova isä ei ole kunnioituksen arvoinen. Malliesimerkkiä siitä, miten olla kunnollinen ja kunniallinen mies ei ole saatavilla ja poika voi kokea oman identiteettinsä rakentamisen vaikeaksi. (Itäpuisto 2008, 41.) Lisäksi poikien omat kokemukset isyydestä vaikuttavat siihen, miten tulevaisuudessa itse isänä toimitaan. (Hulkkonen 2006, 5.) Tytär taas kaipaa isältä huomiota ja arvostusta ja isän rooliin kuuluu olla tyttärelleen sankarina. Tytär ei kuitenkaan saa alkoholiongelmaiseltaan isältään positiivista huomiota ja isä

saattaa jopa käyttäytyä tytärtä kohtaan halveksuen. Halveksunta ja väheksyntä voivat aiheuttaa tyttärelle ikävien kokemusten lisäksi horjuttaa kehittyvään sukupuoli-identiteettiin. (Itäpuisto 2008, 41–42.)

6 TERVEYSINEISTO EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN VÄLINEENÄ

6.1 Ehkäisevä päihdetyö

Ehkäisevän päihdetyön tavoitteena on edistää terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia. Näihin tavoitteisiin pyritään edistämällä päihteettömiä elintapoja, ehkäisemällä ja vähentämällä päihdehaittoja sekä lisäämällä päihdeilmiön ymmärrystä ja hallintaa. Tavoitteena on myös toteuttaa ja edistää ihmisoikeuksien toteutumista päihteisiin liittyvissä kysymyksissä. Ehkäisevällä päihdetyöllä pyritään vähentämään päihteiden kysyntää, saatavuutta, tarjontaa sekä haittoja. Ehkäisevän päihdetyön vaikuttamiskohteet ovat päihteitä koskevat tiedot, asenteet ja oikeudet, päihdehaitoilta suojaavat tekijät ja niiden riskitekijät sekä päihteiden käyttö ja käyttötavat. Ehkäisevään päihdetyöhön sisältyvät koko väestöön kohdistuva yleinen ehkäisy ja riskiehkäisy, joka kohdistuu ihmisryhmään, jolla on suurentunut riski päihteiden käyttöön tai siitä koituville haitoille. (Stakes 2006.)

Päihteiden käyttöön halutaan edelleen vaikuttaa tiedon ja valistuksen keinoin. Oletetaan, että tiedoilla, asenteilla ja käyttäytymisellä on yhteys. Kun ihminen saa tietoa päihteiden haitallisista vaikutuksista ja riskeistä, muuttuu hänen asenteensa ja käyttäytymisensä. Kuitenkaan aina tämä tieto-asenne-käyttäytyminen -ketju ei toimi ennako-oletusten mukaisesti. Käyttäytymismuutosten tavoittelu ei saa olla ainoa peruste tiedon jakamiselle, sillä valistuksen tehtävänä on aktiivoida kansalaisia ja yhteiskuntaa keskusteluun sekä lisätä ihmisten tietoisuutta

päihteistä. Päihteistä tulisi puhua avoimesti ja asiallisesti sekä punnita päihteiden hyötyjä ja haittoja monipuolisesti. (Stakes 2006.)

Ennaltaehkäisevässä päihdetyössä on perhekeskeisyyden ja lapsinäkökulman korostamisen myötä yhdeksi mielenkiinnon kohteeksi noussut erikseen sekä äiteihin että isiin kohdistuva päihdetyö. Sosiaali- ja terveysministeriön alkoholi-politiikassa painotetaan tarvetta hankkeille ja keinoille, jotka ottaisivat huomioon eri sukupuolten sekä erityisesti isien erityispiirteet ehkäisevässä päihdetyössä. (Hulkkonen 2006, 6.)

6.2 Hyvän terveysaineiston laatukriteerit

Terveyden edistämisen keskus on laatinut hyvän terveysaineiston laatukriteerit (Koskinen-Ollonqvist ym. 2001, 10). Laatukriteerien tarkoituksena on toimia terveysaineiston kehittämisen ja arvioinnin välineenä sekä parantaa terveysaineiston laatua erityisesti tavoitellun lukijaryhmän näkökulmasta (Rouvinen-Wilenius 2009, 9). Laatukriteerien avulla arvioidaan terveysaineiston sisältöä, kieliäsuu, ulkoasu ja kokonaisuutta (Terveyden edistämisen keskus 2009). Yhden kriteerin täytyminen ei ole riittävä edellytys hyvälle terveysaineistolle, vaan siihen vaaditaan kaikkien kriteereiden täyttymistä (Koskinen-Ollonqvist ym. 2001, 10).

Yleisenä terveysaineiston tavoitteena voidaan pitää sitä, että aineisto vastaa tavoitellun kohderyhmän sen hetkisiä tarpeita. Terveysaineisto voi tilanteesta riippuen joko tukea voimavaroja tai kohdentua yksittäiseen ongelmaan. Terveyttä edistävä aineisto tukee yksilöitä ja ryhmiä oman sekä yhteisön terveyden kannalta myönteiseen käyttäytymiseen. Voimavaralähtöistä lähestymistapaa sisältävät aineistot kannustavat ja auttavat ymmärtämään yksilön omia mahdollisuuksia vaikuttaa näihin tekijöihin tai lisäävät ymmärtämystä terveyttä tukevien ja vahvistavien tekijöiden vaalimisen tärkeydestä. (Rouvinen-Wilenius 2009, 3.)

Terveysaineistossa kohderyhmä tulisi olla selkeästi määritelty, jotta aineisto voitaisiin kohdentaa juuri tälle ryhmälle (Terveyden edistämisen keskus 2009).

Terveysaineiston kohderyhmä on hyvä määritellä tarkoin ja rajata kyllin suppeaksi, sillä liian laajalle kohderyhmälle suunnattu aineisto ei välttämättä lopulta tavoita ketään. (Koskinen-Ollonqvist ym. 2001, 19.) Aineistoa suunniteltaessa kohderyhmän kulttuuria tulee kunnioittaa (Terveyden edistämisen keskus 2009). Jotta sitä kunnioitettaisiin, asiat tulee esittää kohderyhmää loukkaamatta ja liian yleistämistä tulisi välttää. Kohderyhmään kuuluvia ei tule myöskään aliarvioida. Jotta aineisto houkuttelisi tutustumaan itseensä, kannattaa lukijan ajatuksille jättää tilaa. (Koskinen-Ollonqvist ym. 2001, 19.)

Terveysaineiston tulisi olla positiivisella tavalla huomiota herättävä (Terveyden edistämisen keskus 2009). Hyvästä terveystieteestä lukija hahmottaa helposti mihin terveysasiaan tai -ongelmaan aineisto liittyy sekä ymmärtää mihin aineistolla pyritään (Koskinen-Ollonqvist ym. 2001, 11; Terveyden edistämisen keskus 2009). Hyvässä terveystieteessä sisältö on selkeästi esillä. Ulkoasuun voidaan vaikuttaa muun muassa kirjasinkoolla ja -tyypillä, tekstin sijoittelulla, kontrasteilla, värien käytöllä ja havainnollistavalla kuvituksella. (Terveyden edistämisen keskus 2009.) Hyvällä terveystieteellä tulee olla konkreettinen terveystavoite. Tavoitteen määrittelyn kautta voidaan vastata kysymykseen, mitä tapahtuu kun vastaanottaja perehtyy aineistoon. Sisältöä on myös helpompi suunnitella kun tavoite on selkeä. Tällöin laajaankin aihealueeseen tulee ryhtiä ja sisältöä voidaan rajata tavoitteen näkökulmasta. (Koskinen-Ollonqvist ym. 2001, 11–12.)

Terveystieteen sisältämän tiedon tulee olla virheetöntä, objektiivista ja ajan tasalla olevaa. Aineiston lukijan on voitava luottaa siihen, että aineistossa oleva tieto perustuu tutkittuun tietoon. Lähteen merkitseminen kertoo tiedon alkuperästä, jolloin käyttäjä saa samalla tiedon siitä, mistä voi hankkia lisää tietoa asiasta. Toisaalta kokemuksellista tietoa sisältävät aineistot voivat vahvistaa tutkimustietoon perustuvien aineiston ja muualta saadun tiedon sanomaa. Vastaanottajan kokemukseen siitä, miten oikeellista tieto on, vaikuttaa myös se, että aineiston sisällöntuottajien nimet ja koulutus tai kokemus tuodaan esille. Aineistosta tulisi näkyä tuottajien perehtyneisyys aiheeseen. Tiedon ajantasaisuudes-

ta voidaan viestiä merkitsemällä aineistoon valmistumisvuosi tai päiväysajan-kohta. (Koskinen-Ollonqvist ym. 2001, 12.)

Terveysaineiston tulee olla helppolukuista selkokieltä, jotta kaikilla olisi yhtäläinen mahdollisuus ymmärtää luettu aineisto. Selkokielisessä tekstissä käytetään lyhyitä ja yleisiä sanoja, lyhyitä lauseita ja helppoja lauserakenteita. Selkokielisessä tekstissä käytetään runsaasti verbejä ja substantiiveja, kun taas adjektiiveja tulisi käyttää vähän. Lausevastikkeiden sijaan tulisi käyttää sivulauseita ja rakenteen sekä kerronnan tulisi edetä loogisesti. Hyvässä terveysaineistossa sisältö on konkreettista ja soveltuu lukijan todellisuuteen. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2009.)

7 IHANA ISÄ - SELVÄNÄ LAPSEN SEURASSA - TERVEYSAINIESTO

7.1 Terveysaineiston suunnittelu ja toteuttaminen

Kirjallisuuskatsauksen pohjalta kehitettiin terveysaineisto isille. Tavoitteena on terveysaineiston avulla saada isät tietoisiksi siitä, miten lapset kokevat isän alkoholinkäytön, sekä saada isät ajattelemaan omaa alkoholinkäyttöään ja lapsen kanssa vietettävää aikaa. Aineistossa käsitellään isän merkitystä lapselle ja isän alkoholinkäyttöä lasten näkökulmasta. Aineiston on tarkoitus olla ajatuksia ja tunteita herättävä. Asiasta pyritään kertomaan pehmeään sävyyn ketään syyllistämättä ja asioita yleistämättä.

Aineisto on suunnattu kaikille isille alkoholinkäyttömäärästä ja -tavasta riippumatta. Ensimmäinen tarkoitus teettää aineisto äitiysneuvolaan, jolloin se jaettaisiin isille jo raskausaikana. Asiaa pohdittaessa päädyimme kuitenkin suuntaamaan aineiston lastenneuvolassa jaettavaksi, koska isän on ehkä helpompi asennoi-

tua mahdolliseen elämäntapamuutokseen, kun lapsi on jo syntynyt. Kuitenkin aineisto on tehty soveltuvaksi tarvittaessa myös äitiysneuvolan käyttöön.

Terveysaineisto on monisivuinen A5-kokoa oleva lehtinen. Aineistosta tehtiin paperilehtinen, jolloin se on konkreettinen ja helposti jaettavissa. Aineisto on painettu valkoiselle paperille, joka on hyvä tausta mustalle tekstile. Tekstit on kirjoitettu selkeällä ja yksinkertaisella kirjasintyyllillä ja kirjasinkoko on riittävän suurta. Rivivälit ovat tavallista isommat, jolloin tekstiä on helppo lukea. Otsikot korostuvat muusta tekstistä suuremmalla kirjasinkoolla sekä erikoisemmalla kirjasintyyllillä. Ulkoasu tehtiin selkeäksi ja tyylikkääksi käyttämällä värejä vain valokuvissa.

Aineisto on kuvitettu itse ottamillamme valokuvilla ja suurin osa niistä kuvaa isän ja lapsen yhdessäoloa. Aineisto haluttiin kuvittaa juuri valokuvilla, sillä koemme niiden herättävän enemmän mielenkiintoa kuin piirroskuvien. Aidot valokuvat valittiin myös sen vuoksi, että niitä harvemmin käytetään terveysaineistoissa. Vaikka aineistossa käsiteltävä aihe saattaa olla arka, ei valokuviin ollut vaikea saada kuvattavia henkilöitä. Aineisto on näytetty kuvissa esiintyville henkilöille, ja koska valokuvia on käytetty asianmukaisesti, heiltä on saatu hyväksyntä niiden käyttämiseen. Keski-aukeaman kuva, jossa olut- ja tuttipullo ovat vierekkäin, on lavastettu. Aineiston muut valokuvat on otettu aidoista tilanteista ja ne havainnollistavat isän ja lapsen yhteisen ajan tärkeyttä, jota aineistolla halutaan viestittää isille.

Aineistosta pyrittiin tekemään helppolukuinen ja selkeä käyttämällä lyhyitä lauseita, helppoja lauserakenteita sekä lyhyitä kappaleita. Teksti kirjoitettiin puhutelmalla isää. Lukijan ajatuksille on jätetty tilaa välttämällä liian informatiivista ja tekstintäyteistä sisältöä. Isät haluttiin herättää ajattelemaan asiaa sijoittamalla kysymyksiä tekstiin. Lukemalla pelkästään aineiston otsikot ja kuvatestit lukija saa jo selkeän käsityksen aineiston sisällöstä. Kuvien on tarkoitus havainnollistaa aina kutakin aukeamalla käsiteltävää asiaa. Koska aineisto on enem-

mänkin ajatuksia herättävä kuin informatiivinen, on viimeiselle sivulle koottu muutama aihealueeseen liittyvä Internet-linkki, joista isät voivat tarpeen mukaan hakea lisätietoa. Linkeistä löytyy tietoa vanhemmuudesta, alkoholinkäytöstä lapsen seurassa sekä yleistä asiaa alkoholista.

7.2 Terveydenhoitajien ja kohderyhmän edustajien palaute

Ihana isä – selvänä lapsen seurassa -terveysaineiston jatkokehittämistä varten terveydenhoitajilta ja kohderyhmän edustajilta kerättiin palautetta. Aluksi suunnitelmana oli neuvoloiden kautta kerätä palautetta isiltä sekä muutamalta terveydenhoitajalta. Suunnitelmasta piti kuitenkin luopua, koska palautteen keräämiseen vaadittiin virallinen tutkimuslupa. Kolme kokenutta terveydenhoitajaa lupautui kuitenkin antamaan aineistosta palautetta epävirallisesti. Isien palautetta kerättiin tuttavien kautta, koska sitä ei ollut mahdollista kerätä neuvoloiden asiakkailta. Aineistosta saatiin siis palautetta yhteensä kolmelta terveydenhoitajalta sekä neljältä isältä, joista yksi on tuore isä ja kolme on leikki-ikäisten lasten isiä.

Palautetta kerättiin palautelomakkeen avulla, josta oli oma versio terveydenhoitajille (LIITE 3) ja isille (LIITE 4). Palautelomake suunniteltiin ja tehtiin itse. Se on puolistrukturoitu eli kysymyksiin on laitettu valmiit vastausvaihtoehdot ja vapaalle sanalle on jätetty tilaa. Kysymykset on laadittu aineiston tavoitteiden sekä terveysaineiston laatukriteerien pohjalta. Kysymykset on pyritty yksinkertaistamaan, jotta niihin olisi helppo vastata. Kysymysten avulla haluttiin selvittää isiltä aineiston kansilehden (LIITE 5) ja otsikon mielenkiintoisuutta, aineiston helppolukuisuutta ja selkeyttä, aineiston kykyä herättää ajatuksia sekä kuvien sopivuutta aiheeseen. Palautteen avulla haluttiin myös selvittää aineiston syyllistävyyttä, aineiston sopivaa pituutta, sopivuutta kohderyhmälle, linkkien riittävyttä ja hyödyllisyyttä, aineiston mieleenpainuvuutta sekä isien kokemusta aineiston tarpeellisuudesta ja hyödyllisyydestä. Terveydenhoitajien palautelomakkeessa oli osin samoja kysymyksiä kuin isien palautelomakkeessa, mutta niiden lisäksi haluttiin saada palautetta myös aineiston konkreettisuudesta ja käytettävyydestä sekä aineiston tarpeellisuudesta terveydenhoitajan työssä. Palautelomakkei-

den mukana annettiin saatekirje, jossa kerrottiin aineiston olevan osa opinnäytetyötä ja että se on suunnattu kaikille isille riippumatta alkoholin käyttömäärästä ja -tavasta. Saatekirjeestä oli kaksi versiota, toinen terveydenhoitajille (LIITE 1) ja toinen isille (LIITE 2).

Terveydenhoitajien mielestä aineiston kansilehti herätti mielenkiintoa. He kokivat, että kansilehden kuva on sopiva ja aineiston nimi herättää uteliaisuutta. Aineiston ulkoasua he kommentoivat selkeäksi ja helppolukuseksi, lauseet ovat lyhyitä ja selkeitä. Terveydenhoitajat toivoivat tekstiin ripoteltujen kysymysten herättävän isät ajattelemaan asiaa. Yksi terveydenhoitaja kiinnitti ulkoasussa huomioita tekstien ja kuvien sijoitteluun. Kuvat olivat hieman eri kohdissa ja tekstien sijoittelu ei ollut samankaltaista jokaisella sivulla. Terveydenhoitajat kommentoivat, että kuvia voisi olla enemmänkin. Etenkin aineiston loppuun toivottiin vielä yhtä kuvaa, jossa isä ja lapsi olisivat yhdessä. Kaksi terveydenhoitajaa antoi palautetta toisena olevasta valokuvasta. Kuvaa oli hieman sumennettu, jotta kuvassa oleva isä ei olisi niin helposti tunnistettavissa. Heidän mielestään "utuisesta" kuvasta tuli jossain määrin mielikuva humalassa olevasta isästä. Terveydenhoitajat toivoivat tätä kuvaa tarkennettavan väärinymmärryksen välttämiseksi. He ehdottivat myös kuvien suurentamista, jolloin ne korostaisivat viereisillä sivuilla olevien tekstien sisältöä paremmin. Terveydenhoitajien mielestä aineisto ei ollut syyllistävä, vaan ajatuksia herättävä. He kommentoivat, että tällaista aihetta käsiteltäessä saisi hieman syyllistääkin. Sisällön he kokivat oleelliseksi ja asialliseksi ja aineiston sopivaksi kohderyhmälle. Terveydenhoitajat kokivat tällaisen aineiston tarpeelliseksi terveydenhoitajan työssä ja he käyttäisivät aineistoa omassa työssään. Terveydenhoitajat kommentoivat, ettei aiheesta juuri puhuta, joten tällainen aineisto voisi toimia apuvälineenä puheeksiottamisessa. Heidän mielestään oli hyvä, että aineisto on paperilehtinen, jolloin se olisi helposti isille jaettavissa. Linkit aineiston lopussa olivat terveydenhoitajien palautteen mukaan sopivia ja riittäviä.

Kolme isistä koki aineiston ulkoasun erittäin selkeäksi ja helppolukuseksi. Otsikko herätti mielenkiinnon ja se korostui kansilehdestä hyvin. Kansilehden kuva

herätti mielenkiintoa. Isien palautteen mukaan aineiston kuvat kevensivät ja havainnollistivat asiaa ja aiheet olivat selkeästi esillä. Kuvat sopivat aina aukeaman teemaan ja kuvia olisikin voinut isien mielestä olla enemmän. Aineisto oli lyhyt ja selkeä, asia hyvin johdateltu, eikä tekstiä ollut liikaa. Kaikkien isien mielestä aineiston jaksoi erittäin hyvin lukea läpi ja yksi isä kommentoi, että tekstiä olisi voinut olla enemmänkin. Suurin osa isistä vastasi aineiston herättävän jonkin verran ajatuksia, mutta tekstiin sijoitetut kysymykset saivat miettimään asioita omalta kohdalta. Isien mielestä aineisto oli mieleenpainuva. Kaksi isää oli sitä mieltä, että aineisto on osittain syyllistävä ja syyttelevä, toiset kaksi isää vastasi, ettei aineisto ollut ollenkaan syyllistävä. Ne, joiden mielestä aineisto oli osittain syyllistävä ja syyttelevä, eivät perustelleet mielipidettään, joten epäselväksi jää miltä osin tai millä tavoin aineisto syyllistää tai syyttelee. Isät kokivat aineiston olevan hyödyllinen, sillä asia on tärkeä, eikä kaikille välttämättä ole selvää, miten alkoholinkäyttö vaikuttaa lapseen. Isien mielestä aineiston jakaminen kaikille isille olisi tarpeellista ja aineiston jakamisen kommentoitiin olevan tärkeää, jotta alkoholinkäyttöön kiinnitettäisiin nykyistä enemmän huomiota. Isät kokivat aineiston heille suunnatuksi, mutta kommentoivat sen sopivan myös äideille. Aineiston lopussa olevat linkit isät kokivat sopivina ja riittävinä.

7.3 Aineiston kehittäminen

Palautteista kävi ilmi, ettei aineistossa ole selkeitä puutteita, eikä se kaipaa suuria muutoksia. Saatu palaute oli rakentavaa ja korjausehdotukset olivat varteenotettavia, joten niiden pohjalta aineistosta haluttiin muokata entistä parempi. Sekä terveydenhoitajat että isät kommentoivat, että kuvia saisi olla enemmänkin. Terveydenhoitajat ehdottivat, että viimeiselle sivulle olisi hyvä saada joku lämminhenkinen isän ja lapsen yhdessä tekemisen kuva. Viimeiselle aukeamalle lisättiinkin yksi kuva, joka vielä korostaa aineiston positiivista viestiä. Terveydenhoitajat kiinnittivät huomiota toisen sivun kuvaan, joka oli muutettu utuiseksi. Kuva muokattiin selkeäksi poistamalla utuisuus. Myös muutamaa kuvaa suurennettiin. Terveydenhoitajat huomasivat, että aineiston edetessä puhe kääntyy isästä vanhempaan ja siksi tekstin muotoa aineiston lopussa hieman muutettiin.

Palautetta annettiin myös kuvien ja tekstin sijoittelusta, joten tekstin ja kuvien paikkoja tarkastettiin ja ne muutettiin joka sivulle yhtenäisemmäksi. Takakan-teen lisättiin vielä opinnäytetyön nimi ja Internet-osoite, mikäli lukijalle herää kiinnostusta nähdä, minkä pohjalta aineisto on tuotettu. Näin aiheeseen on mahdollista perehtyä syvemmin.

8 OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUS JA EETTISET KYSYMYKSET

Kirjallisuuskatsauksessa eettisyyden kannalta on tärkeää, että aikaisempia tutkimustuloksia ei vääristellä, eikä niistä raportointi saa olla harhaanjohtavaa tai puutteellista. Aikaisempia tutkimuksia ei myöskään tule plagioida ja tekstiä lainattaessa lainaus on osoitettava asianmukaisin lähdemerkinnöin. (Hirsjärvi ym. 2000, 27–28.) Muiden tutkijoiden työtä ja saavutuksia tulee kunnioittaa antamalla näille kuuluva arvo ja merkitys (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2002, 3). Kirjallisuuskatsauksen laatua ja luotettavuutta arvioitaessa arviointi kohdistuu valittuihin alkuperäistutkimuksiin (Kääriäinen & Lahtinen 2006, 41–43).

Tämä opinnäytetyö on toteutettu eettisten periaatteiden mukaan. Kirjallisuus- pohjaista työtä tehdessä on vältetty lähteiden plagiointia ja annettu tutkijoille heille kuuluva kunnia. Luotettavuuteen on pyritty käyttämällä lähteitä, jotka ovat tuoreita ja laadukkaita kotimaisia ja ulkomaalaisia tutkimuksia, tieteellisiä artikkeleita sekä muita ajankohtaisia julkaisuja. Myös aiheeseen liittyviä tuoreita ja käynnissä olevia hankkeita on kartoitettu. Opinnäytetyön luotettavuutta on pyritty lisäämään tarkastelemalla aihetta mahdollisimman objektiivisesti, ilman ennakkokäsityksiä. Luotettavuuteen vaikuttaa myös se, että opinnäytetyö on tehty kolmen ihmisen yhteistyönä, joka on mahdollistanut mielipiteiden jakamisen ja oikeiden ratkaisujen pohtimisen yhdessä.

Tiedonhakuun on käytetty monia eri tietokantoja, kuten Medline, Medic, Google Scholar, Cinahl ja Terveysportti. Hakusanoina ovat olleet esimerkiksi isyys, alkoholi, alkoholinkäyttö, vanhemmuus, isä-lapsi-suhde, lapsinäkökulma, päihdekasvatus sekä terveysaineisto. Opinnäytetyön luotettavuutta lisää se, että samoja tutkimustuloksia on löytynyt useammista lähteistä ja ne on esitetty vääristelemättä. Luotettavuutta kuitenkin heikentää aikaisemman tutkimustiedon vähäisyys käsiteltävästä aiheesta.

Isän alkoholinkäyttö ja siitä aiheutuvat haitat lapselle saattaa olla herkkä aihe monelle isälle. Erityisesti nuoret isät voivat kokea aiheen esille ottamisen araksi. Tämän vuoksi terveysaineistoa kehiteltäessä kiinnitettiin huomiota siihen, ettei ketään loukata, syyllistetä eikä asioita yleistetä. Terveysaineistossa haluttiin korostaa isä-lapsi-suhteen tärkeyttä ja hyvää vanhemmuutta ja siten saada isät pohtimaan omaa alkoholinkäyttöään lapsen seurassa. Terveysaineisto on toteutettu hyvän terveysaineiston laatuksien mukaan. Teoriatietoa ei löytynyt siitä, minkälainen miehille suunnatun terveysaineiston tulisi olla. Tämä saattaa vaikuttaa terveysaineiston toimivuuteen.

Tämän opinnäytetyön osana kehitetyllä terveysaineistolla pyritään edistämään koko perheen terveyttä. Terveiden edistämisesäkin on eettiset ongelmakohdansa, jotka liittyvät ihmisen itsemääräämisoikeuteen omissa valinnoissaan ja elämässään (ETENE 2008, 12–13). Yhteiskunnalla on kuitenkin oikeus puuttua toisten terveyden vaarantavaan terveyskäyttäytymiseen. On eettisesti perusteltua puuttua esimerkiksi nautintoaineiden käyttöön, silloin kun ne vaarantavat käyttäjän ja muiden terveyttä. (Lehto 2008, 17.) Aiheen arkuudesta huolimatta on siis eettisesti hyväksyttävää käsitellä isän alkoholinkäyttöä, sillä se vaikuttaa muidenkin kuin isän omaan terveyteen. Aineiston eettistä hyväksyttävyyttä tukee myös se, että isien itsemääräämisoikeuteen ei kajota. Aineistolla ei puututa kenenkään alkoholinkäyttöön, vaan pyritään vaikuttamaan isien ajatusmaailmaan ja valintoihin. Jokaisella on oikeus itse päättää aineistoon tutustumisesta ja omista valinnoistaan.

Terveysaineistoa arvioitiin ja jatkokehitettiin terveydenhoitajien ja kohderyhmän edustajien palautteen pohjalta. Aluksi tarkoituksena oli saada isien palaute lastenneuvoloiden asiakkailta. Palautteen keräämiseen olisi tarvittu tutkimuslupa tutkimussuunnitelmiseen, mutta aikataulun ja resurssipulan vuoksi tällaiseen ei ollut mahdollisuutta. Isien palaute saatiin kerättyä tuttavien kautta ja otokseksi saatiin neljä isää. Palautetta tuleekin siis tarkastella kriittisesti, koska otos on pieni ja palaute on saatu tutuilta. Palautelomakkeiden mukana oli saatekirje, jossa kerrottiin aineiston tavoitteet. Niissä mainittiin, ettei aineiston ole tarkoitus olla syyllistävä. Palautteeseen, joka koskee aineiston syyllistävyyttä, tulee suhtautua kriittisesti, koska saatekirje saattoi vaikuttaa vastaukseen.

9 POHDINTA

Tämä opinnäytetyö on kirjallisuuspohjainen työ isyydestä ja alkoholinkäytöstä. Osana opinnäytetyötä on kehitetty Ihana isä - selvänä lapsen seurassa - terveysaineisto. Aluksi tarkoituksena oli teettää aineisto äitiysneuvolaan, mutta aiheeseen perehtyessä tulimme siihen tulokseen, että terveysaineisto olisi hyvä jakaa vasta lastenneuvolassa ensimmäisillä käynneillä. Raskausaikana vanhemmuus ei ehkä ole isälle vielä konkreettinen asia ja isän voi olla hankala pohtia tulevaa elämänmuutosta. Lapsen synnyttyä isä saattaa olla motivoituneempi ajattelemaan lapsen hyvinvointia ja tekemään elämäänsä tarvittavia muutoksia. Vaikka aineisto on ajateltu jaettavan lastenneuvolassa, se soveltuu myös äitiysneuvolan käyttöön.

Terveysaineiston tavoitteena oli saada isät tietoisiksi siitä, miten lapset kokevat isän alkoholinkäytön sekä saada isät ajattelemaan omaa alkoholinkäyttöään ja lapsen kanssa vietettävää aikaa. Tavoitteiden toteutumista on arvioitu keräämällä aineistosta palautetta terveydenhoitajilta ja kohderyhmältä eli isiltä. Palautteen mukaan aineisto koettiin yleisesti hyödylliseksi ja mielenkiintoiseksi. Aineisto herätti isien mukaan jonkin verran ajatuksia, mutta palautelomakkeen sanallisista vastauksista huomaa, että ajatuksia oli herännyt enemmänkin. Isät pitivät aihetta tärkeänä ja heidän mielestään se tulisikin ottaa puheeksi neuvolassa nykyistä enemmän. Isien mielestä aihe on sellainen, jota ei välttämättä tule ajatelleeksi, mutta aineiston lukeminen saa pohtimaan asioita omalta kohdalta. Isien palautteesta voidaan todeta, että aineisto on herättänyt monenlaisia ajatuksia. Terveysaineiston tavoite voidaan siis katsoa toteutuneeksi. On kuitenkin selvää, että Ihana isä - selvänä lapsen seurassa -terveysaineistoa pitäisi testata suuremmalla kohderyhmäotoksella, jotta todella voitaisiin arvioida aineiston toimivuutta ja tavoitteiden toteutumista.

Isien mielestä aineisto olisi hyvä jakaa kaikille isille. Vaikka aineisto on suunnattu isille, sopii se heidän palautteensa mukaan myös äideille, sillä aineisto saattaa herättää ajatuksia yhtäläillä äideissä. Onkin hienoa jos aineisto onnistuu

herättämään ajatuksia molemmissa vanhemmissa. Terveystenhoitajien palautteen mukaan isien alkoholinkäyttö olisi hyvä ottaa puheeksi useammin myös äitien kanssa, sillä joskus äidit saattavat vähätellä asiaa. Alkoholinkäyttö otetaan usein puheeksi vasta silloin, kun tilanne koetaan ongelmaksi. Selvää on, että vanhempien normaalia alkoholinkäyttöä käsitteleville aineistoille on suurta tarvetta niin ammattilaisille kuin asiakkaillekin, ja aiheeseen tulee jatkossa kiinnittää entistä enemmän huomiota niin neuvoloissa kuin yhteiskunnan tasollakin.

Yhtenä terveysaineiston tavoitteena oli käsitellä asiaa syylistämättä ja syytlemättä ja tavoite saavutettiin palautteen mukaan lähes täydellisesti. Terveystenhoitajien palautteen mukaan tämänkaltaisissa asioissa saisi aikuisia hieman syylistääkin ja liiallista hyssyttelyä tulisi välttää. Kyse on kuitenkin lapsen edusta ja hyvinvoinnista. Koska aineistoa ei koeta syylistäväksi, voivat terveydenhoitajat itse pohtia miten he haluavat asian esittää asiakkaalleen. Juuri syylistämättömyyden vuoksi aineisto sopii kaikille isille alkoholinkäyttömäärästä riippumatta ja on täten monikäyttöisempi erilaisille asiakkaille erilaisiin tilanteisiin.

Neuvoloilla ei tietävästi ole aiemmin ollut jaettavaa materiaalia aiheesta. Neuvoloissa isien normaali alkoholinkäyttö sivuutetaan helposti ja alkoholinkäytöstä keskustellaan vasta kun se on riskikäytön tasolla. Tämän aineiston jakamisen yhteydessä terveydenhoitajalla on kuitenkin mahdollisuus ottaa esille myös vähäisemmän alkoholinkäytön haitat lapselle. Aineistoa voidaan käyttää eräänlaisena puheeksiottamisen välineenä, mutta aiheesta keskustelu edellyttää terveydenhoitajalta aiheeseen perehtymistä. Terveystenhoitajille tulisikin tulevaisuudessa kehittää aiheesta tietopaketti. Tietopaketin kehittäminen on kuitenkin mahdollista vasta, kun on saatavissa lisää tutkimustietoa isän alkoholinkäytön vaikutuksista lapseen. Tähän mennessä tutkimuksia on tehty lähinnä vain alkoholin ongelmakäytön vaikutuksista.

Opinnäytetyön aihe on noussut nyt ajankohtaiseksi ja siihen on alettu kiinnittää huomioita yhteiskunnassamme erilaisilla hankkeilla ja tutkimuksilla (vrt. esim.

Itäpuisto 2008, Halme 2009, Alko 2009). Myös tämän aineiston avulla halutaan nostaa aihe esille ja saada ihmiset keskustelemaan asiasta. Terveysaineistolla pyritään edistämään perheen terveyttä saamalla isät ajattelemaan omaa alkoholinkäyttöään lasten näkökulmasta. Aineistolla voi olla yksilötasolla suurikin merkitys lapsen kannalta, mikäli isä huomioi lapsen näkökulman alkoholinkäyttötilanteissa.

LÄHTEET

A-klinikkasäätiö. 2008. Lasinen lapsuus -2011. Viitattu 31.3.2009 <http://www.lasinenlapsuus.fi/fi-FI/II2011/>

Alko. 2009. Viisas vanhemmuus - millaisen mallin annat lapselle? Viitattu 31.3.2009 <http://lastenseurassa.fi>

Bergström, B. 2007. AUDIT ja mini-interventio lapsiperheiden alkoholin käytön vähentämisessä. Viitattu 30.3.2009 <http://neuvolakeskus.stakes.fi/NR/rdonlyres/A4E4BCFA-C30D-4CDB-8D0F-F4626917591D/0/Bergstromtiivistelma2007.pdf>

Coffelt, N.; Forehand, R.; Olson, A.; Jones, D.; Gaffney, C. & Zens, M. 2006. A longitudinal examination of the link between parent alcohol problems and youth drinking: The moderating roles of parent and child gender. *Addictive Behaviors* 31 (2006), 593–605.

Eskelinen, K-L. 2008. Yhdessä elämään - Viesti nuorilta vanhemmille. Viitattu 2.11.2009 <http://www.yhdessaelamaan.fi/index2.php3?file=tekstit/viestivanhemmille.html>.

ETENE. 2008. Terveiden edistämisen eettiset haasteet. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Halme, N. 2009. Isän ja leikki-ikäisen lapsen yhdessäolo - Yhdessäoloa, isänä toimimiseen liittyvää stressiä ja isän tyytyväisyyttä parisuhteessa kuvaavan rakenneyhtälömallin kehittäminen ja arviointi. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

Hirsjärvi, S.; Remes, P. & Sajavaara, P. 2000. 6. painos. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Hulkkonen, M. 2006. Isyyden tukeminen ehkäisee perheiden päihdepulmia: Isä tietää jotain. *Tiimi – Päihdealan erikoislehti* 5/2006, 4–7.

Itäpuisto, M. 2008. Pullon pohjimmaisat – Lapsi, perhe ja alkoholi. Helsinki: Kirjapaja.

Itäpuisto, M. 2009a. Miksi lapsinäkökulma on tärkeä? Viitattu 30.3.2009 <http://www.lasinenlapsuus.fi/fi-FI/lapsinakokulma>

Itäpuisto, M. 2009b. Vanhempien päihteiden käyttö lasten ongelmana. Viitattu 30.3.2009 <http://www.lasinenlapsuus.fi/Page/7b35d1e3-5ba4-4b30-8c77-da1ba84c814b.aspx>

Kansanterveyslaitos, Mielenterveyden ja alkoholitutkimuksen osasto. 2004. Alkoholi elimistössä. Viitattu 30.3.2009 http://www.ktl.fi/portal/suomi/osastot/mao/paihteet_ja_riippuvuus/alkoholi_elimistossa/

Koivisto, J. & Haverinen, R. 2006. Systemaattiset tutkimuskatsaukset vaikuttavuuden arvioinnin välineenä sosiaalialalla. *Hallinnon Tutkimus* 25 (3), 108–126.

Kokkonen, M. 2005. Pikkuaikuisia, näkymättömiä lapsia ja nuoria kapinallisia - 11-12-vuotiaiden käsityksiä lasten henkisestä pahoinvoinnista ja siitä selviytymisestä. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Koskinen-Ollonqvist, P.; Parkkunen, N. & Vertio, H. 2001. Terveysaineiston suunnittelun ja arvioinnin opas. Helsinki: Terveiden edistämisen keskus.

Kuronen, M. 2007. Alkoholi lapsen silmin. *Kansanterveyslehti* 3/2007, 7–8.

Kuusisto, V. & Niemelä, T. 2005. Isän ja lapsen yhteinen arki- yhdessäoloa, osallistumista ja jakamista. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Kääriäinen, M. & Lahtinen, M. 2006. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus tutkimustiedon jäsentäjänä. *Hoitotiede* 18 (1), 37–45.

- Laari, L.; Opari, P. & Varamäki, R. 2008. Suomalaisten alkoholiasenteet. Helsinki: Terveyden edistämisen keskus.
- Lastensuojelun keskusliitto. 2005. Lapsen hyvä elämä 2015 - toimintalinjaus. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto.
- Lehto, M. 2008. Ehkäisevä terveydenhuolto ja etiikka. Teoksessa ETENE (toim.) Terveyden edistämisen eettiset haasteet. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö, 16–18.
- Marttunen, M. Riittävän hyvä vanhemmuus. Kansanterveys-lehti 9/2005, 5.
- Mesiäislehto-Soukka, H. 2005. Perheenlisäys isien kokemana – Fenomenologinen tutkimus. Oulu: Oulun yliopisto.
- Mäkelä, P. 2003. Alkoholin käyttö ja haitat lisääntyvät. Duodecim 2003; 119: 2481–7.
- Ohannessian, C. & Hesselbrock, V. 2008. Adolescent health brief - Paternal Alcoholism and youth substance abuse: the indirect effects of negative affect, conduct problems and risk taking. Journal of Adolescent Health 42 (2008), 198–200.
- Paajanen, P. 2006. Perhebarometri 2006: Päivisin leiväntuoja, iltaisin hoiva-isä - Alle 3-vuotiaiden esikoislasten isien näkemyksiä ja kokemuksia isyydestä. Helsinki: Väestöliitto Väestötutkimuslaitos.
- Peltoniemi, T. 2005. Suomalaisten lasinen lapsuus 1994 ja 2004. Tiimi 2/2005, 4–10.
- Perälä-Littunen, S. 2004. Cultural Images of a Good Mother and a Good Father in Three Generations. Jyväskylä: University of Jyväskylä.
- Raitasalo, K. 2009. Harva hyväksyy alkoholinkäytön lasten seurassa. Viitattu 10.3.2010 <http://www.lastenseurassa.fi/news.php?5>
- Rissanen, L. 2004. Arjen askareet – Vanhempien ja lasten yhteiselle tekemiselle antamat merkitykset. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Roine, M. 2009. Joka neljäs suomalainen kokee lapsuudenkodissaan käytetyn liikaa päihteitä. Tiimi - Päihdealan erikoislehti 6/2009, 4–7.
- Rouvinen-Wilenius, P. 2009. Tavoitteena hyvä ja hyödyllinen terveysaineisto - Kriteeristö aineiston tuotannon ja arvioinnin tueksi. Helsinki: Terveyden edistämisen keskus.
- Saarto, A. 2005. Liikakäytön tunnistaminen. Viitattu 10.3.2010 <http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/231-liikakayton-tunnistaminen>
- Scholte, R.; Poelen, E.; Willemsen, G.; Boomsma, D. & Engels, R. 2008. Relative risks of adolescent and young adult alcohol use: The role of drinking fathers, mothers, siblings and friends. Addictive Behaviors 33 (2008), 1–14.
- Sinkkonen, J. 1998. Yhdessä isän kanssa. Helsinki: WSOY.
- Stakes. 2006. Ehkäisevän päihdetyön laatukriteerit. Helsinki: Stakes.
- Terveyden edistämisen keskus. 2009. Terveysaineiston laatukriteerit. Viitattu 24.10.2009 http://www.health.fi/index.php?page=arv_tyokaluja&i=100192
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2002. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausten käsitteleminen. 2. painos. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta.
- Valkonen, L. 2006. Millainen on hyvä äiti tai isä? Viides- ja kuudesluokkalaisten vanhemmuuskäsitykset. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Valvira & Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2010. Alkoholijuomien kulutus vuonna 2009. Viitattu 10.3.2010 http://www.valvira.fi/files/Liite_tiedotteeseen%206_2010%20suomeksi.pdf

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Yeung, W.J.; Sandberg, J.F.; Davis-Kean, P.E. & Hofferth, S.L. 2001. Children's time with fathers in intact families. *Journal of Marriage and the Family* 63(1), 136–155.

Ylinen, M. 2002. Isyys, uusiutuva luonnonvara – Keski-ikäisten miesten kokemuksia isyydestä. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Österberg, E. & Mäkelä, P. 2009. Alkoholin käyttö Suomessa. Viitattu 2.11.2009 <http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/111-alkoholinkaytto-suomessa>.

Hyvä terveydenhoitaja,

olemme viimeisen vuoden terveydenhoitajaopiskelijoita Turun Ammattikorkeakoulusta. Opinnäytetyönä toteutimme Ihana isä – selvänä lapsen seurassa -terveysaineiston, jonka tarkoituksena on saada isät pohtimaan omaa alkoholinkäyttöään lapsen seurassa ja läsnä ollessa. Kohderyhmänä on kaikki isät alkoholinkäyttömäärästä ja -tavoista riippumatta, sillä alkoholinkäyttö lapsen seurassa on asia, jota moni kohtuukäyttäjäkään ei välttämättä ole tullut ajatelleeksi.

Aineiston on tarkoitus olla ajatuksia herättävä ja helppolukuinen, informatiivisuuden ja ”saarnaamisen” jätimme tarkoituksella pois. Aineisto voisi toimia mahdollisesti myös eräänlaisena apuvälineenä terveydenhoitajalle esimerkiksi keskustelun avaamiseksi.

Nyt tarvitsemme apua aineiston laadun ja sisällön kehittämisessä. Pyydämme kohteliaimmin Sinua arvioimaan lyhyesti aineistoamme ja sen käytettävyyttä oheisella arviointilomakkeella. Kiireisen opiskeluaikataulun vuoksi pyydämme palauttamaan arviointilomakkeen jo _____ mennessä.

Lisätietoa saat halutessasi tekijöiltä (yhteystiedot alla) tai opettaja Anu Puodinketo-Wahlstenilta (anu.puodinketo-wahlsten@turkuamk.fi).

Ystävällisin terveisin th-opiskelijat:

Henna Dalén (henna.dalen@students.turkuamk.fi)

Heli Hongisto (heli.hongisto@students.turkuamk.fi)

Emilia Lamminen (emilia.lamminen@students.turkuamk.fi)

Hyvä Isä,

olemme viimeisen vuoden terveydenhoitajaopiskelijoita Turun Ammattikorkeakoulusta. Opinnäytetyönä loimme oheisen Ihana isä – selvänä lapsen seurassa -vihkosen, jonka tarkoituksena on saada Sinut isänä pohtimaan omaa alkoholinkäyttöäsi lapsesi seurassa ja läsnä ollessa.

Vihkonen on suunnattu kaikille isille riippumatta siitä, miten paljon ja millä tavoin alkoholia käytetään. Vanhemman alkoholinkäyttö lapsen silmin on asia, jota moni kohtuukäyttäjäkään ei välttämättä ole tullut ajatelleeksi.

Ihana isä – selvänä lapsen seurassa -vihkosen on tarkoitus olla ajatuksia herättävä ja helppolukuinen. Jätimme liialliset faktatiedot ja ”saarnaamisen” tarkoituksella pois. Tavoitteena on myös käsitellä asiaa ilman syyttelyä tai syyllistämistä.

Nyt tarvitsemme Sinun eli kohderyhmän edustajan kallisarvoista palautetta siitä, miten onnistuimme tehtävässämme. Pyydämme kohteliaimmin Sinua arvioimaan lyhyesti vihkosta ja sen käytettävyyttä oheisella arviointilomakkeella. Kiiressen opiskeluaikataulun vuoksi pyydämme palauttamaan arviointilomakkeen jo _____ mennessä.

Lisätietoa saat halutessasi tekijöiltä (yhteystiedot alla).

Ystävällisin terveisin th-opiskelijat:

Henna Dalén (henna.dalen@students.turkuamk.fi)

Heli Hongisto (heli.hongisto@students.turkuamk.fi)

Emilia Lamminen (emilia.lamminen@students.turkuamk.fi)

Ihana isä – selvänä lapsen seurassa -aineiston arviointilomake terveydenhoitajille

1. Herättääkö aineiston kansilehti ja otsikko mielenkiintoa tutustua aineistoon?

() erittäin paljon () paljon () kohtalaisesti () ei ollenkaan

Perustelut:

2. Kuinka selkeä ja helppolukuinen aineiston ulkoasu on?

() erittäin selkeä ja helppolukuinen () selkeä ja helppolukuinen () hieman vaikeaselkoinen () vaikeaselkoinen

Perustelut:

3. Kuinka hyvin kuvat havainnollistavat esitettyä asiaa?

() erittäin hyvin () hyvin () kohtalaisesti () ei ollenkaan

Perustelut:

4. Herättääkö aineisto ajatuksia?

() erittäin paljon () paljon () jonkin verran () ei ollenkaan

Perustelut:

5. Onko aineisto syyllistävä tai syyttelevä?

() erittäin syyllistävä/syyttelevä () syyllistävä/syyttelevä () osittain syyllistävä/syyttelevä () ei ollenkaan syyllistävä/syyttelevä

Perustelut:

6. Onko aineiston sisältö asiallista ja aiheen kannalta olennaista?

() erittäin asiallista/olennaista () asiallista/olennaista () osittain asiallista/olennaista () ei ollenkaan asiallista/olennaista

Perustelut:

7. Kuinka hyvin aineisto sopii kohderyhmälle eli isille?

erittäin hyvin hyvin huonosti ei ollenkaan

Perustelut:

8. Ovatko aineiston lopussa olevat linkit mielestäsi sopivia ja onko niitä riittävästi?

erittäin sopivia/riittäviä sopivia/riittäviä vähemmän sopivia/riittäviä
 ei ollenkaan sopivia/riittäviä

Perustelut:

9. Kuinka konkreettinen ja helposti jaettavissa oleva aineisto on?

erittäin konkreettinen ja helposti jaettavissa oleva konkreettinen ja helposti jaettavissa oleva vähemmän konkreettinen ja helposti jaettavissa oleva ei ollenkaan konkreettinen ja helposti jaettavissa oleva

Perustelut:

10. Kuinka tarpeellinen aineisto on terveydenhoitajan työssä?

() erittäin tarpeellinen () tarpeellinen () vähemmän tarpeellinen () ei ollenkaan tarpeellinen

Perustelut:

11. Käyttäisitkö aineistoa omassa työssäsi?

() kyllä () ei () en osaa sanoa

Perustelut:

12. Onko aineistossa selviä puutteita, mitä? Onko aineistossa jotain erityisen hyvää, mitä? Muita kommentteja aineistosta?

Ihana isä – selvänä lapsen seurassa -vihkosen arviointilomake isille

1. Herättääkö vihkosen kansilehti ja otsikko mielenkiintoa tutustua aineistoon?

erittäin paljon paljon kohtalaisesti ei ollenkaan

Perustelut:

2. Kuinka selkeä ja helppolukuinen vihkosen ulkoasu on?

erittäin selkeä ja helppolukuinen selkeä ja helppolukuinen hieman vaikeaselkoinen vaikeaselkoinen

Perustelut:

3. Kuinka hyvin kuvat sopivat aiheeseen?

erittäin hyvin hyvin huonosti ei ollenkaan

Perustelut:

4. Herättääkö vihkonen ajatuksia aiheesta?

() erittäin paljon () paljon () jonkin verran () ei ollenkaan

Perustelut:

5. Koetko vihkosen syyllistäväksi tai syytteleväksi?

() erittäin syyllistävä/syyttelevä () syyllistävä/syyttelevä () osittain syyllistävä/syyttelevä () ei ollenkaan syyllistävä/syyttelevä

Perustelut:

6. Jaksoiko aineiston lukea läpi?

() jaksoi erittäin hyvin () jaksoi hyvin () jaksoi jotenkuten () ei jaksanut

Perustelut:

7. Kuinka sopiva vihkonen on isille?

erittäin sopiva sopiva vähemmän sopiva ei sopiva ollenkaan

Perustelut:

8. Ovatko vihkosen lopussa olevat linkit mielestäsi hyödyllisiä ja onko niitä riittävästi?

erittäin sopivia/riittäviä sopivia/riittäviä vähemmän sopivia/riittäviä
 ei ollenkaan sopivia/riittäviä

Perustelut:

9. Jäikö vihkosesta mitään mieleen?

erittäin paljon paljon vähemmän ei ollenkaan

Perustelut:

10. Koetko vihkosen jakamisen kaikille isille hyväksi ja tarpeelliseksi asiaksi?

() erittäin hyvä/tarpeellinen () hyvä/tarpeellinen () vähemmän hyvä/tarpeellinen () ei ollenkaan hyvä/tarpeellinen

Perustelut:

11. Koetko vihkosen hyödylliseksi?

() erittäin hyödyllinen () hyödyllinen () vähemmän hyödyllinen () ei ollenkaan hyödyllinen

Perustelut:

12. Onko vihkosessa selviä puutteita, mitä? Onko vihkosessa jotain erityisen hyvää, mitä? Kaipaisitko jotain lisää? Muita kommentteja?

Ihana isä

- selvänä lapsen seurassa



Asiaa isyydestä ja alkoholista