

# Päihteet, perhe ja häpeä

Luento Hämeenlinnan Raatihuoneella  
kumppanuusseminaarissa 3.11.2009

Jorma Virtanen

# Päihteet perheissä

- ▶ 530 000 työikäisellä on perheenjäsenen tai jäsenten alkoholinkäytöstä johtuvia ongelmia (Stakesin juomatapatutkimus -2000)
- ▶ 17 %:lla (n. 800 000) yli 15-vuotiaista on kokemuksia lapsuudenkotinsa alkoholin tai muun päihteen liikkakäytöstä (Lasinen lapsuus-hankkeen tutkimus 1994)
- ▶ arviolta 100 000 vanhemman lapsi kärsii päihdeongelmasta (Stakesin juomatapatutkimus – 2000)

# Häpeä tunteena

- ▶ ihmisen käsitys siitä, millaiseksi hän tuntee itsensä suhteessa muihin.
- ▶ kunnioittavan vastavuoroisuuden puute
- ▶ käsitys omasta itsestä suhteessa itseen
- ▶ tunteena "passiivinen"
- ▶ häpeää voi tuntea myös toisesta ja toisen tekemisestä

# Häpeän monet kasvot

- ▶ erilaisuus
- ▶ kelpaamattomuus
- ▶ pelko tulla hylätyksi
- ▶ turvattomuus
- ▶ jännittäminen
- ▶ arvottomuus

Usein on helpompi tunnistaa häpeän torjuntamekanismit kuin varsinainen häpeä

(Malinen, 2003)

# Häpeäkompassi

eli häpeän hallintamenetelmiä (Nathanson)

vetäytyminen

hyökkääminen  
muita vastaan

hyökkääminen  
itseä vastaan

välttäminen



# Päihteet, perhe ja häpeä

(14 läheisen kirjoitusta häpeästä)

- ▶ elämä on usein sosiaalisesti rajoittunutta
- ▶ omat tarpeet ja toiveet unohtuvat
- ▶ keskeisenä on ongelma, ei elämä
- ▶ läheisen raitistamisyritysten epäonnistuminen tuottaa syyllisyyttä
- ▶ vanhempi kokee häpeää tilanteesta ja syyllisyyttä kasvattajana

# Häpeän käsittely, tilanteen helpottuminen

- ▶ tiedon lisääminen, sairauskäsitys vähentää päihteiden käytön tuottamaa häpeää
- ▶ vertaiskokemukset (12 askeleen ohjelmat, muut vertaisryhmät, läheisille tarkoitettut kurssit)
- ▶ "kun ammattilaiset ottavat läheisen tilanteen tosissaan"
- ▶ kiitollisuus "elämän kasvatusmenetelmiin"

# Johtopäätöksiä

- ▶ Häpeän koteloituminen (käsittelemättömyys) saattaa pysäyttää analyyttisen prosessin tai estää sen käynnistymisen (Ikonen & Rechardt, 1994)
- ▶ Päihdehoidossa olisi otettava huomioon koko perhe. Tutkimusten mukaan se parantaa päihdehoidon tuloksia (Mäkelä, 1998)
- ▶ Jokaisella perheenjäsenellä on oikeus kuulla sanat: "Mitä SINULLE kuuluu?"