
**"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen
ja saanut tätä kautta elämän kuntoon"**

Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.


HAMK
HÄMEEN AMMATTIKORKEAKOULU

Ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyö

Sosiaalialan koulutusohjelma

Lahdensivu, 6.10.2010

Susanna Einola



Sosiaalialan koulutusohjelma
Hämeenlinna

Työn nimi "Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

Tekijä Susanna Einola

Ohjaava opettaja Päivi Mäntyneva

Hyväksytty _____ . _____ .20_____

Hyväksyjä

LAHDENSIVU

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosiaalipedagoginen kasvatusta

Tekijä	Susanna Einola	Vuosi 2010
Työn nimi	"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.	

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyö on tehty yhteistyössä Tampereen Ankkurin kanssa, joka on avohoitoyksikkö laitoshoidosta palaaville päihdeongelmaisille. Ankkuri toimii kristillisten arvojen pohjalta. Opinnäytetyön tavoitteena on selvittää asiakkaiden luomia merkityksiä, ajatuksia ja kokemuksia Ankkurin avokuntoutuksesta. Opinnäytetyössä etsitään vastauksia kahteen tutkimuskysymykseen: Miten asiakas määrittelee Ankkurin avokuntoutuksen merkityksen arkielämäänsä sekä mitä kristillisuus Ankkurin avokuntoutuksessa käytännössä on asiakkaan mielestä?

Työ on toteutettu laadullisena tutkimuksena. Tutkimusaineiston tiedonkeruun menetelmänä on käytetty teemahaastattelua. Tutkimusaineisto on kerätty haastatteleamalla yhteensä neljää Ankkurin nykyistä sekä vanhaa asiakasta. Työn teoreettisina lähtökohtina on käytetty aiheeseen liittyvää kirjallisuutta, muun muassa päihderiippuvuudesta, hengellisyydestä ja kristillisestä ihmiskäsityksestä.

Opinnäytetyön tutkimuksen tulokset osoittavat, että Ankkurilla ja etenkin sen kristillisellä sanomalla on ollut suuri merkitys asiakkaan arkielämäänsä ja päihderiippuvuudesta vapautumisessa. Haastateltavien arkeen tuli kuntoutuksen ansiosta uusi elementti: hengellisyys ja sen todeksi eläminen. Uskoontulo muutti arkea ja sen rutiineja. Asiakkaiden arvot saivat uuden tärkeysjärjestyksen. Tutkimustulosten perusteella voidaan kuitenkin todeta myös, ettei usko yksin riitä auttamaan päihdeongelmasta kärsivää ihmistä. Uskon rinnalle tarvitaan muun muassa tukevia ja raittiita ihmissuhteita, oma halu, onnistumisen kokemuksia, turvallinen ympäristö toipumiseen, tukea oman identiteettinsä ja minäkuvan löytämiseen sekä toivoa tulevaisuudesta.

Avainsanat riippuvuus, päihdepalvelujärjestelmä, hengellisyys, kristillinen ihmiskäsitys

Sivut 41 s. + liitteet 2 s.

Lahdensivu
Degree Programme in Social Services

Author	Susanna Einola	Year 2010
Subject of Bachelor's thesis	"I'm proud that I've, nevertheless, joined this and got ten my life sorted out" The experiences of the clients about Ankkuri rehabilitation.	

ABSTRACT

The thesis was made in co-operation with Ankkuri in Tampere which is an outpatient care unit for recovering substance abusers leaving institutional care. The work at Ankkuri is based on Christian values. The purpose of this thesis was to examine the clients' thoughts and experiences about the outpatient rehabilitation at Ankkuri. The thesis attempted to answer two questions: How do the clients describe the impact of Ankkuri outpatient rehabilitation to their everyday life, and how is Christianity conveyed in practice in Ankkuri outpatient rehabilitation from the client's viewpoint?

The thesis was carried out as a qualitative research. The research material was collected by theme interviews among four present or former clients of Ankkuri. The theoretical background of the thesis consists of literature concerning the topic, for example substance abuse, Christianity and the Christian idea of man.

The results of the thesis reveal that Ankkuri and especially its Christian message have had a huge effect on the clients' everyday life and their recovery from the substance abuse. The interviewed clients got a new element in their everyday life because of the rehabilitation: spirituality and living by it. Falling into faith changed their everyday life and its routines. The clients' values were rearranged in a new order of importance. However, it can also be noted that faith alone cannot help a person with substance abuse problems. Alongside faith there is a need for example for lasting and supporting substance-free relations, own will, experiences of success, a safe environment to recover, support for finding one's own identity and self-image and hope for the future.

Keywords addiction, substance abuse care system, spirituality, Christian idea of man.

Pages 41 p. + appendices 2 p.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	PÄIHTEIDEN KÄYTTÖ JA RIIPPUUUS.....	2
2.1	Päihteiden käyttö suomalaisessa kulttuurissa.....	2
2.2	Päihdehaitat ja yhteiskunta.....	3
2.3	Päihderiippuvuus.....	4
2.3.1	Sosiaalinen, psyykinen ja fyysinen riippuvuus.....	5
2.3.2	Päihderiippuvuuden selitysmalleja.....	6
2.3.3	Riippuvuudesta vapautuminen.....	7
2.4	Päihdepalvelujärjestelmä.....	8
2.4.1	Sosiaali- ja terveydenhuollon yleiset palvelut.....	8
2.4.2	Sosiaali- ja terveydenhuollon erityispalvelut.....	9
2.5	Kristilliset järjestöt palvelujärjestelmässä.....	9
2.6	Aiempiä tutkimuksia opinnäytetyöhöni liittyen.....	10
3	KRISTILLINEN ALKOHOLISTI- JA NARKOMAANITYÖ (KAN) SEKÄ OPINNÄYTETYÖN KANNALTA TÄRKEIDEN KÄSITTEIDEN AVAAMISTA... 13	
3.1	Historia.....	13
3.2	Toimintaperiaate.....	14
3.3	Toimintayksiköt.....	14
3.4	Ankkuri.....	16
3.5	Uskonnollisuus, hengellisyys, Kristillinen ihmiskäsitys ja kääntymys - käsitteiden avaamista.....	17
3.5.1	Uskonnollisuus ja hengellisyys.....	17
3.5.2	Kristillinen ihmiskäsitys.....	18
3.5.3	Kääntymys.....	19
4	TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUKSEN TAVOITTEET.....	21
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	22
5.1	Kvalitatiivinen tutkimus.....	22
5.2	Teemahaastattelu.....	22
5.3	Haastatteluun osallistujat.....	23
5.4	Tutkimuksen kulku ja aineiston hankinta.....	23
5.5	Aineiston analyysi, luotettavuus ja eettisyys.....	24
5.5.1	Analyysi.....	24
5.5.2	Luotettavuus.....	25
5.5.3	Eettisyys.....	25

6	TUTKIMUKSEN TULOKSET	26
6.1	Millaiset asiat Ankkurissa viestittävät siitä, että se on kristillinen kuntoutuspaikka?	26
6.2	Ankkurin kuntoutuksen merkitys elämään	27
6.2.1	Sosiaalinen merkitys	27
6.2.2	Psyykinen merkitys	29
6.2.3	Hengellinen merkitys	30
6.2.4	Fyysinen merkitys	32
6.2.5	Ankkurin kokonaisvaltainen kuntoutus	32
7	JOHTOPÄÄTÖKSET	34
8	POHDINTA	38
	LÄHTEET	39
Liite 1	Haastattelurunko	
Liite 2	Lupa haastattelun nauhoitusta varten	

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni tavoitteena on selvittää Tampereen Ankkurin avokuntoutuksen konkreettisia vaikutuksia asiakkaiden arkielämään. Ankkurissa kuntoutetaan päihdeongelmaisia kristilliseltä arvopohjalta, jonka vuoksi haluan kartoittaa myös kristillisyyden näkymistä Ankkurin toiminnassa asiakkaan näkökulmasta. Päädyin aihevalintaani yhdessä Ankkurin ohjajien kanssa.

Kristillinen päihdetyö on aina ollut melko näkymätöntä, joka osaltaan herätti kiinnostukseni aiheita kohtaan. Halusin tietää lisää aiheesta, josta loppujen lopuksi puhutaan yleisesti melko vähän, mutta johon kuitenkin saatetaan helposti liittää erilaisia ennakkoluulojakin. Kristillistä päihdetyötä tehdään Suomessa laajassa mittakaavassa monien eri järjestöjen tuottamana.

Hengellisyys on osa ihmistä ja, siksi on tärkeää, että on palveluita, jotka pystyvät vastaamaan myös asiakkaan hengellisiin tarpeisiin. Sosiaali- ja terveysministeriön laatimassa päihdepalvelujen laatusuosituksissa todetaan, että asiakkaan ilmaiset eksistentiaaliset ja uskonnolliset tarpeet tulee ottaa huomioon palveluiden kokonaisuudessa (Päihdepalvelujen laatusuosituksen 2002, 20). Eksistentiaalisilla tarpeilla ja kysymyksillä tarkoitetaan olemassa oloon liittyviä kysymyksiä, joissa ihminen pohdiskelee elämänsä tarkoitusta ja mielekkyyttä. Lisäksi opetusministeriön selvityksen mukaan jo koulutuksessa tulisi luoda valmiuksia tunnistaa elämän tarkoitukseen ja uskonnollisiin kysymyksiin liittyvä etsintä, jotta asiakas voitaisiin ohjata oikeisiin ja hänelle tarkoituksenmukaisempiin palveluihin. (Päihdeongelmien ehkäisyn ja hoidon koulutuksen kehittämistyöryhmän mietintö 2007, 47.)

Perälä, Tedre ja Kanerva (2009, 215) ovat kuitenkin artikkelissaan sitä mieltä, että käytännössä olemassa oloon ja elämän tarkoitukseen liittyvien kysymysten puheeksi ottaminen on vaikeaa esimerkiksi kuntien päihdepalveluiden piirissä. Hengellisten asioiden ja kysymysten käsittely väistyy helposti taka-alalle kiireen ja muiden työpaineiden tieltä. Hengelliset asiat saattavat olla asiakkaalle erittäin läheisiä ja merkityksellisiä ja siten nämäkin asiat ovat tärkeitä asiakkaan kuntoutuksen kannalta.

Opinnäytetyöni teoriaosuudessa käsittelen muun muassa suomalaista päihdekulttuuria, päihderippuvuutta, päihdepalvelujärjestelmää ja kristillisiä järjestöjä sen osana. Kerron myös Kristillisestä alkoholisti- ja narkomaanistyöstä sekä selitän opinnäytetyöni kannalta tärkeitä käsitteitä.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

2 PÄIHTEIDEN KÄYTTÖ JA RIIPPUVUUS

2.1 Päihteiden käyttö suomalaisessa kulttuurissa

Ihmiset käyttävät päihteitä useimmissa kulttuureissa eri puolilla maailmaa. Käytetyt päihteet, niistä aiheutuvat haitat, päihteisiin liittyvät sosiaaliset normit sekä yhteiskunnan säätelytoimenpiteet vaihtelevat eri kulttuurien välillä. Suomalaista yhteiskunta voidaan pitää edelleen vahvasti alkoholikulttuurina, vaikkakin viime vuosina alkoholinkäytön rinnalle ovat nousseet myös lääkkeet ja eri huumausaineet. (Inkinen, Partanen & Sutinen 2006, 26; Weckroth, 2001, 30.)

Suomen Päihdehuoltolain mukaan päihteellä tarkoitetaan alkoholijuomaa ja muuta päihtymistarkoituksessa käytettävää ainetta. Alkoholin lisäksi päihdetarkoitukseen käytetään erilaisia rauhoittavia, uni- ja kipulääkkeitä, huumausaineita sekä muita päihdyttäviä aineita kuten erilaisia liuottimia. (Finlex 1986/41 1 luku, 2§)

Viime vuosikymmenten aikana alkoholinkäyttö on lisääntynyt suomalaisten keskuudessa. Tällä hetkellä alkoholinkäytön määrä on nelinkertainen verrattuna 1960-luvun alkuvuosiin. Vuonna 2008 kokonaiskulutus 100-prosenttisenä alkoholina oli noin 10,45 litraa asukasta kohti. Valtaosalle juominen ei aiheuta merkittävää riskiä tai haittaa. Alkoholinkäyttö on kuitenkin yleistä. Tutkimukset ovat osoittaneet, että tietyltä kulutustasolta alkaen alkoholinkäyttöön liittyvien terveydellisten ja sosiaalisten haittojen todennäköisyys kasvaa voimakkaasti. Tutkimusten perusteella viikon aikana juodun alkoholimäärän riskirajaksi on valittu miehille 24 annosta ja naisille 16 annosta. Terveystutkimuksen mukaan 30-64-vuotiaista miehistä 17 prosenttia ja naisista viisi prosenttia täytti riskikäytön, haitallisen käytön tai alkoholiriippuvuuden kriteerit. Alkoholinkäytön aiheuttama tauti tai alkoholimyrkytys on myös yleisin suomalaisten työikäisten kuolemansyy. (Aalto & Seppä 2009, 14-15; Österberg & Mäkelä 2006.)

Suomalaisten alkoholinkulutus jakautuu epätasaisesti väestön kesken. Pieni osa ei juo ollenkaan, suuri osa juo vähän, suurin osa kohtuudella ja pieni osa juo erittäin paljon. Suomalaisten juomiskulttuurin ominaispiirteisiin kuuluu esimerkiksi se, että alkoholinkäytön yhdistäminen arkipäiväiseen illastamiseen tai lounastamiseen on harvinaista. Alkoholinkäyttö on myös harvinaista Suomessa. Alkoholinkäyttö kuuluu ja keskittyy suomalaisessa kulttuurissa viikonloppuun. (Österberg & Mäkelä 2006.) Havion, Inkisen ja Partasen mukaan (2008, 93) suomalaisessa kulttuurissa alkoholinkäyttö on saumattomasti hyväksytty rentoutumis- ja vapaa-ajan vieton muodoksi. Humalan tavoittelu on edelleen yleistä ja hyväksyttävää. Yhteiskunnallisen ikääntymiskeskustelun myötä esille on viime aikoina noussut myös ikääntyneiden lisääntyneet päihdeongelmat.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

Ikääntyneiden osuuden kasvaessa, ikääntyneiden päihdeongelmaisten määrä tulee myös jatkossa kasvamaan. On arvioitu, että 5 - 10 prosentilla yli 64-vuotiaista suomalaisista on ainakin ajoittain alkoholin ongelma- ja riskikäyttöä. (Suhonen 2004.)

Huumausaineiden käyttö Suomessa on vastaavasti tasaantunut viime vuosien aikana 1990- luvun niin sanotun toisen huumeaallon jälkeen. Huumausaineiden käyttö on keskittynyt nuorempiin ikäryhmiin, joiden käyttö kylläkin on tutkimusten mukaan vähentynyt. 1990- luvun huumausaineiden käytön kasvun myötä huumausaineilla on Suomessa silti huomattavasti aikaisempaa vahvempi asema. Miehet käyttävät huumausaineita naisia useammin. Amfetamiinin ja opiaattien ongelmakäyttäjien osuudeksi koko maan osalta arvioitiin vuoden 2005 tutkimuksessa 0,6-0,7 prosenttia 15–55 vuotiaista. Luku henkilömääränä tarkoittaa noin 14 500–19 000 ongelmakäyttäjää. (Aalto & Seppä 2009, 22.) Päihteiden sekakäyttö on myös yleistynyt ja lisääntynyt viime vuosina. Sekakäyttö on tällä hetkellä alkoholin käytön jälkeen yleisin päihteiden käytön muoto. Tavallisesti sekakäytöllä tarkoitetaan alkoholin, lääkkeiden ja/tai huumeiden samanaikaista tai peräkkäistä päihdekäyttöä. (Inkinen, Partanen & Sutinen 2006, 54.)

Suomessa huumeisiin suhtautuminen on pääasiassa jyrkän kielteinen. Vaikka alkoholin ja huumeiden käytössä on kyse pyrkimyksestä päihtymiseen, suhtautuminen poikkeaa toisistaan erittäin paljon. Huumeiden käyttö nähdään kielteisenä, haitallisena sekä rikollisena toimintana. Huumeiden käyttö nähdään myös usein alakulttuuriin rajoittuvana ilmiönä, jonka ei haluta koskevan niin sanotun valtakulttuurin jäseniä. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 95.)

2.2 Päihdehaitat ja yhteiskunta

Päihteiden ongelmakäyttö vaikeuttaa yksilön ja ryhmien osallisuutta ja osallisuuden kokemuksia. Päihteidenkäyttäjillä on usein yhteiskuntaan kuulumattomuuden tunteita ja sosiaaliset verkostot ovat kapeita. Suomalainen yhteiskunta sietää huonosti erilaisuutta, joka ei yhtään auta päihdeidenkäyttäjän tilannetta. Syrjintä, syrjäytyminen tai sen uhka johtavat usein siihen, että päihdeidenkäyttäjän yhteiskunnallinen osallisuus heikkenee. (Särkelä 2009.)

Päihteiden käytön haittoja voidaan tarkastella monista eri näkökulmista. Kansanterveyden sekä terveydenhuollon näkökulmasta päihteiden käyttö on riskikäyttäytymistä. Päihteiden terveyshaitoista puhuttaessa huomio on kiinnittynyt melko pieneen osaan päihdeongelmaisten ryhmästä. Pitkäaikainen päihteiden käyttö aiheuttaa kuitenkin paljon ongelmia, etenkin suurkuluttajien ryhmä aiheuttaa merkittäviä haittoja kansantaloudellisesti mitattuna. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 97.)

Työelämässä päihdehaitat näkyvät poissaloina, myöhästymisinä, sairastumisina, onnettomuuksina ja henkilöstön vaihtuvuutena. Päihdeongelma saattaa myös työyhteisössä hankaloittaa henkilöstön keskinäisiä suhteita ja

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

yhteistyötä. Toisaalta myös työyhteisön kireä ja kiireinen ilmapiiri saattaa lisätä päihdeongelman synnyn riskiä. (emt. 2008, 97.)

Päihteiden käytön vaikutukset päihdeongelmaisen läheisiin ovat myös vakavia. Psykkiset, fyysiset ja sosiaaliset ongelmat kasaantuvat ja avuntarvitsijoita on useita. Erilaiset sosiaaliset ongelmat, toimeentulovaikeudet ja perheväkivalta ovat kasvavia ongelmia. (Mt. 2008, 97.)

Päihteiden käyttöön liittyvä rikollisuus työllistää poliisia, oikeuslaitosta sekä vankeinhoitolaitosta. Etenkin huumeiden käyttöön liittyy usein omaisuusrikoksia. Vastaavasti alkoholin käyttöön liittyy enemmänkin väkivaltarikoksia. Päihteiden käytön vaikutuksista myös lastensuojelun tukitoimenpiteiden kasvuun ei ole valtakunnallista näyttöä, mutta joidenkin alueellisten selvitysten mukaan alkoholi on merkittävä taustatekijä huostaanotoissa. Lastensuojelun tukitoimenpiteiden piirissä olevien lasten lukumäärä on kasvanut viime vuosina. (Mt. 2008, 97-98.)

Alkoholikuolemat ja alkoholisairastavuus on lisääntynyt erittäin nopeasti. Päihteet ovat myös Suomen tieliikenteessä kasvava riski. Alkoholitapausten osuus kuolemaan johtaneista tieliikenneonnettomuuksista oli 2005 vuonna 23 prosenttia. (Mt. 2008, 98-99.)

2.3 Päihderiippuvuus

Riippuvuudella voidaan tarkoittaa eri yhteyksissä varsin monenlaisia käyttäytymiseen ja ihmisten välisiin suhteisiin liittyviä ilmiöitä. Ihminen joutuu tasapainoilemaan läpi elämänsä riippuvuuden ja riippumattomuuden tarpeiden välillä. Ihminen voi kehittää riippuvuuden jopa aivan viattomiin asioihin kuten ruokaan ja liikuntaan. Addiktiota voi luonnehtia ennen kaikkea voimakkaaksi sisäiseksi pakoksi ja toiminnan hallinnan heikkenemiseksi. Addiktiivisen toiminnan lopettamiseen tai estymiseen liittyy myös ahdistusta ja pahaa oloa. Toimintaa kuitenkin jatketaan ilmiselvistä haitoista huolimatta. (Holopainen 2001, 41; Havio, Inkinen & Partanen 2008, 40; Koski-Jännes 2000, 26, 28)

Päihderiippuvuudesta puhuttaessa riippuvuus merkitsee päihdehakuisen käyttäytymisen voimistumista ja sen muuttumista pakonomaiseksi sekä käytön hallintakyvyn heikkenemistä. Päihtyneenä olemisen mahdollistaminen ohjaa suurta osaa ihmisen havainnoimisesta ja toimeliaisuudesta. Riippuvuuden tunnusmerkkinä voidaan pitää toleranssin kasvua sekä vieroitusoireiden ilmaantumista päihteiden käytön lopettamisen yhteydessä. (Holopainen 2001, 41; Tamminen 2000,17.)

Koski-Jänneksen (2000, 43) riippuvuustutkimuksen mukaan ensikontakti riippuvuutta aiheuttaneeseen aineeseen syntyi yleensä noin 16-17 vuoden iässä. Sekakäyttäjät olivat aloittaneet jo noin 13-vuotiaana. Päihteiden käytön alkamisesta kesti noin kymmenen vuotta siihen, että käyttö alettiin tuntea ongelmalliseksi. Kaiken kaikkiaan addiktiivisen käyttäytymisen

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

kokonaiskesto kyseisessä aineistossa oli noin 20 vuotta, eli erittäin pitkistä ajoista on kyse. Riippuvuus ongelmat eivät ole vähäisiä tai ohimeneviä murheita, vaan ne leimaavat käyttäjän elämää vuosien, jopa vuosikymmenien ajan.

Koski-Jänneksen (2000, 32) mukaan riippuvuuden ydin ei ole siinä, mitä tilaa kulloinkin ihminen tavoittelee, vaan siinä, että addiktiivisen käyttämisen avulla pääsee nopeasti toivottuun tilaan. Esimerkiksi huumeiden käyttäjä ei jää koukkuun huumeesta saatuihin elämyksiin vaan nopeaan helpotukseen, joka tulee hänelle muutaman minuutin kuluessa huumeen ottamisesta. Nautintoa ja tyydytystä synnyttävät asiat herättävät ihmisissä myönteisiä odotuksia, joka on riippuvuuden kehityksen kannalta keskeinen asia. Hetkellisistä hyvän olon tunteista voi aluksi saada apua, mutta ajan kuluessa haitat kasautuvat ja ihminen on päätenyt ansaan, josta ei pääse pois, vaikka sitä haluaisikin. Riippuvuutta kuvataan usein erilaisilla kehämäisillä malleilla. Esimerkiksi huumeiden käyttäjä, joka on koukussa fyysistä riippuvuutta aiheuttaviin aineisiin, tuntee olonsa normaaliksi vain aineen vaikutuksen alaisena. Käytön lopettaminen saa aikaan vieroitusoireet. Oireet ovat kuitenkin niin pahat, että henkilö ryhtyy käyttämään ainetta uudestaan, koska tietää sen helpottavan tilannettaan.

2.3.1 Sosiaalinen, psyykinen ja fyysinen riippuvuus

Päihderiippuvuus voi olla sosiaalista, psyykkistä tai fyysistä. Sosiaalinen riippuvuus näkyy ihmisen kiinnittymisenä sellaiseen sosiaaliseen verkostoon, jossa päihteiden käyttö on keskiössä. Sosiaalinen riippuvuus esiintyy etenkin päihteiden käytön alkuvaiheessa. (Holopainen 2001, 41 - 42; Havio, Inkinen & Partanen 2008, 42-42.)

Psyykkisessä riippuvuudessa ihminen kokee päihteen välttämättömäksi elämässään. Elämä tuntuu mahdottomalta ilman päihdettä. Psyykinen riippuvuus syntyy aineen tuottaman mielihyvän vuoksi sekä opitun käyttäytymisen kautta. Päihdehakuisuus on tällöin suuri osa myös monia muita tunnekokemuksen muotoja. Päihde auttaa hakemaan seuraa, torjumaan tylsyyttä, ahdistuneisuutta jne. (Holopainen 2001, 41 - 42; Havio, Inkinen & Partanen 2008, 43; Koski-Jännes 2000.)

Fyysisessä riippuvuudessa ihmisen elimistö on jo tottunut päihteeseen niin, että päihteen puuttuminen aiheuttaa elimistössä eriasteisia häiriöitä, jotka ilmenevät vieroitusoireina. Fyysisessä riippuvuudessa aineen vaikutus on synnyttänyt hermoston muutoksia, joka vahvistaa päihteen tarvetta. Olo on niin sanotusti normaali vain päihteen vaikutuksen alaisena. Fyysisen riippuvuuteen kuuluu myös toleranssin kasvu. Toleranssi syntyy toistuvasta päihdealtistuksesta ja onkin siis harjoitukseen verrattavissa oleva ilmiö. Elimistö tottuu päihteeseen ja ihmisen halutessa saada aiemman kaltaisen vaikutuksen päihteesestä, on hänen käytettävä sitä kasvavin määrin, eli sietokyky on kasvanut. (Holopainen 2001, 41 - 42; Havio, Inkinen & Partanen 2008, 43; Koski-Jännes 2000, 33.)

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

2.3.2 Päihderiippuvuuden selitysmalleja

Jokaisella ihmisellä on omat syynsä ja motiivinsa käyttää päihteitä. On monia eri tekijöitä, jotka vaikuttavat siihen, muuttuuko ihmisen alkoholin kohtuukäyttö alkoholiriippuvuudeksi tai huumeekokeilu huumeriippuvuudeksi. Kaikista ei suinkaan tule riippuvaisia. Olennaista on, miten keskeiseksi päihteiden käyttö muuttuu ihmisen elämässä. Päihdeaddiktioon johtavia syitä on etsitty monista eri lähtökohdista, mutta toistaiseksi ratkaisua ei ole vielä löytynyt. Sille, miksi ihminen juo alkoholia tai miksi hän juo sitä liian paljon, ei ole siis löydetty yhtä tieteellistä selitystä. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 42 - 43; Tamminen 2000, 18.)

Päihderiippuvuudesta on olemassa erilaisia selitysmalleja, jotka voidaan jakaa kolmeen pääryhmään: biologinen, psykologinen ja sosiaaliskulttuurinen. Jokaisessa ryhmässä on toisilleen vastakkaisia teorioita, ja kaikkiaan teorioita on useita kymmeniä, muun muassa lääketieteellisiä, geneettisiä, oppimispsykologisia, sosiologisia ja yhteiskunnallisia teorioita. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 43; Tamminen 2000, 18.)

Lääketieteen kiinnostus suuntautuu etenkin päihteidenkäytön aiheuttamiin terveyshaittoihin ja sairauksiin. Geneettisellä perimällä on osoitettu myös olevan vaikutusta alkoholisoitumiseen, mutta tätä voidaan tarkastella toisestakin näkökulmasta. Vaikka geneettisillä tekijöillä näyttää olevan vaikutusta, suuri osa alkoholisteista on syntynyt vanhemmista, joiden alkoholin käyttö ei ole ollut ongelmallista. Psykiatrinen näkökulma taas tutkii päihderiippuvuutta persoonallisuushäiriönä, yhtenä psykiatristen sairauksien luokkana. Sosiaalipsykologia sekä oppimispsykologia ymmärtävät päihderiippuvuutta ihmisen ja hänen ympäristönsä välisenä vuorovaikutuksena. Tällöin päihdeongelmien selityksissä painottuvat elämänhistoriaan, elämäntapaan ja elämäntilanteeseen liittyvät ilmiöt. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2008, 23; Havio, Inkinen & Partanen 2008, 43.)

Tammisen (2000, 20) mielestä päihderiippuvuuden syistä antaa kattavimman kuvan kulttuurinen selitys. Sen mukaan juomatavat ja juomisen käsittäminen ongelmana ovat aika ja paikka sidonnaisia asioita. Sosiaaliset, kulttuuriset, taloudelliset ja poliittiset tekijät vaikuttavat juomatapoihin, ja sitä kautta myös yksilöön. Tällöin päihdeaddiktion yleisyys näyttäisi riippuvan vallitsevista kulttuurisista merkityksistä, päihteiden saatavuuden helppoudesta tai vaikeudesta, eikä niinkään yksilöllisistä tekijöistä. Kulttuuriset selitykset eivät kerro yksilöstä, vaan ennemminkin siitä, että yksilöllisten päihdeongelmien esiintymistiheys vaihtelee historiallisesti ja eri kulttuurien välillä. Mitä suurempi merkitys päihteiden käytöllä on kulttuurisella tasolla, niin sitä suurempi merkitys sillä on muodostua yksilön elämän keskipisteeksi.

Päihderiippuvuus on monimuotoinen prosessi, joka kehittyy yleensä hitaasti ja salakavalasti. Päihderiippuvuuden syntymiseen vaikuttavat muun muassa päihteen fysiologiset vaikutukset, päihteen käyttäjän fyysiset omi-

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

naisuudet, persoonallisuuden rakenne, psyykinen varustus sekä yhteisölliset ja kulttuurisidonnaiset tekijät. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 44.)

2.3.3 Riippuvuudesta vapautuminen

Irrottautuminen riippuvuuskäyttäytymisestä on usein pitkäaikainen prosessi, joka merkitsee riippuvuutta aiheuttavaan asiaan liittyvien käsitysten ja kokemusten muuttamista. Motivaatio muutokseen alkaa herätä silloin, kun ihminen alkaa kyseenalaistaa omaa käyttäytymistään. Pysyvä käyttäytymisen muutos voi vaatia useita yrityskertoja, ennen kuin lopullinen muutos vakiintuu. Osa päihteidenkäyttäjistä pystyy lopettamaan päihteiden käytön itse, ilman ulkopuolisen apua. Monet kuitenkin tarvitsevat irtautumiseen apua ja tukea. Päihteidenkäyttäjä joutuu tiedostamaan aiempien valintojensa ongelmallisuuden sekä riippuvuuden kielteiset seuraukset ja tekemään valintoja. Hän joutuu muuttamaan asenteitaan, elämäntapaansa ja omaa identiteettiään, jotta onnistuu päihteettömyydessä. (Mt. 2008, 44, 154-156.)

Kognitiivinen psykologia tarkastelee käyttäytymisen muutosta useampi-vaiheisena muutoksen pyöränä. Muutoksen vaihemallissa on esiharkintavaihe, harkintavaihe, päätösvaihe, toimintavaihe, ylläpitovaihe, retkahdus. (Mt. 2008, 48.) Seuraavassa lyhyet kuvakset kustakin vaiheesta.

Esiharkintavaiheessa ihminen ei vielä tunnista ongelmaansa itse. Lähiympäristö sen sijaan alkaa kokea ihmisen päihteiden käytön häiritseväksi tai ongelmalliseksi. Ihminen saattaa havahtua läheisiltä saamaan palautteen, muttei ole vielä kuitenkaan valmis muuttamaan käyttäytymistään. Esiharkintavaihe voi kestää jopa vuosia. (Mt. 2008, 48.)

Harkintavaiheessa ihminen alkaa huolestua itse tilanteestaan ja tiedostaa päihteidenkäytöstä syntyvät haitat. Ihminen on ambivalenssivaiheessa. Toisaalta päihteistä on iloa, toisaalta haittaa. Ambivalenssivaiheen jälkeen on päätösvaihe. Henkilö sitoutuu päätökseensä lopettaa päihteiden käytön ja ryhtyy konkreettisiin toimiin. (Mt. 2008, 48.)

Toimintavaiheessa päätös muuttuu ympäristölle havaittavaksi toiminnaksi. Ihminen hakee vaihtoehtoja päihteille, puhuu päihteettömyydestä, hakee tukea jne. Ylläpitovaihe on haasteellisen vaihe muutosprosessissa. Riski retkahtamiseen kasvaa, kun tilanne alkaa muuttua taas arkipäiväisemmäksi. Päihteistä aletaan mahdollisesti etsiä positiivisia kokemuksia harmaiden arkipäivien vaihtoehtoksi. Myös pettymykset saattaa johtaa retkahtamiseen, joka on myös osa muutosprosessia. Retkahdus tulisi nähdä ennemminkin mahdollisuutena kuin epäonnistumisena. Retkahdus mahdollistaa löytämään syyt, jotka altistaa vanhalle käyttäytymismallille. (Mt. 2008, 49.)

Kukin näistä vaiheista vaatii oman aikansa ja vasta sitten ihminen on valmis siirtymään seuraavaan vaiheeseen. Ulkopuolisen auttajajan on hyvä tietää ja tunnistaa nämä vaiheet, jotta hän osaa tukea riippuvuudesta eroon pääsevää oikea-aikaisesti ja kokonaisvaltaisesti. (Mt. 2008, 49.)

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

Riippuvuudesta vapautumiselle on monta tietä, eikä se noudata aina samaa kaavaa. Muutos voi käynnistyä monien erilaisten sattumusten ja kokemusten kautta. Addiktiivisen toiminnan lopettaminen vaatii perustavanlaatuisia murrosta ihmisen elämässä. Riippuvuudesta vapautuminen ei tarkoita vain sitä, että elämästä jää pois keskeinen elementti, vaan se merkitsee täysin uudelle tielle lähtemistä. (Koski-Jännes 2000, 227 - 230.)

2.4 Päihdepalvelujärjestelmä

Päihdehuoltolain (1986/41 1 luku, 3§) mukaan kunta on vastuussa siitä, että päihdehuolto järjestetään sisällöltään ja laajuudeltaan sellaiseksi kuin kunnassa esiintyvä tarve edellyttää. Kunnissa päihdehuoltopalvelut on järjestetty hyvin eri tavoin. Kunnilla on mahdollisuus tuottaa palvelut itse, yhdessä muiden kuntien kanssa tai ostamalla palvelut päihdepalveluja tuottavilta tahoilta. Tällaisia tahoja ovat muun muassa järjestöt, säätiöt ja yksityiset palveluntuottajat. Päihdepalvelujärjestelmä jaetaan yleisesti sosiaali- ja terveydenhuollon yleispalveluihin ja erityispalveluihin. (Salaspuuro, Kiiänmaa & Seppä 2003, 192; Havio, Inkinen & Partanen 2006, 99.)

Päihdehuollon pyrkimyksenä on ehkäistä ja vähentää päihteiden ongelmakäyttöä sekä siihen liittyviä sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja. Myös päihteidenkäyttäjän ja hänen läheistensä toimintakyvyn ja turvallisuuden edistäminen kuuluvat päihdehuollon tavoitteisiin. Päihdehuollon palvelut kuuluvat henkilöille, joilla on päihteiden käyttöön liittyviä ongelmia sekä hänen läheisilleen. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2008, 129.)

Päihdepalveluille suuntaa luo Sosiaali- ja terveysministeriön ja Suomen Kuntaliiton Päihdepalvelujen laatusuositukset. Suositukset ovat valmisteltu tukemaan kuntien päihdepalvelujen suunnittelua, järjestämistä ja kehittämistä. Laatusuositukset on suunnattu sosiaali- ja terveydenhuollon sekä yleisten että erityisen päihdepalvelujen asiakastyölle ja ne koskevat valtion, kuntien sekä yksityisten yritysten tai järjestöjen tuottamia palveluja. (Päihdepalvelujen laatusuositukset 2002, 3, 15.) Lisäksi Kansallinen mielenterveys- ja päihdesuunnitelma linjaa mielenterveys- ja päihdetyön tulevaisuuden keskeiset periaatteet vuoteen 2015. Suunnitelmassa painotetaan asiakkaan aseman vahvistamista, mielenterveyden ja päihteettömyyden edistämistä ja ongelmien ja haittojen ehkäisyä ja hoitoa sekä kaikkien ikäryhmien mielenterveys- ja päihdepalvelujen järjestämistä painottaen perus- ja avohoitopalveluja. (Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2009, 5.)

2.4.1 Sosiaali- ja terveydenhuollon yleiset palvelut

Sosiaali- ja terveyshuollon yleisiin palveluihin kuuluvat muun muassa sosiaalitoimiston palvelut, kotipalvelu, perheneuvonta, kouluterveydenhuol-

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

lon- ja työterveyshuollon palvelut sekä terveyskeskuksen vastaanotto- ja päivystyspalvelut. Terveyskeskussairaalat ja erikoissairaanhoido kuuluvat pääosin myös yleisiin palveluihin, joskin niissä voi olla päihdehuollon erityispalveluiksi määriteltäviä osastoja tai sairaansijoja. Noin puolet päihdeasiakkaista hoidetaan yleisissä palveluissa ja loput erityispalveluissa. (Salaspuro, Kiianmaa & Seppä 2003, 192.)

2.4.2 Sosiaali- ja terveydenhuollon erityispalvelut

Tilanteessa, jossa yleiset palvelut eivät voi enää vastata päihdeongelmaisen tai hänen läheistensä palveluntarpeeseensa, tulee lain mukaan käyttää sosiaali- ja terveydenhuollon erityispalveluita. Tällaisia palveluita ovat esimerkiksi A-klinikan palvelut, nuorisotasemat, katkaisuhoidotasemat, kuntoutuslaitokset, palveluasunnot, ensisuoja ja päiväkeskukset. Suuren osan päihdehuollon erityispalveluista tuottavat päihdehuoltoon erikoistuneet järjestöt, joilta kunnat tilaavat tarvitsemansa palvelut ostopalveluna. Monet kansalaisjärjestöt, seurakunnat sekä muut uskonnolliset yhteisöt ja erilaiset vertaisryhmät ovat suuri ja merkittävä osa palveluista. Järjestöt eivät ole ainoastaan välineitä kuntien hyvinvointipolitiikan toteuttamisessa, vaan keskeisiä toimijoita verkostomaisessa hallintajärjestelmässä. (Salaspuro, Kiianmaa & Seppä 2003, 192–193; Kaukonen 2000, 108; Möttönen & Niemelä 2005, 102.)

2.5 Kristilliset järjestöt palvelujärjestelmässä

Kristillinen päihdetyö on ollut melko näkymätöntä näihin päiviin asti, niin päihdehuollon järjestelmän jäsenyksissä kuin tutkimuksissakin. Nyt kuitenkin Sininauhaliitto on aloittanut elokuussa 2008 Raha-automaattiyhdistyksen rahoittamana Kristillisen päihdetyön kaksivuotisen tutkimushankkeen. Hankkeen tarkoituksena on tuottaa tietoa kristillisten päihdejärjestöjen tavoitteista, toiminnasta ja niissä tehtävästä päihdetyöstä. Tutkimuksessa kysytään muun muassa, miten kristillistä päihdetyötä tekevät toimijat ovat reagoineet sosiaalipolitiikassa tapahtuneisiin muutoksiin ja millä tavalla muuttunut toimintaympäristö on mahdollisesti muokannut kristillisen päihdetyön sisältöjä. Tietoa on lähdetty etsimään aivan ruohonjuuritasolta lähtien. Tutkimuksessa tarkastellaan myös sitä, miten kristillisessä päihdetyössä mukana olevat ihmiset määrittelevät toiminnan merkityksen omassa arkielämässään. (Perälä, Terde & Kanerva 2009, 214–216; Kanerva, Perälä & Trede 2009, 26.)

Kristillisistä järjestöistä suurin palveluiden tuottaja on Sininauhaliitto. Sininauhaliitto on valtakunnallinen kristillisten päihdejärjestöjen keskusliitto. Sininauhaliittoon kuuluvat järjestöt ovat itsenäisiä ja vain osa järjestöistä toimii Sininauha-nimisinä. Järjestöt ovat liiton kautta verkottuneet ja monipuolinen osaaminen on tällä tapaa yhteisessä käytössä. Sininauhaliiton jäsenyhteisöt ylläpitävät avoimuollollisia palveluita, kuten päiväkeskuksia, kontaktitupia, teetupia, nuorisokahviloita sekä välimuotoisina palveluina muun muassa tukiasuntoja, selviämisasema- ja ensisuoja-toimintaa.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

Ne järjestävät myös laitokuntoutusta sekä erityiskuntoutusta. (Niemelä 1999, 166–197; Sininauhaliitto n.d.)

Päihdehoito- ja kuntoutustyötä järjestävät myös Kristillinen alkoholisti- ja narkomaaniryö ry sekä Pelastusarmeija ja Katulähetysliitto. Pelastusarmeija ylläpitää miehille ja naisille tarkoitettuja asuntoloita, hoitokoteja sekä palvelukeskuksia. Katulähetysliitto puolestaan tukee jäsen seurakuntien - ja yhdistysten vapaaehtoista katulähetys-, vankila- ja erityisdiakoniatyötä, erityisesti päihde-, kriminaaliongelmien ja asunnottomien auttamiseksi sekä antaa koulutuksellista tukea työntekijöille. Katulähetysliittoon kuuluu 37 yhdistysjäsentä. (Pelastusarmeija 2010; Katulähetysliitto n.d.)

Evangelisluterilaisten seurakuntien päihdetyö on myös erittäin laajalaista. Kirkko on elänyt mukana yhteiskunnallisten murrosten lävitse ja vastannut kunkin ajan tarpeisiin. Kirkon asema on keskeinen suomalaisessa yhteiskunnassa. Kirkolla on paljon kokemusperäistä tietoa alkoholihaittojen vähentämisestä. Kirkon rooli on pitää yllä armoa ja toivoa kaikissa olosuhteissa. Seurakunnallisen päihdetyön järjestäminen ja koordinointi kuuluu Kirkkohallituksen diakonia ja yhteiskuntatyön yksikkö KDY:lle. Kirkon kasvatusta ja nuorisotyön yksikkö, KNN, vastaa seurakuntien lapsi- ja nuorisotyöhön liittyvästä ennaltaehkäisevästä päihdetyöstä sekä varhaisen puuttumisen työalasta. Erityisnuorisotyössä päihdetyötä tehdään etsivän, kohtaavan ja korjaavan päihdetyön menetelmiä käyttäen. Päihdeongelman kanssa kirkko työskentelee päivittäin esimerkiksi perheasiain neuvottelukeskuksissa. Seurakuntien tekemässä päihdetyössä on nähtävissä laaja avoimuuden palveluiden kirjo: diakoniatyöntekijöiden vastaanotot, piirit ja kerhot, katkaisuleirit, erilaiset teetuvat, katulähetystoiminta, päiväkeskukset jne. (Valkoniemi 2006, 11 - 13.)

Kristilliset päihdejärjestöt tuottavat laajaa päihdepalvelua ympäri Suomea. Esimerkiksi kunnissa monet kristilliset päihdetyönjärjestöt ovat nykyään merkittäviä välityömarkkinoiden toimijoita. Ne tarjoavat työskentelymahdollisuuksia henkilöille, joilla on vaikeuksia sijoittua työhön avoimille työmarkkinoille, muun muassa työpajatoiminnan kautta. Kristilliset järjestöt toimivat noin sata vuotta ilman yhteistoimintaa, nyt jo yli 20 vuotta järjestöt ovat toimineet kiinteästi, harjoittaen valtakunnallista yhteistoimintaa. Myös kunnat ja valtio tekevät tiivistä yhteistyötä kristillisten päihdejärjestöjen kanssa. Seurakunnissa ja kansalaisten keskuudessa kristillinen päihdetyö on saavuttanut hyväksyttävän aseman. (Valkoniemi 2006, 18; Niemelä 1999, 165–166; Perälä, Terde & Kanerva 2009, 214.)

2.6 Aiempia tutkimuksia opinnäytetyöhöni liittyen

Niemelä (1999, 61, 168, 295 - 296) on tutkinut väitöskirjassaan uskonnollisen kääntymyksen kokeneiden ihmisten selviämistä päihdeongelmasta sekä eri hoitoyhteisöjen tapoja virittää ja vahvistaa asiakkaan uskonnollisen itsesuhteen muutosta suhteessa päihdeongelmaan ja sen ratkaisuun. Niemelä tutki yhteensä 19 kristillisen päihdehuollon piiriin kuuluvaa hoito- ja

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

kuntoutusyhteisöä vuonna 1997. Tulosten perusteella tutkija jakoi hoitoyhteisöt neljään eri malliin: elämäkatsomusmalli, yhdistelmämalli, palvelumalli ja ammatillinen malli. Elämäkatsomusmallissa on selkeä uskonnollinen sisältö, ammatillisessa mallissa puolestaan on sisältönä terapia ja yhdistelmämallissa on yhdistetty sekä ammatillinen että uskonnollinen lähestyminen. Palvelumallissa tarkoituksena on huolehtia asiakkaan elämän perusedellytyksistä, jolloin terapeutin ja uskonnollinen palvelu jää asiakkaan omatoimisuuden varaan.

Niemälä (1999, 86, 153–156, 293) tutki lisäksi kristillisen kääntymyksen kokeneiden ihmisten selviämistä päihdeongelmasta haastatteleamalla 34 ihmistä eripuolilta Suomea vuonna 1988. Osalla haastatelluista kääntymys oli tapahtunut ennen alkoholinkäytön lopettamista ja osalla raitistuminen sekä kääntymys tapahtuivat samanaikaisesti. Toisilla puolestaan raitistumisen jälkeinen elämän tyhjiys johti hengelliseen etsintään. Muutokselle alttiin tilan viritti hengellinen Jumal-kaipuu, elämän mielekkyyden etsintä, myönteiset kokemukset hengellisyydestä tai uskovien antama esimerkki sekä rakkaus ja huolenpito. Harvoilla motiivina olivat ainoastaan päihdeongelma. Etsintä synnytti haastatelluissa tilan, josta puhutaan etsikköaikana. Osalla hengellinen kokemus johti päihderiippuvuuden häviämiseen ja ne, joilla pakonomainen päihteiden käyttö ei ollut kadonnut, kehittivät erilaisia retkahduksentorjuntakeinoja. Tällaisia olivat muun muassa rukous, raamatun lukeminen, uskonystäviin tukeutuminen ja osallistuminen uskonnolliseen toimintaan. Uuden elämäntavan pysyvyyttä useimpien kohdalla tuki seurakunnallinen aktiivisuus. Oleellisesti elämänmuutokseen liittyi myös syyllisyyden ja syyllisyyskysymysten työstäminen ja ratkaiseminen.

Lappalainen (2005, 44–50) selvitti opinnäytetyössään kristillisen Kan-kontaktiyhteisön merkitystä päihteidenkäyttäjälle päihteistä vapautumisessa. Lappalainen haastatteli vuonna 2002 viittä Lahden Kan-kodilla ollutta henkilöä. Tutkimustulosten perusteella tutkija totesi, että kristillisellä päihdeyhteisöllä, kun tutkimuskohteena oli Lahden Kan-koti, on merkittävä vaikutus päihteiden väärinkäyttäjille päihteistä vapautumisessa. Uskoontulolla on merkittävä vaikutus yksilön elämässä ja sen kautta päihteistä irrottautuminen on helpompaa, kuin ilman uskoa. Haastatellut kokivat korkeamman voiman tueksi ja avuksi elämässä. Lappalainen toteaa kuitenkin myös, ettei pelkkä usko riitä auttamaan henkilöä vaan vapautumisessa tarvitaan lisäksi ulkopuolista apua ja tukea. Kaikki tutkimuksessa mukana olleet olivat kokeneet, että jonkinlaista muutosta hengellisyys oli aikaansaanut. Tutkimuksen mukaan tärkeää on se, että ihminen pääsee pois entisestä elämämpiiristään ja löytää itselleen oman yhteisön, jossa tuetaan hänen päihdeettömyyttään.

Valkoniemi (2006, 24–25) viittaa Helamon (2004) tutkimukseen, joka käsittelee Väentupa ry:n toiminnassa mukana olleita laitoshoidettuja päihdeasiakkaita ja heidän siviilissä selviytymistä. Helamo haastatteli viittätoista päihteiden takia laitoshoidon joutunutta ihmistä. Näistä kymmenen oli saavuttanut raittiin elämän. Tutkimustulosten perusteella Helamon mu-

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

kaan jokaisella tulisi olla jokin päihteetön yhteisö, johon voisi kokea kuuluvansa. Yksittäisenä raitistumistekijänä tutkimuksessa oli Jumalan tai jonkin Korkeamman voiman ja oman hengellisen kokemuksen merkitys, joka koettiin ylivertaisena haastateltujen raitistumis- tai raittiina pysymisen kokemuksissa.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

3 KRISTILLINEN ALKOHOLISTI- JA NARKOMAANITYÖ (KAN) SEKÄ OPINNÄYTETYÖN KANNALTA TÄRKEIDEN KÄSITTEIDEN AVAAMISTA

Kan tulee sanoista Kristillinen Alkoholisti- ja Narkomaani. Kan ei ole virallinen lyhenne, mutta se on yleisessä käytössä puhuttaessa Kristillisestä Alkoholisti- ja Narkomaanityöstä. Kan-työ on kristillistä päihdetyötä, joka on saanut alkunsa Helluntaiherätyksen piirissä. (Lappalainen 2005, 24; Huittinen & Jefimoff 2007, 27.)

Kristillinen alkoholisti- ja narkomaanityö ry on valtakunnallinen järjestö, jonka pyrkimyksenä on auttaa päihteiden käyttäjiä sekä vankilasta vapautuneita (Lappalainen 2005, 24). Alkoholisti- ja Narkomaanityö ry hallinnoi Kan-koteja ja työtä. Yhdistyksen toiminnanjohtajana toimii Markku Mäkinen. Kristillinen alkoholisti- ja narkomaanityö ry toteuttaa ennaltaehkäisevää päihdetyötä sekä erilaisia kehittämis- ja kokeiluhankkeita yhteistyössä paikallisseurakuntien ja Raha-automaattiyhdistyksen kanssa. (Huittinen & Jefimoff 2007, 27; Kristillinen alkoholisti- ja narkomaanityö ry n.d.)

3.1 Historia

Kan-työ sai vaikutteita syntyensä Amerikkalaiselta pastorilta David Wilkersonilta. Wilkerson työskenteli 1970-luvun lopussa New Yorkin slummialueella jenginuorten ja nuorten narkomaanien keskellä. Hän perusti näille nuorille Teen Challenge työkeskuksen, jossa heillä oli mahdollisuus saada hoitoa ongelmiinsa. Työkeskus ei ollut tarkoitettu pelkästään päihteiden käyttäjille, vaan tervetulleita olivat myös New Yorkin slummien syrjäytyneet ihmiset. Kan-työn toiminnan aloittamiseen on antanut virikkeitä myös Ruotsissa toimiva Lewi Pethrus-säätiön sosiaalis-kristillinen työ. (Huittinen & Jefimoff 2007, 27–28; Kristillinen alkoholisti- ja narkomaanityö ry n.d.)

Kan ry:n perustamiskokous pidettiin Keravalla 28.5.1971. Ensimmäinen Kan-koti, Näkinkoti avattiin 4.3.1972, jonka jälkeen toiminta lähti laajenemaan askel kerrallaan. Alkuun avattiin uusia Kan-koteja ja ensimmäinen päiväkeskustyyppinen toimintamuoto, Kemin kontaktikoti, aloitti toimintansa 1989. Myöhemmin kontaktikoti toiminta laajeni monille eri paikkakunnille. Kontaktikotien toimintaa ovat tukeneet vapaaehtoistyöryhmät seurakunnista. Taloudellisesti toiminta on ollut usein hyvin vaikeaa ja tiukalla. Taloutta on pyritty tukemaan valtakunnallisilla keräyksillä, kannattajajäsenien tuella sekä vapaaehtoistyöntekijöiden tuella. Hoitoyksiköiden varat kertyvät suurimmaksi osaksi hoitopäivämaksuista (Kristillinen alkoholisti- ja narkomaanityö ry n.d.)

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

3.2 Toimintaperiaate

Yhdistyksen sääntöihin (3§) on kirjattu Kan-työn johtava periaate: ”Yhdistyksen tarkoituksena on kristillisen elämäkatsomuksen mukaisen kuntouttamishoidon ja avun antaminen pysyvään vapautumiseen päihdyttäviä aineita käyttäville henkilöille ja samoin vankilasta vapautuneiden auttaminen yhteiskuntaa hyödyttävään elämään” Yhdistyksen toimintaperiaate on kristillinen. Toiminta perustuu raamatulliseen ihmiskuvaan, jonka mukaan ihmisen perusongelma on syntisyys. Ihmisen synnin vuoksi suhde Jumalaan, toisiin ihmisiin sekä itseensä on rikkoutunut ja vääristynyt. Jumalasuhteen korjaaminen kuuluu syntisen ihmisen eheytymiseen, joka alkaa syntien anteeksiantamisesta. Jumalasuhteen kuntoon laittamisesta seuraa ihmisen oma eheytyminen. Tavoitteena työllä on Kan-asiakkaille ajallinen ja iankaikkinen hyvä. (Kristillinen alkoholisti- ja narkomaaniryö ry n.d.)

Kristillinen Alkoholisti- ja Narkomaani työ ry pyrkii auttamaan niitä ihmisiä, jotka haluavat hoitoonsa kristillisen vaihtoehdon. Kan-yksiköt pyrkivät tarjoamaan asiakkailleen elämänympäristön, jossa harrastus, terapiatyö ja opetus antavat uusia virikkeitä ja innostavat osaltaan uuden elämän löytämiseen. Kodeissa autetaan myös niitä ihmisiä, jotka eivät halua motivoitua hoitoon. Heitä pyritään auttamaan mahdollisuuksien mukaan sosiaalisesti. (Huittinen & Jefimoff 2007, 29.)

Hoitoideologisesti Kan-työ toimii lääkkeettömästi. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että koulutetut ihmiset jakavat asiakkaille lääkärin määräämän lääkkeet, mutta lääkkeitä ajetaan lääkärin valvonnassa alas. Näin päihdeongelmainen voi vieroituksen jälkeen oppia taas tuntemaan itsensä ja opetella elämään aidosti ihmisenä. (Kristillinen alkoholisti- ja narkomaaniryö ry n.d.)

Kan ry on kehittänyt oman hoitoketjun, joka alkaa paikallis-seurakunnista. Seurakunnissa on yhdyshenkilöitä, jotka tukevat paikkakunnilla asiakkaiden hoitoon hakeutumisessa sekä ovat asiakkaan tukihenkilöinä hoidosta palattaessa. Itse hoitoon ohjauksesta vastaa kunnan sosiaali- tai päihdeviranomainen. Hoitoketjun toinen lenkki yhdyshenkilön jälkeen on Kontaktikodit, jotka toimivat vastaanottokoteina ja mittaavat asiakkaan motivaatioita hoitoon. Lisäksi ketjuun kuuluvat ammatilliset hoitokodit sekä jatko-toimipisteet, kuten asumispalveluyksiköt. Kan ry tekee yhteistyötä kristillisten seurakuntien, sosiaalitoimistojen, terveyskeskusten, katkaisuhoidosmiemien, A-klinikoiden ja muiden kristillisten päihdejärjestöjen kanssa. Kan-kodit eivät kilpaile hoitopaikoista, vaan pyrkivät toimimaan yhteistyössä kaikkien asiakasta koskevien tahojen kanssa. (Huittinen & Jefimoff 2007, 33.)

3.3 Toimintayksiköt

Kan ry:llä on Suomessa 14 toimipistettä. Kontaktipisteet ovat päiväkeskustyyppisiä toimintakeskuksia, joissa on päivittäin tuettua olemista ja tar-

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

jotaan pikku purtavaa. Asiakkaat voivat käydä myös suihkussa tai hakea puhtaita vaatteita. Päiväkeskuksia on Torniossa sekä Kiuruvedellä. Asiakas on usein käynyt päiväkeskuksessa pitemmän aikaa, ennen hoitoon siirtymistä. (Huittinen & Jefimoff 2007, 35–36; Kristillinen alkoholisti- ja narkomaaniryö ry n.d.)

Kan-kodit ovat hengellisiä koteja, jossa asiakkaalla on mahdollisuus kokeilla, haluaako hän kristillistä päihdehoitoa. Jokainen asiakas on Kan-kodissa aina aluksi noin kolme viikkoa esimerkiksi lyhyen katkaisuhoidon jälkeen. Tämän jälkeen hoito jatkuu hoitokodissa asiakkaan niin halutessa. Kan-kodit ovat tilapäisiä koteja ja lepopaikkoja, jossa on kodinomainen, turvallinen ja hengellinen ympäristö. Asiakkaan toipumista tuetaan keskustelujen, hengellisen ilmapiirin ja turvallisen ympäristön avulla. Kan-kodeissa on aina vastaavana ohjaajana joku ammattilainen sekä työntekijöiden on oltava sisäistänyt kristillisen hoidon periaatteet. Kan-kotien ohjelmaan kuuluu muun muassa aamuhartaus, erilaisia vertaistuki ja toipumisryhmiä, käynnit paikallisten seurakuntien hengellisissä tilaisuuksissa sekä omien niin sanottujen juoksevien asioiden hoitoa. Kan-koteja on Jyväskylässä, Hauholla, Parkanossa, Rovaniemellä Lahdessa, Raisiossa ja Seinäjoella. (Huittinen & Jefimoff 2007, 36–38; Kristillinen alkoholisti- ja narkomaaniryö ry n.d.)

Hoitokodit ovat Kan-kodin jälkeisiä hoitopaikkoja. Ne toimivat lääninhalituksen tehostetun asumispalveluntoiminnan toimiluvilla ja henkilöstörakenne on laitoshoidon vastaava. Hoitokodista riippuen asiakkaina on miehiä, naisia sekä perheitä. Kodeissa työskentelee muun muassa sosionomeja, sairaanhoitajia ja lähihoitajia. Hoitokotien toimintaa tukee konsultoiva psykiatrinen lääkäri ja hoidon sisältö vaihtelee hoitokotikohtaisesti. Pääasiallisesti hoito muodostuu yhteisöllisestä, hengellisestä, psykososiaalisesta, sielunhoidollisesta ja terapeutisesta työotteesta sekä vertaisryhmämalleista. Hoitokodeissa ylläpidetään lääkärin määräämää lääkitystä. Hoitojakson pituus on myös yksilöllinen ja hoidon jälkeen pyritään asiakkaan kanssa löytämään sopiva jatkopaikka. Hoitokodit ovat Myllymäellä sekä Korttesjärvellä. (Huittinen & Jefimoff 2007, 36–37; Kristillinen alkoholisti- ja narkomaaniryö ry n.d.)

Tuusniemessä sijaitsee työ kuntoutusyksikkö, joka on tarkoitettu hoidon jälkeiseen pidempiaikaiseen toipumiseen. Yksikössä asutaan vuokrasopimus pohjaisesti. Tavoitteena on työ kuntoutuksen keinoin opetella selviytymään tavallisesta arkielämästä. Yksikössä toimii puusepänerastas, jossa tehdään myös vanerinjaloitusta. Työnohjaaja neuvoo asukkeja arjen askareissa sekä opastaa työpajan töissä. (Kristillinen alkoholisti- ja narkomaaniryö ry n.d.; Huittinen & Jefimoff 2007, 38.)

Kan Ry on aloittanut myös toimintansa Riihimäen vankilassa vuonna 2010. Kristillisellä osastolla on vankilassa omat tilat, joihin mahtuu kahdeksan miestä. (Lähimmäinen 1/2010, 10.)

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

3.4 Ankkuri

Tampereen Ankkuri on avohoitoyksikkö laitoshoidosta palaaville päihdeongelmaisille. Tarkoituksena on tukea asiakasta omassa asuinympäristössään antaen valmiuksia kokonaisvaltaiseen elämänhallintaan sekä pysyvään raittiuteen. Ankkuriin hakeudutaan sosiaalitoimen ja eri päihdehuoltolaitosten kautta tai asiakas voi myös itse ottaa suoraan yhteyttä Ankkuriin. Ennen Ankkuriin tuloa on asiakkaan kuitenkin käytävä läpi päihdevieroitus. Ankkuri on suunnattu yli 18-vuotiaille päihdeongelmaisille. Yksikössä on seitsemän kuntoutuspaikkaa ja kaksi tukiasumispaikka. Kuntoutus Ankkurissa on maksullista. (Kristillinen alkoholisti- ja narkomaanityö ry n.d.)

Ankkuri toimii kristillisten arvojen pohjalta. Kristillisyyttä näkyy Ankkurin toiminnassa siten, että asiakkaiden hengelliset tarpeet huomioidaan. Asiakasta tuetaan ja autetaan löytämään hengellisyys itsestään. Ankkuri katsoo, että jokainen ihminen on auttamisen arvoinen ja jokaisella on toivoa. Ankkurissa arvostetaan ja kunnioitetaan jokaista ihmistä omana persoonana ajatuksineen ja arvoineen. Ankkurin työntekijöille on tärkeää kehittää toimintaansa ja tarjota laadukasta päihdekuntoutusta. Jokaiselle asiakkaalle tehdään oma hoitosuunnitelma asiakkaan tarpeiden mukaan. Näin jokainen asiakas ja hänen tarpeensa huomioidaan yksilöllisesti ja häntä pyydytään tukemaan oikeissa asioissa. Painopisteenä on etsiä syitä, jotka johtavat päihdeongelmaan. Syiden löytyttyä etsitään työkaluja ja asiakkaan voimavaroja, joiden avulla raitistuminen on mahdollista. (Kristillinen alkoholisti- ja narkomaanityö ry n.d., Ankkurin esittelyvideo)

Päihderiippuvuuden vaikeusasteesta riippuen asiakkaan kuntoutus kestää Ankkurissa kolmesta kuukaudesta yhteen vuoteen. Kuntoutusohjelma tukee asiakkaan kokonaisvaltaista kuntoutumista huomioiden ihmisen psyykkisen, sosiaalisen, fyysisen ja hengellisen hyvinvoinnin. Ankkuri noudattaa yhteisöllisyyden periaatteita ja ryhmätyöskentely on suuri osa kuntoutusta. Ryhmiä Ankkurissa on neljästi viikossa ja lisäksi asiakkaalta edellytetään osallistumista vertaistukiryhmiin tai seurakunnan tilaisuuksiin kahdesti viikossa. (Lähimmäinen 1/2010, 11.)

Ihmisen fyysistä osa-aluetta käsitellään Ankkurissa omassa ryhmässään. Tavoitteena on saada asiakas kiinnostumaan omasta terveydestä ja fyysisestä kunnosta. Viikoittain on kaksi tuntia ohjattua liikuntaa, jonka kautta tuetaan asiakasta löytämään itselleen mielekäs liikuntamuoto. Asiakasta tuetaan lisäksi lääkäri- ja sairaanhoitoasioissa. Ravitsemusasioissa annetaan myös tukea, muun muassa opettelemalla terveellisen ruoan valmistamista. (Kristillinen alkoholisti- ja narkomaanityö ry n.d., Ankkurin esittelyvideo)

Asiakkaan psyykinen hyvinvointi huomioidaan erillisessä ryhmässä, jossa keskustellaan ja pyritään löytämään syitä ja työkaluja voittamaan ongelmia, esimerkiksi masennus tai jokin muu mielenterveyteen liittyvä ongelma. Apuna käytetään kristillistä terapeutista materiaalia, lisäksi tarvittaessa järjestetään yksilökeskusteluja. Psykiatrian avopalvelut ovat myös asiak-

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

kaiden käytössä. (Kristillinen alkoholisti- ja narkomaaniryö ry n.d., Ankkurin esittelyvideo)

Sosiaaliseen hyvinvointiin keskitytään myös omassa ryhmässään. Kuntoutuksen edetessä muun muassa etsitään mahdollisuuksia solmia katkenneita suhteita takaisin kuntoon. Asiakkaan rikos- ja velka-asioita järjestellään ja tehdään esimerkiksi CV. Kommunikointi ja vuorovaikutustaitojen opettelu kuuluu myös kuntoutukseen. (Kristillinen alkoholisti- ja narkomaaniryö ry n.d., Ankkurin esittelyvideo)

Asiakkaan hengellistä osa-aluetta tuetaan asiakkaan oman halun ja tarpeen mukaisesti. Hengellisessä ryhmässä tutkitaan Raamattua ja etsitään vastauksia kysymyksiin: kuka olen, mistä tulen, minne olen menossa ja kuka Jumala on sekä kuka on Jeesus. Päälinja kristillisessä opetuksessa on Jumalan rakkaus ihmisiä kohtaan. (Kristillinen alkoholisti- ja narkomaaniryö ry n.d., Ankkurin esittelyvideo)

3.5 Uskonnollisuus, hengellisyys, Kristillinen ihmiskäsitys ja kääntymys -käsitteiden avaamista

Seuraavissa alaluvuissa selitän käsitteitä uskonnollisuus, hengellisyys, kristillinen ihmiskäsitys ja kääntymys. Kyseiset käsitteet ovat tärkeitä oppinäytetyöni ymmärtämisen kannalta. Käsitteet ovat keskeisessä roolissa muun muassa tutkimustulosten ja johtopäätösten yhteydessä. Hengellisyys ja kristillinen ihmiskäsitys ovat myös kaikessa Kan ry:n työssä vahvasti esillä, kaiken perustana. Tämän vuoksi koin, ettei käsitteitä voi olla sivuuttamatta, jotta voisi ymmärtää muun muassa Ankkurinkin tekemää työtä ja arvoja.

3.5.1 Uskonnollisuus ja hengellisyys

Uskonnollisuus ja hengellisyys käsitteinä usein sekoittuvat keskenään, välillä sanoja käytetään toistensa synonyymeina ja välillä ne erotetaan toisistaan. Auranien, Eerikäisen, Holopainen-Jäniksen, Iivarisen, Ketolaisen, Kolehmainen, Piippon, Svahnin ja Valopaasin (1996, 13) mukaan henkisyys on kiinnostusta elämän perustarkoitukseen ja -arvoihin. Hengellisyys on tämän ulottuvuuden uskonnollinen puoli, joka voi näyttää elämän suunnan hengellisesti orientoituneille ihmisille. Hengellisyyden tarve on ihmisen syvällistä toivetta olla dynaamisessa, persoonallisessa yhteydessä Jumalaan ja saada aineellisen maailman ylittäviä ilon, rauhan ja turvallisuuden kokemuksia.

Kulttuurisidonnaisuus kuuluu uskonnollisuuteen. Perinteet, lapsuuden kokemukset, vanhemmat, koulu ja yhteiskunta kokonaisuudessaan vaikuttavat yksilön uskonnollisuuteen. Tottumus joihinkin tiettyihin traditioihin kasvaa elämän aikana. Traditioiden merkityksiä ei kuitenkaan useinkaan

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

pohdita. Ihmisen hengellinen luonne ei kehity automaattisesti, kuten uskonnollisuus, vaan hengelliseen kehitykseen vaikuttavat aika ja ympäristö. (Mt.1996, 15.)

Hengellinen ja uskonnollinen kehitys on hyvä erottaa toisistaan. Hengellinen kasvu on siis prosessi, jossa ihminen tulee tietoisesti elämän tarkoituksesta, päämäärästä ja arvoista. Prosessi lisää yksilön tietoisuutta tuonpuoleisista arvoista, jotka kuuluvat kaikkiin ihmissuhteisiin ja elämäntoimintoihin. Tämä vie yksilöä läheisempään suhteeseen ”Korkeimman Olennon” kanssa, miten Hänet ymmärretäänkään. Uskonnollinen kehitys kuvaa ihmisen sitoutumista tiettyyn usko-, arvo- ja rituaalijärjestelmään. Ihminen saattaa harjoittaa tiukasti jotain uskonnollista traditiota, silti hän ei koskaan sisäistä toiminnan takana olevaa syvempää tarkoitusta. Parhaimmillaan uskonnollinen kehitys johtaa hengelliseen kehittymiseen. (Mt. 1996, 15-16.)

Myös Hellsten (2003, 104, 105) erottaa uskonnollisuuden ja hengellisyyden ja pyrkii kuvaamaan tämän eroavaisuuden seuraavalla tavalla. Jokaisella ihmisellä on luonnollinen hengellisyyden tarve ja kyky. Kaikilla ei ole kuitenkaan tarvetta ilmentää hengellisyyttään jonkin järjestäytyneen ja muodollisen uskonnon kautta. Hengellisyys on tarve kokea olevansa jonkin itseään suuremman kokonaisuuden osa. Hengellisyys on oman voimattomuuden tajuamista ja halua tarvita itsensä ulkopuolella olevaa voimaa. Se on myös yhteyden kokemista tähän omaa itseä suurempaan kokonaisuuteen. Joku nimittää tätä voimaa Jumalaksi ja joku toinen korkeammaksi voimaksi, nimitys on merkityksetön. Oleellista on, että tähän suurempaan voimaan on elävä yhteys ja, että yhteyden kokeminen muokkaa ihmisen tekoja, ajatuksia ja tunteita.

Hellsten (2003, 106) kirjoittaa vielä, että usko on ihmisen tietoista halua mistä kohti parempaa elämää ja uutta suuntaa. Uskossa ei ole kyse perille tulemisesta tai paremmaksi ihmiseksi muuttumisesta, vaan siitä, että ihminen ymmärtää ja oivaltaa oman yhteyden- ja avuntarpeensa ja sen vuoksi uskaltaa heittäytyä elämän virran vietäväksi. Hengellinen elämä on luottamista elämän kantaviin voimiin.

3.5.2 Kristillinen ihmiskäsitys

Kristillinen ihmiskäsitys määritellään usein 1. Moos. 1:27 mukaan, jossa kerrotaan Jumalan luoneen ihmisen omaksi kuvakseen (Auraniemi, Eerikäinen, Holopainen-Jänis, Iivarinen, Ketolainen, Kolehmainen, Piippo, Svahn ja Valopaasi 1996, 29). Raamatun Uuden testamentin mukaan ihmisessä on henki, ruumis ja sielu. Henki on ihmisen jumalallinen ulottuvuus, ihmisessä oleva Jumalan kuva. Tämä antaa ihmiselle mittaamattoman arvon verrattuna muihin luotuihin. Ihminen on Jumalan rakkauden kohde, eikä ole ansainnut tätä arvoaan omilla teoillaan, vaan se on annettu lahjana. Arvo on olemassa siitä huolimatta millaisessa asemassa ihminen on tai millaiset hänen suorituksensa ja tekonsa ovat. (Da Silva & Eriksson 1994, 28; Valkoniemi 2006,12.)

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

Kristillisessä ihmiskäsityksessä ihminen on kokonaisuus, joka sisältää ruumiillisen, henkisen, sielullisen ja sosiaalisen ulottuvuuden. Ruumiillinen tarkoittaa ihmisen biologiaan ja fysiikkaan liittyviä toimintoja, henkinen merkitsee ihmisen mieltä sekä psyykettä ja sosiaalinen vuorovaikutusta yhteiskunnan ja toisten ihmisten kanssa. Henkiseen sisältyy hengellinen ulottuvuus, johon kuuluvat ihmisen hengelliset kokemukset. Kaiken pohjana on se, että kaikki ulottuvuuden vaikuttavat toisiinsa. (Auraniemi, Eerikäinen, Holopainen-Jänis, Iivarinen, Ketolainen, Kolehmainen, Piippo, Svahn & Valopaasi 1996, 29, 30.)

3.5.3 Kääntymys

Pelastus, uudestisyntyminen, ratkaisu, Jeesuksen vastaanottaminen, uskoontulo jne. ovat kaikki termejä, joilla kirjallisuudessa kuvataan hengellistä kääntymistä. Uskoontulo on päihdehuollossa yleisesti tunnettu sekä tunnustettu päihderiippuvuutta parantava ilmiö. Uskoontulo ei aina paranna päihdeongelmaa kertahetimitellä, mutta sillä on usein ratkaiseva osuus raitistumisprosessissa. (Lehikoinen 1997, 61, 64 - 65.) Lappalainen (2005, 22) viittaa Niemelään, joka kuvaa kääntymystä lahjana Jumalalta, jossa Jumala vapauttaa ihmisen synneistä. Jeesukseen uskomalla ihminen saa syntinsä anteeksi. Eli syntielämästä ei voi kääntyä muutoin kuin uskon kautta Kristukseen. Niemelän (1999, 84) mukaan kääntymyksen ydintä voi nimittää hengelliseksi oivallukseksi. Usein kääntymys mielletään yhtäkkiä tapahtumaksi, mutta yhtälailla kääntymys voi tapahtua äkillisesti tai vaihteittain, nopeasti tai hitaasti.

Lehikoinen (1997, 61) viittaa Mäkelään, jonka mukaan äkillinen päihderiippuvuudesta toipuminen perustuu usein siihen, että ihmisen eksistentiaalinen suhde itseen muuttuu. Ihmisen suhtautuminen itseen ja ympäröivään maailmaan kokee mullistuksen, jolloin koko maailmankuva muodostuu uudella tavalla. Uskoontulon yhteydessä muuttuu suhde itseen, maailmaan sekä lisäksi mukaan kuvioon tulee suhde Jumalaan. Tällöin maailmankuva muodostuu suhteista Jumalaan ja ympäröivään maailmaan. Ihminen kohtaa itsensä täysin uudesta näkökulmasta.

Lehikoinen (1999, 97) tuo esiin Niemelän teorian, jossa hän on myös tyypitellyt kristillistä kääntymystä kolmella tavalla: herätystyyppinen, ratkaisutyyppinen ja kypsymistyyppinen kääntymys. Herätystyyppisessä kääntymyksessä ihminen on kokenut ratkaisevan herätyskriisin. Herätyskriisiin liittyy elämänasenteen muuton, synnintuntoa sekä myös tunteen tasolla koettu kriisi ja sen laukeaminen. Elämän suunta muuttuu radikaalisti ja nopeasti. Ratkaisutyyppisessä uskonnollinen kehitys on ollut pitkäaikaista, mutta uskonnollisessa kasvussa on ollut vaihe, joka on muodostunut lähtökohdaksi tietoiselle uskonnolliselle asenteelle. Kypsymistyyppisessä on vaikea määrittää erityistä kääntymyksen hetkeä, vaan hengellisyys ja uskonnollinen tietoisuus ovat tasaisesti kasvaneet.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

Edelleen Lehikoinen (1997, 64) viittaa Niemelään, joka on jaotellut käännytymyksen neljään eri vaiheeseen. Ensimmäinen vaihe on valmistava vaihe. Se on syyllisyyden, vihan, tuskan ja pelon vaihe, jolloin näytetään tietä ulos. Toisessa vaiheessa eli murrosvaiheessa ihminen tuntee itsenä hävinneeksi, uupuneeksi ja hyväksyy avun, jonka sanotaan auttavan ja antavan uuden suunnan elämään. Kolmantena on tiedollinen rakentumisvaihe, joka on uusien asenteiden aikaa. Murrosvaiheessa koettu helpotuksen tunne vahvistaa uuden omaksumista ja samalla ihminen löytää uuden identiteetin. Tässä vaiheessa myös uusi normijärjestelmä vahvistuu. Viimeksi koetaan vakauttava ja tukeva vaihe, joka vahvistaa uusia asenteita ja elämäntapaa, esimerkiksi todistajan roolin kautta. Vapautuksen ja helpotuksen tunteet vahvistuvat uusien, voimakkaiden tunnekokemusten kautta. Näin käy usein esimerkiksi silloin, kun vanhoja kohtalotovereita voi auttaa saamaan uskonkokemuksen.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

4 TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUKSEN TAVOITTEET

Tutkimustehtävänäni on selvittää Ankkurin asiakkailta kokemuksia Ankkurin kristillisiin arvoihin perustuvasta avokuntoutuksesta. Tutkimuskysymykseni ovat seuraavat:

1. Miten asiakas määrittelee Ankkurin avokuntoutuksen merkityksen arkielämään?
2. Mitä kristillisyyttä on Ankkurin avokuntoutuksessa käytännössä asiakkaan mielestä?

Työn tavoitteena on selvittää asiakkaiden kokemuksia, ajatuksia ja merkityksiä Ankkurin avokuntoutuksesta. Haastattelujen kautta pyritään saamaan tietoa asiakkaiden suhtautumisesta kuntoutukseen ja osaltaan myös sen merkityksestä kuntoutujan arkielämässä. Näin saadaan tietoa suoraa asiakasnäkökulmasta, miten asiakas näkee ja kokee kuntoutuksen.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tässä luvussa kerron tutkimuksen toteutuksesta. Ensin kerron laadullisesta tutkimuksesta sekä käyttämästäni aineistonkeruumenetelmästä. Kuvaan lisäksi tutkimukseni kulkua ja aineiston hankintaa sekä analyysin tekoa.

5.1 Kvalitatiivinen tutkimus

Tutkimukseni on laadullinen tutkimus, jossa pyrin selvittämään asiakkaiden mielipiteitä ja kokemuksia Ankkurin avokuntoutuksesta. Laadullisessa tutkimuksessa lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen. Kohdetta pyritään tutkimaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti, koska todellisuus on moninainen ja tapahtuvan muovaavat samanaikaisesti toinen toisiaan. Kohdetta tutkitaan mahdollisimman luonnollisissa ja todellisissa tilanteissa. Tavoitteena on ymmärtää ilmiön esiintymisen syitä sekä merkityksiä. Laadullisessa tutkimuksessa yritetään löytää ennemminkin tosiasioita kuin todentaa jo olemassa olevia asioita. Aineiston hankinnassa suositaan tapoja, joissa tutkittavien ääni pääsee esille. Laadullisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelmiä ovat muun muassa erilaiset haastattelututkimukset, havainnointitutkimukset, tapaustutkimukset sekä elämäkertatutkimukset. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 156–160.)

5.2 Teemahaastattelu

Päädyn keräämään opinnäytetyöni aineistoa teemahaastattelun avulla. Koin, että kyseisen menetelmän avulla saisin parhaiten tietoa suoraa asiakkailta. Kaikki haastatteluni olivat myös yksilöhaastatteluja. Halusin haastatella asiakkaita kahden kesken, koska kuvittelin aiheen saattavan olla arka jaettavaksi ryhmässä. Halusin myös kuulla mahdollisimman yksilökohtaisia kokemuksia. Kaikkein tärkeimpänä pidin asiakkaan mielipiteiden ja ajatusten kuulemista, joka mielestäni onnistui erittäin hyvin teemahaastattelua hyväksikäyttäen. Haastattelurungon (liite 1) avulla haastattelu oli myös selkeä, ja kaikkien haastateltavien kanssa tuli käsiteltyä samat aiheet.

Tutkimushaastattelut eroavat toisistaan lähinnä strukturointiasteen perusteella eli miten kiinteästi kysymykset ovat muotoiltu sekä miten paljon haastattelijä jäsentää haastattelutilannetta. Teemahaastattelu on puoli-strukturoitu haastattelu. Sen aihepiirit eli teema-alueet ovat kaikille haastateltaville samat ja ne on etukäteen tarkkaan määrätyt. Teemahaastattelusta puuttuu kysymysten tarkka muoto ja järjestys. Yksityiskohtaisen kysymysten sijaan haastattelu etenee tiettyjen teemojen mukaan ja haastateltava saa vastata omin sanoin. Haastattelijä pitää huolen, että kaikki teema-alueet käydään läpi, mutta niiden järjestys ja laajuus voivat vaihdella haastattelijien kesken. Tutkittavan ääni tulee tällä tapaa paremmin kuuluviin. Teemo-

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

jen pohjalta haastattelijan on mahdollista jatkaa ja syventää keskustelua niin pitkälle kun haluaa ja kiinnostus riittää. Teemahaastattelu ottaa huomioon sen, että ihmisten tulkinnat asioista ja asioille antamansa merkitykset ovat keskeisiä. (Aaltola & Valli 2007, 27; Hirsjärvi & Hurme 2008, 43,48, 66-67.) Teemahaastattelu luo haastattelutilanteelle avointa haastattelua tiukemmat rajat teemojen avulla, ja toisaalta mahdollistaa haastateltavalle strukturoitua haastattelua laajemmat mahdollisuudet omien näkökulmien ja tulkintojen ilmaisemiseen (Eskola & Suoranta 1998, 89).

5.3 Haastatteluun osallistujat

Haastatteluuni osallistui neljä eri-ikäistä ja molemmista sukupuolista olevaa asiakasta. Osallistujat olivat joko Ankkurin entisiä tai nykyisiä asiakkaita. Kuitenkin niin, että kaikki asiakkaat olivat olleet Ankkurissa viimeisen neljän vuoden aikana. Kuntoutusjaksot olivat haastatteluhetkellä kestäneet muutamasta viikosta noin vuoteen. Kolmella neljästä haastateltavista oli takanaan paljon erilaisia päihdekuntoutuspaikkoja ja yhdellä haastateltavista kokemusta kuntoutuspaikoista oli vain vähän. Kaikki olivat kuitenkin ensimmäistä kertaa kristillisessä kuntoutuspaikassa.

Haastatteluun osallistujat olivat halunneet tulla Ankkuriin eri syistä, joita olivat muun muassa hyvän palautteen kuuleminen kavereilta, kristillisuus, kokeilunhalu sekä kuntoutuksen kokonaisvaltaisuus. Haastatteluun osallistujat olivat käyttäneet päihteitä vähintään 10 vuotta. Raittiita jaksojakin välissä oli ollut. Haastatelluista kaikki olivat käyttäneet alkoholia ja puolet haastateltavista oli lisäksi käyttänyt huumeita tai lääkkeitä.

5.4 Tutkimuksen kulku ja aineiston hankinta

Kävin ensimmäisen kerran Ankkurissa keskustelemassa opinnäytetyöstäni hieman ennen Joulua 2009. Tammikuussa aloin kokoamaan teoriaa opinnäytetyötäni varten ja kevään 2010 aikana tein asiakkaiden haastattelut. Purin ja analysoin aineiston loppukevään aikana. Asiat tapahtuivat melko tiiviissä aikataulussa, mutta mielestäni se oli hyvä ajatellen etenkin aineiston analyysia. Muistot haastattelutilanteesta olivat vielä hyvin tallessa analyysia tehdessä, joka mielestäni helpotti työtä huomattavasti.

Ankkurin työntekijät kysyivät puolestani asiakkailta halukkuutta osallistua opinnäytetyöhöni ja loppujen lopuksi haastateltavia oli neljä. Ankkurissa oli haastatteluhetkellä melko vähän asiakkaita ja lisäksi vanhoihin asiakkaisiin oli vaikea saada yhteyttä, joka osaltaan vaikutti haastateltavien vähäiseen määrään.

Haastattelutilanteessa pyysin myös kirjallisen luvan (Liite 2) haastattelun nauhoitusta ja sen käyttöä varten opinnäytetyössä. Kaikki haastateltavat antoivat luvan nauhoitukseen. Lupalomakkeessa olin lisäksi selkeästi ilmaissut työni tarkoituksen sekä sen, että toimin ehdottoman luottamuksel-

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

lisesti sekä kerroin ettei valmiista raportistani voi tunnistaa yksittäistä haastateltavaa. Ennen haastattelua muistutin vielä olevani täysin vaitiolo-velvollinen.

Kaikki haastattelut olivat yksilöhaastatteluja. Haastattelutilana kolmessa haastattelussa oli Ankkurin ryhmätyöhuone, joka oli rauhallinen ja tuttu asiakkaille. Neljännen haastattelun jouduin käytännön syistä ja haastateltavan pyynnöstä tekemään Ankkurin keittiössä, jossa puolet haastateltavista oli melko rauhatonta. Se ei kuitenkaan tuntunut häiritsevän haastateltavaa.

Nauhurin käyttö ei myöskään tuntunut häiritsevän ketään haastateltavista, vaan kaikki kertoivat ja vastasivat kysymyksiini yllättävänkin luonnollisesti ja avoimesti. Asiakkaiden haastattelut kestivät 25 - 45 minuuttia. Olin kiinnittänyt huomiota haastattelukysymysten selkeyteen ja käytännölläheisyyteen. Pyrin kysymyksilläni saamaan mahdollisimman käytännön läheisiä ja todellisia vastauksia, joka haastatteluissa toteutuikin hyvin. En myöskään antanut haastateltaville nähtäväksi haastattelurunkoa, koska ajattelin että tilanne on kaikkein luonnollisin, jos heidän ei tarvitse kiinnittää huomiota mihinkään muuhun kuin esittämiini kysymyksiin. Koin myös, että tällöin haastattelutilanne oli paljon luonnollisempi ja rennempi.

5.5 Aineiston analyysi, luotettavuus ja eettisyys

5.5.1 Analyysi

Haastatteluiden jälkeen aineisto täytyy kirjoittaa puhtaaksi eli litteroida. Litteroinnin voi tehdä monilla tavoin riippuen siitä, minkälaista analyysiä aineistoon käytetään. (Aaltola & Valli 2007, 42.)

Litteroin haastatteluista saamani aineiston sanatarkasti kuitenkin niin, että jätin aivan epäoleelliset asiat pois. Tällaisia kohtia oli hyvin vähän ja loppujen lopuksi litteroitua aineistoa oli koossa 21 sivua. Litterointi tapahtui hyvin pian haastattelujen jälkeen, jolloin haastattelutilanteet olivat vielä hyvin muistissa.

Valitsin haastatteluaineistoni analyysimenetelmäksi teemoittelun. Teema-haastattelua usein analysoidaan teemoittelemalla. Teemahaastattelun yhdeksi vahvuudeksi katsotaan, että kynnyks aineistosta analyysiin ei ole niin korkea, kuin useimmiten laadullisessa aineistossa. Aineiston voi järjestellä teemoittain, eli jokaisen teeman alle laitetaan kaikkien haastateltavien vastaukset kyseiseen teemaan. (Mt. 2007, 42.)

Tein analyysin Word-tekstinkäsittely ohjelmaa apuna käyttäen. Haastateltujen vastaukset erotin eri väreillä, jotta erottaisin kunkin vastaukset toisistaan. Jaoin litteroidun aineiston haastattelurungon teema-alueiden kysy-

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

mysten mukaan, joiden alle keräsin kaikkien haastateltujen vastaukset. Tällä tapaa aineisto jäsenyi itselleni selkeäksi kokonaisuudeksi, jolloin tulosten ja johtopäätösten tekeminen helpottui.

5.5.2 Luotettavuus

Tutkimuksissa pyritään välttämään virheiden syntymistä. Tämän vuoksi on tärkeää pyrkiä arvioimaan tehdyn tutkimuksen luotettavuutta. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 226.) Opinnäytetyötäni tehdessä olen pyrkinyt tarkastelemaan asioita objektiivisesti, tuomatta liikaa omia mielipiteitä esille. Tämä siksi, jotta tutkimus olisi luotettava. Olen halunnut tuoda mahdollisimman paljon asiakkaiden ääntä kuuluviin työssäni, jonka vuoksi olen käyttänyt runsaasti sitaatteja haastatteluista. Olen myös kertonut totuudenmukaisesti tutkimuksen toteutuksesta ja haastatteluihin osallistujista. Hirsjärven ym. (2007, 227) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuutta parantaa tarkka selostus tutkimuksen toteuttamisesta. Ennen haastatteluiden tekemistä olen varmistanut haastateltavien suostumuksen haastattelu aineiston käyttöä ja nauhoittamista varten erillisellä lupalomakkeella (liite 2). Lisäksi olen käyttänyt monipuolista teoriakirjallisuutta kirjoittaessani opinnäytetyöni teoriaosuutta ja selvittänyt työni kannalta tärkeitä käsitteitä.

Luotettavuutta olisi voinut vielä parantaa muun muassa antamalla haastatteluihin osallistuneiden lukea tulokset ennen opinnäytetyön valmistumista. Ajanpuutteen vuoksi en kuitenkaan pystynyt sitä toteuttamaan. Tutkimustani ei voida yleistää, eikä siitä voida vetää suuria johtopäätöksiä, koska otanta oli niin suppea ja se rajoittui ainoastaan Ankkurin asiakkaisiin. Mielestäni haastattelut tuottivat Ankkurin kuntoutuksesta kuitenkin erittäin hyvää ja mielenkiintoista tietoa, jota Ankkurissa voidaan mahdollisesti jollain tavalla hyödyntää.

5.5.3 Eettisyys

Opinnäytetyötä tehdessäni olen ottanut myös eettisyyden huomioon. Haastatteluun osallistuminen oli kaikille haastateltaville vapaaehtoista ja olen avoimesti kertonut opinnäytetyöstäni ja sen tarkoituksesta. Kohtasin haastateltavat kunnioittavasti ja asiallisesti. Erittäin tärkeä asia itselleni on läpi tutkimuksen ollut haastateltavien yksityisyyden kunnioittaminen. Olen pyrkinyt tekemään opinnäytetyöni niin, ettei haastateltavia pysty siitä tunnistamaan. Haastattelutilanteessa keskustelimme asiakkaalle kipeistä ja arkaluonteisistakin asioista, joka olisi voinut aiheuttaa haastateltavalle ahdistusta. Olin varautunut tunnekuohuihin, mutta kaikki haastattelun menivät erittäin mukavasti ja rennossa ilmapiirissä.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Opinnäytettä tehdessäni jaottelin haastattelukysymykseni neljään eri osa-alueeseen: sosiaaliseen, psyykkiseen, hengelliseen ja fyysiseen. Tämä siksi, koska Ankkurin avokuntoutus perustuu kristilliseen ihmiskäsitykseen, jossa ihmisen katsotaan olevan kokonaisuus. Kokonaisuus sisältää ruumiillisen (fyysinen), henkisen (hengellisyys), sielullisen (psyykinen) ja sosiaalisen ulottuvuuden. Kaiken pohjana on se, että kaikki ulottuvuudet vaikuttavat toisiinsa. (Auraniemi, Eerikäinen, Holopainen-Jänis, Iivarinen, Ketolainen, Kolehmainen, Piippo, Svahn & Valopaasi 1996, 29, 30.) Ankkurin avokuntoutuksessa käsitellään ja huomioidaan kaikkia näitä neljää osa-aluetta, jonka vuoksi pidin tärkeänä ja käytännöllisenä pitää kristillistä ihmiskäsitystä punaisena lankana läpi opinnäyteyöni. Esitän tutkimustulokseni tämän luokituksen ja haastattelurungon mukaisesti.

6.1 Millaiset asiat Ankkurissa viestittävät siitä, että se on kristillinen kuntoutuspaikka?

Haastatellut osasivat helposti nimetä konkreettisia asioita, joista huomaa Ankkurin olevan kristillinen kuntoutuspaikka. Kaikilla haastateltavilla oli kokomusta niin sanotuista maallisista kuntoutuspaikoista, jolloin heidän oli myös helppo nimetä ja löytää eroja verraten Ankkurin toimintaan.

Kaikki haastateltavat mainitsivat muun muassa ryhmien hengellisen sisällön. Kaksi haastateltavaa kertoi myös hengellisistä hartauksista. Rukoilu ja työntekijöiden oma usko viestittivät myös haastateltaville Ankkurin kristillisyydestä. Eräs haastateltavista kertoi hengellisyyttä ja kristillisyyttä olleen paikoin hieman liikaakin kuntoutuksen loppuosassa. Enemmistö kertoi hengellisyyden olevan kuntoutuksessa erittäin tärkeä osa, jota halutaan ja kaivataan osaksi päivää.

No sanotaan et oli täällä mikä osio hyvänsä meneillään, niin kyllä siinä niinku kristillisyyteen viitataan aina jossain vaiheessa osaltaan. Se on täällä oleville asiakkaille mielestäni hyvin suuri osa ja mulle ainakin on henkilökohtaisesti.

...mut et täällä puhuttiin Jumalasta ja oli näitä tällaisia hartaushetkiä ja oli työntekijät oli uskossa ja nii, et kyllä sitä aika nopeesti pääsi jyvälle siitä että minkälaiset täällä on päivät. Et kyllähän tää erosi niistä hoitopaikoista, joissa mä oon ollut et ne oli kaikki maallisia...

Täällä puhutaan paljon siitä kuka Jumala on ja kuka on Jeesus ja sit täällä rukoillaan paljon ja katsellaan filmejä niinku kristillisyyteen viittaavia ja näin. Just niinku, et täällä ei ta-

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

vallaan niinku tuputeta sitä uskontoo mutta totanoin mä kai-paan sitä niinku jotenkin ja täällä saa sitä...

Kaikista vastauksista kävi vahvasti ilmi, että kristillisyyden näkyminen käytännössä aivan kaikessa Ankkurin toiminnassa.

6.2 Ankkurin kuntoutuksen merkitys elämään

Kaikki haastateltavat olivat yhtä mieltä siitä, että Ankkurin kuntoutus on vaikuttanut erittäin paljon nykyiseen elämään.

Siis sehän on ihan mieletön. Ei sitä pysty niinku esittään sanoin. Et mulla on niin uskomaton elämäntilanne nyt, et ero on kun yöllä ja päivällä.

Ja mä oon tuntenut että mun alkaa tuleen sellasta jonkinmäärästä vahvuutta. Et mä saan käydä täällä niin mulla ei oo ollut alkoholi mielessä niinku ollenkaan. Vaikka mä tiedän että tulee pettymyksiä tässä elämässä ja koettelemuksia ja näin, jonka mä oon ennen niinku turruttanut juomisella mutta...

...se (kuntoutus) on auttanut niinku kasvaan ihmisenä...

Monella on tapahtunut Ankkurin aikana paljon erilaisia elämänmuutoksia parempaan suuntaan. Kaikki kertoivat olevan nyt raittiina ja elämän selkeytyneen. Eräs haastatelluista kertoi elämänhalun palanneen ja toinen kertoi saaneensa uutta vahvuutta eloon. Kaikkia haastateltavia yhdisti positiivisuus ja aito ilo nykyisestä päihteettömästä elämästä.

6.2.1 Sosiaalinen merkitys

Suurimmalla osalla haastateltavista elämä ennen Ankkuria oli hyvinkin yksinäistä ja eristäytynyttä. Päivät kuluivat yksin asunnossa ja ulos oli vaikea lähteä. Yksi haastateltavista kuvaili olleensa erittäin masentunut ja henkisesti täysin loppu. Ankkurissa käyminen on lisännyt haastateltavien sosiaalisia kontakteja ja yleensäkin sosiaalinen elämä on vireämpää ja laajempaa. Entisen yksinäisyyden tilalle on tullut muun muassa Ankkurin ryhmäläiset ja työntekijät, seurakuntalaisia, muiden vertaistukiryhmien osallistujia sekä vanhoja ystäviä ja sukulaisia, joihin haastateltavat ovat kuntoutuksen aikana solmineet uudestaan yhteyksiä.

Ennen mun oli vaikeaa lähteä kotoa yksin mihinkään ja mä eristäydyin niin paljon et mä olin vaan aina siellä kotona sisällä ja nyt mä oon huomannut, että musta on aivan ihana nousta aamulla ylös ja kello soittaa kuudelta ja mä saan tulla tänne.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

Ryhmän sisällä syntyneet ystävyysuhteet, luottamus ja tukeutuminen toisiin ovat tärkeitä asioita. Poikkeuksetta kaikki pitivät Ankkurin sisäistä ryhmää tärkeimpänä osana kuntoutusta. Vertaistuki ja hengellinen sisältö miellettiin parantavaksi voimaksi. Ryhmässä pystyi puhumaan kaikenlaisista asioista ja luottamaan toisiin sekä tuntemaan itsensä tärkeäksi. Vaikka ryhmä olisi pienikin, siitä saatiin turvaa ja varmuutta. Eräs haastatelluista kuvaili vahvassa ryhmässä olemisen olevan tärkeää kuntoutuksen alkutaipaleella, kun itse on vielä heikko. Kaksi haastateltavaa toi ilmi, että olisi kuitenkin mukavampi, jos ryhmässä olisi enemmänkin osallistujia. Pienessä ryhmässä oleminen kuvailtiin raskaaksi, jos ryhmään tulee usein uusia ihmisiä, jotka kuitenkin jättävät kuntoutuksen kesken ja lähtevät ryhmästä kesken. Ryhmä ei pysty muodostumaan tällöin kokonaiseksi ja eheäksi, joka vaikuttaa muihin ryhmäläisiin negatiivisesti. Muutamat haastateltavista kertoivat käyneensä kuntoutuksen aikana Ankkurin lisäksi joissain muissa vertaistukiryhmissä tai seurakunnan tilaisuuksissa.

Et just ku oli itse heikko, niin täällä oli vahva ryhmä. Ja sit sitä mukaan ku omat voimat on kasvanut ja täällä on porukka vaihtunut niin sitten kestää sitä semmosta epävarmuutta. Et täällä on paljon ollut sellaisia, jotka on istunut päivän, viikon, et eihän ne oo mitenkään edes ryhmäytyneet tähän. Mut itse oon ollu sitten niin paljon paremmassa kunnossa ettei se oo vaikuttanut.

...meitä oli just tosi vähän ja sit oli ihmisiä, jotka kävi ja aika moni sit keskeytti tai et se oli sillain niinku raskasta, ettei oikein päässyt syntymään semmosta ydinryhmää.

...pystyy jakamaan mielipiteitä, antaa itse palautetta muille ja muilta saamaan palautetta omiin asioihin ja niinku tukeutuu muihin.

Suurin osa haastateltavista kertoi solmineensa kuntoutuksen aikana vanhoja, jo unohtuneita, ihmissuhteita uudestaan. Monet olivat saaneet välit kuntoon esimerkiksi sukulaisten ja vanhojen ystävien kanssa. Suhteiden uudelleen solmiminen oli monelle vaikeaa, koska syyllisyys ja häpeä painoivat mieltä. Eräs haastateltava koki, etteivät syyllisyys ja häpeä häviää koskaan kokonaan. Vanhojen suhteiden eheyttämisessä koettiin vaikeaksi, se että pitää niin sanotusti paljastua, olla kasvotusten sellaistenkin ihmisten kanssa, joita on satuttanut. Yhden haastateltavan kohdalla nousi myös esiin muiden epävarmuus päihitteettömyyden säilymisestä. Läheiset saattavat pelätä aluksi päihitteettömyyden päättyvän nopeasti retkahdukseen. Haastateltava koki kuitenkin, ettei ole hänen asiansa todistella muille päihitteettömyyttään. Ihmiset alkavat pikkuhiljaa luottamaan ja uskomaan, kun aika kuluu.

...et onneksi ihmiset ei oo hylännyt, vaan oon hylännyt ite.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

...hyvin avoimesti kerron asioista ja oon kertonut siitäkin koska mä en nimenomaan häpeä sitä et mä oon päihdekuntoutuksessa vaan mä oon ylpeä siitä että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon.

Vanhoista päihdekavereista saattaa olla myös vaikea päästä eroon. Vanhat kaverit vetävät puoleensa tai ne eivät päästä irti. Raittiit ihmissuhteet ympärillä tukevat päihteettömyyteen.

6.2.2 Psyykkinen merkitys

Kuntoutuksen katsottiin vaikuttaneen positiivisesti yleiseen mielialaan ja oloon. Rauhoittuminen nähtiin suurena ja tärkeänä muutoksena verrattuna entiseen. Rauhoittuminen auttoi keskittymään kuntoutukseen ja päihteettömyys tuntui päiväpäivältä paremmalta. Onnistumisen tunteet arjen keskellä ovat haastateltaville olleet tärkeitä ponnistuslautoja eteenpäin. Hyvän olon saaminen arkisista asioista korvaa alkoholin tai huumeet. Suurin osa koki avokuntoutuksen hyväksi vaihtoehdoksi, juuri sen takia, että arjen on toimittava ja pyörittävä, vaikka kuntoutuksessa onkin. Arki ja houkutukset ovat läsnä koko kuntoutuksen ajan, ja niiden kanssa on opittava selviytymään. Selviytyminen luo luottamusta omaan itseensä ja varmuus omasta selviytymisestä kasvaa joka hetki.

...et ku oli selvinpäin nii kyllähän se vaikutti joka osaluokkaan ja tuli se hyvä olo ja mitä enemmän tuli raittiita päiviä niin tuli enemmän uskoa ja että oppi nauttiin semmosista niin sanotuista normaaleista asioista ja oppi rauhoittuun..

Käsitys itsestä on muuttunut myös kaikkien haastateltavien kohdalla kuntoutuksen aikana. Kaikki haastateltavat kokivat itsetunnon kasvaneen, eikä hyväksyntää tarvitse hakea enää muilta ihmisiltä. Haastateltavat kuvailivat oloaan muun muassa eheäksi, turvalliseksi ja tasapainoiseksi.

Tottakai se on muuttunut. Ku miettii ihan sitä pohjaa mistä on lähtenyt. Et eihän mulla ollut itsetunnosta mitään tietoa. Ei minkään näköistä. Et nyt on niinku aika sinut itteni kanssa.

No tota kyl mä oon niinku todella paljon ehjempi ihminen kun aikaisemmin ja voisko sanoa jopa parempi.

...pidän itteeni niiku ihan normaalina kansalaisena, et enää mun ei tarvi tuolla kaupungilla hävetä itteeni.

Kaikki haastateltavat suhtautuivat myös tulevaisuuteen valoisin mielin ja uteliaisuutta täynnä.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

No odottavasti ja toiveikkaasti täytyy sanoa, että ilman muuta että nyt on niinku koko maailma auki ja mahdollisuuksia täynnä.

Varmuutta omasta itsestään ja tulevaisuudesta oli monelle tullut lisää. Enää ei pelottanut se, että huolet musertaisivat, vaan niiden kanssa on opittu elämään.

6.2.3 Hengellinen merkitys

Kaikilla haastateltavilla oli jonkinlainen suhde kristillisyyteen ja hengellisyteen ennen Ankkuriin tuloa. Kolme neljästä haastateltavasta mainitsi vanhempansa tai isovanhempansa olleen uskossa. Haastateltavat eivät kuitenkaan olleet ottaneet uskoa itselleen, eivätkä suuremmaksi osaksi olleet kummemmin asiaa aiemmin miettineetkään. Neljäs haastateltava ei maininnut sukulaissuhteistaan, mutta hänellekin hengelliset asiat olivat jotenkuten tuttuja ennestään. Kukaan ei suhtautunut hengellisyteen ennen Ankkuria täysin kielteisesti, mutta kaksi haastateltavista kuitenkin empi Ankkuriin tulemistä, koska tiesi kuntoutuksen olevan sisällöltään kristillinen.

Et en oo ikinä ateisti ollut mut en oo niiku, ja kirkkoon oon kuulunu aina, mutta ei sillä oo ollut mulle merkitystä sillä tavalla. Et jotenki oon kokenu, en oo käynyt kirkossa muuta kuin hautajaisissa ja... En oikeastaan oo ajatellut koko asia.

Mä oon saanut kristillisen kasvatuksen etten mä oo koskaan karttanut hengellisyttä, mutta mä en oo niinku tavallaan ottanut sitä viä ihan omakseni, täysin antautunut sille sataprosenttisesti, ku nyt vasta.

...et tottakai, kun tänne tuli nii et oli vähän et mä mietin et onko Jumala nyt olemassa ja et onks tää vähän niinku hölmöö ja mitä tää nyt auttaa ja siis oli vähän sillein...

Kaikki haastateltavat kokivat myös kuntoutuksen vaikuttaneen heidän hengellisyhteensä. Kolme haastateltavaa kertoi olevansa nyt uskossa. Neljäs haastateltava kertoi etsivänsä vielä, mutta hengellisyys on hänessäkin vahvistunut ja kiinnostaa paljon.

Mut se jotenki heräs sellasen uteliaisuuden kautta. Et sit aloin itsekin lukemaan vähän raamattua ja mietiskelin asioita. Nyt oon tullut siihen tulokseen et tavallaan tietämättäni oonkin ehkä ollut aina uskossa jollaintavalla.

Nyt mä voin rehellisesti sanoo, että mä oon uskovainen. Että olen tullut uskoon.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

...oonhan mä aina niinkun jollainlailla uskonu niinku, että Jumala on olemassa ja näin mut... Nyt täällä se alkaa niinku vahvistuun minussa. Vain hän yksin voi minua auttaa, ei kukaan muu.

Suurin osa haastateltavista kertoi, ettei kokenut uskoon tullessaan mitään suuria tunteita tai ahaa elämyksiä. Usko kasvoi pikkuhiljaa. Hengellisyys ja uskoon tulo katsottiin myös vaikuttaneen päihde riippuvuudesta vapautumisessa. Usko on vapauttanut. Kaksi haastateltavaa kuvasi uskon lohduttavan ja siihen saattoi tukeutua. Oma pärjääminen ei ollutkaan enää itsestä kiinni, vaan pystyi tukeutumaan Jumalan apuun. Yksi haastateltavista kertoi uskoon tullessaan päihderiippuvuuden kadonneen samalla hetkellä. Myös toinen haastateltava kertoi, ettei Ankkuriin tulon jälkeen ole tehnyt päihteitä mieli lainkaan.

...jotenkin mua lohdutti paljon se, et sä et oo niinku yksin tai jotenki se ettei yksin tarvi selvitä...et jotenki se et sä rupeet miettiin ku lähdet raitistuun, et yksin pitää nousta ja tehdä. Kaikki tuntuu jotenkin ehkä ylitsepääsemättömältä...

Mulla on hirveen vahvasti niiku sellainen tunne, jotenkin oon lopettanut sen semmosen oma voimaisen pyristelyn. Tavallaan niinku luovuttanut jossain mielessä. Hengellisesti luovuttanut. Et nyt uskon siihen, et tällä kaikella on tarkoitus, merkitys et näin on kuulunut mennä. Et se on vapauttavaa.

...samalla kun tulin uskoon niin multa vietiin tämä nää niinku himot kokonaan pois, elikä niinku mä en ikänä olis niitä käyttänytkään. Ei mulla oo ollut mitään vaikeutta olla ilman.

Haastateltavat kokivat Jumalan läsnäoloa ja apua jokapäiväisessä elämässä, joka toi haastateltaville etenkin rauhan ja turvallisuuden tunteita. Jumalaan voi turvautua ja luottaa. Suurin osa haastateltavista koki myös vahvana Jumalan johdatuksen aivan pienissäkin arkipäivän asioissa. Asiat olivat järjestäytyneet aivan kuin itsestään.

Et siis itse asiassa oli tossa rintakehässä semmonen hirveen paine ja tuska ja semmonen ahdistus nimenomaan, mut se kaikki poistu ja on vaan sellainen hyvin rauhallinen olo.

Mä koen sen, että Jumala on ja näkee niinku mun sydämeen ja niinku tuntee mun ajatukset ja haluaa kutsua mua niinku luokseen ja haluaa auttaa mua. Ja auttaa mua tuntemaan oloni turvalliseksi, et mun ei tarvi pelätä.

Hengellisyys arjen keskellä merkitsi kaikille haastateltaville valtavasti. Sen kuvailtiin muun muassa pitävän kaikkea pystyssä ja toiminnassa.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

Mulle alkaa valjeta sellainen ajatus, et mä alan niinku nyt syntymään uudestaan. Siitä mä oon surullinen, et miksi nyt vasta. Kuinka kauan niinku ihmisen täytyy...tää elämä on loppujen lopuks lyhyt.

...tai ku sä oot lähtenyt tekeen sitä päätöstä, ni ku se on aika totta, et moni entinen käyttäjä tulee uskoon ni se on jotenkin niinku helpompi, et sä saat niinku anteeks...

Eräs haastateltavista mainitsi tärkeänä seikkana myös anteeksiantamuksen kaiken syyllisyyden ja häpeän keskellä, joita päihteiden käyttö oli aiheuttanut

6.2.4 Fyysinen merkitys

Kyllä se fysiikka on parantunut ihan, tää aika on tehnyt sen. Et ku mieltii täällä sitä liikuntaa, niin se oli kerran viikossa, et onhan se sillein aktivoiut taas.

No joo, että ku mä oon tullut tänne nii mä oon ollu huonossa kunnossa ja...oli sillain ihan romuna ja monellakin tapaa. No miten ny vetäminen vaikuttaa sun fyysiseen että, oothan sä nyt ihan huonossa kunnossa ja jotenki oli vaikea nousta aina aamuisin ylös ja pitää niinku sovituisia asioista kiinni tai ja oli hampaatkin mennyt ja tämmösii et ne on niinku saanu korjattua...

Haastateltavat kokivat kuntoutuksen vaikuttaneen hieman fyysiseen kuntoonsa. Innostus liikkumiseen oli lisääntynyt ja yhteinen liikunta otettiin positiivisin mielin vastaan. Ankkurissa on kerran viikossa ohjattua liikuntaa, jonka katsottiin olevan hyväksi etenkin aktivoimaan oma-aloitteiseen kuntoiluun. Monet haastateltavat kertoivat olleensa huonossa fyysisessä kunnossa tullessaan Ankkuriin, jonka jälkeen kunto on pikkuhiljaa parantunut. Terveystila ei yleisestikään ollut aluksi kovin hyvä, vaan päihdekäytöstä oli ollut omat seurauksensa, joita vähitellen alettiin hoitaa.

6.2.5 Ankkurin kokonaisvaltainen kuntoutus

Ankkurin kokonaisvaltainen kuntoutus, joka huomioi ihmisen psyykkisen, fyysisen, sosiaalisen ja hengellisen alueen, miellettiin yleisesti erittäin toimivaksi työmuodoksi. Kaikkien ihmisen osa-alueiden katsottiin liittyvän toisiinsa, jolloin on hyvä käsitellä ja kiinnittää huomiota joka alueeseen yksin ja yhdessä. Asiakkaat olivat mieltäneet kuntoutuksessa tärkeäksi ihmisen hengellisten tarpeiden huomioinnin.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

Se nyt on, et tää on kokonaisvaltaista hoitoa kaikki päihdehoito pitäis olla tällaista.

Se et täällä on ystävällisiä ihmisiä ja asiakkaat on järjestäen mukavia ja ohjaajat ehdottoman mukavia, ymmärtäväisiä, osaavia joka puolin, että tota ei kyllä pienintäkään miinus kohtaa löydy.

Tällainen kristillinen ryhmä ei oo kenellekään pahitteeksi tänä päivänä.

Ankkurin toiminta sai haastateltavilta lisäksi paljon muutakin hyvää palautetta. Ankkuri oli muun muassa mielletty kodinomaiseksi ja turvalliseksi paikaksi toipua. Ankkurin työntekijöiden kerrottiin antavan tukea, lohtua ja toivoa. Kaikki haastateltavat olivat kaiken kaikkiaan erittäin tyytyväisiä Ankkurista saamaansa kuntoutukseen, eikä moitteille jäänyt sijaa.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyössäni etsin vastauksia kahteen kysymykseen: Miten asiakas määrittelee Ankkurin avokuntoutuksen merkityksen arkielämään sekä mitä kristillisuus Ankkurin avokuntoutuksessa käytännössä on asiakkaan mielestä? Tavoitteena oli selvittää asiakkaiden luomia merkityksiä, ajatuksia ja kokemuksia Ankkurin avokuntoutuksesta.

Kaikki haastateltavat kokivat, että Ankkurin avokuntoutuksella oli ollut suuri merkitys arkielämään. Suurimpana ja selkeimpänä tapahtuneena muutoksena voidaan varmasti pitää haastateltavien päihteettömyyttä. Kaikki neljä haastateltavaa olivat päässeet eroon päihteistä ja elivät nyt raittiina. Päihteettömyyden ansiosta elämässä oli tapahtunut myös paljon uusia positiivisia asioita lyhyenkin ajan sisällä. Elämä näytti selkeytyneen ja tulleen taas merkitykselliseksi.

Elämä ennen Ankkuria oli ollut päihteiden täyttämää ja yksinäistä. Elämää kuvailtiin muun muassa merkityksettömäksi ja raskaaksi. Suuri osa haastateltavista oli erakoitunut omaan asuntoon, jolloin sosiaalisia kontakteja oli erittäin vähän. Ankkuriin tullessa sosiaalinen elämä vilkastui ja haastateltavat kokivat ryhmän sisällä luottamusta ja yhteenkuuluvuutta. Vertaistuki oli kaikille erittäin tärkeä. Kuuluminen johonkin merkitykselliseen ryhmään ja yhteyden kokeminen toi tunteen siitä, että minusta välitetään ja että olen tärkeä.

Lappalaisen (2005, 44-50) tutkimuksen mukaan, on tärkeää, että ihminen pääsee pois entisestä päihteiden täyttämästä elämäntilastaan ja löytää itselleen yhteisön, jossa tuetaan hänen päihteettömyyttään. Myös Helamo (2004) päätyi tutkimuksessaan siihen tulokseen, että jokaisella ihmisellä tulisi olla jokin päihteetön yhteisö, johon voisi kokea kuuluvansa (Valkoniemi 2006, 24–25). Itse ajattelen, että päihteet ovat erittäin suuri osa päihdeongelmaisen ihmisen elämässä aivan käytännönkin tasolla. Koko elämä pyörii päihteiden ympärillä, jolloin raitistuttua päihteet jättävät suuren tyhjiön ihmiseen ja hänen arkeen. Tyhjiö pitäisi saada täyttää jollain mielekkäällä, jotta raittiina pysyminen olisi helpompaa ja elämä mielekäästä. Haastateltavilleni Ankkuri ja siellä käyminen täytti tällaisen tyhjiön, mutta se ei vielä riitä. Asia, jota tekee, on koettava tärkeäksi ja merkitykselliseksi sekä itselleen että myös muille ihmisille. Ankkurin ryhmä koettiin haastateltavien keskuudessa juuri tällaiseksi paikaksi. Ryhmä ja siellä käsiteltävät asiat koettiin tärkeiksi ja se täytti päihteiden jättämää tyhjiötä.

Suurin osa haastateltavistani kertoi myös solmineen sosiaalisia kontakteja Ankkurin ulkopuolelle. Erilaiset vertaisryhmät ja seurakunnan toiminta tukivat haastateltavia Ankkurin ryhmän lisäksi. On tärkeää, että kuntoutuksen jälkeenkkin on jokin taho, joka tukee päihteettömyyttä. Haastateltavat olivat solmineet myös vanhoja hajonneita ihmissuhteita uudestaan

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

kuntoutuksen aikana, joista oli tullut tärkeitä. Toipumisen kannalta on erittäin tärkeää, että ihmisellä on muutosta tukevia ihmissuhteita (Ruisniemi 2009, 162 - 165).

Haastateltavani kertoivat myös yleisen mielialansa kohenneen kuntoutuksen aikana. Päihteettömyys tuntui päiväpäivältä paremmalta ja onnistumiset rohkaisivat haastateltuja jatkamaan eteenpäin. Elämä alkoi taas maistua. Luottamus omaan itseensä kasvoi ja lisääntynyt varmuus selviytymisestä rohkaisi. Haastateltavat huomasivat, ettei tulevaisuus enää pelota, vaan se koettiin ennemminkin mahdollisuutena. Käsitys itsestä muuttui myös kaikilla kuntoutuksen aikana. Haastateltavat kuvailivat oloaan eheäksi, turvalliseksi ja tasapainoiseksi.

Pitkäaikainen päihteidenkäyttö vaikuttaa ihmisen kuvaan itsestään. Yksilö syntyy yhteisössä ja rakentaa omaa minuuttiaan vuorovaikutuksessa muihin yhteisön jäseniin ja heiltä saamaansa palautteen avulla. Ihminen rakentaa minäkuvaansa peilaamalla sitä ympäröivään sosiaaliseen ja moraaliseen järjestykseen. Päihteitä käyttävän sosiaalisessa verkostossa ja elämäntyyliissä moraalit ja toimintatavat saattavat olla jopa laittomia, mutta ne ovat kuitenkin siinä elämäntyyliissä hyväksytyjä ja tuttuja malleja. Tällöin ihminen on mukauttanut oman minäkuvansa sopimaan tähän kyseiseen elämäntyyliin. Päihderiippuvuudesta toipumisessa kuntoutusyhteisö on toipumisen alkuvaiheessa tärkeä sosiaalisen oppimisen ympäristö. Sillä ympäröivä yhteisö vaikuttaa aina yksilöön. Yhteisön turvallisuus on kuitenkin ehdoton edellytys muutokselle. (Ruisniemi 2009, 162 - 165.) Päihdeongelmainen joutuu muuttamaan omia asenteitaan, elämäntapaansa sekä jopa omaa identiteettiään, jotta onnistuisi päihteettömyydessään (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 44, 154–156).

Kaikki haastateltavani kokivat Ankkurin kristillisyyden ja hengellisyyden tärkeiksi asioiksi toipumisprosessissaan. Kolme neljästä haastateltavasta kertoi tulleen uskoon Ankkurissa ja neljäs haastateltava kertoi hengellisyytensä vahvistuvan joka päivä, muttei kokenut tulleen vielä uskoon. Uskoon tulo katsottiin vaikuttaneen päihderiippuvuudesta vapautumiseen. Uskon kuvailtiin lohduttaneen, tukevan ja vapauttavan. Vaikealta tuntuva niin sanottu omavoimainen eteenpäin pyristely ja pärjääminen ei enää tuntunutkaan tärkeältä, vaan haastateltavat alkoivat luottaa Jumalan apuun ja johdatukseen. Haastateltavat kertoivat kokevansa Jumalan läsnäoloa jokapäiväisessä elämässään, mikä toi turvallisuuden ja rauhan tuntua. Usko muodostui kuntoutuksen aikana tärkeäksi ja kannattelevaksi asiaksi.

Haastatteluista kävi selkeästi ilmi myös syyllisyyden ja häpeän tuntemukset. Eräs haastateltavista kertoikin syyllisyyttä helpottavan tietoisuus anteeksiantamuksesta, jonka saa syntien tunnustamisella. Syyllisyyksien ratkaisu auttaa pääsemään sopusointuun menneisyyden kanssa ja hyväksymään itsensä. Niemelän (1999) mukaan uskonto syvästi omaksuttuna vapauttaa syyllisyydestä. Kristillinen lähestyminen antaa vastauksen sijaiskärsimyksen kautta, jossa Jeesus on jo kärsinyt syyllisyyden ihmisten puolesta. Niemelä (1999) tutki kristillisen kääntymyksen kokeneiden ih-

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

misten selviämistä päihdeongelmasta ja kertoi myös omia havaintoja haastateltavien syyllisyydestä. Niemelän tutkimuksessa syyllisyys kohdistui joko koko entiseen elämään, siihen miten päihteillä tuhosi oman elämänsä tai siihen kärsimykseen, jota aiheutti vanhalla elämäntavallaan läheisilleen. (Niemelä 1999, 111, 294.)

Raitistuminen vaatii perustavanlaatuista muutosta ihmisen elämässä. Koski-Jännes (2000, 227-230) toteaaakin, ettei riippuvuudesta vapautuminen tarkoita vain sitä, että elämästä jää pois keskeinen elementti, vaan se merkitsee täysin uutta tietä. Uskonnollisen kääntymyksen kokeneiden kohdalla tällainen muutos ja uusi tie saavutetaan uskonnollien sanoman kautta. Kyseessä on uuden maailmankuvan kokoaminen ja uuden maailmankatsomuksen muotoutuminen. Kun ihminen kokee löytäneen suhteen Jumalaan, hänen suhtautumisensa itseensä ja maailmaan muuttuu samalla. (Niemelä 1999, 111, 294.)

Ankkurin viikoittainen ohjattu liikunta sai asiakkailta positiivista palautetta. Haastatellut kertoivat olleensa melko huonossa kunnossa Ankkuriin tullessa, joten pienimuotoinen kuntoilu koettiin hyväksi asiaksi. Pelkääntään Ankkurissa tapahtuvalla liikunnalla ei nähty olevan ratkaisevaa muutosta kuntoon, mutta sen katsottiin rohkaisevan ja aktivoivan oma-aloitteiseen liikkumiseen. Haastateltaville oli välittynyt tieto fyysisen kunnan tärkeydestä ihmisen jaksamiseen, ja liikunta koettiin tärkeäksi osaksi muun kuntoutuksen ohella. Myös yleiseen terveydentilaan ja sen hoitamiseen kiinnitetään huomiota Ankkurissa. Moni haastateltavista oli tyytyväisiä saadessaan esimerkiksi lääkityksen kuntoon kuntoutuksen aikana.

Ankkurin kuntoutus ja henkilökunta sai haastateltaviltani paljon hyvää palautetta ja kiitosta. Ankkurin kokonaisvaltainen ihmisen osa-alueiden huomioiminen koettiin kaikkien haastateltavien kohdalla hyväksi ja toimivaksi ratkaisuksi. Haastateltavat olivat selvästi sisäistäneet ajatuksen eri osa-alueiden vaikutuksesta toisiinsa ja ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin merkityksen. Ankkurin työntekijöitä kuvailtiin osaaviksi, ymmärtäväisiksi sekä mukaviksi. Työntekijöihin pystyi luottamaan sekä tukea ja apua sai aina, kun tarve sitä vaati. Haastateltavat kertoivat myös työntekijöiden inhimillisestä ja tasavertaisesta suhtautumisesta Ankkurin asiakkaita kohtaan. Työntekijöiden oma usko koettiin haastateltavien keskuudessa myös tärkeäksi asiaksi. Ankkuri koettiin kaiken kaikkiaan kodinomaiseksi ja turvalliseksi paikaksi kuntoutua päihderiippuvuudesta.

Haastateltavat nimesivät minulle pyynnöstä myös asioita, jotka viestittivät heille Ankkurin kristillisestä arvopohjasta. Selkeimpinä asioina esille tulivat hartaukset, rukoileminen sekä työntekijöiden oma usko. Ryhmien hengellinen sisältö miellettiin erittäin tärkeäksi asiaksi kuntoutuksen kannalta. Kaiken kaikkiaan vastausten avulla voidaan todeta kristillisyyden näkyvän kaikessa Ankkurin toiminnassa.

Tutkimustulokset osoittavat, että Ankkurilla ja etenkin sen kristillisellä sanomalla on ollut suuri merkitys asiakkaan arkielämään ja päihderiippu-

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

vuudesta vapautumiseen. Haastateltavieni arkeen tuli kuntoutuksen ansiosta aivan uusi elementti: hengellisyys ja sen todeksi eläminen. Uskoon tulo muutti arkea ja sen rutiineja. Asiakkaiden arvot menivät uuteen tärkeysjärjestykseen. Omat onnistumiset eivät olleet enää itsestä riippuvaisia, vaan luottamus Jumalaan ja hänen johdatukseen sekä huolenpitoon kasvoi. Käsitys itsestä muuttui hiljalleen kuntoutuksen aikana ja asiakkaat oppivat hyväksymään itsensä vikoineen ja onnistumisineen. Kristillinen lähestyminen syyllisyyteen ja anteeksiantamus antoi asiakkaille vapautuksen tunteen, ja mahdollisuuden itsensä hyväksymiseen. Uskon kerrottiin pitävän koko nykyistä elämää pystyssä.

Kolme haastatteluuni osallistujista oli läpikäynyt monia eri kuntoutusmuotoja, mutta päihdekäyttö oli niistä huolimatta jatkunut. Kristillinen sanoma ja sen todeksi kokeminen oli vaikuttanut päihteistä irtautumiseen. Päädyin haastatteluideni ja opinnäyteydessäni läpi käymien teorioiden perusteella kuitenkin myös Lappalaisen (2005, 50) tavoin johtopäätökseen, ettei usko yksin riitä auttamaan päihdeongelmaista ihmistä. Uskon lisäksi ja rinnalle tarvitaan muun muassa tukevia ja raittiita ihmissuhteita, oma halu, onnistumisen kokemuksia, turvallinen ympäristö toipumiseen, tukea oman identiteettinsä ja minäkuvan löytämiseen sekä toivoa tulevaisuudesta. Uskoon tulo muokkaa ihmisen maailmankuvaa ja sitä kautta myös omaa minäkuvaa ja suhtautumista muihin ihmisiin, itseensä ja maailmaan. Tällainen muutos yksittäisen ihmisen elämässä on niin järisyttävän suuri, että se voi mahdollistaa raitistumisen. Uskoon tulo on niin sanotusti uudelle tielle lähteminen, josta Anja Koski-Jänneskin (2000, 227-230) on kirjoittanut.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

8 POHDINTA

Olen usein törmännyt ihmisiin, jotka tuntuvat vähättelevän kristillistä päihdetyötä. Ennakkoluulot tuntuvat joskus olevan liian suuria ja perustuvan joihinkin yleisiin oletuksiin. Itsekin törmäsin tällaisiin ennakkoluuloihin opinnäytetyötä tehdessäni. Paljon puhutaan kolmannen sektorin ja seurakuntien järjestämistä palveluista, ja siitä miten tärkeitä olisi käyttää myös heidän palvelujaan. Ajatukset ovat erittäin hyviä, mutta joskus ennakkoluulot tuntuvat estävän todellisen toiminnan.

Sosiaalialan ammattilaisena on tärkeää tunnistaa asiakkaan tarpeet, ja koska ihminen on aina kokonaisuus, on hänet otettava myös huomioon kokonaisvaltaisesti. Ihmistä ei voida nähdä vain oman erityisalansa linssien lävitse ja hoitaa yksi ongelma kerrallaan ja siirtää sitten seuraavalle specialistille. Mukaan on otettava koko ihminen kaikkineensa.

Ammattilaisena on tunnistettava myös asiakkaan hengelliset tarpeet, jotka usein saattavat unohtua. Vaikka työntekijälle itselleen hengelliset asiat eivät olisi tärkeitä, pitää ne kuitenkin asiakkaiden kanssa huomata ja huomioida. Asia on mielestäni tärkeää palveluohjauksen kannalta. On paljon asiakkaita, joilla on myös hengellisiä tarpeita, eikä niitä pitäisi vähätellä. Toivon, että opinnäytetyöni kautta olisin voinut edes jossain määrin vähentää erilaisia ennakkokäsityksiä ja luuloja kristillistä päihdetyötä kohtaan.

Kaiken kaikkiaan olen tyytyväinen opinnäytetyö prosessiini. Sain haastatteluiden kautta mielestäni hyvää ja käytännönläheistä tietoa suoraa Ankkurin asiakkailta. Innostukseni opinnäytetyön aihetta kohtaan sai alkunsa kiinnostuksestani päihdetyöhön. Kristillisuus ja hengellisyys ovat myös itseäni lähellä olevia asioita, ja aihe löytyikin loppujen lopuksi kuin vahingossa.

Opinnäytetyö prosessi antoi paljon uusia kokemuksia. Nautin erityisesti haastatteluluiden tekemisistä. Arvostan todella haastateltavieni avoimuutta, rehellisyyttä ja suorapuheisuutta, jolla he ottivat osaa haastatteluihin. Haastavin osuus opinnäytetyötä tehdessäni oli kristillisestä päihdetyöstä kertovan kirjallisuuden löytäminen ja haastattelurungon suunnitteleminen. Prosessi oli työläs ja vaativa, mutta olen lopputulokseen tyytyväinen.

Kristillinen päihdetyö on laaja alue, josta on mahdollista löytää paljon lisää tutkimusaiheita. Mielestäni olisi mielenkiintoista kuulla myös sellaisten henkilöiden kokemuksista, joiden raitistumiseen on vaikuttanut hengellisyys ja jotka ovat olleet jo pitkään raittiina. Millaisia vaiheita he ovat kokeneet raitistumisen jälkeen, miten he ovat selviytyneet mahdollisista retkahduksista ja miten hengellisyys on kehittynyt elämän varrella?

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

LÄHTEET

Aalto, M. & Seppä, K. 2009. Alkoholien liikakäyttö. Teoksessa Aalto, M., Bäckmand, H., Lönnqvist, J., Marttunen, M., Melartin, T., Partanen, A., Partonen, T., Seppä, K., Suomalainen, L., Suokas, J., Suvisaari, J., Viertiö, S. & Vuorilehto, M. Mielenterveys- ja päihdeongelmien varhainen tunnistaminen. Opas ennaltaehkäisevän työn ammattilaisille. Helsinki: Yliopistopaino, 11–22.

Aaltola, J. (toim.) & Valli, R. (toim.) 2007. Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Metodien valinta ja aineistonkeruu. Juva: WS Bookwell Oy.

Auraniemi, M., Eerikäinen, S., Holopainen-Jänis, S., Iivarinen, M., Ketolainen, E., Kolehmainen, V., Piippo, M., Svahn, H. & (toim.) Valopaasi, M. 1996. Uskonnollisuus hoitotyön arjessa. Näkökulma hengelliseen hyvinvointiin ja pahoinvointiin. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Eriksson, K. (toim.) & Da Silva, A. (toim.) 1994. Usko ja terveys. Johdatus hoitoteologiaan. Vaasa: Ykkös - Offset Oy.

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus.

Finelex. Päihdehuoltolaki. Viitattu 12.1.2010.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041>

Havio, M., Inkinen, M. & Partanen, A. 2008. Päihdehoitotyö. Jyväskylä: Gummerus.

Hellsten, T. 2003. Virtahepo olohuoneessa. Jyväskylä: Gummerus.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Keuruu: Tammi.

Holopainen, A. 2001. Riippuvuus. Teoksessa Jaakkola, T. & Ulmanen, K. (toim.) Suomi ja huumeet. Tietopaketti huumeista. West Point Oy, 41–42.

Huittinen, H. & Jefimoff, L. 2007. Kristillinen alkoholisti- ja narkomaanityö (Kan) päihdetyön muotona. Etelä-Karjalan ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Viitattu 23.1.2010
http://www.kan.fi/julkaisut_materiaalit/tutkimukset_ja_esitelmat/

Kanerva, E., Perälä, R. & Tedre, S. 2009. Kristillisten järjestöjen työote laatukriteereihin? Diakonia 2009:4 Mielen hyvinvointi, 26-27.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

Koski-Jännes, A. 2000. Miten riippuvuus voitetaan. Keuruu: Otava

Kaukonen, O. 2000. Päihdepalvelut jakautuneessa hyvinvointivaltiossa. Saarijärvi: Gummerus.

Katulähetysliitto n.d. Viitattu 24.4.2010. www.katulahetysliitto.org

Kristillinen alkoholisti- ja narkomaaniryö ry. Viitattu 2.2.2010.
<http://kan.fi/>

Kristillinen alkoholisti- ja narkomaaniryö ry. Ankkurin esittelyvideo. Viitattu 15.5.2010.
http://www.kan.fi/toimintayksikot_/avohoito/tampereen_ankkuri/

Lappalainen, T. 2005. Tie uuteen. Kristillisen päihdeyhteisön merkitys päihteenkäyttäjälle. Vaasa: Ykkös-Offset Oy.

Lappalainen-Lehto, R., Romu, M. & Taskinen, M. 2008. Haasteena päihteet. Ammatillisen päihdetyön perusteita. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Lehikoinen, T. 1997. Ex-käyttäjän ekspertiisi – kokemuksellinen asiantuntijuus kristillisessä päihdetyössä. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Pro gradu -tutkielma.

Lähimmäinen 1/2010. Tampereen Ankkurissa hyvät kuntoutustulokset.

Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma. Mieli 2009-työryhmän ehdotukset mielenterveys- ja päihdetyön kehittämiseksi vuoteen 2015. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2009:3. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Möttönen, S. & Niemelä, J. 2005. Kunta ja kolmas sektori. Yhteistyön uudet muodot. Keuruu: PS-kustannus.

Niemelä, J. 1999. Usko, hoito ja toipuminen. Tutkimus kääntymyksestä ja kristillisestä päihdehoidosta. Stakes. Tutkimuksia 96. Jyväskylä: Gummerus.

Pelastusarmeija 2010. Viitattu 24.4.2010. <http://www.pelastusarmeija.fi/>

Perälä, R., Tedre, S. & Kanerva, E. 2009. Kenen ehdoilla, mitä ja miten? Järjestöt palvelurakenteen muutoksessa. Yhteiskuntapolitiikka 2009:2.

Päihdepalvelujen laatusuosituksien. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2002:3. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

"Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon" Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.

Päihdeongelmien ehkäisyn ja hoidon koulutuksen kehittämistyöryhmän mietintö. Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2007:17.

Viitattu 15.5.2010

<http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2007/liitteet/tr17.pdf?lang=fi>

Ruisniemi, A. & Kaipio, K. (toim.) 2009. Ihan oikee ihme. Kirjoituksia päihdetyöstä. Jyväskylä: Gummerus.

Salaspuro, M., Kiianmaa, K. & Seppä, K. (toim.) 2003. Päihdelääketiede. Jyväskylä: Gummerus.

Sininauhaliitto n.d. Viitattu 24.4.2010. <http://www.sininauhaliitto.fi/>

Suhonen, H. 2004. Ikääntyneiden päihteiden käyttö. Päihdelinkki. Viitattu 15.2.2010.

<http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/114-ikaantyneiden-paihteiden-kaytto>

Särkelä, M. 2009. Päihteidenkäyttö ja yhteiskunnallisen osallisuuden ongelmat. Päihdelinkki. Viitattu 1.3.2010.

<http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/122-paihteidenkaytto-ja-yhteiskunnallisen-osallisuuden-ongelmat>

Tamminen, M. 2000. Paluu normaaliin. Tutkimus addiktiivisen päihteidenkäytön lopettamisesta. Stakes. Raportteja 247. Saarijärvi: Gummerus.

Valkoniemi, I. 2006. Kristillinen päihdetyö – kristillisyys arjessa. Helsingin avoin yliopisto. Teologinen tiedekunta. Seminaariesitelmä. Viitattu 2.3.2010.

http://www.kan.fi/julkaisut_materiaalit/tutkimukset_ja_esitelmat/

Weckroth, A. 2001. Päihteestä huumeeksi – huumeongelman kulttuuriset tulkinnat. Teoksessa Piisi, R. (toim.) Huumetyö. Tampere: Tammi, 30–47.

Österberg, E. & Mäkelä, P. 2006. Alkoholinkäyttö Suomessa. Päihdelinkki. Viitattu 12.2.2010. <http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/111-alkoholinkaytto-suomessa>

HAASTATTELURUNKO

1. Taustat

- Ikä?
- Kuinka kauan kuntoutusjaksosi on kestänyt Ankkurissa?
- Miksi halusit Ankkuriin?
- Millaisissa kuntoutuspaikoissa aiemmin olet ollut?
- Oletko ollut aiemmin kristillisessä kuntoutuspaikassa?
- Millaisia päihteitä käytit?
- Kuinka kauan?

2. Kristillisyyden näkyminen Ankkurissa

- Millaiset asiat Ankkurissa viestittävät sinulle siitä, että se on kristillinen kuntoutuspaikka

3. Ankkurin kuntoutuksen merkitys arkielämässä

- Mikä merkitys Ankkurilla on ollut elämääsi?
 - *Sosiaalinen merkitys*
 - Miten koet kuntoutuksen vaikuttaneen sosiaaliseen elämääsi?
 - Onko ihmissuhteesi kokenut muutosta kuntoutuksen aikana, millä tavalla?
 - Oletko päässyt osaksi jotain ryhmää?
 - *Psyykinen merkitys*
 - Onko Ankkurissa olo-aika vaikuttanut mielialaasi/oloosi, miten se näkyy?
 - Miten suhtaudut tällä hetkellä tulevaisuuteesi?
 - Käsitys itsestä?
 - *Hengellisyyden merkitys*
 - Miten koit hengellisyyden ennen Ankkuriin tuloa?
 - Onko kuntoutus Ankkurissa vaikuttanut hengellisyyteesi, millä tavoin?
 - Tulitko uskoon Ankkurissa ja miten se vaikutti päihderiippuvuudesta vapautumisessa?
 - Miten koet Jumalan avun elämässäsi?
 - Miten se käytännössä vaikuttaa elämässäsi?
 - Mitä hengellisyys merkitsee sinulle tällä hetkellä arjen keskellä?
 - *Fyysinen merkitys*
 - Miten kuntoutus on vaikuttanut fyysiseen hyvinvointiisi

Onko vielä joitain muuta, mitä haluaisit sanoa/lisätä?

LUPA HAASTATTELUN NAUHOITUSTA VARTEN

Terve!

Olen kolmannen vuoden sosionomiopiskelija Hämeen ammattikorkeakoulusta ja teen tällä hetkellä opinnäytetyötäni yhteistyössä Ankkurin kanssa. Tarkoitukseni on selvittää haastattelun kautta kokemuksia Ankkurin avokuntoutuksen merkityksestä tämänhetkiseen elämäsi.

Haastattelu on keskustelun kaltainen tilanne, joka toteutetaan Ankkurin tiloissa normaalin päiväohjelman lomassa. Haastattelu pitää sisällään ihan arkipäiväisiä kuntoutukseen liittyviä asioita ja sen merkitystä elämäsi. Nauhoitan haastattelut myöhempää käsittelyä varten. Tutkimukseen osallistutaan anonyymisti ja kaikki tiedot käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti. Haastattelujen tulokset julkaistaan opinnäytetyössäni, jonka raportoin siten, ettei ketään haastateltuja pysty siitä tunnistamaan. Tutkimuksen valmistua säilytän saadun aineiston asianmukaisesti.

Osallistumisesi haastatteluun on tärkeää ja olisin siitä erittäin kiitollinen! Vastaaan myös mielelläni mahdollisiin kysymyksiin koskien opinnäytetyötäni ja haastatteluja.

Ystävällisin terveisin Susanna Einola

Osallistun haastatteluun ja annan luvan sen nauhoitukseen sekä nauhoitetun materiaalin käyttöön opinnäytetyössä.

Tampereella _____

Allekirjoitus _____

Nimenselvennys _____