

SELVIITYMISTARINOITA

Irtaantuminen päihde- ja rikoskierteestä on mahdollista

Rita Taipale

Opinnäytetyö, kevät 2013

Diakonia-ammattikorkeakoulu,

Diak Etelä

Sosiaalialan koulutusohjelma

Päihteet ja syrjäytyminen

Sosionomi YAMK

TIIVISTELMÄ

Taipale, Rita. Selviytymistarinoita. Irtaantuminen päihde- ja rikoskierteestä on mahdollista. Diak Etelä, kevät 2013, 96 s.

Diakonia ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma, Päätteet ja syrjäytyminen, sosionomi (YAMK)

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää selviytymistarinoiden avulla, mitkä tekijät ovat vaikuttaneet rikos- ja päihdekierteestä selviytymiseen sekä minkälaiset asiat olivat merkityksellisiä muutoksen eri vaiheissa. Muutoksen vaiheet näissä selviytymistarinoissa olivat muutosvaihemallin mukaisesti päätös-, toiminta- ja ylläpitovaihe.

Opinnäytetyö oli fenomenologis-hermeneuttinen ja hyödynsi narratiivisuutta tutkimuksen yleisenä ominaisuutena. Fenomenologisen lähestymistavan käsitteitä ovat kokemus ja merkitys. Tämä lähestymistapa tavoittaa ihmisen elämän kokemuksellisia suhteita ja niiden merkityksiä. Opinnäytetyön aineisto muodostui viiden päihde- ja rikoskierteestä selviytyneen henkilön selviytymistarinoista. Selviytymistarinat analysoitiin muutosvaihemallia apuna käyttäen.

Päätöksentekovaiheessa yksilön identiteetti oli kadotettu ja hänen itsetuntonsa oli huono. Tässä vaiheessa sosiaalisten sidosten merkitys selviytymisprosessin etenemisessä kasvoi suureksi. Toimintavaiheessa identiteettiä alettiin rakentaa uudelleen vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Itsetunto oli edelleen heikko, mutta onnistuminen uusissa haasteissa kasvatti sitä. Ylläpitovaiheessa selviytyjän identiteetti oli jo muovautunut ja itsetunto oli kasvanut. Päättömästä elämästä ja rikoksettomuudesta osattiin iloita ja olla ylpeitä. Uusia sosiaalisia sidoksia oli muodostunut. Uusi, vahva identiteetti ja sosiaaliset suhteet tekivät muutoksesta pysyvän.

Päihdehoidon, työn ja sosiaalisten sidosten merkitys oli suuri näissä selviytymistarinoissa. Neljä haastateltavaa oli käynyt kolmivaiheisen Kiskohoidon. Vertaistuki, työ ja muut ihmissuhteet vaikuttivat selviytymiseen ja helpottivat kiinnittymistä yhteiskuntaan.

Rikosseuraamusalan työssä pitää ottaa entistä vahvemmin huomioon yhteistyömahdollisuudet vertaistuen sekä asiakkaan luonnollisten lähisuhteiden kanssa asiakkaan yhteiskuntaan kiinnittymisen tukemisessa. Työssä pitää myös uudella tavalla pohtia identiteettityön merkitystä ja sen tukemista rikollisesta elämäntavasta luopumisessa.

Asiasanat: syrjäytyminen, selviytyminen, narratiivisuus, päihderiippuvuus, rikollisuus, muutos, identiteetti, itsetunto, sosiaaliset sidokset

ABSTRACT

Rita Taipale. Survivor Stories. Recovery of substance addiction and criminality is possible. Helsinki, Spring 2013, 96 p. Language: Finnish
Diaconia University of Applied Sciences, Helsinki Unit. Higher Polytechnic Degree Programme in Social Services, Intoxicants and Marginalization. Master of Social Services.

The purpose of this thesis was to find which factors have affected survival of substance addiction and criminality and what kind of things were meaningful in the different phases of the change. The phases in these stories according to the Stages of Change model were the decision phase, the operating phase and the maintenance phase.

This thesis was phenomenologic-hermeneutic and it took advantage of narrativity as the common feature of study. Concepts of the phenomenologic perspective are experience and meaning. This perspective reaches persons lives experiences and their purpose. The material for the study was collected by stories of five persons, who survived of criminality and substance addiction. The stories were analyzed by Stages of Change model.

In the decision phase the identity was lost and the self-esteem was poor. As this phase progressed the meaning of social connections increased. In the operating phase rebuilding the identity begun in interaction with others. The self-esteem was still poor, but succeeding in new challenges increased it. In the maintenance phase the identity of the survivor was built and the self-esteem was better. One could enjoy and be proud of life without drugs and crimes. There were built new social relations. New strong identity and social relations made change to be permanent.

The meaning of rehabilitation, work and social relations in these survivor stories were big. Mutual help, work and other social relations effected of survive and helping attach to society.

When working with criminals we have to take into consideration co-operation with mutual help and customers family to helping attach to society. We also have to think about meaning of the indentitywork and how we can support that.

Keywords: marginalization, coping, narrative, drug addiction, criminality, change, identity, self-esteem, social connections

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	7
2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TAVOITE	10
2.1 Tutkimusongelma ja aineistonkeruu	10
2.2 Selviytymistarinat	11
2.3 Kokemuksen tutkiminen	12
2.4 Aikaisempia tutkimuksia	13
3 SYRJÄYTYMINEN	18
3.1 Elämänkulku	18
3.2 Syrjäytyminen ja marginalisaatio ilmiönä	20
3.3 Vapautuvien vankien syrjäytyminen	23
3.4 Yhteiskuntakin syrjäyttää	24
4 SELVIYTYMINEN	28
4.1 Selviytymisprosessi	28
4.2 Selviytymiskeinot	31
5 PÄIHDERIIPPUVUUS JA IDENTITEETTI	34
5.1 Riippuvuuden monet kasvot	34
5.2 Identiteetti, itsetunto ja riippuvuus	36
6 MUUTOKSEN VAIHEET	37
6.1 Esiharkinta-, harkinta- ja päätösvaiheet	39
6.2 Päätös-, toiminta- ja ylläpitovaiheet	39
7 AINEISTON ANALYSOINTI JA TULKINTA	43
7.1 Narratiivinen analyysi ja tulkinta	43
7.2 Haastattelujen kulku	44
7.3 Opinnäytetyön eettisyydestä	46

8 SELVIYTYMISTARINAT PÄHKINÄNKUORESSA	48
8.1 Antti – hyväksyntää hakemassa	48
8.2 Jani – kaksoiselämää	49
8.3 Ville – vertaistukea	50
8.4 Sami – rajoja etsimässä	50
8.5 Osku - menestystä ja menetystä	51
9 HARKINNASTA PÄÄTÖKSEEN	52
9.1 Identiteetti ja itsetunto päätöksentekovaiheessa	52
9.1.1 Aikaisemmat yrityksen päästä irti	53
9.1.2 Käännekohta	56
9.2 Sosiaalisten sidosten merkitys päätöksentekovaiheessa	59
9.2.1 Päätöksen jälkeen tarvitsee tukea	59
9.2.2 Muutoksen toteuttaminen edellyttää uudelleen sosiaalistumista	61
10 TOIMINTAVAIHE	63
10.1 Identiteetti ja itsetunto toimintavaiheessa	63
10.2 Sosiaalisten sidosten merkitys toimintavaiheessa	66
10.2.1 Kiskon yhteisöhoito	66
10.2.2 Yhteisöt selviytymisen tukena	68
10.2.3 Siipien kokeilua	70
10.2.4 Suunnitelmallisuus	71
11 YLLÄPITOVAIHE	74
11.1 Identiteetti ja itsetunto ylläpitovaiheessa	74
11.2 Sosiaalisten suhteiden merkitys ylläpitovaiheessa	75
11.2.1 Uusien ihmissuhteiden luomista	75
11.2.2 Vaikuttaminen ja yhteiskunnan jäsenyys	77
12 SELVIYTYNEIDEN PUHEENVUORO	78
12.1 Tärkeintä selviytymisessä	78

12.2 Vankilassa oleville	79
13 VANHASTA IDENTITEETISTÄ UUTEEN	82
13.1 Muutokset harkinta- ja päätösvaiheessa	83
13.2 Muutokset toimintavaiheessa	84
13.3 Muutokset ylläpitovaiheessa	85
14 POHDINTAA RIKOSSEURAAMUSTYÖN KEHITTÄMISESTÄ	87
LÄHTEET	93

1 JOHDANTO

Tämä opinnäytetyö kertoo ihmisistä, jotka ovat selvinneet päihde- ja rikoskierteestä ja elävät nyt elämää, josta eivät uskaltaneet pahimpina aikoina edes haaveilla. Olen saanut ilon tutustua viiteen selviytymistarinaan sekä niiden takana oleviin ihmisiin, jotka ovat ponnistelleet pohjalta parempaan elämään.

Työssäni rikosseuraamustyöntekijänä yhdyskuntaseuraamustoimistossa ja aikaisemmin vankilassa, tapaan ihmisiä, jotka painivat vaikeiden haasteiden edessä ja kokevat toivotomuutta tulevaisuuden ja selviytymisen suhteen. Työssäni näkee vain joskus sellaisia ihmisiä, joiden elämä menee kohti parempaa. Välillä omakin usko muutokseen horjuu ja unohtaa, että aina on niitä, jotka selviytyvät. Opinnäytetyöni kiinnostuksen kohteena onkin, mikä saa ihmisen muuttamaan elämänsä suuntaa? Minkälaisia tekijöitä kuuluu selviytymisprosessiin?

Selviytyminen päihde- ja rikoskierteestä vaatii ihmisen omaa halua muutokseen. Muutosprosessissa hän joutuu rakentamaan minuutensa uudelleen, opettelemaan uusia taitoja ja kamppailemaan entisen elämäntapansa ja elämänpiirinsä houkutuksia vastaan. Hän etsii paikkaansa yhteiskunnassa ja yrittää rakentaa elämänsä uudelleen. Vankila- ja päihdekierre on usein syrjäyttänyt ihmisen monilta yhteiskunnan toiminta-areenoilta, kuten työ- tai opiskeluelämästä. Monet ihmissuhteet ovat katkenneet lopullisesti ja uuden rakentaminen vie aikaa.

Tässä tutkimuksessa kuvaan päihde- ja rikoskierteestä selvinneiden ja yhteiskuntaan palanneiden ihmisten elämänkulkua selviytymistarinoiden kautta. Tarkastelen selviytymistä eri muutosvaiheissa. Mitkä tekijät ovat olleet merkityksellisiä päätös-, toiminta- ja ylläpitovaiheissa? Opinnäytetyöni teoreettisessa osuudessa kuvaan päihde- ja rikoskierteessä olevien syrjäytymistä ja selviytymistä aikaisempien tutkimusten valossa. Olen ottanut mukaan myös elämänkulunäkökulman, koska tarkastelen selviytymistä myös elämänkulun näkökulmasta. Tutkiskelen päihderiippuvuutta ja riippuvuudesta irrottau-

tumista James Prochaskan ja Carlo DiClementen (1983) muutosvaihemallin avulla. Selviytymisen tarkastelussa tuon esiin Lazaruksen ja Folkmanin stressiteorian. Analyysi on teorialähtöinen. Selviytymistarinoiden avulla olen pyrkinyt ymmärtämään ihmisten valintoja. Olen pyrkinyt tavoittamaan tarinoiden juonen, teemat ja niiden suhteet. Opinnäytetyöni keskeisinä teemoina ovat narratiivisuus, marginaalisuus sekä selviytyminen.

Opinnäytetyössäni tuon esiin positiivisia tekijöitä, jotka pitävät ihmiset pois rikollisuudesta ja päihteiden käytöstä ja saavat heidät lopettamaan tuhoavan toiminnan. Monet kriminologiset teorat ovat perinteisesti etsineet negatiivisia tekijöitä, jotka saattavat selittää rikollista käyttäytymistä (Laine 2011.) Nykyään yhä useammin ollaankin kiinnostuneita siitä, mikä auttaa irrottautumaan rikollisuudesta. Kyseessä on laaja näkökulma ja lähestymistapa, josta voidaan käyttää yleisnimeä positiivinen kriminologia (Ronel & Elisha 2011, Laineen 2011 mukaan). Sen piirissä etsitään muun muassa tekijöitä ja mekanismeja, joiden avulla yksilöt saavuttavat koherenssin, eheydentunteen ja pystyvät toimimaan stressi- ja riskitilanteissa sekä kestävät ahdistusta. Tällöin ei rajoituta vain riskitekijöihin vaan pyritään löytämään suojaavia yksilöllisiä tekijöitä.

2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TAVOITE

2.1 Tutkimusongelma ja aineistonkeruu

Opinnäytetyössäni kuvaan päihde- ja rikoskierteestä selviytymistä muutosvaihemallin mukaisesti yksittäisten selviytymis- ja muutostarinoiden avulla. Muutosvaihemalli esitellään tarkemmin luvussa 6. Haastatteluilla etsin vastauksia kysymyksiin:

1. Minkälainen on yksilön selviytymisprosessi?
2. Millaisia muutoksen vaiheita yksilön selviytymisprosessiin kuuluu?
3. Mitkä tekijät ovat merkityksellisiä selviytymisessä ja muutoksessa?

Tutkimusaineistoni koostui viiden ihmisen syvähaastatteluista. Nämä viisi henkilöä olivat kokeneet sekä huumehelvetin että vankilakierteen mutta elävät nyt mielekästä elämää. Olen rajannut tutkittavat elämäntarinat siten, että henkilön viimeisimmästä vankilasta vapautumisesta on vähintään kaksi vuotta, hän ei ole tehnyt uusia rikoksia eikä hänellä ole päihdeongelmaa. Tutkimuksen kohde on huumeista ja rikoskierteestä irrottautuneiden selviytyminen ja heidän yhteiskuntaan uudelleen kiinnittymisensä. Tutkimusaineistoni muodostuu selviytymistarinoista. Minulla oli yksi yhdyshenkilö, jonka avulla löysin muut haastateltavat. Yhdyshenkilöni oli rikos- ja päihdekierteestä irrottautunut ihminen, jolla oli kontakteja samanlaisen kokemuksen omaaviin ihmisiin. Yhdyshenkilöni kysyi heidän kiinnostustaan osallistua tutkimukseen ja sain niiden henkilöiden yhteystiedot, joita tutkimukseen osallistuminen kiinnosti. Kaikki haastateltavani olivat miehiä. Tavoitteenani on mahdollisimman omakohtaisen kokemuksen kuvaaminen ilman mahdollista haastattelijan johdattelua ja siksi valitsin aineistonkeruutavaksi syvähaastattelun.

Alun perin tarkoitukseni oli pyytää rikos- ja päihdekierteestä irrottautuneita, yhteiskuntaan palanneita ihmisiä kirjoittamaan vapaamuotoisesti oman selviytymistarinansa. Maailmalle lähti yhdyshenkilöni kautta lähes kaksikymmentä kirjoituspyyntöä, mutta

minulle palautettiin niistä vain yksi. Yhdyshenkilöni kautta kuulin ihmisten kertovan, että kirjoittaminen on liian työlästä ja aikaa vievää, mutta haastatteluun he olisivat valmiita. Koska ensin valitsemani aineistonkeruutapa ei ollut toimiva, päädyin haastattelemaan tutkittaviani. Käytin opinnäytetyössäni vapaan kerronnan mahdollistavaa teema-haastattelutapaa, jolla pyrin saamaan esille tutkittavien omat ajatukset, tunteet ja merkitysrakenteet. Yritin olla rajoittamatta tutkittavien mahdollisuutta kertoa kokemuksistaan ja näkemyksistään.

Kiinnostukseni kohteena olivat yksilöt ja ne kertomukset, joita he tuottivat elämästään sekä ne tulkinnot, joita he tekivät elämästään ja kokemuksistaan. Yhteiskunnallista kontekstia ei saa unohtaa yksilöllisyyttä ja erityisyyttä korostettaessa (Kyngäs 2000, 37). Tarkastelin miesten kerrontaa ja kokemuksia myös aiempien tutkimusten valossa. Tarkoitukseni oli selventää tutkittavien miesten elämäntilanteiden ja -kokemusten erityisyyttä, mutta myös niiden samankaltaisuutta.

2.2 Selviytymistarinat

Ajattelen elämäkerrallisen aineiston paljastavan sellaisia teemoja ja kokemuksia kirjoittajien ja haastateltavien elämänkulusta, joita he itse pitävät tärkeinä. Narratiivinen tutkimusote tarjoaa mahdollisuuden kuvata selviytymistä ihmisen subjektiivisen kokemuksen kautta. Kertoessaan tarinaansa ihminen yrittää ymmärtää omia tekojaan ja valintojaan.

Oman tarinan julkistaminen mahdollistaa tarpeellisuuden ja hyödyllisyyden kokemuksen. Omaelämäkerran kirjoittamisen ja julkaisemisen kautta omat kokemukset on mahdollista saattaa rohkaisuksi muiden tarvitsijoiden käyttöön tai puheenvuoroksi kaikkien samasta ongelmasta kärsivien puolesta. Vaikka jokaisen kokemus on yksilöllinen, voi toisten kokemuksista löytää jotain samantapaista kuin omastaan. Yksilöllisten tarinoiden virittämästä verkosta voi syntyä enemmän kuin osiensa summa - kollektiivista tietoa ja yhteistä ymmärrystä. (Hänninen 2009, 24–25.) Omaelämäkerrat muodostavat haasteen myös sosiaalityölle asiakkaan kohtaamisen ja hoitokäytäntöjen kehittämiseen.

Tarinat muokkaavat elämäämme. Millaisia tarinoita siis kerromme? Ovatko tarinamme kannustavia, toteavia, kuvaavia, lannistavia vai mitä? Yhteisössä kerrotut tarinat ovat niin sanottuja mallitarinoita, jotka eivät pelkästään kuvaa vaan myös muokkaavat todellisuutta. Kaikissa yhteisöissä ja kulttuureissa tietyt tarinat nousevat muita hallitsevimiksi, jokaisella yhteiskunnalla on niin sanotut kulttuuriset tarinavarastonsa. Nämä tarinat määräävät vallitsevat käyttäytymis- ja toimintatavat. Ne ohjaavat yksilön omaa tulkintaa itsestään ja myös muiden suhtautumista häneen. Pelkästään negatiivisten mallitarinoiden kuuleminen jonkin tilanteen, esimerkiksi työttömyyden tai sairauden yhteydessä, voi tuottaa suuria ongelmia rohkaisevaa elämänmallia etsivälle. On rohkaisevaa kuulla elämän muutostarinoita, jotka eivät ole tragedioita tai negatiivissävytteisiä kertomuksia vaan positiivisia selviytymistarinoita. (Timonen 2009, 257.)

Kertomukset ovat ihmiselle luonteenomainen tapa jäsentää elämää ja itseään. Vaikka tarinat eivät voikaan täysin tavoittaa eletyn kokemuksen kaikkia puolia, ne tarjoavat kuitenkin keinon järjestää havaintoja, omaa ajattelua, elämäntapahtumia ja muistoja. Kertomalla kokemuksistaan ihminen voi antaa niille muodon ja etäännyttää ne itsestään. (Timonen 2009, 278.)

2.3 Kokemuksen tutkiminen

Fenomenologisesti suuntautuneessa tutkimuksessa tarkastellaan yksilön kokemuksellista suhdetta omaan elämäntodellisuuteensa. Koettu elämä käsitetään yksilön todellisuuden ilmenemisenä tietoisuudessa sellaisena, jollaiseksi hän itse sen kokee. Elämänsä eläminen liittyy valinnat ja tapahtumat näyttäytyvät merkityksinä ja painoarvoltaan erilaisina jokaiselle yksilölle. Fenomenologisessa tutkimuksessa perustason muodostaa yksilön koettu elämä ja toisen tason muodostaa tutkimus, joka kohdistuu ensimmäiseen tasoon. Tieto syntyy dialogissa saadun aineiston kanssa. (Viikki-Ripatti 2011, 204.) Tässä tutkimuksessa tiedon intressi liittyy rikollisesta elämästä ja päihteiden käytöstä irrottautuneiden kokemuksiin omasta toimijuudestaan, joita vain he pystyvät sanallistamaan koetun elämän merkityksillä ladattuina.

Narratiivisessa lähestymistavassa on kyse ajallisten kronologisten tapahtumien sekä kokemusten ja niiden taustalla olevista syistä ja seurauksista. Laubin & Sampsonin (2003) mukaan narratiivit auttavat avaamaan niitä mekanismeja, jotka yhdistävät keskeisiä elämäntapahtumia tietyllä elämänculun hetkellä. Tällaisia elämän tapahtumia ovat yleensä sellaiset tapahtumat, jotka ovat erityisessä suhteessa henkilökohtaiseen valintaan ja situationaaliseen kontekstiin. Narratiivinen tutkimus mahdollista moninaisten elämänculun kokemusten tavoittamisen siten, että se tekee näkyväksi keskeiset elämänculun tapahtumat ja käännekohdat. Narratiivisen näkemyksen mukaan ihmiset luovat aktiivisesti omaa kertomustaan itsestään vuorovaikutuksessa muiden kanssa. (Viikki-Ripatti 2011, 204.)

2.4 Aikaisempia tutkimuksia

Opinnäytetyöni viitekehyksen muodostavat aikaisemmat tutkimukset koskien syrjäytymisestä selviytymistä sekä rikollisuudesta tai päihteiden käytöstä irtautumista. Ihmisten subjektiivisia kokemuksia, alakulttuurista murtautumista ja elämänmuutoksen jälkeisen arjen rakentumisesta on tutkittu Suomessa verraten vähän, mutta muutosta kuvaavia tutkimuksia on valmistunut (esim. Hyväri 2001).

Syrjäytymisen tutkimusperinteessä on oltu kiinnostuneita marginalisoitumisesta ja siihen liittyvistä ilmiöistä, jotka johtavat vieraantumiseen ja syrjäytymiseen. Sen sijaan hämäräksi on jäänyt se, millä tavoin yksilöt ovat löytäneet uusia väyliä ja mahdollisuuksia aikaisempaa parempaan ja mielekkäämpään elämään syrjäyttävistä voimista ja marginalisoitumisesta huolimatta (Hyväri 2001, 19.) Tämä näkyy myös alkoholij- ja huumeetutkimuksessa, jossa on selviytymisen sijaan enemmän pohdittu päihdeongelmaan johtavia tekijöitä, riippuvuuden ilmenemismuotoja ja hoitomenetelmiä. Pääosin suomalaiset päihdeongelmaa käsittelevät ja toipumista sivuavat tutkimukset ovat fokuksituneet hoitolaitosten toiminnan tai hoitolaitosten toimivuuden tarkasteluun. Viime vuosina on myös tehty laajasti arviointi- tai toimintatutkimusta eri hoitomuodoista ja kuntoutusmalleista. (Knuuti 2007, 9.)

Subjektiiivisia kokemuksia marginaalista murtautumisesta ja elämänmuutoksen jälkeisen arjen rakentumisesta kuvataan muun muassa rikoksenteekijöitä käsittelevissä tutkimuksissa. Ulla Knuuti (2007) on tutkinut huumeiden käytön lopettaneiden arjen rakentumista elämän muutoksen jälkeen. Tutkimus osoittaa, kuinka huumeiden käytön lopettaneiden elämäntapa sisältää paljon ongelmakohtia. Huume-ehdoisesta elämäntavasta ja siihen liittyvistä ihmissuhteista irroittautuminen sekä henkilökohtaisen viitekehyksen löytäminen on vaativa prosessi. Menneisyyden vaikutus nykyisyyteen tulee esiin kaikilla tasoilla. Pähitteettömyys sinällään ei vielä kerro mitään varsinaisesta toipumisesta. Toiset löytävät elämän mielekkyyden helposti kun toiset joutuvat aktiivisesti työskentelemään toipumisensa puolesta.

Helena Timonen (2009) on tutkinut väkivaltarikoksista tuomittujen miesten elämäntapaa ja muutosprosesseja tarinoina vankilasta vapauteen. Oman elämäntarinan kertominen on auttanut kertojia ymmärtämään elämäänsä ja tekemään sen ymmärrettäväksi myös muille. Elämästään kertovien miesten tarinoissa vaikeuksien voittaminen on johtanut elämän muutokseen. Muutosmahdollisuudet rakentuvat vanhan muistamiseen ja siitä oppimiseen yhdistettynä uuteen elämäntapaan.

Kokemuksen politiikasta väitellyt, entisiä päihde- ja mielenterveysongelmaisia, nykyisiä vaikuttajahahmoja haastatellut Susanna Hyväri (2001) kuvaa vastayhteisöllisyydessä, vertaistyyössä ja arkipäivän ymmärryksessä piilevää voimaa. Hyvärin tutkimat ihmiset ovat olleet rikosten, alkoholin tai mielenterveysongelmien kourissa ilman vaikutusmahdollisuuksia, mutta pystyneet murtautumaan marginaalista. Vallattomuus vaihtuu vastuuksi, kun syrjäytymiseen ja marginalisaatioon liittynyt identiteetti otetaan yhteisöllisen työstämisen kohteeksi ja rasittava menneisyys käännetään voimaksi. (Knuuti 2007, 223.)

Vuokko Karsikkaan (2005) lisensiaattitutkimuksessa kuvataan vankilassa olleiden päihdekuntoutusprosessia sekä päihde- ja rikoskierteestä irtautumisen merkitystä voimaantumisprosessissa.

Margit Kyngäs (2000) on tehnyt tutkimuksen nuorena rikoksentekijänä vankilaan tuomittujen miesten lapsuudesta, vankeusajasta ja vankeuden jälkeisestä elämästä.

Katja Kuusisto (2010) on tutkinut alkoholismista toipumisen eri reittejä. Hän tarkastelee muutosta hoidon, vertaistuen avulla sekä ilman professionaalista hoitoa. Tutkimus tarkastelee alkoholin käytön kaarta prosessina ongelmakäytön alusta kohti raittiutta tai kohtuukäyttöä. Tutkimus myös vertailee ammatillisen hoidon, vertaistuen ja ilman hoitoa, eli ns. spontaanin toipumisen kautta ongelmallisen alkoholin käytön lopettaneita. Toipuneiden alkoholistien oma kokemus on merkittävässä osassa ja tuottaa kokemustietoa toipuneiden itsensä kuvaamana. Tutkimus osoittaa että eri reittejä toipuneiden välillä on sekä yhtäläisyyksiä että eroja. Erot ovat kuitenkin pikemminkin yksilökohtaisia kuin ryhmäkohtaisia. Tie raitistumiseen on pitkä. Muutosvalmius syntyy negatiivisten seurannaisvaikutusten kasauduttua ja ennen kaikkea yksilön oman sisäisen merkityksenannon kautta, johon erilaisilla muutosta virittävillä tekijöillä on oma vaikutuksensa. Siten odotukset ja uskomukset ovat merkityksellisiä toipumisessa ja ne ohjaavat myös sitä, minkä tyyppisen tuen koetaan hyödyttävän itseä eniten. Toipumiselle merkityksellisten asioiden moninaisuus tekee kustakin tavasta toipua ainutlaatuisen. Tämän yksilöiden välisen ainutlaatuisuuden ja toisaalta tarkastelluille reiteille yhteisten piirteiden ohessa kullekin reitille on löydettävissä myös erityisiä piirteitä, jotka ovat ominaisia juuri sille tavalle toipua. Kuusiston tutkimuksen tulokset korostavat sitä, että toipuvat tarvitsevat erilaisia asioita tuekseen toipuessa ja raittiuden ylläpitämisessä. Täten erilaiset hoitomuodot puolustavat paikkaansa. Asiakkaan piirteiden ja hoidon kohdentaminen näyttää osittain toteutuvan käytännössä ja merkitsevässä määrin päihdeongelmaisten itsensä toteuttamana. Kun ongelma koetaan vähemmän vakavaksi, toipuminen tapahtuu todennäköisemmin omaehtoisesti. Hoitoon hakeutuminen on järkevää tulkita asiakkaan tosiasialliseksi tarpeeksi saada tukea omalle toipumiselleen.

Ulkomaalaisista rikollisuudesta irrottautumisen kokemuksia tarkastelevista tutkimuksista mainittakoon John H. Laubin ja Robert J. Sampsonin (2003) tutkimus, jossa tutkittiin tärkeitä käännekohtia aikuisessa elämänculussa selittämään muutoksia rikollisessa toiminnassa. Keskeinen tulos oli, että rikoksentekijöiden irrottautuminen rikolliselta uralta on tuloksena yhdistelmästä, jossa yksilön toiminta yhdessä tilannekontekstin ja raken-

teellisten vaikutusten kanssa liittyy keskeisiin instituutioihin. Hyvä avioliitto, vakaa työ, identiteetin muutos ja ikääntyminen ovat tekijöitä, jotka korreloivat vahvasti selviytymisprosessiin. (Viikki-Ripatti 2009, 208.)

Toinen merkittävä tutkimus on Shadd Marunan (2001) tutkimus, jossa tutkittiin selviytymistä psykososiaalisena prosessina ja pyrittiin ymmärtämään psykologista mielenlaadua, joka parhaiten tukee rikollisuudesta irtaantumista ja sen ylläpitämistä. Tuloksena oli, että generatiiviset roolit toivat mukanaan vaihtoehtoisia saavutuksia ja mielekkyyttä elämään. Auttamalla toisia yksilöt uskoivat vapautuvansa syyllisyyden ja häpeän tunteesta sekä pitivät yllä omaa positiivista muutostaan. Selviytymiselle oli luontaista yleinen motivaatio, ydinminän ja oman toimijuuden tuntemus. (Viikki-Ripatti 2009, 208.)

Suomalainen huumetutkimus on ollut enimmäkseen kvantitatiivista tutkimusta. Kvalitatiivinen tutkimusote antaa kuitenkin paremmat mahdollisuudet tarkastella ongelmaa kattavammin huumeidenkäyttäjien näkökulmasta, heidän itsensä kokemana. Se mahdollistaa yksilöllisten huumeista irrottautumis- ja toipumisprosessien laajemman ja monipuolisemman tarkastelun. (Hännikäinen-Uutela 2004, 13.)

Aikaisemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että marginaaliasemaan joutuneiden on erittäin vaikea murtautua ulos siitä. Oman yhteiskunnallisen aseman kohottaminen on vaikeaa vankeuden painolastia kantaville. Sosiaalista kohoamista estävät yksilön hallitsemattomat, jatkuvasti pahenevat ja kasautuvat sosiaaliset ongelmat sekä yhteiskunnan ennakkoluuloisuus ja haluttomuus antaa rikoksiin syylistyneille todellisia mahdollisuuksia muuttaa elämänsä kulkuaan. Elämänsä suunnan kääntäminen vaatii yksilöltä voimavaroja, päättäväisyyttä ja henkilökohtaisten ongelmien hallintaan saamista. (Kynäs 2000, 240.)

Kansainvälisessä rikosurien ja niiltä irtaantumisen tutkimuksessa yhtenä kokoavana teemana on ollut kysymys sosiaalisten siteiden ja yksilöalttiuden keskinäisestä suhteesta rikollisuuden jatkumisen selittäjinä. Tutkimukselle on ollut tunnusomaista pyrkimys yksilöalttiuksien ja sosiaalisten siteiden samanaikaiseen empiiriseen analyysiin. Vain siten voidaan selvittää näiden tekijöiden itsenäisiä päävaikutuksia sekä myös niiden

vuorovaikutusta. Aikaisemman tutkimuksen valossa sekä vakailla yksilöalttiuksilla että sosiaalisilla siteillä on vaikutusta rikosurien jatkumiseen tai päättymiseen. (Sampson & Laub 2003; Kivivuoren 2009, 163 mukaan.)

3 SYRJÄYTYMINEN

3.1 Elämänkulku

Elämänkulututkimuksia on tehty esimerkiksi sosiologiassa, kasvatustieteissä ja psykologiassa. Sosiologinen elämänkulututkimus sai alkunsa Chicagon koulukunnan toimesta. 1980-luvun lopussa Yhdysvaltoihin suuntautui voimakas muuttoliike Euroopasta, jonka myötä kaupunkien väkiluvut kasvoivat. Kaupunkien kasvaessa rikollisuus ja erilaiset sosiaaliset ongelmat lisääntyivät. Chicagon koulukunnan sosiologit kiinnostuivat ihmisten selviytymistavoista ja alkoivat haastatellen kerätä ihmisten elämäkertoja. Tutkijoiden kiinnostuksen suuntautuminen ihmisten selviytymistarinoihin ja elämäkertoihin merkitsi laadullisen aineiston hankintaa ja tapaustutkimusten tekoa. Samalla nostettiin esille yksilön, perheen, yhteisön ja ympäristön vuorovaikutuksellisuus. (Kyngäs 2000, 15.)

Elämänkulun tutkimusta ei voida lukea minkään yksittäisen tieteenalueen lähestymistavaksi tai yhtenäiseksi teoriaksi. Kyseessä on analyyttinen näkökulma, jolla pyritään saamaan tietoa yksilön elämästä hänen itsensä kertomana ja tulkitsemana. Elämänkulun kuvauksen, analyysin ja ymmärtämisen näkökulmasta keskeisiksi nousevat yksilön tekemät valinnat ja se, kuinka hän käsittelee valintojensa seuraamuksia. (Kyngäs 2000, 16.)

Ihmisen elämänkulku on yksilöllisen monisuuntainen ja vahvasti kontekstisidonnainen prosessi, joka jatkuu läpi koko ihmisen eliniän. Se käsitetään toisiaan seuraavien elämänjaksojen sarjana, jossa eri elämänalueilla sattuvat merkittävät elämäntapahtumat toimivat käännekohtina ja merkitsevät usein siirtymää positiosta tai roolista toiseen. Kvalitatiivisessa tutkimusperinteessä elämänkulku nähdään erilaisten siirtymävaiheiden kautta eteneväksi prosessiksi. Normatiiviset siirtymät liittyvät yksilön kehitykseen, ja ne kytkeytyvät iän mukana porrastuviin kehitystapahtumiin. Idiosynkroottiset siirtymät ovat satunnaisten tekijöiden aiheuttamia yksilöllisiä elämänmuutoksia, kuten avioero, työpaikan menetys tai vankilaan joutuminen. Yksilön elämänkulun muotoutumiseen

eivät vaikuta vain historialliset ja kulttuuriset tekijät, vaan oma osuutensa on myös yksilön omilla valinnoilla ja ratkaisuilla. Elämä on vuorovaikutuksellisessa suhteessa sekä ympäröivään yhteisöön, että yhteiskunnallisiin tekijöihin. Tietyssä kontekstissa oleminen määrittää sitä, millaisia ratkaisuja ja valintoja yksilö voi elämässään tehdä. (Kyngäs 2000, 16–17.)

Elämänkulun katkoksiin liittyy muutoksen mahdollisuus. Anthony Giddens (1994) puhuu toisten mahdollisuuksien politiikasta. Tällä hän tarkoittaa sitä, että ihmisellä pitäisi olla jokaisessa uudessa tilanteessa valittavissa ratkaisumahdollisuuksia. Giddensin mukaan ihmisten ei tulisi olla sidottuja yhteen ainoaan elämänkulun malliin, vaan heidän tulisi voida valita ja aloittaa uudelleen missä tahansa elämänvaiheessa ja -tilanteessa. Kohdatut elämänmuutokset pitäisi nähdä mahdollisuutensa itsensä kehittämiseen, tilaisuutena uuteen, erilaiseen elämään. (Kyngäs 2000, 27.)

Valinnat eivät välttämättä ole selkeitä joko - tai -valintoja, vaan todellisuudessa ne ovat varsin kompliksia. Valintojen teko on usein kipeiden ratkaisujen tekemistä huonojen ja vielä huonompien vaihtoehtojen välillä. Aina valinnat eivät edes ole todellisia valintoja, vaan kyse on myös ajautumisesta olosuhteiden pakossa tilanteesta toiseen ilman rationaalisia, tarkoin harkittuja ratkaisuja. Valintatilanteet ovat usein vaikeita ja tehdyt ratkaisut johtavat aina uusien eteen. Huono-osaisilla valintamahdollisuudet ovat usein rajoittuneita. Lapsuudenkodista lähtöisin olevat ongelmat voivat olemassaolollaan sulkea pois monta mahdollisuutta. (Kyngäs 2000, 27.)

Elämänkulkuteoriassa päihde- ja rikoskierteestä selviytymiseen vaikuttavia tekijöitä kutsutaan yhteisnimikkeellä sosiaalinen pääoma. Sosiaalinen pääoma määritellään yleisellä tasolla resurssina, joka kehittyy ihmisten välisten yhteyksien ja sosiaalisten siteiden kautta. Se mahdollistaa sellaisten tärkeinä pidettyjen tavoitteiden saavuttamisen, joka sen puuttuessa ei olisi mahdollista. Rikolliseen toimintaan kiinnittyneellä voi olla sekä lainvastaisen että tavanomaisen elämän sosiaalista pääomaa. (Kivivuori & Lindborg 2009, 152.)

3.2 Syrjäytyminen ja marginalisaatio ilmiönä

Syrjäytymisen käsite omaksuttiin suomalaiseen sosiaalipoliittiseen tutkimukseen ja keskusteluun 1970-luvun ruotsalaisesta työmarkkinatutkimuksesta. Ruotsalainen termi *utslagning* käännettiin meillä aluksi uloslyönniksi, mutta varsin pian sitä alettiin käyttää vähemmän leimaavaa syrjäytymisen käsitettä. (Kyngäs 2001, 21.) Sosiaalinen syrjäytyminen ja köyhyys alkoivat kiinnostaa suomalaista tiedeyhteisöä suuremmassa määrin 1980-luvun puolivälissä. Eri tutkijat ovat hyvinkin eri mieltä syrjäytymisen ilmiöstä ja sen käsitteellistämisestä. Syrjäytyminen ilmiönä on vaikeasti haltuun otettava, hyvin moniulotteinen ja prosessimaisuudessaan hyvin vaikeasti ymmärrettävä ja kuvattava (Helne 2002, 13). Jorma Sipilä (1985) määritteli syrjäytymisen prosessiksi, jossa yksilön sidokset yhteiskunnan toiminnan eri alueisiin hajoavat.

Meillä Suomessa keskustelua on leimannut näkemys, että syrjäytymisen kohteeksi joudutaan, ajaututaan syrjäytyneisyyden tilaan. Syrjäytyminen nähdään lähellä elämänhallinnan käsitettä ja koetaan, ettei ihminen pysty enää hallitsemaan elämäänsä (Granfelt 1998, 78). Ilmiönä syrjäytyminen paikantuu yhteiskunnan alimpiin sosiaalisiin kerrostumiin. Siihen liittyy lähes aina subjektiivisesti koettua ja objektiivisesti havaittavissa olevaa huono-osaisuutta. Yksilötasolla syrjäytymiseen liittyy sosiaalisia ongelmia ja niiden kasautumista tai pitkittymistä. Keskeisinä elämänalueina ovat tässä suhteessa sosiaaliset suhteet, esimerkiksi koulutus, työ tai perhe-elämä. Syrjäytyminen ilmenee tällöin tuotannosta, sosiaalisista suhteista ja vallasta syrjäytymisenä. Olennaisia ovat myös yksilön suhteet alakulttuureihin, kuten rikollisuuteen ja päihteidenkäyttöön. Syrjäytyminen soveltuu kaikkein huono-osaisimman ryhmän elämäntilanteen kuvaamiseen. Syrjäytyminen saattaa lopulta johtaa yhteiskunnan taholta tulevaan institutionaaliseen "uloslyöntiin" vankilatuomioiden ja totaalihoitolaitossijoitusten muodossa. Yksilön ja yhteiskunnan väliset siteet ovat pahasti vaurioituneet tai kokonaan katkenneet. (esim. Hännikäinen-Uutela 2004, 42).

1990-luvun aikana Suomessa vakiintui syrjäytymiskäsitteen rinnalle marginalisaation käsite, jota voidaan pitää myös syrjäytymisen synonyymina. Marginalisaatio pitää sisällään ulkopuolisuuden, toiseuden ja erilaisuuden kysymykset. Marginaalissa elämisen ei

nähdä olevan luonteeltaan niin negatiivista ja totaalista kuin syrjäytymisen. Se ei syrjäytymisen tavoin edellytä pakkoa tai vastentahtoisuutta, vaan se saattaa olla myös itse valittu tila – ihminen osittain valitsee, osittain ajautuu. (Kyngäs 2000, 22.) Järvinen ja Jahnukainen (2001, 145) ovat sitä mieltä, että syrjäytymistä ja marginalisaatiota pitäisi tarkastella erillisinä ja omanlaisinaan ilmiöinä. Marginalisaatio käsitetään laajemmin kuin syrjäytyminen. Se soveltuu erityisesti ihmisten kokemuksiin ja elämän merkitykseen kohdistuvan tutkimuksen näkökulmaksi (Granfelt 1998, Hyväri 2001). Jokainen yhteiskunta määrittelee oman keskuksensa ja sen ulkopuolella olevat. Marginaalilla käsitetään jotain, mikä on virallisen yhteiskunnan laidoilla tai jopa sen ulkopuolella. Käsitteen voi myös ymmärtää siksi hämäräksi alueeksi, joka erottaa kaksi maailmaa toisistaan. Marginaalissa olevat koetaan erilaisiksi ja jopa uhaksi keskustasta katsottaessa. Toisiin liitetyt mielikuvat ovat pelkojen, vierauden ja erilaisuuden tasoilla arvottomuuden, paikattomuuden, sivullisuuden ja ristiriitaisuuksien ylläpitämiä ja tuottamia (Hyväri 2001, 96.) Marginaalissa eläminen voi olla näköalapaikka omaan elämään tai yhteiskuntaan. Se voi olla myös mahdollisuus uusien vaihtoehtojen havaitsemiseen. (Kyngäs 2001, 22.)

Marginaalisiin liitetään poikkeavuuden mielikuvia. Miten sitten normaalius ymmärretään? Helneen (2002) mukaan yksilön on täytettävä tietyt normaalisuuteen liitetyt vähimmäisvaatimukset, jotta häntä ei armottomasti luettaisi yhteiskunnan marginaalisiin. Näitä vähimmäisvaatimuksia ovat muun muassa palkkatyö, asunto, kohtuullinen sosiaalinen verkosto ja riittävän päihteetön elämäntapa. (Kannasoja 2006, 31.)

Normaalisuuden ehdot eivät ole marginaaliselle kovin helppoja vaatimuksia. Siksi marginaalissa oleva ihminen voi pyrkiä jättäytymään sivulliseksi, etteivät erityisesti keskustassa olevat ihmiset huomaisi hänen marginaalisia piirteitään. Sivullinen ihminen ei kuitenkaan ole näkymätön tai piilossa oleva, vaan syrjässä olemisensa ja siihen liitettyjen mielikuvien vuoksi usein juuri erityisen näkyvillä. (Hyväri 2001, 137).

Syrjäytyminen vaikuttaa näyttäytyvän melkoisen negatiivisena, totaalisenä ja usein myös pysyvänä elämäntilanteena. Marginaaliin joutumista ei kuitenkaan ole mielekäästä tulkita vain puutteena, vajauksena ja resurssittomuutena. Syrjässä eläminen on joillekin

näköalapaikka, josta tarkastella yhteiskuntaa. Se voi joskus olla jopa uusien mahdollisuuksien areena. (Granfelt 1998, 80; Hyväri 2001, 72.)

Kannasoja (2006) kirjoittaa inklusiivisesta eli mukaan lukevasta marginaalisuudesta, joka mahdollistaa yksilöiden eri ryhmiin kuulumisen ja ryhmästä toiseen liikkumisen tarkastelun. Toisilla elämänalueilla yksilö voi olla keskustassa, kun taas toisilla elämänalueilla yksilö voi samanaikaisesti olla marginaalissa. Nämä erilaiset tasot voivat vaihdella yksilön elämäntilanteen mukaan. Yksilö voi esimerkiksi menestyä koulussa ja harrastuksissa, mutta vaikkapa perheen heikon taloudellisen tilanteen vuoksi hän saattaa kuulua marginaaliryhmään. (Kannasoja 2006.)

Inklusiivisen tarkastelun etuna on marginalisaatio -käsitteen myönteisyys, väliin putoaminen ei ole poikkeus vaan sääntö ja ilmiötä tarkastellaan sekä yhdistävien tekijöiden että erojen kautta. Tällöin yksilöt huolitaan sisäpuolisiksi identifikaation käsitteen mukaisesti, eli eroavaisuuksien ja samanlaisuuksien kautta. Marginaalisuuden ei pidä kuitenkaan muuttua sen myönteisyydestä huolimatta tavoiteltavaksi elämäntavaksi tai asemaksi vaikkei siinä aina poikkeavuutta tai negatiivisuutta nähtäisikään. (Hyväri 2001, 80, Kannasoja 2006, 35.)

Inklusiivisesti ymmärretty marginaalisuus on vielä enemmän kuin sekä - että ajattelua. Tällä tavalla ymmärrettynä käsite menettää osan syrjäyttävästä voimastaan ja leimavuudestaan. Näin ollen yksilön elämässä on mahdollisuus muutokseen, joka voimistaa ja valtaistaa yksilöä, mutta samalla muutos on mahdollinen yhteiskunnan ja koko maailman tasolla. (Helne 2002, 100.)

Syrjäytymiskäsitettä on kritisoitu paljon. Syrjäytyminen viittaa enemmän yksilön valintoihin kuin yhteiskunnan rakenteellisiin ongelmiin. Käsitteen katsotaan myös lisäävän poliittisen päätöksenteon etäisyyttä syrjäytyneisiin. Koska syrjäytyneet ovat reunoilla, ei tuo ongelmakaan ole keskeinen, eikä se kosketa keskustassa olevien ihmisten elämää, eikä sen hoitaminen vaadi kuin marginaalisia toimenpiteitä. (Rantala 2006, 210.)

3.3 Vapautuvien vankien syrjäytyminen

Rikosrekisteri ja huumetausta rajaavat työ- ja koulutusmahdollisuuksia, vaikeuttavat asunnon saantia ja herättävät torjuntaa ja pelkoa monissa ihmisissä. Rikos- ja päihdekierteessä vuosia, jopa vuosikymmeniä eläneillä ihmisillä valinnan mahdollisuudet ovat voimakkaasti rajautuneet kaikilla elämäntilanteilla. Rikoksettoman ja päihteettömän elämän aloittaminen omin voimin, vailla tukea, on käytännössä mahdoton tehtävä. Oman toiminnan muuttaminen on hidas ja vaativa, henkilökohtaisia ponnisteluja vaativa prosessi, jota eivät helpota yhteiskunnassa vallalla olevat kovat asenteet ja vaikeimmassa asemassa olevien ihmisten syrjäytyminen jopa sosiaalityöstä. (Granfelt 2007.)

Nykyisessä yksilön vastuuta korostavassa ja menestystä ihannoivassa yhteiskunnallisessa ilmapiirissä häpeä ja syyllisyys jäävät lähes yksinomaan vankilaan joutuneen ihmisen kannettaviksi. Vaille merkitystä jää se tosiasia, että varsin monen vankilaan päätyvän elämänhistoriaan on kasautunut traumaattisia kokemuksia varhaislapsuudesta lähtien ja yhteiskunnallinen eriarvoisuus on ollut konkreettista arkitodellisuutta elämän ensi hetkistä alkaen. Kun traumataustat ohitetaan, ihmisten oireita kohdellaan heidän ominaisuuksinaan. (Granfelt 2006, 146.)

Vapautuva vanki on todennäköisesti jo pitkään elänyt syrjässä ja häntä on kohdeltu sen mukaisesti niin virallisen organisaation kuin monien tavallistenkin kansalaisten taholta. Monet yhteiskuntamme toiminnot tapahtuvat muodollisesti tasa-arvoisesti. Vankilasta vapautuva saa periaatteessa samanlaisen kohtelun ja palvelun kuin kuka tahansa meistä, mutta käytännössä asia on toisin. Vaikka vankilasta vapautunut täyttääkin asianmukaisen asiakkaan roolin monissa virastoissa, joissa hän vapautuessaan joutuu asioimaan, hän kohtaa kuitenkin sanallista tai sanatonta viestintää, johon voi sisältyä epäluuloa, halveksuntaa, pelkoa ja melkoista pidättyvyyttä. Puhumaan tottumaton ihminen hämmentyy tilanteissa, joissa ilmapiiri on virallinen ja muodollinen. Sosiaalinen etäisyys tuntuu suurelta. Tällainen kohtelu virastoissa voi olla ymmärtämättömyyttä, mutta pahimmillaan myös vallankäyttöä, jonka ikävin seuraus voivat olla lisääntynyt syrjäytyneisyys ja katkeruus luonnollisen kontaktin sijaan.

Mitä pidempään yksilö on laitoksessa, sitä vieraantuneempi hän on yhteiskunnasta. Nykyisen yhteiskunnan nopean muuttumisen ja kehittymisen vuoksi vankilassa pitkään olleilta ihmisiltä saattaa puuttua arkielämässä selviytymisen kannalta merkityksellisiä tietoja ja taitoja. Jos yksilö vapautuessaan yrittää siirtää laitoksessa omaksutut tavat siviiliin, hän tulee huomaamaan nopeasti, ettei niillä pärjätä. Pahimmassa tapauksessa laitoksen rutiineihin tottunut huomaa, ettei hän pysty elämään muualla kuin laitoksessa. Vaikka nämä vapautuvien vankien ongelmat ovat olleet tiedossa jo vuosikausia, ei niiden ratkaisemiseksi ole tehty kovinkaan paljon. Yhä edelleen suuri osa vangeista vapautuu muovikassi kädessään, ilman asuntoa, tai edes yösijaa, puhumattakaan että olisi työpaikkaa tai edes ruokarahaa. Arkielämän taidot puuttuvat, koska niitä ei voi hankkia vankilassa. Laskujen maksaminen, ruokaostosten tekeminen, virastoissa asioiminen esimerkiksi asunnon ja työpaikan hakemiseksi ovat monelle vapautuvalle täysin uusia asioita. Rahattomana on mahdoton saada asuntoa. Rikostaustaisen ja kouluttamattoman on vaikea, ellei mahdoton päästä työmarkkinoille. Pitkä vankeus hävittää kuvan myös siitä, mitä eläminen maksaa. Rahan arvo hämärtyy eikä osata suunnitella rahankäyttöä.

3.4 Yhteiskuntakin syrjäyttää

Useat vankilasta vapautuvia koskevat tutkimukset (esim. Rantala 2004, Karjalainen & Viljanen 2009, Timonen 2009, Karsikas 2005) ovat osoittaneet, että yhteiskunta tarjoaa liian vähän vaihtoehtoja ja mahdollisuuksia rikos- ja päihdekierteestä irti pyrkiville.

Monet päihdeongelmaiset vangit ovat enimmäkseen köyhiä, työttömiä, asunnottomia, joiden lapset on huostaan otettu ja joista useimmat ovat olleet vuosia työelämän ulkopuolella tai eivät ole koskaan sinne sijoittuneetkaan. Mikäli vapautumisjärjestelyihin ei panosteta, päihdekuntoutus menee osittain hukkaan, kun vangit vapautuvat samoihin tai vielä heikompiin olosuhteisiin, mistä vankilaan tulivat. Päihdeongelma ja rikollisuus ovat kietoutuneet muihin sosiaalisiin ongelmiin ja ovat siten osa marginalisaatiota. Niitä ei tule irrottaa kokonaiselämäntilanteesta vain yksilötason ongelmiksi, joista vanki itse on vastuussa (Granfelt 2007.)

Vankilasta vapautuneiden jälkihuoltoon ollut heikosti tunnettu ongelma-alue ja kuntien sosiaalitoimessa, jonne asian pitäisi kuulua, sellaista työmuotoa ei muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta tunneta. (esim. Karjalainen & Viljanen 2009, 26, Karsikas, 2010.) Lainrikkojien tukevalla palveluohjaukselle ja muulle sosiaaliselle tuelle on selvä tarve. Heidän tilanteensa ovat vain jääneet isompien ja tärkeämpien asioiden jalkoihin, sivuutettu, unohdettu, torjuttu. (Karjalainen & Viljanen 2009, 35.)

Nykyinen toimintapolitiikka, jossa vapautuville vangeille pyritään yhteistyössä rakentamaan saumattomia palveluketjuja, on idealistisuudessaan monin tavoin epärealistinen. Rantalan (2004) tutkimuksen mukaan verkostotyö erittäin vakavien sosiaalisten ongelmien ratkaisutapana pikemminkin tukee rakenteissa olevia ongelmia kuin ratkoo niitä: suurimmat ongelmat eivät ole paikallistason verkostojen ratkaistavissa. Ongelmat ovat ensisijaisesti rakenteellisia ja poliittisia, mutta toimintavaltuuksien ja resurssien puuttuessa niihin etsitään ratkaisuja tiedonvälityksen tehostamisesta, projektityöstä sekä toimijoiden osaamisesta, tahdosta, motivoituneisuudesta ja sitoutuneisuudesta yhteistyöhön. (Rantala 2006, 221.)

Vaikka vankilakierteessä oleviin päihteidenkäyttäjiin ei kohdisteta poliittista huomiota erityistukea tarvitsevana ryhmänä verrattuna esimerkiksi "syrjäytymisvaarassa" oleviin, he ovat tärkeä sosiaalityön kohde. Ihmiset, joilla toistuva rikollisuus liittyy päihteiden käyttöön, työllistävät monia eri viranomaisia kierteen eri vaiheissa, mikä on kallista. Tai kuka tahansa voi saada metrossa viereensä arvaamattomasti käyttäytyvän, psykoottisen huumeiden ongelmakäyttäjän. Tällaisen ihmisen vankilakierre saattaa tosin katketa ilman ulkopuolisen apua, mutta syynä on tuolloin todennäköisesti hänen oma kuolemansa. Kysymys on myös syrjäytyneiden perusoikeuksista saada inhimillisen elämän turvaavat palvelut, mikä on samalla ihmisoikeuskysymys. (Rantala 2006, 209.)

Kati Rantalan (2004) tutkimuksessa kritiikin kohteeksi asettuvat ne yhteiskuntapoliittiset toimet, joilla vankilasta vapautuvia pyritään integroimaan yhteiskuntaan. Tarkastelun painopisteenä ovat yhteiskunnan rakenteelliset tekijät, jotka suuressa määrin vaikuttavat vankien ja vankeinhoidon työntekijöiden työn tuloksellisuuteen. Rantalan kritiikki kohdistuu siihen, että rakenteellisiin tekijöihin kohdistetaan niin vähän huomiota ja odo-

tukset viranomaisverkostotyön kautta aikaansaataviin muutoksiin vankien selviytymisedellytyksissä ovat epärealistiset. Rantalan perussanoma on, että huomattavin moniammatillisin ponnistuksin voidaan tukea pienen joukon selviytymistä, mutta suurin osa vangeista jää oman onnensa nojaan, vailla minkäänlaisia selviytymisedellytyksiä. Vapautuvilla vangeilla ei ole poliittista painoarvoa, ja he joutuvat kuntien priorisoinneissa viimeisille sijoille sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa ja asuntosektorilla. Vaikeimmassa asemassa olevat näyttävät syrjäytyvän myös päihdehuollossa ja aikuis-sosiaalityössä. (Rantala 2006, 221.)

Yhteiskunnallisessa keskustelussa vankilasta vapautuviin ei suhtauduta myönteisesti. Vankilakierteessä olevat ovat poliittisesti hankalia, koska heidän moniongelmaisuutensa hoitaminen on paitsi kallista myös oire muista hankalista ongelmista kuten laitostaustasta, rikosseuraamuksista, yhteiskunnan kovista asenteista ja syrjäytymiskehityksestä. (Rantala 2006, 221).

Vapautuvien vankien auttamisjärjestelmän yksi keskeinen ongelma on niiden marginaalisuus. Julkilausuttuna tehtävänä rikosseuraamuslaitoksella on auttaa rangaistustaan suorittava tai sen suorittanut pois rikosmaailmasta, pois yhteiskunnan marginaalista. Ongelmaksi tässä työssä voi muodostua se, että sekä rangaistusten täytäntöönpano, valvontatyö että auttamistyö ovat lähinnä rikosseuraamuslaitoksen vastuulla. Ne on eristetty omaksi toiminnakseen eli marginaaliset auttamisjärjestelmät auttavat yhteiskunnassamme pahiten marginaalissa olevia. Ainakin nämä systeemit onnistuvat pitämään asiakkaansa marginaalissa. Vangit ja vankilasta vapautuneet kuuluvat reunimmaiseen ryhmään ja heitä yrittävät auttaa reunimmaiset auttamissysteemit, jotka elävät symbioosissa keskenään, mutta ovat huonosti verkostoituneet muihin auttamisjärjestelmiin. (Timonen 2009.)

Side, joka yhdistää ihmisen yhteiskuntaan, on samalla myös side yhteiskunnalliseen normaaliuteen. Yhteiskunnallinen normaalius on se peruste, jolla ihmisten syrjäytymistä ja yhteiskunnallista osallisuutta arvioidaan. (Raunio 2004, 219.) Niin sanotun normaalin elämän luokitukset ja kriteerit syntyvät, vahvistuvat ja elävät omaa elämäänsä viranomaisten ammatillisissa yhteisöissä. Näiden yhteisöjen perimmäinen tarkoitus on ollut

yksilön auttaminen, mutta samalle ne kontrolloivat autettaviaan monenlaisten normien kautta, joiden tarkoituksena on sopeuttaa asiakkaat "normaaliin" elämään ja siihen kuului normeihin. Osittain tässä työssä onnistutaankin, ongelmaksi muodostuvat kuitenkin ne reunimmaisat, täysin normeista poikkeavat, kuten lainrikkijat. Heihin kohdistuu yhteiskunnan kontrolli - ja auttamismekanismien taholta sekä yhteiskunnan eristämisen että yhteiskuntaan palauttamisen tarkoitus.

Yhteiskuntaan palauttamisen tavoitteena ei aina ole pelkästään hyvää tarkoittava vaikutus syrjäytyneiden kannalta katsottuna. Usein "palauttamisella" tarkoitetaan ihmisen palauttamista rooleihin, ryhmiin ja paikkoihin, jotka eivät välttämättä vastaa heidän omia tarpeitaan. Tällöin voitaneen puhua pakkointegraatiosta, tilanteesta, jossa huonoreisemmat halutaan yhteiskunnan valtaa pitävien mekanismien avulla asettaa siihen asemaan, että heidän tulisi ottaa vastaan heille tarjottu rooli. Yhteistyöhaluttomat syrjäytyvät entisestään.

Vankilatausta on edelleen ilmeinen este ns. normaalipalvelujenkin piiriin pääsemiseen, erityispalveluista puhumattakaan. Usein lainrikkojien kohtaamia tilanteita voi luonnehtia poiskäännyttämisiksi. Karjalaisen ja Viljasen (2009) mukaan toimenpiteitä vankilasta vapautuvien moniin tuen tarpeisiin ei vakiinnu ilman erityistoimia ja lisärahoitusta.

4 SELVIYTYMINEN

4.1 Selviytymisprosessi

Tässä tutkimuksessa kuvaan rikos- ja päihdekierteestä irtipääsemistä pääasiassa selviytymis-käsitteellä, mutta kuvaan sitä myös käsitteillä toipuminen ja irtaantuminen, koska kirjallisuudessa kaikkia näitä käsitteitä käytetään yleisesti.

Selviytyminen käsitteenä löytyy jo Darwinin evoluutioteorioista ja psykoanalyysista. Lazarus ja Folkman (Purola 2000) määrittelevät selviytymisprosessin yksilön jatkuvasti muuttuvaksi kognitiiviseksi, toiminnalliseksi ja emotionaaliseksi pyrkimykseksi hallita, sietää tai vähentää sellaisia ulkoisia ja sisäisiä vaatimuksia, jotka arvioidaan rasittaviksi tai ylivoimaisiksi suhteessa yksilön voimavaroihin.

Selviytymisen käsite (coping) perustuu stressiteorioihin. Selviytymisteoriat käsittelevät sitä, kuinka yksilö pyrkii selviytymään stressistä ja välttämään sen vahingollisia seurauksia. Selviytyminen (coping) liittyy läheisesti stressin hallintaan. Selviytymispyrkimykset on nähty joko suhteellisen pysyvinä, yksilön persoonallisuudesta määräytyvinä toimintapyrkimyksinä tai tilannekontekstista riippuvaisina prosesseina. Prosessia korostavassa suuntauksessa yksilön ja ympäristön katsotaan olevan jatkuvasti muuttuvassa, dynaamisessa suhteessa toisiinsa. Selviytymispyrkimykset nähdään reaktioina tilanteen vaatimuksiin. Yksilöä korostavissa suuntauksissa selviytymispyrkimykset puolestaan ymmärretään ensisijassa yksilön ominaisuuksina ja niissä pyritään hahmottamaan tietyille yksilöille tyypilliset selviytymisstrategiat. (Purola 2000).

Selviytyminen on dynaaminen kognitiivinen prosessi, joka perustuu ihmisen arviointiin tilanteestaan sekä henkilökohtaisista resursseistaan, joiden avulla hän yrittää hallita stressiä aiheuttavaa tilannetta. Prosessi muuttuu ihmisen uusien tilannearviointien perusteella ja siinä voidaan nähdä peräkkäisiä vaiheita, jotka vaihtelevat yksilöllisesti. (Folkman & Lazarus 1980, Purolan 2000 mukaan).

Folkman kollegoineen (Purola 2000) on luokitellut selviytymiskeinot kahdeksaan luokkaan:

1. *Yhteenotto* (confrontive coping) liittyy aggressiivisiin pyrkimyksiin muuttaa tilannetta esimerkiksi taistelemalla asian puolesta tai saattamalla toinen henkilö havaitsemaan vastuullisuutensa. Siihen voi liittyä myös vihamielisyyden osoittamista tai riskinottoa.
2. *Etäännyttäminen* (distancing) kuvaa pyrkimyksiä irrottautua tapahtumasta jatkamalla kuin mitään ei olisi tapahtunutkaan tai yrittämällä unohtaa tapahtuma. Siihen liitetään myös tulevaisuuden näkymien luomista ja pyrkimyksiä nähdä asioiden valoisa puolet.
3. *Itsekontrolli* kuvaillaan pyrkimyksinä säädellä omia tunteita ja toimintaa. Siinä pyritään pitämään tunteet piilossa ja välttämään pikaisia toimia, joilla saattaisi olla negatiivisia seurauksia.
4. *Sosiaalisen tuen etsintä* sisältää niin tiedollisen, materiaalsen kuin emotionaalisenkin tuen hakemisen toisilta.
5. *Vastuullisuuden hyväksynnällä* tarkoitetaan sitä, että myönnetään oma osuus tapahtuneeseen ja mahdollisesti pyritään korjaamaan aiheutunut vahinko. Se sisältää niin oman toiminnan kritisoinnin, itsellä olevien ongelmien myöntämisen kuin anteeksi pyynnön ja päätöksen toimia jatkossa paremmin.
6. *Pakovältyminen* (escape-avoidance) kuvaa pyrkimystä vähentää stressiä välttämällä negatiivisten ajatusten tai tilanteiden kohtaamista. Tähän liittyvät mm. perusteettomat toiveet tilanteiden korjautumisesta itsekseen, päihteiden käyttö sekä ihmisten vältteleminen.
7. *Suunnitelmallinen ongelmanratkaisu* kuvaa ongelmaan kohdistuneita toimenpiteitä, joiden avulla tilannetta pyritään muuttamaan. Tämä luokka sisältää sekä nämä käytännön toimenpiteet että ongelmanratkaisuun liittyvän suunnittelun ja tilanteen analysoinnin.
8. *Positiivinen uudelleenarviointi* ymmärretään pyrkimyksinä nähdä tilanteessa positiivista merkitystä, joka kohdistuu esimerkiksi persoonalliseen kasvuun ja kehittymiseen ihmisenä. Uudelleentulkinnalla voi olla myös uskonnollinen vivahde; tapauksen voidaan katsoa esimerkiksi vahvistaneen uskoa.

Selviytymiseen vaikuttavat ihmisen persoonallisuus sekä sosiaalinen ja fyysinen ympäristö. Ihmisen persoonallisuus sekä muut henkilökohtaiset ominaisuudet vaikuttavat siihen, millaisia voimavaroja hänellä on käytettävissään. Sosiaalinen ja fyysinen ympäristö voi olla joko selviytymisprosessia tukeva tai sitä vaikeuttava. Ympäristö käsittää yksilön ja hänen läheistensä väliset suhteet sekä ympäröivän yhteisön tuen. (Purola 2000).

Vapautuva päihdeongelmainen on monella tapaa uuden edessä. Häneltä usein puuttuu ympäröivän yhteisön tuki ja vanha kaveripiiri on jätetty taakse. Vankilasta vapautumisen jälkeen liittyminen yhteiskuntaan niin sanotuksi yhteiskuntakelpoiseksi kansalaiseksi onkin huomattavasti vaikeampaa kuin paluu entisiin porukoihin ja rikolliseen elämäntapaan. Tarvitaan paljon ponnisteluja ja päättäväisyyttä vapautujalta itseltään kuin myös paljon ulkopuolista tukea. Yhteiskunnan joustamattomuus velkojen järjestelyssä ja taloudellisen tilanteen vaikeus saattaa ohjata ihmiset epävirallisille työmarkkinoille. Eri-laisten harmaiden ja laittomien töiden tekemisestä voi tulla selviytymisstrategia. Luotokelpoisuusongelma tekee kaupungin tai kunnan vuokra-asunnon saamisen mahdottomaksi. Vankilasta vapautuvalle useimmiten viranomaisten yksittäisten päätösten kautta voitaisiin järjestää asunto, mutta sitä ei haluta tehdä määrättyjen byrokraattisten säännösten takia. Oman paikan löytäminen yhteiskunnassa voi olla ylivoimaisen vaikeaa, jos vapaus alkaa kadulla. (Timonen 2009)

Selviytyminen on yhteydessä yksilön psyykkisiin edellytyksiin sekä taloudellisiin ja sosiaalisiin mahdollisuuksiin. Sitä voidaan kuvata laadukkaana elämänä, joka koetaan onnistuneena ja tyydyttävänä. Selviytyminen on myös eheyttä, positiivista minäkäsitystä ja tyydyttäviä ihmissuhteita. Kasvu selviytymisen tuloksena voi ilmetä esimerkiksi elämäntilanteen jäsentämisenä, arvojen muuttamisena, erilaisuuden hyväksymisenä, asioiden uudelleen arviointina ja uusien toimintatapojen omaksumisena. Lisäksi selviytyminen voidaan nähdä vahvana koherenssin tunteena tai voimaantumisenä. (Purola 2000.)

Voimaantuminen, sisäinen voiman tunne (empowerment) merkitsee ihmisestä itsestä lähtevää prosessia, joka on yhteydessä ihmisen omaan haluun, omien päämäärien aset-

tamiseen, samoin luottamukseen omiin mahdollisuuksiin sekä näkemykseen itsestään ja omasta tehokkuudestaan. Voimaantunut ihminen on aktiivinen, luova ja vapaa toimija, joka asettaa jatkuvasti itselleen uusia päämääriä omassa elämänprosessissaan. Itseä ja omia mahdollisuuksia koskevat uskomukset rakentuvat pääosin sosiaalisessa kanssakäymisessä. Siten voimaantumiseen vaikuttavat toiset ihmiset, olosuhteet ja sosiaaliset rakenteet. (Siitonen 1999, 118–119.)

Kaikki selviytymisyrietykset tähtäävät jollakin tavoin muutoksen kohtaamiseen ja sen hallintaan. Selviytyminen ei tarkoita elämän saamista täydelliseen järjestykseen, vaan taitoa vähentää ja lieventää sen kitkakohtia niin, että sopeutuminen uusiin asioihin ja tilanteisiin paranee. Selviytymisen edellyttävän tilanteen aiheuttamia vaatimuksia ei tule nähdäkään pelkästään kielteisinä, koska ne ovat elämälle ja kasvulle välttämättömiä. Kasvu edistää vaatimuksiin vastaamista. Onnistunut vaatimukseen vastaaminen parantaa kykyä selviytyä uusista haasteista. (Purola 2000.)

4.2 Selviytymiskeinot

Selviytymiskeinot voidaan jakaa Lazaruksen ja Folkmanin (Purola 2000) mukaan ongelma- ja tunnesuuntautuneisiin. Ongelmasuuntautuneiden keinojen avulla pyritään hallitsemaan ja muuttamaan stressaavaa tilannetta. Ongelmasuuntautuneita keinoja ovat sekä aggressiiviset että rationaaliset ja harkitsevat ongelmanratkaisuyrietykset, kuten esimerkiksi kognitiivinen ongelmanratkaisu ja päätöksenteko, tiedon etsiminen, tavoitteiden asettaminen, itsehoito, sosiaalisen tuen hankkiminen ja vastuunotto. Sosiaalisen tuen hakeminen sisältää tiedollisen, emotionaalisen ja konkreettisen tuen hakemisen sekä läheisiltä että ammatti-ihmisiltä. Vastuunotto selviytymiskeinona merkitsee oman tilanteen tunnistamista ja toimimista uudessa tilanteessa. Ongelmien konkreettinen ratkaiseminen ja sen suunnitteleminen, miten edetä päivä kerrallaan edistävät selviytymistä. (Purola 2000.)

Tunnesuuntautuneiden selviytymiskeinojen avulla ihminen pyrkii tasapainoon käsittelemällä tilanteen aiheuttamia tunteita. Näitä ovat esimerkiksi tunteiden tiedos-

taminen, ilmaiseminen ja säätely sekä pyrkimys hallita päihteiden käytön aiheuttamia emotionaalisia seurauksia, asioiden tarkastelua uudesta näkökulmasta tai niiden merkityksen muuttamista ja etäännyttämistä. Myös tunteenpurkaukset, outo tai epäsoσιαalinen käyttäytyminen, vetäytyminen ihmissuhteista, kohtaloon uskominen, ratkaisuyrityksistä luopuminen, päiväunelmointi ja avusta kieltäytyminen sekä tilanteen kieltäminen ja toivominen saattavat olla selviytymiskeinoja, vaikka ne vaikuttavat tuntekontrollin pettämiseltä. (Lazarus ja Folkman 1984, Purolan 2000 mukaan.)

Ongelma- ja tunnesuuntautuneet selviytymiskeinot ovat usein käytössä samanaikaisesti ja ne täydentävät toisiaan. Vaikka selviytymiskeinot muuttuvat tilannearvion perusteella, voidaan joitakin niistä pitää toisia keinoja pysyvämpinä ja johdonmukaisempina selviytymisprosessissa. Uudelleen orientoituminen on suhteellisen pysyvä selviytymiskeino, mutta esimerkiksi sosiaalisen tuen hakeminen on riippuvainen sosiaalisesta verkostosta. Sosiaalisen verkoston kautta ihminen voi saada sosiaalista tukea, joka on luonteeltaan emotionaalista, tiedollista tai aineellista. Sosiaalisen tuen saatavuus riippuu yksilön kyvystä vastaanottaa tukea ja sosiaalisen verkoston mahdollisuuksista tarjota apua. (Purola 2000.)

Ihmisen selviytymistä voidaan tukea onnistumisten ja kyvykkyyden osoittamisen, tavoitteiden suuntaisen kehityksen sekä tavoitteiden jäsentämisen avulla. Myös päätösten ja valintojen tukeminen, itsestään huolehtimisen tukeminen sekä motivaation ja optimismin ylläpitäminen ovat keinoja, joiden avulla tuetaan ihmisen selviytymistä. Tukeminen merkitsee myös yksilön tukemista sellaisten tilanteiden ja olosuhteiden hakemisessa, jotka parantavat hänen toimintamahdollisuuksiaan ja vahvistavat subjektiutta. Tavoitteena on vähentää yksilön ongelmia ja lisätä elämänhallintaa niin, että hänen mahdollisuutensa jatkaa elämäntehtäviensä tai henkilökohtaisten projektiansa toteuttamista paranevat. (Purola 2000.)

Selviytyminen voidaan kuvata oppimisena ja kasvuna. Toiminnan myötä saadut positiiviset kokemukset lisäävät tunnetta tapahtumien hallittavuudesta, vahvistavat pysyvyysodotuksia sekä vähentävät pelon ja epävarmuuden tuntemuksia. Ihminen pystyy itse edistämään selviytymistään oppimalla uusia asioita ja tällöin myös muiden ihmisten

on mahdollista tukea oppimista. (Purola 2000.)

5 PÄIHDERIIPPUVUUS JA IDENTITEETTI

5.1 Riippuvuuden monet kasvot

Lapsuuden kehityskulkujen on todettu ennakoivan myöhemmän iän päihdeongelmia. Lapsuuden vaikeuksien vaikutus itsetuntoon voi johtaa haavoittuvuuteen psyykkisten ongelmien suhteen ja riskitason kasvuun esimerkiksi päihdeongelmaan nähden. Ongelmakäyttäytyminen heijastelee vaikeuksia sosiaalisten roolien muodostamisessa. Antisosiaalinen kehitys on kumuloituvaa luonteeltaan ja negatiiviset kehityskulut seuraavat toisiaan. Yksilö voi mahdollisuuksien sulkeutuessa edessään suuntautua kohti vaihtoehtoisia pätemisen muotoja, joilla pyritään rakentamaan omaa identiteettiä. Negatiivinen käännekohta johtaa mahdollisuuksien kaventumiseen, ympäristöolosuhteiden muuttumiseen epäedullisiksi, negatiivisten ketjureaktioiden käynnistymiseen ja yksilön sisäisten voimavarojen heikkenemiseen. (Kuusisto 2010, 34.)

Myös syrjäytymisen ongelmavyöhytiin liittyvät usein riippuvuudet ja riippuvuudet lisäävät ennestään syrjäytymiskehitystä, vaikka niillä voidaan nähdä olevan myös tietyllä tapaa yksilön sisäistä tasapainoa ylläpitävä tehtävä. Addiktiot voivat toimia selviytymisstrategioina vaikeissa joko ulkoisissa elämäntilanteissa tai vasteena sisäiseen stressitilaan ja niiden voidaan nähdä palvelevan pohjimmiltaan yksilön selviytymistä. William Miller (1998, 163–172) pitää erilaisten riippuvuuksien kehittymistä ihmiselle ominaisena kehityskulkuna. Päihdeongelman muodostumisessa merkittävässä asemassa ovat monenlaiset tekijät, altistavina tekijöinä ovat ainakin osassa päihdeongelmia perinnölliset syyt, mutta merkitystä on myös sosiaalisella, kulttuurisella ja normatiivisella kontekstilla, jossa yksilö elää. Riippuvuuden kehittyminen näyttäytyy nykytutkimuksen valossa vastauksena tunne-elämän säätelyyn. Päihteidenkäytön merkitys on pitkälti kognitiivisessa säätelyssä. Päihdeongelman taustalta voidaan löytää puutteita psyykkisessä itsesäätelyssä, jota päihdeongelmainen on lähtenyt paikkaamaan keinotekoisesti päihteillä. Alussa päihteidenkäyttö pysyy hallinnassa ja tuo illuusion positiivisista vaikutuksista, vaikka todellisuudessa se kehittyy vähitellen riippuvuudeksi. (Kuusisto 2010, 34.)

Kaikki addiktiivinen käyttäytyminen voi kehittyä kierteenomaiseksi ja itseään ruokkivaksi ansaksi. Negatiivisissa tunnetiloissa yksilö pyrkii luonnostaan helppoa ratkaisua kohti, mikä mahdollistaa päihderiippuvuuden synnyn. Nopea itsesääätely johtaa kuitenkin pitkällä aikavälillä negatiivisten tunnetilojen voimistumiseen ja pyrkimykseen vastata tunnetilan muutokseen jälleen päihdekäytöllä (Kuusisto 2010, 35.)

Päihderiippuvuudessa on kyse moniulotteisesta problematiikasta. Nykypäivänä suurin osa hoito- ja kuntoutusmalleista perustuu päihdeongelman määrittelyyn fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena ongelmana. Lääketieteen osuus ongelman määrittäjänä on korostunut ja riippuvuus diagnosoidaan tänä päivänä sairautena. Lääketieteellisesti painottuneessa riippuvuustulkinnassa on vaarana se riippuvuudesta irtaantumisessa oleellinen asia, että kriittisin kohta irtaantumisessa ei ole päihteistä irti pääseminen vaan niistä irti pysyminen. (Ruisniemi 2006, 19-20.)

Päihdeongelma voi painottua eri ihmisillä eri osa-alueisiin ja on tärkeää hahmottaa kokonaisnäkemys ihmisen elämäntilanteesta ja hänen omasta käsityksestään ongelmanratkaisuun. Aina ihminen ei tarvitse ammatillista apua elämäntilanteensa muuttamiseen ja toisinaan jokin pieni asia saa muutoksen käyntiin. (Ruisniemi 2006, 20.)

Päihderiippuvuus vaikuttaa ihmisen kokemukseen itsestään psyykkisenä, fyysisenä ja sosiaalisena olentona. Negatiiviset seuraukset ovat erilaisia eri ihmisten kohdalla. Pitkään jatkunut päihteidenkäyttö aiheuttaa vaikeuksia monilla elämän osa-alueilla: terveys, sosiaaliset suhteet, psyykkinen hyvinvointi ja henkisen elämän kapeutuminen. Riippuvuus aiheuttaa oman subjektiivisuuden osittaista menettämistä päihteelle. Päihteet alkavat määrittää toimintaa elämässä. (Ruisniemi 2006, 20.)

Rikollisuus ja päihteiden käyttö olivat toisiinsa kietoutuneita ja toisiaan ruokkivia. Päihteiden käytön lisääntyessä rikollinen toiminta kehittyy ja saa uusia muotoja. Yleinen kehityskulku on sellainen, että alkoholista siirrytään mietoihin huumeisiin. Seuraava vaihe ovat kovat huumeet, joista amfetamiini on yleisin. Tutkimuksissa on todettu koviin huumeiden käytön aloittamisen 16–20-vuoden iässä vaikuttavan siihen, että rikos-

käyttäytyminen ja muut sosiaaliset ongelmat muuttuvat pysyvämmiksi ja koko elämää hallitseviksi. Päihteiden ongelmakäyttö toimii tekijänä, joka osaltaan lisää rikosaktiivisuutta. (Kivivuori & Linderborg 2009, 74–75.)

5.2 Identiteetti, itsetunto ja riippuvuus

Identiteetti käsitteenä on määritelty monella tavalla. Minää koskevassa psykologisessa keskustelussa käytetään monia eri käsitteitä, joiden merkitys vaihtelee ja jotka käsitteinä ovat osaksi päällekkäisiä. Minäkuva, identiteetti, persoonallisuus, minä, itse, minuus, sosiaalinen ja persoonallinen identiteetti ja minäkäsitys ovat eniten käytettyjä käsitteitä. (Ruisniemi 2006, 57.)

Osalle päihderiippuvaisista ihmisistä päihteet ja addiktiivinen käyttäytyminen ovat nivoutuneet heidän minäkäsitykseensä ja selviytymistä koskeviin uskomuksiinsa. Päih-teistä luopuminen edellyttää suurta "identiteettiprojektia". Minuutta joudutaan alkaa rakentamaan uudelleen. Riippuvuudesta vapaan identiteetin omaksuminen voi tapahtua palaamalla johonkin aikaisempaan olemisen malliin, ottamalla käyttöön sellaisia puolia minuudesta, jotka ovat syrjäytyneet riippuvuuden myötä tai rakentamalla kokonaan uutta minuutta. Uuden minuuden rakentaminen on välttämätöntä ihmisille, jotka ovat ajautuneet jo varhain ulos normaaleista sosiaalisista suhteista tai sellaisille, joiden aikaisemmat olemisen mallit olivat epätydyttäviä. (Koski-Jännes 1998, 171–172.)

Riippuvuuskäyttäytymisen muutokseen liittyy useissa tapauksissa jonkinlainen identiteetikriisi. Ihminen havahtuu siihen, ettei olekaan sellainen henkilö, joka hän haluaisi olla tai joksi hän kuvittelee itsensä. Selviytyäkseen kriisistä ihminen joutuu ottamaan kantaa siihen, missä määrin hän toimii arvojensa mukaisesti. Ensimmäinen reaktio on usein muodoltaan negaatio: Tällainen en halua olla. Törmäys todellisuuteen käynnistää prosessin, jonka tuloksena ihmiselle muodostuu uudenlainen, ongelmasta selviytyneen ihmisen identiteetti. Vaikka kriisiä ei esiintyisikään, addiktiivisesta käyttäytymisestä luopuminen edellyttää jonkinasteista identiteettityötä ja uuden riippuvuudesta vapaan minäkäsityksen luomista ja julkistamista. (Koski-Jännes 1998, 172–173.)

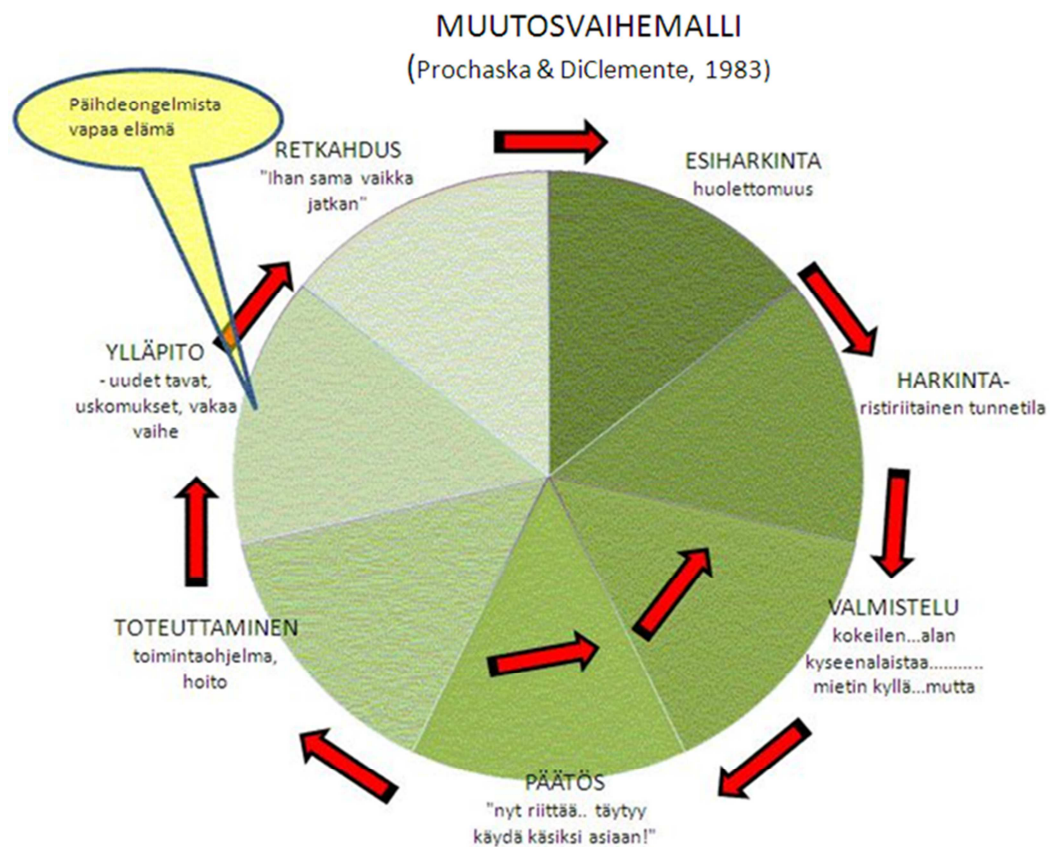
Hyvällä itsetunnolla tarkoitetaan yksilön positiivista käsitystä itsestään ja kokemustaan merkityksellisyydestään ja elämänsä tarkoituksenmukaisuudesta. Ihmisillä on taipumus pyrkiä toimimaan tavoilla, jotka vahvistavat itsetuntoa. Itsetuntoa saattaa vahvistaa esimerkiksi se, että kokee hallitsevansa jonkin osaamisalueen hyvin tai että suoriutuu jonkun tehtävän tekemisestä itsenäisesti, vaikka sen tekeminen tuntui alussa mahdottomalta. Monella päihderiippuvuudella itsetunto saattaa olla huono. Tämä tarkoittaa esimerkiksi ihmisen kielteistä käsitystä itsestään ja omista vaikutusmahdollisuuksistaan. Ihmiset vahvistavat itsetuntoaan eri tavoilla. Jotkut tavat saattavat olla itselle tai muille ihmisille haitallisia tai sosiaalisesti ei-hyväksytyjä, kuten esimerkiksi huumeiden käyttö. (Nurminen 2012, 107.)

6 MUUTOKSEN VAIHEET

Amerikkalaiset tutkijat James Prochaska ja Carlo DiClemente käynnistivät 1980-luvun alussa tutkimusprojektin, jossa analysoitiin muutoksen vaiheita itsehallinnan lisäämisessä tai addiktiivisen käyttäytymisen lopettamisessa. Muutos tapahtuu tutkijoiden mukaan monen vaiheen kautta. Aina muutos ei etene lineaarisesti. Tutkijat ehdottavat lineaarisuuden sijaan "pyöröovimallia". Oletetaan, että yksilöt saattavat toistaa samoja vaiheita ennen kuin saavuttavat pitkän tähtäimen tavoitteensa. Kyse ei ole systemaattisesta siirtymisestä vaiheesta toiseen vaan poukkoilusta ei vaiheiden välillä. Prochaskan ja DiClementen muutosvaihemallista on tullut laajasti käytetty työkalu muutoksen ymmärtämiseksi. Prochaskan ja DiClementen malli rakentuu empiiristen tutkimusten pohjalta ja suuntautuu tutkimuskysymykseen siitä, miten ihmiset muuttuvat. Mallissa tarkastellaan riippuvuuksista toipumista esiharkinnan, harkinnan, valmistelun, päätöksen, toiminnan ja ylläpidon kautta. Muutos syntyy jonkin asian sysäessä päihdeongelmaista seuraavalle tasolle. Mallin mukaan samat vaiheet koskettavat ihmistä tapahtui hänen toipumisensa minkä tahansa hoitomuodon tai spontaanin toipumisen kautta tai oli riippuvuuden syynä sitten tupakka, ruoka tai päihteet. Tosin yleistettävyyden suhteen erilaisten riippuvuuksien välillä on noussut myös kriittistä keskustelua. Puhutaan siis varsin yleisestä toipumisen teoriasta ja samankaltaisia vaiheita on tuotu esiin myös muussa toipumisen prosessien tutkimuksessa. (Prochaska ym. 1992, 1102–1104 Kuusiston 2010, 36 mukaan).

Päihteidenkäyttäjä kohtaa ongelmakäytön aikana tapahtumia, jotka virittävät muutosta. Ihminen ei ole ainoastaan tarpeitaan passiivisesti toteuttava, vaan aktiivisesti tavoitteisiin suuntautuva toimija, jonka motivaatiotilaan ulkoisilla tekijöillä ja muilla ihmisillä on merkittävä vaikutus. Erilaiset sosiaaliset, psyykkiset, biologiset ja ympäristöön liittyvät asiat vaikuttavat yksilön tarpeisiin ja sitä kautta addiktiiviseen käyttäytymiseen. Nämä muutokset koetaan sekä yksilöllisesti että tilanteisesti. Motivaatio ei pysy elämän kuluessa stabiilina, vaan muuttuu saaden uusia merkityksiä ja auttaen asettamaan uusia tavoitteita. Yksilöllinen kokemus ratkaisee muodostuuko tietty tapahtuma tietyllä hetkellä käännekohdaksi ihmisen päihteidenkäytössä. Ta-

voitteita kohti suuntautuminen on ihmiselle olennainen osa elämää, mutta tavoitteiden kohde vaihtelee tilanteen mukaan. Tavoitteiden rakentamisessa hyvin tärkeitä ovat maailmankuva ja minäkuva, joiden kautta ihminen määrittelee suhteensa ympäristöön ja asettaa lähtökohdat sille, mitä haluaa saavuttaa. Näin syntyy tarve säilyttää elämänsä totutun kaltaisena tai vaihtoehtoisesti motivaatio perustaksi muutokselle. Niin kauan kun päihteidenkäyttöä puoltavat motiivit painavat enemmän vaakakupissa, on muutos erityisen vaikea. Motivaation puute vaikuttaa negatiivisimmillaan olosuhteiden vangiksi jäämiseen ja kykenemättömyyteen muuttaa negatiivisia kehityskulkuja. Vasta kun päihteidenkäyttö ja koetut negatiiviset seuraukset nousevat hyötyjen rinnalle tai ohi, toipuminen nousee vaihtoehdoksi päihteidenkäytön jatkamiselle. (Kuusisto 2010, 36.)



KUVIO 1. Transteoreettinen muutosmalli

6.1 Esiharkinta-, harkinta- ja valmisteluvaiheet

Prochaskan ym. (1992) muutosvaihemallin mukaisessa esiharkintavaiheessa päihteidenkäyttäjä ei aio muuttaa riippuvuuskäyttäytymistään. Elämää leimaa tiedostamattomuus ongelmasta. Painostus käytön lopettamiseen tulee läheisten taholta ja tässä vaiheessa päihdeongelmainen voi jopa näyttellä muutosta, mutta tilaisuuden tullen palaa riippuvuuskäyttäytymiseen takaisin. Harkintavaihe avaa silmät kohtaamaan ongelman, mutta ominaista on edelleen ambivalenssi, epävarmuus, jossa päihteiden käytön ja raittiuden edut ja haitat punnitaan. Harkintavaihe sisältää tavallaan elementtejä, jossa toipuminen näyttäytyy päätöksentekoprosessina, joka käynnistyy toiveiden ja vallitsevan tilanteen ristiriidasta. Merkinä ongelman tietoisuuden vähittäisestä nousemisesta voidaan pitää epäonnistuneita raitistumisyrityksiä. Korkea stressitaso ongelmakäytön aikana lienee syynä tietoisuuden kasvulle sille asteelle, että muutosta aletaan tosissaan harkita. Harkinnan syntymiseen vaaditaan useita vaikuttavia tekijöitä. Ajatukset pyörivät muutoksessa, mutta muutokseen ei sitouduta toiminnan tasolla. Haittojen ja hyötyjen pohtiminen voi avata tien muutoksen valmisteluvaiheeseen siirtymiselle. Aikomus muuttaa riippuvuuskäyttäytymistä muuttuu valmisteluvaiheeksi, kun siihen liittyy vahvana myös käyttäytymisen muutoksia. Tässä vaiheessa yritetään vähentää päihdekäyttöä, mutta abstinenssiin ei ylltetä. Valmistautumisvaiheessa henkilön sisäinen ristiriita on ratkeamassa siten, että entisenlaisen käyttäytymisen haitalliset vaikutukset nähdään myönteisiä vaikutuksia merkityksellisimpinä – henkilö kokee olevansa valmis muutokseen. Tässä vaiheessa tehdään siis suunnitelmaa siitä, miten muutos toteutetaan, ja sitoudutaan muutokseen. Samalla henkilö arvioi myös omaa kykyään muuttua, ja sitä, tarvitseeko hän siihen apua vai selviääkö yksin. Päihteiden käyttö jatkuu vielä, mutta siitä aiotaan luopua pian. (Kuusisto 2010, 36–37.)

6.2 Päätös-, toiminta- ja ylläpitovaiheet

Päätösvaihe on lyhyt, siinä tehdään päätös lopettamisesta. Toimintavaiheessa aletaan toteuttaa valmisteluvaiheessa mietittyä strategiaa. Henkilöt muuttavat käyttäytymistään, ja tekevät samalla suuria elämäntapamuutoksia. Tässä vaiheessa esiintyy vieroitusoirei-

den lisäksi muita ongelmallisia tilanteita, kun ihminen saattaa joutua luopumaan vaikkapa koko entisestä ystäväpiiristään. Käyttäytyminen, kokemus ja ympäristö ovat aktiivisen muutoksen kohteena toimintavaiheessa. Vaihe on ulkopuolisille tunnistettavin ja päihdeongelmainen saa tässä vaiheessa todennäköisimmin tunnustusta ulkopuolisilta, jotka näkevät muutoksen virinnee. Toimintavaihe kestää yleensä 3-6 kk, jonka jälkeen siirrytään ylläpitovaiheeseen. Siinä vaiheessa henkilö pyrkii siis ylläpitämään saavutettua muutosta ja ehkäisemään retkahduksia. Ylläpitovaiheessa opetellaan edelleen tunnistamaan niitä vaaratilanteita, joihin liittyy retkahtamisvaara. Käyttöön palaaminen eli retkahtaminen on yleistä ja sen voidaan katsoa kuuluvan prosessiin. Retkahtamisia on hyödyllistä tarkastella osana oppimisprosessia, jolloin niihin johtavia tekijöitä käydään läpi, jotta niihin tulevaisuudessa osataan varautua paremmin. Saattaa esimerkiksi olla, että tavoitteet on asetettu epärealistisiksi, jolloin niitä on hyvä muuttaa. Päihteiden käytön uusiutumista ja paluuta varhaisempaan muutosprosessin vaiheeseen ei pitäisi tulkita epäonnistumisena eikä kyseessä tarvitse olla tuhoisa tai pitkään jatkuva tilanne. Oireiden uusiutuminen ei välttämättä tarkoita sitä, että asiakas on hylännyt tai jättänyt taakseen muutostavoitteensa. (Kuusisto 2010, 38.)

Muutos voidaan nähdä kehänä, jossa edetään vaiheesta toiseen useitakin kertoja oppien joka kerralla lisää itsestä ja parhaasta tavasta hallita muutosprosessia. Joskus saatetaan päästä kipuamaan vain osa vaiheista, kunnes retkahdus tapahtuu. Kuusiston (2010, 38) mukaan Prochaska kumppaneineen (1992, 1104–1105) toteaa muutoksen olevan mahdollinen myös lineaarisena suorana, mutta pitää sitä harvinaisena.

Tupakoitsijoiden on havaittu kiertävän muutoksen kehää keskimäärin kolmesta neljään kertaa ennen pysyvää pitkäaikaista muutosta. Muutoksessa onnistumista on todettu enakoivan se muutosvalmiuden taso, jolla tutkittava ennen hoitoa on. Valmisteluvaiheessa olevat onnistuvat riippuvuutensa muuttamisessa paremmin. (Prochaska ym. 1992, 1104–1106, Kuusiston 2010, 38 mukaan.)

Suurin kritiikki Prochaskan ja DiClementen (1992) muutosvaihemallia kohtaan on koskenut muutosprosessin vaihteellisuutta ja säännönmukaista rakentumista, minkä vuoksi sitä ei ole nähty todellisena vaihemallina, jossa kehitys rakentuu edellisten vaiheiden

muodostamalle perustalle. Pysyvän muutoksen syntyminen edellyttää itseä koskevien perususkomusten muuttumista, jota kautta sitoutuminen muutokseen tapahtuu. Riippuvainen itse on tärkein tekijä muutokseen. Näkemys ei ole linjassa 12 askeleen filosofian ja siihen perustuvien hoito-ohjelmien kanssa. Päihdehoito puoltaa omaa paikkaansa ja se voi toimia merkittävänä apuna päihdeongelman voittamisessa. (Kuusisto 2010, 39.)

Tässä opinnäytetyössä tarkastelen haastateltavien elämänkulkua ja päihde- ja rikoskierteestä irtautumista päätös-, toiminta- ja ylläpitovaiheiden aikana.

7 AINEISTON ANALYSOINTI JA TULKINTA

7.1 Narratiivinen analyysi ja tulkinta

Aineistoa aloitin analysoimaan aluksi aineistolähtöisesti, jonka jälkeen hyödynsin analyysissä muutosvaihemallia, joka ohjasi rakennettuja tulkintoja. Analyysini on teoriaohjautunutta. Muutosprosessia lähdin analyysin jatkuessa lähestymään teoreettisesti Prochaskan ja DiClementen (1992) muutosvaihemallin kautta. Malli toimi työssäni lähestymistapana muutokseen, siihen että yksilö ylipäänsä läpikäy erilaisia vaiheita toipumissaan ongelmallisesta päihdekäytöstä. Mallin oikeellisuus ja malli sinänsä ei ole ollut analyysin alussa kiinnostukseni kohteena. Sen tarkoitus on pikemminkin toimia toipumisprosessin kuvauksenrunkona. Toki peilaan käyttökaarta malliin, onhan se yksi huomiota saaneimmistaja kiistatta merkittävimmistä toipumisen teorioista, jolla on tieteen kentällä myös omat haastajansa (ks. myös Kuusisto 2010, 107–108.)

Sisällönanalyysi voidaan ymmärtää joko yksittäiseksi metodiksi tai se voidaan nähdä teoreettisena kehyksenä, jolloin sitä voidaan käyttää erilaisissa analyysimetodeissa. Tässä tutkimuksessa käytän sisällönanalyysiä yksittäisenä analyysimenetelmänä. Sisällönanalyysin avulla järjestän aineiston johtopäätösten ja tulkintojen tekoja varten. Pyrin kuvaamaan aineistoa tiiviisti, selkeästi ja sanallisessa muodossa kadottamatta sen sisältämää informaatiota. Analyysi ei kuitenkaan jää kuvailun tasolle, vaan etenee sisällönanalyysin myötä tehtyjen teemojen kautta johtopäätöksiin ja tulkintoihin. Fenomenologiseen lähestymistapaan perustuva aineiston analysointi on eräänlaista kvalitatiivista sisällön erittelyä, jossa tutkimuksen tarkoitus ja aineisto ohjaavat analyysin kulkua. Aineistoa analysoitaessa tutkija ja aineisto ovat keskenään "dynaamisessa vuorovaikutuksessa", jolloin tutkimustulokset syntyvät empiirisestä aineistosta tutkijan reflektiivisen ajatustyön tuotteena. Sisällönanalyysi on kaiken kvalitatiivisen tutkimuksen perusmenetelmä. Sisällönanalyysissä tutkijan herkkyyys korvaa muodolliset säännöt ja tutkija löytää aineistosta teemoja oman ymmärryksensä avulla. Analyysin tavoitteena on rakentaa systemaattinen, kattava ja tiivistetty kuvaus tutkittavasta ilmiöstä.

Narratiivinen analyysimenetelmä määreytyy tutkittavan ilmiön, tutkimuskohteen, tutkimusongelman ja tutkimuksen käytännön toteuttamisen mukaan. Narratiivisen aineiston analyysitapa voi olla vapaamuotoinen, mutta on olemassa myös tarkkoja analyysimenetelmiä. Narratiivisen tutkimuksen taustalla on ajatus siitä, että tarinoiden kertominen on yksi tapa, jolla ihmiset rakentavat ja ilmaisevat merkitystä. Narratiivinen analyysi antaa välineen tämän henkilökohtaisen kokemuksen tutkimiseen. Analyysissä on keskeistä aineistolähtöisyys. Tehtävänä on selvittää miten ja miksi tietty lopputulos tapahtui. Tarinoiden avulla yritetään ymmärtää ihmisen valintoja hänen toimiessaan sosiaalisessa maailmassa. Psykologisesti painottuneessa narratiivisessa tutkimuksessa narratiivista analyysia pidetään ikkunan avauksena mieleen. Tällöin analysoidaan ihmisen sisäistä tarinaa. Narratiivisessa analyysissa tarinoita voi lähestyä eri näkökulmista. Tarinoiden avulla voidaan tutkia niiden rakenteita, jolloin tarinan juonen tavoittaminen nousee tärkeäksi tarinan rakenteen hahmottamisessa. Sisällön rakentumista ajatellen tärkeitä ovat tarinan teemat ja niiden suhteet. (Timonen 2009, 45, 46.)

Olen itse pyrkinyt tavoittamaan tarinan juonen ja säilyttämään kertojan äänen. Keskeistä on ollut tunnistaa tarinoiden kulun eteneminen, selviytymistarinan eri vaiheet, muutoksen eri vaiheet sekä haastateltavien identiteetin muodostumisen selviytymisprosessin kuluessa.

7.2 Haastattelujen kulku

Kuusi ihmistä kertoi minulle selviytymistarinansa. Sain kuitenkin litteroitua niistä vain viisi, koska yhden haastattelun äänitys oli siinä määrin epäonnistunut etten kyennyt saamaan siitä riittävän hyvin selvää. Haastattelut tapahtuivat vuosina 2010 ja 2011. Haastattelut kestivät 50 minuutista puoleentoista tuntiin. Ne tapahtuivat haastateltavien kotona tai työpaikallani. Litteroitua aineistoa kertyi 76 sivua. Haastateltavien vankilasta vapautumisesta oli kahdesta kuuteen vuotta. Vankilavuosia heillä oli kertynyt viidestä seitsemään vuoteen. Vankilakertaisuuksia oli neljästä yhdeksään kertaan. Kyse oli siis moninkertaisista rikoksenuusijoista, niin kutsutuista urautuneista vangeista. (ks. esim. Kivivuori & Linderborg 2009.) Kaikilla oli taustallaan jo hyvin nuorena alkanut päih-

teiden sekakäyttöhistoria sekä useita aikaisempia yrityksiä irrottautua päihteidenkäytöstä. Iältään haastateltavat olivat 29 vuodesta 45 vuoteen. Jotta tulkinnasta saisi luettavamman, kerron selviytyjistä nimillä Antti, Jani, Ville, Sami ja Osku.

Haastateltaviin olin ottanut yhteyttä yhteyshenkilöni kautta, jolta olin saanut haastateltavien yhteystiedot. Sopiessani puhelimitse haastatteluaikaa kerroin tutkimukseni tavoitteista ja haluavani kuulla heidän selviytymistarinansa. Itse haastattelutilanteessa aiheeseen eteneminen oli melko nopeaa. Kuulumisten vaihdon jälkeen laitoin nauhurin nauhoittamaan. Taustatietojen selvittämisen jälkeen pyysin haastateltavia kertomaan vapaamuotoisesti oman selviytymistarinansa. Lähes kaikki aloittivat tarinansa kertomisen vaiheesta, jolloin kokivat olleensa siinä pisteessä elämässään, että muutos oli ainoa vaihtoehto. Kaksi haastateltavaa aloiti tarinansa hiukan kauempaa – toinen sieltä, kun päihteidenkäyttö ja rikollisuus olivat astuneet mukaan elämään ja toinen sieltä, kun rikosten tekeminen ja päihteidenkäyttö oli arkipäiväistä rutiinia.

Olen käyttänyt suoria lainauksia raportissa niin paljon kuin mahdollista on, ettei haastateltavia kuitenkaan voida tunnistaa niistä. Luotettavuuden kannalta on tärkeää kyetä osoittamaan yhteys aineiston ja tuloksen välillä.

Aineiston perusteella jaoin analyysini kolmeen muutoksen vaiheeseen: Päätös-, toiminta- ja ylläpitovaiheisiin. Huomasin, että näihin kolmeen vaiheeseen sekä selviytymiseen liittyi vahvasti teemat identiteetti ja itsetunto sekä sosiaaliset suhteet. Itsetunto käsittää haastateltavien kuvaukset ajatuksistaan itsestään, omasta toiminnastaan, sosiaalisiin suhteisiin kuuluvat sekä lähisuhteet, vertaistuki että ammattiauttajat. Teemojen identiteetti, itsetunto ja sosiaaliset sidokset alle kuuluu eri muutoksen vaiheissa erilaisia asioita. Haastateltavistani neljä oli käynyt Kiskohoidon ensimmäisen, toisen ja kolmannen vaiheen, joten Kiskohoidon merkitys korostuu eikä se voi olla vaikuttamatta siihen, että neljän haastateltavan selviytymistarinoista löytyy paljon yhtenäisyyksiä. Jokaisen ihmisen tarina on kuitenkin yksilöllinen ja hänen omansa ja jokainen on kokenut selviytymisensä eri tavoin. Kuitenkin oli kyse sitten spontaanisti toipuneesta tai hoidon kautta selviytyneestä, olivat teemat – identiteetti ja itsetunto sekä sosiaaliset sidokset kaikkien tarinoiden sisällä punaisena lankana.

7.3 Opinnäytetyön eettisyydestä

Pirkko-Liisa Rauhala ja Elina Virokannas (2011, 235-255) ovat pohtineet sosiaalityön tutkimuseettisiä kysymyksiä. Heidän mukaansa sosiaalityön tutkimuksen laatua arvioitaessa tutkimusetiikkaa voidaan pitää tutkimusalan ja aiheiden perusteella erityisen merkittävänä. Rauhalan ja Virokannaksen (2011, 237) mukaan Denzin ja Giardina (2007) määrittelevät kaksi koulukuntaa, joissa tutkimusetiikkaa lähestytään eri tavoin. Biolääketieteellinen koulukunta painottaa tutkittavien autonomiaa, tutkimuksen hyödyllisyyttä, hyvälaatuisuutta ja oikeudenmukaisuutta. Tutkittavien yksityisyyttä tulee suojella, osallistuminen on luottamuksellista ja tutkijan pitää tuottaa luotettavaa ja empiirisesti validia tietoa. Feministis-yhteisöllinen koulukunta painottaa yhteisön moraalia ja arvoja, kuten huolenpitoa, jaettua hallitsemista ja ystävällisyyttä tutkimuksen teon ohjaavina periaatteina. Vastavuoroinen välittäminen ja ymmärrys tutkijan ja tutkittavien välillä syntyvät emotionaalisella tasolla. Sosiaalityön tutkimuksen hyveenä korostetaan sitä, että eettisesti kestävä sosiaalityön tutkimus ei vain välttä vahingon aiheuttamista vaan pyrkii olemaan hyödyllistä ja rakentavaa tutkimukseen osallistuville ihmisille. (Rauhala & Virokannas 2011, 238.)

Tutkijan käytöksellä ja vuorovaikutustaidoilla on suuri merkitys sille, kuinka haastateltava kokee tilanteen. Opinnäytetyössäni tehdessäni haastatteluja pyrin luomaan haastattelutilanteesta mahdollisimman rennon, jotta avoin keskustelu olisi mahdollista. Kun haastateltavat kertoivat selviytymistarinaansa pyrin kuitenkin olemaan itse äänessä mahdollisimman vähän, esitin vain tarkentavia kysymyksiä sekä ohjasin tarinan suuntaa välillä eteenpäin. Haastattelut tapahtuivat haastateltavien kotona (3) tai työpaikallani (2). Siinä, kumpi vaihtoehto olisi ollut parempi, en huomannut eroa. Kaikki haastateltavat kertoivat selviytymistarinansa avoimesti, pohtien ja ehkä samalla oivaltaen jotain uutta omasta selviytymisestään. Koin onnistuneeni haastatteluissa ja ne sujuivat minusta luontevasti, minkä uskon johtuvan työkokemuksestani ja tottumuksestani kuunnella ihmisiä. Haastateltavani kokivat selviytymistarinansa kertomisen mielekkäänä ennen kaikkea siksi, että toivoivat oman selviytymistarinansa kertomisesta olevan hyötyä muille muutoksen kourissa kamppaileville. He olivat ylpeitä omasta selviytymisestään ja moni olisi valmis kertomaan siitä laajemmallekin kuulijakunnalle. Omissa haaveissa-

ni toivon, että jonain päivänä selviytymistarinoista voisi koota kirjasen, jota voisi jakaa esimerkiksi vangeille. Uskon selviytymistarinoiden luovan uskoa ja toivoa vaikeissa elämäntilanteissa kamppaileville.

Tietysti olen saavuttanut ja ymmärtänyt tarinoista vain hyvin pienen osan ja kiinnittänyt huomioni vain siihen, mitä olen pitänyt kiintoisana, mitä olen kyennyt jossain määrin ymmärtämään ja halunnut myös muille välittää. Aineistoa analysoidessani ajattelin usein, että en kykene ilmaisemaan näitä tarinoita niin kuin pitäisi, tuntui, että niin paljon tärkeää jäi aineistosta havaitsematta tai ymmärtämättä.

8 SELVIITYSMISTARINAT PÄHKINÄNKUORESSA

Tässä osiossa kerron lyhyesti kunkin selviytyjän tarinan taustoista pääpiirteissään. Olen häivyttänyt tarinoista sellaiset tekijät, jotka saattavat lisätä tunnistettavuutta. En mainitse yksittäisen vankilan nimeä enkä paikkakuntia. Poikkeuksena tähän on Kiskohoidon yksiköt Keravan vankilassa, entisessä Seutulan avovankilassa sekä Kiskonhoidon jatko-hoitoyksikkö Helsingissä.

8.1 Antti – hyväksynnän hakemista

Antti on 35-vuotias mies. Huumeet, rikokset ja vankilat ovat tulleet tutuiksi nuoresta alkaen. Antilla on perinteinen perhetausta, mutta hän kertoo ankarasta kurista ja kapi-noinnistaan sitä vastaan. Antti kuvaa tarinassaan, kuinka hän on aina hakenut hyväksyntää kaveripiirissään. Juuri tuon hyväksynnän hakemisen hän sanoo olleen osa syynä päihteidenkäytön aloittamiseen. Hän teki aina vähän enemmän kuin muut, hän joi alkoholia enemmän kuin muut, hän käytti kovempia huumeita kuin muut ja hän teki pahempia rikoksia kuin muut. Tällä hän haki asemaa ja hyväksyntää kavereidensa keskuudessa. Huumeriippuvuus syntyi nopeasti. Antti käytti pääpäihteenään heroïinia. Lyhyitä päihteettömiä jaksoja Antilla oli vain vankeusaikoina. Hän kuvaa elämäänsä huume-koukussa, miten yksinäistä se oli kaikista ympärillä olevista ihmisistä huolimatta ja kuinka nopeasti kaikkeen kyllästyi ja väsyi, mutta myös, kuinka vaikeaa oli ajatella-kaan, että elämässä olisi jotain muuta mahdollisuutta.

Antti: Mä oon eläny ihan omaa elämäni, minä ja mun narkkarikaverit. On se ihan oma rotunsa jos sä vedät huumeita, kyllä siinä voi puhuu syrjäyty-misestä. Oon ollu omissa kuvioissa jos ajatellaan yhteiskunnan normaaleja ihmisiä.

Antti oli syrjäytynyt opiskelu- ja työelämästä, kaikista ”normaalielämään” kuuluvista tukipilareista, myös välit perheeseen olivat katkenneet. Antti kuvaa, kuinka hänen päih-teidenkäyttönsä oli lopulta jo hyvin itsetuhoista. Antin päätös lopettaa päihteidenkäyttö

syntyi viimeisen vankeusrangaistuksen aikana. Hän hakeutui tai oikeammin ajautui muiden kannustuksella Kiskohoidon ensimmäiseen vaiheeseen Keravan vankilaan ja sen jälkeen Kiskohoidon toiseen vaiheeseen Seutulan avovankilaan. Viimeiset kuukauden tuomiostaan Antti oli valvotussa koevapaudessa ja opiskeli Diakonissalaitoksen Jatko-koulutuksessa. Hän asui Kiskohoidon jatkohoitoyksikössä. Vapauduttuaan Antti jatkoi asumistaan jatkohoitoyksikössä, josta muutti omaan asuntoon sen järjestyttyä. Antti kävi töissä, harrastuksissa ja ylläpiti ihmissuhteitaan. Hänen ystäväpiirinsä muodostui aluksi vertaisista ihmisistä, mutta nopeasti Antti loi uusia ihmissuhteita ihan ”tavallisiin” ihmisiin. Antti kertoo edelleen hakevansa hyväksyntää muilta. Nyt hän hakee sitä työn kautta.

Antti: Hyväksyntää pitää edelleen hakea jotenkin ja sitä koittaa olla duunissa mahdollisimman hyvä, kun sitä kautta on hakenut sen paikkansa ja hyväksynnän.

8.2 Jani - kaksoiselämää

Jani on myös 35-vuotias mies. Hän kertoo, miten rikollisuus on alkanut hänen elämässään jo varhaisnuoruudessa tuoden jännitystä tavalliseen arkeen. Päihteiden käyttö alkoi myös varhain ja siihen liittyi huumekauppa. Huumekaupan myötä Jani sai statusta ja rahaakin. Kaikki tämä imaisi hänet nopeasti mukaansa. Jani käytti huumeita ja samaan aikaan perusti perhettä. Jani pystyi salaamaan toisen puolen elämästään perheeltään. Jani eli kaksoiselämää pitkään ennen kuin kulissit romahtivat.

Jani: Mul on ollu se toinen puoli elämästä ns normaali, osittain se onkin ollu raskasta ja sekottanu sitä pakkaa, on joutunu ole perheen isä ja tehdä töitä ja käyttää kamaa, se ei toimi käsi kädessä, jos sä et anna sille kamaa maailmalle kaikkee, niin se repii ja sit taas päinvastoin. Niin ne kummatkin hajoo käsiin.

Viimeiselle tuomiolleen Jani joutui tehtyään raajan väkivaltarikoksen. Hän oli ajautunut pisteeseen, josta ei enää ollut paluuta vaan jotain oli tehtävä. Hän hakeutui Kiskohoittoon ja kävi kolmivaiheisen hoidon. Jani työllistyi, tutustui uudestaan lapsiinsa, alkoi

opiskella uutta ammattia ja perusti perheen. Kaksoiselämä muuttui yhdeksi hyväksi.

8.3 Ville - vertaistukea

Villen nuoruuteen kuuluivat päihteet ja rikosten tekeminen jo varhain. Viimeiselle vankustuomiolleen tullessaan, hiukan alle 30-vuotiaana, hän oli ajautunut tilanteeseen, joka soti hänen omiakin arvojaan vastaan – perhe oli joutunut hänen myötään mukaan päihdemaailmaan. Ville kuvaa, kuinka ei enää tuntenut itseään tekojensa myötä. Ainoalta vaihtoehdolta tuntui jättää entinen elämä taakseen ja astua kohti jotain uutta, mitä, sitä Ville ei osannut edes kuvitella. Vankilan päihdeohjaaja kuitenkin kannusti Villeä Kiskohoitoon. Kiskohoidossa Ville rakensi itselleen uutta identiteettiä ja uutta tulevaisuutta. Vertaistuesta muodostui Villedelle merkittävä tukipilari ja se on sitä hänelle edelleen. Ville on perustanut perheen ja muodostanut uusia ihmissuhteita unohtamatta kuitenkaan vertaisiaan. Ville näkee menneisyyden myös voimavarakseen ja kokee sen ansiosta olevansa vahva.

8.4 Sami – rajoja etsimässä

Sami on neljäkymmenvuotias mies. Samin lapsuus oli rikkinäinen. Hän ajalehti lastenkotien ja sijaisperheiden välillä sijoittumatta pysyvästi mihinkään. Heti tultuaan täysikäiseksi Sami muutti asumaan itsenäisesti ilman yritystäkään elää normaalia elämää.

Sami: Se oli siin vaihees kun lottovoitto, kaikkien niiden vuosien jälkeen kun mua oli vaan kytätty ja pidetty niinku vankia mä pääsin irti niistä kahleista. Aluks se olikin siisti, mul ei ollu mitään rajoja, mä sain tehdä just mitä mä halusin ja mä halusin vetää kamaa ja pyörittää bisnestä. Nopeestihan se sit kusi, aina pelko perseen alla, millon poliisei millon velkoja perässä. Elämä lähti käsistä.

Sami eli kuitenkin lähes 15 vuotta vankiloiden ja päihdemaailman välillä ennenkuin pystyi lopettamaan kierteen. Hän oli siinä vaiheessa neljän lapsen isä, mutta ei ollut nähnyt lapsiaan vuosiin. Takana oli lukuisia päättyneitä parisuhteita, paljon selvittämät-

tömiä asioita. Sami alkoi Kiskohoidossa avata menneisyyden solmuja ja painolastia. Kolmivaiheisen hoidon jälkeen Sami kokeili jälleen omia siipiään, nyt asettaen itselleen rajoja. Sami on tutustunut vanhempiinsa ja hän tapaa lapsiaan. Rutiinit, arki ja säännöllisyys tuovat kaivattuja rajoja elämään.

7.5 Osku - menestystä ja menetystä

Osku on 45-vuotias mies. Lapsuutensa hän asui kahdestaan äitinsä kanssa ja jo 15-vuotiaana hän muutti asumaan itsenäisesti. Osku kertoo, kuinka äiti ei koskaan kyennyt asettamaan hänelle rajoja eikä sääntöjä. Isäänsä Osku ei ollut koskaan nähnyt ja hän kertoo kaivanneensa miehen mallia. Osku on aina ollut taitava luomaan ja ylläpitämään ihmissuhteita. Niistä oli hyötyä rikollisessa maailmassa ja hän onnistuikin aluksi luomaan ympärilleen melko menestyvän huume- ja rikolliselämän. Päihteet veivät kuitenkin mukanaan ja Osku päätyi vankilaan kerta toisensa jälkeen. Osku kertoo, kuinka hän pikku hiljaa menetti kaiken, mitä oli ympärilleen rakentanut, talot, autot ja parisuhteet. Lopulta Osku eli elämää kadulla.

Osku: Mul oli kaikki kunnossa, asunto arvostetulla alueella, kun lähti lapasesta niin meni nopeesti. Ei menny montaa kuukautta kun sitten mentiin ja syvälle. Huumeiden kanssa ku lähtee menee niin sit kans menee. Mul oli aina ollu kaikki mitä mä oon tarvinnu, mut sit meni kaikki. Meni pari kolme vuotta kun mä vaan douppasin ja douppasin ja douppasin ja sit mentiin niin syvälle et siinä sai ettimällä ettii omaa juttua. Olin asemalla, pummasin ihmisiltä röökii, olin niin huonossa kunnossa ja huonon näkönen ettei kukaan olis uskaltanut antaa mulle röökii.

Viimeisellä tuomiollaan vankilassa Osku päätti, ettei elämä voi jatkua vankilakierteessä. Hän sai muutoksessa apua työantajaltaan. Osku pääsi koevapauteen, jonka aikana hän hankki itselleen asunnon ja kävi töissä. Osku on luonut ympärilleen häntä muutoksessa tukevan sosiaalisen verkoston.

9 HARKINNASTA PÄÄTÖKSEEN

Muutosta koskeva päätös edellyttää oman elämän muutostarpeen tiedostamista. Ajattelun kautta rakennetaan muutokselle perustaa, jossa itselle merkityksellinen tieto, tahto ja tunteet yhdistyvät. Elämän muutos ei synny käytännössä, mikäli ajattelu ei saa toipumista ohjaavaa, uudenlaista elämänsisältöä rinnalleen.

Tässä kappaleessa kuvaan sitä, miten selviytymistarinoiden päähenkilöt ovat tehneet päätöksen muuttaa elämänsä suuntaa koettuaan jonkinlaisen pohjakosketuksen ja mitä tämän käännekohdan jälkeen konkreettisesti tapahtui. Lisäksi tarkastelen sitä, minkälainen selviytyjien identiteetti ja itsetunto oli päätöksentekovaiheessa ja minkälainen merkitys sosiaalisilla sidoksilla oli päätöksentekovaiheessa.

9.1 Identiteetti ja itsetunto päätöksentekovaiheessa

Identiteetti monimuotoisuudessaan on ollut monien tieteenalojen tutkijoiden tarkastelun kohteena vuosikymmeniä. Tässä opinnäytetyössä ymmärrän identiteetin muuttuvana ja vuorovaikutuksessa rakentuvana, identiteetin rakentaminen on merkittävässä määrin sosiaalinen tapahtuma. (ks Kulmala 2006, 58). Kertoessaan itsestään ja elämästään ihminen rakentaa omaa henkilökohtaista identiteettiään. Identiteetin muodostumiselle on myös merkittäviä toiset ihmiset, joita vasten omaa identiteettiä jatkuvasti peilataan. Henkilökohtainen identiteetti on toisaalta omaa kokemusta siitä kuka ja millainen minä olen, toisaalta mukana identiteetin muodostumisessa on koko ajan muita ja heidän käsityksiään. (Kulmala 2006, 61.)

Oman henkilökohtaisen identiteetin mukana kulkee sosiaalinen identiteetti. Ulkoapäin tuotettu ja eri tavoin henkilölle tarjottu identiteetti on yhtenä rakennusosana henkilökohteisessa identiteetissä. Ne kietoutuvan toisiinsa ja ovat mukana rakentamassa kuvaa itsestä. Sosiaalinen identiteetti voi olla ihmiselle kielteinen, mutta se voi myös olla häntä vahvistava. Annettu sosiaalinen identiteetti vaikuttaa ihmiseen ja hänen toimintaansa

monin tavoin. Kun hän joutuu tai valintojen kautta haluaakin ottaa sosiaalista identiteettiään osaksi henkilökohtaista identiteettiään, liittyy hän samalla johonkin yleiseen kategoriaan. Tämä kategoria voi olla positiivinen ja ihmisen arvostusta korostava tai negatiivinen ja ei-toivottu. Positiivinen kategoria voi olla esimerkiksi selviytyjä, toipunut tai onnistunut, negatiivinen puolestaan narkomaani, asunnoton tai työtön. (Kulmala 2006, 62.)

9.1.1 Aikaisemmat yritykset päästä irti

Muutokseen kuuluu usein epäonnistuminen. Useimmiten muutosta yrittävät eivät heti onnistu pysymään tavoitteessaan. Nämä kokemukset tarjoavat ihmiselle tietoa, joka voi joko auttaa tai estää hänen etenemistään muutosvaiheesta toiseen. Ihmiset voivat oppia, että tietyt tavoitteet ovat epärealistisia, jotkut strategiat ovat tehottomia tai että tietyt ympäristöt eivät tue menestyksellistä muutosta. Useimmat päihteiden käyttäjät joutuvat tekemään useampia muutoskiirroksia toipuakseen pysyvästi. Retkahdettuaan he tavallisesti palaavat aikaisempaan vaiheeseen – useimmiten jonkintasoiseen harkintavaiheeseen. He saattavat jopa palata esiharkintavaiheeseen, jolloin he ovat toistaiseksi haluttomia tai kyvyttömiä yrittämään pikaista muutosta. (Koski-Jännes ym. 2008, 33.)

Päihteiden käytön uusiutumista ja paluuta varhaisempaan muutosprosessin vaiheeseen ei kuitenkaan pitäisi tulkita epäonnistumisena eikä kyseessä tarvitse olla tuhoisa tai pitkään jatkuva tilanne. Oireiden uusiutuminen ei välttämättä tarkoita sitä, että ihminen on hylännyt tai jättänyt taakseen muutostavoitteensa. Retkahdukset toimivat tärkeänä tienä oman itsensä tuntemiselle, jonka kautta avautuu mahdollisuus pysyvämpään muutokseen. (Koski-Jännes ym. 2008, 33.)

Muutosprosessi on syklinen ja tyypillisesti yksilöt sukkuloivat edestakaisin vaiheiden välillä ja etenevät eri nopeuksilla. Liike vaiheesta toiseen voi samalla henkilöllä vaihdella suhteessa eri käyttäytymistapoihin tai tavoitteisiin. Jotkut voivat edetä vaiheesta toiseen nopeasti. Ei ole kuitenkaan epätavallista, että jotkut yksilöt viipyvät pitkään varhaisvaiheessa. (Koski-Jännes ym. 2008, 33.)

Kaikilla haastateltavilla oli ollut aikaisempia yrityksiä lopettaa rikosten tekeminen ja päihteiden käyttö. Seuraavissa lainauksissa haastateltavat kertovat aikaisemmista yrityksistään irtaantua ja pohdintojaan siitä, miksi se ei ole onnistunut.

Antti kertoo, kuinka hän hakeutui päihdekuntoutukseen pääasiassa siksi, että päihdekuntoutus tapahtui avovankilassa ja hän pääsi pois suljetusta vankilasta avoimpiin oloihin. Päihteettömyys loppui välittömästi vapautumispäivänä, kun Antilla oli jäänyt tavaroihinsa huumeita, jotka hän käytti heti. Antin motivaatio päihteiden käytön lopettamiseen oli ulkoinen. Hän tavoitteli vapaampia oloja, eikä niinkään ollut valmis suurempaan muutokseen. Retkahduksen heti vapauduttua voidaan ajatella johtuvan tästä.

Antti: ...Sit ku mä olin siel (vankilassa) ekan kerran niin hain sieltä sitten päihdekuntoutukseen ...se oli niin kun mun ensimmäinen hoitokokemus, hoitokokemus sitten ja...

R: Minkä takii sä hait hoitoon, halusit...?

Antti: No se oli nyt iha selvää jo siinä vaiheessa itelle, että se huumeitten käyttö oli ongelma ja sit se syy-seuraus sille, miks mä teen rikoksii niin johtu huumeista ja sit se miks mä joudun vankilaan niin johtuu siitä että mä käytän huumeita ja teen rikoksia. Niin. Mut ei mul silloin vielä ollu mitään oikeesti sellast polttavaa halua, viel siin vaiheessa et sil oli hyvin suuri merkitys sillä et se oli tota avotalo ja sit niin, että mä pääsin sieltä kivitalost pois.

R: No sitten kuitenkin se ei ollu tarpeeks vahva se oma halu sitten kun vapauduit?

Antti: Ei, ei, kun mä vapauduin niin mul oli tota (vankilan) narikassa jotain nappeja niin kyl mä sitten lähin niitä heti vetää kun mä pääsin ja itse asiassa saman päivänä kun mä sitten Oulusta tulin junalla Helsinkiin niin kävin mun tota nyt jo sit kuolleen serkkuni kanssa hakemassa heroiniä.

Jani kertoo, kuinka hänen rikos- ja päihdekäyttöhistoriaansa on kuulunut aina lyhyitä selviä jaksoja, jotka sitten ovat kuitenkin kariutuneet, kun syytä pysyä raittiina ei ole enää ollut. Hän kuvaa, kuinka syy olla selvin päin johtui ulkoisista tekijöistä, vaimosta tai lapsista eikä hänen omasta sisäisestä halustaan olla selvin päin. Kun suhde päättyi eroon, myös syy olla irti huumeista loppui.

Jani: Mä oon käyny linnassa yheksän kertaa käyttöaikana, mä olin tasaisin välein linnassa koko aika ja enemmän niinku yritin sitten skarppaa et se oli sellasta vuoristorataa et sillä se muija jakso kattoo senkin aikaa kun katto että se oli vuonna 97 mä kävin sellasen Kalterit taakse -kurssin Keravan vankilassa missä käytiin Järvenpään sosiaalisairaalassa kuukauden mittainen juttu ja tota sieltä itseasiassa tuli ensimmäinen kipinä sitten ja olin sen ajan selvinpäin ja ajattelin, että elämässä vois olla muutakin. Tunnetasolla tuntui, että se on se mun juttu se selvinpäin oleminen, se kamamaailma alko tuntua piinalta, painajaiselta, mist ei pääse pakoon, mut se kamamaailma oli viel niin voimakas et ryssin käyttämällä kamaa linnatuomion aikana. Siltä tuomiolta vapauduttuani niin olin vuoden ajan kuivilla suurin piirtein mut mä en käyny missään ryhmissä enkä missään vaan niinku perheen takii raitistuini, kaikki ei kuitenkaan menny niinkun olis pitäny ja päädyttiin eroon, sit taas retkahdin saman tien, otin kauheen satsin piriä taas velaks ja rupesin myymään ja käyttämään saman tien kun se lähti se syy minkä takii mä olin raitistunu. Jälkikäteen ajateltuna se oli väärä syy raitistua, jos ei raitistu itsensä vuoksi niin se tukipilari minkä takii sä raitistut niin se voi joskus, jos se syy on sun lapset tai sun kumppani, niin ne ei aina oo siinä.

Useampi haastateltavista kuvasi sitä, kuinka vaikeaa on aloittaa päihteen elämä vapautumisen jälkeen, mikäli vanhoja sosiaalisia suhteita ei ole katkaissut vankeusajalla. Entiset ihmissuhteet vetävät puoleensa ja entinen elämä houkuttaa, koska uusi maailma on liian pelottava ja tuntematon. Tähän vaikuttaa se, ettei vapautumista ja sen jälkeistä aikaa ole suunniteltu eikä minkäänlaista tukea ole tarjottu tai osattu pyytää vapautumisvaiheessa.

Harkintavaiheessa haastateltavien usko itseän ja omiin voimavaroihin sekä kykyihin oli heikko. He eivät kyenneet hallitsemaan elämänsä tapahtumia. Usko itseän ja omiin kykyihin oli vaillinnainen tai vääristynyt. Elämänarvoja muodostettiin aina sen ryhmän mukaan, missä satuttiin olemaan. Haastateltavilla oli poikkeavan identiteetti, rikollisen huumeidenkäyttäjän identiteetti ja jokainen tuhosi omaa elämäänsä. Aikaisempi kokemusmaailma ja elämäntilanteet olivat olleet sellaisia, ettei elämäntilannetta ollut. Jokaisen oli ryhdyttävä rakentamaan sitä uudelleen.

9.1.2 Käännekohta

Selviytymisprosessiin näyttää liittyvän selviytymistä edeltävä käännekohta. Seuraavissa suorissa lainauksissa haastateltavat kuvaavat tällaista käännekohta, pohjakosketusta.

Ville kokee kadottaneensa koko persoonallisuutensa, kun hänen elämänsä oli siinä pisteessä, että käyttäytyi omia arvojaankin vastaan. Tämä havahdutti Villen tajuamaan tilanteensa vakavuuden.

Ville: Kun taas jälleen kerran -04 jouduin taas vähän pidemmälle tuomiolle niin siellä sitten tuli oma pohja vastaan tavallaan sillä lailla et se mikä mä olin joskus aikanaan ollu, sellanen nassikka oli kadonnu ja mä tein selvin päin sellasii juttuja mitä mä olin aikasemmin tehny vaan sekasin. Tavallaan oli tullu totaalinen persoonallinen muutos minussa, mä en enää oikeestaan välittäny mistään ja käytin hyväkseni selvin päin minulle pyhiä asioita, kuten mun omaa perhettä ja tein aika likasii juttuja sit siinä ja siinä mä tavallaan havahduin et kuin alas mä oon vajonnu.

Myös Jani kuvaa, kuinka hänen elämänsä oli jo siinä pisteessä, että oli tullut tehtyä asioita, jotka sotivat omaankin arvomaailmaa vastaan. Kun Janin isä vielä kuoli hänen ollessaan vankilassa, oli hänen tilanteessa, jossa vain muutos oli mahdollinen.

Jani: Se oli sellanen piste iin päälle se reissu et mä en oo ikinä ollu väkivaltane mut tää tuomio tuli sellasesta aika raa'asta väkivaltarikoksesta ja törkeestä kotirauhan rikkomisesta ja törkeestä ryöstöstä. Mä lähinkin sit suoraan lusimaan siitä kakkua ja mä siin jo tutkarina, faija kuoli sinä aikana kun mä olin tutkarina, mul ei hirveen tiivis suhde ollu faijaan koskaan, mut se oli just lämpenemässä siin viimesen vuoden aikana, olin just nähny sitä ennen kun mä jäin kiinni, niin siihen tuli sit sellasii huonoi fiiliksii, siin mä olin Vantaalla tutkarina ja sit mä päätin myös että... tai tuli vaan mittari täyteen, nyt on pakko tehdä jotain ja sit mä sörkässä näin vielä vanhoja tuttuja jotka liitty myös siihen samaan juttuun niin ne sano vaan että ei oo sun alaas tää kamamaailma et koita päästä vaan kuntoon ja jatka elämääs... mä olin ihan totaalisesti luovuttanu siinä vaiheessa, et mä olin ihan valmis ottaa mitä vaan vastaan et se loppuis se, kaikki...

Antti kertoo, kuinka hänelle tärkeä ihmissuhde kaatui ja sen lisäksi hän oli saanut tuomion, johon koki olevansa syytön. Antin käyttäytyminen muuttui itsetuhoiseksi, koska hän ei halunnut joutua vankilaan syyttömänä. Antti teki rikoksia ja käytti huumeita vä-

littämättä siitä, mitä hänelle tapahtuu.

Antti: Olin silloin sitten, luulin olevani kovasti rakastunu siihen ihmiseen ja olisin sen kanssa halunnu olla mut kun siitä ei sitten mitään tullu, niin sit mä oli huonona ja sit kun oli se vääryydellä saatu linnatuomio...niin sitten oli sellasta hyvin itsetuhosta se meininki kun ajatteli et mähän en sitä tuomioo lähe koskaan istumaan että tota. Vedin kaksin käsin sitten tota kaikkee mahdollista roipetta mitä vastaan tuli tein sitten tota kaiken näköstä keikkaa välittämättä siitä yhtään jääkö kiinni. Ainostaan sillä yhdellä päivällä oli väliä, että saa ne vedot sitten kun oli jo henkisesti niin paha olla.

Sami kertoo havahtuneensa, kun hän omalla käyttäytymisellään vaaransi perheensä hyvinvointia. Vain maineella ja huumeidien käyttämisellä on merkitystä.

Sami: Mun perhe oli vaarassa kun mä olin niitten avulla tehnyt kaikkii juttuja ja ne joutu sitten syyniin ja sillon mun lapsi oli pieni ja siihen mä ehkä havahduin et mä vaaransin niitten elämää rajusti omalla käyttäytymisellä ja haluilla eli tavallaan ne ei merkannu mulle mitään, mä vaan halusin saada mainetta ja saada kamaa ja...sillon mä varmaan ajattelin et mä oon iha helvetin alas mennyy et näinkö alas mä oon vajonnu sitten et mä teen jotain tällasii juttuja.

Oskun käännekohta tapahtui, kun hän havahtui siihen, että oli vankilakierteessä. Vuoden siviilissä oloa seurasi kolme vuotta vankilassa.

Osku: Vuosi siinä sit mentiin aika kovaa eteenpäin, oli huumehommaa ja sitten seuraavana jouluna poliisit nappas kiinni ja totesin et nyt tulee pitkä tuomio. Sillon sit tuli se et on saatava johonki suuntaan muutosta et kun ollaan ensin vuosi vapaalla ja sit kolme vuotta linnassa niin ei mee enää munkaan matematiikkaan et totesin, et täs on mun pohjanoteeraus et täs tän alemmas ei enää pääse. Nyt on se kierre sellanen, et ei tuu enää muutoksia, kolmas kerta taas samalla kaavalla, jos ei tuu jotain niin muutetaan sit koko roska. Se oli silloin kun mä oli putkassa, et ajattelin et nyt saa riittää. Mä jäin hirveen määrän velkaa, pienin paha on lusiminen, mut miten saa kaikki muut asiat kuntoon, kun ei uskalla pyörii tuol kadulla. Tavallaan tää homma ei enää aukee ennenkun tekee jotain radikaaleja muutoksia.

Vakava henkinen kriisi, pohjakosketus, nousi keskeiseksi selviytymiseen liittyväksi käännekohtaksi.

Elämän käännekohdat ovat tilanteita, joissa muutosvaihemallin mukaan voi tapahtua taantumia tai edistysaskeleita. Elämäntapahtumat, muutokset ja erityisesti niihin liittyvät kokemukselliset käännekohdat toimivat usein sysäävinä tekijöinä kohti uutta suuntaa. Siirtymien aikana entiset uskomukset ja odotukset eivät enää päde, kun muutostilanne on käsillä. Uudessa tilanteessa lähdetään muodostamaan vallitsevaan tilanteeseen sopivia uskomuksia ja odotuksia, joihin yksilön tulee sopeutua. Elämänkulkuun kuuluu luonnostaan myös odottamattomia tapahtumia, joihin yksilön oma kontrolli ei yllä. Ne ohjaavat yhdessä luonnollisten normatiivisten siirtymien kanssa yksilön tekemiä ratkaisuja sulkien pois vaihtoehtoisia kehityskulkuja. (Oravala & Rönkä 1999, 274.)

Käännekohdat ovat tapahtumia, jotka saavat aikaan pitkäaikaisia muutoksia ihmisen elämäntulussa. Ne voivat muuttaa ihmisen elämäntapaa, vaikuttaa ihmisen minäkäsitykseen ja rooleihin sekä muuttaa suhteita toisiin ja maailmaan. Käännekohdat voivat muodostua ihmisen itse tekemien valintojen lisäksi myös odottamattomista tapahtumista. Tehdylle tapahtumalle tai ratkaisulle on tyypillistä se, että se johtaa kehityspolkua tiettyyn suuntaan ja samalla pois sulkee muita, vaihtoehtoisia päämääriä. Käännekohdan edellytyksenä on, että yksilö kokee muuttuneensa tapahtuman seurauksena. Käännekohdat on tunnistettavissa vasta jälkeenpäin, kun ihmiselle on selvinnyt niiden pitkäaikaiset vaikutukset hänen elämäänsä. (Oravala & Rönkä 1999, 274.)

Käännekohdat muodostuvat tärkeiksi kehityskriiseiksi. Kun ihminen pohtii elämäänsä uudelleen, monenlaisten tunteiden käsittelyllä on merkitystä emotionaaliselle kehitykselle. Käännekohdat saavat aikaan uusia käyttäytymismuotoja, joiden avulla voi selvitä uusista elämän haasteista. Ne voivat olla oppimiskokemuksia, joiden tuomat rooli-odotukset ja muutokset minäkäsityksessä johtavat kognitiiviseen, emotionaaliseen ja persoonallisuuden kehitykseen. (Oravala & Rönkä 1999, 275.)

Haastateltavat olivat ajautuneet sellaiseen tilanteeseen, että heidän on ollut pakko ryhtyä ajattelemaan jotain muutosta elämäänsä. Entinen elämäntapa on menettänyt merkityksensä ja muutos edellytti kokonaisvaltaista elämänmuutosta.

9.2 Sosiaalisten sidosten merkitys päätöksentekovaiheessa

Pitkäaikainen rikollinen toiminta, päihteiden käyttö sekä vankeustuomiot olivat sulke-neet kaikilta haastateltavilta tien normaaliin elämään. Haastateltavien elämä oli monella tapaa kaoottista ja jäsentymätöntä. Siteitä työelämään ei ollut kuin Oskulla. Kaikkien perhesiteet olivat hauraat ja haavoittuvat eivätkä ne tukeneet irrottautumista päihde- ja rikoskierteestä. Olemassa olivat vain rikolliset sosiaaliset suhteet ja entinen elämä, jo-hon ei haluttu palata. (ks. Kivivuori & Linderborg 2009, 66, Laub & Sampson 2003, 160–161.)

Ympäröivällä sosiaalisella maailmalla on merkitystä muutoksessa ja riippuvuuden voit-tamisessa. Eristyneisyyden on osoitettu heikentävän selviytymismahdollisuuksia hoidon jälkeen. Sosiaalisuus ei kuitenkaan vielä riitä, vaan ratkaisevaa on sosiaalisten suhteiden sisältö ja laatu. Pelkkä tuki päihteettömyyteen ilman läheisiin ihmissuhteisiin liittyvää yleistä sosiaalista tukea ei auta. Sosiaalista tukea voidaan kuvata sosiaalisiin suhteisiin liittyvänä positiivisena, terveyttä edistävänä tai stressiä ehkäisevänä tekijänä. Päihteiden käyttäjillä on usein takanaan rikkinäisiä ihmissuhteita ja karvaita pettymyksiä. Näistä lähtökohdista on vaikeaa löytää ja ylläpitää omaa hyvinvointia tukevia ja luottamusta herättäviä suhteita. Merkityksellisten toisten, samoin kuin työtovereiden ja ystävien osallistuminen hoitoon parantaa hoitotuloksia. Yhtäältä voidaan ajatella, että läheisistä suhteista saatu apu perustuu sosiaaliseen kontrolliin. Toisaalta on näyttöä myös siitä, että sisäinen kontrolli ehkäisee retkahduksia paremmin kuin ulkoiseen kontrolliin nojau-tuminen. (Hännikäinen-Uutela, Määttä & Pärttö 2009, 124–125.)

9.2.1 Päätöksen jälkeen tarvitsee tukea

Pohjakosketus näyttää olevan elämän käännekohta selviytymisprosessissa, jonka jäl-keen haastateltavat ovat olleet valmiita ottamaan vastaan muutoksen. Haastatteluotteissa näkyy pelko ja epävarmuus tulevast. Merkittävää näyttää olleen jonkun ihmisen,

useimmissa tapauksissa vankilahenkilökunnan, kannustus hoitoon lähtemisessä.

Ville oli tehnyt päätöksen, ettei halua enää jatkaa päihteidenkäyttöä ja rikollista elämää. Hän ei kuitenkaan tiennyt, miten edetä, mistä hakea apua tai mihin hakeutua. Hän ha-
keutui kuitenkin vankilan päihteettömälle osastolle, mutta koki, ettei se riittänyt hänelle. Vankilan päihdeohjaaja kertoi Villelle Kiskohoidosta ja suositteli siihen osallistumista. Epävarmuus ja epärointi tulevasta kuitenkin vaati jatkuvaa kannustusta vankilahenkilö-
kunnalta.

Ville: Ainoo mitä mä tiesin, että mitä mä en haluu. Mitä mä haluaisin, niin mulla ei ollu mitään tavoitetta, mä ainoastaan tiesin sen mitä mä en enää haluu tehdä ja sit mä lähdinkin linnassa päihteettömälle ja siellä se meno oli ihan samanlaista kun millä tahansa kongilla ja se ei vaan riittäny mulle ja onneks koin että mä tarviin jotain vähän niinkun rajumpaa kun päihteettömällä kongilla oleminen. Kävin päihdeohjaajalla ja sieltä tuli päihdeohjaajalta se että lähde Kiskohoitoon että se on sun juttu. Ja sit mä lähin. Kiskoon. En tienny mikä se on, tiesin et se on rankka päihdehoito mä en tienny mitä se niinku tapahtuu ja miten se etenee mulle pidettiin Riihimäen vankilassa vielä viikon selliä kun mä lähdin sillai arkaillen ja koko ajan mua potkittiin et lähe nyt kattoo mikä se on ja viikon mul pidet-
tiin viel siel sellii.

Hyvin samantapaista epärointiä on Antin tarinassa. Häinkin tarvitsi päihdeohjaajan kan-
nustusta hoitoon lähdössä.

Antti: Olin alkupätkän sitten taas (vankilassa) putsarina turvallisesti ja sitten siellä hakeuduin Kiskohoitoon Keravalle. Siinäkin oli sitten alunpe-
rin niin okei olin hyvin kyllästynyt siihen elämään eikä todellakaan ollu hyvä olla, et sille oli tilausta, mut kyllä siihenkin vaikutti siihen hoitoon lähtöön, kun se oli pelottavaa lähtee uuteen paikkaan ja ja tota missä on tuntemattomia ihmisiä ja muita niin vaikutti myös se ett sitte se et se vanha vankila suljettaisi, tultas sulkemaan ja sielt olis joka tapauksessa jouduttu lähtee se sitten edesautto sitä et lähin sinne kiskoon. Linnassa mä kävin sen cs-kurssin ennen sinne kiskoon lähtöä. Mä olin jo sillon niin sillai pel-
kuri tai etsetota siel oli niin helppo siel (vankilassa) olla ja mä mietin viel siel Riihimäelläkin, sielki oli hyvä olla. Mä juttelin sen paikallisen päihde-
ohjaajan kanssa et jos mä saisin jäädä tänne sit kuitenkin ni se sano et ei ei kun lähet nyt Keravalle.

Ilman oikea-aikaista ohjausta, kannustusta ja tukea päihdeohjaajan taholta olisi haasta-

teltavien pelko astua tuntemattomaan saattanut käydä liian suureksi.

Myös Oskulle näytti aineiston perusteella olevan merkityksellistä ulkopuolinen tuki, hänen tapauksessaan työntäjän kannustus muutokseen.

Sosiaalisen tuen saatavuus ja kyky vastaanottaa tukea ratkaisevat, mitä selviytymistapoja ihminen käyttää ongelmatilanteissa ja miten hän niistä selviytyy. Jos sosiaalista tukea ei ole tarjolla, voi päihteiden käyttö toimia vaihtoehtoisena selviytymiskeinona stressaavissa elämäntilanteissa. Toisaalta sosiaalisen tuen vähäisyys voi olla merkki siitä, ettei yksilö kykene vastaanottamaan tukea vaikeissa elämäntilanteissa. Kyvyttömyys ottaa tukea vastaan johtuu usein luottamuksen puutteesta. Päihteiden käyttäjillä on usein takanaan pettymyksiä ihmissuhteissa, jolloin luottamuksen syntyminen muihin ihmisiin voi olla vaikeaa, vaikka se on aina sosiaalisen tuen edellytys. Luottamus toisiin ihmisiin lisää luottamusta myös instituutioita kohtaan ja tätä kautta helpottaa myös yhteiskuntaan integroitumista. (Hännikäinen-Uutela, Määttä & Pärttö 2009, 124–125.)

9.2.2 Muutoksen toteuttaminen edellyttää uudelleen sosiaalistumista

Koko elämäntavan uudelleen luominen edellyttää uudelleen sosiaalistumista. Muutos määrittää todellisuuden uudelleen ja siihen kuuluu samastumista sosiaalistaviin henkilöihin. Uudelleen sosiaalistaminen muistuttaa lapsuuden ajan primaarisosialisaatiota, erona vain se, että haastateltavilla oli koko eletty elämä takanaan. Elämästä pitää poistaa kaikki entisen elämän ei-toivotut ihmiset, jotka eivät ole tukena muutoksessa. (esim. Timonen 2009, 166.)

Sami kuvaa aikasempaa kokemustaan siitä, kuinka muutos ja uuden elämän aloittaminen ei onnistunutkaan, koska hän ei ollut katkaissut välejään entisiin käyttäjäkavereihinsa.

Sami: Ei siel oo mitään sellasta paikkaa ja maailmaa mihin mennä siellä siviilissä kun se vanha, että vast myöhemmin ajateltuna mä oon tajunnu

sen, et se kaikki vanha, kaikki vanhat suhteet ja kaverit pitää pyyhkäästä pois, jos sä jätät niitä yhtään sä luot sellasii takaportteja et niitä käyttää kyl sitten.

Yksilön muuttuminen sisältää vahvan sosiaalisen taustan ja perustan, joka välittyy sellaisten henkilöiden kautta, jotka ovat hänelle merkitseviä. Muutos voi olla jopa mahdollista ilman tämäntapaista samastumista. Ihmiselle tärkeät henkilöt ohjaavat häntä uuteen tulevaisuuteen. Ohjaavalla henkilöllä on tietty rooli, hän voi olla vaimo, työnantaja, työntekijä, joka vahvistaa uuden elämän todellisuutta ja uskottavuutta. Vuorovaikutuksen painopiste siirtyy yhä enemmän näiden ihmisten suuntaan ja siitä poistetaan entisen maailman rikolliset piirit. (Timonen 2009, 167.)

10 TOIMINTAVAIHE

Toimintavaiheessa oleva ihminen valitsee muutosstrategiansa ja alkaa toimia sen mukaan. Ihmiset muuttavat aktiivisesti ympäristöään. He tekevät suuria elämäntyyli muutoksia ja voivat joutua kohtaamaan isojakin haasteita. Oma minäkuva voi joutua uudelleen arvioitavaksi siirryttäessä uudenlaiseen elämäntapaan. Usein toimintavaihe voi kestää 3-6 kuukautta päätöksentekovaiheen jälkeen. Joillekin se on eräänlainen kuheruskuukausi ennen vaikeampien haasteiden kohtaamista. (Koski-Jännes ym. 2008, 32.)

Tässä luvussa kuvaan sitä, millainen selviytyjien identiteetti ja itsetunto olivat toimintavaiheessa sekä millainen merkitys oli sosiaalisilla sidoksilla toimintavaiheen aikana. Toimintavaiheeksi olen määritellyt sen ajan, kun haastateltavat olivat tehneet päätöksen ja alkaneet aktiivisesti toteuttaa muutosta. Antti, Jani, Ville ja Sami aloittivat Kiskohoidon, joka kesti heidän kohdallaan vuodesta kolmeen vuoteen. Olen määritellyt toimintavaiheeksi sen ajan, kun he olivat kolmivaiheisessa kuntoutuksessa. Oskun kohdalla toimintavaiheeksi olen määritellyt vankilassa oloajan sekä koevapauden ajan sekä muutamia kuukausia vapautumisen jälkeen.

10.1 Identiteetti ja itsetunto toimintavaiheessa

Toimintavaiheessa identiteetti oli aluksi hauraimmillaan, koska muutos entiseen oli niin suuri. Aikaisemmasta päihteidenkäyttäjän identiteetistä oli luovuttava ja tilalle oli alettava muodostaa uutta. Itsetunto oli kadotetun identiteetin myötä aluksi heikko ja uusien tilanteiden, ympäristöjen ja ihmisten kohtaaminen oli vaikeaa. Kiskohoidossa olevien identiteetti muodostui ympäröivän yhteisön myötä pikkuhiljaa kuntoutujan identiteetiksi ja itsetunto vahvistui onnistumisien myötä. Onnistumisen kokemuksia toivat pärjääminen uusissa tehtävissä, yhteisön arjessa ja uusien oivallusten myötä. Oskun uudenlaisen identiteetin muodostuminen tapahtui pitkälti oman ajattelun ja pohdinnan tuloksena.

Ville, Jani, Antti ja Sami päätyivät päätöksentekovaiheen jälkeen Kiskohoidon ensimmäiseen vaiheeseen Keravan vankilaan. Selviytymisen ensi askeleisiin näyttää yhteisö-

hoitoon sitoutuneilla liittyvän voimakas henkinen riisutuksi tulemisen tunne.

Ville kuvaa kuinka Kiskohoidon aikana entinen identiteetti jäi taka-alalle ja kuinka hoidon aikana alettiin rakentamaan uutta minuutta yhteisön tuen, transaktioanalyttisen terapian ja 12-askeleen avulla.

Ville: Onhan se helvetinmoinen prässä... onhan se ihan mielisairasta ja mitä kaikkee siin tehdään mut kyl mä ymmärrän et siel pitää riisuu sen jätjän, eli minun, ego ja turhat luulot ja suuret luulot itestään pitää riisuu ja jos sen oikeen oivaltaa siellä niin siinä sitten käy, niin kävi mullekin

R: Miten se tehtiin se riisuminen?

Ville: Kaikki kyseenalaistaminen loppuu, nöyryytyksellä ja yhteisön tuella se tehtiin se riisuminen niin se jotenkin tapahtu siihen oli vaan lähettävä messiin tai sit siel ei pärjää

R: Oliko sull yhtään sellanen olo missään vaiheessa et sä et kestä tai et haluu?

Ville: Ei kun mä halusin, mä halusin selviytyä. Mul tuli helvetinmoinen pelko siellä mikä sit ajo mua eteen päin. Mä tein hirveesti ja työstin itteeni ja olin kiinnostunut kaikesta, omasta elämästä ja päihitteettömyydestä ja transaktioanalyttisesta terapiasta ja mä olin pelon kautta tosi kiinnostunut kaikesta. Muistan kun yöllä heräsin ja täyttelin askelia ja sairasta... vähän se lähti niinku käsistä, puhutaan aa-humalasta tai na-humalasta, mä elin ehkä jossain sellasessa.

R: Oliko se ehkä hyväkin?

Ville: Se oli mulle helvetin hyvä, se oli just oikee tapa mitä mä tarvisin, miten mun kuuluu työskennellä et mist mä sain eniten. Mä en sluibaillo, mä halusin sitä kaikkee.

R: Mikä oli vertaistuen osuus (Kiskohoidon) kakkosvaiheessa?

Ville: Se ehkä kasvo vielä enemmän koska siel enemmän puhui ittestään ja uskalsi puhua niistä oikeista asioista, kun ykkös vaiheessa oli hirvee paine suoriutua kun siellä yhteisön eessä purki omia asioitaan niin se oli se oli vähän teatteria nii siel ehkä etsittiin omaa itteensä ja yksityiskohtia, sai itteensä esiin enemmän, oli ehkä avoimemmin,

Yhteisö ottaa vastuun yksilön persoonallisuuden muutosprosessista. Yksilö joutuu kui-

tenkin ottamaan vastuun itsestään ja toiminnastaan. Ensimmäisiä viikkoja hoidossa voi kuvata minuuden riisumiseksi. (ks Hännikäinen-Uutela 2004, Goffman 1969.) Hoitoyhteisöön tulo voidaan kokea minuutta riisuvaksi, kun kaikki ikään kuin ahdetaan samaan muottiin ja totellaan yhteisössä hierarkisesti ylempänä olevia. Tiukka rutiinien noudattaminen ja kuri voidaan kokea uhkana minuudelle ja jopa nöyryyttävänä. Alkuvaiheen jälkeen kaiken tämän merkitys oivalletaan eikä kukaan koe minuuttaan riistettävän.

Häpeän, surun ja syyllisyyden tunteiden työstäminen liittyy olennaisesti muutokseen ja ihmisenä kasvuun, vaikka ne usein peitetään ja niiden käsittely on tuskallista. Häpeän tunne on syyllisyyttä kokonaisvaltaisempi ja koskettaa koko minuutta. Ihminen saattaa kokea olevansa niin paha, ettei hän mielestään edes ansaitse ymmärrystä. Häpeään liittyy arvottomuuden, heikkouden ja pahuuden tunteita. Turvallisessa vuorovaikutussuhteessa on mahdollista jakaa häpeää tuottavia kokemuksia, mikä edesauttaa niiden hyväksymistä osaksi omaa tarinaa. (Granfelt 2011, 222.)

Rikoksiin liittyvästä syyllisyydestä ei ehkä koskaan pääse täysin eroon. Häpeän ja syyllisyyden takaa voi löytää muita tunteita: surun menetetyistä kuukausista ja vuosista, omien lasten tai vanhempien kärsimyksestä, läheisen ihmisen kuolemasta. Ihminen saattaa surra lapsuuttaan, jota ei koskaan saanut elää, vaille jäämistä ja väkivaltaa, jonka vuoksi hän on lapsuudestaan asti yrittänyt ratkaista vaikeuksia tavoilla, jotka ovat hetkellisesti asuttaneet selviytymään ylivoimaisista tilanteista. Pitkällä aikavälillä ne ovat kuitenkin vaikuttaneet tuhoisasti hänen ja usein myös muiden ihmisten elämään. (Granfelt 2011, 223.)

Jotta trumatisoituneen ihmisen eheytyminen voisi päästä alulle ja vahvistua, hän tarvitsee tunteen toivosta. Haavoittavissa kasvuoloissa eläneet ja elämänhistoriansa aikana monella tavalla syrjäytetyt ja vaille jääneet ihmiset tarvitsevat monimuotoisia kuulluksi ja nähdyksi tulemisen tapoja, jotta he pääsisivät kosketuksiin tunteidensa kanssa. (Granfelt 2011, 224.)

10.2 Sosiaaliset sidokset toimintavaiheessa

Sosiaalisten sidosten merkitys toimintavaiheessa on suuri. Jonkinlaiseen vertaistukeen perustuvaan yhteisöön kuulumisen lisää tavoitteellisuutta. Yhteyteen kiinnittyy toipumisen malli, jota toiset jo noudattavat. Joillakin yhteyden syntymistä ilmentää jo löydettyksi tuleminen. Yhteyden vaaliminen niiden kanssa, joilla on todellista sanottavaa, koetaan tärkeänä. Tähän liittyy myös oman arvon kokeminen ja yhteiseen toipumisajatteluun samaistuminen. Luottamuksen saaminen ja läheinen ihmissuhde vahvistavat toipumista. (Myllärinen 2011, 166.)

10.2.1 Kiskon yhteisöhoito®

Koen tarpeelliseksi kertoa Kiskohoidosta hiukan tarkemmin, koska neljä viidestä haastateltavastani oli käynyt Kiskohoidon ensimmäisen, toisen ja kolmannen vaiheen.

Kiskon yhteisöhoito®, I- ja II -vaihe on Kalliolan klinikoiden tuottama hoitomalli, joka on ollut käytössä Keravan vankilassa vuodesta 1998 lähtien. Ohjelman oikeudet omistaa Kalliolan klinikat ja se myös valvoo ohjelman toteuttamista. Hoitomalli on vankilassa tarkoitettu päihderiippuvaisille henkilöille, joilla on rangaistusaikaa jäljellä 1-2 vuotta. Kiskon kolmivaiheisen kuntoutusohjelman tavoitteena on turvata päihteettömyys, opetella päihteen elämäntapa ja motivoitua elämänikäiseen kasvuun. (Rikosseuraamuslaitos i.a.)

Yhteisöhoitoa varten on Keravan vankilassa oma suljettu asuinosa. Päihteettömyyttä tuetaan NA/AA:llaisella toipumisohjelmalla Daytop-pohjaisessa yhteishoidossa. Henkilökohtaista kasvua tuetaan transaktioanalyttisellä ryhmä- ja yksilöpsykoterapialla. Tässä ja Nyt-ryhmässä käsitellään oman päihdeongelman tunnistamista, myöntämistä ja hyväksymistä sekä pyritään liittymään yhteisöön. Ohjelma sisältää ryhmiä, luentoja, omaehtoista työskentelyä, jatkohoitoryhmiin (AA/NA) tutustumista ja toipumisohjelmaan kiinnittymistä. Tunneryhmässä puretaan ja tunnistetaan tunteita sekä kartoitetaan muutostarpeet toisen vaiheen työskentelylle. Muuna aikana vangit osallistuvat vankilan

työtoimintaan. (Rikosseuraamuslaitos, i.a.)

Ohjelman kokonaiskesto on yksilöllinen, puolestatoista vuodesta kahteen vuoteen. Ensin osallistutaan I-vaiheeseen suljetussa vankilassa, II-vaiheeseen avolaitoksessa ja kolmanteen vaiheeseen vapautumisen jälkeen siviilissä, joko Kalliolan klinikoiden Kiskon perhe- ja jatkohoitoyksikössä tai yksilöllisesti rakennettuna omalla kotipaikkakunnalla. (Rikosseuraamuslaitos i.a.)

Yhteisökasvatuksella tarkoitetaan koko yhteisön käyttämistä hoidollisten, kuntoutuksellisten ja kasvatuksellisten tavoitteiden toteuttamiseen. Kaikki, mitä yhteisössä tapahtuu, on osa perustehtävää. Toiminta perustuu yhteisön jäsenten yhteistyöhön, avoimeen keskusteluun ja keskinäiseen vastuuseen. Sitoutuminen yhteisiin tavoitteisiin ja käytäntöihin antaa kaikille jäsenille mahdollisuuden toteuttaa yksilöllisiä tarpeitaan. Yhteinen toimintojen suunnitteleminen, toteuttaminen, ongelmien ratkaiseminen ja arviointi luovat edellytykset koko yhteisön ja sen jäsenten kehitykselle. (Hännikäinen-Uutela 2004, 121.)

Yhteisö on tietoisesti muodostettu sosiaalinen ympäristö, jossa sosiaalinen vuorovaikutus ja ryhmäprosessi toimivat terapeuttisesti. Jäsenet opettelevat toisiaan tukien elämään terveemmällä tavalla. Yksittäiset jäsenet muodostavat vertaisryhmän, jonka tukeen perustuu yhteisön tavoite – yksilön persoonallisuuden muuttuminen. Terapeuttisen yhteisön tarjoama hoito on jäsentynyttä, tehtävät sekä roolit on järjestetty hierarkisesti ja hyvästä käytöksestä palkitaan lisääntyvällä vastuulla. Arki rakentuu hoitoryhmien, kirjallisten tehtävien, työnteon ja muiden rutiinien ympärille. (Hännikäinen-Uutela 2004, 122.)

Jani kertoo kokemuksiaan Kiskohoidon vertaistuesta. Hän kertoo olleensa jo niin luottanut hoitoon mennessään, ettei ollut edes ennakkoluuloinen. Janin mielestä vertaistuki oli antoisampaa kuin pelkkä yksilötyö. Yhteisössä tunsikin yhteenkuuluvuutta.

R:Minkälaisena sä näit sen Kiskon vertaistuen?

Jani: Mä olin täysin ennakkoluuloton, voi kuullostaa ehkä ihmeelliseltä, mut mä olin vaan niin luovuttanu jo et mul ei ollu sillee kauheesti ennakkoluuloja siitä että, mä vaan tutkailin tilannetta ja tarkkailin niit ihmisiä, ympäristöö ja siis siel sattuu olee vaan todella hyvä porukka, kaikki puhals yhteen hiileen ja tosi hyvä olla ja jakaa niit asioita, ei tarvinnu miettiä yhtään mitään, et kaikki anto siel itsestään täysillä... Vertaistuki on ehdottoman tärkeä just se, et mä oonkin jälkikäteen ajatellu et jos kävis yksilönä tollast terapiaa niin se ei välttämättä olis yhtä antosaa kun tollanen ryhmä-terapia.

R: Miks sä ajattelet niin?

Jani: Se vertainen tuki, sä huomaat et sä et oo yksin ja jos ajatellaan että sä oot yksin ja jaat siinä jonkun asian tai sul on siinä kuus ihmistä vieressä jotka ymmärtää ja antaa sulle kommenttii samasta asiasta, omii kokemuk-sii niin se sun tieto siitä asiasta kasvaa ihan erilailla ei tarvii selittää mitä se on, vaan ne tietää sen mitä se on, jakaa sen saman kokemuksen.

Ville kertoo, kuinka myös hän on kokenut, että yhteisö auttoi häntä olemaan oma itsensä ja avautuman asioistaan.

R: Joo ja jos sä nyt ajattelet niin mikä siin oli se tärkein tai merkityksellisin juttu (hoidossa)?

Ville: ehkä siin oli se, meil oli helvetin hyvä yhteisö, oli helppo lähteä mukaan, kukaan ei dumannu, sai oireilla hyvällä sydämellä, yhteisö oli aika kova juttu siinä, jos oli ollu toisenlainen niin ei ehkä olis sulkeutu eikä olis puhunu omista jutuista

R: niin se yhteisö mahdollisti sen et sai olla oma itsensä?

Ville: Kyllä kyllä

9.2.2 Yhteisöt selviytymisen tukena

Kaikilla haastateltavilla luontaiset sosiaaliset sidokset, kuten perhe, olivat joko aikaisemman elämäntavan vuoksi tai muista syistä hauraat ja katkenneet. Muutamalla haastateltavista kaikki perheenjäsenet olivat kuolleet. Jos luontaisia tukevia verkostoja ei ole saatavilla tai olemassa, on selviytyminen entistä haastavampaa, etenkin kun niihin sosiaaliisiin verkostoihin, mitä koko aikaisemman elämänsä on luonut, ei enää ole paluuta

eikä niistä ainakaan saa tukea uuden elämän alkuun. Vankila-aikana ja päihdekuntoutuksen aikana luodut sosiaaliset siteet ammattihenkilöstöön täytyy katkaista. Haasteena on löytää selviytymistä tukevia verkostoja ja ihmissuhteita. Selviytyjät olivat löytäneet erilaisia yhteisöjä selviytymisensä tueksi. Merkittävimpänä olivat vertaistukiryhmät AA ja NA. Myös työyhteisöstä tuli monelle selviytymistä tukeva ympäristö. Samanlaisten taustan omaavien ihmisten koettiin ymmärtävän paremmin ja enemmän.

R: Kuinka tärkeitä et on samanlaisia ihmisiä ympärillä?

Osku: Se on tosi tärkeä, et sä pysty juttelee, ei normaali ihmiset osaa suhteuttaa, oon jutellu työkavereille mut ei ne käsitä. Ne jotka on lopettanu, niin ne taas... tääkin kaveri on AA:ssa töissä...se ymmärtää

Vertaistuki tarjoaa jatkuvamman tuen kuin mihin ammatillinen hoitojärjestelmä kykenee. Kun päihdeongelma on kompleksinen, vertaistuki luo sellaisia rakenteita, joiden avulla raittiuden jatkumiseen on mahdollista saada kollektiivista tukea.

Ville kertoo, kuinka on ymmärtänyt AA- ja NA-ryhmien merkityksen itselleen vankilan jälkeen. Pitkäaikaisen päihdekuntoutuksen jälkeen voi kokea jäävänsä hyvin yksin, mutta Ville on löytänyt ryhmistä ankkurin, johon voi kiinnittyä, kun tarvitsee tukea ja muita ihmisiä.

Ville: Mä oon vast ymmärtäny mitä on AA ja NA ja tällanen mahdollisuus siviilissä et ei mulla aikaisemmin ollu mitään hajuu näistä. Sit mä jotenkin hiffasin senkin et se on aino juttu, sit enää, tässä hetkessä kun eletään niin kun tää kaikki poistuu ympäriltä mitä sitten jää jäljelle? Jää itsenäisyys ja itse etsii apua itselleen ja siviilissä ei oikeen muuta oo kun nää vertaistukiryhmät niihin mä koitin kiinnittyä.

Jani kuvaa, kuinka päihdekuntoutuksen päätyttyä terapia ikäänkuin jatkui AA-ryhmissä. Hän kertoo, kuinka täytyy tehdä valinta sen välillä, mistä sosiaalisia suhteita lähtee etsimään. Janin vaihtoehtoina olivat paluu entisiin päihdeporukoihin tai kiinnittyminen vertaisryhmiin.

Jani: Terapia jatkuu tavallaan AA-ryhmissä, mulla. Mut ihan selkee valinta piti tehdä, kun tuli siviiliin, et joko mä lähden tosta kurvista hakee sitä sosiaalista kenttää tai sit ryhmistä, ne oli ne vaihtoehdot. Onneks mä hain ryhmistä.

Vertaistuen piiriin ohjautumisella on usein merkittävä ammattimaista hoitoa tukeva vaikutus ja enemmän tukea tarvitsevat täyttävät tuen tarpeensa hakeutumalla tähän yhteyteen tai täydentävät sillä ammattimaisen hoidon vajetta. (Kuusisto 2010, 333.)

10.2.3 Siipien kokeilua

Toimintavaiheessa Kiskohoidossa olleet siirtyivät vähitellen suljetuista oloista avoimempiin oloihin. Kiskohoidon ensimmäinen vaihe on suljetussa vankilassa ja toinen vaihe avolaitoksessa. Enintään kuusi kuukautta vankeustuomion lopusta on mahdollisuus suorittaa valvotussa koevapaudessa. Valvotun koevapauden aikana vanki käy töissä tai opiskelemassa ja asuu itsenäisesti joko asuntolassa tai omassa asunnossaan. Osku ja Antti pääsivät lopputuomioksi valvottuun koevapauteen.

Ville kertoo, millaista oli siirtyminen avoimempiin oloihin avolaitokseen. Uusien sosiaalisten kontaktien luominen jännitti. Oma vastuu omasta toipumisesta kasvoi, minkä Ville koki hyväksi. Transaktioanalyttisen terapian merkitys oli suuri. Arjen askareiden opettelusta oli hyötyä.

Ville: Sitten siirryin Seutulaan, avolaitokseen. Sekin jännitti hirveesti kun en oo ollu avolaitoksessa, se pärjääminen siellä. Avoimisuus eniten jännitti kun oltiin koko ajan oltu suljetussa yhteisössä eikä muitten kaa tekemisissä ja Seutulassa oltiin kaikkien kanssa niin paljon ittestä kiinni se oma toipuminen ei enää niin tuettua, ittestä kiinni. hyvin mä sielläkin pärjäsinkin

R: Millä voimavaroilla sä pärjäsit?

Ville: Emmä tiedä mult vaan loppu se välittäminen siinä, mä en välittänyt mitä muut aattelee, en ainakaan niin hirveesti miettiny mitä muut aattelee, mä koitan hoitaa vaan omaa juttua ja jotenkin mä sisäistin sen, mul oli vielä pari vuotta jäljellä et mä aattelin et tää mahdollisuus on nyt käytettävää että pärjää siviilissä kun mä oon sen tiedostanu et jos sieltä lähtee siviiliin sillä aivotuksella mikä mulla olis ollu vaikka ykkösvaiheessa niin mä en olis ikinä jotenkin pystynyt aattelee järkevästi ja sit tuomion jälkeen oli vielä jatkohoito mikä kesti puoli vuotta se oli kans todella tärkeä. Vuoden verran olin Seutulassa. 30 kk yhteensä kiskohoidossa

R: No mikä oli seutulan anti, mitä sä ajattelit, sanoitkin tossa että sait vähän itsenäisyyttä, vertaisryhmän tuki ei enää niin vahvasti ja sait omii siipii kokeilla?

Ville: Ehkä siin oli just toi ja sit päästiin siviiliin, oli enemmän siviilihenkilöiden kanssa niin näki vähän millast on kun ei ollu mitään hajua et minkälaista vaik on käydä kaupassa ja ihan arjen asioita hoitaa et se oli just totta itsenäisempää asteittain ja sit se oli se terapia siitä mä sain helvetin paljon, mä sai tosi paljon paljo kiinni ja itselleni metodeja mitä mä tänäkin päivänä käytän minkä avulla vieläkin elän ja se on ollu hyvä juttu.

Antti kertoo kokemuksiaan koevapaudesta. Koevapauden hän oli kokenut hyväksi väyläksi normaali yhteiskuntaan. Koevapauden toimintavelvoitteena Antilla oli vankilasta vapautuville tarkoitettu JatkoX-koulutus ja työ.

R: Minkälainen kokemus se koevapaus oli?

Antti: Oikeen hyvä kokemus, sillai jos on tosissaan ja oikeet palaset niin on oikeen toimiva juttu

R: Mikä siin oli toimivaa ja hyvää?

Antti: Se vei selkeesti eteenpäin sitä mun paluuta, tai ei voi mun kohalla sanoa paluuta, kun en oo ollu normaaliyhteiskunnan jäsen koskaan, mut se teki musta sen mikä mä oon nyt, työtä tekevä nuori mies. Jos mä olisin suoraan Seutulasta päässy, niin se se mitä se hoito piti sisällään, niin siellä ryhmäterapiassa työstäny niitä mulle tärkeitä asioista, joista mulle oli selkeesti apua, totta kai siit oli mulle apua hoidollisesti ja muutenkin järkevää et pääsin koevapauteen. JatkoX-koulutukseen kuulu myös työharjoittelujakso, mä lähdin kaverin rakennusfirmaan töihin, mihin mä menin sitten vapauduttuani töihin. Siellä oli muitakin jo tuttuja ja se oli turvallinen paikka mennä töihin, mua neuvottiin, ja työ tekijänsä opettaa, opin ja se oli kiva huomata.

10.2.4 Suunnitelmallisuus

Kaikki Kiskohoidon läpikäyneet korostivat suunnitelmallisuuden merkitystä vapautumisvaiheessa. Kiskohoidon jokaisessa vaiheessa tehdään yhdessä työntekijän kanssa tarkka ja yksityiskohtainen suunnitelma tulevaisuuden varalle. Suunnitelma kattaa kaikki elämän osa-alueet: ihmissuhteet, asumisen, työn, opiskelun, harrastukset, taloudelliset asiat, jokaisen yksilöllisen tilanteen mukaan. Seuraavassa Jani kuvaa omaa suunnitel-

maansa.

R: Sitten vapaus lähenee, miten sä olit järjestänyt asiat siin kohtaa kun se vapautuminen lähenee?

Jani: No siel hoidossahan tehdään tarkka suunnitelma siitä kolmannesta vaiheesta mikä on siellä siviilissä kun vapautuu et mitä sä teet siellä ja mä tein suunnitelman kaikesta, ihan kaikesta, seksuaalielämästä lähtien, työt, velat, asunnot, kaikki.

R: Ja miten ne toteutu?

Jani: Kyl ne toteutu omalla tavallaan sitten, ei ne kumminkaan aina mee niinku sä kirjoitat sinne paperiin, mut kyl ne tapahtu. On tärkeetä et sul on valmiina, ettet sä pamahda tyhjän päälle, et sul on jonkun näkönen suunnitelma siitä myös miten sä toteutat ne suunnitelmat

R: Kerroksa sun suunnitelmista ja miten ne sit toteutu?

Jani: Ensinnäkin mul oli suhde joka oli lämmennyt, siitä mä en ollut päättänyt miten se etenee, et se katotaan siel kolmannes vaiheessa miten se lämpenee. Velka-asioista sen verran, kun olin jo niitä selvitelty kakkosvaiheessa ja tiesin et y-säätiöllä oli velkaneuvojajohdusta, joiden kanssa hoidetaan velka-asioita, sen mä tiesin et niiden kautta mä saan hoidettua sitä asiaa ja sitten asuntoasiat, ne paikat mistä kaikkialta niitä voi hankkia, niinku y-säätiö ja s-asunnot ja esto ja kaupungin asunnot ellei oo ryssiny niitä, mä olin eikä mul ollut mitään asiaa sinne, sellaset. Rahankäyttösuunnitelmat oli, piti kattoo paljon saa tuloo, töihin ei ollut suotavaa heti mennä kun alottaa siel kolmannesvaiheessa, sitä mä olin miettiny, järjestettiin tapaamiset mun sosiaalityöntekijän kanssa, joka mul oli ollut ennen sitä ja sitten pidettiin sen kolmannen vaiheen työntekijän kanssa sellanen ryhmäpalaveri, missä sovittiin niinku että miten se tulee vastaan se sossu ja missä mennään mitä tehdään ja. Ne oli hyvin mukana siellä ja sit ajokortin suhteen, jouduin käydä a-klinikalla antamassa näytteitä, ei riittänyt kisko-aikaset seurat, piti olla siviilissä annettuja seuloja et sitä asiaa mä hoidin eteen päin siviilissä ja tota niin siitä ne lähti käyntiin. Sit oli yks tuttu työnantaja se anto aina kaikille vapautuville töitä, jotka oli hyvässä kunnossa, niin siltä mä sit hain jossain vaiheessa töitä ja sovittiin sit kolmannen vaiheen työntekijän kanssa palaveri ja sit se työnantaja tuli kans palaveriin. Siitä kuinka paljon mä voisin tehdä töitä et se ei oo liikaa et...

Janin suunnitelmaa tukemassa olivat Kiskohoidon työntekijän lisäksi myös muita tahoja, sosiaalitoimi, Y-säätiö ja työnantaja. Suunnitelman onnistumisessa onkin tärkeää, että kaikki yhteistyötahot sitoutuvat ja ovat tietoisia toistensa toiminnasta, ettei turhaut-

tavaa päällekkäistä työtä tehtäisi turhaan. Samalla yhteistyötahot oppivat tuntemaan toistensa työtä, asiakkaan luottamus auttamistahoihin kasvaa ja yhteistyö on jatkossakin helpompaa.

11 YLLÄPITOVAIHE

Ylläpitovaiheessa pyritään säilyttämään toimintavaiheessa opitut uudet taidot. Tässä vaiheessa ihmiset pinnistelevät pysyäkseen raittiina ja estääkseen ongelmien uusiutumisen. Ongelmakäyttäytymisen uusiutumisen ehkäisemiseksi ylimääräinen varovaisuus voi olla tarpeen. Tällöin on tärkeää tunnistaa ja välttää vaarallisia tilanteita ja muita yllykkeitä, jotka voivat johtaa päihteiden käyttöön. Ylläpito vaatii pitkäaikaista käyttäytymisen ja toimintatapojen muutosta ja jatkuvaa tarkkaavaisuutta vähintään puolesta vuodesta useampaan vuoteen tavoitteesta riippuen. (Koski-Jännes ym. 2008, 32 - 33.)

11.1 Identiteetti ja itsetunto ylläpitovaiheessa

Ylläpitovaiheessa selviytyjät muodostivat itselleen aktiivisesti uudenlaista identiteettiä. Identiteetin rakentamisessa merkittävää oli kokemus ja tunne siitä, että pärjää ja osaa. Itsetunto kasvoi onnistumisien myötä.

Kaikkien haastateltavien selviytymisessä työnteolla oli erittäin suuri merkitys. Jokainen selviytyjä oli ylläpitovaiheessa työelämässä. Työ rytmitti päivää ja antoi merkityksen elämälle.

R: Mites työn merkitys sulle on ollu tässä prosessissa?

Ville: Kyl se on sellanen arvo, itseisarvo kummiskin, et se on kummiski pitäny semmosis rutiinissa ja rytmissä kiinni, lähet aamulla töihin ja hoidat oman paletin ja tulet sieltä puol neljän jälkeen kotiin, siellä se itsetunto ja kaikki tällaset kasvaa, näkee että sä pärjää ja se ei oookkaan niin kummallista mitä se oli alussa, se oli helveltinmoinen peikko se työelämä kun ei oo mitään tehny eikä mitään osaa, tai niin luuli, sit kummiskin kun vaan lähti tekemään niin omien käsien kautta sitä osaskin kun tekee vaan, uskaltaa tehdä ja uskaltaa tehdä väärin eikä oo niin saatanan ylpee kun ennen kun pelkäs niin oli jättäny tekemättä, olis ottanut vastuun siitä asiasta. Se niinkun ihan mielellään mä teen se jo niinkun on ollu mulle, vaik on pelottanut lähtee tekemään niin se.

Laubin & Sampsonin (2001) tutkimuksessa on myös todettu työn ja ammattiuran olevan apuna rikollisuudesta irtaantumisessa ja erityisesti yksilön sitoutuminen työrooliin edistää kiinnittäytymistä rikoksettomaan elämäntapaan. Päivittäisiin rutiineihin osallistuminen tuo elämään rakennetta ja merkityksellistä toimintaa. Kiinnittyminen työelämään ja saavutukset eri rooleissa edistävät lainkuuliaista elämää. Itsetunto vahvistuu ja se näkyy haluna löytää yhteys ja olla hyväksytty yhteiskunnan taholta. Onnistuneessa muutosvaiheessa on kysymys kulttuurin muutoksesta, joka on sidoksissa uusiin mahdollisuuksiin ja tahtoon sekä kykyyn hyväksyä ne. Henkilökohtaisten valintojen ja ympäristön välinen vuorovaikutus ilmentävät merkittävää roolia suhteessa elämän käännekohtiin. (Viikki-Ripatti 2011, 215.)

11.2 Sosiaalisten suhteiden merkitys ylläpitovaiheessa

Ylläpitovaiheessa viralliset tukiverkostot eivät enää olleet merkittävässä roolissa. Selviytyjät olivat muodostaneet uusia ihmissuhteita, neljällä oli parisuhde ja perheet. He olivat onnistuneet korjaamaan joitain aikaisemmin rikkoutuneita suhteitaan esimerkiksi vanhempiinsa ja sisaruksiinsa. Ylläpitovaiheessa entinen syrjäytyjän identiteetti oli menneisyyttä. Selviytyjät kokivat, että olivat täysivaltaisia yhteiskunnan jäseniä ja heillä oli mahdollisuus vaikuttaa yhteiskunnan tasolla.

10.2.1 Uusien ihmissuhteiden luomista

Ylläpitovaiheessa vanha kaveripiiri on vaihtunut kaikilla selviytyjillä lähes täysin. Uusien ihmissuhteiden luominen on ollut haastavaa, mutta uusia tuttavuuksia on löytynyt työelämästä, harrastuksista ja esimerkiksi puolison kautta. Neljällä selviytyjistä on perhe, johon kuuluu avopuoliso ja joillakin lapsia. Selviytyjät korostavat tarinoissaan perheen merkitystä. Yhdellä selviytyjistä ei vielä ole parisuhdetta, koska sen aika ei hänen mukaansa vielä ole. Hänkin kuitenkin korostaa parisuhteen merkitystä itselleen ja odottaa sopivaa aikaa etsiä kumppania.

R: Entäs ihmissuhteet selviytymisessä tai toipumisessa niiden merkitys?

Ville: Helvetin suuri, vaikka ne on helvetin vaikeita asioita, yleensäkin ihmissuhteet. Itsensä kanssa pärjää. Sitä on rakentanu helvetisti ja siinä on ihan hyvä, mut sit muitten ihmisten kanssa pärjääminen on ihan toinen luku, se on sellasta tervehdyttävää ja eläväistä, mä helposti oon semmonen et mä sulkeudun ja voni olla vaan omissa oloissa, sellasen moodin kääntää helpolla, linnamoodi päälle, mut kyl tää parisuhde ja kaikki tällanen ja muut ihmissuhteet vie mua eteenpäin koko ajan, vaikka ne on niinkun hyvin pienet ne piirit. Tuolla kun mä kattelen kunnon ihmisiä ja kuuntelen niitten juttuja niin niil on paljon kavereita ja ihmissuhteita, niin mul ei oo niin paljoo, on ne jotka on pysyny alusta saakka messissä ja hirveen vähä on tullu tässä vaikka on ollu jo muutaman vuoden siviilissä niin entuudestaan tuntemattomia ihmisiä ei oikeen oo, mut ajan kanssa.

Oskulle ihmissuhteilla ja niiden ylläpidolla on ollut erityisen suuri merkitys aina, myös selviytymisessä. Hän on osannut kääntää voimavaraksi oman vahvuutensa olla ihmisiä yhteen tuova voima ja hän saa sitä kautta elämäänsä vastuuta ja vahvaa yhteiskunnallista asemaa. Oskulle ihmissuhteet toimivat myös terapiana. Hänen itsetuntonsa vahvistuu ja hän nauttii saadessaan luoda ihmisille elämyksiä ja sosiaalisia kontakteja. Osku toimii aktiivisesti useassa eri yhteisössä.

Osku: Mul on sellanen kaveri joka lopetti 14 kk sitten päihteiden käytön, sitä mä potkin eteen päin, sen kanssa käydään, tänään lähetään Tahkolle laskettelee, käytiin risteilyllä tossa ja tarkoitus lähtee ens jouluna Thaimaaseen. Ollaan tehty tasasin väliajoin kaikkee mistä sit niit elämyksiä saa

R: Käytsä ite NA:ssa?

Osku: En käy, alussa työnantaja vei, mut mä teen kaiken työn mun pään sisällä. Mul on sillee, et vietän aikaa pari kolme kertaa vuodessa lopettaneiden kavereiden kanssa tekemällä jotain kivaa, käydään konserteissa, syömässä, se on mulle sitä terapiatyötä. Hyvä tapa, muistellaan menneitä, oltiin samassa jamassa kaikki silloin, oltiin henkisesti kaikki ihan pohjalla, nyt kaikilla hyvin pullat uunissa, on työt ja perheet ja kesämökit. Työyhteisössäkkin mulla on sama kuvio, käydään työkavereiden kanssa syömässä, juttelemassa asioista, puhutaan, se on aika hyvää terapiaa

R: Tiedät et se puhuminen auttaa?

Osku: Samanhenkisten kanssa saamaan huoneeseen ja ovi lukkoon. Kyllä se mulle toimii, uskon et moni muukin nauttii. Mä oon niin puhelias, kyllä mä tiedän sisimmässäni mikä on mulle järkevää ja hyväksi. Nyt se on en-

tistä helpompaa, kun oon saavuttanu yhteiskunnssa jo sellasen aseman, oon aina ollu yhteenvetäjä ja liima, koonnu porukkaa yhteen, huumemaa-ilmassa siitä oli oma hyötynsä ja nyt siviilipuolella normaalielämässä sama vahvuus käytössä. Se on mulle terapiaa. Oon kannustanu ihmisii opiskelemaan ja potkinu perseelle ja niillä ihmisillä menee nyt hyvin.

11.2.2 Vaikuttaminen ja yhteiskunnan jäsenyys

Ylläpitovaiheessa selviytyjät kokivat olevansa täysivaltaisia yhteiskunnan jäseniä ja olevansa kykeneviä vaikuttamaan asioihin. Vaikka he tiedostivat aiheuttaneensa paljon kustannuksia sekä taloudellisesti että inhimillisesti mitattuna, olivat he sinut menneisyytensä kanssa eivätkä kokeneet syyllisyyttä, joka olisi estänyt eteenpäin menemisen.

R: Mitä sä ajattelet itestä tällä hetkellä täysivaltaisena yhteiskunnan jäsenenä?

Jani: Jaa, no muhun ehkä sijoitettiin aika paljon rahaa sen hoidon myötä ja nyt mä maksan sitä velkaa takasin. Mä oon sinut kaiken sen menneisyyden kanssa. Vaikka oon aiheuttanut yhteiskunnalle varmaan paljon haittaa ja laskuu, mut mä elän tätä päivää ja kyl mä pidän itteeni ihan samanlaisena, en mä nosta itteeni yläpuolelle muita, mut en mä myöskään kato ala puolelta muita.

R: Onks sul sellanen tunne et sä pystyt vaikuttamaan asioihin?

Jani: Joo, tai sanotaan, että mä tiedostan ne asiat joihin mä pystyn vaikuttaa

12 SELVIITYTYNEIDEN PUHEENVUORO

Tässä kappaleessa annan selviytyjille puheenvuoron. Haastatteluissa kysyin kaikilta, mitkä asiat he kokivat tärkeimmiksi asioiksi selviytymisprosessissaan ja miten he halusivat kannustaa vankeja, jotka parhaillaan pohtivat vankilassa elämänsä suuntaa.

12.1 Tärkeintä selviytymisessä

R: Nyt kun sä ajattelet sitä kaikkee menneisyyttä niin mitä sä nostasit sieltä tärkeimmiks kohdiks tai oivalluksiks tai millä on ollu suurin merkitys?

Jani: Nöyryys, ilman sitä niin taistelee vastuuta vastaan. Se on semmonen juttu mitä mä ajattelen et kyl siinä vaiheessa kun tulee mittari täyteen niin on oltava tarpeeks nöyrä ja sit asioita täytyy suunnitella ja tehdä, ne ei tuu itestään. Se on semmonen tärkeä juttu ja sit vankilasta siviiliin tuleville niin se on ehdottoman tärkeä se pohjatyö, et kun sä tuut siviiliin että sä tiedät mitä sä teet. Sun täytyy tehdä suunnitelma et mitä sä teet et sä pärjää tällä ja miten sä saavutat sen. Ja pitää varautuu vastoinkäymisiin, niitä tulee kyllä. Niitä tulee ja menee.

Jani piti tärkeänä asiana nöyryyttä, jotta pystyy kantamaan vastuuta ja ottaa oman elämänsä haltuun. Tärkeänä hän piti myös suunnitelmallisuutta, sitä, että jo vankilassa oloaikana tekee kunnollisen pohjatyön tulevaisuuden varalle. Hän muistutti myös, että vastoinkäymisiltä ei välttyä ja niihin pitääkin varautua.

R: Jos sä nyt kattelet sitä sieltä pohjalta tähän päivään niin mitä sä haluisit nostaa ne kaikist tärkeimmät asiat siinä sun matkalla, mitkä siel on ollu kaikkein tärkeimmät?

Ville: Tärkein juttu on ollu, et mul on riittävän pitkä tuomio ja ympärillä ihmiset, tää vertaistuki ja tän Kiskohoidon väylät mitä mun käyttöön on annettu on tärkeitä. Siviiliin pääsy ja täällä sitten terveen parisuhteen muodostaminen on aika iso juttu myöskin mikä on helvetisti vieny mua eteen päin kaikissa asioissa ja tavallaan sitä on alusta saakka, jos pitäis kiteyttää niin se on ollu sellasta itsetunnon rakentamista et se on varmaan siitä kaikki koko ajan lähtee ainakin mulla. Sitä omaa paikka paikoin omii

oivalluksii sen suhteen mut se itsetunto on se isoin juttu.

Ville pitää tärkeinä asioina Kiskohoidon kautta avautuneita väyliä, vertaistukea, ja parisuhdetta. Tärkeimmäksi asiaksi hän nostaa kuitenkin itsetunnon rakentumisen ja vahvistumisen.

Sami: Sitä kun on aikansa tehny (rikoksia ja käyttänyt huumeita) niin se elämä oli paskaa, ystävät kuoli, mihin oon kokenu olevani syyllinen, nähny sen nurjan puolen elämästä. Mä oon kyllästyny siihen ja halunnu jotain muuta. Monta vuotta siinä meni et sai rohkeutta ottaa sitä apuu vastaan, ja siitä on kyl kaikkien saatavilla jos vaan haluaa.

Sami kehoittaa ottamaan apua vastaan.

R: Mikä on ollu merkityksellisintä omassa selvitymisessä?

Antti: oma halu, läheisiltä saatu tuki, perheenjäsenet usko, hahmotti et pystyy olemaan itensä kanssa ilman huumeita, ystävät, vertaistuki, hoito ja sitä kautta tulleet ystävät, kaikki ei tarvii hoitoa. Ryhmissä voi puhuu sellasist asioist et mul on paha olo ja et mä halusin perheen, on vaikee käydä kelassa jne, mut kun on hahmottanu et joku muukin jännittää helvetisti niin se helpottaa. Kokonaisuuteena hoito, enkä yhtään vähättele sitä duunia. Okei harrastus, mut ei siinäkään saa koko viikko kulumaan ja tarvii rahaa.

Antti korostaa selviytymisessään omaa halua päihitteettömyyteen ja ymmärrystä siitä, ettei tarvitse huumeita, läheisiltä saatua tukea ja uskoa, ystäviä, vertaistukea, hoitoa, työtä ja harrastusta.

12.2 Vankilassa oleville

R: Entäs ne ihmiset jotka nyt on vankilassa ja ajattelee tämmöstä että voisko täs elämässä tehdä jotain muutakin, mitä sä haluisit sanoo heille kannustukses?

Ville: Kaikki on mahdollista et pitää vaan niinku stara kirkkaana mitä kohti on menossa, fokusoida se juttu mitä on valmis menettää ja mitä haluaa. pitää haluta riittävästi, kaikki muu tulee kyllä perässä. Lopuks vois sellasta konkreettista asiaa, et ite kun on ollu viel ihan alussa, turhaan stressannu kaikenlaista, vaikka on vaan päivästä kysymys, pyöritelly mielessään

asioita, joil ei oo mitään merkitystä, et malttia, et unohtais turhan ajattelun jos vois pystyy, olis vaan hetkessä, olis tervehdyttävää.

Villen mukaan muutosta pitää haluta riittävästi. Pitää pohtia minkälaisia asioita on valmis menettämään ja mitä taas puolestaan elämältä haluaa. Kun tavoite on selvillä, asiat järjestyvät. Ville myös kannustaa olemaan stressaamatta turhia asioita ja elämään päivän kerrallaan.

R: Mites sä sitten haluisit sit ennenkaikkea sanoo sellasille ihmisille jotka on siellä vankilassa ja miettii tulevaisuutta ja haluis lopettaa päihteiden käytön ja rikosten tekemisen, mitä sä haluut sanoo, millä vois kannustaa?

Jani: Se on hyppy tuntemattomaan, siltä se tuntuu luultavasti, musta ainakin tuntu, mut sit vaan sokeesti luottaa ettei siin sehän on vaan itestään kiinni, et tota ni, jos sä lähet siihen suuntaan sit sä meet siihen suuntaan, se vaatii vaan duunii ja siihenhän meist jokainen pystyy.

Jani kehoittaa luottamaan muutokseen, vaikka edessä onkin uutta ja tuntematonta. Myös hän korostaa tavoitteellisuutta ja ponnisteluja tavoitteiden eteen.

Antti: Pitää vaan uskoo itteensä, aluks on ihan paskaa ja jos sä meet vaik yhteisöhoitoon niin se voi tuntuu alistumiselta, mut ne on niin pieniä juttuja, niin ne pitää kestää, halpa hinta omasta elämästä

Antti kannustaa uskomaan itseensä vaikka alku tuntuisikin hankalalta.

Sami: Koen saaneeni ite niin paljon kun mä oon saanu sen mahdollisuuden ja oon älynny sen käyttä. Siihen liittyy hyvin monta ihmistä ja osaan olla siitä kiitollinen. Kuitenkin ite teet suurimman työn ja sä oot ite se, joka ei vedä niitä huumeita eikä tee rikoksia. Vaikka tuntus vaikeelta ja mahdotomalta niin pitää vaan uskoo. Kun sä näät muita jotka on selvinny, se on tosi tärkeä. Jos joku sellanen näkis mut kenen kans mä oon aikasemmin vetäny. Tosi mies osaa ottaa apua vastaan ja pyytää sitä ja vielä sitten, työnteolla ei tuu rikastuu, mut miljoona kertaa rikkaampaa voi olla elämä, oon saanu sellasii juttuja mistä en oo edes osannu haaveilla.

Sami kannustaa tarttumaan tilaisuuksiin ja uusiin mahdollisuuksiin ja rohkeuteen ottaa apua vastaan kun sitä tarjotaan. Hän korostaa myös oman työn merkitystä ja vastuun ottoa.

R: Mitä neuvoja sellasille ihmisille jotka miettii tuolla vankilassa et olisko elämällä jotain muutakin annettavaa?

Osku: Se että hoitaa ammatin, se on kaiken a ja o, joku ammatti pitää hoitaa, koska ihmismieli jarruttaa jossain vaiheessa, ja sä huomaat kolmikymppisen jälkeen et haluut uutta sisältöä elämääs niin on helppoo kun on joku ammatti. Se olis kaiken a ja o, jos sul on joku asia mihin sä tartut siin vaiheessa kun sä oot siinä pisteessä. Kannattaa kattoo mitä tykkää tehdä, sä tarviit sille elämälle jonkun sisällön. Tärkeitä on myös rytmi elämässä, ettei tuu haahuiltuu tuolla.

Osku korostaa puheenvuorossaan ammatin merkitystä. Muutosvaiheessa on tärkeää olla joku asia, mihin tarttua, kun ei enää halua palata entiseen. Elämällä on hyvä olla sisältö ja rytmi, ne helpottavat kiinnittymistä yhteiskuntaan.

13 VANHASTA IDENTITEETISTÄ UUTEEN

Tässä luvussa kokoan yhteen opinnäytetyöni keskisimmät tulokset. Oheiseen kuvioon olen koonnut merkittävimmät muutokset ja merkitykset identiteetissä, itsetunnossa ja sosiaalisissa suhteissa muutoksen eri vaiheissa. Muutokset on esitetty tarkemmin alaluvuissa 12.1, 12.2 ja 12.3.

		Identiteetti	Itsetunto	Sosiaaliset sidokset
Harkinta- ja päätös vaihe		Vanhasta identiteetistä luopuminen	Heikko	Ammattiavulla suuri merkitys
Toimintavaihe		Uuden identiteetin rakentaminen	Heikko, mutta onnistumiset vahvistavat itsetuntoa	Ammattiavulla ja vertaistuellla suuri merkitys
Ylläpitovaihe		Uusi selviytyjän identiteetti	Hyvä	Vertaistuen ja läheisten merkitys suuri

KUVIO 2. Identiteetti, itsetunto ja sosiaaliset sidokset muutoksen eri vaiheissa.

13.1 Muutokset harkinta- ja päätös vaiheessa

Ihmisen perusolemuksen kuuluu löytää eheä minä. Minäkuva syntyy sosiaalisista, kulttuurisista ja yksilöllisistä tekijöistä, joka kehittyy sekä ihmisen omissa psyykkisissä prosesseissa että sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Pyrkimys eheään minäkuvaan tekee ihmisestä subjektin. Syntynyt minuus toimii kokemusten tulkintakenttänä. Sen mukana syntyy käsitys itsestä ja elämän ymmärrettävyydestä ja hallittavuudesta. Puhutaan myös sosiaalisesta identiteetistä. Se on yksilön minäkokemus suhteessa ympäristöön. Nykyyhteiskunnassa identiteetin luominen on vaikeampaa kuin aikaisemmin, koska nykymaailma on pirstaleinen ja moniaineellinen. Riittävän huolenpidon ja turvallisuuden saaneet kykenevät rakentamaan identiteettiään tässä kaikkien arvojen ja näkemysten moninaisuudessa. Tilanne on paljon vaikeampi sellaisille ihmisille, jotka ovat eläneet epävarmoissa ja psyykkisesti haavoittavissa olosuhteissa. Uudenlaista elämäntapaa ja identiteettiä joudutaan etsimään rikollis- ja päihdekulttuureista. Ne tuottavat erilaisia identiteettejä, joilla ei ole käyttöä normaalielämässä. Pahimmillaan ihminen on syrjäytynyt omasta itsestään eikä osaa rakentaa elämäänsä. (Timonen 2009, 211.)

Haastateltavien toivottomuus, kontrollin puute ja totaalinen voimattomuus liittyivät selviytymisprosessin alkumetreihin. Yhteyden katkaiseminen aikaisempiin sosiaalisiin verkostoihin ja elämänpiiriin aiheutti sen, että koko identiteetti oli kadotettu. Samoin itsetunto oli heikko, koska ei tiedetty kuka minä olen tai mihin olen menossa. Päätös vaihe oli ollut henkisesti hyvin rankka ja selviytymisprosessin etenemisessä toisten ihmisten tuella oli ollut merkittävä vaikutus. Selviytyneet olivat tässä harkinta- ja päätöksentekovaiheessa saaneet tukea ja kannustusta vankilahenkilökunnalta. Vankilassa olevan näkökulmasta oleellista olikin kohdatuksi tuleminen.

Harkinta- ja päätös vaiheessa yksilön identiteetti oli kadotettu. Vanhasta päihteidenkäyttäjän ja rikollisen identiteetistä oli luovuttu eikä tilalla ollut vielä mitään uutta. Identiteetistä luopumisen myötä itsetunto oli huono. Tässä vaiheessa sosiaalisten sidosten merkitys oli erityisen suuri. Etenkin vankilahenkilökunnan tarjoama apu ja tuki oli merkittävää. Selviytyjät kuvasivat tukea kannustamisena ja ohjaamisena sekä hiukan painostamisenakin. Henkilökunta antoi tietoa eri kuntoutumisvaihtoehdoista ja kannusti

”edes kokeilemaan”. Tällainen interventio vankilahenkilökunnalta muutoksen tässä vaiheessa on merkityksellistä. Ilman oikea-aikaista ohjausta muutos ei ehkä olisi lähtenyt käyntiin selviytyjän huonon itsetunnon vuoksi. Hän olisi saattanut palata vanhaan askelen uuteen ollessa ilman tukea liian suuri ja pelottava.

12.2 Muutokset toimintavaiheessa

Toimintavaiheessa uutta identiteettiä alettiin rakentamaan yhdessä toisten ihmisten tuella. Tässä vaiheessa neljä selviytyjää aloitti kolmivaiheisen Kiskohoidon. Identiteetin rakentamisessa olivat vahvasti läsnä muut kuntoutuksessa olijat sekä ohjaajat. Lähisuhteita etsittiin, löydettiin ja korjattiin. Itsetunto oli selviytyjillä vielä heikko, mutta onnistumiset uusissa haasteissa kasvattivat sitä vähitellen.

Selviytymisprosessiin kuului valtavia haasteita sekä toimijuuden että minuuden tasolla. Kun kaikki oli uutta, täytyi kaikki opetella. Kun selviytyneet kokivat onnistuneensa näissä haasteissa, tunsivat he ylpeyttä ja itsevarmuus kasvoi. Ensimmäistä kertaa elämässään he kokivat olevansa vastuussa itsestään, toisista ja ympäristöstä. Normaalien identiteetin löytäminen erityisesti työn ja ihmissuhteisiin liittyen oli keskeinen tavoite. Pelko siitä, ettei löydäkään mistään omaa paikkaansa, ettei häntä hyväksytä tavallisiin sosiaalisiin ympyröihin omana itsenään, oli selviytyjän mielessä toimintavaiheen aikana. Kaikilla oli kuitenkin halu yhdistyä laajempiin sosiaalisiin käytäntöihin. Tästä huolimatta selviytyjät kokivat menneisyytensä ja siellä saatujen kokemustensa olevan rikkautta; menneisyytensä vuoksi he osasivat arvostaa jokaista hetkeä, iloita jokaisesta onnistumisesta ja toisaalta kohdata myös pettymyksiä, jota väistämättä kohtasivat. Selviytyjien kohdalla menneisyys, nykyisyys ja tulevaisuus kietoutuivat minuuteen mielekkäällä tavalla. Menneisyys oli kohdattu, käsitelty ja jopa hyväksytty. Sen osoittaa myös kyky kertoa oma selviytymistarinansa.

13.3 Muutokset ylläpitovaiheessa

Ylläpitovaiheessa selviytyjät olivat eläneet vapaudessa jo pidempään ja he olivat luoneet ympärilleen mieleisensä elämän. Uusi selviytyjän identiteetti oli sisäistetty ja itsetunto oli vakaalla pohjalla. Itsetuntoa kasvattivat onnistumiset työelämässä ja ihmissuhteissa. Monelle selviytyjistä perheellä oli suuri merkitys. Se loi ympärille pysyvyyttä, vastuuta ja elämän mielekkyyttä. Ammattiavulla ei ylläpitovaiheessa ollut merkitystä. Sen sijaan vertaistuellalla oli edelleen joidenkin selviytyjien kohdalla suuri merkitys uuden elämäntavan ylläpitämisessä vanhoja juuria unohtamatta.

Muutos koski koko elämää. Eläminen tuntemattomassa, uudessa maailmassa vaati uuden identiteetin rakentamista. Aiemmin syrjäytyneet kokivat selviytyttyään itsensä täysipainoisiksi yhteiskunnan jäseniksi. Selviytyneet korostivat omaa rooliaan muutosprosessissa ja kokivat muutoksen johtuneen heidän omasta toiminnastaan. Sosiaalisten sidosten merkitys oli kuitenkin erityisen suuri selviytyneille.

Selviytymisessä kyky ja halu tavoitteelliseen muutokseen näkyvät elämässä vastuun ottamisena, itsestä ja toisista huolehtimisena sekä normien mukaisena elämisenä ja uudennlaisiin rooleihin kiinnittymisenä. Muutos tuottaa ennen pitkää ajattelun rakenteita, jotka vastaavat tavoitteellisesti omiin elämän toiveisiin.

Todellista tarkoitusta elämään toivat työ ja ihmissuhteet, jotka vaikuttivat myönteisesti itsetuntoon. Työnteko toi mukanaan merkitystä elämään monella tavalla. Se toi elämään ihmissuhteita ja moraalista hyväksyttävyyttä, mikä vaikutti itsetuntoa kohentavasti. Elämä oli merkityksellistä ja mielekäästä, se toi mukanaan uusia kokemuksia ja elämyksiä, joista ei aiemmin osattu edes haaveilla.

Rutiinien merkitys oli suuri. Aikaisemmin halveksittu seitsemästä neljään työ ja arki perheen parissa nousivat tärkeiksi arvoiksi. Elämään tuli kaivattua rakennetta ja merkityksellistä toimintaa. Rutiinit työn ja perheen parissa vahvistavat kiinnittymistä yhteiskuntaan. Kaikki tämä vahvisti itsetuntoa ja auttoi muodostamaan uuden identiteetin. Työhön ja muuhun sosiaaliseen toimintaan osallistuminen edisti yksilön identiteetin

luomista, koska identiteetti muodostuu vuorovaikutuksessa muiden kanssa.

Sosiaalinen kuntoutuminen vaatii itsen rakentamista ja identiteetin vahvistamista. Sitä ei voida rakentaa ulkoakäsin, mutta sitä voidaan edesauttaa. Muutostapahtuma on siirtymä, ei vain päihteiden käytöstä päihteettömyyteen vaan myös identiteetistä toiseen. Kielteisen minäkäsityksen tilalle on tullut kokemus hyväksytyksi tulemisesta ja tarpeellisuudesta. Työllä ja perheellä, uusilla rooleilla on uutta elämäntapaa tukeva vaikutus ja yhteisön luottamus tukee muutosta (ks. myös Timonen 2009, 212.)

Elämänmuutos on tilanne, jossa koko elämäntarinan "käsikirjoitus" joudutaan läpikäymään uudelleen siten, että muutos kietoutuu sen osaksi. Tulevaisuudelle luodaan uusi kertomus ja myös menneisyys tulkitaan uudelleen. Kyse on myös oman identiteetin uudelleen määrittelystä. Omasta rikollisesta elämästä vapautuminen on esimerkki muutoksesta, jossa kertoja itse muuttaa umpikujaan ajautunutta elämäänsä, hahmottaa tämän muutostyön keinoja, vapauttaa itseään myös syyllisyydestä ja määrittelee uuden elämäntavan arvoja ja uutta identiteettiään. (Timonen 2009, 268.)

Traumatisoituneen, rikoksista ja päihteistä irti yrittävän ihmisen toipuminen on koko elämän mittainen prosessi. Prosessi alkaa tietoisuudesta, että elämä on ajautumassa umpikujaan. Eletty elämä on menettänyt merkityksensä. Selviytyminen edellyttää motivaatiota, vahvuutta pysyä muutoksessa sekä tukea muutoksen erivaiheissa ammattihenkilöstöltä, ystäviltä ja perheeltä. Muutos edellyttää koko entisen elämän taakse jättämistä. Elämäntarina rakentuu hiljalleen ja yhteys omaan sisäiseen maailmaan vahvistuu.

14 POHDINTAA RIKOSSEURAAMUSTYÖN KEHITTÄMISESTÄ

Opinnäytetyöni ei tuo juurikaan esille uutta päihderiippuvuudesta toipumisesta vaan se vahvistaa aikaisempien tutkimusten tuloksia (Kuusisto 2010, Myllärinen 2011, Knuuti 2007.) Rikosseuraamusalalla vastaavia tutkimuksia on kuitenkin tehty vain vähän. (Laub & Sampson 2003, Timonen 2009.) Rikosseuraamusalan työssä opinnäytetyölläni on suurempi merkitys, koska ala kehittyy verkkaisesti ja pitkään vallalla ollut What Works – ajattelu ei enää riitä ja kaipaa rinnalleen jotain uutta.

Päihteiden käytön lopettamisen prosessinomaisuus on selkeää ja siinä on nähtävissä yhteyttä muutosvaihemalliin. Mallia on käytetty sekä tieteellisessä että soveltavassa työssä paljon ja sen myötä myös sitä kohtaan esitetty kritiikkikin on varsin voimakasta. Vuosien kuluessa on esitetty kritiikkiä, joka kohdistuu pääosin vaiheisiin, mahdollisuuksien erotella niitä toisistaan sekä vaiheiden kehämäiseen rakentumiseen. Mallia on kritisoitu myös siitä, että se keskittyy liikaa kognitiivisiin prosesseihin ja jättää toipuvan sosiaalisen vuorovaikutuksen ja kontekstin merkityksen vaille huomiota. Muutoksen prosessinomaisuus on yleisesti tunnustettua. Tutkimusta tulisi jatkossakin tehdä aiemman tutkimuksen ongelmakohdat huomioiden tai jopa kohdistaa voimavarat kokonaan uudenlaiseen malliin, joka kuvaisi muutosta paremmin. (ks. myös Kuusisto 2010, 278.)

Konfliktit ovat välttämättömiä kehitystehtäviä, joiden myötä yksilö saavuttaa uusia kykyjä ja valmiuksia. Näkökulma on lohdullinen toipuvalle päihdeongelmaiselle. Pysähtyminen ja uudelleenarviointi voi johtaa elämän uuden suunnan löytymiseen. Muutokseen liittyy sekä tietoista että tiedostamatonta omien voimavarojen kartoittamista ja keinojen etsimistä muutoksen suunnan vahvistamiseksi. Siirtymävaiheet ja käännekohdat ovat eletyn elämän uudelleenarvioinnin paikkoja ja valintojen tekemistä. Suuri osa, jopa neljä viidestä kokee muutoksen kriisien kautta. (Kuusisto 2010, 31.)

Kuusiston (2010) mukaan James Prochaska ja Carlo DiClemente (1992) kuvaavat tätä ambivalenssilla, päihdekäytöstä toipumiseen liittyvällä vaiheella, jossa käytön jatkaminen ja sen lopettaminen kamppailevat lähes tasaväkisinä. Kahden elämäntavan rajapin-

nalla vaaka voi vielä kallistua molempiin suuntiin. Luopuminen addiktiivisesta käyttäytymisestä voi mahdollistua, kun ihminen saa muilla elämän alueilla suurempia palkkioita kuin mitä päihdekäyttö pystyy tarjoamaan. Aika voi toimia kypsyttävänä muutokseen sitä kautta, että ajan kuluessa addiktiivisen käyttäytymisen palkkiot vähenevät. (Kuusisto 2010, 32.)

Lukuisat tutkimukset osoittavat, että pysyvä muutos edellyttää muutoksia myös omaa itseä koskevissa perususkomuksissa. Identiteettiä ja ihmisen perusarvoja koskeviin kysymyksiin pitää rikosseuraamusalankin työssä kiinnittää enemmän huomiota.

Muutokseen lähteminen edellyttää konkreettista tukea. Opinnäytetyössäni merkittäviä tukitahoja ovat olleet vankilan henkilökunta sekä erityisesti vertaistuki. Muutokseen lähteminen edellyttää päätöksentekoa. Haastateltavat olivat tehneet useita päätöksiä aiemminkin, mutta valmius niiden toteuttamiseen oli ollut heikko. Päätökset olivat kohdistuneet enemmän impulsiivisiin, hetkellisiin muutospyrkimyksiin. Niistä olivat myös puuttuneet muutostyötä tukevat sisäistetyt ajattelun merkitykset ja toiminnan sosiokulttuuriset tukirakenteet. Olennaisena selviytymisessä koetaan vertaisuus eli mahdollisuus käydä tasaveroista dialogia samanlaisen kokemusmaailman jakavan henkilön kanssa. Vertaisen ajatukset auttavat punnitsemaan omia ajatuksia.

Elämänsisällön muutos käynnistyy yksilökohtaisen muutostarpeen tiedostamisena, mikä näkyy muutoshalun viriämisenä. Tätä tilannetta voi kuvata myös muutosvalmiuden aktivoitumisella. Aineisto osoittaa, että muutoksessa olevat henkilöt hyötyvät tuesta, joka merkityksellistyy heille toivon tuojana ja muutoksen tukijana. (ks. myös Mylläinen 2011, 171.)

Muutosvalmiuden vahvistajia olivat tässä aineistossa ammatillinen tuki sekä vertaistuki. Henkilöt, jotka puhuvat koetusta muutoksesta, synnyttävät muutoshalua. Heillä on tarjota myös sosiokulttuurisesti määrittynyt konteksti, joka vahvistaa toivon viriämisen ja ylläpitämisen. Kiinnittymisen ydin on kokemusten jakamisessa ja yhteisen historiakontekstin kohtaamisessa. Liittyminen ja ”herääminen” tutuksi koetussa on muuttujan kannalta todellisempaa kuin liittyminen vieraaseen. Ammatillisessa työssä liittyminen saat-

taa edustaa vuorovaikutusta rangaistuksen antajan lähellä olevan tahon kanssa. Tässä opinnäytetyössä ammattillinen tuki koettiin kuitenkin hyväksi, jopa välttämättömäksi ja sitä osattiin hyödyntää. Muutoksen ylläpidossa auttoivat lähisuhteiden tarjoama tuki sekä vertaistuki. Perheen ja työtovereiden merkitys oli suuri.

Rikoksista ja päihteistä irrottautumiseen vaikuttavien tekijöiden tunnistaminen on tärkeää, että voidaan edelleen kehittää interventioita, jotka vähentävät uusintarikollisuutta ja auttavat irti päihderiippuvuudesta. Erilaiset selviytymistarinat, jotka lisäävät ymmärrystä tuomitun todellisuudesta ovat tervetulleita käytännönkin kentälle. Selviytyneillä on hiljaista tietoa, jolla on merkitystä erilaisten hoitojen, päihdehuollon palvelujen sekä rikosseuraamustyön kehittämisessä. Työntekijän on hyvä pyrkiä tavoittamaan tuomitun kokemuksilleen antamia merkityksiä ja pyrkiä yhdessä pohtimaan mitä se tarkoittaa työskentelyn kannalta.

Parhaimmillaan rangaistusaika voi muodostua yksilölle merkittäväksi ja käänteentekeväksi elämänvaiheeksi. Rangaistusaika muodostaa prosessin, jossa voi yksilöllisesti suunnitellun rangaistusajan puitteissa pohtia elämänsä suuntaa uudelleen. Tämä tietysti vaatii sekä tuomitulta itseltään rohkeutta hypätä tuntemattomaan että häntä ympäröiviltä ihmisiltä ja ympäristöltä halua ja mahdollisuuksia tukea tätä muutosprosessia.

Vankiloissa on nykyisistä kuntoutuspyrkimyksistä huolimatta vaikeaa kehittää sellaisia rakenteellisia ratkaisuja varsinaisen rangaistuksen aikana, jotka antaisivat todellisia valmiuksia kiinnittyä tavanomaiseen elämäntapaan. Vankilat ovatkin paikkoja, joissa rikollisuus on yleistä ja joissa turvallisuus- sekä riskiajattelu ovat tämän takia kaikkia käytäntöjä suuntaavana periaatteena. Vankilaan suljetuilla on siksi yleensäkin vähän mahdollisuuksia reflektoida omaa elämäänsä ja saada vastakaikua näille pohdinnoilleen esimerkiksi henkilökunnan taholta. Vankien kokemuksia vankiloista luonnehtiva yleisin piirre onkin ikävystyneisyys ja vieraantuneisuus eikä oman toiminnan refleктоiminen. Vangit ovat vankilassa turvallista säilyttämistä varten eivätkä sen takia, että he palautuisivat reformoituina yhteiskuntaan. (esim. Kivivuori & Lindborg 2009.)

Erilaisia kuntouttavia ohjelmia on tuotu lisääntyvästi vankeinhoidon piiriin. Ohjelmilla pyritään vaikuttamaan rikollisuuteen, päihteiden käyttöön ja tukemaan yhteiskunnassa selviämistä. Rangaistuksen täytäntöönpanossa on haluttu huomioida rikollisuuden johtaneet ongelmat ja riskitekijät, jotka saattavat vaikuttaa uusintarikollisuuteen. Vuoden 2006 vankeuslaissa vankeuden täytäntöönpano määriteltiin suunnitelmalliseksi ja hallitusti eteneväksi prosessiksi. Vangeille laaditaan yksilöllinen rangaistusajan suunnitelma rangaistusajan suorittamista, vapauttamista ja ehdonalaista vapautta varten. Suunnitelman avulla rangaistus pyritään tekemään sisällöltään sel-laiseksi, että sen avulla voidaan vaikuttaa rikolliseen käyttäytymiseen. Suunnitelman sisältö ja tavoitteet mitoitetaan rangaistusajan pituuden sekä vangin sosiaalisen toimintakyvyn ja henkilökohtaisten olosuhteiden mukaiseksi.

Rikosseuraamusten sisällöistä käyty keskustelu liikkuu edelleen sen ympärillä, kuinka kuntoutusta ja integroitumista tukeva sosiaalisen tuen näkökulma saataisiin yhdistettyä kontrollia, turvallisuutta ja säilytysvarmuutta korostavan näkökulman kanssa. Päihdehoidon saamisella on irtaantumisoptimismia lisäävä vaikutus. Päihdehoito näyttäisi tukevan vankeja uskomaan tulevaisuuden mahdollisuuksiin. Tutkimukset (esim. Linderborg, Kivivuori 2009) tukevat ajatusta siitä, että nykyiseen kriminaalipolitiikkaan täytyy lisätä vankeusrangaistuksen hoidollisia ja kuntouttavia elementtejä. Tässä opinnäytetyössä Kiskohoidolla oli suuri merkitys ja Kiskohoidon kautta avutuvat väylät ovat poikkeuksellisen hyvin suunniteltuja ja valmisteltuja. Kaikki eivät toki tarvitse selviytyäkseen Kiskohoidon kaltaista kuntoutusta, mutta ainakin nämä selviytyneet kokivat etteivät olisi selvinneet ilman pitkäaikaista kuntoutusta.

Rikosseuraamusalalla pitkään vaikuttanut What Works -ajattelu, joka keskittää kuntoutumisen kriminogeenisiin tekijöihin pyrkien muuttamaan yksilön asenteita, ajattelua ja käyttäytymistä ei enää yksin riitä. Mallissa pyritään vaikuttamaan yksilössä itsessään oleviin rikollisuuden syihin ja nämä yksilöllisiin esimerkiksi luonteeseen, moraaliin ja persoonallisuuteen liittyvät rikollisuuden syyt voidaan tunnistaa ja poistamalla ne, rikollisuutta voidaan vähentää. (ks Lavikkala 2011, 99-100.) Menestyksenkäs kuntoutuminen tapahtuu suhteessa ja vuorovaikutuksessa "merkittäviin toisiin". Siihen kuuluvat perhe, muut tukijat ja laajemmin yhteisön jäseniä, myös uhrit. Kyse

on suhteiden rakentamisesta, rikollisen leiman palauttamisesta ja myönteisen identiteetin mahdollisuudesta, kiinnittymisestä yhteiskuntaan. Tutkimukset ovat osoittaneet, että hyvät tulokset vaativat huomion kiinnittämisen asiakkaiden motivaatioon ja sosiaalisen todellisuuden vaikutuksiin. Huomio pitäisi kiinnittää muutosprosesseihin, ei niinkään interventioihin. (Lavikkala 2011, 100.)

Vangeista löytyy monia, jotka haluavat muuttaa elämänsä suuntaa, mutta ovat siihen kykenemättömiä omin voimin. Heille tulisi antaa todellinen mahdollisuus muutokseen jo ihmisarvon ja perusoikeuksien vuoksi. On paljon tietoa siitä, minkä tyyppisellä toiminnalla vankeja voidaan auttaa kuntoutumaan ja vankilasta vapautuvia palaamaan yhteiskuntaan. Toiminnan kehittäminen edellyttää riittävän voimakasta yhteistä tahtotilaa yhteiskunnassa. Ellei päihdeongelmaisille järjestetä riittävää kuntoutusta ja taata turvallisia vapautumisolosuhteita, menetetään ihmishenkiä. Onneksi kuitenkin ihmisenä kasvua tapahtuu silloinkin, kun sitä ei odottaisi, eikä viranomaisen toiminta ole ainoa lähtökohta muutokselle. (Karsikas 2005, 149.)

Päihde- ja rikoskierteestä selviytymiseen tarvitaan erilaisia asioita tueksi ja pärjäämisen ylläpitämiseksi. Erilaiset hoitomuodot puolustavat paikkaansa. Tässä tutkimuksessa korostui Kiskohoidon merkitys. Vaikeimmin päihdeongelmaisten on useissa tutkimuksissa todettu hyötyvän intensiivisemmästä tuesta. Rikolliset päihdeidenkäyttäjät voidaan lukea tähän ryhmään. Päihdehuollon palveluiden heikkeneminen koskettaa eniten niitä, joiden päihdeongelma on sen kaltainen, että siitä eroon pyrittäessä hoidon merkitys korostuu.

Taloudellinen taantuma, jonka keskellä nyt elämme, näyttää johtavan päihdeongelmaisten hoitomahdollisuuksien kaventumiseen, myös vankiloissa. Taloudellinen epävarmuus johtaa helposti ennestään marginaalissa olevien olosuhteiden huononemiseen entisestään.

Jani: se on sääli, jos ei oo mitään tukee tai hoitoo, toki sen pitää olla, jos kundi ei oo mitään tehny, jos se pääsee vaan portista ulos niin sen hoidon pitää olla erilaista, ei riitä pelkkä kämppä, pitää olla monimuotosta se hoito siinä vaiheessa, vähän niinku tarpeen mukaan, olisko mahdollista joku

yksilöllinen hoito se ei välttämättä vaan onnistu. Mäkin oon tehny helvetinmoisen duunin, että mä oon päässy sinne jatkohoitoyksikköön, ei se olis mulla onnistunut jos mä olisin menny Sörkkään ja kerrostaloyksiöön.

Päihdepalveluja täydentävät ei ammattimaiselta pohjalta toimivat vertaistuen muodot, kuten AA. Ammattimaisen päihdehoidon asiakkuuden prosessi eroaa oleellisesti vertaistuen jäsenyydestä: kun vertaistukea luonnehtii kattava ja pitkäkestoinen tuki, niin ammattimaisen päihdehoidon reunaehtoina ovat rajallinen asiakkuus ja rajalliset resurssit. Vertaistuki ei voi kuitenkaan asettua paikkaamaan ammattimaisen päihdehoidon puutteita jo siitäkään syystä, että sen erilainen ideologinen pohja ja osallistumisen tapa ei sovi kaikille. Samoin vain osalle päihdeongelmaisista omaehtoinen toipuminen on vaihtoehto. (Kuusisto 2010, 333.)

Glasgow'n yliopiston professori Fergus McNeill puhui kansainvälisessä yhdyskuntaseuraamusseminaarissa 15.1.2013 rikollisesta elämäntavasta irtaantumisesta tuoreimpien tutkimusten valossa. Tutkimustiedon mukaan sosiaalisten sidosten ja identiteetin kehittäminen edistävät rikollisuudesta irrottautumista. Tutkimustieto puoltaa ihmisten tukemista kehittämällä myönteisiä sosiaalisia sidoksia ja identiteettiä, jotka mahdollistavat ja sallivat siirtymisen rikollisen leiman alta. Tarve merkittäville muutoksille niin rangaistusajattelun kuin käytäntöjenkin tasolla on. Muutosten yhtenä perusteena on selkeytynyt ymmärrys rikollisuudesta irrottautumisesta ja siitä, mikä sitä tukee ja mikä estää. (McNeill 2013.)

Muutostarinat, joissa ihmiset kertovat ja toteuttavat omaa tarinaansa silloinkin, kun se poikkeaa vahvasti kaikesta tavanomaisuudesta voivat toimia apuna muille vastaavanlaisissa tilanteissa painiskeleville. Nämä tarinat voivat haastaa myös muita pohtimaan elämäänsä ja sen merkitystä uudesta näkökulmasta. Tarinoista löytyyn sellaista tietoa, jota voidaan hyödyntää rikosseuraamusalan työssä ja päihdekuntoutuksessa. Toivon, että tarinat loisivat myös toivoa ja uskoa niille vielä päihdekierteessä kamppaileville, muutos on mahdollinen!

LÄHTEET

- Goffman, Erving 1969. Minuuden riistäjät. Lohja: Lohjan Sanomalehti- ja Kirjapaino Oy
- Granfelt, Riitta 1998. Kertomuksia naisten kodittomuudesta. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Granfelt, Riitta 2006. Paha olla - vankilan sisällä, ulkona, vangen lähellä? Teoksessa Helne ja Laatu (toim.) Vääryyskirja. Helsinki:Kela, 145–158.
- Granfelt, Riitta 2007. "Oppisin elämään riippuvuuteni kanssa". Tutkimus naisvankien päihdekuntoutuksesta Vanajan vankilassa. Rikosseuraamusviraston julkaisuja 2007.
- Granfelt, Riitta 2011. Vankila auttamistyön ympäristönä? Teoksessa Aini Pehkonen ja Marja Väänänen-Fomin (toim.) Sosiaalityön arvot ja etiikka. Juva: PS-kustannus, 215–231.
- Helne, Tuula 2002. Syrjäytymisen yhteiskunta. Tutkimuksia 123. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus
- Helne, Tuula 2004. Syrjäytymisen solmut - eli miksi syrjäytymisestä puhuminen on niin hankalaa? Teoksessa Tuula Helne, Sakari Hänninen, Jouko Karjalainen (toim.) Seis yhteiskunta – tahdon sisään! Jyväskylä: SoPhi, 23–53.
- Hypen, Kimmo 2004. Vankilasta vuosina 1993-2001 vapautuneet ja vankilaan uudelleen palanneet. Rikosseuraamusviraston julkaisuja 1/2004.
- Hyväri, Susanna 2001. Vallattomuudesta vastuuseen. Helsinki: Tietosanomat.
- Hänninen, Vilma 1999. Sisäinen tarina, elämä ja muutos. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Hänninen, Vilma 2010. Tarinoiden merkityksestä riippuvuuksista vapautumisessa. Luento 29.9.2010 Seminaari matalasta kynnyksestä ja päihdetyön ihmiskuvasta
- Hännikäinen-Uutela, Anna-Liisa 2004. Uudelleen juurtuneet: yhteisökasvatus vaikeasti päihderiippuvaisten narkomaanien kuntoutuksessa. Jyväskylä: Jyväskylän Yliopisto.
- Hännikäinen-Uutela, Anna-Liisa, Määttä, Paula, Pärttö, Minna 2009. Huumeiden käyt-

- täjien arki yhteisöllisen huume kuntoutuksen jälkeen. Janus vol. 17 (2) 2009, 121–138
- Julkunen, Raija 2006. Kuka vastaa? Hyvinvointivaltion rajat ja julkinen vastuu. Helsinki: Stakes.
- Järvinen, Tero & Jahnukainen Markku 2001. Kuka meistä onkaan syrjäytynyt? Teoksessa Suutari Minna (toim.) Vallattomat marginaalit. Helsinki: Yliopistopaino Oy
- Kannasoja, Sirpa 2006. Nuorten identiteetti ja marginaalisuus: kvantitatiivinen tutkimus identiteettityön kohdentamisen painopistealueista. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskunta tieteiden ja filosofian laitos. Pro gradu työ.
- Karjalainen, Jouko 2010. Lainrikkijat asunto- ja työllisyyspolitiikan reunalla. Teoksessa Sakari Hänninen, Elina Palola ja Maija Kaivonurmi (toim.) Mikä meitä jakaa? Sosiaalipolitiikkaa kilpailuvaltiossa. Helsinki: Yliopistopaino Oy
- Karjalainen, Jouko & Viljanen, Olli 2009. Arki kuntoon - lainrikkajien tuen tarve. THL - Avauksia 14/2009
- Karsikas, Vuokko 2005. Selvinpään olosta tulee hyvä fiilis. Päihdeongelmaisten vankeiden voimaantuminen. Helsinki: Rikosseuraamusvirasto.
- Karsikas, Vuokko 2010. Vangin kotikunta mukaan vapautumisen valmisteluun. Haaste 1/2010.
- Kauppila, Tarja 1999. Vankeudesta vapauteen. Suomalaisten miesvankien turvatomuus ja elämäntilanteiden hallinta. Helsinki: Tietosanoma.
- Kivivuori, Janne & Linderborg, Henrik 2009. Lyhytaikaisvanki. Tutkimus lyhytaikaisvankien elinoloista, elämäntilanteista ja rikollisuudesta. OPTL:n tutkimuksia 248. Rikosseuraamusviraston julkaisuja 2/2009.
- Knuuti, Ulla 2007. Matkalla marginaalista valtavirtaan? Huumeiden käytön lopettaneiden elämäntapa ja toipuminen. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Koski-Jännes, Anja 1998. Miten riippuvuus voitetaan? Helsinki: Otava.
- Koski-Jännes, Anja, Riittinen, Liisa & Saarnio, Pekka. (toim.) 2008. Kohti muutosta. Jyväskylä: Gummerus.
- Kotovirta, Elina 2009. Huumeriippuvuudesta toipuminen Nimetömien Narkomaanien toveriseurassa. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Kulmala, Anna 2006. Kerrottuja kokemuksia leimatusta identiteetistä ja toiseudesta.

- Tampere: Tampereen Yliopisto.
- Kuusisto, Katja 2010. Kolme reittiä alkoholismista toipumiseen. Tutkimus muutoksesta hoidon ja vertaistuen avulla sekä ilman professionaalista hoitoa. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy.
- Kuusisto, Katja 2009. Päihderiippuvuudesta toipumisen eri reitit. Teoksessa Tuukka Tammi, Mauri Aalto ja Anja Koski-Jännes (toim.) Irti päihdeongelmista. Porvoo: WS Bookwell Oy, 32–48.
- Kuure, Tapio 1996. Marginaalin politiikkaa. Marginaalista murtautumisen vaihtoehtoiset strategiat. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Kyngäs, Margit 2000. Vankeus miehen elämänsäkulussa. Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Laine, Matti 2011. Positiivista kriminologiaa. Haaste 3/2011.
- Lavikkala, Raino 2011. Vaikuttavan rikosseuraamustyön kysymyksiä. Teoksessa Raino Lavikkala ja Henrik Linderborg (toim.) Rikosseuraamustyön kehittämisen kysymyksiä. Tampere: Tampereen yliopistopaino.
- Laub, John H. & Sampson, Robert J. 2003. Shared beginnings, Divergent Lives: Delinquent boys to age 70. Harvard University Press.
- McNeill, Fergus 2013. Kansainvälinen yhdyskuntaseuraamusseminaari 15-16.1.2013.
- Miller, William R. 1998. Why do people change addictive behavior? The 1996 H. David Archibald lecture. *Addiction*, 93 (2), 163–172.
- Miller, William 1999: Motivaation ja muutoksen käsitteellistäminen. Teoksessa Koski-Jännes, Anja, Riittinen, Liisa ja Saarnio, Pekka (toim.) (2008): Kohti muutosta. Motivointimenetelmiä päihde- ja käyttäytymisongelmiin. Jyväskylä: Tammi, 16–40.
- Myllärinen, Anna Riitta 2011. Lainrikkojien elämänsisällön muutos ja sitä tukeva auttamistyö. Tampere: Tampere University Press.
- Nurminen, Nina 2012. Uusi Suunta – yksilöohjelma seksuaalirikoksista tuomituille. Ohjelmakäsikirja. Julkaisematon.
- Oravala, Sanna & Rönkä, Anna 1999. Käännekohtat elämänsäkulussa. *Psykologia: Suomen psykologisen seuran julkaisu* 34:4, 274–280.
- Prochaska, James O., DiClemente, Carlo C. & Norcross, John C. 1992. In search of how people change: Applications to addictive behaviors. *American Psychologist*, 47 (9), 1102–1114.

- Purola, Helena 2000. Kotona asuvan aivoverenkiertohäiriöpotilaan ja hänen omaistensa kokemuksia selviytymisestä. Oulu: Oulun yliopistopaino.
- Rantala, Kati (2004) Vankilasta vapautuvat huumeiden käyttäjät: sosiaalinen ongelma? Uusintarikollisuuden vähentäminen yksilökohtaisella työotteella ja verkostoituen. Tampereen kaupunki, sosiaali- ja terveystoimi: Tampereen Huumepilotin 4. Raportti.
- Rantala, Kati 2006. Syrjäytyneille turvaa vai tuomioita? Vaioletut vankilakierteet ja vastuun jakautuminen. Teoksessa Rantala & Sulkunen (toim.) Projektiyh-teiskunnan kääntöpuolia. Tampere: Tammerpaino, 207–227.
- Rauhala, Pirkko-Liisa ja Virokannas Elina 2011. Sosiaalityön tutkimuksen etiikka, opettaminen ja tietoarvo. Teoksessa Aini Pehkonen ja Marja Väänänen-Fomin (toim.) Sosiaalityön arvot ja etiikka. Juva: PS-kustannus, 235–256.
- Raunio, Kyösti 2004. Olennainen sosiaalityössä. Tampere: Tammerpaino.
- Rikosseuraamuslaitos i.a. Päihdeohjelmat. Viitattu 12.12.2012
<http://www.rikosseuraamus.fi/52961.htm>
- Ronel, Natti & Elisha, Ety 2011. A Different Perspective: Introducing Positive Criminology. *Int J Offender Therapy and Comparative Criminology* 55: 2, 305–325.
- Ruisniemi, Arja 2006. Minäkuvan muutos päihderiippuvuudesta toipumisessa. Tutkimus yhteisöllisestä päihdekuntoutuksesta. Tampere: Tampere University Press.
- Rönkä, Anna. Syrjäytyminen ja sen vastavoimat. Verkkojulkaisu. Viitattu 19.3.2011.
<http://vanha.soc.utu.fi/sospol/sosnet/uusi/materiaalit/riskilaps.htm>
- Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulu: Oulun yliopisto.
- Sipilä, Jorma 1985. Sosiaalipolitiikan tulevaisuus. Helsinki: Tammi
- Timonen, Helena 2009. Omin sanoin. Elämän ja muutoksen tarinat vankilasta vapautteen. Joensuu: Joensuun Yliopisto.
- Viikki-Ripatti, Sari 2011. Rikollisuudesta irrottautuminen subjektiivisena kokemuksena. Teoksessa Raino Lavikkala ja Henrik Linderborg (toim.) Rikosseuraamustyön kehittämisen kysymyksiä. Tampere: Tampereen yliopistopaino, 199–224.

SELVIITYMISTARINOITA

Irtaantuminen päihde- ja rikoskierteestä on mahdollista

Rita Taipale

Opinnäytetyö, kevät 2013

Diakonia-ammattikorkeakoulu,

Diak Etelä

Sosiaalialan koulutusohjelma

Päihteet ja syrjäytyminen

Sosionomi YAMK

TIIVISTELMÄ

Taipale, Rita. Selviytymistarinoita. Irtaantuminen päihde- ja rikoskierteestä on mahdollista. Diak Etelä, kevät 2013, 96 s.

Diakonia ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma, Päätteet ja syrjäytyminen, sosionomi (YAMK)

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää selviytymistarinoiden avulla, mitkä tekijät ovat vaikuttaneet rikos- ja päihdekierteestä selviytymiseen sekä minkälaiset asiat olivat merkityksellisiä muutoksen eri vaiheissa. Muutoksen vaiheet näissä selviytymistarinoissa olivat muutosvaihemallin mukaisesti päätös-, toiminta- ja ylläpitovaihe.

Opinnäytetyö oli fenomenologis-hermeneuttinen ja hyödynsi narratiivisuutta tutkimuksen yleisenä ominaisuutena. Fenomenologisen lähestymistavan käsitteitä ovat kokemus ja merkitys. Tämä lähestymistapa tavoittaa ihmisen elämän kokemuksellisia suhteita ja niiden merkityksiä. Opinnäytetyön aineisto muodostui viiden päihde- ja rikoskierteestä selviytyneen henkilön selviytymistarinoista. Selviytymistarinat analysoitiin muutosvaihemallia apuna käyttäen.

Päätöksentekovaiheessa yksilön identiteetti oli kadotettu ja hänen itsetuntonsa oli huono. Tässä vaiheessa sosiaalisten sidosten merkitys selviytymisprosessin etenemisessä kasvoi suureksi. Toimintavaiheessa identiteettiä alettiin rakentaa uudelleen vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Itsetunto oli edelleen heikko, mutta onnistuminen uusissa haasteissa kasvatti sitä. Ylläpitovaiheessa selviytyjän identiteetti oli jo muovautunut ja itsetunto oli kasvanut. Päättömästä elämästä ja rikoksettomuudesta osattiin iloita ja olla ylpeitä. Uusia sosiaalisia sidoksia oli muodostunut. Uusi, vahva identiteetti ja sosiaaliset suhteet tekivät muutoksesta pysyvän.

Päihdehoidon, työn ja sosiaalisten sidosten merkitys oli suuri näissä selviytymistarinoissa. Neljä haastateltavaa oli käynyt kolmivaiheisen Kiskohoidon. Vertaistuki, työ ja muut ihmissuhteet vaikuttivat selviytymiseen ja helpottivat kiinnittymistä yhteiskuntaan.

Rikosseuraamusalan työssä pitää ottaa entistä vahvemmin huomioon yhteistyömahdollisuudet vertaistuen sekä asiakkaan luonnollisten lähisuhteiden kanssa asiakkaan yhteiskuntaan kiinnittymisen tukemisessa. Työssä pitää myös uudella tavalla pohtia identiteettityön merkitystä ja sen tukemista rikollisesta elämäntavasta luopumisessa.

Asiasanat: syrjäytyminen, selviytyminen, narratiivisuus, päihderiippuvuus, rikollisuus, muutos, identiteetti, itsetunto, sosiaaliset sidokset

ABSTRACT

Rita Taipale. Survivor Stories. Recovery of substance addiction and criminality is possible. Helsinki, Spring 2013, 96 p. Language: Finnish
Diaconia University of Applied Sciences, Helsinki Unit. Higher Polytechnic Degree Programme in Social Services, Intoxicants and Marginalization. Master of Social Services.

The purpose of this thesis was to find which factors have affected survival of substance addiction and criminality and what kind of things were meaningful in the different phases of the change. The phases in these stories according to the Stages of Change model were the decision phase, the operating phase and the maintenance phase.

This thesis was phenomenologic-hermeneutic and it took advantage of narrativity as the common feature of study. Concepts of the phenomenologic perspective are experience and meaning. This perspective reaches persons lives experiences and their purpose. The material for the study was collected by stories of five persons, who survived of criminality and substance addiction. The stories were analyzed by Stages of Change model.

In the decision phase the identity was lost and the self-esteem was poor. As this phase progressed the meaning of social connections increased. In the operating phase rebuilding the identity begun in interaction with others. The self-esteem was still poor, but succeeding in new challenges increased it. In the maintenance phase the identity of the survivor was built and the self-esteem was better. One could enjoy and be proud of life without drugs and crimes. There were built new social relations. New strong identity and social relations made change to be permanent.

The meaning of rehabilitation, work and social relations in these survivor stories were big. Mutual help, work and other social relations effected of survive and helping attach to society.

When working with criminals we have to take into consideration co-operation with mutual help and customers family to helping attach to society. We also have to think about meaning of the indentitywork and how we can support that.

Keywords: marginalization, coping, narrative, drug addiction, criminality, change, identity, self-esteem, social connections

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	7
2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TAVOITE	10
2.1 Tutkimusongelma ja aineistonkeruu	10
2.2 Selviytymistarinat	11
2.3 Kokemuksen tutkiminen	12
2.4 Aikaisempia tutkimuksia	13
3 SYRJÄYTYMINEN	18
3.1 Elämänkulku	18
3.2 Syrjäytyminen ja marginalisaatio ilmiönä	20
3.3 Vapautuvien vankien syrjäytyminen	23
3.4 Yhteiskuntakin syrjäyttää	24
4 SELVIYTYMINEN	28
4.1 Selviytymisprosessi	28
4.2 Selviytymiskeinot	31
5 PÄIHDERIIPPUVUUS JA IDENTITEETTI	34
5.1 Riippuvuuden monet kasvot	34
5.2 Identiteetti, itsetunto ja riippuvuus	36
6 MUUTOKSEN VAIHEET	37
6.1 Esiharkinta-, harkinta- ja päätösvaiheet	39
6.2 Päätös-, toiminta- ja ylläpitovaiheet	39
7 AINEISTON ANALYSOINTI JA TULKINTA	43
7.1 Narratiivinen analyysi ja tulkinta	43
7.2 Haastattelujen kulku	44
7.3 Opinnäytetyön eettisyydestä	46

8 SELVIITYMISTARINAT PÄHKINÄNKUORESSA	48
8.1 Antti – hyväksyntää hakemassa	48
8.2 Jani – kaksoiselämää	49
8.3 Ville – vertaistukea	50
8.4 Sami – rajoja etsimässä	50
8.5 Osku - menestystä ja menetystä	51
9 HARKINNASTA PÄÄTÖKSEEN	52
9.1 Identiteetti ja itsetunto päätöksentekovaiheessa	52
9.1.1 Aikaisemmat yrityksen päästä irti	53
9.1.2 Käännekohta	56
9.2 Sosiaalisten sidosten merkitys päätöksentekovaiheessa	59
9.2.1 Päätöksen jälkeen tarvitsee tukea	59
9.2.2 Muutoksen toteuttaminen edellyttää uudelleen sosiaalistumista	61
10 TOIMINTAVAIHE	63
10.1 Identiteetti ja itsetunto toimintavaiheessa	63
10.2 Sosiaalisten sidosten merkitys toimintavaiheessa	66
10.2.1 Kiskon yhteisöhoito	66
10.2.2 Yhteisöt selviytymisen tukena	68
10.2.3 Siipien kokeilua	70
10.2.4 Suunnitelmallisuus	71
11 YLLÄPITOVAIHE	74
11.1 Identiteetti ja itsetunto ylläpitovaiheessa	74
11.2 Sosiaalisten suhteiden merkitys ylläpitovaiheessa	75
11.2.1 Uusien ihmissuhteiden luomista	75
11.2.2 Vaikuttaminen ja yhteiskunnan jäsenyys	77
12 SELVIITYTYNEIDEN PUHEENVUORO	78
12.1 Tärkeintä selviytymisessä	78

12.2 Vankilassa oleville	79
13 VANHASTA IDENTITEETISTÄ UUTEEN	82
13.1 Muutokset harkinta- ja päätösvaiheessa	83
13.2 Muutokset toimintavaiheessa	84
13.3 Muutokset ylläpitovaiheessa	85
14 POHDINTAA RIKOSSEURAAMUSTYÖN KEHITTÄMISESTÄ	87
LÄHTEET	93

1 JOHDANTO

Tämä opinnäytetyö kertoo ihmisistä, jotka ovat selvinneet päihde- ja rikoskierteestä ja elävät nyt elämää, josta eivät uskaltaneet pahimpina aikoina edes haaveilla. Olen saanut ilon tutustua viiteen selviytymistarinaan sekä niiden takana oleviin ihmisiin, jotka ovat ponnistelleet pohjalta parempaan elämään.

Työssäni rikosseuraamustyöntekijänä yhdyskuntaseuraamustoimistossa ja aikaisemmin vankilassa, tapaan ihmisiä, jotka painivat vaikeiden haasteiden edessä ja kokevat toivotomuutta tulevaisuuden ja selviytymisen suhteen. Työssäni näkee vain joskus sellaisia ihmisiä, joiden elämä menee kohti parempaa. Välillä omakin usko muutokseen horjuu ja unohtaa, että aina on niitä, jotka selviytyvät. Opinnäytetyöni kiinnostuksen kohteena onkin, mikä saa ihmisen muuttamaan elämänsä suuntaa? Minkälaisia tekijöitä kuuluu selviytymisprosessiin?

Selviytyminen päihde- ja rikoskierteestä vaatii ihmisen omaa halua muutokseen. Muutosprosessissa hän joutuu rakentamaan minuutensa uudelleen, opettelemaan uusia taitoja ja kamppailemaan entisen elämäntapansa ja elämänpiirinsä houkutuksia vastaan. Hän etsii paikkaansa yhteiskunnassa ja yrittää rakentaa elämänsä uudelleen. Vankila- ja päihdekierre on usein syrjäyttänyt ihmisen monilta yhteiskunnan toiminta-areenoilta, kuten työ- tai opiskeluelämästä. Monet ihmissuhteet ovat katkenneet lopullisesti ja uuden rakentaminen vie aikaa.

Tässä tutkimuksessa kuvaan päihde- ja rikoskierteestä selvinneiden ja yhteiskuntaan palanneiden ihmisten elämänkulkua selviytymistarinoiden kautta. Tarkastelen selviytymistä eri muutosvaiheissa. Mitkä tekijät ovat olleet merkityksellisiä päätös-, toiminta- ja ylläpitovaiheissa? Opinnäytetyöni teoreettisessa osuudessa kuvaan päihde- ja rikoskierteessä olevien syrjäytymistä ja selviytymistä aikaisempien tutkimusten valossa. Olen ottanut mukaan myös elämänkulunäkökulman, koska tarkastelen selviytymistä myös elämänkulun näkökulmasta. Tutkiskelen päihderiippuvuutta ja riippuvuudesta irrottau-

tumista James Prochaskan ja Carlo DiClementen (1983) muutosvaihemallin avulla. Selviytymisen tarkastelussa tuon esiin Lazaruksen ja Folkmanin stressiteorian. Analyysi on teorialähtöinen. Selviytymistarinoiden avulla olen pyrkinyt ymmärtämään ihmisten valintoja. Olen pyrkinyt tavoittamaan tarinoiden juonen, teemat ja niiden suhteet. Opin-
näytetyöni keskeisinä teemoina ovat narratiivisuus, marginaalisuus sekä selviytyminen.

Opinnäytetyössäni tuon esiin positiivisia tekijöitä, jotka pitävät ihmiset pois rikollisuudesta ja päihteiden käytöstä ja saavat heidät lopettamaan tuhoavan toiminnan. Monet kriminologiset teorat ovat perinteisesti etsineet negatiivisia tekijöitä, jotka saattavat selittää rikollista käyttäytymistä (Laine 2011.) Nykyään yhä useammin ollaankin kiinnostuneita siitä, mikä auttaa irrottautumaan rikollisuudesta. Kyseessä on laaja näkökulma ja lähestymistapa, josta voidaan käyttää yleisnimeä positiivinen kriminologia (Ronel & Elisha 2011, Laineen 2011 mukaan). Sen piirissä etsitään muun muassa tekijöitä ja mekanismeja, joiden avulla yksilöt saavuttavat koherenssin, eheydentunteen ja pystyvät toimimaan stressi- ja riskitilanteissa sekä kestävät ahdistusta. Tällöin ei rajoituta vain riskitekijöihin vaan pyritään löytämään suojaavia yksilöllisiä tekijöitä.

2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TAVOITE

2.1 Tutkimusongelma ja aineistonkeruu

Opinnäytetyössäni kuvaan päihde- ja rikoskierteestä selviytymistä muutosvaihemallin mukaisesti yksittäisten selviytymis- ja muutostarinoiden avulla. Muutosvaihemalli esitellään tarkemmin luvussa 6. Haastatteluilla etsin vastauksia kysymyksiin:

1. Minkälainen on yksilön selviytymisprosessi?
2. Millaisia muutoksen vaiheita yksilön selviytymisprosessiin kuuluu?
3. Mitkä tekijät ovat merkityksellisiä selviytymisessä ja muutoksessa?

Tutkimusaineistoni koostui viiden ihmisen syvähaastatteluista. Nämä viisi henkilöä olivat kokeneet sekä huumehelvetin että vankilakierteen mutta elävät nyt mielekästä elämää. Olen rajannut tutkittavat elämäntarinat siten, että henkilön viimeisimmästä vankilasta vapautumisesta on vähintään kaksi vuotta, hän ei ole tehnyt uusia rikoksia eikä hänellä ole päihdeongelmaa. Tutkimuksen kohde on huumeista ja rikoskierteestä irrottautuneiden selviytyminen ja heidän yhteiskuntaan uudelleen kiinnittymisensä. Tutkimusaineistoni muodostuu selviytymistarinoista. Minulla oli yksi yhdyshenkilö, jonka avulla löysin muut haastateltavat. Yhdyshenkilöni oli rikos- ja päihdekierteestä irrottautunut ihminen, jolla oli kontakteja samanlaisen kokemuksen omaaviin ihmisiin. Yhdyshenkilöni kysyi heidän kiinnostustaan osallistua tutkimukseen ja sain niiden henkilöiden yhteystiedot, joita tutkimukseen osallistuminen kiinnosti. Kaikki haastateltavani olivat miehiä. Tavoitteenani on mahdollisimman omakohtaisen kokemuksen kuvaaminen ilman mahdollista haastattelijan johdattelua ja siksi valitsin aineistonkeruutavaksi syvähaastattelun.

Alun perin tarkoitukseni oli pyytää rikos- ja päihdekierteestä irrottautuneita, yhteiskuntaan palanneita ihmisiä kirjoittamaan vapaamuotoisesti oman selviytymistarinansa. Maailmalle lähti yhdyshenkilöni kautta lähes kaksikymmentä kirjoituspyyntöä, mutta

minulle palautettiin niistä vain yksi. Yhdyshenkilöni kautta kuulin ihmisten kertovan, että kirjoittaminen on liian työlästä ja aikaa vievää, mutta haastatteluun he olisivat valmiita. Koska ensin valitsemani aineistonkeruutapa ei ollut toimiva, päädyin haastattelemaan tutkittaviani. Käytin opinnäytetyössäni vapaan kerronnan mahdollistavaa teema-haastattelutapaa, jolla pyrin saamaan esille tutkittavien omat ajatukset, tunteet ja merkitysrakenteet. Yritin olla rajoittamatta tutkittavien mahdollisuutta kertoa kokemuksistaan ja näkemyksistään.

Kiinnostukseni kohteena olivat yksilöt ja ne kertomukset, joita he tuottivat elämästään sekä ne tulkinnot, joita he tekivät elämästään ja kokemuksistaan. Yhteiskunnallista kontekstia ei saa unohtaa yksilöllisyyttä ja erityisyyttä korostettaessa (Kyngäs 2000, 37). Tarkastelin miesten kerrontaa ja kokemuksia myös aiempien tutkimusten valossa. Tarkoitukseni oli selventää tutkittavien miesten elämäntilanteiden ja -kokemusten erityisyyttä, mutta myös niiden samankaltaisuutta.

2.2 Selviytymistarinat

Ajattelen elämäkerrallisen aineiston paljastavan sellaisia teemoja ja kokemuksia kirjoittajien ja haastateltavien elämänculusta, joita he itse pitävät tärkeinä. Narratiivinen tutkimusote tarjoaa mahdollisuuden kuvata selviytymistä ihmisen subjektiivisen kokemuksen kautta. Kertoessaan tarinaansa ihminen yrittää ymmärtää omia tekojaan ja valintojaan.

Oman tarinan julkistaminen mahdollistaa tarpeellisuuden ja hyödyllisyyden kokemuksen. Omaelämäkerran kirjoittamisen ja julkaisemisen kautta omat kokemukset on mahdollista saattaa rohkaisuksi muiden tarvitsijoiden käyttöön tai puheenvuoroksi kaikkien samasta ongelmasta kärsivien puolesta. Vaikka jokaisen kokemus on yksilöllinen, voi toisten kokemuksista löytää jotain samantapaista kuin omastaan. Yksilöllisten tarinoiden virittämästä verkosta voi syntyä enemmän kuin osiensa summa - kollektiivista tietoa ja yhteistä ymmärrystä. (Hänninen 2009, 24–25.) Omaelämäkerrat muodostavat haasteen myös sosiaalityölle asiakkaan kohtaamisen ja hoitokäytäntöjen kehittämiseen.

Tarinat muokkaavat elämäämme. Millaisia tarinoita siis kerromme? Ovatko tarinamme kannustavia, toteavia, kuvaavia, lannistavia vai mitä? Yhteisössä kerrotut tarinat ovat niin sanottuja mallitarinoita, jotka eivät pelkästään kuvaa vaan myös muokkaavat todellisuutta. Kaikissa yhteisöissä ja kulttuureissa tietyt tarinat nousevat muita hallitsevimiksi, jokaisella yhteiskunnalla on niin sanotut kulttuuriset tarinavarastonsa. Nämä tarinat määräävät vallitsevat käyttäytymis- ja toimintatavat. Ne ohjaavat yksilön omaa tulkintaa itsestään ja myös muiden suhtautumista häneen. Pelkästään negatiivisten mallitarinoiden kuuleminen jonkin tilanteen, esimerkiksi työttömyyden tai sairauden yhteydessä, voi tuottaa suuria ongelmia rohkaisevaa elämänmallia etsivälle. On rohkaisevaa kuulla elämän muutostarinoita, jotka eivät ole tragedioita tai negatiivissävytteisiä kertomuksia vaan positiivisia selviytymistarinoita. (Timonen 2009, 257.)

Kertomukset ovat ihmiselle luonteenomainen tapa jäsentää elämää ja itseään. Vaikka tarinat eivät voikaan täysin tavoittaa eletyn kokemuksen kaikkia puolia, ne tarjoavat kuitenkin keinon järjestää havaintoja, omaa ajattelua, elämäntapahtumia ja muistoja. Kertomalla kokemuksistaan ihminen voi antaa niille muodon ja etäännyttää ne itsestään. (Timonen 2009, 278.)

2.3 Kokemuksen tutkiminen

Fenomenologisesti suuntautuneessa tutkimuksessa tarkastellaan yksilön kokemuksellista suhdetta omaan elämäntodellisuuteensa. Koettu elämä käsitetään yksilön todellisuuden ilmenemisenä tietoisuudessa sellaisena, jollaiseksi hän itse sen kokee. Elämänsä eläminen liittyy valinnat ja tapahtumat näyttäytyvät merkityksinä ja painoarvoltaan erilaisina jokaiselle yksilölle. Fenomenologisessa tutkimuksessa perustason muodostaa yksilön koettu elämä ja toisen tason muodostaa tutkimus, joka kohdistuu ensimmäiseen tasoon. Tieto syntyy dialogissa saadun aineiston kanssa. (Viikki-Ripatti 2011, 204.) Tässä tutkimuksessa tiedon intressi liittyy rikollisesta elämästä ja päihteiden käytöstä irrottautuneiden kokemuksiin omasta toimijuudestaan, joita vain he pystyvät sanallistamaan koetun elämän merkityksillä ladattuina.

Narratiivisessa lähestymistavassa on kyse ajallisten kronologisten tapahtumien sekä kokemusten ja niiden taustalla olevista syistä ja seurauksista. Laubin & Sampsonin (2003) mukaan narratiivit auttavat avaamaan niitä mekanismeja, jotka yhdistävät keskeisiä elämäntapahtumia tietyllä elämänkulun hetkellä. Tällaisia elämän tapahtumia ovat yleensä sellaiset tapahtumat, jotka ovat erityisessä suhteessa henkilökohtaiseen valintaan ja situationaaliseen kontekstiin. Narratiivinen tutkimus mahdollista moninaisten elämänkulun kokemusten tavoittamisen siten, että se tekee näkyväksi keskeiset elämänkulun tapahtumat ja käännekohdat. Narratiivisen näkemyksen mukaan ihmiset luovat aktiivisesti omaa kertomustaan itsestään vuorovaikutuksessa muiden kanssa. (Viikki-Ripatti 2011, 204.)

2.4 Aikaisempia tutkimuksia

Opinnäytetyöni viitekehyksen muodostavat aikaisemmat tutkimukset koskien syrjäytymisestä selviytymistä sekä rikollisuudesta tai päihteiden käytöstä irtautumista. Ihmisten subjektiivisia kokemuksia, alakulttuurista murtautumista ja elämänmuutoksen jälkeisen arjen rakentumista on tutkittu Suomessa verraten vähän, mutta muutosta kuvaavia tutkimuksia on valmistunut (esim. Hyväri 2001).

Syrjäytymisen tutkimusperinteessä on oltu kiinnostuneita marginalisoitumisesta ja siihen liittyvistä ilmiöistä, jotka johtavat vieraantumiseen ja syrjäytymiseen. Sen sijaan hämäräksi on jäänyt se, millä tavoin yksilöt ovat löytäneet uusia väyliä ja mahdollisuuksia aikaisempaa parempaan ja mielekkäämpään elämään syrjäyttävistä voimista ja marginalisoitumisestaan huolimatta (Hyväri 2001, 19.) Tämä näkyy myös alkohol- ja huumeetutkimuksessa, jossa on selviytymisen sijaan enemmän pohdittu päihdeongelmaan johtavia tekijöitä, riippuvuuden ilmenemismuotoja ja hoitomenetelmiä. Pääosin suomalaiset päihdeongelmaa käsittelevät ja toipumista sivuavat tutkimukset ovat fokuksituneet hoitolaitosten toiminnan tai hoitolaitosten toimivuuden tarkasteluun. Viime vuosina on myös tehty laajasti arviointi- tai toimintatutkimusta eri hoitomuodoista ja kuntoutusmalleista. (Knuuti 2007, 9.)

Subjektiiivisia kokemuksia marginaalista murtautumisesta ja elämänmuutoksen jälkeisen arjen rakentumisesta kuvataan muun muassa rikoksentekijöitä käsittelevissä tutkimuksissa. Ulla Knuuti (2007) on tutkinut huumeiden käytön lopettaneiden arjen rakentumista elämän muutoksen jälkeen. Tutkimus osoittaa, kuinka huumeiden käytön lopettaneiden elämäntapa sisältää paljon ongelmakohtia. Huume-ehdoisesta elämäntavasta ja siihen liittyvistä ihmissuhteista irroittautuminen sekä henkilökohtaisen viitekehityksen löytäminen on vaativa prosessi. Menneisyyden vaikutus nykyisyyteen tulee esiin kaikilla tasoilla. Pähitteettömyys sinällään ei vielä kerro mitään varsinaisesta toipumisesta. Toiset löytävät elämän mielekkyyden helposti kun toiset joutuvat aktiivisesti työskentelemään toipumisensa puolesta.

Helena Timonen (2009) on tutkinut väkivaltarikoksista tuomittujen miesten elämäntapaa ja muutosprosesseja tarinoina vankilasta vapauteen. Oman elämäntarinan kertominen on auttanut kertojia ymmärtämään elämäänsä ja tekemään sen ymmärrettäväksi myös muille. Elämästään kertovien miesten tarinoissa vaikeuksien voittaminen on johtanut elämän muutokseen. Muutosmahdollisuudet rakentuvat vanhan muistamiseen ja siitä oppimiseen yhdistettynä uuteen elämäntapaan.

Kokemuksen politiikasta väitellyt, entisiä päihde- ja mielenterveysongelmaisia, nykyisiä vaikuttajahahmoja haastatellut Susanna Hyväri (2001) kuvaa vastayhteisöllisyydessä, vertaistyydessä ja arkipäivän ymmärryksessä piilevää voimaa. Hyvärin tutkimat ihmiset ovat olleet rikosten, alkoholin tai mielenterveysongelmien kourissa ilman vaikutusmahdollisuuksia, mutta pystyneet murtautumaan marginaalista. Vallattomuus vaihtuu vastuuksi, kun syrjäytymiseen ja marginalisaatioon liittynyt identiteetti otetaan yhteisöllisen työstämisen kohteeksi ja rasittava menneisyys käännetään voimaksi. (Knuuti 2007, 223.)

Vuokko Karsikkaan (2005) lisensiaattitutkimuksessa kuvataan vankilassa olleiden päihdekuntoutusprosessia sekä päihde- ja rikoskierteestä irtautumisen merkitystä voimaantumisprosessissa.

Margit Kyngäs (2000) on tehnyt tutkimuksen nuorena rikoksentekijänä vankilaan tuomittujen miesten lapsuudesta, vankeusajasta ja vankeuden jälkeisestä elämästä.

Katja Kuusisto (2010) on tutkinut alkoholismista toipumisen eri reittejä. Hän tarkastelee muutosta hoidon, vertaistuen avulla sekä ilman professionaalista hoitoa. Tutkimus tarkastelee alkoholin käytön kaarta prosessina ongelmakäytön alusta kohti raittiutta tai kohtuukäyttöä. Tutkimus myös vertailee ammatillisen hoidon, vertaistuen ja ilman hoitoa, eli ns. spontaanin toipumisen kautta ongelmallisen alkoholin käytön lopettaneita. Toipuneiden alkoholistien oma kokemus on merkittävässä osassa ja tuottaa kokemustietoa toipuneiden itsensä kuvaamana. Tutkimus osoittaa että eri reittejä toipuneiden välillä on sekä yhtäläisyyksiä että eroja. Erot ovat kuitenkin pikemminkin yksilökohtaisia kuin ryhmäkohtaisia. Tie raitistumiseen on pitkä. Muutosvalmius syntyy negatiivisten seurannaisvaikutusten kasauduttua ja ennen kaikkea yksilön oman sisäisen merkityksenannon kautta, johon erilaisilla muutosta virittävillä tekijöillä on oma vaikutuksensa. Siten odotukset ja uskomukset ovat merkityksellisiä toipumisessa ja ne ohjaavat myös sitä, minkä tyyppisen tuen koetaan hyödyttävän itseä eniten. Toipumiselle merkityksellisten asioiden moninaisuus tekee kustakin tavasta toipua ainutlaatuisen. Tämän yksilöiden välisen ainutlaatuisuuden ja toisaalta tarkastelluille reiteille yhteisten piirteiden ohessa kullekin reitille on löydettävissä myös erityisiä piirteitä, jotka ovat ominaisia juuri sille tavalle toipua. Kuusiston tutkimuksen tulokset korostavat sitä, että toipuvat tarvitsevat erilaisia asioita tuekseen toipuessa ja raittiuden ylläpitämisessä. Täten erilaiset hoitomuodot puolustavat paikkaansa. Asiakkaan piirteiden ja hoidon kohdentaminen näyttää osittain toteutuvan käytännössä ja merkitsevässä määrin päihdeongelmaisten itsensä toteuttamana. Kun ongelma koetaan vähemmän vakavaksi, toipuminen tapahtuu todennäköisemmin omaehtoisesti. Hoitoon hakeutuminen on järkevää tulkita asiakkaan tosiasialliseksi tarpeeksi saada tukea omalle toipumiselleen.

Ulkomaalaisista rikollisuudesta irrottautumisen kokemuksia tarkastelevista tutkimuksista mainittakoon John H. Laubin ja Robert J. Sampsonin (2003) tutkimus, jossa tutkittiin tärkeitä käännekohtia aikuisessa elämänculussa selittämään muutoksia rikollisessa toiminnassa. Keskeinen tulos oli, että rikoksentekijöiden irrottautuminen rikolliselta uralta on tuloksena yhdistelmästä, jossa yksilön toiminta yhdessä tilannekontekstin ja raken-

teellisten vaikutusten kanssa liittyä keskeisiin instituutioihin. Hyvä avioliitto, vakaa työ, identiteetin muutos ja ikääntyminen ovat tekijöitä, jotka korreloivat vahvasti selviytymisprosessiin. (Viikki-Ripatti 2009, 208.)

Toinen merkittävä tutkimus on Shadd Marunan (2001) tutkimus, jossa tutkittiin selviytymistä psykososiaalisena prosessina ja pyrittiin ymmärtämään psykologista mielenlaadua, joka parhaiten tukee rikollisuudesta irtaantumista ja sen ylläpitämistä. Tuloksena oli, että generatiiviset roolit toivat mukanaan vaihtoehtoisia saavutuksia ja mielekkyyttä elämään. Auttamalla toisia yksilöt uskoivat vapautuvansa syyllisyyden ja häpeän tunteesta sekä pitivät yllä omaa positiivista muutostaan. Selviytymiselle oli luontaista yleinen motivaatio, ydinminän ja oman toimijuuden tuntemus. (Viikki-Ripatti 2009, 208.)

Suomalainen huumetutkimus on ollut enimmäkseen kvantitatiivista tutkimusta. Kvalitatiivinen tutkimusote antaa kuitenkin paremmat mahdollisuudet tarkastella ongelmaa kattavammin huumeidenkäyttäjien näkökulmasta, heidän itsensä kokemana. Se mahdollistaa yksilöllisten huumeista irrottautumis- ja toipumisprosessien laajemman ja monipuolisemman tarkastelun. (Hännikäinen-Uutela 2004, 13.)

Aikaisemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että marginaaliasemaan joutuneiden on erittäin vaikea murtautua ulos siitä. Oman yhteiskunnallisen aseman kohottaminen on vaikeaa vankeuden painolastia kantaville. Sosiaalista kohoamista estävät yksilön hallitsemattomat, jatkuvasti pahenevat ja kasautuvat sosiaaliset ongelmat sekä yhteiskunnan ennakkoluuloisuus ja haluttomuus antaa rikoksiin syylistyneille todellisia mahdollisuuksia muuttaa elämänsä kulkuaan. Elämänsä suunnan kääntäminen vaatii yksilöltä voimavaroja, päättäväisyyttä ja henkilökohtaisten ongelmien hallintaan saamista. (Kynäs 2000, 240.)

Kansainvälisessä rikosurien ja niiltä irtaantumisen tutkimuksessa yhtenä kokoavana teemana on ollut kysymys sosiaalisten siteiden ja yksilöalttiuden keskinäisestä suhteesta rikollisuuden jatkumisen selittäjinä. Tutkimukselle on ollut tunnusomaista pyrkimys yksilöalttiuksien ja sosiaalisten siteiden samanaikaiseen empiiriseen analyysiin. Vain siten voidaan selvittää näiden tekijöiden itsenäisiä päävaikutuksia sekä myös niiden

vuorovaikutusta. Aikaisemman tutkimuksen valossa sekä vakailla yksilöalttiuksilla että sosiaalisilla siteillä on vaikutusta rikosurien jatkumiseen tai päättymiseen. (Sampson & Laub 2003; Kivivuoren 2009, 163 mukaan.)

3 SYRJÄYTYMINEN

3.1 Elämänkulku

Elämänkulututkimuksia on tehty esimerkiksi sosiologiassa, kasvatustieteissä ja psykologiassa. Sosiologinen elämänkulututkimus sai alkunsa Chicagon koulukunnan toimesta. 1980-luvun lopussa Yhdysvaltoihin suuntautui voimakas muuttoliike Euroopasta, jonka myötä kaupunkien väkiluvut kasvoivat. Kaupunkien kasvaessa rikollisuus ja erilaiset sosiaaliset ongelmat lisääntyivät. Chicagon koulukunnan sosiologit kiinnostuivat ihmisten selviytymistavoista ja alkoivat haastatellen kerätä ihmisten elämäkertoja. Tutkijoiden kiinnostuksen suuntautuminen ihmisten selviytymistarinoihin ja elämäkertoihin merkitsi laadullisen aineiston hankintaa ja tapaustutkimusten tekoa. Samalla nostettiin esille yksilön, perheen, yhteisön ja ympäristön vuorovaikutuksellisuus. (Kyngäs 2000, 15.)

Elämänkulun tutkimusta ei voida lukea minkään yksittäisen tieteenalueen lähestymistavaksi tai yhtenäiseksi teoriaksi. Kyseessä on analyyttinen näkökulma, jolla pyritään saamaan tietoa yksilön elämästä hänen itsensä kertomana ja tulkitsemana. Elämänkulun kuvauksen, analyysin ja ymmärtämisen näkökulmasta keskeisiksi nousevat yksilön tekemät valinnat ja se, kuinka hän käsittelee valintojensa seuraamuksia. (Kyngäs 2000, 16.)

Ihmisen elämänkulku on yksilöllisen monisuuntainen ja vahvasti kontekstisidonnainen prosessi, joka jatkuu läpi koko ihmisen eliniän. Se käsitetään toisiaan seuraavien elämänjaksojen sarjana, jossa eri elämänalueilla sattuvat merkittävät elämäntapahtumat toimivat käännekohtina ja merkitsevät usein siirtymää positiosta tai roolista toiseen. Kvalitatiivisessa tutkimusperinteessä elämänkulku nähdään erilaisten siirtymävaiheiden kautta eteneväksi prosessiksi. Normatiiviset siirtymät liittyvät yksilön kehitykseen, ja ne kytkeytyvät iän mukana porrastuviin kehitystapahtumiin. Idiosynkroottiset siirtymät ovat satunnaisten tekijöiden aiheuttamia yksilöllisiä elämänmuutoksia, kuten avioero, työpaikan menetys tai vankilaan joutuminen. Yksilön elämänkulun muotoutumiseen

eivät vaikuta vain historialliset ja kulttuuriset tekijät, vaan oma osuutensa on myös yksilön omilla valinnoilla ja ratkaisuilla. Elämä on vuorovaikutuksellisessa suhteessa sekä ympäröivään yhteisöön, että yhteiskunnallisiin tekijöihin. Tietyssä kontekstissa oleminen määrittää sitä, millaisia ratkaisuja ja valintoja yksilö voi elämässään tehdä. (Kyngäs 2000, 16–17.)

Elämänkulun katkoksiin liittyy muutoksen mahdollisuus. Anthony Giddens (1994) puhuu toisten mahdollisuuksien politiikasta. Tällä hän tarkoittaa sitä, että ihmisellä pitäisi olla jokaisessa uudessa tilanteessa valittavissa ratkaisumahdollisuuksia. Giddensin mukaan ihmisten ei tulisi olla sidottuja yhteen ainoaan elämänkulun malliin, vaan heidän tulisi voida valita ja aloittaa uudelleen missä tahansa elämänvaiheessa ja -tilanteessa. Kohdatut elämänmuutokset pitäisi nähdä mahdollisuutensa itsensä kehittämiseen, tilaisuutena uuteen, erilaiseen elämään. (Kyngäs 2000, 27.)

Valinnat eivät välttämättä ole selkeitä joko - tai -valintoja, vaan todellisuudessa ne ovat varsin kompliksia. Valintojen teko on usein kipeiden ratkaisujen tekemistä huonojen ja vielä huonompien vaihtoehtojen välillä. Aina valinnat eivät edes ole todellisia valintoja, vaan kyse on myös ajautumisesta olosuhteiden pakossa tilanteesta toiseen ilman rationaalisia, tarkoin harkittuja ratkaisuja. Valintatilanteet ovat usein vaikeita ja tehdyt ratkaisut johtavat aina uusien eteen. Huono-osaisilla valintamahdollisuudet ovat usein rajoittuneita. Lapsuudenkodista lähtöisin olevat ongelmat voivat olemassaolollaan sulkea pois monta mahdollisuutta. (Kyngäs 2000, 27.)

Elämänkulkuteoriassa päihde- ja rikoskierteestä selviytymiseen vaikuttavia tekijöitä kutsutaan yhteisnimikkeellä sosiaalinen pääoma. Sosiaalinen pääoma määritellään yleisellä tasolla resurssina, joka kehittyy ihmisten välisten yhteyksien ja sosiaalisten siteiden kautta. Se mahdollistaa sellaisten tärkeinä pidettyjen tavoitteiden saavuttamisen, joka sen puuttuessa ei olisi mahdollista. Rikolliseen toimintaan kiinnittyneellä voi olla sekä lainvastaisen että tavanomaisen elämän sosiaalista pääomaa. (Kivivuori & Lindborg 2009, 152.)

3.2 Syrjäytyminen ja marginalisaatio ilmiönä

Syrjäytymisen käsite omaksuttiin suomalaiseen sosiaalipoliittiseen tutkimukseen ja keskusteluun 1970-luvun ruotsalaisesta työmarkkinatutkimuksesta. Ruotsalainen termi *utslagning* käännettiin meillä aluksi uloslyönniksi, mutta varsin pian sitä alettiin käyttää vähemmän leimaavaa syrjäytymisen käsitettä. (Kyngäs 2001, 21.) Sosiaalinen syrjäytyminen ja köyhyys alkoivat kiinnostaa suomalaista tiedeyhteisöä suuremmassa määrin 1980-luvun puolivälissä. Eri tutkijat ovat hyvinkin eri mieltä syrjäytymisen ilmiöstä ja sen käsitteellistämisestä. Syrjäytyminen ilmiönä on vaikeasti haltuun otettava, hyvin moniulotteinen ja prosessimaisuudessaan hyvin vaikeasti ymmärrettävä ja kuvattava (Helne 2002, 13). Jorma Sipilä (1985) määritteli syrjäytymisen prosessiksi, jossa yksilön sidokset yhteiskunnan toiminnan eri alueisiin hajoavat.

Meillä Suomessa keskustelua on leimannut näkemys, että syrjäytymisen kohteeksi joudutaan, ajaututaan syrjäytyneisyyden tilaan. Syrjäytyminen nähdään lähellä elämänhallinnan käsitettä ja koetaan, ettei ihminen pysty enää hallitsemaan elämäänsä (Granfelt 1998, 78). Ilmiönä syrjäytyminen paikantuu yhteiskunnan alimpiin sosiaalisiin kerrostumiin. Siihen liittyy lähes aina subjektiivisesti koettua ja objektiivisesti havaittavissa olevaa huono-osaisuutta. Yksilötasolla syrjäytymiseen liittyy sosiaalisia ongelmia ja niiden kasautumista tai pitkittymistä. Keskeisinä elämänalueina ovat tässä suhteessa sosiaaliset suhteet, esimerkiksi koulutus, työ tai perhe-elämä. Syrjäytyminen ilmenee tällöin tuotannosta, sosiaalisista suhteista ja vallasta syrjäytymisenä. Olennaisia ovat myös yksilön suhteet alakulttuureihin, kuten rikollisuuteen ja päihteidenkäyttöön. Syrjäytyminen soveltuu kaikkein huono-osaisimman ryhmän elämäntilanteen kuvaamiseen. Syrjäytyminen saattaa lopulta johtaa yhteiskunnan taholta tulevaan institutionaaliseen "uloslyöntiin" vankilatuomioiden ja totaalihoitolaitossijoitusten muodossa. Yksilön ja yhteiskunnan väliset siteet ovat pahasti vaurioituneet tai kokonaan katkenneet. (esim. Hännikäinen-Uutela 2004, 42).

1990-luvun aikana Suomessa vakiintui syrjäytymiskäsitteen rinnalle marginalisaation käsite, jota voidaan pitää myös syrjäytymisen synonyymina. Marginalisaatio pitää sisällään ulkopuolisuuden, toiseuden ja erilaisuuden kysymykset. Marginaalissa elämisen ei

nähdä olevan luonteeltaan niin negatiivista ja totaalista kuin syrjäytymisen. Se ei syrjäytymisen tavoin edellytä pakkoa tai vastentahtoisuutta, vaan se saattaa olla myös itse valittu tila – ihminen osittain valitsee, osittain ajautuu. (Kyngäs 2000, 22.) Järvinen ja Jahnukainen (2001, 145) ovat sitä mieltä, että syrjäytymistä ja marginalisaatiota pitäisi tarkastella erillisinä ja omanlaisinaan ilmiöinä. Marginalisaatio käsitetään laajemmin kuin syrjäytyminen. Se soveltuu erityisesti ihmisten kokemuksiin ja elämän merkitykseen kohdistuvan tutkimuksen näkökulmaksi (Granfelt 1998, Hyväri 2001). Jokainen yhteiskunta määrittelee oman keskuksensa ja sen ulkopuolella olevat. Marginaalilla käsitetään jotain, mikä on virallisen yhteiskunnan laidoilla tai jopa sen ulkopuolella. Käsitteen voi myös ymmärtää siksi hämäräksi alueeksi, joka erottaa kaksi maailmaa toisistaan. Marginaalissa olevat koetaan erilaisiksi ja jopa uhaksi keskustasta katsottaessa. Toisiin liitetyt mielikuvat ovat pelkojen, vierauden ja erilaisuuden tasoilla arvottomuuden, paikattomuuden, sivullisuuden ja ristiriitaisuuksien ylläpitämiä ja tuottamia (Hyväri 2001, 96.) Marginaalissa eläminen voi olla näköalapaikka omaan elämään tai yhteiskuntaan. Se voi olla myös mahdollisuus uusien vaihtoehtojen havaitsemiseen. (Kyngäs 2001, 22.)

Marginaalisiin liitetään poikkeavuuden mielikuvia. Miten sitten normaalius ymmärretään? Helneen (2002) mukaan yksilön on täytettävä tietyt normaalisuuteen liitetyt vähimmäisvaatimukset, jotta häntä ei armottomasti luettaisi yhteiskunnan marginaalisiin. Näitä vähimmäisvaatimuksia ovat muun muassa palkkatyö, asunto, kohtuullinen sosiaalinen verkosto ja riittävän päihteetön elämäntapa. (Kannasoja 2006, 31.)

Normaalisuuden ehdot eivät ole marginaaliselle kovin helppoja vaatimuksia. Siksi marginaalissa oleva ihminen voi pyrkiä jättäytymään sivulliseksi, etteivät erityisesti keskustassa olevat ihmiset huomaisi hänen marginaalisia piirteitään. Sivullinen ihminen ei kuitenkaan ole näkymätön tai piilossa oleva, vaan syrjässä olemisensa ja siihen liitettyjen mielikuvien vuoksi usein juuri erityisen näkyvillä. (Hyväri 2001, 137).

Syrjäytyminen vaikuttaa näyttäytyvän melkoisen negatiivisena, totaalisenä ja usein myös pysyvänä elämäntilanteena. Marginaaliin joutumista ei kuitenkaan ole mielekäästä tulkita vain puutteena, vajauksena ja resurssittomuutena. Syrjässä eläminen on joillekin

näköalapaikka, josta tarkastella yhteiskuntaa. Se voi joskus olla jopa uusien mahdollisuuksien areena. (Granfelt 1998, 80; Hyväri 2001, 72.)

Kannasoja (2006) kirjoittaa inklusiivisesta eli mukaan lukevasta marginaalisuudesta, joka mahdollistaa yksilöiden eri ryhmiin kuulumisen ja ryhmästä toiseen liikkumisen tarkastelun. Toisilla elämänalueilla yksilö voi olla keskustassa, kun taas toisilla elämänalueilla yksilö voi samanaikaisesti olla marginaalissa. Nämä erilaiset tasot voivat vaihdella yksilön elämäntilanteen mukaan. Yksilö voi esimerkiksi menestyä koulussa ja harrastuksissa, mutta vaikkapa perheen heikon taloudellisen tilanteen vuoksi hän saattaa kuulua marginaaliryhmään. (Kannasoja 2006.)

Inklusiivisen tarkastelun etuna on marginalisaatio -käsitteen myönteisyys, väliin putoaminen ei ole poikkeus vaan sääntö ja ilmiötä tarkastellaan sekä yhdistävien tekijöiden että erojen kautta. Tällöin yksilöt huolitaan sisäpuolisiksi identifikaation käsitteen mukaisesti, eli eroavaisuuksien ja samanlaisuuksien kautta. Marginaalisuuden ei pidä kuitenkaan muuttua sen myönteisyydestä huolimatta tavoiteltavaksi elämäntavaksi tai asemaksi vaikkei siinä aina poikkeavuutta tai negatiivisuutta nähtäisikään. (Hyväri 2001, 80, Kannasoja 2006, 35.)

Inklusiivisesti ymmärretty marginaalisuus on vielä enemmän kuin sekä - että ajattelua. Tällä tavalla ymmärrettynä käsite menettää osan syrjäyttävästä voimastaan ja leimavuudestaan. Näin ollen yksilön elämässä on mahdollisuus muutokseen, joka voimistaa ja valtaistaa yksilöä, mutta samalla muutos on mahdollinen yhteiskunnan ja koko maailman tasolla. (Helne 2002, 100.)

Syrjäytymiskäsitettä on kritisoitu paljon. Syrjäytyminen viittaa enemmän yksilön valintoihin kuin yhteiskunnan rakenteellisiin ongelmiin. Käsitteen katsotaan myös lisäävän poliittisen päätöksenteon etäisyyttä syrjäytyneisiin. Koska syrjäytyneet ovat reunoilla, ei tuo ongelmakaan ole keskeinen, eikä se kosketa keskustassa olevien ihmisten elämää, eikä sen hoitaminen vaadi kuin marginaalisia toimenpiteitä. (Rantala 2006, 210.)

3.3 Vapautuvien vankien syrjäytyminen

Rikosrekisteri ja huumetausta rajaavat työ- ja koulutusmahdollisuuksia, vaikeuttavat asunnon saantia ja herättävät torjuntaa ja pelkoa monissa ihmisissä. Rikos- ja päihdekierteessä vuosia, jopa vuosikymmeniä eläneillä ihmisillä valinnan mahdollisuudet ovat voimakkaasti rajautuneet kaikilla elämänalueilla. Rikoksettoman ja päihteettömän elämän aloittaminen omin voimin, vailla tukea, on käytännössä mahdoton tehtävä. Oman toiminnan muuttaminen on hidas ja vaativa, henkilökohtaisia ponnisteluja vaativa prosessi, jota eivät helpota yhteiskunnassa vallalla olevat kovat asenteet ja vaikeimmassa asemassa olevien ihmisten syrjäytyminen jopa sosiaalityöstä. (Granfelt 2007.)

Nykyisessä yksilön vastuuta korostavassa ja menestystä ihannoivassa yhteiskunnallisessa ilmapiirissä häpeä ja syyllisyys jäävät lähes yksinomaan vankilaan joutuneen ihmisen kannettaviksi. Vaille merkitystä jää se tosiasia, että varsin monen vankilaan päätyvän elämänhistoriaan on kasautunut traumaattisia kokemuksia varhaislapsuudesta lähtien ja yhteiskunnallinen eriarvoisuus on ollut konkreettista arkitodellisuutta elämän ensi hetkistä alkaen. Kun traumataustat ohitetaan, ihmisten oireita kohdellaan heidän ominaisuuksinaan. (Granfelt 2006, 146.)

Vapautuva vanki on todennäköisesti jo pitkään elänyt syrjässä ja häntä on kohdeltu sen mukaisesti niin virallisen organisaation kuin monien tavallistenkin kansalaisten taholta. Monet yhteiskuntamme toiminnot tapahtuvat muodollisesti tasa-arvoisesti. Vankilasta vapautuva saa periaatteessa samanlaisen kohtelun ja palvelun kuin kuka tahansa meistä, mutta käytännössä asia on toisin. Vaikka vankilasta vapautunut täyttääkin asianmukaisen asiakkaan roolin monissa virastoissa, joissa hän vapautuessaan joutuu asioimaan, hän kohtaa kuitenkin sanallista tai sanatonta viestintää, johon voi sisältyä epäluuloa, halveksuntaa, pelkoa ja melkoista pidättyvyyttä. Puhumaan tottumaton ihminen hämmentyy tilanteissa, joissa ilmapiiri on virallinen ja muodollinen. Sosiaalinen etäisyys tuntuu suurelta. Tällainen kohtelu virastoissa voi olla ymmärtämättömyyttä, mutta pahimmillaan myös vallankäyttöä, jonka ikävin seuraus voivat olla lisääntynyt syrjäytyneisyys ja katkeruus luonnollisen kontaktin sijaan.

Mitä pidempään yksilö on laitoksessa, sitä vieraantuneempi hän on yhteiskunnasta. Nykyisen yhteiskunnan nopean muuttumisen ja kehittymisen vuoksi vankilassa pitkään olleilta ihmisiltä saattaa puuttua arkielämässä selviytymisen kannalta merkityksellisiä tietoja ja taitoja. Jos yksilö vapautuessaan yrittää siirtää laitoksessa omaksutut tavat siviiliin, hän tulee huomaamaan nopeasti, ettei niillä pärjätä. Pahimmassa tapauksessa laitoksen rutiineihin tottunut huomaa, ettei hän pysty elämään muualla kuin laitoksessa. Vaikka nämä vapautuvien vankien ongelmat ovat olleet tiedossa jo vuosikausia, ei niiden ratkaisemiseksi ole tehty kovinkaan paljon. Yhä edelleen suuri osa vangeista vapautuu muovikassi kädessään, ilman asuntoa, tai edes yösijaa, puhumattakaan että olisi työpaikkaa tai edes ruokarahaa. Arkielämän taidot puuttuvat, koska niitä ei voi hankkia vankilassa. Laskujen maksaminen, ruokaostosten tekeminen, virastoissa asioiminen esimerkiksi asunnon ja työpaikan hakemiseksi ovat monelle vapautuvalle täysin uusia asioita. Rahattomana on mahdoton saada asuntoa. Rikostaustaisen ja kouluttamattoman on vaikea, ellei mahdoton päästä työmarkkinoille. Pitkä vankeus hävittää kuvan myös siitä, mitä eläminen maksaa. Rahan arvo hämärtyy eikä osata suunnitella rahankäyttöä.

3.4 Yhteiskuntakin syrjäyttää

Useat vankilasta vapautuvia koskevat tutkimukset (esim. Rantala 2004, Karjalainen & Viljanen 2009, Timonen 2009, Karsikas 2005) ovat osoittaneet, että yhteiskunta tarjoaa liian vähän vaihtoehtoja ja mahdollisuuksia rikos- ja päihdekierteestä irti pyrkiville.

Monet päihdeongelmaiset vangit ovat enimmäkseen köyhiä, työttömiä, asunnottomia, joiden lapset on huostaan otettu ja joista useimmat ovat olleet vuosia työelämän ulkopuolella tai eivät ole koskaan sinne sijoittuneetkaan. Mikäli vapautumisjärjestelyihin ei panosteta, päihdekuntoutus menee osittain hukkaan, kun vangit vapautuvat samoihin tai vielä heikompiin olosuhteisiin, mistä vankilaan tulivat. Päihdeongelma ja rikollisuus ovat kietoutuneet muihin sosiaalisiin ongelmiin ja ovat siten osa marginalisaatiota. Niitä ei tule irrottaa kokonaiselämäntilanteesta vain yksilötason ongelmiksi, joista vanki itse on vastuussa (Granfelt 2007.)

Vankilasta vapautuneiden jälkihuoltoon ollut heikosti tunnettu ongelma-alue ja kuntien sosiaalitoimessa, jonne asian pitäisi kuulua, sellaista työmuotoa ei muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta tunneta. (esim. Karjalainen & Viljanen 2009, 26, Karsikas, 2010.) Lainrikkojien tukevalla palveluohjaukselle ja muulle sosiaaliselle tuelle on selvä tarve. Heidän tilanteensa ovat vain jääneet isompien ja tärkeämpien asioiden jalkoihin, sivuutettu, unohdettu, torjuttu. (Karjalainen & Viljanen 2009, 35.)

Nykyinen toimintapolitiikka, jossa vapautuville vangeille pyritään yhteistyössä rakentamaan saumattomia palveluketjuja, on idealistisuudessaan monin tavoin epärealistinen. Rantalan (2004) tutkimuksen mukaan verkostotyö erittäin vakavien sosiaalisten ongelmien ratkaisutapana pikemminkin tukee rakenteissa olevia ongelmia kuin ratkoo niitä: suurimmat ongelmat eivät ole paikallistason verkostojen ratkaistavissa. Ongelmat ovat ensisijaisesti rakenteellisia ja poliittisia, mutta toimintavaltuuksien ja resurssien puuttuessa niihin etsitään ratkaisuja tiedonvälityksen tehostamisesta, projektityöstä sekä toimijoiden osaamisesta, tahdosta, motivoituneisuudesta ja sitoutuneisuudesta yhteistyöhön. (Rantala 2006, 221.)

Vaikka vankilakierteessä oleviin päihteidenkäyttäjiin ei kohdisteta poliittista huomiota erityistukea tarvitsevana ryhmänä verrattuna esimerkiksi "syrjäytymisvaarassa" oleviin, he ovat tärkeä sosiaalityön kohde. Ihmiset, joilla toistuva rikollisuus liittyy päihteiden käyttöön, työllistävät monia eri viranomaisia kierteen eri vaiheissa, mikä on kallista. Tai kuka tahansa voi saada metrossa viereensä arvaamattomasti käyttäytyvän, psykoottisen huumeiden ongelmakäyttäjän. Tällaisen ihmisen vankilakierre saattaa tosin katketa ilman ulkopuolisen apua, mutta syynä on tuolloin todennäköisesti hänen oma kuolemansa. Kysymys on myös syrjäytyneiden perusoikeuksista saada inhimillisen elämän turvaavat palvelut, mikä on samalla ihmisoikeuskysymys. (Rantala 2006, 209.)

Kati Rantalan (2004) tutkimuksessa kritiikin kohteeksi asettuvat ne yhteiskuntapolitiittiset toimet, joilla vankilasta vapautuvia pyritään integroimaan yhteiskuntaan. Tarkastelun painopisteenä ovat yhteiskunnan rakenteelliset tekijät, jotka suuressa määrin vaikuttavat vankien ja vankeinhoidon työntekijöiden työn tuloksellisuuteen. Rantalan kritiikki kohdistuu siihen, että rakenteellisiin tekijöihin kohdistetaan niin vähän huomiota ja odo-

tukset viranomaisverkostotyön kautta aikaansaataviin muutoksiin vankien selviytymisedellytyksissä ovat epärealistiset. Rantalan perussanoma on, että huomattavin moniammatillisin ponnistuksin voidaan tukea pienen joukon selviytymistä, mutta suurin osa vangeista jää oman onnensa nojaan, vailla minkäänlaisia selviytymisedellytyksiä. Vapautuvilla vangeilla ei ole poliittista painoarvoa, ja he joutuvat kuntien priorisoinneissa viimeisille sijoille sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa ja asuntosektorilla. Vaikeimmassa asemassa olevat näyttävät syrjäytyvän myös päihdehuollossa ja aikuis-sosiaalityössä. (Rantala 2006, 221.)

Yhteiskunnallisessa keskustelussa vankilasta vapautuviin ei suhtauduta myönteisesti. Vankilakierteessä olevat ovat poliittisesti hankalia, koska heidän moniongelmaisuutensa hoitaminen on paitsi kallista myös oire muista hankalista ongelmista kuten laitostaustasta, rikosseuraamuksista, yhteiskunnan kovista asenteista ja syrjäytymiskehityksestä. (Rantala 2006, 221).

Vapautuvien vankien auttamisjärjestelmän yksi keskeinen ongelma on niiden marginaalisuus. Julkilausuttuna tehtävänä rikosseuraamuslaitoksella on auttaa rangaistustaan suorittava tai sen suorittanut pois rikosmaailmasta, pois yhteiskunnan marginaalista. Ongelmaksi tässä työssä voi muodostua se, että sekä rangaistusten täytäntöönpano, valvontatyö että auttamistyö ovat lähinnä rikosseuraamuslaitoksen vastuulla. Ne on eristetty omaksi toiminnakseen eli marginaaliset auttamisjärjestelmät auttavat yhteiskunnassamme pahiten marginaalissa olevia. Ainakin nämä systeemit onnistuvat pitämään asiakkaansa marginaalissa. Vangit ja vankilasta vapautuneet kuuluvat reunimmaiseen ryhmään ja heitä yrittävät auttaa reunimmaiset auttamissysteemit, jotka elävät symbioosissa keskenään, mutta ovat huonosti verkostoituneet muihin auttamisjärjestelmiin. (Timonen 2009.)

Side, joka yhdistää ihmisen yhteiskuntaan, on samalla myös side yhteiskunnalliseen normaaliuteen. Yhteiskunnallinen normaalius on se peruste, jolla ihmisten syrjäytymistä ja yhteiskunnallista osallisuutta arvioidaan. (Raunio 2004, 219.) Niin sanotun normaalin elämän luokitukset ja kriteerit syntyvät, vahvistuvat ja elävät omaa elämäänsä viranomaisten ammatillisissa yhteisöissä. Näiden yhteisöjen perimmäinen tarkoitus on ollut

yksilön auttaminen, mutta samalle ne kontrolloivat autettaviaan monenlaisten normien kautta, joiden tarkoituksena on sopeuttaa asiakkaat "normaaliin" elämään ja siihen kuuluiin normeihin. Osittain tässä työssä onnistutaankin, ongelmaksi muodostuvat kuitenkin ne reunimmaisat, täysin normeista poikkeavat, kuten lainrikkijat. Heihin kohdistuu yhteiskunnan kontrolli - ja auttamismekanismien taholta sekä yhteiskunnan eristämisen että yhteiskuntaan palauttamisen tarkoitus.

Yhteiskuntaan palauttamisen tavoitteena ei aina ole pelkästään hyvää tarkoittava vaikutus syrjäytyneiden kannalta katsottuna. Usein "palauttamisella" tarkoitetaan ihmisen palauttamista rooleihin, ryhmiin ja paikkoihin, jotka eivät välttämättä vastaa heidän omia tarpeitaan. Tällöin voitaneen puhua pakkointegraatiosta, tilanteesta, jossa huonoreisemmat halutaan yhteiskunnan valtaa pitävien mekanismien avulla asettaa siihen asemaan, että heidän tulisi ottaa vastaan heille tarjottu rooli. Yhteistyöhaluttomat syrjäytyvät entisestään.

Vankilatausta on edelleen ilmeinen este ns. normaalipalvelujenkin piiriin pääsemiseen, erityispalveluista puhumattakaan. Usein lainrikkojien kohtaamia tilanteita voi luonnehtia poiskäännyttämiseksi. Karjalaisen ja Viljasen (2009) mukaan toimenpiteitä vankilasta vapautuvien moniin tuen tarpeisiin ei vakiinnu ilman erityistoimia ja lisärahoitusta.

4 SELVIYTYMINEN

4.1 Selviytymisprosessi

Tässä tutkimuksessa kuvaan rikos- ja päihdekierteestä irtipääsemistä pääasiassa selviytymis-käsitteellä, mutta kuvaan sitä myös käsitteillä toipuminen ja irtaantuminen, koska kirjallisuudessa kaikkia näitä käsitteitä käytetään yleisesti.

Selviytyminen käsitteenä löytyy jo Darwinin evoluutioteorioista ja psykoanalyysista. Lazarus ja Folkman (Purola 2000) määrittelevät selviytymisprosessin yksilön jatkuvasti muuttuvaksi kognitiiviseksi, toiminnalliseksi ja emotionaaliseksi pyrkimykseksi hallita, sietää tai vähentää sellaisia ulkoisia ja sisäisiä vaatimuksia, jotka arvioidaan rasittaviksi tai ylivoimaisiksi suhteessa yksilön voimavaroihin.

Selviytymisen käsite (coping) perustuu stressiteorioihin. Selviytymisteoriat käsittelevät sitä, kuinka yksilö pyrkii selviytymään stressistä ja välttämään sen vahingollisia seurauksia. Selviytyminen (coping) liittyy läheisesti stressin hallintaan. Selviytymispyrkimykset on nähty joko suhteellisen pysyvinä, yksilön persoonallisuudesta määräytyvinä toimintapyrkimyksinä tai tilannekontekstista riippuvaisina prosesseina. Prosessia korostavassa suuntauksessa yksilön ja ympäristön katsotaan olevan jatkuvasti muuttuvassa, dynaamisessa suhteessa toisiinsa. Selviytymispyrkimykset nähdään reaktioina tilanteen vaatimuksiin. Yksilöä korostavissa suuntauksissa selviytymispyrkimykset puolestaan ymmärretään ensisijassa yksilön ominaisuuksina ja niissä pyritään hahmottamaan tietyille yksilöille tyypilliset selviytymisstrategiat. (Purola 2000).

Selviytyminen on dynaaminen kognitiivinen prosessi, joka perustuu ihmisen arviointiin tilanteestaan sekä henkilökohtaisista resursseistaan, joiden avulla hän yrittää hallita stressiä aiheuttavaa tilannetta. Prosessi muuttuu ihmisen uusien tilannearviointien perusteella ja siinä voidaan nähdä peräkkäisiä vaiheita, jotka vaihtelevat yksilöllisesti. (Folkman & Lazarus 1980, Purolan 2000 mukaan).

Folkman kollegoineen (Purola 2000) on luokitellut selviytymiskeinot kahdeksaan luokkaan:

1. *Yhteenotto* (confrontive coping) liittyy aggressiivisiin pyrkimyksiin muuttaa tilannetta esimerkiksi taistelemalla asian puolesta tai saattamalla toinen henkilö havaitsemaan vastuullisuutensa. Siihen voi liittyä myös vihamielisyyden osoittamista tai riskinottoa.
2. *Etäännyttäminen* (distancing) kuvaa pyrkimyksiä irrottautua tapahtumasta jatkamalla kuin mitään ei olisi tapahtunutkaan tai yrittämällä unohtaa tapahtuma. Siihen liitetään myös tulevaisuuden näkymien luomista ja pyrkimyksiä nähdä asioiden valoisa puolet.
3. *Itsekontrolli* kuvaillaan pyrkimyksinä säädellä omia tunteita ja toimintaa. Siinä pyritään pitämään tunteet piilossa ja välttämään pikaisia toimia, joilla saattaisi olla negatiivisia seurauksia.
4. *Sosiaalisen tuen etsintä* sisältää niin tiedollisen, materiaalsen kuin emotionaalisenkin tuen hakemisen toisilta.
5. *Vastuullisuuden hyväksynnällä* tarkoitetaan sitä, että myönnetään oma osuus tapahtuneeseen ja mahdollisesti pyritään korjaamaan aiheutunut vahinko. Se sisältää niin oman toiminnan kritisoinnin, itsellä olevien ongelmien myöntämisen kuin anteeksi pyynnön ja päätöksen toimia jatkossa paremmin.
6. *Pakovälttäminen* (escape-avoidance) kuvaa pyrkimystä vähentää stressiä välttämällä negatiivisten ajatusten tai tilanteiden kohtaamista. Tähän liittyvät mm. perusteettomat toiveet tilanteiden korjautumisesta itseksensä, päihteiden käyttö sekä ihmisten vältteleminen.
7. *Suunnitelmallinen ongelmanratkaisu* kuvaa ongelmaan kohdistuneita toimenpiteitä, joiden avulla tilannetta pyritään muuttamaan. Tämä luokka sisältää sekä nämä käytännön toimenpiteet että ongelmanratkaisuun liittyvän suunnittelun ja tilanteen analysoinnin.
8. *Positiivinen uudelleenarviointi* ymmärretään pyrkimyksinä nähdä tilanteessa positiivista merkitystä, joka kohdistuu esimerkiksi persoonalliseen kasvuun ja kehittymiseen ihmisenä. Uudelleentulkinnalla voi olla myös uskonnollinen vivahde; tapauksen voidaan katsoa esimerkiksi vahvistaneen uskoa.

Selviytymiseen vaikuttavat ihmisen persoonallisuus sekä sosiaalinen ja fyysinen ympäristö. Ihmisen persoonallisuus sekä muut henkilökohtaiset ominaisuudet vaikuttavat siihen, millaisia voimavaroja hänellä on käytettävissään. Sosiaalinen ja fyysinen ympäristö voi olla joko selviytymisprosessia tukeva tai sitä vaikeuttava. Ympäristö käsittää yksilön ja hänen läheistensä väliset suhteet sekä ympäröivän yhteisön tuen. (Purola 2000).

Vapautuva päihdeongelmainen on monella tapaa uuden edessä. Häneltä usein puuttuu ympäröivän yhteisön tuki ja vanha kaveripiiri on jätetty taakse. Vankilasta vapautumisen jälkeen liittyminen yhteiskuntaan niin sanotuksi yhteiskuntakelpoiseksi kansalaiseksi onkin huomattavasti vaikeampaa kuin paluu entisiin porukoihin ja rikolliseen elämäntapaan. Tarvitaan paljon ponnisteluja ja päättäväisyyttä vapautujalta itseltään kuin myös paljon ulkopuolista tukea. Yhteiskunnan joustamattomuus velkojen järjestelyssä ja taloudellisen tilanteen vaikeus saattaa ohjata ihmiset epävirallisille työmarkkinoille. Eri-laisten harmaiden ja laittomien töiden tekemisestä voi tulla selviytymisstrategia. Luottokelpoisuusongelma tekee kaupungin tai kunnan vuokra-asunnon saamisen mahdottomaksi. Vankilasta vapautuvalle useimmiten viranomaisten yksittäisten päätösten kautta voitaisiin järjestää asunto, mutta sitä ei haluta tehdä määrättyjen byrokraattisten säännösten takia. Oman paikan löytäminen yhteiskunnassa voi olla ylivoimaisen vaikeaa, jos vapaus alkaa kadulla. (Timonen 2009)

Selviytyminen on yhteydessä yksilön psyykkisiin edellytyksiin sekä taloudellisiin ja sosiaalisiin mahdollisuuksiin. Sitä voidaan kuvata laadukkaana elämänä, joka koetaan onnistuneena ja tyydyttävänä. Selviytyminen on myös eheyttä, positiivista minäkäsitystä ja tyydyttäviä ihmissuhteita. Kasvu selviytymisen tuloksena voi ilmetä esimerkiksi elämäntilanteen jäsentämisenä, arvojen muuttamisena, erilaisuuden hyväksymisenä, asioiden uudelleen arviointina ja uusien toimintatapojen omaksumisena. Lisäksi selviytyminen voidaan nähdä vahvana koherenssin tunteena tai voimaantumisenä. (Purola 2000.)

Voimaantuminen, sisäinen voiman tunne (empowerment) merkitsee ihmisestä itsestä lähtevää prosessia, joka on yhteydessä ihmisen omaan haluun, omien päämäärien aset-

tamiseen, samoin luottamukseen omiin mahdollisuuksiin sekä näkemykseen itsestään ja omasta tehokkuudestaan. Voimaantunut ihminen on aktiivinen, luova ja vapaa toimija, joka asettaa jatkuvasti itselleen uusia päämääriä omassa elämänprosessissaan. Itseä ja omia mahdollisuuksia koskevat uskomukset rakentuvat pääosin sosiaalisessa kanssakäymisessä. Siten voimaantumiseen vaikuttavat toiset ihmiset, olosuhteet ja sosiaaliset rakenteet. (Siitonen 1999, 118–119.)

Kaikki selviytymisyritykset tähtäävät jollakin tavoin muutoksen kohtaamiseen ja sen hallintaan. Selviytyminen ei tarkoita elämän saamista täydelliseen järjestykseen, vaan taitoa vähentää ja lieventää sen kitkakohtia niin, että sopeutuminen uusiin asioihin ja tilanteisiin paranee. Selviytymisen edellyttävän tilanteen aiheuttamia vaatimuksia ei tule nähdäkään pelkästään kielteisinä, koska ne ovat elämälle ja kasvulle välttämättömiä. Kasvu edistää vaatimuksiin vastaamista. Onnistunut vaatimukseen vastaaminen parantaa kykyä selviytyä uusista haasteista. (Purola 2000.)

4.2 Selviytymiskeinot

Selviytymiskeinot voidaan jakaa Lazaruksen ja Folkmanin (Purola 2000) mukaan ongelma- ja tunnesuuntautuneisiin. Ongelmasuuntautuneiden keinojen avulla pyritään hallitsemaan ja muuttamaan stressaavaa tilannetta. Ongelmasuuntautuneita keinoja ovat sekä aggressiiviset että rationaaliset ja harkitsevat ongelmanratkaisuyritykset, kuten esimerkiksi kognitiivinen ongelmanratkaisu ja päätöksenteko, tiedon etsiminen, tavoitteiden asettaminen, itsehoito, sosiaalisen tuen hankkiminen ja vastuunotto. Sosiaalisen tuen hakeminen sisältää tiedollisen, emotionaalisen ja konkreettisen tuen hakemisen sekä läheisiltä että ammatti-ihmisiltä. Vastuunotto selviytymiskeinona merkitsee oman tilanteen tunnistamista ja toimimista uudessa tilanteessa. Ongelmien konkreettinen ratkaiseminen ja sen suunnitteleminen, miten edetä päivä kerrallaan edistävät selviytymistä. (Purola 2000.)

Tunnesuuntautuneiden selviytymiskeinojen avulla ihminen pyrkii tasapainoon käsittelemällä tilanteen aiheuttamia tunteita. Näitä ovat esimerkiksi tunteiden tiedos-

taminen, ilmaiseminen ja säätely sekä pyrkimys hallita päihteiden käytön aiheuttamia emotionaalisia seurauksia, asioiden tarkastelua uudesta näkökulmasta tai niiden merkityksen muuttamista ja etäännyttämistä. Myös tunteenpurkaukset, outo tai epäsoσιαalinen käyttäytyminen, vetäytyminen ihmissuhteista, kohtaloon uskomisen, ratkaisuyrityksistä luopuminen, päiväunelmointi ja avusta kieltäytyminen sekä tilanteen kieltäminen ja toivominen saattavat olla selviytymiskeinoja, vaikka ne vaikuttavat tuntekontrollin pettämiseltä. (Lazarus ja Folkman 1984, Purolan 2000 mukaan.)

Ongelma- ja tunnesuuntautuneet selviytymiskeinot ovat usein käytössä samanaikaisesti ja ne täydentävät toisiaan. Vaikka selviytymiskeinot muuttuvat tilannearvion perusteella, voidaan joitakin niistä pitää toisia keinoja pysyvämpinä ja johdonmukaisempina selviytymisprosessissa. Uudelleen orientoituminen on suhteellisen pysyvä selviytymiskeino, mutta esimerkiksi sosiaalisen tuen hakeminen on riippuvainen sosiaalisesta verkostosta. Sosiaalisen verkoston kautta ihminen voi saada sosiaalista tukea, joka on luonteeltaan emotionaalista, tiedollista tai aineellista. Sosiaalisen tuen saatavuus riippuu yksilön kyvystä vastaanottaa tukea ja sosiaalisen verkoston mahdollisuuksista tarjota apua. (Purola 2000.)

Ihmisen selviytymistä voidaan tukea onnistumisten ja kyvykkyyden osoittamisen, tavoitteiden suuntaisen kehityksen sekä tavoitteiden jäsentämisen avulla. Myös päätösten ja valintojen tukeminen, itsestään huolehtimisen tukeminen sekä motivaation ja optimismin ylläpitäminen ovat keinoja, joiden avulla tuetaan ihmisen selviytymistä. Tukeminen merkitsee myös yksilön tukemista sellaisten tilanteiden ja olosuhteiden hakemisessa, jotka parantavat hänen toimintamahdollisuuksiaan ja vahvistavat subjektiutta. Tavoitteena on vähentää yksilön ongelmia ja lisätä elämänhallintaa niin, että hänen mahdollisuutensa jatkaa elämäntehtäviensä tai henkilökohtaisten projektiansa toteuttamista paranevat. (Purola 2000.)

Selviytyminen voidaan kuvata oppimisena ja kasvuna. Toiminnan myötä saadut positiiviset kokemukset lisäävät tunnetta tapahtumien hallittavuudesta, vahvistavat pysyvyysodotuksia sekä vähentävät pelon ja epävarmuuden tuntemuksia. Ihminen pystyy itse edistämään selviytymistään oppimalla uusia asioita ja tällöin myös muiden ihmisten

on mahdollista tukea oppimista. (Purola 2000.)

5 PÄIHDERIIPPUVUUS JA IDENTITEETTI

5.1 Riippuvuuden monet kasvot

Lapsuuden kehityskulkujen on todettu ennakoivan myöhemmän iän päihdeongelmia. Lapsuuden vaikeuksien vaikutus itsetuntoon voi johtaa haavoittuvuuteen psyykkisten ongelmien suhteen ja riskitason kasvuun esimerkiksi päihdeongelmaan nähden. Ongelmakäyttäytyminen heijastelee vaikeuksia sosiaalisten roolien muodostamisessa. Antisosiaalinen kehitys on kumuloituvaa luonteeltaan ja negatiiviset kehityskulut seuraavat toisiaan. Yksilö voi mahdollisuuksien sulkeutuessa edessään suuntautua kohti vaihtoehtoisia pätemisen muotoja, joilla pyritään rakentamaan omaa identiteettiä. Negatiivinen käännekohta johtaa mahdollisuuksien kaventumiseen, ympäristöolosuhteiden muuttumiseen epäedullisiksi, negatiivisten ketjureaktioiden käynnistymiseen ja yksilön sisäisten voimavarojen heikkenemiseen. (Kuusisto 2010, 34.)

Myös syrjäytymisen ongelmavyöhytiin liittyvät usein riippuvuudet ja riippuvuudet lisäävät ennestään syrjäytymiskehitystä, vaikka niillä voidaan nähdä olevan myös tietyllä tapaa yksilön sisäistä tasapainoa ylläpitävä tehtävä. Addiktiot voivat toimia selviytymisstrategioina vaikeissa joko ulkoisissa elämäntilanteissa tai vasteena sisäiseen stressitilaan ja niiden voidaan nähdä palvelevan pohjimmiltaan yksilön selviytymistä. William Miller (1998, 163–172) pitää erilaisten riippuvuuksien kehittymistä ihmiselle ominaisena kehityskulkuna. Päihdeongelman muodostumisessa merkittävässä asemassa ovat monenlaiset tekijät, altistavina tekijöinä ovat ainakin osassa päihdeongelmia perinnölliset syyt, mutta merkitystä on myös sosiaalisella, kulttuurisella ja normatiivisella kontekstilla, jossa yksilö elää. Riippuvuuden kehittyminen näyttäytyy nykytutkimuksen valossa vastauksena tunne-elämän säätelyyn. Päihteidenkäytön merkitys on pitkälti kognitiivisessa säätelyssä. Päihdeongelman taustalta voidaan löytää puutteita psyykkisessä itsesäätelyssä, jota päihdeongelmainen on lähtenyt paikkaamaan keinotekoisesti päihteillä. Alussa päihteidenkäyttö pysyy hallinnassa ja tuo illuusion positiivisista vaikutuksista, vaikka todellisuudessa se kehittyy vähitellen riippuvuudeksi. (Kuusisto 2010, 34.)

Kaikki addiktiivinen käyttäytyminen voi kehittyä kierteenomaiseksi ja itseään ruokkivaksi ansaksi. Negatiivisissa tunnetiloissa yksilö pyrkii luonnostaan helppoa ratkaisua kohti, mikä mahdollistaa päihderiippuvuuden synnyn. Nopea itsesääätely johtaa kuitenkin pitkällä aikavälillä negatiivisten tunnetilojen voimistumiseen ja pyrkimykseen vastata tunnetilan muutokseen jälleen päihdekäytöllä (Kuusisto 2010, 35.)

Päihderiippuvuudessa on kyse moniulotteisesta problematiikasta. Nykypäivänä suurin osa hoito- ja kuntoutusmalleista perustuu päihdeongelman määrittelyyn fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena ongelmana. Lääketieteen osuus ongelman määrittäjänä on korostunut ja riippuvuus diagnosoidaan tänä päivänä sairautena. Lääketieteellisesti painottuneessa riippuvuustulkinnassa on vaarana se riippuvuudesta irtaantumisessa oleellinen asia, että kriittisin kohta irtaantumisessa ei ole päihteistä irti pääseminen vaan niistä irti pysyminen. (Ruisniemi 2006, 19-20.)

Päihdeongelma voi painottua eri ihmisillä eri osa-alueisiin ja on tärkeää hahmottaa kokonaisnäkemys ihmisen elämäntilanteesta ja hänen omasta käsityksestään ongelmanratkaisuun. Aina ihminen ei tarvitse ammatillista apua elämäntilanteensa muuttamiseen ja toisinaan jokin pieni asia saa muutoksen käyntiin. (Ruisniemi 2006, 20.)

Päihderiippuvuus vaikuttaa ihmisen kokemukseen itsestään psyykkisenä, fyysisenä ja sosiaalisena olentona. Negatiiviset seuraukset ovat erilaisia eri ihmisten kohdalla. Pitkään jatkunut päihteidenkäyttö aiheuttaa vaikeuksia monilla elämän osa-alueilla: terveys, sosiaaliset suhteet, psyykkinen hyvinvointi ja henkisen elämän kapeutuminen. Riippuvuus aiheuttaa oman subjektiivisuuden osittaista menettämistä päihteelle. Päihteet alkavat määrittää toimintaa elämässä. (Ruisniemi 2006, 20.)

Rikollisuus ja päihteiden käyttö olivat toisiinsa kietoutuneita ja toisiaan ruokkivia. Päihteiden käytön lisääntyessä rikollinen toiminta kehittyy ja saa uusia muotoja. Yleinen kehityskulku on sellainen, että alkoholista siirrytään mietoihin huumeisiin. Seuraava vaihe ovat kovat huumeet, joista amfetamiini on yleisin. Tutkimuksissa on todettu koviin huumeiden käytön aloittamisen 16–20-vuoden iässä vaikuttavan siihen, että rikos-

käyttäytyminen ja muut sosiaaliset ongelmat muuttuvat pysyvämmiksi ja koko elämää hallitseviksi. Päihteiden ongelmakäyttö toimii tekijänä, joka osaltaan lisää rikosaktiivisuutta. (Kivivuori & Linderborg 2009, 74–75.)

5.2 Identiteetti, itsetunto ja riippuvuus

Identiteetti käsitteenä on määritelty monella tavalla. Minää koskevassa psykologisessa keskustelussa käytetään monia eri käsitteitä, joiden merkitys vaihtelee ja jotka käsitteinä ovat osaksi päällekkäisiä. Minäkuva, identiteetti, persoonallisuus, minä, itse, minuus, sosiaalinen ja persoonallinen identiteetti ja minäkäsitys ovat eniten käytettyjä käsitteitä. (Ruisniemi 2006, 57.)

Osalle päihderiippuvaisista ihmisistä päihteet ja addiktiivinen käyttäytyminen ovat nivoutuneet heidän minäkäsitykseensä ja selviytymistä koskeviin uskomuksiinsa. Päih-teistä luopuminen edellyttää suurta "identiteettiprojektia". Minuutta joudutaan alkaa rakentamaan uudelleen. Riippuvuudesta vapaan identiteetin omaksuminen voi tapahtua palaamalla johonkin aikaisempaan olemisen malliin, ottamalla käyttöön sellaisia puolia minuudesta, jotka ovat syrjäytyneet riippuvuuden myötä tai rakentamalla kokonaan uutta minuutta. Uuden minuuden rakentaminen on välttämätöntä ihmisille, jotka ovat ajautuneet jo varhain ulos normaaleista sosiaalisista suhteista tai sellaisille, joiden aikaisemmat olemisen mallit olivat epätydyttäviä. (Koski-Jännes 1998, 171–172.)

Riippuvuuskäyttäytymisen muutokseen liittyy useissa tapauksissa jonkinlainen identiteetikriisi. Ihminen havahtuu siihen, ettei olekaan sellainen henkilö, joka hän haluaisi olla tai joksi hän kuvittelee itsensä. Selviytyäkseen kriisistä ihminen joutuu ottamaan kantaa siihen, missä määrin hän toimii arvojensa mukaisesti. Ensimmäinen reaktio on usein muodoltaan negaatio: Tällainen en halua olla. Törmäys todellisuuteen käynnistää prosessin, jonka tuloksena ihmiselle muodostuu uudenlainen, ongelmasta selviytyneen ihmisen identiteetti. Vaikka kriisiä ei esiintyisikään, addiktiivisesta käyttäytymisestä luopuminen edellyttää jonkinasteista identiteettityötä ja uuden riippuvuudesta vapaan minäkäsityksen luomista ja julkistamista. (Koski-Jännes 1998, 172–173.)

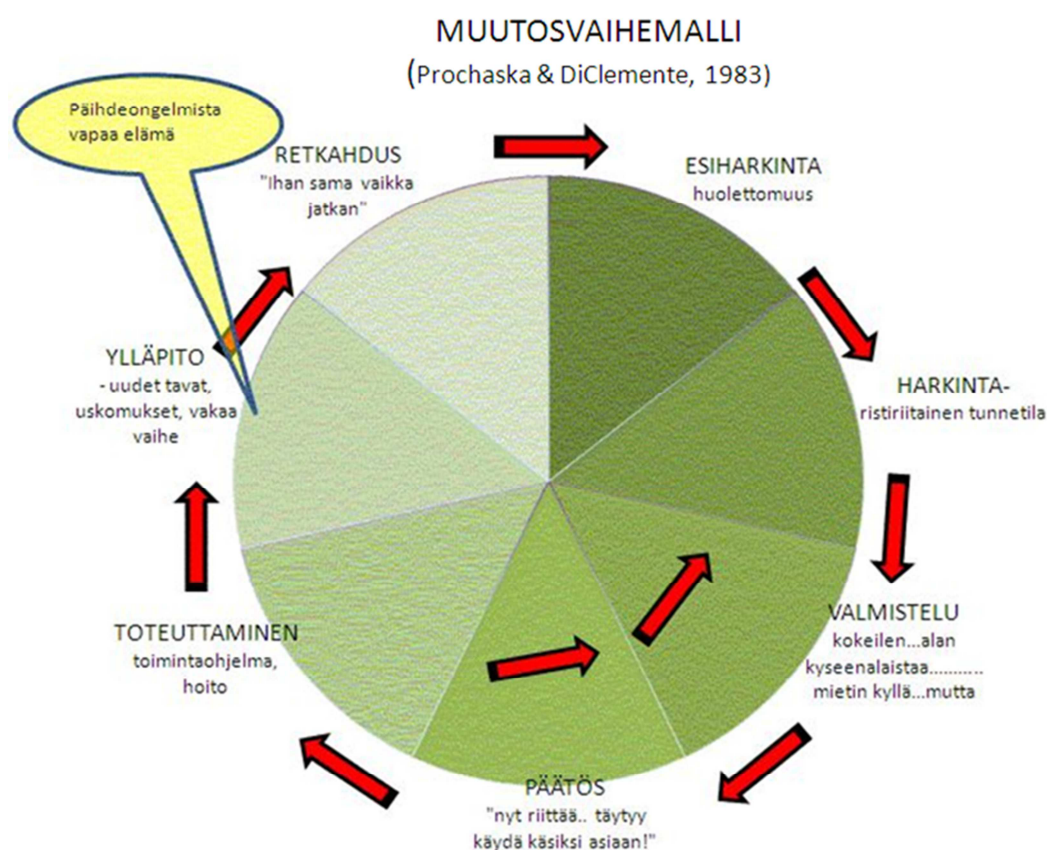
Hyvällä itsetunnolla tarkoitetaan yksilön positiivista käsitystä itsestään ja kokemustaan merkityksellisyydestään ja elämänsä tarkoituksenmukaisuudesta. Ihmisillä on taipumus pyrkiä toimimaan tavoilla, jotka vahvistavat itsetuntoa. Itsetuntoa saattaa vahvistaa esimerkiksi se, että kokee hallitsevansa jonkin osaamisalueen hyvin tai että suoriutuu jonkun tehtävän tekemisestä itsenäisesti, vaikka sen tekeminen tuntui alussa mahdottomalta. Monella päihderiippuvuudella itsetunto saattaa olla huono. Tämä tarkoittaa esimerkiksi ihmisen kielteistä käsitystä itsestään ja omista vaikutusmahdollisuuksistaan. Ihmiset vahvistavat itsetuntoaan eri tavoilla. Jotkut tavat saattavat olla itselle tai muille ihmisille haitallisia tai sosiaalisesti ei-hyväksytyjä, kuten esimerkiksi huumeiden käyttö. (Nurminen 2012, 107.)

6 MUUTOKSEN VAIHEET

Amerikkalaiset tutkijat James Prochaska ja Carlo DiClemente käynnistivät 1980-luvun alussa tutkimusprojektin, jossa analysoitiin muutoksen vaiheita itsehallinnan lisäämisessä tai addiktiivisen käyttäytymisen lopettamisessa. Muutos tapahtuu tutkijoiden mukaan monen vaiheen kautta. Aina muutos ei etene lineaarisesti. Tutkijat ehdottavat lineaarisuuden sijaan "pyöröovimallia". Oletetaan, että yksilöt saattavat toistaa samoja vaiheita ennen kuin saavuttavat pitkän tähtäimen tavoitteensa. Kyse ei ole systemaattisesta siirtymisestä vaiheesta toiseen vaan poukkoilusta ei vaiheiden välillä. Prochaskan ja DiClementen muutosvaihemallista on tullut laajasti käytetty työkalu muutoksen ymmärtämiseksi. Prochaskan ja DiClementen malli rakentuu empiiristen tutkimusten pohjalta ja suuntautuu tutkimuskysymykseen siitä, miten ihmiset muuttuvat. Mallissa tarkastellaan riippuvuuksista toipumista esiharkinnan, harkinnan, valmistelun, päätöksen, toiminnan ja ylläpidon kautta. Muutos syntyy jonkin asian sysäessä päihdeongelmaista seuraavalle tasolle. Mallin mukaan samat vaiheet koskettavat ihmistä tapahtui hänen toipumisensa minkä tahansa hoitomuodon tai spontaanin toipumisen kautta tai oli riippuvuuden syynä sitten tupakka, ruoka tai päihteet. Tosin yleistettävyyden suhteen erilaisten riippuvuuksien välillä on noussut myös kriittistä keskustelua. Puhutaan siis varsin yleisestä toipumisen teoriasta ja samankaltaisia vaiheita on tuotu esiin myös muussa toipumisen prosessien tutkimuksessa. (Prochaska ym. 1992, 1102–1104 Kuusiston 2010, 36 mukaan).

Päihteidenkäyttäjä kohtaa ongelmakäytön aikana tapahtumia, jotka virittävät muutosta. Ihminen ei ole ainoastaan tarpeitaan passiivisesti toteuttava, vaan aktiivisesti tavoitteisiin suuntautuva toimija, jonka motivaatiotilaan ulkoisilla tekijöillä ja muilla ihmisillä on merkittävä vaikutus. Erilaiset sosiaaliset, psyykkiset, biologiset ja ympäristöön liittyvät asiat vaikuttavat yksilön tarpeisiin ja sitä kautta addiktiiviseen käyttäytymiseen. Nämä muutokset koetaan sekä yksilöllisesti että tilanteisesti. Motivaatio ei pysy elämän kuluessa stabiilina, vaan muuttuu saaden uusia merkityksiä ja auttaen asettamaan uusia tavoitteita. Yksilöllinen kokemus ratkaisee muodostuuko tietty tapahtuma tietyllä hetkellä käännekohdaksi ihmisen päihteidenkäytössä. Ta-

voitteita kohti suuntautuminen on ihmiselle olennainen osa elämää, mutta tavoitteiden kohde vaihtelee tilanteen mukaan. Tavoitteiden rakentamisessa hyvin tärkeitä ovat maailmankuva ja minäkuva, joiden kautta ihminen määrittelee suhteensa ympäristöön ja asettaa lähtökohdat sille, mitä haluaa saavuttaa. Näin syntyy tarve säilyttää elämänsä totutun kaltaisena tai vaihtoehtoisesti motivaatio perustaksi muutokselle. Niin kauan kun päihteidenkäyttöä puoltavat motiivit painavat enemmän vaakakupissa, on muutos erityisen vaikea. Motivaation puute vaikuttaa negatiivisimmillaan olosuhteiden vangiksi jäämiseen ja kykenemättömyyteen muuttaa negatiivisia kehityskulkuja. Vasta kun päihteidenkäyttö ja koetut negatiiviset seuraukset nousevat hyötyjen rinnalle tai ohi, toipuminen nousee vaihtoehdoksi päihteidenkäytön jatkamiselle. (Kuusisto 2010, 36.)



KUVIO 1. Transteoreettinen muutosmalli

6.1 Esiharkinta-, harkinta- ja valmisteluvaiheet

Prochaskan ym. (1992) muutosvaihemallin mukaisessa esiharkintavaiheessa päihteidenkäyttäjä ei aio muuttaa riippuvuuskäyttäytymistään. Elämää leimaa tiedostamattomuus ongelmasta. Painostus käytön lopettamiseen tulee läheisten taholta ja tässä vaiheessa päihdeongelmainen voi jopa näyttellä muutosta, mutta tilaisuuden tullen palaa riippuvuuskäyttäytymiseen takaisin. Harkintavaihe avaa silmät kohtaamaan ongelman, mutta ominaista on edelleen ambivalenssi, epävarmuus, jossa päihteiden käytön ja raittiuden edut ja haitat punnitaan. Harkintavaihe sisältää tavallaan elementtejä, jossa toipuminen näyttäytyy päätöksentekoprosessina, joka käynnistyy toiveiden ja vallitsevan tilanteen ristiriidasta. Merkinä ongelman tietoisuuden vähittäisestä nousemisesta voidaan pitää epäonnistuneita raitistumisyrityksiä. Korkea stressitaso ongelmakäytön aikana lienee syynä tietoisuuden kasvulle sille asteelle, että muutosta aletaan tosissaan harkita. Harkinnan syntymiseen vaaditaan useita vaikuttavia tekijöitä. Ajatukset pyörivät muutoksessa, mutta muutokseen ei sitouduta toiminnan tasolla. Haittojen ja hyötyjen pohtiminen voi avata tien muutoksen valmisteluvaiheeseen siirtymiselle. Aikomus muuttaa riippuvuuskäyttäytymistä muuttuu valmisteluvaiheeksi, kun siihen liittyy vahvana myös käyttäytymisen muutoksia. Tässä vaiheessa yritetään vähentää päihdekäyttöä, mutta abstinenssiin ei ylltetä. Valmistautumisvaiheessa henkilön sisäinen ristiriita on ratkeamassa siten, että entisenlaisen käyttäytymisen haitalliset vaikutukset nähdään myönteisiä vaikutuksia merkityksellisimpinä – henkilö kokee olevansa valmis muutokseen. Tässä vaiheessa tehdään siis suunnitelmaa siitä, miten muutos toteutetaan, ja sitoudutaan muutokseen. Samalla henkilö arvioi myös omaa kykyään muuttua, ja sitä, tarvitseeko hän siihen apua vai selviääkö yksin. Päihteiden käyttö jatkuu vielä, mutta siitä aiotaan luopua pian. (Kuusisto 2010, 36–37.)

6.2 Päätös-, toiminta- ja ylläpitovaiheet

Päätösvaihe on lyhyt, siinä tehdään päätös lopettamisesta. Toimintavaiheessa aletaan toteuttaa valmisteluvaiheessa mietittyä strategiaa. Henkilöt muuttavat käyttäytymistään, ja tekevät samalla suuria elämäntapamuutoksia. Tässä vaiheessa esiintyy vieroitusoirei-

den lisäksi muita ongelmallisia tilanteita, kun ihminen saattaa joutua luopumaan vaikkapa koko entisestä ystäväpiiristään. Käyttäytyminen, kokemus ja ympäristö ovat aktiivisen muutoksen kohteena toimintavaiheessa. Vaihe on ulkopuolisille tunnistettavin ja päihdeongelmainen saa tässä vaiheessa todennäköisimmin tunnustusta ulkopuolisilta, jotka näkevät muutoksen virinnee. Toimintavaihe kestää yleensä 3-6 kk, jonka jälkeen siirrytään ylläpitovaiheeseen. Siinä vaiheessa henkilö pyrkii siis ylläpitämään saavutettua muutosta ja ehkäisemään retkahduksia. Ylläpitovaiheessa opetellaan edelleen tunnistamaan niitä vaaratilanteita, joihin liittyy retkahtamisvaara. Käyttöön palaaminen eli retkahtaminen on yleistä ja sen voidaan katsoa kuuluvan prosessiin. Retkahtamisia on hyödyllistä tarkastella osana oppimisprosessia, jolloin niihin johtavia tekijöitä käydään läpi, jotta niihin tulevaisuudessa osataan varautua paremmin. Saattaa esimerkiksi olla, että tavoitteet on asetettu epärealistisiksi, jolloin niitä on hyvä muuttaa. Päihteiden käytön uusiutumista ja paluuta varhaisempaan muutosprosessin vaiheeseen ei pitäisi tulkita epäonnistumisena eikä kyseessä tarvitse olla tuhoisa tai pitkään jatkuva tilanne. Oireiden uusiutuminen ei välttämättä tarkoita sitä, että asiakas on hylännyt tai jättänyt taakseen muutostavoitteensa. (Kuusisto 2010, 38.)

Muutos voidaan nähdä kehänä, jossa edetään vaiheesta toiseen useitakin kertoja oppien joka kerralla lisää itsestä ja parhaasta tavasta hallita muutosprosessia. Joskus saatetaan päästä kipuamaan vain osa vaiheista, kunnes retkahdus tapahtuu. Kuusiston (2010, 38) mukaan Prochaska kumppaneineen (1992, 1104–1105) toteaa muutoksen olevan mahdollinen myös lineaarisena suorana, mutta pitää sitä harvinaisena.

Tupakoitsijoiden on havaittu kiertävän muutoksen kehää keskimäärin kolmesta neljään kertaa ennen pysyvää pitkäaikaista muutosta. Muutoksessa onnistumista on todettu enakoivan se muutosvalmiuden taso, jolla tutkittava ennen hoitoa on. Valmisteluvaiheessa olevat onnistuvat riippuvuutensa muuttamisessa paremmin. (Prochaska ym. 1992, 1104–1106, Kuusiston 2010, 38 mukaan.)

Suurin kritiikki Prochaskan ja DiClementen (1992) muutosvaihemallia kohtaan on koskenut muutosprosessin vaihteellisuutta ja säännönmukaista rakentumista, minkä vuoksi sitä ei ole nähty todellisena vaihemallina, jossa kehitys rakentuu edellisten vaiheiden

muodostamalle perustalle. Pysyvän muutoksen syntyminen edellyttää itseä koskevien perususkomusten muuttumista, jota kautta sitoutuminen muutokseen tapahtuu. Riippuvainen itse on tärkein tekijä muutokseen. Näkemys ei ole linjassa 12 askeleen filosofian ja siihen perustuvien hoito-ohjelmien kanssa. Päihdehoito puoltaa omaa paikkaansa ja se voi toimia merkittävänä apuna päihdeongelman voittamisessa. (Kuusisto 2010, 39.)

Tässä opinnäytetyössä tarkastelen haastateltavien elämänskulkua ja päihde- ja rikoskierteestä irtautumista päätös-, toiminta- ja ylläpitovaiheiden aikana.

7 AINEISTON ANALYSOINTI JA TULKINTA

7.1 Narratiivinen analyysi ja tulkinta

Aineistoa aloitin analysoimaan aluksi aineistolähtöisesti, jonka jälkeen hyödynsin analyysissä muutosvaihemallia, joka ohjasi rakennettuja tulkintoja. Analyysini on teoriaohjautunutta. Muutosprosessia lähdin analyysin jatkuessa lähestymään teoreettisesti Prochaskan ja DiClementen (1992) muutosvaihemallin kautta. Malli toimi työssäni lähestymistapana muutokseen, siihen että yksilö ylipäänsä läpikäy erilaisia vaiheita toipumissaan ongelmallisesta päihdekäytöstä. Mallin oikeellisuus ja malli sinänsä ei ole ollut analyysin alussa kiinnostukseni kohteena. Sen tarkoitus on pikemminkin toimia toipumisprosessin kuvauksenrunkona. Toki peilaan käyttökaarta malliin, onhan se yksi huomiota saaneimmistaja kiistatta merkittävimmistä toipumisen teorioista, jolla on tieteen kentällä myös omat haastajansa (ks. myös Kuusisto 2010, 107–108.)

Sisällönanalyysi voidaan ymmärtää joko yksittäiseksi metodiksi tai se voidaan nähdä teoreettisena kehyksenä, jolloin sitä voidaan käyttää erilaisissa analyysimetodeissa. Tässä tutkimuksessa käytän sisällönanalyysiä yksittäisenä analyysimenetelmänä. Sisällönanalyysin avulla järjestän aineiston johtopäätösten ja tulkintojen tekoja varten. Pyrin kuvaamaan aineistoa tiiviisti, selkeästi ja sanallisessa muodossa kadottamatta sen sisältämää informaatiota. Analyysi ei kuitenkaan jää kuvailun tasolle, vaan etenee sisällönanalyysin myötä tehtyjen teemojen kautta johtopäätöksiin ja tulkintoihin. Fenomenologiseen lähestymistapaan perustuva aineiston analysointi on eräänlaista kvalitatiivista sisällön erittelyä, jossa tutkimuksen tarkoitus ja aineisto ohjaavat analyysin kulkua. Aineistoa analysoitaessa tutkija ja aineisto ovat keskenään "dynaamisessa vuorovaikutuksessa", jolloin tutkimustulokset syntyvät empiirisestä aineistosta tutkijan reflektiivisen ajatustyön tuotteena. Sisällönanalyysi on kaiken kvalitatiivisen tutkimuksen perusmenetelmä. Sisällönanalyysissä tutkijan herkkyyys korvaa muodolliset säännöt ja tutkija löytää aineistosta teemoja oman ymmärryksensä avulla. Analyysin tavoitteena on rakentaa systemaattinen, kattava ja tiivistetty kuvaus tutkittavasta ilmiöstä.

Narratiivinen analyysimenetelmä määreytyy tutkittavan ilmiön, tutkimuskohteen, tutkimusongelman ja tutkimuksen käytännön toteuttamisen mukaan. Narratiivisen aineiston analyysitapa voi olla vapaamuotoinen, mutta on olemassa myös tarkkoja analyysimenetelmiä. Narratiivisen tutkimuksen taustalla on ajatus siitä, että tarinoiden kertominen on yksi tapa, jolla ihmiset rakentavat ja ilmaisevat merkitystä. Narratiivinen analyysi antaa välineen tämän henkilökohtaisen kokemuksen tutkimiseen. Analyysissä on keskeistä aineistolähtöisyys. Tehtävänä on selvittää miten ja miksi tietty lopputulos tapahtui. Tarinoiden avulla yritetään ymmärtää ihmisen valintoja hänen toimiessaan sosiaalisessa maailmassa. Psykologisesti painottuneessa narratiivisessa tutkimuksessa narratiivista analyysia pidetään ikkunan avauksena mieleen. Tällöin analysoidaan ihmisen sisäistä tarinaa. Narratiivisessa analyysissa tarinoita voi lähestyä eri näkökulmista. Tarinoiden avulla voidaan tutkia niiden rakenteita, jolloin tarinan juonen tavoittaminen nousee tärkeäksi tarinan rakenteen hahmottamisessa. Sisällön rakentumista ajatellen tärkeitä ovat tarinan teemat ja niiden suhteet. (Timonen 2009, 45, 46.)

Olen itse pyrkinyt tavoittamaan tarinan juonen ja säilyttämään kertojan äänen. Keskeistä on ollut tunnistaa tarinoiden kulun eteneminen, selviytymistarinan eri vaiheet, muutoksen eri vaiheet sekä haastateltavien identiteetin muodostumisen selviytymisprosessin kuluessa.

7.2 Haastattelujen kulku

Kuusi ihmistä kertoi minulle selviytymistarinansa. Sain kuitenkin litteroitua niistä vain viisi, koska yhden haastattelun äänitys oli siinä määrin epäonnistunut etten kyennyt saamaan siitä riittävän hyvin selvää. Haastattelut tapahtuivat vuosina 2010 ja 2011. Haastattelut kestivät 50 minuutista puoleentoista tuntiin. Ne tapahtuivat haastateltavien kotona tai työpaikallani. Litteroitua aineistoa kertyi 76 sivua. Haastateltavien vankilasta vapautumisesta oli kahdesta kuuteen vuotta. Vankilavuosia heillä oli kertynyt viidestä seitsemään vuoteen. Vankilakertaisuuksia oli neljästä yhdeksään kertaan. Kyse oli siis moninkertaisista rikoksenuusijoista, niin kutsutuista urautuneista vangeista. (ks. esim. Kivivuori & Linderborg 2009.) Kaikilla oli taustallaan jo hyvin nuorena alkanut päih-

teiden sekakäyttöhistoria sekä useita aikaisempia yrityksiä irrottautua päihteidenkäytöstä. Iältään haastateltavat olivat 29 vuodesta 45 vuoteen. Jotta tulkinasta saisi luettavamman, kerron selviytyjistä nimillä Antti, Jani, Ville, Sami ja Osku.

Haastateltaviin olin ottanut yhteyttä yhteyshenkilöni kautta, jolta olin saanut haastateltavien yhteystiedot. Sopiessani puhelimitse haastatteluaikaa kerroin tutkimukseni tavoitteista ja haluavani kuulla heidän selviytymistarinansa. Itse haastattelutilanteessa aiheeseen eteneminen oli melko nopeaa. Kuulumisten vaihdon jälkeen laitoin nauhurin nauhoittamaan. Taustatietojen selvittämisen jälkeen pyysin haastateltavia kertomaan vapaamuotoisesti oman selviytymistarinansa. Lähes kaikki aloittivat tarinansa kertomisen vaiheesta, jolloin kokivat olleensa siinä pisteessä elämässään, että muutos oli ainoa vaihtoehto. Kaksi haastateltavaa aloiti tarinansa hiukan kauempaa – toinen sieltä, kun päihteidenkäyttö ja rikollisuus olivat astuneet mukaan elämään ja toinen sieltä, kun rikosten tekeminen ja päihteidenkäyttö oli arkipäiväistä rutiinia.

Olen käyttänyt suoria lainauksia raportissa niin paljon kuin mahdollista on, ettei haastateltavia kuitenkaan voida tunnistaa niistä. Luotettavuuden kannalta on tärkeää kyetä osoittamaan yhteys aineiston ja tuloksen välillä.

Aineiston perusteella jaoin analyysini kolmeen muutoksen vaiheeseen: Päätös-, toiminta- ja ylläpitovaiheisiin. Huomasin, että näihin kolmeen vaiheeseen sekä selviytymiseen liittyi vahvasti teemat identiteetti ja itsetunto sekä sosiaaliset suhteet. Itsetunto käsittää haastateltavien kuvaukset ajatuksistaan itsestään, omasta toiminnastaan, sosiaalisiin suhteisiin kuuluvat sekä lähisuhteet, vertaistuki että ammattiauttajat. Teemojen identiteetti, itsetunto ja sosiaaliset sidokset alle kuuluu eri muutoksen vaiheissa erilaisia asioita. Haastateltavistani neljä oli käynyt Kiskohoidon ensimmäisen, toisen ja kolmannen vaiheen, joten Kiskohoidon merkitys korostuu eikä se voi olla vaikuttamatta siihen, että neljän haastateltavan selviytymistarinoista löytyy paljon yhtenäisyyksiä. Jokaisen ihmisen tarina on kuitenkin yksilöllinen ja hänen omansa ja jokainen on kokenut selviytymisensä eri tavoin. Kuitenkin oli kyse sitten spontaanisti toipuneesta tai hoidon kautta selviytyneestä, olivat teemat – identiteetti ja itsetunto sekä sosiaaliset sidokset kaikkien tarinoiden sisällä punaisena lankana.

7.3 Opinnäytetyön eettisyydestä

Pirkko-Liisa Rauhala ja Elina Virokannas (2011, 235-255) ovat pohtineet sosiaalityön tutkimuseettisiä kysymyksiä. Heidän mukaansa sosiaalityön tutkimuksen laatua arvioitaessa tutkimusetiikkaa voidaan pitää tutkimusalan ja aiheiden perusteella erityisen merkittävänä. Rauhalan ja Virokannaksen (2011, 237) mukaan Denzin ja Giardina (2007) määrittelevät kaksi koulukuntaa, joissa tutkimusetiikkaa lähestytään eri tavoin. Biolääketieteellinen koulukunta painottaa tutkittavien autonomiaa, tutkimuksen hyödyllisyyttä, hyvälaatuisuutta ja oikeudenmukaisuutta. Tutkittavien yksityisyyttä tulee suojella, osallistuminen on luottamuksellista ja tutkijan pitää tuottaa luotettavaa ja empiirisesti validia tietoa. Feministis-yhteisöllinen koulukunta painottaa yhteisön moraalia ja arvoja, kuten huolenpitoa, jaettua hallitsemista ja ystävällisyyttä tutkimuksen teon ohjaavina periaatteina. Vastavuoroinen välittäminen ja ymmärrys tutkijan ja tutkittavien välillä syntyvät emotionaalisella tasolla. Sosiaalityön tutkimuksen hyveenä korostetaan sitä, että eettisesti kestävä sosiaalityön tutkimus ei vain välttä vahingon aiheuttamista vaan pyrkii olemaan hyödyllistä ja rakentavaa tutkimukseen osallistuville ihmisille. (Rauhala & Virokannas 2011, 238.)

Tutkijan käytöksellä ja vuorovaikutustaidoilla on suuri merkitys sille, kuinka haastateltava kokee tilanteen. Opinnäytetyössäni tehdessäni haastatteluja pyrin luomaan haastattelutilanteesta mahdollisimman rennon, jotta avoin keskustelu olisi mahdollista. Kun haastateltavat kertoivat selviytymistarinaansa pyrin kuitenkin olemaan itse äänessä mahdollisimman vähän, esitin vain tarkentavia kysymyksiä sekä ohjasin tarinan suuntaa välillä eteenpäin. Haastattelut tapahtuivat haastateltavien kotona (3) tai työpaikallani (2). Siinä, kumpi vaihtoehto olisi ollut parempi, en huomannut eroa. Kaikki haastateltavat kertoivat selviytymistarinansa avoimesti, pohtien ja ehkä samalla oivaltaen jotain uutta omasta selviytymisestään. Koin onnistuneeni haastatteluissa ja ne sujuivat minusta luontevasti, minkä uskon johtuvan työkokemuksestani ja tottumuksestani kuunnella ihmisiä. Haastateltavani kokivat selviytymistarinansa kertomisen mielekkäänä ennen kaikkea siksi, että toivoivat oman selviytymistarinansa kertomisesta olevan hyötyä muille muutoksen kourissa kamppaileville. He olivat ylpeitä omasta selviytymisestään ja moni olisi valmis kertomaan siitä laajemmallekin kuulijakunnalle. Omissa haaveissa-

ni toivon, että jonain päivänä selviytymistarinoista voisi koota kirjasen, jota voisi jakaa esimerkiksi vangeille. Uskon selviytymistarinoiden luovan uskoa ja toivoa vaikeissa elämäntilanteissa kamppaileville.

Tietysti olen saavuttanut ja ymmärtänyt tarinoista vain hyvin pienen osan ja kiinnittänyt huomioni vain siihen, mitä olen pitänyt kiintoisana, mitä olen kyennyt jossain määrin ymmärtämään ja halunnut myös muille välittää. Aineistoa analysoidessani ajattelin usein, että en kykene ilmaisemaan näitä tarinoita niin kuin pitäisi, tuntui, että niin paljon tärkeää jäi aineistosta havaitsematta tai ymmärtämättä.

8 SELVIITYSMISTARINAT PÄHKINÄNKUORESSA

Tässä osiossa kerron lyhyesti kunkin selviytyjän tarinan taustoista pääpiirteissään. Olen häivyttänyt tarinoista sellaiset tekijät, jotka saattavat lisätä tunnistettavuutta. En mainitse yksittäisen vankilan nimeä enkä paikkakuntia. Poikkeuksena tähän on Kiskohoidon yksiköt Keravan vankilassa, entisessä Seutulan avovankilassa sekä Kiskonhoidon jatko-hoitoyksikkö Helsingissä.

8.1 Antti – hyväksynnän hakemista

Antti on 35-vuotias mies. Huumeet, rikokset ja vankilat ovat tulleet tutuiksi nuoresta alkaen. Antilla on perinteinen perhetausta, mutta hän kertoo ankarasta kurista ja kapi-noinnistaan sitä vastaan. Antti kuvaa tarinassaan, kuinka hän on aina hakenut hyväksyntää kaveripiirissään. Juuri tuon hyväksynnän hakemisen hän sanoo olleen osa syynä päihteidenkäytön aloittamiseen. Hän teki aina vähän enemmän kuin muut, hän joi alkoholia enemmän kuin muut, hän käytti kovempia huumeita kuin muut ja hän teki pahempia rikoksia kuin muut. Tällä hän haki asemaa ja hyväksyntää kavereidensa keskuudessa. Huumeriippuvuus syntyi nopeasti. Antti käytti pääpäihteenään heroïinia. Lyhyitä päihteettömiä jaksoja Antilla oli vain vankeusaikoina. Hän kuvaa elämäänsä huume-koukussa, miten yksinäistä se oli kaikista ympärillä olevista ihmisistä huolimatta ja kuinka nopeasti kaikkeen kyllästyi ja väsyi, mutta myös, kuinka vaikeaa oli ajatella-kaan, että elämässä olisi jotain muuta mahdollisuutta.

Antti: Mä oon eläny ihan omaa elämääni, minä ja mun narkkarikaverit. On se ihan oma rotunsa jos sä vedät huumeita, kyllä siinä voi puhuu syrjäyty-misestä. Oon ollu omissa kuvioissa jos ajatellaan yhteiskunnan normaaleja ihmisiä.

Antti oli syrjäytynyt opiskelu- ja työelämästä, kaikista ”normaalielämään” kuuluvista tukipilareista, myös välit perheeseen olivat katkenneet. Antti kuvaa, kuinka hänen päih-teidenkäyttönsä oli lopulta jo hyvin itsetuhoista. Antin päätös lopettaa päihteidenkäyttö

syntyi viimeisen vankeusrangaistuksen aikana. Hän hakeutui tai oikeammin ajautui muiden kannustuksella Kiskohoidon ensimmäiseen vaiheeseen Keravan vankilaan ja sen jälkeen Kiskohoidon toiseen vaiheeseen Seutulan avovankilaan. Viimeiset kuukauden tuomiostaan Antti oli valvotussa koevapaudessa ja opiskeli Diakonissalaitoksen Jatko-koulutuksessa. Hän asui Kiskohoidon jatkohoitoyksikössä. Vapauduttuaan Antti jatkoi asumistaan jatkohoitoyksikössä, josta muutti omaan asuntoon sen järjestyttyä. Antti kävi töissä, harrastuksissa ja ylläpiti ihmissuhteitaan. Hänen ystäväpiirinsä muodostui aluksi vertaisista ihmisistä, mutta nopeasti Antti loi uusia ihmissuhteita ihan ”tavallisiin” ihmisiin. Antti kertoo edelleen hakevansa hyväksyntää muilta. Nyt hän hakee sitä työn kautta.

Antti: Hyväksyntää pitää edelleen hakea jotenkin ja sitä koittaa olla duunissa mahdollisimman hyvä, kun sitä kautta on hakenut sen paikkansa ja hyväksynnän.

8.2 Jani - kaksoiselämää

Jani on myös 35-vuotias mies. Hän kertoo, miten rikollisuus on alkanut hänen elämässään jo varhaisnuoruudessa tuoden jännitystä tavalliseen arkeen. Päihteiden käyttö alkoi myös varhain ja siihen liittyi huumekauppa. Huumekaupan myötä Jani sai statusta ja rahaakin. Kaikki tämä imaisi hänet nopeasti mukaansa. Jani käytti huumeita ja samaan aikaan perusti perhettä. Jani pystyi salaamaan toisen puolen elämästään perheeltään. Jani eli kaksoiselämää pitkään ennen kuin kulissit romahtivat.

Jani: Mul on ollu se toinen puoli elämästä ns normaali, osittain se onkin ollu raskasta ja sekottanu sitä pakkaa, on joutunu ole perheen isä ja tehdä töitä ja käyttää kamaa, se ei toimi käsi kädessä, jos sä et anna sille kamaa maailmalle kaikkee, niin se repii ja sit taas päinvastoin. Niin ne kummatkin hajoo käsiin.

Viimeiselle tuomiolleen Jani joutui tehtyään raajan väkivaltarikoksen. Hän oli ajautunut pisteeseen, josta ei enää ollut paluuta vaan jotain oli tehtävä. Hän hakeutui Kiskohoittoon ja kävi kolmivaiheisen hoidon. Jani työllistyi, tutustui uudestaan lapsiinsa, alkoi

opiskella uutta ammattia ja perusti perheen. Kaksoiselämä muuttui yhdeksi hyväksi.

8.3 Ville - vertaistukea

Villen nuoruuteen kuuluivat päihteet ja rikosten tekeminen jo varhain. Viimeiselle vankustuomiolleen tullessaan, hiukan alle 30-vuotiaana, hän oli ajautunut tilanteeseen, joka soti hänen omiakin arvojaan vastaan – perhe oli joutunut hänen myötään mukaan päihdemaailmaan. Ville kuvaa, kuinka ei enää tuntenut itseään tekojensa myötä. Ainoalta vaihtoehdolta tuntui jättää entinen elämä taakseen ja astua kohti jotain uutta, mitä, sitä Ville ei osannut edes kuvitella. Vankilan päihdeohjaaja kuitenkin kannusti Villeä Kiskohoitoon. Kiskohoidossa Ville rakensi itselleen uutta identiteettiä ja uutta tulevaisuutta. Vertaistuesta muodostui Villedelle merkittävä tukipilari ja se on sitä hänelle edelleen. Ville on perustanut perheen ja muodostanut uusia ihmissuhteita unohtamatta kuitenkaan vertaisiaan. Ville näkee menneisyyden myös voimavarakseen ja kokee sen ansiosta olevansa vahva.

8.4 Sami – rajoja etsimässä

Sami on neljäkymmenvuotias mies. Samin lapsuus oli rikkinäinen. Hän ajalehti lastenkotien ja sijaisperheiden välillä sijoittumatta pysyvästi mihinkään. Heti tultuaan täysikäiseksi Sami muutti asumaan itsenäisesti ilman yritystäkään elää normaalia elämää.

Sami: Se oli siin vaihees kun lottovoitto, kaikkien niiden vuosien jälkeen kun mua oli vaan kytätty ja pidetty niinku vankia mä pääsin irti niistä kahleista. Aluks se olikin siisti, mul ei ollu mitään rajoja, mä sain tehdä just mitä mä halusin ja mä halusin vetää kamaa ja pyörittää bisnestä. Nopeestihan se sit kusi, aina pelko perseen alla, millon poliisei millon velkoja perässä. Elämä lähti käsistä.

Sami eli kuitenkin lähes 15 vuotta vankiloiden ja päihdemaailman välillä ennenkuin pystyi lopettamaan kierteen. Hän oli siinä vaiheessa neljän lapsen isä, mutta ei ollut nähnyt lapsiaan vuosiin. Takana oli lukuisia päättyneitä parisuhteita, paljon selvittämät-

tömiä asioita. Sami alkoi Kiskohoidossa avata menneisyyden solmuja ja painolastia. Kolmivaiheisen hoidon jälkeen Sami kokeili jälleen omia siipiään, nyt asettaen itselleen rajoja. Sami on tutustunut vanhempiinsa ja hän tapaa lapsiaan. Rutiinit, arki ja säännöllisyys tuovat kaivattuja rajoja elämään.

7.5 Osku - menestystä ja menetystä

Osku on 45-vuotias mies. Lapsuutensa hän asui kahdestaan äitinsä kanssa ja jo 15-vuotiaana hän muutti asumaan itsenäisesti. Osku kertoo, kuinka äiti ei koskaan kyennyt asettamaan hänelle rajoja eikä sääntöjä. Isäänsä Osku ei ollut koskaan nähnyt ja hän kertoo kaivanneensa miehen mallia. Osku on aina ollut taitava luomaan ja ylläpitämään ihmissuhteita. Niistä oli hyötyä rikollisessa maailmassa ja hän onnistuikin aluksi luomaan ympärilleen melko menestyvän huume- ja rikolliselämän. Päihteet veivät kuitenkin mukanaan ja Osku päätyi vankilaan kerta toisensa jälkeen. Osku kertoo, kuinka hän pikku hiljaa menetti kaiken, mitä oli ympärilleen rakentanut, talot, autot ja parisuhteet. Lopulta Osku eli elämää kadulla.

Osku: Mul oli kaikki kunnossa, asunto arvostetulla alueella, kun lähti lapasesta niin meni nopeesti. Ei menny montaa kuukautta kun sitten mentiin ja syvälle. Huumeiden kanssa ku lähtee menee niin sit kans menee. Mul oli aina ollu kaikki mitä mä oon tarvinnu, mut sit meni kaikki. Meni pari kolme vuotta kun mä vaan douppasin ja douppasin ja douppasin ja sit mentiin niin syvälle et siinä sai ettimällä ettii omaa juttua. Olin asemalla, pummasin ihmisiltä röökii, olin niin huonossa kunnossa ja huonon näkönen ettei kukaan olis uskaltanut antaa mulle röökii.

Viimeisellä tuomiollaan vankilassa Osku päätti, ettei elämä voi jatkua vankilakierteessä. Hän sai muutoksessa apua työantajaltaan. Osku pääsi koevapauteen, jonka aikana hän hankki itselleen asunnon ja kävi töissä. Osku on luonut ympärilleen häntä muutoksessa tukevan sosiaalisen verkoston.

9 HARKINNASTA PÄÄTÖKSEEN

Muutosta koskeva päätös edellyttää oman elämän muutostarpeen tiedostamista. Ajattelun kautta rakennetaan muutokselle perustaa, jossa itselle merkityksellinen tieto, tahto ja tunteet yhdistyvät. Elämän muutos ei synny käytännössä, mikäli ajattelu ei saa toipumista ohjaavaa, uudenlaista elämänsisältöä rinnalleen.

Tässä kappaleessa kuvaan sitä, miten selviytymistarinoiden päähenkilöt ovat tehneet päätöksen muuttaa elämänsä suuntaa koettuaan jonkinlaisen pohjakosketuksen ja mitä tämän käännekohdan jälkeen konkreettisesti tapahtui. Lisäksi tarkastelen sitä, minkälainen selviytyjien identiteetti ja itsetunto oli päätöksentekovaiheessa ja minkälainen merkitys sosiaalisilla sidoksilla oli päätöksentekovaiheessa.

9.1 Identiteetti ja itsetunto päätöksentekovaiheessa

Identiteetti monimuotoisuudessaan on ollut monien tieteenalojen tutkijoiden tarkastelun kohteena vuosikymmeniä. Tässä opinnäytetyössä ymmärrän identiteetin muuttuvana ja vuorovaikutuksessa rakentuvana, identiteetin rakentaminen on merkittävässä määrin sosiaalinen tapahtuma. (ks Kulmala 2006, 58). Kertoessaan itsestään ja elämästään ihminen rakentaa omaa henkilökohtaista identiteettiään. Identiteetin muodostumiselle on myös merkittäviä toiset ihmiset, joita vasten omaa identiteettiä jatkuvasti peilataan. Henkilökohtainen identiteetti on toisaalta omaa kokemusta siitä kuka ja millainen minä olen, toisaalta mukana identiteetin muodostumisessa on koko ajan muita ja heidän käsityksiään. (Kulmala 2006, 61.)

Oman henkilökohtaisen identiteetin mukana kulkee sosiaalinen identiteetti. Ulkoapäin tuotettu ja eri tavoin henkilölle tarjottu identiteetti on yhtenä rakennusosana henkilökohteisessa identiteetissä. Ne kietoutuvan toisiinsa ja ovat mukana rakentamassa kuvaa itsestä. Sosiaalinen identiteetti voi olla ihmiselle kielteinen, mutta se voi myös olla häntä vahvistava. Annettu sosiaalinen identiteetti vaikuttaa ihmiseen ja hänen toimintaansa

monin tavoin. Kun hän joutuu tai valintojen kautta haluaakin ottaa sosiaalista identiteettiään osaksi henkilökohtaista identiteettiään, liittyy hän samalla johonkin yleiseen kategoriaan. Tämä kategoria voi olla positiivinen ja ihmisen arvostusta korostava tai negatiivinen ja ei-toivottu. Positiivinen kategoria voi olla esimerkiksi selviytyjä, toipunut tai onnistunut, negatiivinen puolestaan narkomaani, asunnoton tai työtön. (Kulmala 2006, 62.)

9.1.1 Aikaisemmat yritykset päästä irti

Muutokseen kuuluu usein epäonnistuminen. Useimmiten muutosta yrittävät eivät heti onnistu pysymään tavoitteessaan. Nämä kokemukset tarjoavat ihmiselle tietoa, joka voi joko auttaa tai estää hänen etenemistään muutosvaiheesta toiseen. Ihmiset voivat oppia, että tietyt tavoitteet ovat epärealistisia, jotkut strategiat ovat tehottomia tai että tietyt ympäristöt eivät tue menestyksellistä muutosta. Useimmat päihteiden käyttäjät joutuvat tekemään useampia muutoskiirroksia toipuakseen pysyvästi. Retkahdettuaan he tavallisesti palaavat aikaisempaan vaiheeseen – useimmiten jonkintasoiseen harkintavaiheeseen. He saattavat jopa palata esiharkintavaiheeseen, jolloin he ovat toistaiseksi haluttomia tai kyvyttömiä yrittämään pikaista muutosta. (Koski-Jännes ym. 2008, 33.)

Päihteiden käytön uusiutumista ja paluuta varhaisempaan muutosprosessin vaiheeseen ei kuitenkaan pitäisi tulkita epäonnistumisena eikä kyseessä tarvitse olla tuhoisa tai pitkään jatkuva tilanne. Oireiden uusiutuminen ei välttämättä tarkoita sitä, että ihminen on hylännyt tai jättänyt taakseen muutostavoitteensa. Retkahdukset toimivat tärkeänä tienä oman itsensä tuntemiselle, jonka kautta avautuu mahdollisuus pysyvämpään muutokseen. (Koski-Jännes ym. 2008, 33.)

Muutosprosessi on syklinen ja tyypillisesti yksilöt sukkuloivat edestakaisin vaiheiden välillä ja etenevät eri nopeuksilla. Liike vaiheesta toiseen voi samalla henkilöllä vaihdella suhteessa eri käyttäytymistapoihin tai tavoitteisiin. Jotkut voivat edetä vaiheesta toiseen nopeasti. Ei ole kuitenkaan epätavallista, että jotkut yksilöt viipyvät pitkään varhaisvaiheessa. (Koski-Jännes ym. 2008, 33.)

Kaikilla haastateltavilla oli ollut aikaisempia yrityksiä lopettaa rikosten tekeminen ja päihteiden käyttö. Seuraavissa lainauksissa haastateltavat kertovat aikaisemmista yrityksistään irtaantua ja pohdintojaan siitä, miksi se ei ole onnistunut.

Antti kertoo, kuinka hän hakeutui päihdekuntoutukseen pääasiassa siksi, että päihdekuntoutus tapahtui avovankilassa ja hän pääsi pois suljetusta vankilasta avoimpiin oloihin. Päihteettömyys loppui välittömästi vapautumispäivänä, kun Antilla oli jäänyt tavaroihinsa huumeita, jotka hän käytti heti. Antin motivaatio päihteiden käytön lopettamiseen oli ulkoinen. Hän tavoitteli vapaampia oloja, eikä niinkään ollut valmis suurempaan muutokseen. Retkahduksen heti vapauduttua voidaan ajatella johtuvan tästä.

Antti: ...Sit ku mä olin siel (vankilassa) ekan kerran niin hain sieltä sitten päihdekuntoutukseen ...se oli niin kun mun ensimmäinen hoitokokemus, hoitokokemus sitten ja...

R: Minkä takii sä hait hoitoon, halusit...?

Antti: No se oli nyt iha selvää jo siinä vaiheessa itelle, että se huumeitten käyttö oli ongelma ja sit se syy-seuraus sille, miks mä teen rikoksii niin johtu huumeista ja sit se miks mä joudun vankilaan niin johtuu siitä että mä käytän huumeita ja teen rikoksia. Niin. Mut ei mul silloin vielä ollu mitään oikeesti sellast polttavaa halua, viel siin vaiheessa et sil oli hyvin suuri merkitys sillä et se oli tota avotalo ja sit niin, että mä pääsin sieltä kivitalost pois.

R: No sitten kuitenkin se ei ollu tarpeeks vahva se oma halu sitten kun vapauduit?

Antti: Ei, ei, kun mä vapauduin niin mul oli tota (vankilan) narikassa jotain nappeja niin kyl mä sitten lähin niitä heti vetää kun mä pääsin ja itse asiassa saman päivänä kun mä sitten Oulusta tulin junalla Helsinkiin niin kävin mun tota nyt jo sit kuolleen serkkuni kanssa hakemassa heroiniä.

Jani kertoo, kuinka hänen rikos- ja päihdekäyttöhistoriaansa on kuulunut aina lyhyitä selviä jaksoja, jotka sitten ovat kuitenkin kariutuneet, kun syytä pysyä raittiina ei ole enää ollut. Hän kuvaa, kuinka syy olla selvin päin johtui ulkoisista tekijöistä, vaimosta tai lapsista eikä hänen omasta sisäisestä halustaan olla selvin päin. Kun suhde päättyi eroon, myös syy olla irti huumeista loppui.

Jani: Mä oon käyny linnassa yheksän kertaa käyttöaikana, mä olin tasaisin välein linnassa koko aika ja enemmän niinku yritin sitten skarppaa et se oli sellasta vuoristorataa et sillä se muija jakso kattoo senkin aikaa kun katto että se oli vuonna 97 mä kävin sellasen Kalterit taakse -kurssin Keravan vankilassa missä käytiin Järvenpään sosiaalisairaalassa kuukauden mittainen juttu ja tota sieltä itseasiassa tuli ensimmäinen kipinä sitten ja olin sen ajan selvinpäin ja ajattelin, että elämässä vois olla muutakin. Tunnetasolla tuntu, että se on se mun juttu se selvinpäin oleminen, se kamamaailma alko tuntuu piinalta, painajaiselta, mist ei pääse pakoon, mut se kamamaailma oli viel niin voimakas et ryssin käyttämällä kamaa linnatuomion aikana. Siltä tuomiolta vapauduttuani niin olin vuoden ajan kuivilla suurin piirtein mut mä en käyny missään ryhmissä enkä missään vaan niinku perheen takii raitistu, kaikki ei kuitenkaan menny niinkun olis pitäny ja päädyttiin eroon, sit taas retkahdin saman tien, otin kauheen satsin piriä taas velaks ja rupesin myymään ja käyttämään saman tien kun se lähti se syy minkä takii mä olin raitistunu. Jälkikäteen ajateltuna se oli väärä syy raitistua, jos ei raitistu itsensä vuoksi niin se tukipilari minkä takii sä raitistut niin se voi joskus, jos se syy on sun lapset tai sun kumppani, niin ne ei aina oo siinä.

Useampi haastateltavista kuvasi sitä, kuinka vaikeaa on aloittaa päihteen elämä vapautumisen jälkeen, mikäli vanhoja sosiaalisia suhteita ei ole katkaissut vankeusajalla. Entiset ihmissuhteet vetävät puoleensa ja entinen elämä houkuttaa, koska uusi maailma on liian pelottava ja tuntematon. Tähän vaikuttaa se, ettei vapautumista ja sen jälkeistä aikaa ole suunniteltu eikä minkäänlaista tukea ole tarjottu tai osattu pyytää vapautumisvaiheessa.

Harkintavaiheessa haastateltavien usko itseen ja omiin voimavaroihin sekä kykyihin oli heikko. He eivät kyenneet hallitsemaan elämänsä tapahtumia. Usko itseen ja omiin kykyihin oli vaillinnainen tai vääristynyt. Elämänarvoja muodostettiin aina sen ryhmän mukaan, missä satuttiin olemaan. Haastateltavilla oli poikkeavan identiteetti, rikollisen huumeidenkäyttäjän identiteetti ja jokainen tuhosi omaa elämäänsä. Aikaisempi kokemusmaailma ja elämäntilanteet olivat olleet sellaisia, ettei elämänhallintaa ollut. Jokaisen oli ryhdyttävä rakentamaan sitä uudelleen.

9.1.2 Käännekohta

Selviytymisprosessiin näyttää liittyvän selviytymistä edeltävä käännekohta. Seuraavissa suorissa lainauksissa haastateltavat kuvaavat tällaista käännekohta, pohjakosketusta.

Ville kokee kadottaneensa koko persoonallisuutensa, kun hänen elämänsä oli siinä pisteessä, että käyttäytyi omia arvojaankin vastaan. Tämä havahdutti Villen tajuamaan tilanteensa vakavuuden.

Ville: Kun taas jälleen kerran -04 jouduin taas vähän pidemmälle tuomiolle niin siellä sitten tuli oma pohja vastaan tavallaan sillä lailla et se mikä mä olin joskus aikanaan ollu, sellanen nassikka oli kadonnu ja mä tein selvin päin sellasii juttuja mitä mä olin aikasemmin tehny vaan sekasin. Tavallaan oli tullu totaalinen persoonallinen muutos minussa, mä en enää oikeestaan välittäny mistään ja käytin hyväkseni selvin päin minulle pyhiä asioita, kuten mun omaa perhettä ja tein aika likasii juttuja sit siinä ja siinä mä tavallaan havahduin et kuin alas mä oon vajonnu.

Myös Jani kuvaa, kuinka hänen elämänsä oli jo siinä pisteessä, että oli tullut tehtyä asioita, jotka sotivat omaankin arvomaailmaa vastaan. Kun Janin isä vielä kuoli hänen ollessaan vankilassa, oli hänen tilanteessa, jossa vain muutos oli mahdollinen.

Jani: Se oli sellanen piste iin päälle se reissu et mä en oo ikinä ollu väkivaltane mut tää tuomio tuli sellasesta aika raa'asta väkivaltarikoksesta ja törkeestä kotirauhan rikkomisesta ja törkeestä ryöstöstä. Mä lähinkin sit suoraan lusimaan siitä kakkua ja mä siin jo tutkarina, faija kuoli sinä aikana kun mä olin tutkarina, mul ei hirveen tiivis suhde ollu faijaan koskaan, mut se oli just lämpenemässä siin viimeisen vuoden aikana, olin just nähny sitä ennen kun mä jäin kiinni, niin siihen tuli sit sellasii huonoi fiiliksii, siin mä olin Vantaalla tutkarina ja sit mä päätin myös että... tai tuli vaan mittari täyteen, nyt on pakko tehdä jotain ja sit mä sörkässä näin vielä vanhoja tuttuja jotka liitty myös siihen samaan juttuun niin ne sano vaan että ei oo sun alaas tää kamamaailma et koita päästä vaan kuntoon ja jatka elämääs... mä olin ihan totaalisesti luovuttanu siinä vaiheessa, et mä olin ihan valmis ottaa mitä vaan vastaan et se loppuis se, kaikki...

Antti kertoo, kuinka hänelle tärkeä ihmissuhde kaatui ja sen lisäksi hän oli saanut tuomion, johon koki olevansa syytön. Antin käyttäytyminen muuttui itsetuhoiseksi, koska hän ei halunnut joutua vankilaan syyttömänä. Antti teki rikoksia ja käytti huumeita vä-

littämättä siitä, mitä hänelle tapahtuu.

Antti: Olin silloin sitten, luulin olevani kovasti rakastunu siihen ihmiseen ja olisin sen kanssa halunnu olla mut kun siitä ei sitten mitään tullu, niin sit mä oli huonona ja sit kun oli se vääräydellä saatu linnatuomio...niin sitten oli sellasta hyvin itsetuhosta se meininki kun ajatteli et mähän en sitä tuomioo lähe koskaan istumaan että tota. Vedin kaksin käsin sitten tota kaikkee mahdollista roipetta mitä vastaan tuli tein sitten tota kaiken näköstä keikkaa välittämättä siitä yhtään jääkö kiinni. Ainostaan sillä yhdellä päivällä oli väliä, että saa ne vedot sitten kun oli jo henkisesti niin paha olla.

Sami kertoo havahtuneensa, kun hän omalla käyttäytymisellään vaaransi perheensä hyvinvointia. Vain maineella ja huumeidien käyttämisellä on merkitystä.

Sami: Mun perhe oli vaarassa kun mä olin niitten avulla tehnyt kaikkii juttuja ja ne joutu sitten syyniin ja sillon mun lapsi oli pieni ja siihen mä ehkä havahduin et mä vaaransin niitten elämää rajusti omalla käyttäytymisellä ja haluilla eli tavallaan ne ei merkannu mulle mitään, mä vaan halusin saada mainetta ja saada kamaa ja...sillon mä varmaan ajattelin et mä oon iha helvetin alas mennyt et näinkö alas mä oon vajonnu sitten et mä teen jotain tällasii juttuja.

Oskun käännekohta tapahtui, kun hän havahtui siihen, että oli vankilakierteessä. Vuoden siviilissä oloa seurasi kolme vuotta vankilassa.

Osku: Vuosi siinä sit mentiin aika kovaa eteenpäin, oli huumehommaa ja sitten seuraavana jouluna poliisit nappas kiinni ja totesin et nyt tulee pitkä tuomio. Sillon sit tuli se et on saatava johonki suuntaan muutosta et kun ollaan ensin vuosi vapaalla ja sit kolme vuotta linnassa niin ei mee enää munkaan matematiikkaan et totesin, et täs on mun pohjanoteeraus et täs tän alemmas ei enää pääse. Nyt on se kierre sellanen, et ei tuu enää muutoksia, kolmas kerta taas samalla kaavalla, jos ei tuu jotain niin muutetaan sit koko roska. Se oli silloin kun mä oli putkassa, et ajattelin et nyt saa riittää. Mä jäin hirveen määrän velkaa, pienin paha on lusiminen, mut miten saa kaikki muut asiat kuntoon, kun ei uskalla pyörii tuol kadulla. Tavallaan tää homma ei enää aukee ennenkun tekee jotain radikaaleja muutoksia.

Vakava henkinen kriisi, pohjakosketus, nousi keskeiseksi selviytymiseen liittyväksi käännekohdaksi.

Elämän käännekohdat ovat tilanteita, joissa muutosvaihemallin mukaan voi tapahtua taantumia tai edistysaskeleita. Elämäntapahtumat, muutokset ja erityisesti niihin liittyvät kokemukselliset käännekohdat toimivat usein sysäävinä tekijöinä kohti uutta suuntaa. Siirtymien aikana entiset uskomukset ja odotukset eivät enää päde, kun muutostilanne on käsillä. Uudessa tilanteessa lähdetään muodostamaan vallitsevaan tilanteeseen sopivia uskomuksia ja odotuksia, joihin yksilön tulee sopeutua. Elämänkulkuun kuuluu luonnostaan myös odottamattomia tapahtumia, joihin yksilön oma kontrolli ei yllä. Ne ohjaavat yhdessä luonnollisten normatiivisten siirtymien kanssa yksilön tekemiä ratkaisuja sulkien pois vaihtoehtoisia kehityskulkuja. (Oravala & Rönkä 1999, 274.)

Käännekohdat ovat tapahtumia, jotka saavat aikaan pitkäaikaisia muutoksia ihmisen elämäntulussa. Ne voivat muuttaa ihmisen elämäntapaa, vaikuttaa ihmisen minäkäsitykseen ja rooleihin sekä muuttaa suhteita toisiin ja maailmaan. Käännekohdat voivat muodostua ihmisen itse tekemien valintojen lisäksi myös odottamattomista tapahtumista. Tehdylle tapahtumalle tai ratkaisulle on tyypillistä se, että se johtaa kehityspolkua tiettyyn suuntaan ja samalla pois sulkee muita, vaihtoehtoisia päämääriä. Käännekohdan edellytyksenä on, että yksilö kokee muuttuneensa tapahtuman seurauksena. Käännekohdat on tunnistettavissa vasta jälkeenpäin, kun ihmiselle on selvinnyt niiden pitkäaikaiset vaikutukset hänen elämäänsä. (Oravala & Rönkä 1999, 274.)

Käännekohdat muodostuvat tärkeiksi kehityskriiseiksi. Kun ihminen pohtii elämäänsä uudelleen, monenlaisten tunteiden käsittelyllä on merkitystä emotionaaliselle kehitykselle. Käännekohdat saavat aikaan uusia käyttäytymismuotoja, joiden avulla voi selvitä uusista elämän haasteista. Ne voivat olla oppimiskokemuksia, joiden tuomat rooli-odotukset ja muutokset minäkäsityksessä johtavat kognitiiviseen, emotionaaliseen ja persoonallisuuden kehitykseen. (Oravala & Rönkä 1999, 275.)

Haastateltavat olivat ajautuneet sellaiseen tilanteeseen, että heidän on ollut pakko ryhtyä ajattelemaan jotain muutosta elämäänsä. Entinen elämäntapa on menettänyt merkityksensä ja muutos edellytti kokonaisvaltaista elämänmuutosta.

9.2 Sosiaalisten sidosten merkitys päätöksentekovaiheessa

Pitkäaikainen rikollinen toiminta, päihteiden käyttö sekä vankeustuomiot olivat sulke-neet kaikilta haastateltavilta tien normaaliin elämään. Haastateltavien elämä oli monella tapaa kaoottista ja jäsentymätöntä. Siteitä työelämään ei ollut kuin Oskulla. Kaikkien perhesiteet olivat hauraat ja haavoittuvat eivätkä ne tukeneet irrottautumista päihde- ja rikoskierteestä. Olemassa olivat vain rikolliset sosiaaliset suhteet ja entinen elämä, jo-hon ei haluttu palata. (ks. Kivivuori & Linderborg 2009, 66, Laub & Sampson 2003, 160–161.)

Ympäröivällä sosiaalisella maailmalla on merkitystä muutoksessa ja riippuvuuden voit-tamisessa. Eristyneisyyden on osoitettu heikentävän selviytymismahdollisuuksia hoidon jälkeen. Sosiaalisuus ei kuitenkaan vielä riitä, vaan ratkaisevaa on sosiaalisten suhteiden sisältö ja laatu. Pelkkä tuki päihteettömyyteen ilman läheisiin ihmissuhteisiin liittyvää yleistä sosiaalista tukea ei auta. Sosiaalista tukea voidaan kuvata sosiaalisiin suhteisiin liittyvänä positiivisena, terveyttä edistävänä tai stressiä ehkäisevänä tekijänä. Päihteiden käyttäjillä on usein takanaan rikkinäisiä ihmissuhteita ja karvaita pettymyksiä. Näistä lähtökohdista on vaikeaa löytää ja ylläpitää omaa hyvinvointia tukevia ja luottamusta herättäviä suhteita. Merkityksellisten toisten, samoin kuin työtovereiden ja ystävien osallistuminen hoitoon parantaa hoitotuloksia. Yhtäältä voidaan ajatella, että läheisistä suhteista saatu apu perustuu sosiaaliseen kontrolliin. Toisaalta on näyttöä myös siitä, että sisäinen kontrolli ehkäisee retkahduksia paremmin kuin ulkoiseen kontrolliin nojau-tuminen. (Hännikäinen-Uutela, Määttä & Pärttö 2009, 124–125.)

9.2.1 Päätöksen jälkeen tarvitsee tukea

Pohjakosketus näyttää olevan elämän käännekohta selviytymisprosessissa, jonka jäl-keen haastateltavat ovat olleet valmiita ottamaan vastaan muutoksen. Haastatteluotteissa näkyy pelko ja epävarmuus tulevastä. Merkittävää näyttää olleen jonkun ihmisen,

useimmissa tapauksissa vankilahenkilökunnan, kannustus hoitoon lähtemisessä.

Ville oli tehnyt päätöksen, ettei halua enää jatkaa päihteidenkäyttöä ja rikollista elämää. Hän ei kuitenkaan tiennyt, miten edetä, mistä hakea apua tai mihin hakeutua. Hän ha-
keutui kuitenkin vankilan päihteettömälle osastolle, mutta koki, ettei se riittänyt hänelle. Vankilan päihdeohjaaja kertoi Villelle Kiskohoidosta ja suositteli siihen osallistumista. Epävarmuus ja epärointi tulevasta kuitenkin vaati jatkuvaa kannustusta vankilahenkilö-
kunnalta.

Ville: Ainoo mitä mä tiesin, että mitä mä en haluu. Mitä mä haluaisin, niin mulla ei ollu mitään tavoitetta, mä ainoastaan tiesin sen mitä mä en enää haluu tehdä ja sit mä lähdinkin linnassa päihteettömälle ja siellä se meno oli ihan samanlaista kun millä tahansa kongilla ja se ei vaan riittäny mulle ja onneks koin että mä tarviin jotain vähän niinkun rajumpaa kun päihteettömällä kongilla oleminen. Kävin päihdeohjaajalla ja sieltä tuli päihdeohjaajalta se että lähde Kiskohoitoon että se on sun juttu. Ja sit mä lähin. Kiskoon. En tienny mikä se on, tiesin et se on rankka päihdehoito mä en tienny mitä se niinku tapahtuu ja miten se etenee mulle pidettiin Riihimäen vankilassa vielä viikon selliä kun mä lähdin sillai arkaillen ja koko ajan mua potkittiin et lähe nyt kattoo mikä se on ja viikon mul pidet-
tiin viel siel sellii.

Hyvin samantapaista epärointiä on Antin tarinassa. Häinkin tarvitsi päihdeohjaajan kan-
nustusta hoitoon lähdössä.

Antti: Olin alkupätkän sitten taas (vankilassa) putsarina turvallisesti ja sitten siellä hakeuduin Kiskohoitoon Keravalle. Siinäkin oli sitten alunpe-
rin niin okei olin hyvin kyllästynyt siihen elämään eikä todellakaan ollu hyvä olla, et sille oli tilausta, mut kyllä siihenkin vaikutti siihen hoitoon lähtöön, kun se oli pelottavaa lähtee uuteen paikkaan ja ja tota missä on tuntemattomia ihmisiä ja muita niin vaikutti myös se ett sitte se et se vanha vankila suljettaisi, tultas sulkemaan ja sielt olis joka tapauksessa jouduttu lähtee se sitten edesautto sitä et lähin sinne kiskoon. Linnassa mä kävin sen cs-kurssin ennen sinne kiskoon lähtöä. Mä olin jo sillon niin sillai pel-
kuri tai etsetota siel oli niin helppo siel (vankilassa) olla ja mä mietin viel siel Riihimäelläkin, sielki oli hyvä olla. Mä juttelin sen paikallisen päihde-
ohjaajan kanssa et jos mä saisin jäädä tänne sit kuitenkin ni se sano et ei ei kun lähet nyt Keravalle.

Ilman oikea-aikaista ohjausta, kannustusta ja tukea päihdeohjaajan taholta olisi haasta-

teltavien pelko astua tuntemattomaan saattanut käydä liian suureksi.

Myös Oskulle näytti aineiston perusteella olevan merkityksellistä ulkopuolinen tuki, hänen tapauksessaan työntajan kannustus muutokseen.

Sosiaalisen tuen saatavuus ja kyky vastaanottaa tukea ratkaisevat, mitä selviytymistapoja ihminen käyttää ongelmatilanteissa ja miten hän niistä selviytyy. Jos sosiaalista tukea ei ole tarjolla, voi päihteiden käyttö toimia vaihtoehtoisena selviytymiskeinona stressaavissa elämäntilanteissa. Toisaalta sosiaalisen tuen vähäisyys voi olla merkki siitä, ettei yksilö kykene vastaanottamaan tukea vaikeissa elämäntilanteissa. Kyvyttömyys ottaa tukea vastaan johtuu usein luottamuksen puutteesta. Päihteiden käyttäjillä on usein takanaan pettymyksiä ihmissuhteissa, jolloin luottamuksen syntyminen muihin ihmisiin voi olla vaikeaa, vaikka se on aina sosiaalisen tuen edellytys. Luottamus toisiin ihmisiin lisää luottamusta myös instituutioita kohtaan ja tätä kautta helpottaa myös yhteiskuntaan integroitumista. (Hännikäinen-Uutela, Määttä & Pärttö 2009, 124–125.)

9.2.2 Muutoksen toteuttaminen edellyttää uudelleen sosiaalistumista

Koko elämäntavan uudelleen luominen edellyttää uudelleen sosiaalistumista. Muutos määrittää todellisuuden uudelleen ja siihen kuuluu samastumista sosiaalistaviin henkilöihin. Uudelleen sosiaalistaminen muistuttaa lapsuuden ajan primaarisosialisaatiota, erona vain se, että haastateltavilla oli koko eletty elämä takanaan. Elämästä pitää poistaa kaikki entisen elämän ei-toivotut ihmiset, jotka eivät ole tukena muutoksessa. (esim. Timonen 2009, 166.)

Sami kuvaa aikasempaa kokemustaan siitä, kuinka muutos ja uuden elämän aloittaminen ei onnistunutkaan, koska hän ei ollut katkaissut välejään entisiin käyttäjäkavereihinsa.

Sami: Ei siel oo mitään sellasta paikkaa ja maailmaa mihin mennä siellä siviilissä kun se vanha, että vast myöhemmin ajateltuna mä oon tajunnut

sen, et se kaikki vanha, kaikki vanhat suhteet ja kaverit pitää pyyhkäästä pois, jos sä jätät niitä yhtään sä luot sellasii takaportteja et niitä käyttää kyl sitten.

Yksilön muuttuminen sisältää vahvan sosiaalisen taustan ja perustan, joka välittyy sellaisten henkilöiden kautta, jotka ovat hänelle merkitseviä. Muutos voi olla jopa mahdollista ilman tämäntapaista samastumista. Ihmiselle tärkeät henkilöt ohjaavat häntä uuteen tulevaisuuteen. Ohjaavalla henkilöllä on tietty rooli, hän voi olla vaimo, työnantaja, työntekijä, joka vahvistaa uuden elämän todellisuutta ja uskottavuutta. Vuorovaikutuksen painopiste siirtyy yhä enemmän näiden ihmisten suuntaan ja siitä poistetaan entisen maailman rikolliset piirit. (Timonen 2009, 167.)

10 TOIMINTAVAIHE

Toimintavaiheessa oleva ihminen valitsee muutosstrategiansa ja alkaa toimia sen mukaan. Ihmiset muuttavat aktiivisesti ympäristöään. He tekevät suuria elämäntyyli muutoksia ja voivat joutua kohtaamaan isojakin haasteita. Oma minäkuva voi joutua uudelleen arvioitavaksi siirryttäessä uudenlaiseen elämäntapaan. Usein toimintavaihe voi kestää 3-6 kuukautta päätöksentekovaiheen jälkeen. Joillekin se on eräänlainen kuheruskuukausi ennen vaikeampien haasteiden kohtaamista. (Koski-Jännes ym. 2008, 32.)

Tässä luvussa kuvaan sitä, millainen selviytyjien identiteetti ja itsetunto olivat toimintavaiheessa sekä millainen merkitys oli sosiaalisilla sidoksilla toimintavaiheen aikana. Toimintavaiheeksi olen määritellyt sen ajan, kun haastateltavat olivat tehneet päätöksen ja alkaneet aktiivisesti toteuttaa muutosta. Antti, Jani, Ville ja Sami aloittivat Kiskohoidon, joka kesti heidän kohdallaan vuodesta kolmeen vuoteen. Olen määritellyt toimintavaiheeksi sen ajan, kun he olivat kolmivaiheisessa kuntoutuksessa. Oskun kohdalla toimintavaiheeksi olen määritellyt vankilassa oloajan sekä koevapauden ajan sekä muutamia kuukausia vapautumisen jälkeen.

10.1 Identiteetti ja itsetunto toimintavaiheessa

Toimintavaiheessa identiteetti oli aluksi hauraimmillaan, koska muutos entiseen oli niin suuri. Aikaisemmasta päihteidenkäyttäjän identiteetistä oli luovuttava ja tilalle oli alettava muodostaa uutta. Itsetunto oli kadotetun identiteetin myötä aluksi heikko ja uusien tilanteiden, ympäristöjen ja ihmisten kohtaaminen oli vaikeaa. Kiskohoidossa olevien identiteetti muodostui ympäröivän yhteisön myötä pikkuhiljaa kuntoutujan identiteetiksi ja itsetunto vahvistui onnistumisien myötä. Onnistumisen kokemuksia toivat pärjääminen uusissa tehtävissä, yhteisön arjessa ja uusien oivallusten myötä. Oskun uudenlaisen identiteetin muodostuminen tapahtui pitkälti oman ajattelun ja pohdinnan tuloksena.

Ville, Jani, Antti ja Sami päätyivät päätöksentekovaiheen jälkeen Kiskohoidon ensimmäiseen vaiheeseen Keravan vankilaan. Selviytymisen ensi askeleisiin näyttää yhteisö-

hoitoon sitoutuneilla liittyvän voimakas henkinen riisutuksi tulemisen tunne.

Ville kuvaa kuinka Kiskohoidon aikana entinen identiteetti jäi taka-alalle ja kuinka hoidon aikana alettiin rakentamaan uutta minuutta yhteisön tuen, transaktioanalyttisen terapian ja 12-askeleen avulla.

Ville: Onhan se helvetinmoinen prässä... onhan se ihan mielisairasta ja mitä kaikkee siin tehdään mut kyl mä ymmärrän et siel pitää riisuu sen jätjän, eli minun, ego ja turhat luulot ja suuret luulot itestään pitää riisuu ja jos sen oikeen oivaltaa siellä niin siinä sitten käy, niin kävi mullekin

R: Miten se tehtiin se riisuminen?

Ville: Kaikki kyseenalaistaminen loppuu, nöyryytyksellä ja yhteisön tuella se tehtiin se riisuminen niin se jotenkin tapahtu siihen oli vaan lähettävä messiin tai sit siel ei pärjää

R: Oliko sull yhtään sellanen olo missään vaiheessa et sä et kestä tai et haluu?

Ville: Ei kun mä halusin, mä halusin selviytyä. Mul tuli helvetinmoinen pelko siellä mikä sit ajo mua eteen päin. Mä tein hirveesti ja työstin itteeni ja olin kiinnostunut kaikesta, omasta elämästä ja päihitteettömyydestä ja transaktioanalyttisesta terapiasta ja mä olin pelon kautta tosi kiinnostunut kaikesta. Muistan kun yöllä heräsin ja täyttelin askelia ja sairasta... vähän se lähti niinku käsistä, puhutaan aa-humalasta tai na-humalasta, mä elin ehkä jossain sellasessa.

R: Oliko se ehkä hyväkin?

Ville: Se oli mulle helvetin hyvä, se oli just oikee tapa mitä mä tarvisin, miten mun kuuluu työskennellä et mist mä sain eniten. Mä en sluibaillo, mä halusin sitä kaikkee.

R: Mikä oli vertaistuen osuus (Kiskohoidon) kakkosvaiheessa?

Ville: Se ehkä kasvo vielä enemmän koska siel enemmän puhu ittestään ja uskalsi puhua niistä oikeista asioista, kun ykkös vaiheessa oli hirvee paine suoriutua kun siellä yhteisön eessä purki omia asioitaan niin se oli se oli vähän teatteria nii siel ehkä etsittiin omaa itteensä ja yksityiskohtia, sai itteensä esiin enemmän, oli ehkä avoimemmin,

Yhteisö ottaa vastuun yksilön persoonallisuuden muutosprosessista. Yksilö joutuu kui-

tenkin ottamaan vastuun itsestään ja toiminnastaan. Ensimmäisiä viikkoja hoidossa voi kuvata minuuden riisumiseksi. (ks Hännikäinen-Uutela 2004, Goffman 1969.) Hoitoyhteisöön tulo voidaan kokea minuutta riisuvaksi, kun kaikki ikään kuin ahdetaan samaan muottiin ja totellaan yhteisössä hierarkisesti ylempänä olevia. Tiukka rutiinien noudattaminen ja kuri voidaan kokea uhkana minuudelle ja jopa nöyryyttävänä. Alkuvaiheen jälkeen kaiken tämän merkitys oivalletaan eikä kukaan koe minuuttaan riistettävän.

Häpeän, surun ja syyllisyyden tunteiden työstäminen liittyy olennaisesti muutokseen ja ihmisenä kasvuun, vaikka ne usein peitetään ja niiden käsittely on tuskallista. Häpeän tunne on syyllisyyttä kokonaisvaltaisempi ja koskettaa koko minuutta. Ihminen saattaa kokea olevansa niin paha, ettei hän mielestään edes ansaitse ymmärrystä. Häpeään liittyy arvottomuuden, heikkouden ja pahuuden tunteita. Turvallisessa vuorovaikutussuhteessa on mahdollista jakaa häpeää tuottavia kokemuksia, mikä edesauttaa niiden hyväksymistä osaksi omaa tarinaa. (Granfelt 2011, 222.)

Rikoksiin liittyvästä syyllisyydestä ei ehkä koskaan pääse täysin eroon. Häpeän ja syyllisyyden takaa voi löytää muita tunteita: surun menetetyistä kuukausista ja vuosista, omien lasten tai vanhempien kärsimyksestä, läheisen ihmisen kuolemasta. Ihminen saattaa surra lapsuuttaan, jota ei koskaan saanut elää, vaille jäämistä ja väkivaltaa, jonka vuoksi hän on lapsuudestaan asti yrittänyt ratkaista vaikeuksia tavoilla, jotka ovat hetkellisesti asuttaneet selviytymään ylivoimaisista tilanteista. Pitkällä aikavälillä ne ovat kuitenkin vaikuttaneet tuhoisasti hänen ja usein myös muiden ihmisten elämään. (Granfelt 2011, 223.)

Jotta trumatisoituneen ihmisen eheytyminen voisi päästä alulle ja vahvistua, hän tarvitsee tunteen toivosta. Haavoittavissa kasvuoloissa eläneet ja elämänhistoriansa aikana monella tavalla syrjäytetyt ja vaille jääneet ihmiset tarvitsevat monimuotoisia kuulluksi ja nähdyksi tulemisen tapoja, jotta he pääsisivät kosketuksiin tunteidensa kanssa. (Granfelt 2011, 224.)

10.2 Sosiaaliset sidokset toimintavaiheessa

Sosiaalisten sidosten merkitys toimintavaiheessa on suuri. Jonkinlaiseen vertaistukeen perustuvaan yhteisöön kuulumisen lisää tavoitteellisuutta. Yhteyteen kiinnittyy toipumisen malli, jota toiset jo noudattavat. Joillakin yhteyden syntymistä ilmentää jo löydettyksi tuleminen. Yhteyden vaaliminen niiden kanssa, joilla on todellista sanottavaa, koetaan tärkeänä. Tähän liittyy myös oman arvon kokeminen ja yhteiseen toipumisajatteluun samaistuminen. Luottamuksen saaminen ja läheinen ihmissuhde vahvistavat toipumista. (Myllärinen 2011, 166.)

10.2.1 Kiskon yhteisöhoito®

Koen tarpeelliseksi kertoa Kiskohoidosta hiukan tarkemmin, koska neljä viidestä haastateltavastani oli käynyt Kiskohoidon ensimmäisen, toisen ja kolmannen vaiheen.

Kiskon yhteisöhoito®, I- ja II -vaihe on Kalliolan klinikoiden tuottama hoitomalli, joka on ollut käytössä Keravan vankilassa vuodesta 1998 lähtien. Ohjelman oikeudet omistaa Kalliolan klinikat ja se myös valvoo ohjelman toteuttamista. Hoitomalli on vankilassa tarkoitettu päihderiippuvaisille henkilöille, joilla on rangaistusaikaa jäljellä 1-2 vuotta. Kiskon kolmivaiheisen kuntoutusohjelman tavoitteena on turvata päihhteettömyys, opetella päihhteetön elämäntapa ja motivoitua elämänikäiseen kasvuun. (Rikosseuraamuslaitos i.a.)

Yhteisöhoitoa varten on Keravan vankilassa oma suljettu asuinosa. Päihhteettömyyttä tuetaan NA/AA:llaisella toipumisohjelmalla Daytop-pohjaisessa yhteishoidossa. Henkilökohtaista kasvua tuetaan transaktioanalyttisellä ryhmä- ja yksilöpsykoterapialla. Tässä ja Nyt-ryhmässä käsitellään oman päihdeongelman tunnistamista, myöntämistä ja hyväksymistä sekä pyritään liittymään yhteisöön. Ohjelma sisältää ryhmiä, luentoja, omaehtoista työskentelyä, jatkohoitoryhmiin (AA/NA) tutustumista ja toipumisohjelmaan kiinnittymistä. Tunneryhmässä puretaan ja tunnistetaan tunteita sekä kartoitetaan muutostarpeet toisen vaiheen työskentelylle. Muuna aikana vangit osallistuvat vankilan

työtoimintaan. (Rikosseuraamuslaitos, i.a.)

Ohjelman kokonaiskesto on yksilöllinen, puolestatoista vuodesta kahteen vuoteen. Ensin osallistutaan I-vaiheeseen suljetussa vankilassa, II-vaiheeseen avolaitoksessa ja kolmanteen vaiheeseen vapautumisen jälkeen siviilissä, joko Kalliolan klinikoiden Kiskon perhe- ja jatkohoitoyksikössä tai yksilöllisesti rakennettuna omalla kotipaikkakunnalla. (Rikosseuraamuslaitos i.a.)

Yhteisökasvatuksella tarkoitetaan koko yhteisön käyttämistä hoidollisten, kuntoutuksellisten ja kasvatuksellisten tavoitteiden toteuttamiseen. Kaikki, mitä yhteisössä tapahtuu, on osa perustehtävää. Toiminta perustuu yhteisön jäsenten yhteistyöhön, avoimeen keskusteluun ja keskinäiseen vastuuseen. Sitoutuminen yhteisiin tavoitteisiin ja käytäntöihin antaa kaikille jäsenille mahdollisuuden toteuttaa yksilöllisiä tarpeitaan. Yhteinen toimintojen suunnitteleminen, toteuttaminen, ongelmien ratkaiseminen ja arviointi luovat edellytykset koko yhteisön ja sen jäsenten kehitykselle. (Hännikäinen-Uutela 2004, 121.)

Yhteisö on tietoisesti muodostettu sosiaalinen ympäristö, jossa sosiaalinen vuorovaikutus ja ryhmäprosessi toimivat terapeuttisesti. Jäsenet opettelevat toisiaan tukien elämään terveemmällä tavalla. Yksittäiset jäsenet muodostavat vertaisryhmän, jonka tukeen perustuu yhteisön tavoite – yksilön persoonallisuuden muuttuminen. Terapeuttisen yhteisön tarjoama hoito on jäsentynyttä, tehtävät sekä roolit on järjestetty hierarkisesti ja hyvästä käytöksestä palkitaan lisääntyvällä vastuulla. Arki rakentuu hoitoryhmien, kirjallisten tehtävien, työnteon ja muiden rutiinien ympärille. (Hännikäinen-Uutela 2004, 122.)

Jani kertoo kokemuksiaan Kiskohoidon vertaistuesta. Hän kertoo olleensa jo niin luottanut hoitoon mennessään, ettei ollut edes ennakkoluuloinen. Janin mielestä vertaistuki oli antoisampaa kuin pelkkä yksilötyö. Yhteisössä tunsikin yhteenkuuluvuutta.

R:Minkälaisena sä näit sen Kiskon vertaistuen?

Jani: Mä olin täysin ennakoluuloton, voi kuullostaa ehkä ihmeelliseltä, mut mä olin vaan niin luovuttanu jo et mul ei ollu sillee kauheesti ennakoluuloja siitä että, mä vaan tutkailin tilannetta ja tarkkailin niit ihmisiä, ympäristöö ja siis siel sattuu olee vaan todella hyvä porukka, kaikki puhals yhteen hiileen ja tosi hyvä olla ja jakaa niit asioita, ei tarvinnu miettiä yhtään mitään, et kaikki anto siel itsestään täysillä... Vertaistuki on ehdottoman tärkeä just se, et mä oonkin jälkikäteen ajatellu et jos kävis yksilönä tollast terapiaa niin se ei välttämättä olis yhtä antosaa kun tollanen ryhmä-terapia.

R: Miks sä ajattelet niin?

Jani: Se vertainen tuki, sä huomaat et sä et oo yksin ja jos ajatellaan että sä oot yksin ja jaat siinä jonkun asian tai sul on siinä kuus ihmistä vieressä jotka ymmärtää ja antaa sulle kommenttii samasta asiasta, omii kokemuk-sii niin se sun tieto siitä asiasta kasvaa ihan erilailla ei tarvii selittää mitä se on, vaan ne tietää sen mitä se on, jakaa sen saman kokemuksen.

Ville kertoo, kuinka myös hän on kokenut, että yhteisö auttoi häntä olemaan oma itsensä ja avautuman asioistaan.

R: Joo ja jos sä nyt ajattelet niin mikä siin oli se tärkein tai merkityksellisin juttu (hoidossa)?

Ville: ehkä siin oli se, meil oli helvetin hyvä yhteisö, oli helppo lähteä mukaan, kukaan ei dumannu, sai oireilla hyvällä sydämellä, yhteisö oli aika kova juttu siinä, jos oli ollu toisenlainen niin ei ehkä olis sulkeutu eikä olis puhunu omista jutuista

R: niin se yhteisö mahdollisti sen et sai olla oma itsensä?

Ville: Kyllä kyllä

9.2.2 Yhteisöt selviytymisen tukena

Kaikilla haastateltavilla luontaiset sosiaaliset sidokset, kuten perhe, olivat joko aikaisemman elämäntavan vuoksi tai muista syistä hauraat ja katkenneet. Muutamalla haastateltavista kaikki perheenjäsenet olivat kuolleet. Jos luontaisia tukevia verkostoja ei ole saatavilla tai olemassa, on selviytyminen entistä haastavampaa, etenkin kun niihin sosiaaliisiin verkostoihin, mitä koko aikaisemman elämänsä on luonut, ei enää ole paluuta

eikä niistä ainakaan saa tukea uuden elämän alkuun. Vankila-aikana ja päihdekuntoutuksen aikana luodut sosiaaliset siteet ammattihenkilöstöön täytyy katkaista. Haasteena on löytää selviytymistä tukevia verkostoja ja ihmissuhteita. Selviytyjät olivat löytäneet erilaisia yhteisöjä selviytymisensä tueksi. Merkittävimpana olivat vertaistukiryhmät AA ja NA. Myös työyhteisöstä tuli monelle selviytymistä tukeva ympäristö. Samanlaisten taustan omaavien ihmisten koettiin ymmärtävän paremmin ja enemmän.

R: Kuinka tärkeitä et on samanlaisia ihmisiä ympärillä?

Osku: Se on tosi tärkeä, et sä pysty juttelee, ei normaali ihmiset osaa suhteuttaa, oon jutellu työkavereille mut ei ne käsitä. Ne jotka on lopettanu, niin ne taas... tääkin kaveri on AA:ssa töissä...se ymmärtää

Vertaistuki tarjoaa jatkuvamman tuen kuin mihin ammatillinen hoitojärjestelmä kykenee. Kun päihdeongelma on kompleksinen, vertaistuki luo sellaisia rakenteita, joiden avulla raittiuden jatkumiseen on mahdollista saada kollektiivista tukea.

Ville kertoo, kuinka on ymmärtänyt AA- ja NA-ryhmien merkityksen itselleen vankilan jälkeen. Pitkäaikaisen päihdekuntoutuksen jälkeen voi kokea jäävänsä hyvin yksin, mutta Ville on löytänyt ryhmistä ankkurin, johon voi kiinnittyä, kun tarvitsee tukea ja muita ihmisiä.

Ville: Mä oon vast ymmärtäny mitä on AA ja NA ja tällanen mahdollisuus siviilissä et ei mulla aikaisemmin ollu mitään hajuu näistä. Sit mä jotenkin hiffasin senkin et se on aino juttu, sit enää, tässä hetkessä kun eletään niin kun tää kaikki poistuu ympäriltä mitä sitten jää jäljelle?

Jää itsenäisyys ja itse etsii apua itselleen ja siviilissä ei oikeen muuta oo kun nää vertaistukiryhmät niihin mä koitin kiinnittyä.

Jani kuvaa, kuinka päihdekuntoutuksen päätyttyä terapia ikäänkuin jatkui AA-ryhmissä. Hän kertoo, kuinka täytyy tehdä valinta sen välillä, mistä sosiaalisia suhteita lähtee etsimään. Janin vaihtoehtoina olivat paluu entisiin päihdeporukoihin tai kiinnittyminen vertaisryhmiin.

Jani: Terapia jatkuu tavallaan AA-ryhmissä, mulla. Mut ihan selkee valinta piti tehdä, kun tuli siviiliin, et joko mä lähden tosta kurvista hakee sitä sosiaalista kenttää tai sit ryhmistä, ne oli ne vaihtoehdot. Onneks mä hain ryhmistä.

Vertaistuen piiriin ohjautumisella on usein merkittävä ammattimaista hoitoa tukeva vaikutus ja enemmän tukea tarvitsevat täyttävät tuen tarpeensa hakeutumalla tähän yhteyteen tai täydentävät sillä ammattimaisen hoidon vajetta. (Kuusisto 2010, 333.)

10.2.3 Siipien kokeilua

Toimintavaiheessa Kiskohoidossa olleet siirtyivät vähitellen suljetuista oloista avoimempiin oloihin. Kiskohoidon ensimmäinen vaihe on suljetussa vankilassa ja toinen vaihe avolaitoksessa. Enintään kuusi kuukautta vankeustuomion lopusta on mahdollisuus suorittaa valvotussa koevapaudessa. Valvotun koevapauden aikana vanki käy töissä tai opiskelemassa ja asuu itsenäisesti joko asuntolassa tai omassa asunnossaan. Osku ja Antti pääsivät lopputuomioksi valvottuun koevapauteen.

Ville kertoo, millaista oli siirtyminen avoimempiin oloihin avolaitokseen. Uusien sosiaalisten kontaktien luominen jännitti. Oma vastuu omasta toipumisesta kasvoi, minkä Ville koki hyväksi. Transaktioanalyttisen terapian merkitys oli suuri. Arjen askareiden opettelusta oli hyötyä.

Ville: Sitten siirryin Seutulaan, avolaitokseen. Sekin jännitti hirveesti kun en oo ollu avolaitoksessa, se pärjääminen siellä. Avoimisuus eniten jännitti kun oltiin koko ajan oltu suljetussa yhteisössä eikä muitten kaa tekemisissä ja Seutulassa oltiin kaikkien kanssa niin paljon ittestä kiinni se oma toipuminen ei enää niin tuettua, ittestä kiinni. hyvin mä sielläkin pärjäsinkin

R: Millä voimavaroilla sä pärjäsit?

Ville: Emmä tiedä mult vaan loppu se välittäminen siinä, mä en välittänyt mitä muut aattelee, en ainakaan niin hirveesti miettiny mitä muut aattelee, mä koitan hoitaa vaan omaa juttua ja jotenkin mä sisäistin sen, mul oli vielä pari vuotta jäljellä et mä aattelin et tää mahdollisuus on nyt käytettävää että pärjää siviilissä kun mä oon sen tiedostanu et jos sieltä lähtee siviiliin sillä aivotuksella mikä mulla olis ollu vaikka ykkösvaiheessa niin mä en olis ikinä jotenkin pystynyt aattelee järkevästi ja sit tuomion jälkeen oli vielä jatkohoito mikä kesti puoli vuotta se oli kans todella tärkeä. Vuoden verran olin Seutulassa. 30 kk yhteensä kiskohoidossa

R: No mikä oli seutulan anti, mitä sä ajattelit, sanoitkin tossa että sait vähän itsenäisyyttä, vertaisryhmän tuki ei enää niin vahvasti ja sait omii siipii kokeilla?

Ville: Ehkä siin oli just toi ja sit päästiin siviiliin, oli enemmän siviilihenkilöiden kanssa niin näki vähän millast on kun ei ollu mitään hajua et minkälaista vaik on käydä kaupassa ja ihan arjen asioita hoitaa et se oli just totta itsenäisempää asteittain ja sit se oli se terapia siitä mä sain helvetin paljon, mä sai tosi paljon paljo kiinni ja itselleni metodeja mitä mä tänäkin päivänä käytän minkä avulla vieläkin elän ja se on ollu hyvä juttu.

Antti kertoo kokemuksiaan koevapaudesta. Koevapauden hän oli kokenut hyväksi väyläksi normaali yhteiskuntaan. Koevapauden toimintavelvoitteena Antilla oli vankilasta vapautuville tarkoitettu JatkoX-koulutus ja työ.

R: Minkälainen kokemus se koevapaus oli?

Antti: Oikeen hyvä kokemus, sillai jos on tosissaan ja oikeet palaset niin on oikeen toimiva juttu

R: Mikä siin oli toimivaa ja hyvää?

Antti: Se vei selkeesti eteenpäin sitä mun paluuta, tai ei voi mun kohalla sanoa paluuta, kun en oo ollu normaaliyhteiskunnan jäsen koskaan, mut se teki musta sen mikä mä oon nyt, työtä tekevä nuori mies. Jos mä olisin suoraan Seutulasta päässy, niin se se mitä se hoito piti sisällään, niin siellä ryhmäterapiassa työstänyt niitä mulle tärkeitä asioista, joista mulle oli selkeesti apua, totta kai siit oli mulle apua hoidollisesti ja muutenkin järkevää et pääsin koevapauteen. JatkoX-koulutukseen kuulu myös työharjoittelujakso, mä lähdin kaverin rakennusfirmaan töihin, mihin mä menin sitten vapauduttuani töihin. Siellä oli muitakin jo tuttuja ja se oli turvallinen paikka mennä töihin, mua neuvottiin, ja työ tekijänsä opettaa, opin ja se oli kiva huomata.

10.2.4 Suunnitelmallisuus

Kaikki Kiskohoidon läpikäyneet korostivat suunnitelmallisuuden merkitystä vapautumisvaiheessa. Kiskohoidon jokaisessa vaiheessa tehdään yhdessä työntekijän kanssa tarkka ja yksityiskohtainen suunnitelma tulevaisuuden varalle. Suunnitelma kattaa kaikki elämän osa-alueet: ihmissuhteet, asumisen, työn, opiskelun, harrastukset, taloudelliset asiat, jokaisen yksilöllisen tilanteen mukaan. Seuraavassa Jani kuvaa omaa suunnitel-

maansa.

R: Sitten vapaus lähenee, miten sä olit järjestänyt asiat siin kohtaa kun se vapautuminen lähenei?

Jani: No siel hoidossahan tehdään tarkka suunnitelma siitä kolmannesta vaiheesta mikä on siellä siviilissä kun vapautuu et mitä sä teet siellä ja mä tein suunnitelman kaikesta, ihan kaikesta, seksuaalielämästä lähtien, työt, velat, asunnot, kaikki.

R: Ja miten ne toteutu?

Jani: Kyl ne toteutu omalla tavallaan sitten, ei ne kumminkaan aina mee niinku sä kirjoitat sinne paperiin, mut kyl ne tapahtu. On tärkeetä et sul on valmiina, ettet sä pamahda tyhjän päälle, et sul on jonkun näkönen suunnitelma siitä myös miten sä toteutat ne suunnitelmat

R: Kerroksa sun suunnitelmista ja miten ne sit toteutu?

Jani: Ensinnäkin mul oli suhde joka oli lämmennyt, siitä mä en ollu päättänyt miten se etenee, et se katotaan siel kolmannes vaiheessa miten se lämpenee. Velka-asioista sen verran, kun olin jo niitä selvitelty kakkosvaiheessa ja tiesin et y-säätiöllä oli velkaneuvojajohdinta, joiden kanssa hoidetaan velka-asioita, sen mä tiesin et niiden kautta mä saan hoidettua sitä asiaa ja sitten asuntoasiat, ne paikat mistä kaikkialta niitä voi hankkia, niinku y-säätiö ja s-asunnot ja esto ja kaupungin asunnot ellei oo ryssiny niitä, mä olin eikä mul ollu mitään asiaa sinne, sellaset. Rahankäyttösuunnitelmat oli, piti kattoo paljon saa tuloo, töihin ei ollu suotavaa heti mennä kun alottaa siel kolmannesvaiheessa, sitä mä olin miettiny, järjestettiin tapaamiset mun sosiaalityöntekijän kanssa, joka mul oli ollu ennen sitä ja sitten pidettiin sen kolmannen vaiheen työntekijän kanssa sellanen ryhmäpalaveri, missä sovittiin niinku että miten se tulee vastaan se sossu ja missä mennään mitä tehdään ja. Ne oli hyvin mukana siellä ja sit ajokortin suhteen, jouduin käydä a-klinikalla antamassa näytteitä, ei riittänyt kisko-aikaset seurat, piti olla siviilissä annettuja seuloja et sitä asiaa mä hoidin eteen päin siviilissä ja tota niin siitä ne lähti käyntiin. Sit oli yks tuttu työnantaja se anto aina kaikille vapautuville töitä, jotka oli hyvässä kunnossa, niin siltä mä sit hain jossain vaiheessa töitä ja sovittiin sit kolmannen vaiheen työntekijän kanssa palaveri ja sit se työnantaja tuli kans palaveriin. Siitä kuinka paljon mä voisin tehdä töitä et se ei oo liikaa et...

Janin suunnitelmaa tukemassa olivat Kiskohoidon työntekijän lisäksi myös muita tahoja, sosiaalitoimi, Y-säätiö ja työnantaja. Suunnitelman onnistumisessa onkin tärkeää, että kaikki yhteistyötahot sitoutuvat ja ovat tietoisia toistensa toiminnasta, ettei turhaut-

tavaa päällekkäistä työtä tehtäisi turhaan. Samalla yhteistyötahot oppivat tuntemaan toistensa työtä, asiakkaan luottamus auttamistahoihin kasvaa ja yhteistyö on jatkossakin helpompaa.

11 YLLÄPITOVAIHE

Ylläpitovaiheessa pyritään säilyttämään toimintavaiheessa opitut uudet taidot. Tässä vaiheessa ihmiset pinnistelevät pysyäkseen raittiina ja estääkseen ongelmien uusiutumisen. Ongelmakäyttäytymisen uusiutumisen ehkäisemiseksi ylimääräinen varovaisuus voi olla tarpeen. Tällöin on tärkeää tunnistaa ja välttää vaarallisia tilanteita ja muita yllykkeitä, jotka voivat johtaa päihteiden käyttöön. Ylläpito vaatii pitkäaikaista käyttäytymisen ja toimintatapojen muutosta ja jatkuvaa tarkkaavaisuutta vähintään puolesta vuodesta useampaan vuoteen tavoitteesta riippuen. (Koski-Jännes ym. 2008, 32 - 33.)

11.1 Identiteetti ja itsetunto ylläpitovaiheessa

Ylläpitovaiheessa selviytyjät muodostivat itselleen aktiivisesti uudenlaista identiteettiä. Identiteetin rakentamisessa merkittävää oli kokemus ja tunne siitä, että pärjää ja osaa. Itsetunto kasvoi onnistumisien myötä.

Kaikkien haastateltavien selviytymisessä työnteolla oli erittäin suuri merkitys. Jokainen selviytyjä oli ylläpitovaiheessa työelämässä. Työ rytmitti päivää ja antoi merkityksen elämälle.

R: Mites työn merkitys sulle on ollu tässä prosessissa?

Ville: Kyl se on sellanen arvo, itseisarvo kummiskin, et se on kummiski pitäny semmosis rutiinissa ja rytmissä kiinni, lähet aamulla töihin ja hoidat oman paletin ja tulet sieltä puol neljän jälkeen kotiin, siellä se itsetunto ja kaikki tällaset kasvaa, näkee että sä pärjää ja se ei oookkaan niin kummallista mitä se oli alussa, se oli helveltinmoinen peikko se työelämä kun ei oo mitään tehny eikä mitään osaa, tai niin luuli, sit kummiskin kun vaan lähti tekemään niin omien käsien kautta sitä osaskin kun tekee vaan, uskaltaa tehdä ja uskaltaa tehdä väärin eikä oo niin saatanan ylpee kun ennen kun pelkäs niin oli jättäny tekemättä, olis ottanut vastuun siitä asiasta. Se niinkun ihan mielellään mä teen se jo niinkun on ollu mulle, vaik on pelottanut lähtee tekemään niin se.

Laubin & Sampsonin (2001) tutkimuksessa on myös todettu työn ja ammattiuran olevan apuna rikollisuudesta irtaantumisessa ja erityisesti yksilön sitoutuminen työrooliin edistää kiinnittäytymistä rikoksettomaan elämäntapaan. Päivittäisiin rutiineihin osallistuminen tuo elämään rakennetta ja merkityksellistä toimintaa. Kiinnittyminen työelämään ja saavutukset eri rooleissa edistävät lainkuuliaista elämää. Itsetunto vahvistuu ja se näkyy haluna löytää yhteys ja olla hyväksytty yhteiskunnan taholta. Onnistuneessa muutosvaiheessa on kysymys kulttuurin muutoksesta, joka on sidoksissa uusiin mahdollisuuksiin ja tahtoon sekä kykyyn hyväksyä ne. Henkilökohtaisten valintojen ja ympäristön välinen vuorovaikutus ilmentävät merkittävää roolia suhteessa elämän käännekohtiin. (Viikki-Ripatti 2011, 215.)

11.2 Sosiaalisten suhteiden merkitys ylläpitovaiheessa

Ylläpitovaiheessa viralliset tukiverkostot eivät enää olleet merkittävässä roolissa. Selviytyjät olivat muodostaneet uusia ihmissuhteita, neljällä oli parisuhde ja perheet. He olivat onnistuneet korjaamaan joitain aikaisemmin rikkoutuneita suhteitaan esimerkiksi vanhempiinsa ja sisaruksiinsa. Ylläpitovaiheessa entinen syrjäytyjän identiteetti oli menneisyyttä. Selviytyjät kokivat, että olivat täysivaltaisia yhteiskunnan jäseniä ja heillä oli mahdollisuus vaikuttaa yhteiskunnan tasolla.

10.2.1 Uusien ihmissuhteiden luomista

Ylläpitovaiheessa vanha kaveripiiri on vaihtunut kaikilla selviytyjillä lähes täysin. Uusien ihmissuhteiden luominen on ollut haastavaa, mutta uusia tuttavuuksia on löytynyt työelämästä, harrastuksista ja esimerkiksi puolison kautta. Neljällä selviytyjistä on perhe, johon kuuluu avopuoliso ja joillakin lapsia. Selviytyjät korostavat tarinoissaan perheen merkitystä. Yhdellä selviytyjistä ei vielä ole parisuhdetta, koska sen aika ei hänen mukaansa vielä ole. Hänkin kuitenkin korostaa parisuhteen merkitystä itselleen ja odottaa sopivaa aikaa etsiä kumppania.

R: Entäs ihmissuhteet selviytymisessä tai toipumisessa niiden merkitys?

Ville: Helvetin suuri, vaikka ne on helvetin vaikeita asioita, yleensäkin ihmissuhteet. Itsensä kanssa pärjää. Sitä on rakentanu helvetisti ja siinä on ihan hyvä, mut sit muitten ihmisten kanssa pärjääminen on ihan toinen luku, se on sellasta tervehdyttävää ja eläväistä, mä helposti oon semmonen et mä sulkeudun ja voni olla vaan omissa oloissa, sellasen moodin kääntää helpolla, linnamoodi päälle, mut kyl tää parisuhde ja kaikki tällanen ja muut ihmissuhteet vie mua eteenpäin koko ajan, vaikka ne on niinkun hyvin pienet ne piirit. Tuolla kun mä kattelen kunnon ihmisiä ja kuuntelen niitten juttuja niin niil on paljon kavereita ja ihmissuhteita, niin mul ei oo niin paljoo, on ne jotka on pysyny alusta saakka messissä ja hirveen vähä on tullu tässä vaikka on ollu jo muutaman vuoden siviilissä niin entuudestaan tuntemattomia ihmisiä ei oikeen oo, mut ajan kanssa.

Oskulle ihmissuhteilla ja niiden ylläpidolla on ollut erityisen suuri merkitys aina, myös selviytymisessä. Hän on osannut kääntää voimavaraksi oman vahvuutensa olla ihmisiä yhteen tuova voima ja hän saa sitä kautta elämäänsä vastuuta ja vahvaa yhteiskunnallista asemaa. Oskulle ihmissuhteet toimivat myös terapiana. Hänen itsetuntonsa vahvistuu ja hän nauttii saadessaan luoda ihmisille elämyksiä ja sosiaalisia kontakteja. Osku toimii aktiivisesti useassa eri yhteisössä.

Osku: Mul on sellanen kaveri joka lopetti 14 kk sitten päihteiden käytön, sitä mä potkin eteen päin, sen kanssa käydään, tänään lähetään Tahkolle laskettelee, käytiin risteilyllä tossa ja tarkoitus lähtee ens jouluna Thaimaaseen. Ollaan tehty tasasin väliajoin kaikkee mistä sit niit elämyksiä saa

R: Käytsä ite NA:ssa?

Osku: En käy, alussa työnantaja vei, mut mä teen kaiken työn mun pään sisällä. Mul on sillee, et vietän aikaa pari kolme kertaa vuodessa lopettaneiden kavereiden kanssa tekemällä jotain kivaa, käydään konserteissa, syömässä, se on mulle sitä terapiatyötä. Hyvä tapa, muistellaan menneitä, oltiin samassa jamassa kaikki silloin, oltiin henkisesti kaikki ihan pohjalla, nyt kaikilla hyvin pullat uunissa, on työt ja perheet ja kesämökit. Työyhteisössäkkin mulla on sama kuvio, käydään työkavereiden kanssa syömässä, juttelemassa asioista, puhutaan, se on aika hyvää terapiaa

R: Tiedät et se puhuminen auttaa?

Osku: Samanhenkisten kanssa saamaan huoneeseen ja ovi lukkoon. Kyllä se mulle toimii, uskon et moni muukin nauttii. Mä oon niin puhelias, kyllä mä tiedän sisimmässäni mikä on mulle järkevää ja hyväksi. Nyt se on en-

tistä helpompaa, kun oon saavuttanu yhteiskunnssa jo sellasen aseman, oon aina ollu yhteenvetäjä ja liima, koonnu porukkaa yhteen, huumemaa-ilmassa siitä oli oma hyötynsä ja nyt siviilipuolella normaalielämässä sama vahvuus käytössä. Se on mulle terapiaa. Oon kannustanu ihmisii opiskelemaan ja potkinu perseelle ja niillä ihmisillä menee nyt hyvin.

11.2.2 Vaikuttaminen ja yhteiskunnan jäsenyys

Ylläpitovaiheessa selviytyjät kokivat olevansa täysivaltaisia yhteiskunnan jäseniä ja olevansa kykeneviä vaikuttamaan asioihin. Vaikka he tiedostivat aiheuttaneensa paljon kustannuksia sekä taloudellisesti että inhimillisesti mitattuna, olivat he sinut menneisyytensä kanssa eivätkä kokeneet syyllisyyttä, joka olisi estänyt eteenpäin menemisen.

R: Mitä sä ajattelet itestä tällä hetkellä täysivaltaisena yhteiskunnan jäsenenä?

Jani: Jaa, no muhun ehkä sijoitettiin aika paljon rahaa sen hoidon myötä ja nyt mä maksan sitä velkaa takasin. Mä oon sinut kaiken sen menneisyyden kanssa. Vaikka oon aiheuttanut yhteiskunnalle varmaan paljon haittaa ja laskuu, mut mä elän tätä päivää ja kyl mä pidän itteeni ihan samanlaisena, en mä nosta itteeni yläpuolelle muita, mut en mä myöskään kato ala puolelta muita.

R: Onks sul sellanen tunne et sä pystyt vaikuttamaan asioihin?

Jani: Joo, tai sanotaan, että mä tiedostan ne asiat joihin mä pystyn vaikuttaa

12 SELVIITYTYNEIDEN PUHEENVUORO

Tässä kappaleessa annan selviytyjille puheenvuoron. Haastatteluissa kysyin kaikilta, mitkä asiat he kokivat tärkeimmiksi asioiksi selviytymisprosessissaan ja miten he halusivat kannustaa vankeja, jotka parhaillaan pohtivat vankilassa elämänsä suuntaa.

12.1 Tärkeintä selviytymisessä

R: Nyt kun sä ajattelet sitä kaikkee menneisyyttä niin mitä sä nostasit sieltä tärkeimmiks kohdiks tai oivalluksiks tai millä on ollu suurin merkitys?

Jani: Nöyryys, ilman sitä niin taistelee vastuuta vastaan. Se on semmonen juttu mitä mä ajattelen et kyl siinä vaiheessa kun tulee mittari täyteen niin on oltava tarpeeks nöyrä ja sit asioita täytyy suunnitella ja tehdä, ne ei tuu itestään. Se on semmonen tärkeä juttu ja sit vankilasta siviiliin tuleville niin se on ehdottoman tärkeä se pohjatyö, et kun sä tuut siviiliin että sä tiedät mitä sä teet. Sun täytyy tehdä suunnitelma et mitä sä teet et sä pärjää tällä ja miten sä saavutat sen. Ja pitää varautuu vastoinkäymisiin, niitä tulee kyllä. Niitä tulee ja menee.

Jani piti tärkeänä asiana nöyryyttä, jotta pystyy kantamaan vastuuta ja ottaa oman elämänsä haltuun. Tärkeänä hän piti myös suunnitelmallisuutta, sitä, että jo vankilassa oloaikana tekee kunnollisen pohjatyön tulevaisuuden varalle. Hän muistutti myös, että vastoinkäymisiltä ei välttyä ja niihin pitääkin varautua.

R: Jos sä nyt kattelet sitä sieltä pohjalta tähän päivään niin mitä sä haluisit nostaa ne kaikist tärkeimmät asiat siinä sun matkalla, mitkä siel on ollu kaikkein tärkeimmät?

Ville: Tärkein juttu on ollu, et mul on riittävän pitkä tuomio ja ympärillä ihmiset, tää vertaistuki ja tän Kiskohoidon väylät mitä mun käyttöön on annettu on tärkeitä. Siviiliin pääsy ja täällä sitten terveen parisuhteen muodostaminen on aika iso juttu myöskin mikä on helvetisti vieny mua eteen päin kaikissa asioissa ja tavallaan sitä on alusta saakka, jos pitäis kiteyttää niin se on ollu sellasta itsetunnon rakentamista et se on varmaan siitä kaikki koko ajan lähtee ainakin mulla. Sitä omaa paikka paikoin omii

oivalluksii sen suhteen mut se itsetunto on se isoin juttu.

Ville pitää tärkeinä asioina Kiskohoidon kautta avautuneita väyliä, vertaistukea, ja parisuhdetta. Tärkeimmäksi asiaksi hän nostaa kuitenkin itsetunnon rakentumisen ja vahvistumisen.

Sami: Sitä kun on aikansa tehny (rikoksia ja käyttänyt huumeita) niin se elämä oli paskaa, ystävät kuoli, mihin oon kokenu olevani syyllinen, nähny sen nurjan puolen elämästä. Mä oon kyllästyny siihen ja halunnu jotain muuta. Monta vuotta siinä meni et sai rohkeutta ottaa sitä apuu vastaan, ja siitä on kyl kaikkien saatavilla jos vaan haluaa.

Sami kehoittaa ottamaan apua vastaan.

R: Mikä on ollu merkityksellisintä omassa selvitymisessä?

Antti: oma halu, läheisiltä saatu tuki, perheenjäsenet usko, hahmotti et pystyy olemaan itensä kanssa ilman huumeita, ystävät, vertaistuki, hoito ja sitä kautta tulleet ystävät, kaikki ei tarvii hoitoa. Ryhmissä voi puhuu sellasist asioist et mul on paha olo ja et mä halusin perheen, on vaikee käydä kelassa jne, mut kun on hahmottanu et joku muukin jännittää helvetisti niin se helpottaa. Kokonaisuuteena hoito, enkä yhtään vähättele sitä duunia. Okei harrastus, mut ei siinäkään saa koko viikko kulumaan ja tarvii rahaa.

Antti korostaa selviytymisessään omaa halua päihitteettömyyteen ja ymmärrystä siitä, ettei tarvitse huumeita, läheisiltä saatua tukea ja uskoa, ystäviä, vertaistukea, hoitoa, työtä ja harrastusta.

12.2 Vankilassa oleville

R: Entäs ne ihmiset jotka nyt on vankilassa ja ajattelee tämmöstä että voisko täs elämässä tehdä jotain muutakin, mitä sä haluisit sanoo heille kannustukses?

Ville: Kaikki on mahdollista et pitää vaan niinku stara kirkkaana mitä kohti on menossa, fokusoida se juttu mitä on valmis menettää ja mitä haluaa. pitää haluta riittävästi, kaikki muu tulee kyllä perässä. Lopuks vois sellasta konkreettista asiaa, et ite kun on ollu viel ihan alussa, turhaan stressannu kaikenlaista, vaikka on vaan päivästä kysymys, pyöritelly mielessään

asioita, joil ei oo mitään merkitystä, et malttia, et unohtais turhan ajattelun jos vois pystyy, olis vaan hetkessä, olis tervehdyttävää.

Villen mukaan muutosta pitää haluta riittävästi. Pitää pohtia minkälaisia asioita on valmis menettämään ja mitä taas puolestaan elämältä haluaa. Kun tavoite on selvillä, asiat järjestyvät. Ville myös kannustaa olemaan stressaamatta turhia asioita ja elämään päivän kerrallaan.

R: Mites sä sitten haluisit sit ennenkaikkea sanoo sellasille ihmisille jotka on siellä vankilassa ja miettii tulevaisuutta ja haluis lopettaa päihteiden käytön ja rikosten tekemisen, mitä sä haluut sanoo, millä vois kannustaa?

Jani: Se on hyppy tuntemattomaan, siltä se tuntuu luultavasti, musta ainakin tuntu, mut sit vaan sokeesti luottaa ettei siin sehän on vaan itestään kiinni, et tota ni, jos sä lähet siihen suuntaan sit sä meet siihen suuntaan, se vaatii vaan duunii ja siihenhän meist jokainen pystyy.

Jani kehoittaa luottamaan muutokseen, vaikka edessä onkin uutta ja tuntematonta. Myös hän korostaa tavoitteellisuutta ja ponnisteluja tavoitteiden eteen.

Antti: Pitää vaan uskoo itteensä, aluks on ihan paskaa ja jos sä meet vaik yhteisöhoitoon niin se voi tuntuu alistumiselta, mut ne on niin pieniä juttuja, niin ne pitää kestää, halpa hinta omasta elämästä

Antti kannustaa uskomaan itseensä vaikka alku tuntuisikin hankalalta.

Sami: Koen saaneeni ite niin paljon kun mä oon saanu sen mahdollisuuden ja oon älynny sen käyttä. Siihen liittyy hyvin monta ihmistä ja osaan olla siitä kiitollinen. Kuitenkin ite teet suurimman työn ja sä oot ite se, joka ei vedä niitä huumeita eikä tee rikoksia. Vaikka tuntus vaikeelta ja mahdotomalta niin pitää vaan uskoo. Kun sä näät muita jotka on selvinny, se on tosi tärkeä. Jos joku sellanen näkis mut kenen kans mä oon aikasemmin vetäny. Tosi mies osaa ottaa apua vastaan ja pyytää sitä ja vielä sitten, työnteolla ei tuu rikastuu, mut miljoona kertaa rikkaampaa voi olla elämä, oon saanu sellasii juttuja mistä en oo edes osannu haaveilla.

Sami kannustaa tarttumaan tilaisuuksiin ja uusiin mahdollisuuksiin ja rohkeuteen ottaa apua vastaan kun sitä tarjotaan. Hän korostaa myös oman työn merkitystä ja vastuun ottoa.

R: Mitä neuvoja sellasille ihmisille jotka miettii tuolla vankilassa et olisko elämällä jotain muutakin annettavaa?

Osku: Se että hoitaa ammatin, se on kaiken a ja o, joku ammatti pitää hoitaa, koska ihmismieli jarruttaa jossain vaiheessa, ja sä huomaat kolmikymppisen jälkeen et haluut uutta sisältöä elämääs niin on helppoo kun on joku ammatti. Se olis kaiken a ja o, jos sul on joku asia mihin sä tartut siin vaiheessa kun sä oot siinä pisteessä. Kannattaa kattoo mitä tykkää tehdä, sä tarviit sille elämälle jonkun sisällön. Tärkeitä on myös rytmi elämässä, ettei tuu haahuiltuu tuolla.

Osku korostaa puheenvuorossaan ammatin merkitystä. Muutosvaiheessa on tärkeää olla joku asia, mihin tarttua, kun ei enää halua palata entiseen. Elämällä on hyvä olla sisältö ja rytmi, ne helpottavat kiinnittymistä yhteiskuntaan.

13 VANHASTA IDENTITEETISTÄ UUTEEN

Tässä luvussa kokoan yhteen opinnäytetyöni keskisimmät tulokset. Oheiseen kuvioon olen koonnut merkittävimmät muutokset ja merkitykset identiteetissä, itsetunnossa ja sosiaalisissa suhteissa muutoksen eri vaiheissa. Muutokset on esitetty tarkemmin alaluvuissa 12.1, 12.2 ja 12.3.

		Identiteetti	Itsetunto	Sosiaaliset sidokset
Harkinta- ja päätös vaihe		Vanhasta identiteetistä luopuminen	Heikko	Ammattiavulla suuri merkitys
Toimintavaihe		Uuden identiteetin rakentaminen	Heikko, mutta onnistumiset vahvistavat itsetuntoa	Ammattiavulla ja vertaistuellla suuri merkitys
Ylläpitovaihe		Uusi selviytyjän identiteetti	Hyvä	Vertaistuen ja läheisyyden merkitys suuri

KUVIO 2. Identiteetti, itsetunto ja sosiaaliset sidokset muutoksen eri vaiheissa.

13.1 Muutokset harkinta- ja päätös vaiheessa

Ihmisen perusolemuksen kuuluu löytää eheä minä. Minäkuva syntyy sosiaalisista, kulttuurisista ja yksilöllisistä tekijöistä, joka kehittyy sekä ihmisen omissa psyykkisissä prosesseissa että sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Pyrkimys eheään minäkuvaan tekee ihmisestä subjektin. Syntynyt minuus toimii kokemusten tulkintakenttänä. Sen mukana syntyy käsitys itsestä ja elämän ymmärrettävyydestä ja hallittavuudesta. Puhutaan myös sosiaalisesta identiteetistä. Se on yksilön minäkokemus suhteessa ympäristöön. Nykyyhteiskunnassa identiteetin luominen on vaikeampaa kuin aikaisemmin, koska nykymaailma on pirstaleinen ja moniaineellinen. Riittävän huolenpidon ja turvallisuuden saaneet kykenevät rakentamaan identiteettiään tässä kaikkien arvojen ja näkemysten moninaisuudessa. Tilanne on paljon vaikeampi sellaisille ihmisille, jotka ovat eläneet epävarmoissa ja psyykkisesti haavoittavissa olosuhteissa. Uudenlaista elämäntapaa ja identiteettiä joudutaan etsimään rikollis- ja päihdekulttuureista. Ne tuottavat erilaisia identiteettejä, joilla ei ole käyttöä normaalielämässä. Pahimmillaan ihminen on syrjäytynyt omasta itsestään eikä osaa rakentaa elämäänsä. (Timonen 2009, 211.)

Haastateltavien toivottomuus, kontrollin puute ja totaalinen voimattomuus liittyivät selviytymisprosessin alkumetreihin. Yhteyden katkaiseminen aikaisempiin sosiaalisiin verkostoihin ja elämänpiiriin aiheutti sen, että koko identiteetti oli kadotettu. Samoin itsetunto oli heikko, koska ei tiedetty kuka minä olen tai mihin olen menossa. Päätös vaihe oli ollut henkisesti hyvin rankka ja selviytymisprosessin etenemisessä toisten ihmisten tuella oli ollut merkittävä vaikutus. Selviytyneet olivat tässä harkinta- ja päätöksentekovaiheessa saaneet tukea ja kannustusta vankilahenkilökunnalta. Vankilassa olevan näkökulmasta oleellista olikin kohdatuksi tuleminen.

Harkinta- ja päätös vaiheessa yksilön identiteetti oli kadotettu. Vanhasta päihteidenkäyttäjän ja rikollisen identiteetistä oli luovuttu eikä tilalla ollut vielä mitään uutta. Identiteetistä luopumisen myötä itsetunto oli huono. Tässä vaiheessa sosiaalisten sidosten merkitys oli erityisen suuri. Etenkin vankilahenkilökunnan tarjoama apu ja tuki oli merkittävää. Selviytyjät kuvasivat tukea kannustamisena ja ohjaamisena sekä hiukan painostamisenakin. Henkilökunta antoi tietoa eri kuntoutumisvaihtoehdoista ja kannusti

”edes kokeilemaan”. Tällainen interventio vankilahenkilökunnalta muutoksen tässä vaiheessa on merkityksellistä. Ilman oikea-aikaista ohjausta muutos ei ehkä olisi lähtenyt käyntiin selviytyjän huonon itsetunnon vuoksi. Hän olisi saattanut palata vanhaan askelen uuteen ollessa ilman tukea liian suuri ja pelottava.

12.2 Muutokset toimintavaiheessa

Toimintavaiheessa uutta identiteettiä alettiin rakentamaan yhdessä toisten ihmisten tuella. Tässä vaiheessa neljä selviytyjää aloitti kolmivaiheisen Kiskohoidon. Identiteetin rakentamisessa olivat vahvasti läsnä muut kuntoutuksessa olijat sekä ohjaajat. Lähisuhteita etsittiin, löydettiin ja korjattiin. Itsetunto oli selviytyjillä vielä heikko, mutta onnistumiset uusissa haasteissa kasvattivat sitä vähitellen.

Selviytymisprosessiin kuului valtavia haasteita sekä toimijuuden että minuuden tasolla. Kun kaikki oli uutta, täytyi kaikki opetella. Kun selviytyneet kokivat onnistuneensa näissä haasteissa, tunsivat he ylpeyttä ja itsevarmuus kasvoi. Ensimmäistä kertaa elämässään he kokivat olevansa vastuussa itsestään, toisista ja ympäristöstä. Normaalin identiteetin löytäminen erityisesti työn ja ihmissuhteisiin liittyen oli keskeinen tavoite. Pelko siitä, ettei löydäkään mistään omaa paikkaansa, ettei häntä hyväksytäkaan tavallisiin sosiaalisiin ympyröihin omana itsenään, oli selviytyjän mielessä toimintavaiheen aikana. Kaikilla oli kuitenkin halu yhdistyä laajempiin sosiaalisiin käytäntöihin. Tästä huolimatta selviytyjät kokivat menneisyytensä ja siellä saatujen kokemustensa olevan rikkautta; menneisyytensä vuoksi he osasivat arvostaa jokaista hetkeä, iloita jokaisesta onnistumisesta ja toisaalta kohdata myös pettymyksiä, jota väistämättä kohtasivat. Selviytyjien kohdalla menneisyys, nykyisyys ja tulevaisuus kietoutuivat minuuteen mielekkäällä tavalla. Menneisyys oli kohdattu, käsitelty ja jopa hyväksytty. Sen osoittaa myös kyky kertoa oma selviytymistarinansa.

13.3 Muutokset ylläpitovaiheessa

Ylläpitovaiheessa selviytyjät olivat eläneet vapaudessa jo pidempään ja he olivat luoneet ympärilleen mieleisensä elämän. Uusi selviytyjän identiteetti oli sisäistetty ja itsetunto oli vakaalla pohjalla. Itsetuntoa kasvattivat onnistumiset työelämässä ja ihmissuhteissa. Monelle selviytyjistä perheellä oli suuri merkitys. Se loi ympärille pysyvyyttä, vastuuta ja elämän mielekkyyttä. Ammattiavulla ei ylläpitovaiheessa ollut merkitystä. Sen sijaan vertaistuellalla oli edelleen joidenkin selviytyjien kohdalla suuri merkitys uuden elämäntavan ylläpitämisessä vanhoja juuria unohtamatta.

Muutos koski koko elämää. Eläminen tuntemattomassa, uudessa maailmassa vaati uuden identiteetin rakentamista. Aiemmin syrjäytyneet kokivat selviytyttyään itsensä täysipainoisiksi yhteiskunnan jäseniksi. Selviytyneet korostivat omaa rooliaan muutosprosessissa ja kokivat muutoksen johtuneen heidän omasta toiminnastaan. Sosiaalisten sidosten merkitys oli kuitenkin erityisen suuri selviytyneille.

Selviytymisessä kyky ja halu tavoitteelliseen muutokseen näkyvät elämässä vastuun ottamisena, itsestä ja toisista huolehtimisena sekä normien mukaisena elämisenä ja uudennlaisiin rooleihin kiinnittymisenä. Muutos tuottaa ennen pitkää ajattelun rakenteita, jotka vastaavat tavoitteellisesti omiin elämän toiveisiin.

Todellista tarkoitusta elämään toivat työ ja ihmissuhteet, jotka vaikuttivat myönteisesti itsetuntoon. Työnteko toi mukanaan merkitystä elämään monella tavalla. Se toi elämään ihmissuhteita ja moraalista hyväksyttävyyttä, mikä vaikutti itsetuntoa kohentavasti. Elämä oli merkityksellistä ja mielekäästä, se toi mukanaan uusia kokemuksia ja elämyksiä, joista ei aiemmin osattu edes haaveilla.

Rutiinien merkitys oli suuri. Aikaisemmin halveksittu seitsemästä neljään työ ja arki perheen parissa nousivat tärkeiksi arvoiksi. Elämään tuli kaivattua rakennetta ja merkityksellistä toimintaa. Rutiinit työn ja perheen parissa vahvistavat kiinnittymistä yhteiskuntaan. Kaikki tämä vahvisti itsetuntoa ja auttoi muodostamaan uuden identiteetin. Työhön ja muuhun sosiaaliseen toimintaan osallistuminen edisti yksilön identiteetin

luomista, koska identiteetti muodostuu vuorovaikutuksessa muiden kanssa.

Sosiaalinen kuntoutuminen vaatii itsen rakentamista ja identiteetin vahvistamista. Sitä ei voida rakentaa ulkoakäsin, mutta sitä voidaan edesauttaa. Muutostapahtuma on siirtymä, ei vain päihteiden käytöstä päihteettömyyteen vaan myös identiteetistä toiseen. Kielteisen minäkäsityksen tilalle on tullut kokemus hyväksytyksi tulemisesta ja tarpeellisuudesta. Työllä ja perheellä, uusilla rooleilla on uutta elämäntapaa tukeva vaikutus ja yhteisön luottamus tukee muutosta (ks. myös Timonen 2009, 212.)

Elämänmuutos on tilanne, jossa koko elämäntarinan "käsikirjoitus" joudutaan läpikäymään uudelleen siten, että muutos kietoutuu sen osaksi. Tulevaisuudelle luodaan uusi kertomus ja myös menneisyys tulkitaan uudelleen. Kyse on myös oman identiteetin uudelleen määrittelystä. Omasta rikollisesta elämästä vapautuminen on esimerkki muutoksesta, jossa kertoja itse muuttaa umpikujaan ajautunutta elämäänsä, hahmottaa tämän muutostyön keinoja, vapauttaa itseään myös syyllisyydestä ja määrittelee uuden elämäntavan arvoja ja uutta identiteettiään. (Timonen 2009, 268.)

Traumatisoituneen, rikoksista ja päihteistä irti yrittävän ihmisen toipuminen on koko elämän mittainen prosessi. Prosessi alkaa tietoisuudesta, että elämä on ajautumassa umpikujaan. Eletty elämä on menettänyt merkityksensä. Selviytyminen edellyttää motivaatiota, vahvuutta pysyä muutoksessa sekä tukea muutoksen erivaiheissa ammattihenkilöstöltä, ystäviltä ja perheeltä. Muutos edellyttää koko entisen elämän taakse jättämistä. Elämäntarina rakentuu hiljalleen ja yhteys omaan sisäiseen maailmaan vahvistuu.

14 POHDINTAA RIKOSSEURAAMUSTYÖN KEHITTÄMISESTÄ

Opinnäytetyöni ei tuo juurikaan esille uutta päihderiippuvuudesta toipumisesta vaan se vahvistaa aikaisempien tutkimusten tuloksia (Kuusisto 2010, Myllärinen 2011, Knuuti 2007.) Rikosseuraamusalalla vastaavia tutkimuksia on kuitenkin tehty vain vähän. (Laub & Sampson 2003, Timonen 2009.) Rikosseuraamusalan työssä opinnäytetyölläni on suurempi merkitys, koska ala kehittyy verkkaisesti ja pitkään vallalla ollut What Works – ajattelu ei enää riitä ja kaipaa rinnalleen jotain uutta.

Päihteiden käytön lopettamisen prosessinomaisuus on selkeää ja siinä on nähtävissä yhteyttä muutosvaihemalliin. Mallia on käytetty sekä tieteellisessä että soveltavassa työssä paljon ja sen myötä myös sitä kohtaan esitetty kritiikkikin on varsin voimakasta. Vuosien kuluessa on esitetty kritiikkiä, joka kohdistuu pääosin vaiheisiin, mahdollisuuksien erotella niitä toisistaan sekä vaiheiden kehämäiseen rakentumiseen. Mallia on kritisoitu myös siitä, että se keskittyy liikaa kognitiivisiin prosesseihin ja jättää toipuvan sosiaalisen vuorovaikutuksen ja kontekstin merkityksen vaille huomiota. Muutoksen prosessinomaisuus on yleisesti tunnustettua. Tutkimusta tulisi jatkossakin tehdä aiemman tutkimuksen ongelmakohdat huomioiden tai jopa kohdistaa voimavarat kokonaan uudenlaiseen malliin, joka kuvaisi muutosta paremmin. (ks. myös Kuusisto 2010, 278.)

Konfliktit ovat välttämättömiä kehitystehtäviä, joiden myötä yksilö saavuttaa uusia kykyjä ja valmiuksia. Näkökulma on lohdullinen toipuvalle päihdeongelmaiselle. Pysähtyminen ja uudelleenarviointi voi johtaa elämän uuden suunnan löytymiseen. Muutokseen liittyy sekä tietoista että tiedostamatonta omien voimavarojen kartoittamista ja keinojen etsimistä muutoksen suunnan vahvistamiseksi. Siirtymävaiheet ja käännekohdat ovat eletyn elämän uudelleenarvioinnin paikkoja ja valintojen tekemistä. Suuri osa, jopa neljä viidestä kokee muutoksen kriisien kautta. (Kuusisto 2010, 31.)

Kuusiston (2010) mukaan James Prochaska ja Carlo DiClemente (1992) kuvaavat tätä ambivalenssilla, päihdekäytöstä toipumiseen liittyvällä vaiheella, jossa käytön jatkaminen ja sen lopettaminen kamppailevat lähes tasaväkisinä. Kahden elämäntavan rajapin-

nalla vaaka voi vielä kallistua molempiin suuntiin. Luopuminen addiktiivisesta käyttäytymisestä voi mahdollistua, kun ihminen saa muilla elämän alueilla suurempia palkkioita kuin mitä päihdekäyttö pystyy tarjoamaan. Aika voi toimia kypsyttävänä muutokseen sitä kautta, että ajan kuluessa addiktiivisen käyttäytymisen palkkiot vähenevät. (Kuusisto 2010, 32.)

Lukuisat tutkimukset osoittavat, että pysyvä muutos edellyttää muutoksia myös omaa itseä koskevissa perususkomuksissa. Identiteettiä ja ihmisen perusarvoja koskeviin kysymyksiin pitää rikosseuraamusalankin työssä kiinnittää enemmän huomiota.

Muutokseen lähteminen edellyttää konkreettista tukea. Opinnäytetyössäni merkittäviä tukitahoja ovat olleet vankilan henkilökunta sekä erityisesti vertaistuki. Muutokseen lähteminen edellyttää päätöksentekoa. Haastateltavat olivat tehneet useita päätöksiä aiemminkin, mutta valmius niiden toteuttamiseen oli ollut heikko. Päätökset olivat kohdistuneet enemmän impulsiivisiin, hetkellisiin muutospyrkimyksiin. Niistä olivat myös puuttuneet muutostyötä tukevat sisäistetyt ajattelun merkitykset ja toiminnan sosiokulttuuriset tukirakenteet. Olennaisena selviytymisessä koetaan vertaisuus eli mahdollisuus käydä tasaveroista dialogia samanlaisen kokemusmaailman jakavan henkilön kanssa. Vertaisen ajatukset auttavat punnitsemaan omia ajatuksia.

Elämänsisällön muutos käynnistyy yksilökohtaisen muutostarpeen tiedostamisena, mikä näkyy muutoshalun viriämisenä. Tätä tilannetta voi kuvata myös muutosvalmiuden aktivoitumisella. Aineisto osoittaa, että muutoksessa olevat henkilöt hyötyvät tuesta, joka merkityksellistyy heille toivon tuojana ja muutoksen tukijana. (ks. myös Myllärinen 2011, 171.)

Muutosvalmiuden vahvistajia olivat tässä aineistossa ammatillinen tuki sekä vertaistuki. Henkilöt, jotka puhuvat koetusta muutoksesta, synnyttävät muutoshalua. Heillä on tarjota myös sosiokulttuurisesti määrittynyt konteksti, joka vahvistaa toivon viriämisen ja ylläpitämisen. Kiinnittymisen ydin on kokemusten jakamisessa ja yhteisen historiakontekstin kohtaamisessa. Liittyminen ja ”herääminen” tutuksi koetussa on muuttujan kannalta todellisempaa kuin liittyminen vieraaseen. Ammatillisessa työssä liittyminen saat-

taa edustaa vuorovaikutusta rangaistuksen antajan lähellä olevan tahon kanssa. Tässä opinnäytetyössä ammattillinen tuki koettiin kuitenkin hyväksi, jopa välttämättömäksi ja sitä osattiin hyödyntää. Muutoksen ylläpidossa auttoivat lähisuhteiden tarjoama tuki sekä vertaistuki. Perheen ja työtovereiden merkitys oli suuri.

Rikoksista ja päihteistä irrottautumiseen vaikuttavien tekijöiden tunnistaminen on tärkeää, että voidaan edelleen kehittää interventioita, jotka vähentävät uusintarikollisuutta ja auttavat irti päihderiippuvuudesta. Erilaiset selviytymistarinat, jotka lisäävät ymmärrystä tuomitun todellisuudesta ovat tervetulleita käytännönkin kentälle. Selviytyneillä on hiljaista tietoa, jolla on merkitystä erilaisten hoitojen, päihdehuollon palvelujen sekä rikosseuraamustyön kehittämisessä. Työntekijän on hyvä pyrkiä tavoittamaan tuomitun kokemuksilleen antamia merkityksiä ja pyrkiä yhdessä pohtimaan mitä se tarkoittaa työskentelyn kannalta.

Parhaimmillaan rangaistusaika voi muodostua yksilölle merkittäväksi ja käänteentekeväksi elämänvaiheeksi. Rangaistusaika muodostaa prosessin, jossa voi yksilöllisesti suunnitellun rangaistusajan puitteissa pohtia elämänsä suuntaa uudelleen. Tämä tietysti vaatii sekä tuomitulta itseltään rohkeutta hypätä tuntemattomaan että häntä ympäröiviltä ihmisiltä ja ympäristöltä halua ja mahdollisuuksia tukea tätä muutosprosessia.

Vankiloissa on nykyisistä kuntoutuspyrkimyksistä huolimatta vaikeaa kehittää sellaisia rakenteellisia ratkaisuja varsinaisen rangaistuksen aikana, jotka antaisivat todellisia valmiuksia kiinnittyä tavanomaiseen elämäntapaan. Vankilat ovatkin paikkoja, joissa rikollisuus on yleistä ja joissa turvallisuus- sekä riskiajattelu ovat tämän takia kaikkia käytäntöjä suuntaavana periaatteena. Vankilaan suljetuilla on siksi yleensäkin vähän mahdollisuuksia reflektoida omaa elämäänsä ja saada vastakaikua näille pohdinnoilleen esimerkiksi henkilökunnan taholta. Vankien kokemuksia vankiloista luonnehtiva yleisin piirre onkin ikävystyneisyys ja vieraantuneisuus eikä oman toiminnan refleктоiminen. Vangit ovat vankilassa turvallista säilyttämistä varten eivätkä sen takia, että he palautuisivat reformoituina yhteiskuntaan. (esim. Kivivuori & Lindborg 2009.)

Erilaisia kuntouttavia ohjelmia on tuotu lisääntyvästi vankeinhoidon piiriin. Ohjelmilla pyritään vaikuttamaan rikollisuuteen, päihteiden käyttöön ja tukemaan yhteiskunnassa selviämistä. Rangaistuksen täytäntöönpanossa on haluttu huomioida rikollisuuden johtaneet ongelmat ja riskitekijät, jotka saattavat vaikuttaa uusintarikollisuuteen. Vuoden 2006 vankeuslaissa vankeuden täytäntöönpano määriteltiin suunnitelmalliseksi ja hallitusti eteneväksi prosessiksi. Vangeille laaditaan yksilöllinen rangaistusajan suunnitelma rangaistusajan suorittamista, vapauttamista ja ehdonalaista vapautta varten. Suunnitelman avulla rangaistus pyritään tekemään sisällöltään sel-laiseksi, että sen avulla voidaan vaikuttaa rikolliseen käyttäytymiseen. Suunnitelman sisältö ja tavoitteet mitoitetaan rangaistusajan pituuden sekä vangin sosiaalisen toimintakyvyn ja henkilökohtaisten olosuhteiden mukaiseksi.

Rikosseuraamusten sisällöistä käyty keskustelu liikkuu edelleen sen ympärillä, kuinka kuntoutusta ja integroitumista tukeva sosiaalisen tuen näkökulma saataisiin yhdistettyä kontrollia, turvallisuutta ja säilytysvarmuutta korostavan näkökulman kanssa. Päihdehoidon saamisella on irtaantumisoptimismia lisäävä vaikutus. Päihdehoito näyttäisi tukevan vankeja uskomaan tulevaisuuden mahdollisuuksiin. Tutkimukset (esim. Linderborg, Kivivuori 2009) tukevat ajatusta siitä, että nykyiseen kriminaalipolitiikkaan täytyy lisätä vankeusrangaistuksen hoidollisia ja kuntouttavia elementtejä. Tässä opinnäytetyössä Kiskohoidolla oli suuri merkitys ja Kiskohoidon kautta avutuvat väylät ovat poikkeuksellisen hyvin suunniteltuja ja valmisteltuja. Kaikki eivät toki tarvitse selviytyäkseen Kiskohoidon kaltaista kuntoutusta, mutta ainakin nämä selviytyneet kokivat etteivät olisi selvinneet ilman pitkäaikaista kuntoutusta.

Rikosseuraamusalalla pitkään vaikuttanut What Works -ajattelu, joka keskittää kuntoutumisen kriminogeenisiin tekijöihin pyrkien muuttamaan yksilön asenteita, ajattelua ja käyttäytymistä ei enää yksin riitä. Mallissa pyritään vaikuttamaan yksilössä itsessään oleviin rikollisuuden syihin ja nämä yksilöllisiin esimerkiksi luonteeseen, moraaliin ja persoonallisuuteen liittyvät rikollisuuden syyt voidaan tunnistaa ja poistamalla ne, rikollisuutta voidaan vähentää. (ks Lavikkala 2011, 99-100.) Menestyksenkäs kuntoutuminen tapahtuu suhteessa ja vuorovaikutuksessa "merkittäviin toisiin". Siihen kuuluvat perhe, muut tukijat ja laajemmin yhteisön jäseniä, myös uhrit. Kyse

on suhteiden rakentamisesta, rikollisen leiman palauttamisesta ja myönteisen identiteetin mahdollisuudesta, kiinnittymisestä yhteiskuntaan. Tutkimukset ovat osoittaneet, että hyvät tulokset vaativat huomion kiinnittämisen asiakkaiden motivaatioon ja sosiaalisen todellisuuden vaikutuksiin. Huomio pitäisi kiinnittää muutosprosesseihin, ei niinkään interventioihin. (Lavikkala 2011, 100.)

Vangeista löytyy monia, jotka haluavat muuttaa elämänsä suuntaa, mutta ovat siihen kykenemättömiä omin voimin. Heille tulisi antaa todellinen mahdollisuus muutokseen jo ihmisarvon ja perusoikeuksien vuoksi. On paljon tietoa siitä, minkä tyyppisellä toiminnalla vankeja voidaan auttaa kuntoutumaan ja vankilasta vapautuvia palaamaan yhteiskuntaan. Toiminnan kehittäminen edellyttää riittävän voimakasta yhteistä tahtotilaa yhteiskunnassa. Ellei päihdeongelmaisille järjestetä riittävää kuntoutusta ja taata turvallisia vapautumisolosuhteita, menetetään ihmishenkiä. Onneksi kuitenkin ihmisenä kasvua tapahtuu silloinkin, kun sitä ei odottaisi, eikä viranomaisen toiminta ole ainoa lähtökohta muutokselle. (Karsikas 2005, 149.)

Päihde- ja rikoskierteestä selviytymiseen tarvitaan erilaisia asioita tueksi ja pärjäämisen ylläpitämiseksi. Erilaiset hoitomuodot puolustavat paikkaansa. Tässä tutkimuksessa korostui Kiskohoidon merkitys. Vaikeimmin päihdeongelmaisten on useissa tutkimuksissa todettu hyötyvän intensiivisemmästä tuesta. Rikolliset päihdeidenkäyttäjät voidaan lukea tähän ryhmään. Päihdehuollon palveluiden heikkeneminen koskettaa eniten niitä, joiden päihdeongelma on sen kaltainen, että siitä eroon pyrittäessä hoidon merkitys korostuu.

Taloudellinen taantuma, jonka keskellä nyt elämme, näyttää johtavan päihdeongelmaisten hoitomahdollisuuksien kaventumiseen, myös vankiloissa. Taloudellinen epävarmuus johtaa helposti ennestään marginaalissa olevien olosuhteiden huononemiseen entisestään.

Jani: se on sääli, jos ei oo mitään tukee tai hoitoo, toki sen pitää olla, jos kundi ei oo mitään tehny, jos se pääsee vaan portista ulos niin sen hoidon pitää olla erilaista, ei riitä pelkkä kämppä, pitää olla monimuotosta se hoito siinä vaiheessa, vähän niinku tarpeen mukaan, olisko mahdollista joku

yksilöllinen hoito se ei välttämättä vaan onnistu. Mäkin oon tehny helvetinmoisen duunin, että mä oon päässy sinne jatkohoitoyksikköön, ei se olis mulla onnistunut jos mä olisin menny Sörkkään ja kerrostaloyksiöön.

Päihdepalveluja täydentävät ei ammattimaiselta pohjalta toimivat vertaistuen muodot, kuten AA. Ammattimaisen päihdehoidon asiakkuuden prosessi eroaa oleellisesti vertaistuen jäsenyydestä: kun vertaistukea luonnehtii kattava ja pitkäkestoinen tuki, niin ammattimaisen päihdehoidon reunaehtoina ovat rajallinen asiakkuus ja rajalliset resurssit. Vertaistuki ei voi kuitenkaan asettua paikkaamaan ammattimaisen päihdehoidon puutteita jo siitäkään syystä, että sen erilainen ideologinen pohja ja osallistumisen tapa ei sovi kaikille. Samoin vain osalle päihdeongelmaisista omaehtoinen toipuminen on vaihtoehto. (Kuusisto 2010, 333.)

Glasgow'n yliopiston professori Fergus McNeill puhui kansainvälisessä yhdyskuntaseuraamusseminaarissa 15.1.2013 rikollisesta elämäntavasta irtaantumisesta tuoreimpien tutkimusten valossa. Tutkimustiedon mukaan sosiaalisten sidosten ja identiteetin kehittäminen edistävät rikollisuudesta irrottautumista. Tutkimustieto puoltaa ihmisten tukemista kehittämällä myönteisiä sosiaalisia sidoksia ja identiteettiä, jotka mahdollistavat ja sallivat siirtymisen rikollisen leiman alta. Tarve merkittävälle muutoksille niin rangaistusajattelun kuin käytäntöjenkin tasolla on. Muutosten yhtenä perusteena on selkeytynyt ymmärrys rikollisuudesta irrottautumisesta ja siitä, mikä sitä tukee ja mikä estää. (McNeill 2013.)

Muutostarinat, joissa ihmiset kertovat ja toteuttavat omaa tarinaansa silloinkin, kun se poikkeaa vahvasti kaikesta tavanomaisuudesta voivat toimia apuna muille vastaavanlaisissa tilanteissa painiskeleville. Nämä tarinat voivat haastaa myös muita pohtimaan elämäänsä ja sen merkitystä uudesta näkökulmasta. Tarinoista löytyyn sellaista tietoa, jota voidaan hyödyntää rikosseuraamusalan työssä ja päihdekuntoutuksessa. Toivon, että tarinat loisivat myös toivoa ja uskoa niille vielä päihdekierteessä kamppaileville, muutos on mahdollinen!

LÄHTEET

- Goffman, Erving 1969. Minuuden riistäjät. Lohja: Lohjan Sanomalehti- ja Kirjapaino Oy
- Granfelt, Riitta 1998. Kertomuksia naisten kodittomuudesta. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Granfelt, Riitta 2006. Paha olla - vankilan sisällä, ulkona, vangin lähellä? Teoksessa Helne ja Laatu (toim.) Vääryyskirja. Helsinki:Kela, 145–158.
- Granfelt, Riitta 2007. "Oppisin elämään riippuvuuteni kanssa". Tutkimus naisvankien päihdekuntoutuksesta Vanajan vankilassa. Rikosseuraamusviraston julkaisuja 2007.
- Granfelt, Riitta 2011. Vankila auttamistyön ympäristönä? Teoksessa Aini Pehkonen ja Marja Väänänen-Fomin (toim.) Sosiaalityön arvot ja etiikka. Juva: PS-kustannus, 215–231.
- Helne, Tuula 2002. Syrjäytymisen yhteiskunta. Tutkimuksia 123. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus
- Helne, Tuula 2004. Syrjäytymisen solmut - eli miksi syrjäytymisestä puhuminen on niin hankalaa? Teoksessa Tuula Helne, Sakari Hänninen, Jouko Karjalainen (toim.) Seis yhteiskunta – tahdon sisään! Jyväskylä: SoPhi, 23–53.
- Hypen, Kimmo 2004. Vankilasta vuosina 1993-2001 vapautuneet ja vankilaan uudelleen palanneet. Rikosseuraamusviraston julkaisuja 1/2004.
- Hyväri, Susanna 2001. Vallattomuudesta vastuuseen. Helsinki: Tietosanomat.
- Hänninen, Vilma 1999. Sisäinen tarina, elämä ja muutos. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Hänninen, Vilma 2010. Tarinoiden merkityksestä riippuvuuksista vapautumisessa. Luento 29.9.2010 Seminaari matalasta kynnyksestä ja päihdetyön ihmiskuvasta
- Hännikäinen-Uutela, Anna-Liisa 2004. Uudelleen juurtuneet: yhteisökasvatus vaikeasti päihderiippuvaisten narkomaanien kuntoutuksessa. Jyväskylä: Jyväskylän Yliopisto.
- Hännikäinen-Uutela, Anna-Liisa, Määttä, Paula, Pärttö, Minna 2009. Huumeiden käyt-

- täjien arki yhteisöllisen huume kuntoutuksen jälkeen. *Janus* vol. 17 (2) 2009, 121–138
- Julkunen, Raija 2006. Kuka vastaa? Hyvinvointivaltion rajat ja julkinen vastuu. Helsinki: Stakes.
- Järvinen, Tero & Jahnukainen Markku 2001. Kuka meistä onkaan syrjäytynyt? Teoksessa Suutari Minna (toim.) *Vallattomat marginaalit*. Helsinki: Yliopistopaino Oy
- Kannasoja, Sirpa 2006. Nuorten identiteetti ja marginaalisuus: kvantitatiivinen tutkimus identiteettityön kohdentamisen painopistealueista. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskunta tieteiden ja filosofian laitos. Pro gradu työ.
- Karjalainen, Jouko 2010. Lainrikkijat asunto- ja työllisyyspolitiikan reunalla. Teoksessa Sakari Hänninen, Elina Palola ja Maija Kaivonurmi (toim.) *Mikä meitä jakaa? Sosiaalipolitiikkaa kilpailuvaltiossa*. Helsinki: Yliopistopaino Oy
- Karjalainen, Jouko & Viljanen, Olli 2009. Arki kuntoon - lainrikkojien tuen tarve. *THL - Avauksia* 14/2009
- Karsikas, Vuokko 2005. Selvinpään olosta tulee hyvä fiilis. Päihdeongelmaisten vankeiden voimaantuminen. Helsinki: Rikosseuraamusvirasto.
- Karsikas, Vuokko 2010. Vangin kotikunta mukaan vapautumisen valmisteluun. *Haaste* 1/2010.
- Kauppila, Tarja 1999. Vankeudesta vapauteen. Suomalaisten miesvankien turvatomuus ja elämäntilanteiden hallinta. Helsinki: Tietosanoma.
- Kivivuori, Janne & Linderborg, Henrik 2009. Lyhytaikaisvanki. Tutkimus lyhytaikaisvankien elinoloista, elämäntilanteesta ja rikollisuudesta. *OPTL:n tutkimuksia* 248. Rikosseuraamusviraston julkaisuja 2/2009.
- Knuuti, Ulla 2007. Matkalla marginaalista valtavirtaan? Huumeiden käytön lopettaneiden elämäntapa ja toipuminen. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Koski-Jännes, Anja 1998. Miten riippuvuus voitetaan? Helsinki: Otava.
- Koski-Jännes, Anja, Riittinen, Liisa & Saarnio, Pekka. (toim.) 2008. *Kohti muutosta*. Jyväskylä: Gummerus.
- Kotovirta, Elina 2009. Huumeriippuvuudesta toipuminen Nimetömien Narkomaanien toveriseurassa. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Kulmala, Anna 2006. Kerrottuja kokemuksia leimatusta identiteetistä ja toiseudesta.

- Tampere: Tampereen Yliopisto.
- Kuusisto, Katja 2010. Kolme reittiä alkoholismista toipumiseen. Tutkimus muutoksesta hoidon ja vertaistuen avulla sekä ilman professionaalista hoitoa. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy.
- Kuusisto, Katja 2009. Päihderiippuvuudesta toipumisen eri reitit. Teoksessa Tuukka Tammi, Mauri Aalto ja Anja Koski-Jännes (toim.) Irti päihdeongelmista. Porvoo: WS Bookwell Oy, 32–48.
- Kuure, Tapio 1996. Marginaalin politiikkaa. Marginaalista murtautumisen vaihtoehtoiset strategiat. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Kyngäs, Margit 2000. Vankeus miehen elämänsisällössä. Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Laine, Matti 2011. Positiivista kriminologiaa. Haaste 3/2011.
- Lavikkala, Raino 2011. Vaikuttavan rikosseuraamustyön kysymyksiä. Teoksessa Raino Lavikkala ja Henrik Linderborg (toim.) Rikosseuraamustyön kehittämisen kysymyksiä. Tampere: Tampereen yliopistopaino.
- Laub, John H. & Sampson, Robert J. 2003. Shared beginnings, Divergent Lives: Delinquent boys to age 70. Harvard University Press.
- McNeill, Fergus 2013. Kansainvälinen yhdyskuntaseuraamusseminaari 15-16.1.2013.
- Miller, William R. 1998. Why do people change addictive behavior? The 1996 H. David Archibald lecture. *Addiction*, 93 (2), 163–172.
- Miller, William 1999: Motivaation ja muutoksen käsitteellistäminen. Teoksessa Koski-Jännes, Anja, Riittinen, Liisa ja Saarnio, Pekka (toim.) (2008): Kohti muutosta. Motivointimenetelmiä päihde- ja käyttäytymisongelmiin. Jyväskylä: Tammi, 16–40.
- Myllärinen, Anna Riitta 2011. Lainrikkojien elämänsisällön muutos ja sitä tukeva auttamistyö. Tampere: Tampere University Press.
- Nurminen, Nina 2012. Uusi Suunta – yksilöohjelma seksuaalirikoksista tuomituille. Ohjelmakäsikirja. Julkaisematon.
- Oravala, Sanna & Rönkä, Anna 1999. Käännekohtat elämänsisällössä. *Psykologia: Suomen psykologisen seuran julkaisu* 34:4, 274–280.
- Prochaska, James O., DiClemente, Carlo C. & Norcross, John C. 1992. In search of how people change: Applications to addictive behaviors. *American Psychologist*, 47 (9), 1102–1114.

- Purola, Helena 2000. Kotona asuvan aivoverenkiertohäiriöpotilaan ja hänen omaistensa kokemuksia selviytymisestä. Oulu: Oulun yliopistopaino.
- Rantala, Kati (2004) Vankilasta vapautuvat huumeiden käyttäjät: sosiaalinen ongelma? Uusintarikollisuuden vähentäminen yksilökohtaisella työotteella ja verkostoituen. Tampereen kaupunki, sosiaali- ja terveystoimi: Tampereen Huumepilotin 4. Raportti.
- Rantala, Kati 2006. Syrjäytyneille turvaa vai tuomioita? Vaioletut vankilakierteet ja vastuun jakautuminen. Teoksessa Rantala & Sulkunen (toim.) Projektiyh-teiskunnan kääntöpuolia. Tampere: Tammerpaino, 207–227.
- Rauhala, Pirkko-Liisa ja Virokannas Elina 2011. Sosiaalityön tutkimuksen etiikka, opettaminen ja tietoarvo. Teoksessa Aini Pehkonen ja Marja Väänänen-Fomin (toim.) Sosiaalityön arvot ja etiikka. Juva: PS-kustannus, 235–256.
- Raunio, Kyösti 2004. Olennainen sosiaalityössä. Tampere: Tammerpaino.
- Rikosseuraamuslaitos i.a. Päihdeohjelmat. Viitattu 12.12.2012
<http://www.rikosseuraamus.fi/52961.htm>
- Ronel, Natti & Elisha, Ety 2011. A Different Perspective: Introducing Positive Criminology. *Int J Offender Therapy and Comparative Criminology* 55: 2, 305–325.
- Ruisniemi, Arja 2006. Minäkuvan muutos päihderiippuvuudesta toipumisessa. Tutkimus yhteisöllisestä päihdekuntoutuksesta. Tampere: Tampere University Press.
- Rönkä, Anna. Syrjäytyminen ja sen vastavoimat. Verkkojulkaisu. Viitattu 19.3.2011.
<http://vanha.soc.utu.fi/sospol/sosnet/uusi/materiaalit/riskilaps.htm>
- Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulu: Oulun yliopisto.
- Sipilä, Jorma 1985. Sosiaalipolitiikan tulevaisuus. Helsinki: Tammi
- Timonen, Helena 2009. Omin sanoin. Elämän ja muutoksen tarinat vankilasta vapauteen. Joensuu: Joensuun Yliopisto.
- Viikki-Ripatti, Sari 2011. Rikollisuudesta irrottautuminen subjektiivisena kokemuksena. Teoksessa Raino Lavikkala ja Henrik Linderborg (toim.) Rikosseuraamustyön kehittämisen kysymyksiä. Tampere: Tampereen yliopistopaino, 199–224.

SELVIITYMISTARINOITA

Irtaantuminen päihde- ja rikoskierteestä on mahdollista

Rita Taipale

Opinnäytetyö, kevät 2013

Diakonia-ammattikorkeakoulu,

Diak Etelä

Sosiaalialan koulutusohjelma

Päihteet ja syrjäytyminen

Sosionomi YAMK

TIIVISTELMÄ

Taipale, Rita. Selviytymistarinoita. Irtaantuminen päihde- ja rikoskierteestä on mahdollista. Diak Etelä, kevät 2013, 96 s.

Diakonia ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma, Päätteet ja syrjäytyminen, sosionomi (YAMK)

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää selviytymistarinoiden avulla, mitkä tekijät ovat vaikuttaneet rikos- ja päihdekierteestä selviytymiseen sekä minkälaiset asiat olivat merkityksellisiä muutoksen eri vaiheissa. Muutoksen vaiheet näissä selviytymistarinoissa olivat muutosvaihemallin mukaisesti päätös-, toiminta- ja ylläpitovaihe.

Opinnäytetyö oli fenomenologis-hermeneuttinen ja hyödynsi narratiivisuutta tutkimuksen yleisenä ominaisuutena. Fenomenologisen lähestymistavan käsitteitä ovat kokemus ja merkitys. Tämä lähestymistapa tavoittaa ihmisen elämän kokemuksellisia suhteita ja niiden merkityksiä. Opinnäytetyön aineisto muodostui viiden päihde- ja rikoskierteestä selviytyneen henkilön selviytymistarinoista. Selviytymistarinat analysoitiin muutosvaihemallia apuna käyttäen.

Päätöksentekovaiheessa yksilön identiteetti oli kadotettu ja hänen itsetuntonsa oli huono. Tässä vaiheessa sosiaalisten sidosten merkitys selviytymisprosessin etenemisessä kasvoi suureksi. Toimintavaiheessa identiteettiä alettiin rakentaa uudelleen vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Itsetunto oli edelleen heikko, mutta onnistuminen uusissa haasteissa kasvatti sitä. Ylläpitovaiheessa selviytyjän identiteetti oli jo muovautunut ja itsetunto oli kasvanut. Päättömästä elämästä ja rikoksettomuudesta osattiin iloita ja olla ylpeitä. Uusia sosiaalisia sidoksia oli muodostunut. Uusi, vahva identiteetti ja sosiaaliset suhteet tekivät muutoksesta pysyvän.

Päihdehoidon, työn ja sosiaalisten sidosten merkitys oli suuri näissä selviytymistarinoissa. Neljä haastateltavaa oli käynyt kolmivaiheisen Kiskohoidon. Vertaistuki, työ ja muut ihmissuhteet vaikuttivat selviytymiseen ja helpottivat kiinnittymistä yhteiskuntaan.

Rikosseuraamusalan työssä pitää ottaa entistä vahvemmin huomioon yhteistyömahdollisuudet vertaistuen sekä asiakkaan luonnollisten lähisuhteiden kanssa asiakkaan yhteiskuntaan kiinnittymisen tukemisessa. Työssä pitää myös uudella tavalla pohtia identiteettityön merkitystä ja sen tukemista rikollisesta elämäntavasta luopumisessa.

Asiasanat: syrjäytyminen, selviytyminen, narratiivisuus, päihderiippuvuus, rikollisuus, muutos, identiteetti, itsetunto, sosiaaliset sidokset

ABSTRACT

Rita Taipale. Survivor Stories. Recovery of substance addiction and criminality is possible. Helsinki, Spring 2013, 96 p. Language: Finnish
Diaconia University of Applied Sciences, Helsinki Unit. Higher Polytechnic Degree Programme in Social Services, Intoxicants and Marginalization. Master of Social Services.

The purpose of this thesis was to find which factors have affected survival of substance addiction and criminality and what kind of things were meaningful in the different phases of the change. The phases in these stories according to the Stages of Change model were the decision phase, the operating phase and the maintenance phase.

This thesis was phenomenologic-hermeneutic and it took advantage of narrativity as the common feature of study. Concepts of the phenomenologic perspective are experience and meaning. This perspective reaches persons lives experiences and their purpose. The material for the study was collected by stories of five persons, who survived of criminality and substance addiction. The stories were analyzed by Stages of Change model.

In the decision phase the identity was lost and the self-esteem was poor. As this phase progressed the meaning of social connections increased. In the operating phase rebuilding the identity begun in interaction with others. The self-esteem was still poor, but succeeding in new challenges increased it. In the maintenance phase the identity of the survivor was built and the self-esteem was better. One could enjoy and be proud of life without drugs and crimes. There were built new social relations. New strong identity and social relations made change to be permanent.

The meaning of rehabilitation, work and social relations in these survivor stories were big. Mutual help, work and other social relations effected of survive and helping attach to society.

When working with criminals we have to take into consideration co-operation with mutual help and customers family to helping attach to society. We also have to think about meaning of the indentitywork and how we can support that.

Keywords: marginalization, coping, narrative, drug addiction, criminality, change, identity, self-esteem, social connections

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	7
2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TAVOITE	10
2.1 Tutkimusongelma ja aineistonkeruu	10
2.2 Selviytymistarinat	11
2.3 Kokemuksen tutkiminen	12
2.4 Aikaisempia tutkimuksia	13
3 SYRJÄYTYMINEN	18
3.1 Elämänkulku	18
3.2 Syrjäytyminen ja marginalisaatio ilmiönä	20
3.3 Vapautuvien vankien syrjäytyminen	23
3.4 Yhteiskuntakin syrjäyttää	24
4 SELVIYTYMINEN	28
4.1 Selviytymisprosessi	28
4.2 Selviytymiskeinot	31
5 PÄIHDERIIPPUVUUS JA IDENTITEETTI	34
5.1 Riippuvuuden monet kasvot	34
5.2 Identiteetti, itsetunto ja riippuvuus	36
6 MUUTOKSEN VAIHEET	37
6.1 Esiharkinta-, harkinta- ja päätösvaiheet	39
6.2 Päätös-, toiminta- ja ylläpitovaiheet	39
7 AINEISTON ANALYSOINTI JA TULKINTA	43
7.1 Narratiivinen analyysi ja tulkinta	43
7.2 Haastattelujen kulku	44
7.3 Opinnäytetyön eettisyydestä	46

8 SELVIITYMISTARINAT PÄHKINÄNKUORESSA	48
8.1 Antti – hyväksyntää hakemassa	48
8.2 Jani – kaksoiselämää	49
8.3 Ville – vertaistukea	50
8.4 Sami – rajoja etsimässä	50
8.5 Osku - menestystä ja menetystä	51
9 HARKINNASTA PÄÄTÖKSEEN	52
9.1 Identiteetti ja itsetunto päätöksentekovaiheessa	52
9.1.1 Aikaisemmat yrityksen päästä irti	53
9.1.2 Käännekohta	56
9.2 Sosiaalisten sidosten merkitys päätöksentekovaiheessa	59
9.2.1 Päätöksen jälkeen tarvitsee tukea	59
9.2.2 Muutoksen toteuttaminen edellyttää uudelleen sosiaalistumista	61
10 TOIMINTAVAIHE	63
10.1 Identiteetti ja itsetunto toimintavaiheessa	63
10.2 Sosiaalisten sidosten merkitys toimintavaiheessa	66
10.2.1 Kiskon yhteisöhoito	66
10.2.2 Yhteisöt selviytymisen tukena	68
10.2.3 Siipien kokeilua	70
10.2.4 Suunnitelmallisuus	71
11 YLLÄPITOVAIHE	74
11.1 Identiteetti ja itsetunto ylläpitovaiheessa	74
11.2 Sosiaalisten suhteiden merkitys ylläpitovaiheessa	75
11.2.1 Uusien ihmissuhteiden luomista	75
11.2.2 Vaikuttaminen ja yhteiskunnan jäsenyys	77
12 SELVIITYTYNEIDEN PUHEENVUORO	78
12.1 Tärkeintä selviytymisessä	78

12.2 Vankilassa oleville	79
13 VANHASTA IDENTITEETISTÄ UUTEEN	82
13.1 Muutokset harkinta- ja päätösvaiheessa	83
13.2 Muutokset toimintavaiheessa	84
13.3 Muutokset ylläpitovaiheessa	85
14 POHDINTAA RIKOSSEURAAMUSTYÖN KEHITTÄMISESTÄ	87
LÄHTEET	93

1 JOHDANTO

Tämä opinnäytetyö kertoo ihmisistä, jotka ovat selvinneet päihde- ja rikoskierteestä ja elävät nyt elämää, josta eivät uskaltaneet pahimpina aikoina edes haaveilla. Olen saanut ilon tutustua viiteen selviytymistarinaan sekä niiden takana oleviin ihmisiin, jotka ovat ponnistelleet pohjalta parempaan elämään.

Työssäni rikosseuraamustyöntekijänä yhdyskuntaseuraamustoimistossa ja aikaisemmin vankilassa, tapaan ihmisiä, jotka painivat vaikeiden haasteiden edessä ja kokevat toivotomuutta tulevaisuuden ja selviytymisen suhteen. Työssäni näkee vain joskus sellaisia ihmisiä, joiden elämä menee kohti parempaa. Välillä omakin usko muutokseen horjuu ja unohtaa, että aina on niitä, jotka selviytyvät. Opinnäytetyöni kiinnostuksen kohteena onkin, mikä saa ihmisen muuttamaan elämänsä suuntaa? Minkälaisia tekijöitä kuuluu selviytymisprosessiin?

Selviytyminen päihde- ja rikoskierteestä vaatii ihmisen omaa halua muutokseen. Muutosprosessissa hän joutuu rakentamaan minuutensa uudelleen, opettelemaan uusia taitoja ja kamppailemaan entisen elämäntapansa ja elämänpiirinsä houkutuksia vastaan. Hän etsii paikkaansa yhteiskunnassa ja yrittää rakentaa elämänsä uudelleen. Vankila- ja päihdekierre on usein syrjäyttänyt ihmisen monilta yhteiskunnan toiminta-areenoilta, kuten työ- tai opiskeluelämästä. Monet ihmissuhteet ovat katkenneet lopullisesti ja uuden rakentaminen vie aikaa.

Tässä tutkimuksessa kuvaan päihde- ja rikoskierteestä selvinneiden ja yhteiskuntaan palanneiden ihmisten elämänkulkua selviytymistarinoiden kautta. Tarkastelen selviytymistä eri muutosvaiheissa. Mitkä tekijät ovat olleet merkityksellisiä päätös-, toiminta- ja ylläpitovaiheissa? Opinnäytetyöni teoreettisessa osuudessa kuvaan päihde- ja rikoskierteessä olevien syrjäytymistä ja selviytymistä aikaisempien tutkimusten valossa. Olen ottanut mukaan myös elämänkulunäkökulman, koska tarkastelen selviytymistä myös elämänkulun näkökulmasta. Tutkiskelen päihderiippuvuutta ja riippuvuudesta irrottau-

tumista James Prochaskan ja Carlo DiClementen (1983) muutosvaihemallin avulla. Selviytymisen tarkastelussa tuon esiin Lazaruksen ja Folkmanin stressiteorian. Analyysi on teorialähtöinen. Selviytymistarinoiden avulla olen pyrkinyt ymmärtämään ihmisten valintoja. Olen pyrkinyt tavoittamaan tarinoiden juonen, teemat ja niiden suhteet. Opinnäytetyöni keskeisinä teemoina ovat narratiivisuus, marginaalisuus sekä selviytyminen.

Opinnäytetyössäni tuon esiin positiivisia tekijöitä, jotka pitävät ihmiset pois rikollisuudesta ja päihteiden käytöstä ja saavat heidät lopettamaan tuhoavan toiminnan. Monet kriminologiset teorat ovat perinteisesti etsineet negatiivisia tekijöitä, jotka saattavat selittää rikollista käyttäytymistä (Laine 2011.) Nykyään yhä useammin ollaankin kiinnostuneita siitä, mikä auttaa irrottautumaan rikollisuudesta. Kyseessä on laaja näkökulma ja lähestymistapa, josta voidaan käyttää yleisnimeä positiivinen kriminologia (Ronel & Elisha 2011, Laineen 2011 mukaan). Sen piirissä etsitään muun muassa tekijöitä ja mekanismeja, joiden avulla yksilöt saavuttavat koherenssin, eheydentunteen ja pystyvät toimimaan stressi- ja riskitilanteissa sekä kestävät ahdistusta. Tällöin ei rajoituta vain riskitekijöihin vaan pyritään löytämään suojaavia yksilöllisiä tekijöitä.

2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TAVOITE

2.1 Tutkimusongelma ja aineistonkeruu

Opinnäytetyössäni kuvaan päihde- ja rikoskierteestä selviytymistä muutosvaihemallin mukaisesti yksittäisten selviytymis- ja muutostarinoiden avulla. Muutosvaihemalli esitellään tarkemmin luvussa 6. Haastatteluilla etsin vastauksia kysymyksiin:

1. Minkälainen on yksilön selviytymisprosessi?
2. Millaisia muutoksen vaiheita yksilön selviytymisprosessiin kuuluu?
3. Mitkä tekijät ovat merkityksellisiä selviytymisessä ja muutoksessa?

Tutkimusaineistoni koostui viiden ihmisen syvähaastatteluista. Nämä viisi henkilöä olivat kokeneet sekä huumehelvetin että vankilakierteen mutta elävät nyt mielekästä elämää. Olen rajannut tutkittavat elämäntarinat siten, että henkilön viimeisimmästä vankilasta vapautumisesta on vähintään kaksi vuotta, hän ei ole tehnyt uusia rikoksia eikä hänellä ole päihdeongelmaa. Tutkimuksen kohde on huumeista ja rikoskierteestä irrottautuneiden selviytyminen ja heidän yhteiskuntaan uudelleen kiinnittymisensä. Tutkimusaineistoni muodostuu selviytymistarinoista. Minulla oli yksi yhdyshenkilö, jonka avulla löysin muut haastateltavat. Yhdyshenkilöni oli rikos- ja päihdekierteestä irrottautunut ihminen, jolla oli kontakteja samanlaisen kokemuksen omaaviin ihmisiin. Yhdyshenkilöni kysyi heidän kiinnostustaan osallistua tutkimukseen ja sain niiden henkilöiden yhteystiedot, joita tutkimukseen osallistuminen kiinnosti. Kaikki haastateltavani olivat miehiä. Tavoitteenani on mahdollisimman omakohtaisen kokemuksen kuvaaminen ilman mahdollista haastattelijan johdattelua ja siksi valitsin aineistonkeruutavaksi syvähaastattelun.

Alun perin tarkoitukseni oli pyytää rikos- ja päihdekierteestä irrottautuneita, yhteiskuntaan palanneita ihmisiä kirjoittamaan vapaamuotoisesti oman selviytymistarinansa. Maailmalle lähti yhdyshenkilöni kautta lähes kaksikymmentä kirjoituspyyntöä, mutta

minulle palautettiin niistä vain yksi. Yhdyshenkilöni kautta kuulin ihmisten kertovan, että kirjoittaminen on liian työlästä ja aikaa vievää, mutta haastatteluun he olisivat valmiita. Koska ensin valitsemani aineistonkeruutapa ei ollut toimiva, päädyin haastattelemaan tutkittaviani. Käytin opinnäytetyössäni vapaan kerronnan mahdollistavaa teema-haastattelutapaa, jolla pyrin saamaan esille tutkittavien omat ajatukset, tunteet ja merkitysrakenteet. Yritin olla rajoittamatta tutkittavien mahdollisuutta kertoa kokemuksistaan ja näkemyksistään.

Kiinnostukseni kohteena olivat yksilöt ja ne kertomukset, joita he tuottivat elämästään sekä ne tulkinnot, joita he tekivät elämästään ja kokemuksistaan. Yhteiskunnallista kontekstia ei saa unohtaa yksilöllisyyttä ja erityisyyttä korostettaessa (Kyngäs 2000, 37). Tarkastelin miesten kerrontaa ja kokemuksia myös aiempien tutkimusten valossa. Tarkoitukseni oli selventää tutkittavien miesten elämäntilanteiden ja -kokemusten erityisyyttä, mutta myös niiden samankaltaisuutta.

2.2 Selviytymistarinat

Ajattelen elämäkerrallisen aineiston paljastavan sellaisia teemoja ja kokemuksia kirjoittajien ja haastateltavien elämänculusta, joita he itse pitävät tärkeinä. Narratiivinen tutkimusote tarjoaa mahdollisuuden kuvata selviytymistä ihmisen subjektiivisen kokemuksen kautta. Kertoessaan tarinaansa ihminen yrittää ymmärtää omia tekojaan ja valintojaan.

Oman tarinan julkistaminen mahdollistaa tarpeellisuuden ja hyödyllisyyden kokemuksen. Omaelämäkerran kirjoittamisen ja julkaisemisen kautta omat kokemukset on mahdollista saattaa rohkaisuksi muiden tarvitsijoiden käyttöön tai puheenvuoroksi kaikkien samasta ongelmasta kärsivien puolesta. Vaikka jokaisen kokemus on yksilöllinen, voi toisten kokemuksista löytää jotain samantapaista kuin omastaan. Yksilöllisten tarinoiden virittämästä verkosta voi syntyä enemmän kuin osiensa summa - kollektiivista tietoa ja yhteistä ymmärrystä. (Hänninen 2009, 24–25.) Omaelämäkerrat muodostavat haasteen myös sosiaalityölle asiakkaan kohtaamisen ja hoitokäytäntöjen kehittämiseen.

Tarinat muokkaavat elämäämme. Millaisia tarinoita siis kerromme? Ovatko tarinamme kannustavia, toteavia, kuvaavia, lannistavia vai mitä? Yhteisössä kerrotut tarinat ovat niin sanottuja mallitarinoita, jotka eivät pelkästään kuvaa vaan myös muokkaavat todellisuutta. Kaikissa yhteisöissä ja kulttuureissa tietyt tarinat nousevat muita hallitsevimiksi, jokaisella yhteiskunnalla on niin sanotut kulttuuriset tarinavarastonsa. Nämä tarinat määräävät vallitsevat käyttäytymis- ja toimintatavat. Ne ohjaavat yksilön omaa tulkintaa itsestään ja myös muiden suhtautumista häneen. Pelkästään negatiivisten mallitarinoiden kuuleminen jonkin tilanteen, esimerkiksi työttömyyden tai sairauden yhteydessä, voi tuottaa suuria ongelmia rohkaisevaa elämänmallia etsivälle. On rohkaisevaa kuulla elämän muutostarinoita, jotka eivät ole tragedioita tai negatiivissävytteisiä kertomuksia vaan positiivisia selviytymistarinoita. (Timonen 2009, 257.)

Kertomukset ovat ihmiselle luonteenomainen tapa jäsentää elämää ja itseään. Vaikka tarinat eivät voikaan täysin tavoittaa eletyn kokemuksen kaikkia puolia, ne tarjoavat kuitenkin keinon järjestää havaintoja, omaa ajattelua, elämäntapahtumia ja muistoja. Kertomalla kokemuksistaan ihminen voi antaa niille muodon ja etäännyttää ne itsestään. (Timonen 2009, 278.)

2.3 Kokemuksen tutkiminen

Fenomenologisesti suuntautuneessa tutkimuksessa tarkastellaan yksilön kokemuksellista suhdetta omaan elämäntodellisuuteensa. Koettu elämä käsitetään yksilön todellisuuden ilmenemisenä tietoisuudessa sellaisena, jollaiseksi hän itse sen kokee. Elämäntapahtumien liittyvät valinnat ja tapahtumat näyttäytyvät merkityksinä ja painoarvoltaan erilaisina jokaiselle yksilölle. Fenomenologisessa tutkimuksessa perustason muodostaa yksilön koettu elämä ja toisen tason muodostaa tutkimus, joka kohdistuu ensimmäiseen tasoon. Tieto syntyy dialogissa saadun aineiston kanssa. (Viikki-Ripatti 2011, 204.) Tässä tutkimuksessa tiedon intressi liittyy rikollisesta elämästä ja päihteiden käytöstä irrottautuneiden kokemuksiin omasta toimijuudestaan, joita vain he pystyvät sanallistamaan koetun elämän merkityksillä ladattuina.

Narratiivisessa lähestymistavassa on kyse ajallisten kronologisten tapahtumien sekä kokemusten ja niiden taustalla olevista syistä ja seurauksista. Laubin & Sampsonin (2003) mukaan narratiivit auttavat avaamaan niitä mekanismeja, jotka yhdistävät keskeisiä elämäntapahtumia tietyllä elämänkulun hetkellä. Tällaisia elämän tapahtumia ovat yleensä sellaiset tapahtumat, jotka ovat erityisessä suhteessa henkilökohtaiseen valintaan ja situationaaliseen kontekstiin. Narratiivinen tutkimus mahdollista moninaisten elämänkulun kokemusten tavoittamisen siten, että se tekee näkyväksi keskeiset elämänkulun tapahtumat ja käännekohdat. Narratiivisen näkemyksen mukaan ihmiset luovat aktiivisesti omaa kertomustaan itsestään vuorovaikutuksessa muiden kanssa. (Viik-ki-Ripatti 2011, 204.)

2.4 Aikaisempia tutkimuksia

Opinnäytetyöni viitekehyksen muodostavat aikaisemmat tutkimukset koskien syrjäytymisestä selviytymistä sekä rikollisuudesta tai päihteiden käytöstä irtautumista. Ihmisten subjektiivisia kokemuksia, alakulttuurista murtautumista ja elämänmuutoksen jälkeisen arjen rakentumista on tutkittu Suomessa verraten vähän, mutta muutosta kuvaavia tutkimuksia on valmistunut (esim. Hyväri 2001).

Syrjäytymisen tutkimusperinteessä on oltu kiinnostuneita marginalisoitumisesta ja siihen liittyvistä ilmiöistä, jotka johtavat vieraantumiseen ja syrjäytymiseen. Sen sijaan hämäräksi on jäänyt se, millä tavoin yksilöt ovat löytäneet uusia väyliä ja mahdollisuuksia aikaisempaa parempaan ja mielekkäämpään elämään syrjäyttävistä voimista ja marginalisoitumisestaan huolimatta (Hyväri 2001, 19.) Tämä näkyy myös alkohol- ja huume tutkimuksessa, jossa on selviytymisen sijaan enemmän pohdittu päihdeongelmaan johtavia tekijöitä, riippuvuuden ilmenemismuotoja ja hoitomenetelmiä. Pääosin suomalaiset päihdeongelmaa käsittelevät ja toipumista sivuavat tutkimukset ovat fokuksituneet hoitolaitosten toiminnan tai hoitolaitosten toimivuuden tarkasteluun. Viime vuosina on myös tehty laajasti arviointi- tai toimintatutkimusta eri hoitomuodoista ja kuntoutusmalleista. (Knuuti 2007, 9.)

Subjektiiivisia kokemuksia marginaalista murtautumisesta ja elämänmuutoksen jälkeisen arjen rakentumisesta kuvataan muun muassa rikoksenteekijöitä käsittelevissä tutkimuksissa. Ulla Knuuti (2007) on tutkinut huumeiden käytön lopettaneiden arjen rakentumista elämän muutoksen jälkeen. Tutkimus osoittaa, kuinka huumeiden käytön lopettaneiden elämäntapa sisältää paljon ongelmakohtia. Huume-ehdoisesta elämäntavasta ja siihen liittyvistä ihmissuhteista irroittautuminen sekä henkilökohtaisen viitekehyksen löytäminen on vaativa prosessi. Menneisyyden vaikutus nykyisyyteen tulee esiin kaikilla tasoilla. Pähitteettömyys sinällään ei vielä kerro mitään varsinaisesta toipumisesta. Toiset löytävät elämän mielekkyyden helposti kun toiset joutuvat aktiivisesti työskentelemään toipumisensa puolesta.

Helena Timonen (2009) on tutkinut väkivaltarikoksista tuomittujen miesten elämäntapaa ja muutosprosesseja tarinoina vankilasta vapauteen. Oman elämäntarinan kertominen on auttanut kertojia ymmärtämään elämäänsä ja tekemään sen ymmärrettäväksi myös muille. Elämästään kertovien miesten tarinoissa vaikeuksien voittaminen on johtanut elämän muutokseen. Muutosmahdollisuudet rakentuvat vanhan muistamiseen ja siitä oppimiseen yhdistettynä uuteen elämäntapaan.

Kokemuksen politiikasta väitellyt, entisiä päihde- ja mielenterveysongelmaisia, nykyisiä vaikuttajahahmoja haastatellut Susanna Hyväri (2001) kuvaa vastayhteisöllisyydessä, vertaistyyössä ja arkipäivän ymmärryksessä piilevää voimaa. Hyvärin tutkimat ihmiset ovat olleet rikosten, alkoholin tai mielenterveysongelmien kourissa ilman vaikutusmahdollisuuksia, mutta pystyneet murtautumaan marginaalista. Vallattomuus vaihtuu vastuuksi, kun syrjäytymiseen ja marginalisaatioon liittynyt identiteetti otetaan yhteisöllisen työstämisen kohteeksi ja rasittava menneisyys käännetään voimaksi. (Knuuti 2007, 223.)

Vuokko Karsikkaan (2005) liseniaattitutkimuksessa kuvataan vankilassa olleiden päihdekuntoutusprosessia sekä päihde- ja rikoskierteestä irtautumisen merkitystä voimaantumisprosessissa.

Margit Kyngäs (2000) on tehnyt tutkimuksen nuorena rikoksentekijänä vankilaan tuomittujen miesten lapsuudesta, vankeusajasta ja vankeuden jälkeisestä elämästä.

Katja Kuusisto (2010) on tutkinut alkoholismista toipumisen eri reittejä. Hän tarkastelee muutosta hoidon, vertaistuen avulla sekä ilman professionaalista hoitoa. Tutkimus tarkastelee alkoholin käytön kaarta prosessina ongelmakäytön alusta kohti raittiutta tai kohtuukäyttöä. Tutkimus myös vertailee ammatillisen hoidon, vertaistuen ja ilman hoitoa, eli ns. spontaanin toipumisen kautta ongelmallisen alkoholin käytön lopettaneita. Toipuneiden alkoholistien oma kokemus on merkittävässä osassa ja tuottaa kokemustietoa toipuneiden itsensä kuvaamana. Tutkimus osoittaa että eri reittejä toipuneiden välillä on sekä yhtäläisyyksiä että eroja. Erot ovat kuitenkin pikemminkin yksilökohtaisia kuin ryhmäkohtaisia. Tie raitistumiseen on pitkä. Muutosvalmius syntyy negatiivisten seurannaisvaikutusten kasauduttua ja ennen kaikkea yksilön oman sisäisen merkityksenannon kautta, johon erilaisilla muutosta virittävillä tekijöillä on oma vaikutuksensa. Siten odotukset ja uskomukset ovat merkityksellisiä toipumisessa ja ne ohjaavat myös sitä, minkä tyyppisen tuen koetaan hyödyttävän itseä eniten. Toipumiselle merkityksellisten asioiden moninaisuus tekee kustakin tavasta toipua ainutlaatuisen. Tämän yksilöiden välisen ainutlaatuisuuden ja toisaalta tarkastelluille reiteille yhteisten piirteiden ohessa kullekin reitille on löydettävissä myös erityisiä piirteitä, jotka ovat ominaisia juuri sille tavalle toipua. Kuusiston tutkimuksen tulokset korostavat sitä, että toipuvat tarvitsevat erilaisia asioita tuekseen toipuessa ja raittiuden ylläpitämisessä. Täten erilaiset hoitomuodot puolustavat paikkaansa. Asiakkaan piirteiden ja hoidon kohdentaminen näyttää osittain toteutuvan käytännössä ja merkitsevässä määrin päihdeongelmaisten itsensä toteuttamana. Kun ongelma koetaan vähemmän vakavaksi, toipuminen tapahtuu todennäköisemmin omaehtoisesti. Hoitoon hakeutuminen on järkevää tulkita asiakkaan tosiasialliseksi tarpeeksi saada tukea omalle toipumiselleen.

Ulkomaalaisista rikollisuudesta irrottautumisen kokemuksia tarkastelevista tutkimuksista mainittakoon John H. Laubin ja Robert J. Sampsonin (2003) tutkimus, jossa tutkittiin tärkeitä käännekohtia aikuisessa elämänculussa selittämään muutoksia rikollisessa toiminnassa. Keskeinen tulos oli, että rikoksentekijöiden irrottautuminen rikolliselta uralta on tuloksena yhdistelmästä, jossa yksilön toiminta yhdessä tilannekontekstin ja raken-

teellisten vaikutusten kanssa liittyä keskeisiin instituutioihin. Hyvä avioliitto, vakaa työ, identiteetin muutos ja ikääntyminen ovat tekijöitä, jotka korreloivat vahvasti selviytymisprosessiin. (Viikki-Ripatti 2009, 208.)

Toinen merkittävä tutkimus on Shadd Marunan (2001) tutkimus, jossa tutkittiin selviytymistä psykososiaalisena prosessina ja pyrittiin ymmärtämään psykologista mielenlaadua, joka parhaiten tukee rikollisuudesta irtaantumista ja sen ylläpitämistä. Tuloksena oli, että generatiiviset roolit toivat mukanaan vaihtoehtoisia saavutuksia ja mielekkyyttä elämään. Auttamalla toisia yksilöt uskoivat vapautuvansa syyllisyyden ja häpeän tunteesta sekä pitivät yllä omaa positiivista muutostaan. Selviytymiselle oli luontaista yleinen motivaatio, ydinminän ja oman toimijuuden tuntemus. (Viikki-Ripatti 2009, 208.)

Suomalainen huumetutkimus on ollut enimmäkseen kvantitatiivista tutkimusta. Kvalitatiivinen tutkimusote antaa kuitenkin paremmat mahdollisuudet tarkastella ongelmaa kattavammin huumeidenkäyttäjien näkökulmasta, heidän itsensä kokemana. Se mahdollistaa yksilöllisten huumeista irrottautumis- ja toipumisprosessien laajemman ja monipuolisemman tarkastelun. (Hännikäinen-Uutela 2004, 13.)

Aikaisemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että marginaaliasemaan joutuneiden on erittäin vaikea murtautua ulos siitä. Oman yhteiskunnallisen aseman kohottaminen on vaikeaa vankeuden painolastia kantaville. Sosiaalista kohoamista estävät yksilön hallitsemattomat, jatkuvasti pahenevat ja kasautuvat sosiaaliset ongelmat sekä yhteiskunnan ennakkoluuloisuus ja haluttomuus antaa rikoksiin syylistyneille todellisia mahdollisuuksia muuttaa elämänsä kulkuaan. Elämänsä suunnan kääntäminen vaatii yksilöltä voimavaroja, päättäväisyyttä ja henkilökohtaisten ongelmien hallintaan saamista. (Kynäs 2000, 240.)

Kansainvälisessä rikosurien ja niiltä irtaantumisen tutkimuksessa yhtenä kokoavana teemana on ollut kysymys sosiaalisten siteiden ja yksilöalttiuden keskinäisestä suhteesta rikollisuuden jatkumisen selittäjinä. Tutkimukselle on ollut tunnusomaista pyrkimys yksilöalttiuksien ja sosiaalisten siteiden samanaikaiseen empiiriseen analyysiin. Vain siten voidaan selvittää näiden tekijöiden itsenäisiä päävaikutuksia sekä myös niiden

vuorovaikutusta. Aikaisemman tutkimuksen valossa sekä vakailla yksilöalttiuksilla että sosiaalisilla siteillä on vaikutusta rikosurien jatkumiseen tai päättymiseen. (Sampson & Laub 2003; Kivivuoren 2009, 163 mukaan.)

3 SYRJÄYTYMINEN

3.1 Elämänkulku

Elämänkulututkimuksia on tehty esimerkiksi sosiologiassa, kasvatustieteissä ja psykologiassa. Sosiologinen elämänkulututkimus sai alkunsa Chicagon koulukunnan toimesta. 1980-luvun lopussa Yhdysvaltoihin suuntautui voimakas muuttoliike Euroopasta, jonka myötä kaupunkien väkiluvut kasvoivat. Kaupunkien kasvaessa rikollisuus ja erilaiset sosiaaliset ongelmat lisääntyivät. Chicagon koulukunnan sosiologit kiinnostuivat ihmisten selviytymistavoista ja alkoivat haastatellen kerätä ihmisten elämäkertoja. Tutkijoiden kiinnostuksen suuntautuminen ihmisten selviytymistarinoihin ja elämäkertoihin merkitsi laadullisen aineiston hankintaa ja tapaustutkimusten tekoa. Samalla nostettiin esille yksilön, perheen, yhteisön ja ympäristön vuorovaikutuksellisuus. (Kyngäs 2000, 15.)

Elämänkulun tutkimusta ei voida lukea minkään yksittäisen tieteenalueen lähestymistavaksi tai yhtenäiseksi teoriaksi. Kyseessä on analyyttinen näkökulma, jolla pyritään saamaan tietoa yksilön elämästä hänen itsensä kertomana ja tulkitsemana. Elämänkulun kuvauksen, analyysin ja ymmärtämisen näkökulmasta keskeisiksi nousevat yksilön tekemät valinnat ja se, kuinka hän käsittelee valintojensa seuraamuksia. (Kyngäs 2000, 16.)

Ihmisen elämänkulku on yksilöllisen monisuuntainen ja vahvasti kontekstisidonnainen prosessi, joka jatkuu läpi koko ihmisen eliniän. Se käsitetään toisiaan seuraavien elämänjaksojen sarjana, jossa eri elämänalueilla sattuvat merkittävät elämäntapahtumat toimivat käännekohtina ja merkitsevät usein siirtymää positiosta tai roolista toiseen. Kvalitatiivisessa tutkimusperinteessä elämänkulku nähdään erilaisten siirtymävaiheiden kautta eteneväksi prosessiksi. Normatiiviset siirtymät liittyvät yksilön kehitykseen, ja ne kytkeytyvät iän mukana porrastuviin kehitystapahtumiin. Idiosynkroottiset siirtymät ovat satunnaisten tekijöiden aiheuttamia yksilöllisiä elämänmuutoksia, kuten avioero, työpaikan menetys tai vankilaan joutuminen. Yksilön elämänkulun muotoutumiseen

eivät vaikuta vain historialliset ja kulttuuriset tekijät, vaan oma osuutensa on myös yksilön omilla valinnoilla ja ratkaisuilla. Elämä on vuorovaikutuksellisessa suhteessa sekä ympäröivään yhteisöön, että yhteiskunnallisiin tekijöihin. Tietyssä kontekstissa oleminen määrittää sitä, millaisia ratkaisuja ja valintoja yksilö voi elämässään tehdä. (Kyngäs 2000, 16–17.)

Elämänkulun katkoksiin liittyy muutoksen mahdollisuus. Anthony Giddens (1994) puhuu toisten mahdollisuuksien politiikasta. Tällä hän tarkoittaa sitä, että ihmisellä pitäisi olla jokaisessa uudessa tilanteessa valittavissa ratkaisumahdollisuuksia. Giddensin mukaan ihmisten ei tulisi olla sidottuja yhteen ainoaan elämänkulun malliin, vaan heidän tulisi voida valita ja aloittaa uudelleen missä tahansa elämänvaiheessa ja -tilanteessa. Kohdatut elämänmuutokset pitäisi nähdä mahdollisuutensa itsensä kehittämiseen, tilaisuutena uuteen, erilaiseen elämään. (Kyngäs 2000, 27.)

Valinnat eivät välttämättä ole selkeitä joko - tai -valintoja, vaan todellisuudessa ne ovat varsin kompliksia. Valintojen teko on usein kipeiden ratkaisujen tekemistä huonojen ja vielä huonompien vaihtoehtojen välillä. Aina valinnat eivät edes ole todellisia valintoja, vaan kyse on myös ajautumisesta olosuhteiden pakossa tilanteesta toiseen ilman rationaalisia, tarkoin harkittuja ratkaisuja. Valintatilanteet ovat usein vaikeita ja tehdyt ratkaisut johtavat aina uusien eteen. Huono-osaisilla valintamahdollisuudet ovat usein rajoittuneita. Lapsuudenkodista lähtöisin olevat ongelmat voivat olemassaolollaan sulkea pois monta mahdollisuutta. (Kyngäs 2000, 27.)

Elämänkulkuteoriassa päihde- ja rikoskierteestä selviytymiseen vaikuttavia tekijöitä kutsutaan yhteisnimikkeellä sosiaalinen pääoma. Sosiaalinen pääoma määritellään yleisellä tasolla resurssina, joka kehittyy ihmisten välisten yhteyksien ja sosiaalisten siteiden kautta. Se mahdollistaa sellaisten tärkeinä pidettyjen tavoitteiden saavuttamisen, joka sen puuttuessa ei olisi mahdollista. Rikolliseen toimintaan kiinnittyneellä voi olla sekä lainvastaisen että tavanomaisen elämän sosiaalista pääomaa. (Kivivuori & Lindborg 2009, 152.)

3.2 Syrjäytyminen ja marginalisaatio ilmiönä

Syrjäytymisen käsite omaksuttiin suomalaiseen sosiaalipoliittiseen tutkimukseen ja keskusteluun 1970-luvun ruotsalaisesta työmarkkinatutkimuksesta. Ruotsalainen termi *utslagning* käännettiin meillä aluksi uloslyönniksi, mutta varsin pian sitä alettiin käyttää vähemmän leimaavaa syrjäytymisen käsitettä. (Kyngäs 2001, 21.) Sosiaalinen syrjäytyminen ja köyhyys alkoivat kiinnostaa suomalaista tiedeyhteisöä suuremmassa määrin 1980-luvun puolivälissä. Eri tutkijat ovat hyvinkin eri mieltä syrjäytymisen ilmiöstä ja sen käsitteellistämisestä. Syrjäytyminen ilmiönä on vaikeasti haltuun otettava, hyvin moniulotteinen ja prosessimaisuudessaan hyvin vaikeasti ymmärrettävä ja kuvattava (Helne 2002, 13). Jorma Sipilä (1985) määritteli syrjäytymisen prosessiksi, jossa yksilön sidokset yhteiskunnan toiminnan eri alueisiin hajoavat.

Meillä Suomessa keskustelua on leimannut näkemys, että syrjäytymisen kohteeksi joudutaan, ajaututaan syrjäytyneisyyden tilaan. Syrjäytyminen nähdään lähellä elämänhallinnan käsitettä ja koetaan, ettei ihminen pysty enää hallitsemaan elämäänsä (Granfelt 1998, 78). Ilmiönä syrjäytyminen paikantuu yhteiskunnan alimpiin sosiaalisiin kerrostumiin. Siihen liittyy lähes aina subjektiivisesti koettua ja objektiivisesti havaittavissa olevaa huono-osaisuutta. Yksilötasolla syrjäytymiseen liittyy sosiaalisia ongelmia ja niiden kasautumista tai pitkittymistä. Keskeisinä elämänalueina ovat tässä suhteessa sosiaaliset suhteet, esimerkiksi koulutus, työ tai perhe-elämä. Syrjäytyminen ilmenee tällöin tuotannosta, sosiaalisista suhteista ja vallasta syrjäytymisenä. Olennaisia ovat myös yksilön suhteet alakulttuureihin, kuten rikollisuuteen ja päihteidenkäyttöön. Syrjäytyminen soveltuu kaikkein huono-osaisimman ryhmän elämäntilanteen kuvaamiseen. Syrjäytyminen saattaa lopulta johtaa yhteiskunnan taholta tulevaan institutionaaliseen "uloslyöntiin" vankilatuomioiden ja totaalihoitolaitossijoitusten muodossa. Yksilön ja yhteiskunnan väliset siteet ovat pahasti vaurioituneet tai kokonaan katkenneet. (esim. Hännikäinen-Uutela 2004, 42).

1990-luvun aikana Suomessa vakiintui syrjäytymiskäsitteen rinnalle marginalisaation käsite, jota voidaan pitää myös syrjäytymisen synonyymina. Marginalisaatio pitää sisällään ulkopuolisuuden, toiseuden ja erilaisuuden kysymykset. Marginaalissa elämisen ei

nähdä olevan luonteeltaan niin negatiivista ja totaalista kuin syrjäytymisen. Se ei syrjäytymisen tavoin edellytä pakkoa tai vastentahtoisuutta, vaan se saattaa olla myös itse valittu tila – ihminen osittain valitsee, osittain ajautuu. (Kyngäs 2000, 22.) Järvinen ja Jahnukainen (2001, 145) ovat sitä mieltä, että syrjäytymistä ja marginalisaatiota pitäisi tarkastella erillisinä ja omanlaisinaan ilmiöinä. Marginalisaatio käsitetään laajemmin kuin syrjäytyminen. Se soveltuu erityisesti ihmisten kokemuksiin ja elämän merkitykseen kohdistuvan tutkimuksen näkökulmaksi (Granfelt 1998, Hyväri 2001). Jokainen yhteiskunta määrittelee oman keskuksensa ja sen ulkopuolella olevat. Marginaalilla käsitetään jotain, mikä on virallisen yhteiskunnan laidoilla tai jopa sen ulkopuolella. Käsitteen voi myös ymmärtää siksi hämäräksi alueeksi, joka erottaa kaksi maailmaa toisistaan. Marginaalissa olevat koetaan erilaisiksi ja jopa uhaksi keskustasta katsottaessa. Toisiin liitetyt mielikuvat ovat pelkojen, vierauden ja erilaisuuden tasoilla arvottomuuden, paikattomuuden, sivullisuuden ja ristiriitaisuuksien ylläpitämiä ja tuottamia (Hyväri 2001, 96.) Marginaalissa eläminen voi olla näköalapaikka omaan elämään tai yhteiskuntaan. Se voi olla myös mahdollisuus uusien vaihtoehtojen havaitsemiseen. (Kyngäs 2001, 22.)

Marginaalisiin liitetään poikkeavuuden mielikuvia. Miten sitten normaalius ymmärretään? Helneen (2002) mukaan yksilön on täytettävä tietyt normaalisuuteen liitetyt vähimmäisvaatimukset, jotta häntä ei armottomasti luettaisi yhteiskunnan marginaalisiin. Näitä vähimmäisvaatimuksia ovat muun muassa palkkatyö, asunto, kohtuullinen sosiaalinen verkosto ja riittävän päihteetön elämäntapa. (Kannasoja 2006, 31.)

Normaalisuuden ehdot eivät ole marginaaliselle kovin helppoja vaatimuksia. Siksi marginaalissa oleva ihminen voi pyrkiä jättäytymään sivulliseksi, etteivät erityisesti keskustassa olevat ihmiset huomaisi hänen marginaalisia piirteitään. Sivullinen ihminen ei kuitenkaan ole näkymätön tai piilossa oleva, vaan syrjässä olemisensa ja siihen liitettyjen mielikuvien vuoksi usein juuri erityisen näkyvillä. (Hyväri 2001, 137).

Syrjäytyminen vaikuttaa näyttäytyvän melkoisen negatiivisena, totaalisenä ja usein myös pysyvänä elämäntilanteena. Marginaaliin joutumista ei kuitenkaan ole mielekäästä tulkita vain puutteena, vajauksena ja resurssittomuutena. Syrjässä eläminen on joillekin

näköalapaikka, josta tarkastella yhteiskuntaa. Se voi joskus olla jopa uusien mahdollisuuksien areena. (Granfelt 1998, 80; Hyväri 2001, 72.)

Kannasoja (2006) kirjoittaa inklusiivisesta eli mukaan lukevasta marginaalisuudesta, joka mahdollistaa yksilöiden eri ryhmiin kuulumisen ja ryhmästä toiseen liikkumisen tarkastelun. Toisilla elämänalueilla yksilö voi olla keskustassa, kun taas toisilla elämänalueilla yksilö voi samanaikaisesti olla marginaalissa. Nämä erilaiset tasot voivat vaihdella yksilön elämäntilanteen mukaan. Yksilö voi esimerkiksi menestyä koulussa ja harrastuksissa, mutta vaikkapa perheen heikon taloudellisen tilanteen vuoksi hän saattaa kuulua marginaaliryhmään. (Kannasoja 2006.)

Inklusiivisen tarkastelun etuna on marginalisaatio -käsitteen myönteisyys, väliin putoaminen ei ole poikkeus vaan sääntö ja ilmiötä tarkastellaan sekä yhdistävien tekijöiden että erojen kautta. Tällöin yksilöt huolitaan sisäpuolisiksi identifikaation käsitteen mukaisesti, eli eroavaisuuksien ja samanlaisuuksien kautta. Marginaalisuuden ei pidä kuitenkaan muuttua sen myönteisyydestä huolimatta tavoiteltavaksi elämäntavaksi tai asemaksi vaikkei siinä aina poikkeavuutta tai negatiivisuutta nähtäisikään. (Hyväri 2001, 80, Kannasoja 2006, 35.)

Inklusiivisesti ymmärretty marginaalisuus on vielä enemmän kuin sekä - että ajattelua. Tällä tavalla ymmärrettynä käsite menettää osan syrjäyttävästä voimastaan ja leimavuudestaan. Näin ollen yksilön elämässä on mahdollisuus muutokseen, joka voimistaa ja valtaistaa yksilöä, mutta samalla muutos on mahdollinen yhteiskunnan ja koko maailman tasolla. (Helne 2002, 100.)

Syrjäytymiskäsitettä on kritisoitu paljon. Syrjäytyminen viittaa enemmän yksilön valintoihin kuin yhteiskunnan rakenteellisiin ongelmiin. Käsitteen katsotaan myös lisäävän poliittisen päätöksenteon etäisyyttä syrjäytyneisiin. Koska syrjäytyneet ovat reunoilla, ei tuo ongelmakaan ole keskeinen, eikä se kosketa keskustassa olevien ihmisten elämää, eikä sen hoitaminen vaadi kuin marginaalisia toimenpiteitä. (Rantala 2006, 210.)

3.3 Vapautuvien vankien syrjäytyminen

Rikosrekisteri ja huumetausta rajaavat työ- ja koulutusmahdollisuuksia, vaikeuttavat asunnon saantia ja herättävät torjuntaa ja pelkoa monissa ihmisissä. Rikos- ja päihdekierteessä vuosia, jopa vuosikymmeniä eläneillä ihmisillä valinnan mahdollisuudet ovat voimakkaasti rajautuneet kaikilla elämäntilanteilla. Rikoksettoman ja päihdeettömän elämän aloittaminen omin voimin, vailla tukea, on käytännössä mahdoton tehtävä. Oman toiminnan muuttaminen on hidas ja vaativa, henkilökohtaisia ponnisteluja vaativa prosessi, jota eivät helpota yhteiskunnassa vallalla olevat kovat asenteet ja vaikeimmassa asemassa olevien ihmisten syrjäytyminen jopa sosiaalityöstä. (Granfelt 2007.)

Nykyisessä yksilön vastuuta korostavassa ja menestystä ihannoivassa yhteiskunnallisessa ilmapiirissä häpeä ja syyllisyys jäävät lähes yksinomaan vankilaan joutuneen ihmisen kannettaviksi. Vaille merkitystä jää se tosiasia, että varsin monen vankilaan päätyvän elämänhistoriaan on kasautunut traumaattisia kokemuksia varhaislapsuudesta lähtien ja yhteiskunnallinen eriarvoisuus on ollut konkreettista arkitodellisuutta elämän ensi hetkistä alkaen. Kun traumataustat ohitetaan, ihmisten oireita kohdellaan heidän ominaisuuksinaan. (Granfelt 2006, 146.)

Vapautuva vanki on todennäköisesti jo pitkään elänyt syrjässä ja häntä on kohdeltu sen mukaisesti niin virallisen organisaation kuin monien tavallistenkin kansalaisten taholta. Monet yhteiskuntamme toiminnot tapahtuvat muodollisesti tasa-arvoisesti. Vankilasta vapautuva saa periaatteessa samanlaisen kohtelun ja palvelun kuin kuka tahansa meistä, mutta käytännössä asia on toisin. Vaikka vankilasta vapautunut täyttääkin asianmukaisen asiakkaan roolin monissa virastoissa, joissa hän vapautuessaan joutuu asioimaan, hän kohtaa kuitenkin sanallista tai sanatonta viestintää, johon voi sisältyä epäluuloa, halveksuntaa, pelkoa ja melkoista pidättyvyyttä. Puhumaan tottumaton ihminen hämmentyy tilanteissa, joissa ilmapiiri on virallinen ja muodollinen. Sosiaalinen etäisyys tuntuu suurelta. Tällainen kohtelu virastoissa voi olla ymmärtämättömyyttä, mutta pahimmillaan myös vallankäyttöä, jonka ikävin seuraus voivat olla lisääntynyt syrjäytyneisyys ja katkeruus luonnollisen kontaktin sijaan.

Mitä pidempään yksilö on laitoksessa, sitä vieraantuneempi hän on yhteiskunnasta. Nykyisen yhteiskunnan nopean muuttumisen ja kehittymisen vuoksi vankilassa pitkään olleilta ihmisiltä saattaa puuttua arkielämässä selviytymisen kannalta merkityksellisiä tietoja ja taitoja. Jos yksilö vapautuessaan yrittää siirtää laitoksessa omaksutut tavat siviiliin, hän tulee huomaamaan nopeasti, ettei niillä pärjätä. Pahimmassa tapauksessa laitoksen rutiineihin tottunut huomaa, ettei hän pysty elämään muualla kuin laitoksessa. Vaikka nämä vapautuvien vankien ongelmat ovat olleet tiedossa jo vuosikausia, ei niiden ratkaisemiseksi ole tehty kovinkaan paljon. Yhä edelleen suuri osa vangeista vapautuu muovikassi kädessään, ilman asuntoa, tai edes yösijaa, puhumattakaan että olisi työpaikkaa tai edes ruokarahaa. Arkielämän taidot puuttuvat, koska niitä ei voi hankkia vankilassa. Laskujen maksaminen, ruokaostosten tekeminen, virastoissa asioiminen esimerkiksi asunnon ja työpaikan hakemiseksi ovat monelle vapautuvalle täysin uusia asioita. Rahattomana on mahdoton saada asuntoa. Rikostaustaisen ja kouluttamattoman on vaikea, ellei mahdoton päästä työmarkkinoille. Pitkä vankeus hävittää kuvan myös siitä, mitä eläminen maksaa. Rahan arvo hämärtyy eikä osata suunnitella rahankäyttöä.

3.4 Yhteiskuntakin syrjäyttää

Useat vankilasta vapautuvia koskevat tutkimukset (esim. Rantala 2004, Karjalainen & Viljanen 2009, Timonen 2009, Karsikas 2005) ovat osoittaneet, että yhteiskunta tarjoaa liian vähän vaihtoehtoja ja mahdollisuuksia rikos- ja päihdekierteestä irti pyrkiville.

Monet päihdeongelmaiset vangit ovat enimmäkseen köyhiä, työttömiä, asunnottomia, joiden lapset on huostaan otettu ja joista useimmat ovat olleet vuosia työelämän ulkopuolella tai eivät ole koskaan sinne sijoittuneetkaan. Mikäli vapautumisjärjestelyihin ei panosteta, päihdekuntoutus menee osittain hukkaan, kun vangit vapautuvat samoihin tai vielä heikompiin olosuhteisiin, mistä vankilaan tulivat. Päihdeongelma ja rikollisuus ovat kietoutuneet muihin sosiaalisiin ongelmiin ja ovat siten osa marginalisaatiota. Niitä ei tule irrottaa kokonaiselämäntilanteesta vain yksilötason ongelmiksi, joista vanki itse on vastuussa (Granfelt 2007.)

Vankilasta vapautuneiden jälkihuoltoon ollut heikosti tunnettu ongelma-alue ja kuntien sosiaalitoimessa, jonne asian pitäisi kuulua, sellaista työmuotoa ei muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta tunneta. (esim. Karjalainen & Viljanen 2009, 26, Karsikas, 2010.) Lainrikkojien tukevalla palveluohjaukselle ja muulle sosiaaliselle tuelle on selvä tarve. Heidän tilanteensa ovat vain jääneet isompien ja tärkeämpien asioiden jalkoihin, sivuutettu, unohdettu, torjuttu. (Karjalainen & Viljanen 2009, 35.)

Nykyinen toimintapolitiikka, jossa vapautuville vangeille pyritään yhteistyössä rakentamaan saumattomia palveluketjuja, on idealistisuudessaan monin tavoin epärealistinen. Rantalan (2004) tutkimuksen mukaan verkostotyö erittäin vakavien sosiaalisten ongelmien ratkaisutapana pikemminkin tukee rakenteissa olevia ongelmia kuin ratkoo niitä: suurimmat ongelmat eivät ole paikallistason verkostojen ratkaistavissa. Ongelmat ovat ensisijaisesti rakenteellisia ja poliittisia, mutta toimintavaltuuksien ja resurssien puuttuessa niihin etsitään ratkaisuja tiedonvälityksen tehostamisesta, projektityöstä sekä toimijoiden osaamisesta, tahdosta, motivoituneisuudesta ja sitoutuneisuudesta yhteistyöhön. (Rantala 2006, 221.)

Vaikka vankilakierteessä oleviin päihteidenkäyttäjiin ei kohdisteta poliittista huomiota erityistukea tarvitsevana ryhmänä verrattuna esimerkiksi "syrjäytymisvaarassa" oleviin, he ovat tärkeä sosiaalityön kohde. Ihmiset, joilla toistuva rikollisuus liittyy päihteiden käyttöön, työllistävät monia eri viranomaisia kierteen eri vaiheissa, mikä on kallista. Tai kuka tahansa voi saada metrossa viereensä arvaamattomasti käyttäytyvän, psykoottisen huumeiden ongelmakäyttäjän. Tällaisen ihmisen vankilakierre saattaa tosin katketa ilman ulkopuolisen apua, mutta syynä on tuolloin todennäköisesti hänen oma kuolemansa. Kysymys on myös syrjäytyneiden perusoikeuksista saada inhimillisen elämän turvaavat palvelut, mikä on samalla ihmisoikeuskysymys. (Rantala 2006, 209.)

Kati Rantalan (2004) tutkimuksessa kritiikin kohteeksi asettuvat ne yhteiskuntapolitiittiset toimet, joilla vankilasta vapautuvia pyritään integroimaan yhteiskuntaan. Tarkastelun painopisteenä ovat yhteiskunnan rakenteelliset tekijät, jotka suuressa määrin vaikuttavat vankien ja vankeinhoidon työntekijöiden työn tuloksellisuuteen. Rantalan kritiikki kohdistuu siihen, että rakenteellisiin tekijöihin kohdistetaan niin vähän huomiota ja odo-

tukset viranomaisverkostotyön kautta aikaansaataviin muutoksiin vankien selviytymisedellytyksissä ovat epärealistiset. Rantalan perussanoma on, että huomattavin moniammatillisin ponnistuksin voidaan tukea pienen joukon selviytymistä, mutta suurin osa vangeista jää oman onnensa nojaan, vailla minkäänlaisia selviytymisedellytyksiä. Vapautuvilla vangeilla ei ole poliittista painoarvoa, ja he joutuvat kuntien priorisoinneissa viimeisille sijoille sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa ja asuntosektorilla. Vaikeimmassa asemassa olevat näyttävät syrjäytyvän myös päihdehuollossa ja aikuis-sosiaalityössä. (Rantala 2006, 221.)

Yhteiskunnallisessa keskustelussa vankilasta vapautuviin ei suhtauduta myönteisesti. Vankilakierteessä olevat ovat poliittisesti hankalia, koska heidän moniongelmaisuutensa hoitaminen on paitsi kallista myös oire muista hankalista ongelmista kuten laitostaustasta, rikosseuraamuksista, yhteiskunnan kovista asenteista ja syrjäytymiskehityksestä. (Rantala 2006, 221).

Vapautuvien vankien auttamisjärjestelmän yksi keskeinen ongelma on niiden marginaalisuus. Julkilausuttuna tehtävänä rikosseuraamuslaitoksella on auttaa rangaistustaan suorittava tai sen suorittanut pois rikosmaailmasta, pois yhteiskunnan marginaalista. Ongelmaksi tässä työssä voi muodostua se, että sekä rangaistusten täytäntöönpano, valvontatyö että auttamistyö ovat lähinnä rikosseuraamuslaitoksen vastuulla. Ne on eristetty omaksi toiminnakseen eli marginaaliset auttamisjärjestelmät auttavat yhteiskunnassamme pahiten marginaalissa olevia. Ainakin nämä systeemit onnistuvat pitämään asiakkaansa marginaalissa. Vangit ja vankilasta vapautuneet kuuluvat reunimmaiseen ryhmään ja heitä yrittävät auttaa reunimmaiset auttamissysteemit, jotka elävät symbioosissa keskenään, mutta ovat huonosti verkostoituneet muihin auttamisjärjestelmiin. (Timonen 2009.)

Side, joka yhdistää ihmisen yhteiskuntaan, on samalla myös side yhteiskunnalliseen normaaliuteen. Yhteiskunnallinen normaalius on se peruste, jolla ihmisten syrjäytymistä ja yhteiskunnallista osallisuutta arvioidaan. (Raunio 2004, 219.) Niin sanotun normaalin elämän luokitukset ja kriteerit syntyvät, vahvistuvat ja elävät omaa elämäänsä viranomaisten ammatillisissa yhteisöissä. Näiden yhteisöjen perimmäinen tarkoitus on ollut

yksilön auttaminen, mutta samalle ne kontrolloivat autettaviaan monenlaisten normien kautta, joiden tarkoituksena on sopeuttaa asiakkaat "normaaliin" elämään ja siihen kuului normeihin. Osittain tässä työssä onnistutaankin, ongelmaksi muodostuvat kuitenkin ne reunimmaisat, täysin normeista poikkeavat, kuten lainrikkijat. Heihin kohdistuu yhteiskunnan kontrolli - ja auttamismekanismien taholta sekä yhteiskunnan eristämisen että yhteiskuntaan palauttamisen tarkoitus.

Yhteiskuntaan palauttamisen tavoitteena ei aina ole pelkästään hyvää tarkoittava vaikutus syrjäytyneiden kannalta katsottuna. Usein "palauttamisella" tarkoitetaan ihmisen palauttamista rooleihin, ryhmiin ja paikkoihin, jotka eivät välttämättä vastaa heidän omia tarpeitaan. Tällöin voitaneen puhua pakkointegraatiosta, tilanteesta, jossa huonoreisemmat halutaan yhteiskunnan valtaa pitävien mekanismien avulla asettaa siihen asemaan, että heidän tulisi ottaa vastaan heille tarjottu rooli. Yhteistyöhaluttomat syrjäytyvät entisestään.

Vankilatausta on edelleen ilmeinen este ns. normaalipalvelujenkin piiriin pääsemiseen, erityispalveluista puhumattakaan. Usein lainrikkojien kohtaamia tilanteita voi luonnehtia poiskäännyttämisiksi. Karjalaisen ja Viljasen (2009) mukaan toimenpiteitä vankilasta vapautuvien moniin tuen tarpeisiin ei vakiinnu ilman erityistoimia ja lisärahoitusta.

4 SELVIYTYMINEN

4.1 Selviytymisprosessi

Tässä tutkimuksessa kuvaan rikos- ja päihdekierteestä irtipääsemistä pääasiassa selviytymis-käsitteellä, mutta kuvaan sitä myös käsitteillä toipuminen ja irtaantuminen, koska kirjallisuudessa kaikkia näitä käsitteitä käytetään yleisesti.

Selviytyminen käsitteenä löytyy jo Darwinin evoluutioteorioista ja psykoanalyysista. Lazarus ja Folkman (Purola 2000) määrittelevät selviytymisprosessin yksilön jatkuvasti muuttuvaksi kognitiiviseksi, toiminnalliseksi ja emotionaaliseksi pyrkimykseksi hallita, sietää tai vähentää sellaisia ulkoisia ja sisäisiä vaatimuksia, jotka arvioidaan rasittaviksi tai ylivoimaisiksi suhteessa yksilön voimavaroihin.

Selviytymisen käsite (coping) perustuu stressiteorioihin. Selviytymisteoriat käsittelevät sitä, kuinka yksilö pyrkii selviytymään stressistä ja välttämään sen vahingollisia seurauksia. Selviytyminen (coping) liittyy läheisesti stressin hallintaan. Selviytymispyrkimykset on nähty joko suhteellisen pysyvinä, yksilön persoonallisuudesta määräytyvinä toimintapyrkimyksinä tai tilannekontekstista riippuvaisina prosesseina. Prosessia korostavassa suuntauksessa yksilön ja ympäristön katsotaan olevan jatkuvasti muuttuvassa, dynaamisessa suhteessa toisiinsa. Selviytymispyrkimykset nähdään reaktioina tilanteen vaatimuksiin. Yksilöä korostavissa suuntauksissa selviytymispyrkimykset puolestaan ymmärretään ensisijassa yksilön ominaisuuksina ja niissä pyritään hahmottamaan tietyille yksilöille tyypilliset selviytymisstrategiat. (Purola 2000).

Selviytyminen on dynaaminen kognitiivinen prosessi, joka perustuu ihmisen arviointiin tilanteestaan sekä henkilökohtaisista resursseistaan, joiden avulla hän yrittää hallita stressiä aiheuttavaa tilannetta. Prosessi muuttuu ihmisen uusien tilanearviointien perusteella ja siinä voidaan nähdä peräkkäisiä vaiheita, jotka vaihtelevat yksilöllisesti. (Folkman & Lazarus 1980, Purolan 2000 mukaan).

Folkman kollegoineen (Purola 2000) on luokitellut selviytymiskeinot kahdeksaan luokkaan:

1. *Yhteenotto* (confrontive coping) liittyy aggressiivisiin pyrkimyksiin muuttaa tilannetta esimerkiksi taistelemalla asian puolesta tai saattamalla toinen henkilö havaitsemaan vastuullisuutensa. Siihen voi liittyä myös vihamielisyyden osoittamista tai riskinottoa.
2. *Etäännyttäminen* (distancing) kuvaa pyrkimyksiä irrottautua tapahtumasta jatkamalla kuin mitään ei olisi tapahtunutkaan tai yrittämällä unohtaa tapahtuma. Siihen liitetään myös tulevaisuuden näkymien luomista ja pyrkimyksiä nähdä asioiden valoisa puolet.
3. *Itsekontrolli* kuvaillaan pyrkimyksinä säädellä omia tunteita ja toimintaa. Siinä pyritään pitämään tunteet piilossa ja välttämään pikaisia toimia, joilla saattaisi olla negatiivisia seurauksia.
4. *Sosiaalisen tuen etsintä* sisältää niin tiedollisen, materiaalsen kuin emotionaalisenkin tuen hakemisen toisilta.
5. *Vastuullisuuden hyväksynnällä* tarkoitetaan sitä, että myönnetään oma osuus tapahtuneeseen ja mahdollisesti pyritään korjaamaan aiheutunut vahinko. Se sisältää niin oman toiminnan kritisoinnin, itsellä olevien ongelmien myöntämisen kuin anteeksi pyynnön ja päätöksen toimia jatkossa paremmin.
6. *Pakovälttäminen* (escape-avoidance) kuvaa pyrkimystä vähentää stressiä välttämällä negatiivisten ajatusten tai tilanteiden kohtaamista. Tähän liittyvät mm. perusteettomat toiveet tilanteiden korjautumisesta itseksensä, päihteiden käyttö sekä ihmisten vältteleminen.
7. *Suunnitelmallinen ongelmanratkaisu* kuvaa ongelmaan kohdistuneita toimenpiteitä, joiden avulla tilannetta pyritään muuttamaan. Tämä luokka sisältää sekä nämä käytännön toimenpiteet että ongelmanratkaisuun liittyvän suunnittelun ja tilanteen analysoinnin.
8. *Positiivinen uudelleenarviointi* ymmärretään pyrkimyksinä nähdä tilanteessa positiivista merkitystä, joka kohdistuu esimerkiksi persoonalliseen kasvuun ja kehittymiseen ihmisenä. Uudelleentulkinnalla voi olla myös uskonnollinen vivahde; tapauksen voidaan katsoa esimerkiksi vahvistaneen uskoa.

Selviytymiseen vaikuttavat ihmisen persoonallisuus sekä sosiaalinen ja fyysinen ympäristö. Ihmisen persoonallisuus sekä muut henkilökohtaiset ominaisuudet vaikuttavat siihen, millaisia voimavaroja hänellä on käytettävissään. Sosiaalinen ja fyysinen ympäristö voi olla joko selviytymisprosessia tukeva tai sitä vaikeuttava. Ympäristö käsittää yksilön ja hänen läheistensä väliset suhteet sekä ympäröivän yhteisön tuen. (Purola 2000).

Vapautuva päihdeongelmainen on monella tapaa uuden edessä. Häneltä usein puuttuu ympäröivän yhteisön tuki ja vanha kaveripiiri on jätetty taakse. Vankilasta vapautumisen jälkeen liittyminen yhteiskuntaan niin sanotuksi yhteiskuntakelpoiseksi kansalaiseksi onkin huomattavasti vaikeampaa kuin paluu entisiin porukoihin ja rikolliseen elämäntapaan. Tarvitaan paljon ponnisteluja ja päättäväisyyttä vapautujalta itseltään kuin myös paljon ulkopuolista tukea. Yhteiskunnan joustamattomuus velkojen järjestelyssä ja taloudellisen tilanteen vaikeus saattaa ohjata ihmiset epävirallisille työmarkkinoille. Eri-laisten harmaiden ja laittomien töiden tekemisestä voi tulla selviytymisstrategia. Luotokelpoisuusongelma tekee kaupungin tai kunnan vuokra-asunnon saamisen mahdottomaksi. Vankilasta vapautuvalle useimmiten viranomaisten yksittäisten päätösten kautta voitaisiin järjestää asunto, mutta sitä ei haluta tehdä määrättyjen byrokraattisten säännösten takia. Oman paikan löytäminen yhteiskunnassa voi olla ylivoimaisen vaikeaa, jos vapaus alkaa kadulla. (Timonen 2009)

Selviytyminen on yhteydessä yksilön psyykkisiin edellytyksiin sekä taloudellisiin ja sosiaalisiin mahdollisuuksiin. Sitä voidaan kuvata laadukkaana elämänä, joka koetaan onnistuneena ja tyydyttävänä. Selviytyminen on myös eheyttä, positiivista minäkäsitystä ja tyydyttäviä ihmissuhteita. Kasvu selviytymisen tuloksena voi ilmetä esimerkiksi elämäntilanteen jäsentämisenä, arvojen muuttamisena, erilaisuuden hyväksymisenä, asioiden uudelleen arviointina ja uusien toimintatapojen omaksumisena. Lisäksi selviytyminen voidaan nähdä vahvana koherenssin tunteena tai voimaantumisenä. (Purola 2000.)

Voimaantuminen, sisäinen voiman tunne (empowerment) merkitsee ihmisestä itsestä lähtevää prosessia, joka on yhteydessä ihmisen omaan haluun, omien päämäärien aset-

tamiseen, samoin luottamukseen omiin mahdollisuuksiin sekä näkemykseen itsestään ja omasta tehokkuudestaan. Voimaantunut ihminen on aktiivinen, luova ja vapaa toimija, joka asettaa jatkuvasti itselleen uusia päämääriä omassa elämänprosessissaan. Itseä ja omia mahdollisuuksia koskevat uskomukset rakentuvat pääosin sosiaalisessa kanssakäymisessä. Siten voimaantumiseen vaikuttavat toiset ihmiset, olosuhteet ja sosiaaliset rakenteet. (Siitonen 1999, 118–119.)

Kaikki selviytymisyritykset tähtäävät jollakin tavoin muutoksen kohtaamiseen ja sen hallintaan. Selviytyminen ei tarkoita elämän saamista täydelliseen järjestykseen, vaan taitoa vähentää ja lieventää sen kitkakohtia niin, että sopeutuminen uusiin asioihin ja tilanteisiin paranee. Selviytymisen edellyttävän tilanteen aiheuttamia vaatimuksia ei tule nähdäkään pelkästään kielteisinä, koska ne ovat elämälle ja kasvulle välttämättömiä. Kasvu edistää vaatimuksiin vastaamista. Onnistunut vaatimukseen vastaaminen parantaa kykyä selviytyä uusista haasteista. (Purola 2000.)

4.2 Selviytymiskeinot

Selviytymiskeinot voidaan jakaa Lazaruksen ja Folkmanin (Purola 2000) mukaan ongelma- ja tunnesuuntautuneisiin. Ongelmasuuntautuneiden keinojen avulla pyritään hallitsemaan ja muuttamaan stressaavaa tilannetta. Ongelmasuuntautuneita keinoja ovat sekä aggressiiviset että rationaaliset ja harkitsevat ongelmanratkaisuyritykset, kuten esimerkiksi kognitiivinen ongelmanratkaisu ja päätöksenteko, tiedon etsiminen, tavoitteiden asettaminen, itsehoito, sosiaalisen tuen hankkiminen ja vastuunotto. Sosiaalisen tuen hakeminen sisältää tiedollisen, emotionaalisen ja konkreettisen tuen hakemisen sekä läheisiltä että ammatti-ihmisiltä. Vastuunotto selviytymiskeinona merkitsee oman tilanteen tunnistamista ja toimimista uudessa tilanteessa. Ongelmien konkreettinen ratkaiseminen ja sen suunnitteleminen, miten edetä päivä kerrallaan edistävät selviytymistä. (Purola 2000.)

Tunnesuuntautuneiden selviytymiskeinojen avulla ihminen pyrkii tasapainoon käsittelemällä tilanteen aiheuttamia tunteita. Näitä ovat esimerkiksi tunteiden tiedos-

taminen, ilmaiseminen ja säätely sekä pyrkimys hallita päihteiden käytön aiheuttamia emotionaalisia seurauksia, asioiden tarkastelua uudesta näkökulmasta tai niiden merkityksen muuttamista ja etäännyttämistä. Myös tunteenpurkaukset, outo tai epäsoσιαalinen käyttäytyminen, vetäytyminen ihmissuhteista, kohtaloon uskominen, ratkaisuyrityksistä luopuminen, päiväunelmointi ja avusta kieltäytyminen sekä tilanteen kieltäminen ja toivominen saattavat olla selviytymiskeinoja, vaikka ne vaikuttavat tuntekontrollin pettämiseltä. (Lazarus ja Folkman 1984, Purolan 2000 mukaan.)

Ongelma- ja tunnesuuntautuneet selviytymiskeinot ovat usein käytössä samanaikaisesti ja ne täydentävät toisiaan. Vaikka selviytymiskeinot muuttuvat tilannearvion perusteella, voidaan joitakin niistä pitää toisia keinoja pysyvämpinä ja johdonmukaisempina selviytymisprosessissa. Uudelleen orientoituminen on suhteellisen pysyvä selviytymiskeino, mutta esimerkiksi sosiaalisen tuen hakeminen on riippuvainen sosiaalisesta verkostosta. Sosiaalisen verkoston kautta ihminen voi saada sosiaalista tukea, joka on luonteeltaan emotionaalista, tiedollista tai aineellista. Sosiaalisen tuen saatavuus riippuu yksilön kyvystä vastaanottaa tukea ja sosiaalisen verkoston mahdollisuuksista tarjota apua. (Purola 2000.)

Ihmisen selviytymistä voidaan tukea onnistumisten ja kyvykkyyden osoittamisen, tavoitteiden suuntaisen kehityksen sekä tavoitteiden jäsentämisen avulla. Myös päätösten ja valintojen tukeminen, itsestään huolehtimisen tukeminen sekä motivaation ja optimismin ylläpitäminen ovat keinoja, joiden avulla tuetaan ihmisen selviytymistä. Tukeminen merkitsee myös yksilön tukemista sellaisten tilanteiden ja olosuhteiden hakemisessa, jotka parantavat hänen toimintamahdollisuuksiaan ja vahvistavat subjektiutta. Tavoitteena on vähentää yksilön ongelmia ja lisätä elämänhallintaa niin, että hänen mahdollisuutensa jatkaa elämäntehtäviensä tai henkilökohtaisten projektiansa toteuttamista paranevat. (Purola 2000.)

Selviytyminen voidaan kuvata oppimisena ja kasvuna. Toiminnan myötä saadut positiiviset kokemukset lisäävät tunnetta tapahtumien hallittavuudesta, vahvistavat pysyvyysodotuksia sekä vähentävät pelon ja epävarmuuden tuntemuksia. Ihminen pystyy itse edistämään selviytymistään oppimalla uusia asioita ja tällöin myös muiden ihmisten

on mahdollista tukea oppimista. (Purola 2000.)

5 PÄIHDERIIPPUVUUS JA IDENTITEETTI

5.1 Riippuvuuden monet kasvot

Lapsuuden kehityskulkujen on todettu ennakoivan myöhemmän iän päihdeongelmia. Lapsuuden vaikeuksien vaikutus itsetuntoon voi johtaa haavoittuvuuteen psyykkisten ongelmien suhteen ja riskitason kasvuun esimerkiksi päihdeongelmaan nähden. Ongelmakäyttäytyminen heijastelee vaikeuksia sosiaalisten roolien muodostamisessa. Antisosiaalinen kehitys on kumuloituvaa luonteeltaan ja negatiiviset kehityskulut seuraavat toisiaan. Yksilö voi mahdollisuuksien sulkeutuessa edessään suuntautua kohti vaihtoehtoisia pätemisen muotoja, joilla pyritään rakentamaan omaa identiteettiä. Negatiivinen käännekohta johtaa mahdollisuuksien kaventumiseen, ympäristöolosuhteiden muuttumiseen epäedullisiksi, negatiivisten ketjureaktioiden käynnistymiseen ja yksilön sisäisten voimavarojen heikkenemiseen. (Kuusisto 2010, 34.)

Myös syrjäytymisen ongelmavyöhytiin liittyvät usein riippuvuudet ja riippuvuudet lisäävät ennestään syrjäytymiskehitystä, vaikka niillä voidaan nähdä olevan myös tietyllä tapaa yksilön sisäistä tasapainoa ylläpitävä tehtävä. Addiktiot voivat toimia selviytymisstrategioina vaikeissa joko ulkoisissa elämäntilanteissa tai vasteena sisäiseen stressitilaan ja niiden voidaan nähdä palvelevan pohjimmiltaan yksilön selviytymistä. William Miller (1998, 163–172) pitää erilaisten riippuvuuksien kehittymistä ihmiselle ominaisena kehityskulkuna. Päihdeongelman muodostumisessa merkittävässä asemassa ovat monenlaiset tekijät, altistavina tekijöinä ovat ainakin osassa päihdeongelmia perinnölliset syyt, mutta merkitystä on myös sosiaalisella, kulttuurisella ja normatiivisella kontekstilla, jossa yksilö elää. Riippuvuuden kehittyminen näyttäytyy nykytutkimuksen valossa vastauksena tunne-elämän säätelyyn. Päihteidenkäytön merkitys on pitkälti kognitiivisessa säätelyssä. Päihdeongelman taustalta voidaan löytää puutteita psyykkisessä itsesäätelyssä, jota päihdeongelmainen on lähtenyt paikkaamaan keinotekoisesti päihteillä. Alussa päihteidenkäyttö pysyy hallinnassa ja tuo illuusion positiivisista vaikutuksista, vaikka todellisuudessa se kehittyy vähitellen riippuvuudeksi. (Kuusisto 2010, 34.)

Kaikki addiktiivinen käyttäytyminen voi kehittyä kierteenomaiseksi ja itseään ruokkivaksi ansaksi. Negatiivisissa tunnetiloissa yksilö pyrkii luonnostaan helppoa ratkaisua kohti, mikä mahdollistaa päihderiippuvuuden synnyn. Nopea itsesääätely johtaa kuitenkin pitkällä aikavälillä negatiivisten tunnetilojen voimistumiseen ja pyrkimykseen vastata tunnetilan muutokseen jälleen päihdekäytöllä (Kuusisto 2010, 35.)

Päihderiippuvuudessa on kyse moniulotteisesta problematiikasta. Nykypäivänä suurin osa hoito- ja kuntoutusmalleista perustuu päihdeongelman määrittelyyn fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena ongelmana. Lääketieteen osuus ongelman määrittäjänä on korostunut ja riippuvuus diagnosoidaan tänä päivänä sairautena. Lääketieteellisesti painottuneessa riippuvuustulkinnassa on vaarana se riippuvuudesta irtaantumisessa oleellinen asia, että kriittisin kohta irtaantumisessa ei ole päihteistä irti pääseminen vaan niistä irti pysyminen. (Ruisniemi 2006, 19-20.)

Päihdeongelma voi painottua eri ihmisillä eri osa-alueisiin ja on tärkeää hahmottaa kokonaisnäkemys ihmisen elämäntilanteesta ja hänen omasta käsityksestään ongelmanratkaisuun. Aina ihminen ei tarvitse ammatillista apua elämäntilanteensa muuttamiseen ja toisinaan jokin pieni asia saa muutoksen käyntiin. (Ruisniemi 2006, 20.)

Päihderiippuvuus vaikuttaa ihmisen kokemukseen itsestään psyykkisenä, fyysisenä ja sosiaalisena olentona. Negatiiviset seuraukset ovat erilaisia eri ihmisten kohdalla. Pitkään jatkunut päihteidenkäyttö aiheuttaa vaikeuksia monilla elämän osa-alueilla: terveys, sosiaaliset suhteet, psyykkinen hyvinvointi ja henkisen elämän kapeutuminen. Riippuvuus aiheuttaa oman subjektiivisuuden osittaista menettämistä päihteelle. Päihteet alkavat määrittää toimintaa elämässä. (Ruisniemi 2006, 20.)

Rikollisuus ja päihteiden käyttö olivat toisiinsa kietoutuneita ja toisiaan ruokkivia. Päihteiden käytön lisääntyessä rikollinen toiminta kehittyy ja saa uusia muotoja. Yleinen kehityskulku on sellainen, että alkoholista siirrytään mietoihin huumeisiin. Seuraava vaihe ovat kovat huumeet, joista amfetamiini on yleisin. Tutkimuksissa on todettu koviin huumeiden käytön aloittamisen 16–20-vuoden iässä vaikuttavan siihen, että rikos-

käyttäytyminen ja muut sosiaaliset ongelmat muuttuvat pysyvämmiksi ja koko elämää hallitseviksi. Päihteiden ongelmakäyttö toimii tekijänä, joka osaltaan lisää rikosaktiivisuutta. (Kivivuori & Linderborg 2009, 74–75.)

5.2 Identiteetti, itsetunto ja riippuvuus

Identiteetti käsitteenä on määritelty monella tavalla. Minää koskevassa psykologisessa keskustelussa käytetään monia eri käsitteitä, joiden merkitys vaihtelee ja jotka käsitteinä ovat osaksi päällekkäisiä. Minäkuva, identiteetti, persoonallisuus, minä, itse, minuus, sosiaalinen ja persoonallinen identiteetti ja minäkäsitys ovat eniten käytettyjä käsitteitä. (Ruisniemi 2006, 57.)

Osalle päihderiippuvaisista ihmisistä päihteet ja addiktiivinen käyttäytyminen ovat nivoutuneet heidän minäkäsitykseensä ja selviytymistä koskeviin uskomuksiinsa. Päih-teistä luopuminen edellyttää suurta "identiteettiprojektia". Minuutta joudutaan alkaa rakentamaan uudelleen. Riippuvuudesta vapaan identiteetin omaksuminen voi tapahtua palaamalla johonkin aikaisempaan olemisen malliin, ottamalla käyttöön sellaisia puolia minuudesta, jotka ovat syrjäytyneet riippuvuuden myötä tai rakentamalla kokonaan uutta minuutta. Uuden minuuden rakentaminen on välttämätöntä ihmisille, jotka ovat ajautuneet jo varhain ulos normaaleista sosiaalisista suhteista tai sellaisille, joiden aikaisemmat olemisen mallit olivat epätydyttäviä. (Koski-Jännes 1998, 171–172.)

Riippuvuuskäyttäytymisen muutokseen liittyy useissa tapauksissa jonkinlainen identiteetikriisi. Ihminen havahtuu siihen, ettei olekaan sellainen henkilö, joka hän haluaisi olla tai joksi hän kuvittelee itsensä. Selviytyäkseen kriisistä ihminen joutuu ottamaan kantaa siihen, missä määrin hän toimii arvojensa mukaisesti. Ensimmäinen reaktio on usein muodoltaan negaatio: Tällainen en halua olla. Törmäys todellisuuteen käynnistää prosessin, jonka tuloksena ihmiselle muodostuu uudenlainen, ongelmasta selviytyneen ihmisen identiteetti. Vaikka kriisiä ei esiintyisikään, addiktiivisesta käyttäytymisestä luopuminen edellyttää jonkinasteista identiteettityötä ja uuden riippuvuudesta vapaan minäkäsityksen luomista ja julkistamista. (Koski-Jännes 1998, 172–173.)

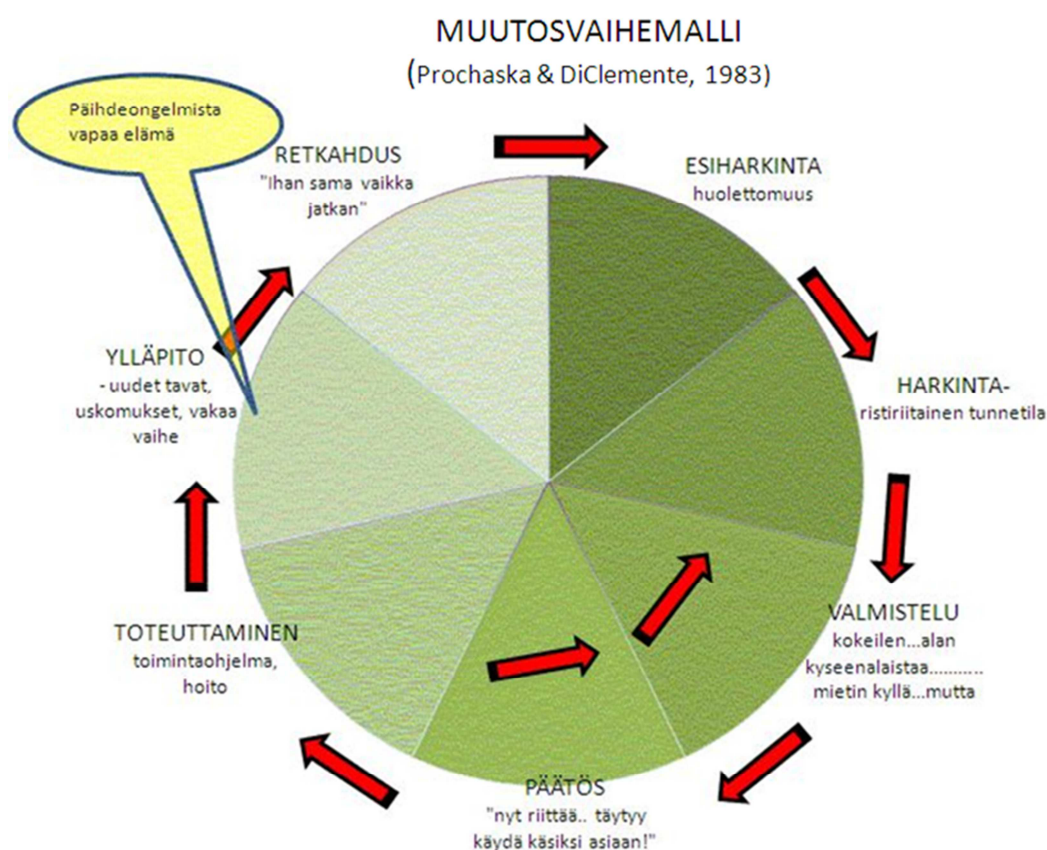
Hyvällä itsetunnolla tarkoitetaan yksilön positiivista käsitystä itsestään ja kokemustaan merkityksellisyydestään ja elämänsä tarkoituksenmukaisuudesta. Ihmisillä on taipumus pyrkiä toimimaan tavoilla, jotka vahvistavat itsetuntoa. Itsetuntoa saattaa vahvistaa esimerkiksi se, että kokee hallitsevansa jonkin osaamisalueen hyvin tai että suoriutuu jonkun tehtävän tekemisestä itsenäisesti, vaikka sen tekeminen tuntui alussa mahdottomalta. Monella päihderiippuvuudella itsetunto saattaa olla huono. Tämä tarkoittaa esimerkiksi ihmisen kielteistä käsitystä itsestään ja omista vaikutusmahdollisuuksistaan. Ihmiset vahvistavat itsetuntoaan eri tavoilla. Jotkut tavat saattavat olla itselle tai muille ihmisille haitallisia tai sosiaalisesti ei-hyväksytyjä, kuten esimerkiksi huumeiden käyttö. (Nurminen 2012, 107.)

6 MUUTOKSEN VAIHEET

Amerikkalaiset tutkijat James Prochaska ja Carlo DiClemente käynnistivät 1980-luvun alussa tutkimusprojektin, jossa analysoitiin muutoksen vaiheita itsehallinnan lisäämisessä tai addiktiivisen käyttäytymisen lopettamisessa. Muutos tapahtuu tutkijoiden mukaan monen vaiheen kautta. Aina muutos ei etene lineaarisesti. Tutkijat ehdottavat lineaarisuuden sijaan "pyöröovimallia". Oletetaan, että yksilöt saattavat toistaa samoja vaiheita ennen kuin saavuttavat pitkän tähtäimen tavoitteensa. Kyse ei ole systemaattisesta siirtymisestä vaiheesta toiseen vaan poukkoilusta ei vaiheiden välillä. Prochaskan ja DiClementen muutosvaihemallista on tullut laajasti käytetty työkalu muutoksen ymmärtämiseksi. Prochaskan ja DiClementen malli rakentuu empiiristen tutkimusten pohjalta ja suuntautuu tutkimuskysymykseen siitä, miten ihmiset muuttuvat. Mallissa tarkastellaan riippuvuuksista toipumista esiharkinnan, harkinnan, valmistelun, päätöksen, toiminnan ja ylläpidon kautta. Muutos syntyy jonkin asian sysäessä päihdeongelmaista seuraavalle tasolle. Mallin mukaan samat vaiheet koskettavat ihmistä tapahtui hänen toipumisensa minkä tahansa hoitomuodon tai spontaanin toipumisen kautta tai oli riippuvuuden syynä sitten tupakka, ruoka tai päihteet. Tosin yleistettävyyden suhteen erilaisten riippuvuuksien välillä on noussut myös kriittistä keskustelua. Puhutaan siis varsin yleisestä toipumisen teoriasta ja samankaltaisia vaiheita on tuotu esiin myös muussa toipumisen prosessien tutkimuksessa. (Prochaska ym. 1992, 1102–1104 Kuusiston 2010, 36 mukaan).

Päihteidenkäyttäjä kohtaa ongelmakäytön aikana tapahtumia, jotka virittävät muutosta. Ihminen ei ole ainoastaan tarpeitaan passiivisesti toteuttava, vaan aktiivisesti tavoitteisiin suuntautuva toimija, jonka motivaatiotilaan ulkoisilla tekijöillä ja muilla ihmisillä on merkittävä vaikutus. Erilaiset sosiaaliset, psyykkiset, biologiset ja ympäristöön liittyvät asiat vaikuttavat yksilön tarpeisiin ja sitä kautta addiktiiviseen käyttäytymiseen. Nämä muutokset koetaan sekä yksilöllisesti että tilanteisesti. Motivaatio ei pysy elämän kuluessa stabiilina, vaan muuttuu saaden uusia merkityksiä ja auttaen asettamaan uusia tavoitteita. Yksilöllinen kokemus ratkaisee muodostuuko tietty tapahtuma tietyllä hetkellä käännekohdaksi ihmisen päihteidenkäytössä. Ta-

voitteita kohti suuntautuminen on ihmiselle olennainen osa elämää, mutta tavoitteiden kohde vaihtelee tilanteen mukaan. Tavoitteiden rakentamisessa hyvin tärkeitä ovat maailmankuva ja minäkuva, joiden kautta ihminen määrittelee suhteensa ympäristöön ja asettaa lähtökohdat sille, mitä haluaa saavuttaa. Näin syntyy tarve säilyttää elämänsä totutun kaltaisena tai vaihtoehtoisesti motivaatio perustaksi muutokselle. Niin kauan kun päihteidenkäyttöä puoltavat motiivit painavat enemmän vaakakupissa, on muutos erityisen vaikea. Motivaation puute vaikuttaa negatiivisimmillaan olosuhteiden vangiksi jäämiseen ja kykenemättömyyteen muuttaa negatiivisia kehityskulkuja. Vasta kun päihteidenkäyttö ja koetut negatiiviset seuraukset nousevat hyötyjen rinnalle tai ohi, toipuminen nousee vaihtoehdoksi päihteidenkäytön jatkamiselle. (Kuusisto 2010, 36.)



KUVIO 1. Transteoreettinen muutosmalli

6.1 Esiharkinta-, harkinta- ja valmisteluvaiheet

Prochaskan ym. (1992) muutosvaihemallin mukaisessa esiharkintavaiheessa päihteidenkäyttäjä ei aio muuttaa riippuvuuskäyttäytymistään. Elämää leimaa tiedostamattomuus ongelmasta. Painostus käytön lopettamiseen tulee läheisten taholta ja tässä vaiheessa päihdeongelmainen voi jopa näyttellä muutosta, mutta tilaisuuden tullen palaa riippuvuuskäyttäytymiseen takaisin. Harkintavaihe avaa silmät kohtaamaan ongelman, mutta ominaista on edelleen ambivalenssi, epävarmuus, jossa päihteiden käytön ja raittiuden edut ja haitat punnitaan. Harkintavaihe sisältää tavallaan elementtejä, jossa toipuminen näyttäytyy päätöksentekoprosessina, joka käynnistyy toiveiden ja vallitsevan tilanteen ristiriidasta. Merkinä ongelman tietoisuuden vähittäisestä nousemisesta voidaan pitää epäonnistuneita raitistumisyrityksiä. Korkea stressitaso ongelmakäytön aikana lienee syynä tietoisuuden kasvulle sille asteelle, että muutosta aletaan tosissaan harkita. Harkinnan syntymiseen vaaditaan useita vaikuttavia tekijöitä. Ajatukset pyörivät muutoksessa, mutta muutokseen ei sitouduta toiminnan tasolla. Haittojen ja hyötyjen pohtiminen voi avata tien muutoksen valmisteluvaiheeseen siirtymiselle. Aikomus muuttaa riippuvuuskäyttäytymistä muuttuu valmisteluvaiheeksi, kun siihen liittyy vahvana myös käyttäytymisen muutoksia. Tässä vaiheessa yritetään vähentää päihdekäyttöä, mutta abstinenssiin ei ylltetä. Valmistautumisvaiheessa henkilön sisäinen ristiriita on ratkeamassa siten, että entisenlaisen käyttäytymisen haitalliset vaikutukset nähdään myönteisiä vaikutuksia merkityksellisimpinä – henkilö kokee olevansa valmis muutokseen. Tässä vaiheessa tehdään siis suunnitelmaa siitä, miten muutos toteutetaan, ja sitoudutaan muutokseen. Samalla henkilö arvioi myös omaa kykyään muuttua, ja sitä, tarvitseeko hän siihen apua vai selviääkö yksin. Päihteiden käyttö jatkuu vielä, mutta siitä aiotaan luopua pian. (Kuusisto 2010, 36–37.)

6.2 Päätös-, toiminta- ja ylläpitovaiheet

Päätösvaihe on lyhyt, siinä tehdään päätös lopettamisesta. Toimintavaiheessa aletaan toteuttaa valmisteluvaiheessa mietittyä strategiaa. Henkilöt muuttavat käyttäytymistään, ja tekevät samalla suuria elämäntapamuutoksia. Tässä vaiheessa esiintyy vieroitusoirei-

den lisäksi muita ongelmallisia tilanteita, kun ihminen saattaa joutua luopumaan vaikkapa koko entisestä ystäväpiiristään. Käyttäytyminen, kokemus ja ympäristö ovat aktiivisen muutoksen kohteena toimintavaiheessa. Vaihe on ulkopuolisille tunnistettavin ja päihdeongelmainen saa tässä vaiheessa todennäköisimmin tunnustusta ulkopuolisilta, jotka näkevät muutoksen virinnee. Toimintavaihe kestää yleensä 3-6 kk, jonka jälkeen siirrytään ylläpitovaiheeseen. Siinä vaiheessa henkilö pyrkii siis ylläpitämään saavutettua muutosta ja ehkäisemään retkahduksia. Ylläpitovaiheessa opetellaan edelleen tunnistamaan niitä vaaratilanteita, joihin liittyy retkahtamisvaara. Käyttöön palaaminen eli retkahtaminen on yleistä ja sen voidaan katsoa kuuluvan prosessiin. Retkahtamisia on hyödyllistä tarkastella osana oppimisprosessia, jolloin niihin johtavia tekijöitä käydään läpi, jotta niihin tulevaisuudessa osataan varautua paremmin. Saattaa esimerkiksi olla, että tavoitteet on asetettu epärealistisiksi, jolloin niitä on hyvä muuttaa. Päihteiden käytön uusiutumista ja paluuta varhaisempaan muutosprosessin vaiheeseen ei pitäisi tulkita epäonnistumisena eikä kyseessä tarvitse olla tuhoisa tai pitkään jatkuva tilanne. Oireiden uusiutuminen ei välttämättä tarkoita sitä, että asiakas on hylännyt tai jättänyt taakseen muutostavoitteensa. (Kuusisto 2010, 38.)

Muutos voidaan nähdä kehänä, jossa edetään vaiheesta toiseen useitakin kertoja oppien joka kerralla lisää itsestä ja parhaasta tavasta hallita muutosprosessia. Joskus saatetaan päästä kipuamaan vain osa vaiheista, kunnes retkahdus tapahtuu. Kuusiston (2010, 38) mukaan Prochaska kumppaneineen (1992, 1104–1105) toteaa muutoksen olevan mahdollinen myös lineaarisena suorana, mutta pitää sitä harvinaisena.

Tupakoitsijoiden on havaittu kiertävän muutoksen kehää keskimäärin kolmesta neljään kertaa ennen pysyvää pitkäaikaista muutosta. Muutoksessa onnistumista on todettu enakoivan se muutosvalmiuden taso, jolla tutkittava ennen hoitoa on. Valmisteluvaiheessa olevat onnistuvat riippuvuutensa muuttamisessa paremmin. (Prochaska ym. 1992, 1104–1106, Kuusiston 2010, 38 mukaan.)

Suurin kritiikki Prochaskan ja DiClementen (1992) muutosvaihemallia kohtaan on koskenut muutosprosessin vaihteellisuutta ja säännönmukaista rakentumista, minkä vuoksi sitä ei ole nähty todellisena vaihemallina, jossa kehitys rakentuu edellisten vaiheiden

muodostamalle perustalle. Pysyvän muutoksen syntyminen edellyttää itseä koskevien perususkomusten muuttumista, jota kautta sitoutuminen muutokseen tapahtuu. Riippuvainen itse on tärkein tekijä muutokseen. Näkemys ei ole linjassa 12 askeleen filosofian ja siihen perustuvien hoito-ohjelmien kanssa. Päihdehoito puoltaa omaa paikkaansa ja se voi toimia merkittävänä apuna päihdeongelman voittamisessa. (Kuusisto 2010, 39.)

Tässä opinnäytetyössä tarkastelen haastateltavien elämänkulkua ja päihde- ja rikoskierteestä irtautumista päätös-, toiminta- ja ylläpitovaiheiden aikana.

7 AINEISTON ANALYSOINTI JA TULKINTA

7.1 Narratiivinen analyysi ja tulkinta

Aineistoa aloitin analysoimaan aluksi aineistolähtöisesti, jonka jälkeen hyödynsin analyysissä muutosvaihemallia, joka ohjasi rakennettuja tulkintoja. Analyysini on teoriaohjautunutta. Muutosprosessia lähdin analyysin jatkuessa lähestymään teoreettisesti Prochaskan ja DiClementen (1992) muutosvaihemallin kautta. Malli toimi työssäni lähestymistapana muutokseen, siihen että yksilö ylipäänsä läpikäy erilaisia vaiheita toipumissaan ongelmallisesta päihdekäytöstä. Mallin oikeellisuus ja malli sinänsä ei ole ollut analyysin alussa kiinnostukseni kohteena. Sen tarkoitus on pikemminkin toimia toipumisprosessin kuvauksenrunkona. Toki peilaan käyttökaarta malliin, onhan se yksi huomiota saaneimmistaja kiistatta merkittävimmistä toipumisen teorioista, jolla on tieteen kentällä myös omat haastajansa (ks. myös Kuusisto 2010, 107–108.)

Sisällönanalyysi voidaan ymmärtää joko yksittäiseksi metodiksi tai se voidaan nähdä teoreettisena kehyksenä, jolloin sitä voidaan käyttää erilaisissa analyysimetoodeissa. Tässä tutkimuksessa käytän sisällönanalyysiä yksittäisenä analyysimenetelmänä. Sisällönanalyysin avulla järjestän aineiston johtopäätösten ja tulkintojen tekoja varten. Pyrin kuvaamaan aineistoa tiiviisti, selkeästi ja sanallisessa muodossa kadottamatta sen sisältämää informaatiota. Analyysi ei kuitenkaan jää kuvailun tasolle, vaan etenee sisällönanalyysin myötä tehtyjen teemojen kautta johtopäätöksiin ja tulkintoihin. Fenomenologiseen lähestymistapaan perustuva aineiston analysointi on eräänlaista kvalitatiivista sisällön erittelyä, jossa tutkimuksen tarkoitus ja aineisto ohjaavat analyysin kulkua. Aineistoa analysoitaessa tutkija ja aineisto ovat keskenään "dynaamisessa vuorovaikutuksessa", jolloin tutkimustulokset syntyvät empiirisestä aineistosta tutkijan reflektiivisen ajatustyön tuotteena. Sisällönanalyysi on kaiken kvalitatiivisen tutkimuksen perusmenetelmä. Sisällönanalyysissä tutkijan herkkyyys korvaa muodolliset säännöt ja tutkija löytää aineistosta teemoja oman ymmärryksensä avulla. Analyysin tavoitteena on rakentaa systemaattinen, kattava ja tiivistetty kuvaus tutkittavasta ilmiöstä.

Narratiivinen analyysimenetelmä määreytyy tutkittavan ilmiön, tutkimuskohteen, tutkimusongelman ja tutkimuksen käytännön toteuttamisen mukaan. Narratiivisen aineiston analyysitapa voi olla vapaamuotoinen, mutta on olemassa myös tarkkoja analyysimenetelmiä. Narratiivisen tutkimuksen taustalla on ajatus siitä, että tarinoiden kertominen on yksi tapa, jolla ihmiset rakentavat ja ilmaisevat merkitystä. Narratiivinen analyysi antaa välineen tämän henkilökohtaisen kokemuksen tutkimiseen. Analyysissä on keskeistä aineistolähtöisyys. Tehtävänä on selvittää miten ja miksi tietty lopputulos tapahtui. Tarinoiden avulla yritetään ymmärtää ihmisen valintoja hänen toimiessaan sosiaalisessa maailmassa. Psykologisesti painottuneessa narratiivisessa tutkimuksessa narratiivista analyysia pidetään ikkunan avauksena mieleen. Tällöin analysoidaan ihmisen sisäistä tarinaa. Narratiivisessa analyysissa tarinoita voi lähestyä eri näkökulmista. Tarinoiden avulla voidaan tutkia niiden rakenteita, jolloin tarinan juonen tavoittaminen nousee tärkeäksi tarinan rakenteen hahmottamisessa. Sisällön rakentumista ajatellen tärkeitä ovat tarinan teemat ja niiden suhteet. (Timonen 2009, 45, 46.)

Olen itse pyrkinyt tavoittamaan tarinan juonen ja säilyttämään kertojan äänen. Keskeistä on ollut tunnistaa tarinoiden kulun eteneminen, selviytymistarinan eri vaiheet, muutoksen eri vaiheet sekä haastateltavien identiteetin muodostumisen selviytymisprosessin kuluessa.

7.2 Haastattelujen kulku

Kuusi ihmistä kertoi minulle selviytymistarinansa. Sain kuitenkin litteroitua niistä vain viisi, koska yhden haastattelun äänitys oli siinä määrin epäonnistunut etten kyennyt saamaan siitä riittävän hyvin selvää. Haastattelut tapahtuivat vuosina 2010 ja 2011. Haastattelut kestivät 50 minuutista puoleentoista tuntiin. Ne tapahtuivat haastateltavien kotona tai työpaikallani. Litteroitua aineistoa kertyi 76 sivua. Haastateltavien vankilasta vapautumisesta oli kahdesta kuuteen vuotta. Vankilavuosia heillä oli kertynyt viidestä seitsemään vuoteen. Vankilakertaisuuksia oli neljästä yhdeksään kertaan. Kyse oli siis moninkertaisista rikoksenuusijoista, niin kutsutuista urautuneista vangeista. (ks. esim. Kivivuori & Linderborg 2009.) Kaikilla oli taustallaan jo hyvin nuorena alkanut päih-

teiden sekakäyttöhistoria sekä useita aikaisempia yrityksiä irrottautua päihteidenkäytöstä. Iältään haastateltavat olivat 29 vuodesta 45 vuoteen. Jotta tulkinnasta saisi luettavamman, kerron selviytyjistä nimillä Antti, Jani, Ville, Sami ja Osku.

Haastateltaviin olin ottanut yhteyttä yhteyshenkilöni kautta, jolta olin saanut haastateltavien yhteystiedot. Sopiessani puhelimitse haastatteluaikaa kerroin tutkimukseni tavoitteista ja haluavani kuulla heidän selviytymistarinansa. Itse haastattelutilanteessa aiheeseen eteneminen oli melko nopeaa. Kuulumisten vaihdon jälkeen laitoin nauhurin nauhoittamaan. Taustatietojen selvittämisen jälkeen pyysin haastateltavia kertomaan vapaamuotoisesti oman selviytymistarinansa. Lähes kaikki aloittivat tarinansa kertomisen vaiheesta, jolloin kokivat olleensa siinä pisteessä elämässään, että muutos oli ainoa vaihtoehto. Kaksi haastateltavaa aloiti tarinansa hiukan kauempaa – toinen sieltä, kun päihteidenkäyttö ja rikollisuus olivat astuneet mukaan elämään ja toinen sieltä, kun rikosten tekeminen ja päihteidenkäyttö oli arkipäiväistä rutiinia.

Olen käyttänyt suoria lainauksia raportissa niin paljon kuin mahdollista on, ettei haastateltavia kuitenkaan voida tunnistaa niistä. Luotettavuuden kannalta on tärkeää kyetä osoittamaan yhteys aineiston ja tuloksen välillä.

Aineiston perusteella jaoin analyysini kolmeen muutoksen vaiheeseen: Päätös-, toiminta- ja ylläpitovaiheisiin. Huomasin, että näihin kolmeen vaiheeseen sekä selviytymiseen liittyi vahvasti teemat identiteetti ja itsetunto sekä sosiaaliset suhteet. Itsetunto käsittää haastateltavien kuvaukset ajatuksistaan itsestään, omasta toiminnastaan, sosiaalisiin suhteisiin kuuluvat sekä lähisuhteet, vertaistuki että ammattiauttajat. Teemojen identiteetti, itsetunto ja sosiaaliset sidokset alle kuuluu eri muutoksen vaiheissa erilaisia asioita. Haastateltavistani neljä oli käynyt Kiskohoidon ensimmäisen, toisen ja kolmannen vaiheen, joten Kiskohoidon merkitys korostuu eikä se voi olla vaikuttamatta siihen, että neljän haastateltavan selviytymistarinoista löytyy paljon yhtenäisyyksiä. Jokaisen ihmisen tarina on kuitenkin yksilöllinen ja hänen omansa ja jokainen on kokenut selviytymisensä eri tavoin. Kuitenkin oli kyse sitten spontaanisti toipuneesta tai hoidon kautta selviytyneestä, olivat teemat – identiteetti ja itsetunto sekä sosiaaliset sidokset kaikkien tarinoiden sisällä punaisena lankana.

7.3 Opinnäytetyön eettisyydestä

Pirkko-Liisa Rauhala ja Elina Virokannas (2011, 235-255) ovat pohtineet sosiaalityön tutkimuseettisiä kysymyksiä. Heidän mukaansa sosiaalityön tutkimuksen laatua arvioitaessa tutkimusetiikkaa voidaan pitää tutkimusalan ja aiheiden perusteella erityisen merkittävänä. Rauhalan ja Virokannaksen (2011, 237) mukaan Denzin ja Giardina (2007) määrittelevät kaksi koulukuntaa, joissa tutkimusetiikkaa lähestytään eri tavoin. Biolääketieteellinen koulukunta painottaa tutkittavien autonomiaa, tutkimuksen hyödyllisyyttä, hyvälaatuisuutta ja oikeudenmukaisuutta. Tutkittavien yksityisyyttä tulee suojella, osallistuminen on luottamuksellista ja tutkijan pitää tuottaa luotettavaa ja empiirisesti validia tietoa. Feministis-yhteisöllinen koulukunta painottaa yhteisön moraalia ja arvoja, kuten huolenpitoa, jaettua hallitsemista ja ystävällisyyttä tutkimuksen teon ohjaavina periaatteina. Vastavuoroinen välittäminen ja ymmärrys tutkijan ja tutkittavien välillä syntyvät emotionaalisella tasolla. Sosiaalityön tutkimuksen hyveenä korostetaan sitä, että eettisesti kestävä sosiaalityön tutkimus ei vain välttä vahingon aiheuttamista vaan pyrkii olemaan hyödyllistä ja rakentavaa tutkimukseen osallistuville ihmisille. (Rauhala & Virokannas 2011, 238.)

Tutkijan käytöksellä ja vuorovaikutustaidoilla on suuri merkitys sille, kuinka haastateltava kokee tilanteen. Opinnäytetyössäni tehdessäni haastatteluja pyrin luomaan haastattelutilanteesta mahdollisimman rennon, jotta avoin keskustelu olisi mahdollista. Kun haastateltavat kertoivat selviytymistarinaansa pyrin kuitenkin olemaan itse äänessä mahdollisimman vähän, esitin vain tarkentavia kysymyksiä sekä ohjasin tarinan suuntaa välillä eteenpäin. Haastattelut tapahtuivat haastateltavien kotona (3) tai työpaikallani (2). Siinä, kumpi vaihtoehto olisi ollut parempi, en huomannut eroa. Kaikki haastateltavat kertoivat selviytymistarinansa avoimesti, pohtien ja ehkä samalla oivaltaen jotain uutta omasta selviytymisestään. Koin onnistuneeni haastatteluissa ja ne sujuivat minusta luontevasti, minkä uskon johtuvan työkokemuksestani ja tottumuksestani kuunnella ihmisiä. Haastateltavani kokivat selviytymistarinansa kertomisen mielekkäänä ennen kaikkea siksi, että toivoivat oman selviytymistarinansa kertomisesta olevan hyötyä muille muutoksen kourissa kamppaileville. He olivat ylpeitä omasta selviytymisestään ja moni olisi valmis kertomaan siitä laajemmallekin kuulijakunnalle. Omissa haaveissa-

ni toivon, että jonain päivänä selviytymistarinoista voisi koota kirjasen, jota voisi jakaa esimerkiksi vangeille. Uskon selviytymistarinoiden luovan uskoa ja toivoa vaikeissa elämäntilanteissa kamppaileville.

Tietysti olen saavuttanut ja ymmärtänyt tarinoista vain hyvin pienen osan ja kiinnittänyt huomioni vain siihen, mitä olen pitänyt kiintoisana, mitä olen kyennyt jossain määrin ymmärtämään ja halunnut myös muille välittää. Aineistoa analysoidessani ajattelin usein, että en kykene ilmaisemaan näitä tarinoita niin kuin pitäisi, tuntui, että niin paljon tärkeää jäi aineistosta havaitsematta tai ymmärtämättä.

8 SELVIITYSMISTARINAT PÄHKINÄNKUORESSA

Tässä osiossa kerron lyhyesti kunkin selviytyjän tarinan taustoista pääpiirteissään. Olen häivyttänyt tarinoista sellaiset tekijät, jotka saattavat lisätä tunnistettavuutta. En mainitse yksittäisen vankilan nimeä enkä paikkakuntia. Poikkeuksena tähän on Kiskohoidon yksiköt Keravan vankilassa, entisessä Seutulan avovankilassa sekä Kiskonhoidon jatko-hoitoyksikkö Helsingissä.

8.1 Antti – hyväksynnän hakemista

Antti on 35-vuotias mies. Huumeet, rikokset ja vankilat ovat tulleet tutuiksi nuoresta alkaen. Antilla on perinteinen perhetausta, mutta hän kertoo ankarasta kurista ja kapi-noinnistaan sitä vastaan. Antti kuvaa tarinassaan, kuinka hän on aina hakenut hyväksyntää kaveripiirissään. Juuri tuon hyväksynnän hakemisen hän sanoo olleen osa syynä päihteidenkäytön aloittamiseen. Hän teki aina vähän enemmän kuin muut, hän joi alkoholia enemmän kuin muut, hän käytti kovempia huumeita kuin muut ja hän teki pahempia rikoksia kuin muut. Tällä hän haki asemaa ja hyväksyntää kavereidensa keskuudessa. Huumeriippuvuus syntyi nopeasti. Antti käytti pääpäihteenään heroïinia. Lyhyitä päihteettömiä jaksoja Antilla oli vain vankeusaikoina. Hän kuvaa elämäänsä huume-koukussa, miten yksinäistä se oli kaikista ympärillä olevista ihmisistä huolimatta ja kuinka nopeasti kaikkeen kyllästyi ja väsyi, mutta myös, kuinka vaikeaa oli ajatella-kaan, että elämässä olisi jotain muuta mahdollisuutta.

Antti: Mä oon eläny ihan omaa elämääni, minä ja mun narkkarikaverit. On se ihan oma rotunsa jos sä vedät huumeita, kyllä siinä voi puhuu syrjäyty-misestä. Oon ollu omissa kuvioissa jos ajatellaan yhteiskunnan normaaleja ihmisiä.

Antti oli syrjäytynyt opiskelu- ja työelämästä, kaikista ”normaalielämään” kuuluvista tukipilareista, myös välit perheeseen olivat katkenneet. Antti kuvaa, kuinka hänen päih-teidenkäyttönsä oli lopulta jo hyvin itsetuhoista. Antin päätös lopettaa päihteidenkäyttö

syntyi viimeisen vankeusrangaistuksen aikana. Hän hakeutui tai oikeammin ajautui muiden kannustuksella Kiskohoidon ensimmäiseen vaiheeseen Keravan vankilaan ja sen jälkeen Kiskohoidon toiseen vaiheeseen Seutulan avovankilaan. Viimeiset kuukauden tuomiostaan Antti oli valvotussa koevapaudessa ja opiskeli Diakonissalaitoksen Jatkox-koulutuksessa. Hän asui Kiskohoidon jatkohoitoyksikössä. Vapauduttuaan Antti jatkoi asumistaan jatkohoitoyksikössä, josta muutti omaan asuntoon sen järjestytyä. Antti kävi töissä, harrastuksissa ja ylläpiti ihmissuhteitaan. Hänen ystäväpiirinsä muodostui aluksi vertaisista ihmisistä, mutta nopeasti Antti loi uusia ihmissuhteita ihan ”tavallisiin” ihmisiin. Antti kertoo edelleen hakevansa hyväksyntää muilta. Nyt hän hakee sitä työn kautta.

Antti: Hyväksyntää pitää edelleen hakee jotenkin ja sitä koittaa olla duunissa mahdollisimman hyvä, kun sitä kautta on hakenut sen paikkansa ja hyväksynnän.

8.2 Jani - kaksoiselämää

Jani on myös 35-vuotias mies. Hän kertoo, miten rikollisuus on alkanut hänen elämässään jo varhaisnuoruudessa tuoden jännitystä tavalliseen arkeen. Päihteiden käyttö alkoi myös varhain ja siihen liittyi huumekauppa. Huumekaupan myötä Jani sai statusta ja rahaakin. Kaikki tämä imaisi hänet nopeasti mukaansa. Jani käytti huumeita ja samaan aikaan perusti perhettä. Jani pystyi salaamaan toisen puolen elämästään perheeltään. Jani eli kaksoiselämää pitkään ennen kuin kulissit romahtivat.

Jani: Mul on ollu se toinen puoli elämästä ns normaali, osittain se onkin ollu raskasta ja sekottanu sitä pakkaa, on joutunu ole perheen isä ja tehdä töitä ja käyttää kamaa, se ei toimi käsi kädessä, jos sä et anna sille kamaa maailmalle kaikkee, niin se repii ja sit taas päinvastoin. Niin ne kummatkin hajoo käsiin.

Viimeiselle tuomiolleen Jani joutui tehtyään raajan väkivaltarikoksen. Hän oli ajautunut pisteeseen, josta ei enää ollut paluuta vaan jotain oli tehtävä. Hän hakeutui Kiskohoittoon ja kävi kolmivaiheisen hoidon. Jani työllistyi, tutustui uudestaan lapsiinsa, alkoi

opiskella uutta ammattia ja perusti perheen. Kaksoiselämä muuttui yhdeksi hyväksi.

8.3 Ville - vertaistukea

Villen nuoruuteen kuuluivat päihteet ja rikosten tekeminen jo varhain. Viimeiselle vankustuomiolleen tullessaan, hiukan alle 30-vuotiaana, hän oli ajautunut tilanteeseen, joka soti hänen omiakin arvojaan vastaan – perhe oli joutunut hänen myötään mukaan päihdemaailmaan. Ville kuvaa, kuinka ei enää tuntenut itseään tekojensa myötä. Ainoalta vaihtoehdolta tuntui jättää entinen elämä taakseen ja astua kohti jotain uutta, mitä, sitä Ville ei osannut edes kuvitella. Vankilan päihdeohjaaja kuitenkin kannusti Villeä Kiskohoitoon. Kiskohoidossa Ville rakensi itselleen uutta identiteettiä ja uutta tulevaisuutta. Vertaistuesta muodostui Villedelle merkittävä tukipilari ja se on sitä hänelle edelleen. Ville on perustanut perheen ja muodostanut uusia ihmissuhteita unohtamatta kuitenkaan vertaisiaan. Ville näkee menneisyyden myös voimavarakseen ja kokee sen ansiosta olevansa vahva.

8.4 Sami – rajoja etsimässä

Sami on neljäkymmenvuotias mies. Samin lapsuus oli rikkinäinen. Hän ajalehti lastenkotien ja sijaisperheiden välillä sijoittumatta pysyvästi mihinkään. Heti tultuaan täysikäiseksi Sami muutti asumaan itsenäisesti ilman yritystäkään elää normaalia elämää.

Sami: Se oli siin vaihees kun lottovoitto, kaikkien niiden vuosien jälkeen kun mua oli vaan kytätty ja pidetty niinku vankia mä pääsin irti niistä kahleista. Aluks se olikin siisti, mul ei ollu mitään rajoja, mä sain tehdä just mitä mä halusin ja mä halusin vetää kamaa ja pyörittää bisnestä. Nopeestihan se sit kusi, aina pelko perseen alla, millon poliisei millon velkoja perässä. Elämä lähti käsistä.

Sami eli kuitenkin lähes 15 vuotta vankiloiden ja päihdemaailman välillä ennenkuin pystyi lopettamaan kierteen. Hän oli siinä vaiheessa neljän lapsen isä, mutta ei ollut nähnyt lapsiaan vuosiin. Takana oli lukuisia päättyneitä parisuhteita, paljon selvittämät-

tömiä asioita. Sami alkoi Kiskohoidossa avata menneisyyden solmuja ja painolastia. Kolmivaiheisen hoidon jälkeen Sami kokeili jälleen omia siipiään, nyt asettaen itselleen rajoja. Sami on tutustunut vanhempiinsa ja hän tapaa lapsiaan. Rutiinit, arki ja säännöllisyys tuovat kaivattuja rajoja elämään.

7.5 Osku - menestystä ja menetystä

Osku on 45-vuotias mies. Lapsuutensa hän asui kahdestaan äitinsä kanssa ja jo 15-vuotiaana hän muutti asumaan itsenäisesti. Osku kertoo, kuinka äiti ei koskaan kyennyt asettamaan hänelle rajoja eikä sääntöjä. Isäänsä Osku ei ollut koskaan nähnyt ja hän kertoo kaivanneensa miehen mallia. Osku on aina ollut taitava luomaan ja ylläpitämään ihmissuhteita. Niistä oli hyötyä rikollisessa maailmassa ja hän onnistuikin aluksi luomaan ympärilleen melko menestyvän huume- ja rikolliselämän. Päihteet veivät kuitenkin mukanaan ja Osku päätyi vankilaan kerta toisensa jälkeen. Osku kertoo, kuinka hän pikku hiljaa menetti kaiken, mitä oli ympärilleen rakentanut, talot, autot ja parisuhteet. Lopulta Osku eli elämää kadulla.

Osku: Mul oli kaikki kunnossa, asunto arvostetulla alueella, kun lähti lapasesta niin meni nopeesti. Ei menny montaa kuukautta kun sitten mentiin ja syvälle. Huumeiden kanssa ku lähtee menee niin sit kans menee. Mul oli aina ollu kaikki mitä mä oon tarvinnu, mut sit meni kaikki. Meni pari kolme vuotta kun mä vaan douppasin ja douppasin ja douppasin ja sit mentiin niin syvälle et siinä sai ettimällä ettii omaa juttua. Olin asemalla, pummasin ihmisiltä röökii, olin niin huonossa kunnossa ja huonon näkönen ettei kukaan olis uskaltanut antaa mulle röökii.

Viimeisellä tuomiollaan vankilassa Osku päätti, ettei elämä voi jatkua vankilakierteessä. Hän sai muutoksessa apua työantajaltaan. Osku pääsi koevapauteen, jonka aikana hän hankki itselleen asunnon ja kävi töissä. Osku on luonut ympärilleen häntä muutoksessa tukevan sosiaalisen verkoston.

9 HARKINNASTA PÄÄTÖKSEEN

Muutosta koskeva päätös edellyttää oman elämän muutostarpeen tiedostamista. Ajattelun kautta rakennetaan muutokselle perustaa, jossa itselle merkityksellinen tieto, tahto ja tunteet yhdistyvät. Elämän muutos ei synny käytännössä, mikäli ajattelu ei saa toipumista ohjaavaa, uudenlaista elämänsisältöä rinnalleen.

Tässä kappaleessa kuvaan sitä, miten selviytymistarinoiden päähenkilöt ovat tehneet päätöksen muuttaa elämänsä suuntaa koettuaan jonkinlaisen pohjakosketuksen ja mitä tämän käännekohdan jälkeen konkreettisesti tapahtui. Lisäksi tarkastelen sitä, minkälainen selviytyjien identiteetti ja itsetunto oli päätöksentekovaiheessa ja minkälainen merkitys sosiaalisilla sidoksilla oli päätöksentekovaiheessa.

9.1 Identiteetti ja itsetunto päätöksentekovaiheessa

Identiteetti monimuotoisuudessaan on ollut monien tieteenalojen tutkijoiden tarkastelun kohteena vuosikymmeniä. Tässä opinnäytetyössä ymmärrän identiteetin muuttuvana ja vuorovaikutuksessa rakentuvana, identiteetin rakentaminen on merkittävässä määrin sosiaalinen tapahtuma. (ks Kulmala 2006, 58). Kertoessaan itsestään ja elämästään ihminen rakentaa omaa henkilökohtaista identiteettiään. Identiteetin muodostumiselle on myös merkittäviä toiset ihmiset, joita vasten omaa identiteettiä jatkuvasti peilataan. Henkilökohtainen identiteetti on toisaalta omaa kokemusta siitä kuka ja millainen minä olen, toisaalta mukana identiteetin muodostumisessa on koko ajan muita ja heidän käsityksiään. (Kulmala 2006, 61.)

Oman henkilökohtaisen identiteetin mukana kulkee sosiaalinen identiteetti. Ulkoapäin tuotettu ja eri tavoin henkilölle tarjottu identiteetti on yhtenä rakennusosana henkilökohteisessa identiteetissä. Ne kietoutuvan toisiinsa ja ovat mukana rakentamassa kuvaa itsestä. Sosiaalinen identiteetti voi olla ihmiselle kielteinen, mutta se voi myös olla häntä vahvistava. Annettu sosiaalinen identiteetti vaikuttaa ihmiseen ja hänen toimintaansa

monin tavoin. Kun hän joutuu tai valintojen kautta haluaakin ottaa sosiaalista identiteettiään osaksi henkilökohtaista identiteettiään, liittyy hän samalla johonkin yleiseen kategoriaan. Tämä kategoria voi olla positiivinen ja ihmisen arvostusta korostava tai negatiivinen ja ei-toivottu. Positiivinen kategoria voi olla esimerkiksi selviytyjä, toipunut tai onnistunut, negatiivinen puolestaan narkomaani, asunnoton tai työtön. (Kulmala 2006, 62.)

9.1.1 Aikaisemmat yritykset päästä irti

Muutokseen kuuluu usein epäonnistuminen. Useimmiten muutosta yrittävät eivät heti onnistu pysymään tavoitteessaan. Nämä kokemukset tarjoavat ihmiselle tietoa, joka voi joko auttaa tai estää hänen etenemistään muutosvaiheesta toiseen. Ihmiset voivat oppia, että tietyt tavoitteet ovat epärealistisia, jotkut strategiat ovat tehottomia tai että tietyt ympäristöt eivät tue menestyksellistä muutosta. Useimmat päihteiden käyttäjät joutuvat tekemään useampia muutoskiirroksia toipuakseen pysyvästi. Retkahdettuaan he tavallisesti palaavat aikaisempaan vaiheeseen – useimmiten jonkintasoiseen harkintavaiheeseen. He saattavat jopa palata esiharkintavaiheeseen, jolloin he ovat toistaiseksi haluttomia tai kyvyttömiä yrittämään pikaista muutosta. (Koski-Jännes ym. 2008, 33.)

Päihteiden käytön uusiutumista ja paluuta varhaisempaan muutosprosessin vaiheeseen ei kuitenkaan pitäisi tulkita epäonnistumisena eikä kyseessä tarvitse olla tuhoisa tai pitkään jatkuva tilanne. Oireiden uusiutuminen ei välttämättä tarkoita sitä, että ihminen on hylännyt tai jättänyt taakseen muutostavoitteensa. Retkahdukset toimivat tärkeänä tienä oman itsensä tuntemiselle, jonka kautta avautuu mahdollisuus pysyvämpään muutokseen. (Koski-Jännes ym. 2008, 33.)

Muutosprosessi on syklinen ja tyypillisesti yksilöt sukkuloivat edestakaisin vaiheiden välillä ja etenevät eri nopeuksilla. Liike vaiheesta toiseen voi samalla henkilöllä vaihdella suhteessa eri käyttäytymistapoihin tai tavoitteisiin. Jotkut voivat edetä vaiheesta toiseen nopeasti. Ei ole kuitenkaan epätavallista, että jotkut yksilöt viipyvät pitkään varhaisvaiheessa. (Koski-Jännes ym. 2008, 33.)

Kaikilla haastateltavilla oli ollut aikaisempia yrityksiä lopettaa rikosten tekeminen ja päihdeiden käyttö. Seuraavissa lainauksissa haastateltavat kertovat aikaisemmista yrityksistään irtaantua ja pohdintojaan siitä, miksi se ei ole onnistunut.

Antti kertoo, kuinka hän hakeutui päihdekuntoutukseen pääasiassa siksi, että päihdekuntoutus tapahtui avovankilassa ja hän pääsi pois suljetusta vankilasta avoimpiin oloihin. Päihteettömyys loppui välittömästi vapautumispäivänä, kun Antilla oli jäänyt tavaroihinsa huumeita, jotka hän käytti heti. Antin motivaatio päihdeiden käytön lopettamiseen oli ulkoinen. Hän tavoitteli vapaampia oloja, eikä niinkään ollut valmis suurempaan muutokseen. Retkahduksen heti vapauduttua voidaan ajatella johtuvan tästä.

Antti: ...Sit ku mä olin siel (vankilassa) ekan kerran niin hain sieltä sitten päihdekuntoutukseen ...se oli niin kun mun ensimmäinen hoitokokemus, hoitokokemus sitten ja...

R: Minkä takii sä hait hoitoon, halusit...?

Antti: No se oli nyt iha selvää jo siinä vaiheessa itelle, että se huumeitten käyttö oli ongelma ja sit se syy-seuraus sille, miks mä teen rikoksii niin johtu huumeista ja sit se miks mä joudun vankilaan niin johtuu siitä että mä käytän huumeita ja teen rikoksia. Niin. Mut ei mul silloin vielä ollu mitään oikeesti sellast polttavaa halua, viel siin vaiheessa et sil oli hyvin suuri merkitys sillä et se oli tota avotalo ja sit niin, että mä pääsin sieltä kivitalost pois.

R: No sitten kuitenkin se ei ollu tarpeeks vahva se oma halu sitten kun vapauduit?

Antti: Ei, ei, kun mä vapauduin niin mul oli tota (vankilan) narikassa jotain nappeja niin kyl mä sitten lähin niitä heti vetää kun mä pääsin ja itse asiassa saman päivänä kun mä sitten Oulusta tulin junalla Helsinkiin niin kävin mun tota nyt jo sit kuolleen serkkuni kanssa hakemassa heroiniä.

Jani kertoo, kuinka hänen rikos- ja päihdekäyttöhistoriaansa on kuulunut aina lyhyitä selviä jaksoja, jotka sitten ovat kuitenkin kariutuneet, kun syytä pysyä raittiina ei ole enää ollut. Hän kuvaa, kuinka syy olla selvin päin johtui ulkoisista tekijöistä, vaimosta tai lapsista eikä hänen omasta sisäisestä halustaan olla selvin päin. Kun suhde päättyi eroon, myös syy olla irti huumeista loppui.

Jani: Mä oon käyny linnassa yheksän kertaa käyttöaikana, mä olin tasaisin välein linnassa koko aika ja enemmän niinku yritin sitten skarppaa et se oli sellasta vuoristorataa et sillä se muija jakso kattoo senkin aikaa kun katto että se oli vuonna 97 mä kävin sellasen Kalterit taakse -kurssin Keravan vankilassa missä käytiin Järvenpään sosiaalisairaalassa kuukauden mittainen juttu ja tota sieltä itseasiassa tuli ensimmäinen kipinä sitten ja olin sen ajan selvinpäin ja ajattelin, että elämässä vois olla muutakin. Tunnetasolla tuntu, että se on se mun juttu se selvinpäin oleminen, se kamamaailma alko tuntuu piinalta, painajaiselta, mist ei pääse pakoon, mut se kamamaailma oli viel niin voimakas et ryssin käyttämällä kamaa linnatuomion aikana. Siltä tuomiolta vapauduttuani niin olin vuoden ajan kuivilla suurin piirtein mut mä en käyny missään ryhmissä enkä missään vaan niinku perheen takii raitistu, kaikki ei kuitenkaan menny niinkun olis pitäny ja päädyttiin eroon, sit taas retkahdin saman tien, otin kauheen satsin piriä taas velaks ja rupesin myymään ja käyttämään saman tien kun se lähti se syy minkä takii mä olin raitistunu. Jälkikäteen ajateltuna se oli väärä syy raitistua, jos ei raitistu itsensä vuoksi niin se tukipilari minkä takii sä raitistut niin se voi joskus, jos se syy on sun lapset tai sun kumppani, niin ne ei aina oo siinä.

Useampi haastateltavista kuvasi sitä, kuinka vaikeaa on aloittaa päihteen elämä vapautumisen jälkeen, mikäli vanhoja sosiaalisia suhteita ei ole katkaissut vankeusajalla. Entiset ihmissuhteet vetävät puoleensa ja entinen elämä houkuttaa, koska uusi maailma on liian pelottava ja tuntematon. Tähän vaikuttaa se, ettei vapautumista ja sen jälkeistä aikaa ole suunniteltu eikä minkäänlaista tukea ole tarjottu tai osattu pyytää vapautumisvaiheessa.

Harkintavaiheessa haastateltavien usko itseen ja omiin voimavaroihin sekä kykyihin oli heikko. He eivät kyenneet hallitsemaan elämänsä tapahtumia. Usko itseen ja omiin kykyihin oli vaillinnainen tai vääristynyt. Elämänarvoja muodostettiin aina sen ryhmän mukaan, missä satuttiin olemaan. Haastateltavilla oli poikkeavan identiteetti, rikollisen huumeidenkäyttäjän identiteetti ja jokainen tuhosi omaa elämäänsä. Aikaisempi kokemusmaailma ja elämäntilanteet olivat olleet sellaisia, ettei elämäntilannetta ollut. Jokaisen oli ryhdyttävä rakentamaan sitä uudelleen.

9.1.2 Käännekohta

Selviytymisprosessiin näyttää liittyvän selviytymistä edeltävä käännekohta. Seuraavissa suorissa lainauksissa haastateltavat kuvaavat tällaista käännekohta, pohjakosketusta.

Ville kokee kadottaneensa koko persoonallisuutensa, kun hänen elämänsä oli siinä pisteessä, että käyttäytyi omia arvojaankin vastaan. Tämä havahdutti Villen tajuamaan tilanteensa vakavuuden.

Ville: Kun taas jälleen kerran -04 jouduin taas vähän pidemmälle tuomiolle niin siellä sitten tuli oma pohja vastaan tavallaan sillä lailla et se mikä mä olin joskus aikanaan ollu, sellanen nassikka oli kadonnu ja mä tein selvin päin sellasii juttuja mitä mä olin aikasemmin tehny vaan sekasin. Tavallaan oli tullu totaalinen persoonallinen muutos minussa, mä en enää oikeestaan välittäny mistään ja käytin hyväkseni selvin päin minulle pyhiä asioita, kuten mun omaa perhettä ja tein aika likasii juttuja sit siinä ja siinä mä tavallaan havahduin et kuin alas mä oon vajonnu.

Myös Jani kuvaa, kuinka hänen elämänsä oli jo siinä pisteessä, että oli tullut tehtyä asioita, jotka sotivat omaankin arvomaailmaa vastaan. Kun Janin isä vielä kuoli hänen ollessaan vankilassa, oli hänen tilanteessa, jossa vain muutos oli mahdollinen.

Jani: Se oli sellanen piste iin päälle se reissu et mä en oo ikinä ollu väkivaltane mut tää tuomio tuli sellasesta aika raa'asta väkivaltarikoksesta ja törkeestä kotirauhan rikkomisesta ja törkeestä ryöstöstä. Mä lähinkin sit suoraan lusimaan siitä kakkua ja mä siin jo tutkarina, faija kuoli sinä aikana kun mä olin tutkarina, mul ei hirveen tiivis suhde ollu faijaan koskaan, mut se oli just lämpenemässä siin viimeisen vuoden aikana, olin just nähny sitä ennen kun mä jäin kiinni, niin siihen tuli sit sellasii huonoi fiiliksii, siin mä olin Vantaalla tutkarina ja sit mä päätin myös että... tai tuli vaan mittari täyteen, nyt on pakko tehdä jotain ja sit mä sörkässä näin vielä vanhoja tuttuja jotka liitty myös siihen samaan juttuun niin ne sano vaan että ei oo sun alaas tää kamamaailma et koita päästä vaan kuntoon ja jatka elämääs... mä olin ihan totaalisesti luovuttanu siinä vaiheessa, et mä olin ihan valmis ottaa mitä vaan vastaan et se loppuis se, kaikki...

Antti kertoo, kuinka hänelle tärkeä ihmissuhde kaatui ja sen lisäksi hän oli saanut tuomion, johon koki olevansa syytön. Antin käyttäytyminen muuttui itsetuhoiseksi, koska hän ei halunnut joutua vankilaan syyttömänä. Antti teki rikoksia ja käytti huumeita vä-

littämättä siitä, mitä hänelle tapahtuu.

Antti: Olin silloin sitten, luulin olevani kovasti rakastunu siihen ihmiseen ja olisin sen kanssa halunnu olla mut kun siitä ei sitten mitään tullu, niin sit mä oli huonona ja sit kun oli se vääräydellä saatu linnatuomio...niin sitten oli sellasta hyvin itsetuhosta se meininki kun ajatteli et mähän en sitä tuomioo lähe koskaan istumaan että tota. Vedin kaksin käsin sitten tota kaikkee mahdollista roipetta mitä vastaan tuli tein sitten tota kaiken näköstä keikkaa välittämättä siitä yhtään jääkö kiinni. Ainostaan sillä yhdellä päivällä oli väliä, että saa ne vedot sitten kun oli jo henkisesti niin paha olla.

Sami kertoo havahtuneensa, kun hän omalla käyttäytymisellään vaaransi perheensä hyvinvointia. Vain maineella ja huumeidien käyttämisellä on merkitystä.

Sami: Mun perhe oli vaarassa kun mä olin niitten avulla tehnyt kaikkii juttuja ja ne joutu sitten syyniin ja sillon mun lapsi oli pieni ja siihen mä ehkä havahduin et mä vaaransin niitten elämää rajusti omalla käyttäytymisellä ja haluilla eli tavallaan ne ei merkannu mulle mitään, mä vaan halusin saada mainetta ja saada kamaa ja...sillon mä varmaan ajattelin et mä oon iha helvetin alas mennä et näinkö alas mä oon vajonnu sitten et mä teen jotain tällasii juttuja.

Oskun käännekohta tapahtui, kun hän havahtui siihen, että oli vankilakierteessä. Vuoden siviilissä oloa seurasi kolme vuotta vankilassa.

Osku: Vuosi siinä sit mentiin aika kovaa eteenpäin, oli huumehommaa ja sitten seuraavana jouluna poliisit nappas kiinni ja totesin et nyt tulee pitkä tuomio. Sillon sit tuli se et on saatava johonki suuntaan muutosta et kun ollaan ensin vuosi vapaalla ja sit kolme vuotta linnassa niin ei mee enää munkaan matematiikkaan et totesin, et täs on mun pohjanoteeraus et täs tän alemmas ei enää pääse. Nyt on se kierre sellanen, et ei tuu enää muutoksia, kolmas kerta taas samalla kaavalla, jos ei tuu jotain niin muutetaan sit koko roska. Se oli silloin kun mä oli putkassa, et ajattelin et nyt saa riittää. Mä jäin hirveen määrän velkaa, pienin paha on lusiminen, mut miten saa kaikki muut asiat kuntoon, kun ei uskalla pyörii tuol kadulla. Tavallaan tää homma ei enää aukee ennenkun tekee jotain radikaaleja muutoksia.

Vakava henkinen kriisi, pohjakosketus, nousi keskeiseksi selviytymiseen liittyväksi käännekohtaksi.

Elämän käännekohdat ovat tilanteita, joissa muutosvaihemallin mukaan voi tapahtua taantumia tai edistysaskeleita. Elämäntapahtumat, muutokset ja erityisesti niihin liittyvät kokemukselliset käännekohdat toimivat usein sysäävinä tekijöinä kohti uutta suuntaa. Siirtymien aikana entiset uskomukset ja odotukset eivät enää päde, kun muutostilanne on käsillä. Uudessa tilanteessa lähdetään muodostamaan vallitsevaan tilanteeseen sopivia uskomuksia ja odotuksia, joihin yksilön tulee sopeutua. Elämänkulkuun kuuluu luonnostaan myös odottamattomia tapahtumia, joihin yksilön oma kontrolli ei yllä. Ne ohjaavat yhdessä luonnollisten normatiivisten siirtymien kanssa yksilön tekemiä ratkaisuja sulkien pois vaihtoehtoisia kehityskulkuja. (Oravala & Rönkä 1999, 274.)

Käännekohdat ovat tapahtumia, jotka saavat aikaan pitkäaikaisia muutoksia ihmisen elämäntulussa. Ne voivat muuttaa ihmisen elämäntapaa, vaikuttaa ihmisen minäkäsitykseen ja rooleihin sekä muuttaa suhteita toisiin ja maailmaan. Käännekohdat voivat muodostua ihmisen itse tekemien valintojen lisäksi myös odottamattomista tapahtumista. Tehdylle tapahtumalle tai ratkaisulle on tyypillistä se, että se johtaa kehityspolkua tiettyyn suuntaan ja samalla pois sulkee muita, vaihtoehtoisia päämääriä. Käännekohdan edellytyksenä on, että yksilö kokee muuttuneensa tapahtuman seurauksena. Käännekohdat on tunnistettavissa vasta jälkeenpäin, kun ihmiselle on selvinnyt niiden pitkäaikaiset vaikutukset hänen elämäänsä. (Oravala & Rönkä 1999, 274.)

Käännekohdat muodostuvat tärkeiksi kehityskriiseiksi. Kun ihminen pohtii elämäänsä uudelleen, monenlaisten tunteiden käsittelyllä on merkitystä emotionaaliselle kehitykselle. Käännekohdat saavat aikaan uusia käyttäytymismuotoja, joiden avulla voi selvitä uusista elämän haasteista. Ne voivat olla oppimiskokemuksia, joiden tuomat rooli-odotukset ja muutokset minäkäsityksessä johtavat kognitiiviseen, emotionaaliseen ja persoonallisuuden kehitykseen. (Oravala & Rönkä 1999, 275.)

Haastateltavat olivat ajautuneet sellaiseen tilanteeseen, että heidän on ollut pakko ryhtyä ajattelemaan jotain muutosta elämäänsä. Entinen elämäntapa on menettänyt merkityksensä ja muutos edellytti kokonaisvaltaista elämänmuutosta.

9.2 Sosiaalisten sidosten merkitys päätöksentekovaiheessa

Pitkäaikainen rikollinen toiminta, päihteiden käyttö sekä vankeustuomiot olivat sulke-neet kaikilta haastateltavilta tien normaaliin elämään. Haastateltavien elämä oli monella tapaa kaoottista ja jäsentymätöntä. Siteitä työelämään ei ollut kuin Oskulla. Kaikkien perhesiteet olivat hauraat ja haavoittuvat eivätkä ne tukeneet irrottautumista päihde- ja rikoskierteestä. Olemassa olivat vain rikolliset sosiaaliset suhteet ja entinen elämä, jo-hon ei haluttu palata. (ks. Kivivuori & Linderborg 2009, 66, Laub & Sampson 2003, 160–161.)

Ympäröivällä sosiaalisella maailmalla on merkitystä muutoksessa ja riippuvuuden voit-tamisessa. Eristyneisyyden on osoitettu heikentävän selviytymismahdollisuuksia hoidon jälkeen. Sosiaalisuus ei kuitenkaan vielä riitä, vaan ratkaisevaa on sosiaalisten suhteiden sisältö ja laatu. Pelkkä tuki päihteettömyyteen ilman läheisiin ihmissuhteisiin liittyvää yleistä sosiaalista tukea ei auta. Sosiaalista tukea voidaan kuvata sosiaalisiin suhteisiin liittyvänä positiivisena, terveyttä edistävänä tai stressiä ehkäisevänä tekijänä. Päihteiden käyttäjillä on usein takanaan rikkinäisiä ihmissuhteita ja karvaita pettymyksiä. Näistä lähtökohdista on vaikeaa löytää ja ylläpitää omaa hyvinvointia tukevia ja luottamusta herättäviä suhteita. Merkityksellisten toisten, samoin kuin työtovereiden ja ystävien osallistuminen hoitoon parantaa hoitotuloksia. Yhtäältä voidaan ajatella, että läheisistä suhteista saatu apu perustuu sosiaaliseen kontrolliin. Toisaalta on näyttöä myös siitä, että sisäinen kontrolli ehkäisee retkahduksia paremmin kuin ulkoiseen kontrolliin nojau-tuminen. (Hännikäinen-Uutela, Määttä & Pärttö 2009, 124–125.)

9.2.1 Päätöksen jälkeen tarvitsee tukea

Pohjakosketus näyttää olevan elämän käännekohta selviytymisprosessissa, jonka jäl-keen haastateltavat ovat olleet valmiita ottamaan vastaan muutoksen. Haastatteluotteissa näkyy pelko ja epävarmuus tulevast. Merkittävää näyttää olleen jonkun ihmisen,

useimmissa tapauksissa vankilahenkilökunnan, kannustus hoitoon lähtemisessä.

Ville oli tehnyt päätöksen, ettei halua enää jatkaa päihteidenkäyttöä ja rikollista elämää. Hän ei kuitenkaan tiennyt, miten edetä, mistä hakea apua tai mihin hakeutua. Hän ha-
keutui kuitenkin vankilan päihteettömälle osastolle, mutta koki, ettei se riittänyt hänelle. Vankilan päihdeohjaaja kertoi Villelle Kiskohoidosta ja suositteli siihen osallistumista. Epävarmuus ja epärointi tulevasta kuitenkin vaati jatkuvaa kannustusta vankilahenkilö-
kunnalta.

Ville: Ainoo mitä mä tiesin, että mitä mä en haluu. Mitä mä haluaisin, niin mulla ei ollu mitään tavoitetta, mä ainoastaan tiesin sen mitä mä en enää haluu tehdä ja sit mä lähdinkin linnassa päihteettömälle ja siellä se meno oli ihan samanlaista kun millä tahansa kongilla ja se ei vaan riittäny mulle ja onneks koin että mä tarviin jotain vähän niinkun rajumpaa kun päihteettömällä kongilla oleminen. Kävin päihdeohjaajalla ja sieltä tuli päihdeohjaajalta se että lähde Kiskohoitoon että se on sun juttu. Ja sit mä lähin. Kiskoon. En tienny mikä se on, tiesin et se on rankka päihdehoito mä en tienny mitä se niinku tapahtuu ja miten se etenee mulle pidettiin Riihimäen vankilassa vielä viikon selliä kun mä lähdin sillai arkaillen ja koko ajan mua potkittiin et lähe nyt kattoo mikä se on ja viikon mul pidet-
tiin viel siel sellii.

Hyvin samantapaista epärointiä on Antin tarinassa. Häinkin tarvitsi päihdeohjaajan kan-
nustusta hoitoon lähdössä.

Antti: Olin alkupätkän sitten taas (vankilassa) putsarina turvallisesti ja sitten siellä hakeuduin Kiskohoitoon Keravalle. Siinäkin oli sitten alunpe-
rin niin okei olin hyvin kyllästynyt siihen elämään eikä todellakaan ollu hyvä olla, et sille oli tilausta, mut kyllä siihenkin vaikutti siihen hoitoon lähtöön, kun se oli pelottavaa lähtee uuteen paikkaan ja ja tota missä on tuntemattomia ihmisiä ja muita niin vaikutti myös se ett sitte se et se vanha vankila suljettaisi, tultas sulkemaan ja sielt olis joka tapauksessa jouduttu lähtee se sitten edesautto sitä et lähin sinne kiskoon. Linnassa mä kävin sen cs-kurssin ennen sinne kiskoon lähtöä. Mä olin jo sillon niin sillai pel-
kuri tai etsetota siel oli niin helppo siel (vankilassa) olla ja mä mietin viel siel Riihimäelläkin, sielki oli hyvä olla. Mä juttelin sen paikallisen päihde-
ohjaajan kanssa et jos mä saisin jäädä tänne sit kuitenkin ni se sano et ei ei kun lähet nyt Keravalle.

Ilman oikea-aikaista ohjausta, kannustusta ja tukea päihdeohjaajan taholta olisi haasta-

teltavien pelko astua tuntemattomaan saattanut käydä liian suureksi.

Myös Oskulle näytti aineiston perusteella olevan merkityksellistä ulkopuolinen tuki, hänen tapauksessaan työntajan kannustus muutokseen.

Sosiaalisen tuen saatavuus ja kyky vastaanottaa tukea ratkaisevat, mitä selviytymistapoja ihminen käyttää ongelmatilanteissa ja miten hän niistä selviytyy. Jos sosiaalista tukea ei ole tarjolla, voi päihteiden käyttö toimia vaihtoehtoisena selviytymiskeinona stressaavissa elämäntilanteissa. Toisaalta sosiaalisen tuen vähäisyys voi olla merkki siitä, ettei yksilö kykene vastaanottamaan tukea vaikeissa elämäntilanteissa. Kyvyttömyys ottaa tukea vastaan johtuu usein luottamuksen puutteesta. Päihteiden käyttäjillä on usein takanaan pettymyksiä ihmissuhteissa, jolloin luottamuksen syntyminen muihin ihmisiin voi olla vaikeaa, vaikka se on aina sosiaalisen tuen edellytys. Luottamus toisiin ihmisiin lisää luottamusta myös instituutioita kohtaan ja tätä kautta helpottaa myös yhteiskuntaan integroitumista. (Hännikäinen-Uutela, Määttä & Pärttö 2009, 124–125.)

9.2.2 Muutoksen toteuttaminen edellyttää uudelleen sosiaalistumista

Koko elämäntavan uudelleen luominen edellyttää uudelleen sosiaalistumista. Muutos määrittää todellisuuden uudelleen ja siihen kuuluu samastumista sosiaalistaviin henkilöihin. Uudelleen sosiaalistaminen muistuttaa lapsuuden ajan primaarisosialisaatiota, erona vain se, että haastateltavilla oli koko eletty elämä takanaan. Elämästä pitää poistaa kaikki entisen elämän ei-toivotut ihmiset, jotka eivät ole tukena muutoksessa. (esim. Timonen 2009, 166.)

Sami kuvaa aikasempaa kokemustaan siitä, kuinka muutos ja uuden elämän aloittaminen ei onnistunutkaan, koska hän ei ollut katkaissut välejään entisiin käyttäjäkavereihinsa.

Sami: Ei siel oo mitään sellasta paikkaa ja maailmaa mihin mennä siellä siviilissä kun se vanha, että vast myöhemmin ajateltuna mä oon tajunnu

sen, et se kaikki vanha, kaikki vanhat suhteet ja kaverit pitää pyyhkäästä pois, jos sä jätät niitä yhtään sä luot sellasii takaportteja et niitä käyttää kyl sitten.

Yksilön muuttuminen sisältää vahvan sosiaalisen taustan ja perustan, joka välittyy sellaisten henkilöiden kautta, jotka ovat hänelle merkitseviä. Muutos voi olla jopa mahdollista ilman tämäntapaista samastumista. Ihmiselle tärkeät henkilöt ohjaavat häntä uuteen tulevaisuuteen. Ohjaavalla henkilöllä on tietty rooli, hän voi olla vaimo, työnantaja, työntekijä, joka vahvistaa uuden elämän todellisuutta ja uskottavuutta. Vuorovaikutuksen painopiste siirtyy yhä enemmän näiden ihmisten suuntaan ja siitä poistetaan entisen maailman rikolliset piirit. (Timonen 2009, 167.)

10 TOIMINTAVAIHE

Toimintavaiheessa oleva ihminen valitsee muutosstrategiansa ja alkaa toimia sen mukaan. Ihmiset muuttavat aktiivisesti ympäristöään. He tekevät suuria elämäntyyli muutoksia ja voivat joutua kohtaamaan isojakin haasteita. Oma minäkuva voi joutua uudelleen arvioitavaksi siirryttäessä uudenlaiseen elämäntapaan. Usein toimintavaihe voi kestää 3-6 kuukautta päätöksentekovaiheen jälkeen. Joillekin se on eräänlainen kuheruskuukausi ennen vaikeampien haasteiden kohtaamista. (Koski-Jännes ym. 2008, 32.)

Tässä luvussa kuvaan sitä, millainen selviytyjien identiteetti ja itsetunto olivat toimintavaiheessa sekä millainen merkitys oli sosiaalisilla sidoksilla toimintavaiheen aikana. Toimintavaiheeksi olen määritellyt sen ajan, kun haastateltavat olivat tehneet päätöksen ja alkaneet aktiivisesti toteuttaa muutosta. Antti, Jani, Ville ja Sami aloittivat Kiskohoidon, joka kesti heidän kohdallaan vuodesta kolmeen vuoteen. Olen määritellyt toimintavaiheeksi sen ajan, kun he olivat kolmivaiheisessa kuntoutuksessa. Oskun kohdalla toimintavaiheeksi olen määritellyt vankilassa oloajan sekä koevapauden ajan sekä muutamia kuukausia vapautumisen jälkeen.

10.1 Identiteetti ja itsetunto toimintavaiheessa

Toimintavaiheessa identiteetti oli aluksi hauraimmillaan, koska muutos entiseen oli niin suuri. Aikaisemmasta päihteidenkäyttäjän identiteetistä oli luovuttava ja tilalle oli alettava muodostaa uutta. Itsetunto oli kadotetun identiteetin myötä aluksi heikko ja uusien tilanteiden, ympäristöjen ja ihmisten kohtaaminen oli vaikeaa. Kiskohoidossa olevien identiteetti muodostui ympäröivän yhteisön myötä pikkuhiljaa kuntoutujan identiteetiksi ja itsetunto vahvistui onnistumisien myötä. Onnistumisen kokemuksia toivat pärjääminen uusissa tehtävissä, yhteisön arjessa ja uusien oivallusten myötä. Oskun uudenlaisen identiteetin muodostuminen tapahtui pitkälti oman ajattelun ja pohdinnan tuloksena.

Ville, Jani, Antti ja Sami päätyivät päätöksentekovaiheen jälkeen Kiskohoidon ensimmäiseen vaiheeseen Keravan vankilaan. Selviytymisen ensi askeleisiin näyttää yhteisö-

hoitoon sitoutuneilla liittyvän voimakas henkinen riisutuksi tulemisen tunne.

Ville kuvaa kuinka Kiskohoidon aikana entinen identiteetti jäi taka-alalle ja kuinka hoidon aikana alettiin rakentamaan uutta minuutta yhteisön tuen, transaktioanalyttisen terapian ja 12-askeleen avulla.

Ville: Onhan se helvetinmoinen prässä... onhan se ihan mielisairasta ja mitä kaikkee siin tehdään mut kyl mä ymmärrän et siel pitää riisuu sen jätjän, eli minun, ego ja turhat luulot ja suuret luulot itestään pitää riisuu ja jos sen oikeen oivaltaa siellä niin siinä sitten käy, niin kävi mullekin

R: Miten se tehtiin se riisuminen?

Ville: Kaikki kyseenalaistaminen loppuu, nöyryytyksellä ja yhteisön tuella se tehtiin se riisuminen niin se jotenkin tapahtu siihen oli vaan lähettävä messiin tai sit siel ei pärjää

R: Oliko sull yhtään sellanen olo missään vaiheessa et sä et kestä tai et haluu?

Ville: Ei kun mä halusin, mä halusin selviytyä. Mul tuli helvetinmoinen pelko siellä mikä sit ajo mua eteen päin. Mä tein hirveesti ja työstin itteeni ja olin kiinnostunut kaikesta, omasta elämästä ja päihitteettömyydestä ja transaktioanalyttisesta terapiasta ja mä olin pelon kautta tosi kiinnostunut kaikesta. Muistan kun yöllä heräsin ja täyttelin askelia ja sairasta... vähän se lähti niinku käsistä, puhutaan aa-humalasta tai na-humalasta, mä elin ehkä jossain sellasessa.

R: Oliko se ehkä hyväkin?

Ville: Se oli mulle helvetin hyvä, se oli just oikee tapa mitä mä tarvisin, miten mun kuuluu työskennellä et mist mä sain eniten. Mä en sluibaillo, mä halusin sitä kaikkee.

R: Mikä oli vertaistuen osuus (Kiskohoidon) kakkosvaiheessa?

Ville: Se ehkä kasvo vielä enemmän koska siel enemmän puhui ittestään ja uskalsi puhua niistä oikeista asioista, kun ykkös vaiheessa oli hirvee paine suoriutua kun siellä yhteisön eessä purki omia asioitaan niin se oli se oli vähän teatteria nii siel ehkä etsittiin omaa itteensä ja yksityiskohtia, sai itteensä esiin enemmän, oli ehkä avoimemmin,

Yhteisö ottaa vastuun yksilön persoonallisuuden muutosprosessista. Yksilö joutuu kui-

tenkin ottamaan vastuun itsestään ja toiminnastaan. Ensimmäisiä viikkoja hoidossa voi kuvata minuuden riisumiseksi. (ks Hännikäinen-Uutela 2004, Goffman 1969.) Hoitoyhteisöön tulo voidaan kokea minuutta riisuvaksi, kun kaikki ikään kuin ahdetaan samaan muottiin ja totellaan yhteisössä hierarkisesti ylempänä olevia. Tiukka rutiinien noudattaminen ja kuri voidaan kokea uhkana minuudelle ja jopa nöyryyttävänä. Alkuvaiheen jälkeen kaiken tämän merkitys oivalletaan eikä kukaan koe minuuttaan riistettävän.

Häpeän, surun ja syyllisyyden tunteiden työstäminen liittyy olennaisesti muutokseen ja ihmisenä kasvuun, vaikka ne usein peitetään ja niiden käsittely on tuskallista. Häpeän tunne on syyllisyyttä kokonaisvaltaisempi ja koskettaa koko minuutta. Ihminen saattaa kokea olevansa niin paha, ettei hän mielestään edes ansaitse ymmärrystä. Häpeään liittyy arvottomuuden, heikkouden ja pahuuden tunteita. Turvallisessa vuorovaikutussuhteessa on mahdollista jakaa häpeää tuottavia kokemuksia, mikä edesauttaa niiden hyväksymistä osaksi omaa tarinaa. (Granfelt 2011, 222.)

Rikoksiin liittyvästä syyllisyydestä ei ehkä koskaan pääse täysin eroon. Häpeän ja syyllisyyden takaa voi löytää muita tunteita: surun menetetyistä kuukausista ja vuosista, omien lasten tai vanhempien kärsimyksestä, läheisen ihmisen kuolemasta. Ihminen saattaa surra lapsuuttaan, jota ei koskaan saanut elää, vaille jäämistä ja väkivaltaa, jonka vuoksi hän on lapsuudestaan asti yrittänyt ratkaista vaikeuksia tavoilla, jotka ovat hetkellisesti asuttaneet selviytymään ylivoimaisista tilanteista. Pitkällä aikavälillä ne ovat kuitenkin vaikuttaneet tuhoisasti hänen ja usein myös muiden ihmisten elämään. (Granfelt 2011, 223.)

Jotta trumatisoituneen ihmisen eheytyminen voisi päästä alulle ja vahvistua, hän tarvitsee tunteen toivosta. Haavoittavissa kasvuoloissa eläneet ja elämänhistoriansa aikana monella tavalla syrjäytetyt ja vaille jääneet ihmiset tarvitsevat monimuotoisia kuulluksi ja nähdyksi tulemisen tapoja, jotta he pääsisivät kosketuksiin tunteidensa kanssa. (Granfelt 2011, 224.)

10.2 Sosiaaliset sidokset toimintavaiheessa

Sosiaalisten sidosten merkitys toimintavaiheessa on suuri. Jonkinlaiseen vertaistukeen perustuvaan yhteisöön kuuluminen lisää tavoitteellisuutta. Yhteyteen kiinnittyy toipumisen malli, jota toiset jo noudattavat. Joillakin yhteyden syntymistä ilmentää jo löydetyn tuleminen. Yhteyden vaaliminen niiden kanssa, joilla on todellista sanottavaa, koetaan tärkeänä. Tähän liittyy myös oman arvon kokeminen ja yhteiseen toipumisajatteluun samaistuminen. Luottamuksen saaminen ja läheinen ihmissuhde vahvistavat toipumista. (Myllärinen 2011, 166.)

10.2.1 Kiskon yhteisöhoito®

Koen tarpeelliseksi kertoa Kiskohoidosta hiukan tarkemmin, koska neljä viidestä haastateltavastani oli käynyt Kiskohoidon ensimmäisen, toisen ja kolmannen vaiheen.

Kiskon yhteisöhoito®, I- ja II -vaihe on Kalliolan klinikoiden tuottama hoitomalli, joka on ollut käytössä Keravan vankilassa vuodesta 1998 lähtien. Ohjelman oikeudet omistaa Kalliolan klinikat ja se myös valvoo ohjelman toteuttamista. Hoitomalli on vankilassa tarkoitettu päihderiippuvaisille henkilöille, joilla on rangaistusaikaa jäljellä 1-2 vuotta. Kiskon kolmivaiheisen kuntoutusohjelman tavoitteena on turvata päihteettömyys, opetella päihteen elämäntapa ja motivoitua elämänikäiseen kasvuun. (Rikosseuraamuslaitos i.a.)

Yhteisöhoitoa varten on Keravan vankilassa oma suljettu asuinosa. Päihteettömyyttä tuetaan NA/AA:llaisella toipumisohjelmalla Daytop-pohjaisessa yhteishoidossa. Henkilökohtaista kasvua tuetaan transaktioanalyttisellä ryhmä- ja yksilöpsykoterapialla. Tässä ja Nyt-ryhmässä käsitellään oman päihdeongelman tunnistamista, myöntämistä ja hyväksymistä sekä pyritään liittymään yhteisöön. Ohjelma sisältää ryhmiä, luentoja, omaehtoista työskentelyä, jatkohoitoryhmiin (AA/NA) tutustumista ja toipumisohjelmaan kiinnittymistä. Tunneryhmässä puretaan ja tunnistetaan tunteita sekä kartoitetaan muutostarpeet toisen vaiheen työskentelylle. Muuna aikana vangit osallistuvat vankilan

työtoimintaan. (Rikosseuraamuslaitos, i.a.)

Ohjelman kokonaiskesto on yksilöllinen, puolestatoista vuodesta kahteen vuoteen. Ensin osallistutaan I-vaiheeseen suljetussa vankilassa, II-vaiheeseen avolaitoksessa ja kolmanteen vaiheeseen vapautumisen jälkeen siviilissä, joko Kalliolan klinikoiden Kiskon perhe- ja jatkohoitoyksikössä tai yksilöllisesti rakennettuna omalla kotipaikkakunnalla. (Rikosseuraamuslaitos i.a.)

Yhteisökasvatuksella tarkoitetaan koko yhteisön käyttämistä hoidollisten, kuntoutuksellisten ja kasvatuksellisten tavoitteiden toteuttamiseen. Kaikki, mitä yhteisössä tapahtuu, on osa perustehtävää. Toiminta perustuu yhteisön jäsenten yhteistyöhön, avoimeen keskusteluun ja keskinäiseen vastuuseen. Sitoutuminen yhteisiin tavoitteisiin ja käytäntöihin antaa kaikille jäsenille mahdollisuuden toteuttaa yksilöllisiä tarpeitaan. Yhteinen toimintojen suunnitteleminen, toteuttaminen, ongelmien ratkaiseminen ja arviointi luovat edellytykset koko yhteisön ja sen jäsenten kehitykselle. (Hännikäinen-Uutela 2004, 121.)

Yhteisö on tietoisesti muodostettu sosiaalinen ympäristö, jossa sosiaalinen vuorovaikutus ja ryhmäprosessi toimivat terapeuttisesti. Jäsenet opettelevat toisiaan tukien elämään terveemmällä tavalla. Yksittäiset jäsenet muodostavat vertaisryhmän, jonka tukeen perustuu yhteisön tavoite – yksilön persoonallisuuden muuttuminen. Terapeuttisen yhteisön tarjoama hoito on jäsentynyttä, tehtävät sekä roolit on järjestetty hierarkisesti ja hyvästä käytöksestä palkitaan lisääntyvällä vastuulla. Arki rakentuu hoitoryhmien, kirjallisten tehtävien, työnteon ja muiden rutiinien ympärille. (Hännikäinen-Uutela 2004, 122.)

Jani kertoo kokemuksiaan Kiskohoidon vertaistuesta. Hän kertoo olleensa jo niin luottanut hoitoon mennessään, ettei ollut edes ennakkoluuloinen. Janin mielestä vertaistuki oli antoisampaa kuin pelkkä yksilötyö. Yhteisössä tunsikin yhteenkuuluvuutta.

R:Minkälaisena sä näit sen Kiskon vertaistuen?

Jani: Mä olin täysin ennakoluuloton, voi kuullostaa ehkä ihmeelliseltä, mut mä olin vaan niin luovuttanu jo et mul ei ollu sillee kauheesti ennakoluuloja siitä että, mä vaan tutkailin tilannetta ja tarkkailin niit ihmisiä, ympäristöö ja siis siel sattuu olee vaan todella hyvä porukka, kaikki puhals yhteen hiileen ja tosi hyvä olla ja jakaa niit asioita, ei tarvinnu miettii yhtään mitään, et kaikki anto siel itsestään täysillä... Vertaistuki on ehdottoman tärkeä just se, et mä oonkin jälkikäteen ajatellu et jos kävis yksilönä tollast terapiaa niin se ei välttämättä olis yhtä antosaa kun tollanen ryhmä-terapia.

R: Miks sä ajattelet niin?

Jani: Se vertainen tuki, sä huomaat et sä et oo yksin ja jos ajatellaan että sä oot yksin ja jaat siinä jonkun asian tai sul on siinä kuus ihmistä vieressä jotka ymmärtää ja antaa sulle kommenttii samasta asiasta, omii kokemuk-sii niin se sun tieto siitä asiasta kasvaa ihan erilailla ei tarvii selittää mitä se on, vaan ne tietää sen mitä se on, jakaa sen saman kokemuksen.

Ville kertoo, kuinka myös hän on kokenut, että yhteisö auttoi häntä olemaan oma itsensä ja avautuman asioistaan.

R: Joo ja jos sä nyt ajattelet niin mikä siin oli se tärkein tai merkityksellisin juttu (hoidossa)?

Ville: ehkä siin oli se, meil oli helvetin hyvä yhteisö, oli helppo lähteä mukaan, kukaan ei dumannu, sai oireilla hyvällä sydämellä, yhteisö oli aika kova juttu siinä, jos oli ollu toisenlainen niin ei ehkä olis sulkeutu eikä olis puhunu omista jutuista

R: niin se yhteisö mahdollisti sen et sai olla oma itsensä?

Ville: Kyllä kyllä

9.2.2 Yhteisöt selviytymisen tukena

Kaikilla haastateltavilla luontaiset sosiaaliset sidokset, kuten perhe, olivat joko aikaisemman elämäntavan vuoksi tai muista syistä hauraat ja katkenneet. Muutamalla haastateltavista kaikki perheenjäsenet olivat kuolleet. Jos luontaisia tukevia verkostoja ei ole saatavilla tai olemassa, on selviytyminen entistä haastavampaa, etenkin kun niihin sosiaaliisiin verkostoihin, mitä koko aikaisemman elämänsä on luonut, ei enää ole paluuta

eikä niistä ainakaan saa tukea uuden elämän alkuun. Vankila-aikana ja päihdekuntoutuksen aikana luodut sosiaaliset siteet ammattihenkilöstöön täytyy katkaista. Haasteena on löytää selviytymistä tukevia verkostoja ja ihmissuhteita. Selviytyjät olivat löytäneet erilaisia yhteisöjä selviytymisensä tueksi. Merkittävimpana olivat vertaistukiryhmät AA ja NA. Myös työyhteisöstä tuli monelle selviytymistä tukeva ympäristö. Samanlaisten taustan omaavien ihmisten koettiin ymmärtävän paremmin ja enemmän.

R: Kuinka tärkeitä et on samanlaisia ihmisiä ympärillä?

Osku: Se on tosi tärkeä, et sä pysty juttelee, ei normaali ihmiset osaa suhteuttaa, oon jutellu työkavereille mut ei ne käsitä. Ne jotka on lopettanu, niin ne taas... tääkin kaveri on AA:ssa töissä...se ymmärtää

Vertaistuki tarjoaa jatkuvamman tuen kuin mihin ammatillinen hoitojärjestelmä kykenee. Kun päihdeongelma on kompleksinen, vertaistuki luo sellaisia rakenteita, joiden avulla raittiuden jatkumiseen on mahdollista saada kollektiivista tukea.

Ville kertoo, kuinka on ymmärtänyt AA- ja NA-ryhmien merkityksen itselleen vankilan jälkeen. Pitkäaikaisen päihdekuntoutuksen jälkeen voi kokea jäävänsä hyvin yksin, mutta Ville on löytänyt ryhmistä ankkurin, johon voi kiinnittyä, kun tarvitsee tukea ja muita ihmisiä.

Ville: Mä oon vast ymmärtäny mitä on AA ja NA ja tällanen mahdollisuus siviilissä et ei mulla aikaisemmin ollu mitään hajuu näistä. Sit mä jotenkin hiffasin senkin et se on aino juttu, sit enää, tässä hetkessä kun eletään niin kun tää kaikki poistuu ympäriltä mitä sitten jää jäljelle? Jää itsenäisyys ja itse etsii apua itselleen ja siviilissä ei oikeen muuta oo kun nää vertaistukiryhmät niihin mä koitin kiinnittyä.

Jani kuvaa, kuinka päihdekuntoutuksen päätyttyä terapia ikäänkuin jatkui AA-ryhmissä. Hän kertoo, kuinka täytyy tehdä valinta sen välillä, mistä sosiaalisia suhteita lähtee etsimään. Janin vaihtoehtoina olivat paluu entisiin päihdeporukoihin tai kiinnittyminen vertaisryhmiin.

Jani: Terapia jatkuu tavallaan AA-ryhmissä, mulla. Mut ihan selkee valinta piti tehdä, kun tuli siviiliin, et joko mä lähden tosta kurvista hakee sitä sosiaalista kenttää tai sit ryhmistä, ne oli ne vaihtoehdot. Onneks mä hain ryhmistä.

Vertaistuen piiriin ohjautumisella on usein merkittävä ammattimaista hoitoa tukeva vaikutus ja enemmän tukea tarvitsevat täyttävät tuen tarpeensa hakeutumalla tähän yhteyteen tai täydentävät sillä ammattimaisen hoidon vajetta. (Kuusisto 2010, 333.)

10.2.3 Siipien kokeilua

Toimintavaiheessa Kiskohoidossa olleet siirtyivät vähitellen suljetuista oloista avoimempiin oloihin. Kiskohoidon ensimmäinen vaihe on suljetussa vankilassa ja toinen vaihe avolaitoksessa. Enintään kuusi kuukautta vankeustuomion lopusta on mahdollisuus suorittaa valvotussa koevapaudessa. Valvotun koevapauden aikana vanki käy töissä tai opiskelemassa ja asuu itsenäisesti joko asuntolassa tai omassa asunnossaan. Osku ja Antti pääsivät lopputuomioksi valvottuun koevapauteen.

Ville kertoo, millaista oli siirtyminen avoimempiin oloihin avolaitokseen. Uusien sosiaalisten kontaktien luominen jännitti. Oma vastuu omasta toipumisesta kasvoi, minkä Ville koki hyväksi. Transaktioanalyttisen terapian merkitys oli suuri. Arjen askareiden opettelusta oli hyötyä.

Ville: Sitten siirryin Seutulaan, avolaitokseen. Sekin jännitti hirveesti kun en oo ollu avolaitoksessa, se pärjääminen siellä. Avoimisuus eniten jännitti kun oltiin koko ajan oltu suljetussa yhteisössä eikä muitten kaa tekemisissä ja Seutulassa oltiin kaikkien kanssa niin paljon ittestä kiinni se oma toipuminen ei enää niin tuettua, ittestä kiinni. hyvin mä sielläkin pärjäsinkin

R: Millä voimavaroilla sä pärjäsit?

Ville: Emmä tiedä mult vaan loppu se välittäminen siinä, mä en välittänyt mitä muut aattelee, en ainakaan niin hirveesti miettiny mitä muut aattelee, mä koitan hoitaa vaan omaa juttua ja jotenkin mä sisäistin sen, mul oli vielä pari vuotta jäljellä et mä aattelin et tää mahdollisuus on nyt käytettävää että pärjää siviilissä kun mä oon sen tiedostanu et jos sieltä lähtee siviiliin sillä aivotuksella mikä mulla olis ollu vaikka ykkösvaiheessa niin mä en olis ikinä jotenkin pystynyt aattelee järkevästi ja sit tuomion jälkeen oli vielä jatkohoito mikä kesti puoli vuotta se oli kans todella tärkeä. Vuoden verran olin Seutulassa. 30 kk yhteensä kiskohoidossa

R: No mikä oli seutulan anti, mitä sä ajattelit, sanoitkin tossa että sait vähän itsenäisyyttä, vertaisryhmän tuki ei enää niin vahvasti ja sait omii siipii kokeilla?

Ville: Ehkä siin oli just toi ja sit päästiin siviiliin, oli enemmän siviilihenkilöiden kanssa niin näki vähän millast on kun ei ollu mitään hajua et minkälaista vaik on käydä kaupassa ja ihan arjen asioita hoitaa et se oli just totta itsenäisempää asteittain ja sit se oli se terapia siitä mä sain helvetin paljon, mä sai tosi paljon paljo kiinni ja itselleni metodeja mitä mä tänäkin päivänä käytän minkä avulla vieläkin elän ja se on ollu hyvä juttu.

Antti kertoo kokemuksiaan koevapaudesta. Koevapauden hän oli kokenut hyväksi väyläksi normaali yhteiskuntaan. Koevapauden toimintavelvoitteena Antilla oli vankilasta vapautuville tarkoitettu JatkoX-koulutus ja työ.

R: Minkälainen kokemus se koevapaus oli?

Antti: Oikeen hyvä kokemus, sillai jos on tosissaan ja oikeet palaset niin on oikeen toimiva juttu

R: Mikä siin oli toimivaa ja hyvää?

Antti: Se vei selkeesti eteenpäin sitä mun paluuta, tai ei voi mun kohalla sanoa paluuta, kun en oo ollu normaaliyhteiskunnan jäsen koskaan, mut se teki musta sen mikä mä oon nyt, työtä tekevä nuori mies. Jos mä olisin suoraan Seutulasta päässy, niin se se mitä se hoito piti sisällään, niin siellä ryhmäterapiassa työstänyt niitä mulle tärkeitä asioista, joista mulle oli selkeesti apua, totta kai siit oli mulle apua hoidollisesti ja muutenkin järkevää et pääsin koevapauteen. JatkoX-koulutukseen kuulu myös työharjoittelujakso, mä lähdin kaverin rakennusfirmaan töihin, mihin mä menin sitten vapauduttuani töihin. Siellä oli muitakin jo tuttuja ja se oli turvallinen paikka mennä töihin, mua neuvottiin, ja työ tekijänsä opettaa, opin ja se oli kiva huomata.

10.2.4 Suunnitelmallisuus

Kaikki Kiskohoidon läpikäyneet korostivat suunnitelmallisuuden merkitystä vapautumisvaiheessa. Kiskohoidon jokaisessa vaiheessa tehdään yhdessä työntekijän kanssa tarkka ja yksityiskohtainen suunnitelma tulevaisuuden varalle. Suunnitelma kattaa kaikki elämän osa-alueet: ihmissuhteet, asumisen, työn, opiskelun, harrastukset, taloudelliset asiat, jokaisen yksilöllisen tilanteen mukaan. Seuraavassa Jani kuvaa omaa suunnitel-

maansa.

R: Sitten vapaus lähenee, miten sä olit järjestänyt asiat siin kohtaa kun se vapautuminen lähenee?

Jani: No siel hoidossahan tehdään tarkka suunnitelma siitä kolmannesta vaiheesta mikä on siellä siviilissä kun vapautuu et mitä sä teet siellä ja mä tein suunnitelman kaikesta, ihan kaikesta, seksuaalielämästä lähtien, työt, velat, asunnot, kaikki.

R: Ja miten ne toteutu?

Jani: Kyl ne toteutu omalla tavallaan sitten, ei ne kumminkaan aina mee niinku sä kirjoitat sinne paperiin, mut kyl ne tapahtu. On tärkeetä et sul on valmiina, ettet sä pamahda tyhjän päälle, et sul on jonkun näkönen suunnitelma siitä myös miten sä toteutat ne suunnitelmat

R: Kerroksa sun suunnitelmista ja miten ne sit toteutu?

Jani: Ensinnäkin mul oli suhde joka oli lämmennyt, siitä mä en ollu päättänyt miten se etenee, et se katotaan siel kolmannes vaiheessa miten se lämpenee. Velka-asioista sen verran, kun olin jo niitä selvitelty kakkosvaiheessa ja tiesin et y-säätiöllä oli velkaneuvojajohdoksia, joiden kanssa hoidetaan velka-asioita, sen mä tiesin et niiden kautta mä saan hoidettua sitä asiaa ja sitten asuntoasiat, ne paikat mistä kaikkialta niitä voi hankkia, niinku y-säätiö ja s-asunnot ja esto ja kaupungin asunnot ellei oo ryssiny niitä, mä olin eikä mul ollu mitään asiaa sinne, sellaset. Rahankäyttösuunnitelmat oli, piti kattoo paljon saa tuloo, töihin ei ollu suotavaa heti mennä kun alottaa siel kolmannesvaiheessa, sitä mä olin miettiny, järjestettiin tapaamiset mun sosiaalityöntekijän kanssa, joka mul oli ollu ennen sitä ja sitten pidettiin sen kolmannen vaiheen työntekijän kanssa sellanen ryhmäpalaveri, missä sovittiin niinku että miten se tulee vastaan se sossu ja missä mennään mitä tehdään ja. Ne oli hyvin mukana siellä ja sit ajokortin suhteen, jouduin käydä a-klinikalla antamassa näytteitä, ei riittänyt kisko-aikaset seurat, piti olla siviilissä annettuja seuloja et sitä asiaa mä hoidin eteen päin siviilissä ja tota niin siitä ne lähti käyntiin. Sit oli yks tuttu työnantaja se anto aina kaikille vapautuville töitä, jotka oli hyvässä kunnossa, niin siltä mä sit hain jossain vaiheessa töitä ja sovittiin sit kolmannen vaiheen työntekijän kanssa palaveri ja sit se työnantaja tuli kans palaveriin. Siitä kuinka paljon mä voisin tehdä töitä et se ei oo liikaa et...

Janin suunnitelmaa tukemassa olivat Kiskohoidon työntekijän lisäksi myös muita tahoja, sosiaalitoimi, Y-säätiö ja työnantaja. Suunnitelman onnistumisessa onkin tärkeää, että kaikki yhteistyötahot sitoutuvat ja ovat tietoisia toistensa toiminnasta, ettei turhaut-

tavaa päällekkäistä työtä tehtäisi turhaan. Samalla yhteistyötahot oppivat tuntemaan toistensa työtä, asiakkaan luottamus auttamistahoihin kasvaa ja yhteistyö on jatkossakin helpompaa.

11 YLLÄPITOVAIHE

Ylläpitovaiheessa pyritään säilyttämään toimintavaiheessa opitut uudet taidot. Tässä vaiheessa ihmiset pinnistelevät pysyäkseen raittiina ja estääkseen ongelmien uusiutumisen. Ongelmakäyttäytymisen uusiutumisen ehkäisemiseksi ylimääräinen varovaisuus voi olla tarpeen. Tällöin on tärkeää tunnistaa ja välttää vaarallisia tilanteita ja muita yllykkeitä, jotka voivat johtaa päihteiden käyttöön. Ylläpito vaatii pitkäaikaista käyttäytymisen ja toimintatapojen muutosta ja jatkuvaa tarkkaavaisuutta vähintään puolesta vuodesta useampaan vuoteen tavoitteesta riippuen. (Koski-Jännes ym. 2008, 32 - 33.)

11.1 Identiteetti ja itsetunto ylläpitovaiheessa

Ylläpitovaiheessa selviytyjät muodostivat itselleen aktiivisesti uudenlaista identiteettiä. Identiteetin rakentamisessa merkittävää oli kokemus ja tunne siitä, että pärjää ja osaa. Itsetunto kasvoi onnistumisien myötä.

Kaikkien haastateltavien selviytymisessä työnteolla oli erittäin suuri merkitys. Jokainen selviytyjä oli ylläpitovaiheessa työelämässä. Työ rytmitti päivää ja antoi merkityksen elämälle.

R: Mites työn merkitys sulle on ollu tässä prosessissa?

Ville: Kyl se on sellanen arvo, itseisarvo kummiskin, et se on kummiski pitäny semmosis rutiinissa ja rytmissä kiinni, lähet aamulla töihin ja hoidat oman paletin ja tulet sieltä puol neljän jälkeen kotiin, siellä se itsetunto ja kaikki tällaset kasvaa, näkee että sä pärjää ja se ei oookkaan niin kummallista mitä se oli alussa, se oli helveltinmoinen peikko se työelämä kun ei oo mitään tehny eikä mitään osaa, tai niin luuli, sit kummiskin kun vaan lähti tekemään niin omien käsien kautta sitä osaskin kun tekee vaan, uskaltaa tehdä ja uskaltaa tehdä väärin eikä oo niin saatanan ylpee kun ennen kun pelkäs niin oli jättäny tekemättä, olis ottanut vastuun siitä asiasta. Se niinkun ihan mielellään mä teen se jo niinkun on ollu mulle, vaik on pelottanut lähtee tekemään niin se.

Laubin & Sampsonin (2001) tutkimuksessa on myös todettu työn ja ammattiuran olevan apuna rikollisuudesta irtaantumisessa ja erityisesti yksilön sitoutuminen työrooliin edistää kiinnittäytymistä rikoksettomaan elämäntapaan. Päivittäisiin rutiineihin osallistuminen tuo elämään rakennetta ja merkityksellistä toimintaa. Kiinnittyminen työelämään ja saavutukset eri rooleissa edistävät lainkuuliaista elämää. Itsetunto vahvistuu ja se näkyy haluna löytää yhteys ja olla hyväksytty yhteiskunnan taholta. Onnistuneessa muutosvaiheessa on kysymys kulttuurin muutoksesta, joka on sidoksissa uusiin mahdollisuuksiin ja tahtoon sekä kykyyn hyväksyä ne. Henkilökohtaisten valintojen ja ympäristön välinen vuorovaikutus ilmentävät merkittävää roolia suhteessa elämän käännekohtiin. (Viikki-Ripatti 2011, 215.)

11.2 Sosiaalisten suhteiden merkitys ylläpitovaiheessa

Ylläpitovaiheessa viralliset tukiverkostot eivät enää olleet merkittävässä roolissa. Selviytyjät olivat muodostaneet uusia ihmissuhteita, neljällä oli parisuhde ja perheet. He olivat onnistuneet korjaamaan joitain aikaisemmin rikkoutuneita suhteitaan esimerkiksi vanhempiinsa ja sisaruksiinsa. Ylläpitovaiheessa entinen syrjäytyjän identiteetti oli menneisyyttä. Selviytyjät kokivat, että olivat täysivaltaisia yhteiskunnan jäseniä ja heillä oli mahdollisuus vaikuttaa yhteiskunnan tasolla.

10.2.1 Uusien ihmissuhteiden luomista

Ylläpitovaiheessa vanha kaveripiiri on vaihtunut kaikilla selviytyjillä lähes täysin. Uusien ihmissuhteiden luominen on ollut haastavaa, mutta uusia tuttavuuksia on löytynyt työelämästä, harrastuksista ja esimerkiksi puolison kautta. Neljällä selviytyjistä on perhe, johon kuuluu avopuoliso ja joillakin lapsia. Selviytyjät korostavat tarinoissaan perheen merkitystä. Yhdellä selviytyjistä ei vielä ole parisuhdetta, koska sen aika ei hänen mukaansa vielä ole. Hänkin kuitenkin korostaa parisuhteen merkitystä itselleen ja odottaa sopivaa aikaa etsiä kumppania.

R: Entäs ihmissuhteet selviytymisessä tai toipumisessa niiden merkitys?

Ville: Helvetin suuri, vaikka ne on helvetin vaikeita asioita, yleensäkin ihmissuhteet. Itsensä kanssa pärjää. Sitä on rakentanu helvetisti ja siinä on ihan hyvä, mut sit muitten ihmisten kanssa pärjääminen on ihan toinen luku, se on sellasta tervehdyttävää ja eläväistä, mä helposti oon semmonen et mä sulkeudun ja voni olla vaan omissa oloissa, sellasen moodin kääntää helpolla, linnamoodi päälle, mut kyl tää parisuhde ja kaikki tällanen ja muut ihmissuhteet vie mua eteenpäin koko ajan, vaikka ne on niinkun hyvin pienet ne piirit. Tuolla kun mä kattelen kunnon ihmisiä ja kuuntelen niitten juttuja niin niil on paljon kavereita ja ihmissuhteita, niin mul ei oo niin paljoo, on ne jotka on pysyny alusta saakka messissä ja hirveen vähä on tullu tässä vaikka on ollu jo muutaman vuoden siviilissä niin entuudestaan tuntemattomia ihmisiä ei oikeen oo, mut ajan kanssa.

Oskulle ihmissuhteilla ja niiden ylläpidolla on ollut erityisen suuri merkitys aina, myös selviytymisessä. Hän on osannut kääntää voimavaraksi oman vahvuutensa olla ihmisiä yhteen tuova voima ja hän saa sitä kautta elämäänsä vastuuta ja vahvaa yhteiskunnallista asemaa. Oskulle ihmissuhteet toimivat myös terapiana. Hänen itsetuntonsa vahvistuu ja hän nauttii saadessaan luoda ihmisille elämyksiä ja sosiaalisia kontakteja. Osku toimii aktiivisesti useassa eri yhteisössä.

Osku: Mul on sellanen kaveri joka lopetti 14 kk sitten päihteiden käytön, sitä mä potkin eteen päin, sen kanssa käydään, tänään lähetään Tahkolle laskettelee, käytiin risteilyllä tossa ja tarkoitus lähtee ens jouluna Thaimaaseen. Ollaan tehty tasasin väliajoin kaikkee mistä sit niit elämyksiä saa

R: Käytsä ite NA:ssa?

Osku: En käy, alussa työnantaja vei, mut mä teen kaiken työn mun pään sisällä. Mul on sillee, et vietän aikaa pari kolme kertaa vuodessa lopettaneiden kavereiden kanssa tekemällä jotain kivaa, käydään konserteissa, syömässä, se on mulle sitä terapiatyötä. Hyvä tapa, muistellaan menneitä, oltiin samassa jamassa kaikki silloin, oltiin henkisesti kaikki ihan pohjalla, nyt kaikilla hyvin pullat uunissa, on työt ja perheet ja kesämökit. Työyhteisössäkkin mulla on sama kuvio, käydään työkavereiden kanssa syömässä, juttelemassa asioista, puhutaan, se on aika hyvää terapiaa

R: Tiedät et se puhuminen auttaa?

Osku: Samanhenkisten kanssa saamaan huoneeseen ja ovi lukkoon. Kyllä se mulle toimii, uskon et moni muukin nauttii. Mä oon niin puhelias, kyllä mä tiedän sisimmässäni mikä on mulle järkevää ja hyväksi. Nyt se on en-

tistä helpompaa, kun oon saavuttanu yhteiskunnssa jo sellasen aseman, oon aina ollu yhteenvetäjä ja liima, koonnu porukkaa yhteen, huumemaa-ilmassa siitä oli oma hyötynsä ja nyt siviilipuolella normaalielämässä sama vahvuus käytössä. Se on mulle terapiaa. Oon kannustanu ihmisii opiskelemaan ja potkinu perseelle ja niillä ihmisillä menee nyt hyvin.

11.2.2 Vaikuttaminen ja yhteiskunnan jäsenyys

Ylläpitovaiheessa selviytyjät kokivat olevansa täysivaltaisia yhteiskunnan jäseniä ja olevansa kykeneviä vaikuttamaan asioihin. Vaikka he tiedostivat aiheuttaneensa paljon kustannuksia sekä taloudellisesti että inhimillisesti mitattuna, olivat he sinut menneisyytensä kanssa eivätkä kokeneet syyllisyyttä, joka olisi estänyt eteenpäin menemisen.

R: Mitä sä ajattelet itestä tällä hetkellä täysivaltaisena yhteiskunnan jäsenenä?

Jani: Jaa, no muhun ehkä sijoitettiin aika paljon rahaa sen hoidon myötä ja nyt mä maksan sitä velkaa takasin. Mä oon sinut kaiken sen menneisyyden kanssa. Vaikka oon aiheuttanut yhteiskunnalle varmaan paljon haittaa ja laskuu, mut mä elän tätä päivää ja kyl mä pidän itteeni ihan samanlaisena, en mä nosta itteeni yläpuolelle muita, mut en mä myöskään kato ala puolelta muita.

R: Onks sul sellanen tunne et sä pystyt vaikuttamaan asioihin?

Jani: Joo, tai sanotaan, että mä tiedostan ne asiat joihin mä pystyn vaikuttaa

12 SELVIITYTYNEIDEN PUHEENVUORO

Tässä kappaleessa annan selviytyjille puheenvuoron. Haastatteluissa kysyin kaikilta, mitkä asiat he kokivat tärkeimmiksi asioiksi selviytymisprosessissaan ja miten he halusivat kannustaa vankeja, jotka parhaillaan pohtivat vankilassa elämänsä suuntaa.

12.1 Tärkeintä selviytymisessä

R: Nyt kun sä ajattelet sitä kaikkee menneisyyttä niin mitä sä nostasit sieltä tärkeimmiks kohdiks tai oivalluksiks tai millä on ollu suurin merkitys?

Jani: Nöyryys, ilman sitä niin taistelee vastuuta vastaan. Se on semmonen juttu mitä mä ajattelen et kyl siinä vaiheessa kun tulee mittari täyteen niin on oltava tarpeeks nöyrä ja sit asioita täytyy suunnitella ja tehdä, ne ei tuu itestään. Se on semmonen tärkeä juttu ja sit vankilasta siviiliin tuleville niin se on ehdottoman tärkeä se pohjatyö, et kun sä tuut siviiliin että sä tiedät mitä sä teet. Sun täytyy tehdä suunnitelma et mitä sä teet et sä pärjää tällä ja miten sä saavutat sen. Ja pitää varautuu vastoinkäymisiin, niitä tulee kyllä. Niitä tulee ja menee.

Jani piti tärkeänä asiana nöyryyttä, jotta pystyy kantamaan vastuuta ja ottaa oman elämänsä haltuun. Tärkeänä hän piti myös suunnitelmallisuutta, sitä, että jo vankilassa oloaikana tekee kunnollisen pohjatyön tulevaisuuden varalle. Hän muistutti myös, että vastoinkäymisiltä ei välttyä ja niihin pitääkin varautua.

R: Jos sä nyt kattelet sitä sieltä pohjalta tähän päivään niin mitä sä haluisit nostaa ne kaikist tärkeimmät asiat siinä sun matkalla, mitkä siel on ollu kaikkein tärkeimmät?

Ville: Tärkein juttu on ollu, et mul on riittävän pitkä tuomio ja ympärillä ihmiset, tää vertaistuki ja tän Kiskohoidon väylät mitä mun käyttöön on annettu on tärkeitä. Siviiliin pääsy ja täällä sitten terveen parisuhteen muodostaminen on aika iso juttu myöskin mikä on helvetisti vieny mua eteen päin kaikissa asioissa ja tavallaan sitä on alusta saakka, jos pitäis kiteyttää niin se on ollu sellasta itsetunnon rakentamista et se on varmaan siitä kaikki koko ajan lähtee ainakin mulla. Sitä omaa paikka paikoin omii

oivalluksii sen suhteen mut se itsetunto on se isoin juttu.

Ville pitää tärkeinä asioina Kiskohoidon kautta avautuneita väyliä, vertaistukea, ja parisuhdetta. Tärkeimmäksi asiaksi hän nostaa kuitenkin itsetunnon rakentumisen ja vahvistumisen.

Sami: Sitä kun on aikansa tehny (rikoksia ja käyttänyt huumeita) niin se elämä oli paskaa, ystävät kuoli, mihin oon kokenu olevani syyllinen, nähny sen nurjan puolen elämästä. Mä oon kyllästyny siihen ja halunnu jotain muuta. Monta vuotta siinä meni et sai rohkeutta ottaa sitä apuu vastaan, ja siitä on kyl kaikkien saatavilla jos vaan haluaa.

Sami kehoittaa ottamaan apua vastaan.

R: Mikä on ollu merkityksellisintä omassa selvitymisessä?

Antti: oma halu, läheisiltä saatu tuki, perheenjäsenet usko, hahmotti et pystyy olemaan itensä kanssa ilman huumeita, ystävät, vertaistuki, hoito ja sitä kautta tulleet ystävät, kaikki ei tarvii hoitoa. Ryhmissä voi puhuu sellasist asioist et mul on paha olo ja et mä halusin perheen, on vaikee käydä kelassa jne, mut kun on hahmottanu et joku muukin jännittää helvetisti niin se helpottaa. Kokonaisuuteena hoito, enkä yhtään vähättele sitä duunia. Okei harrastus, mut ei siinäkään saa koko viikko kulumaan ja tarvii rahaa.

Antti korostaa selviytymisessään omaa halua päihitteettömyyteen ja ymmärrystä siitä, ettei tarvitse huumeita, läheisiltä saatua tukea ja uskoa, ystäviä, vertaistukea, hoitoa, työtä ja harrastusta.

12.2 Vankilassa oleville

R: Entäs ne ihmiset jotka nyt on vankilassa ja ajattelee tämmöstä että voisko täs elämässä tehdä jotain muutakin, mitä sä haluisit sanoo heille kannustukses?

Ville: Kaikki on mahdollista et pitää vaan niinku stara kirkkaana mitä kohti on menossa, fokusoida se juttu mitä on valmis menettää ja mitä haluaa. pitää haluta riittävästi, kaikki muu tulee kyllä perässä. Lopuks vois sellasta konkreettista asiaa, et ite kun on ollu viel ihan alussa, turhaan stressannu kaikenlaista, vaikka on vaan päivästä kysymys, pyöritelly mielessään

asioita, joil ei oo mitään merkitystä, et malttia, et unohtais turhan ajattelun jos vois pystyy, olis vaan hetkessä, olis tervehdyttävää.

Villen mukaan muutosta pitää haluta riittävästi. Pitää pohtia minkälaisia asioita on valmis menettämään ja mitä taas puolestaan elämältä haluaa. Kun tavoite on selvillä, asiat järjestyvät. Ville myös kannustaa olemaan stressaamatta turhia asioita ja elämään päivän kerrallaan.

R: Mites sä sitten haluisit sit ennenkaikkea sanoo sellasille ihmisille jotka on siellä vankilassa ja miettii tulevaisuutta ja haluis lopettaa päihteiden käytön ja rikosten tekemisen, mitä sä haluut sanoo, millä vois kannustaa?

Jani: Se on hyppy tuntemattomaan, siltä se tuntuu luultavasti, musta ainakin tuntu, mut sit vaan sokeesti luottaa ettei siin sehän on vaan itestään kiinni, et tota ni, jos sä lähet siihen suuntaan sit sä meet siihen suuntaan, se vaatii vaan duunii ja siihenhän meist jokainen pystyy.

Jani kehoittaa luottamaan muutokseen, vaikka edessä onkin uutta ja tuntematonta. Myös hän korostaa tavoitteellisuutta ja ponnisteluja tavoitteiden eteen.

Antti: Pitää vaan uskoo itteensä, aluks on ihan paskaa ja jos sä meet vaik yhteisöhoitoon niin se voi tuntuu alistumiselta, mut ne on niin pieniä juttuja, niin ne pitää kestää, halpa hinta omasta elämästä

Antti kannustaa uskomaan itseensä vaikka alku tuntuisikin hankalalta.

Sami: Koen saaneeni ite niin paljon kun mä oon saanu sen mahdollisuuden ja oon älynny sen käyttä. Siihen liittyy hyvin monta ihmistä ja osaan olla siitä kiitollinen. Kuitenkin ite teet suurimman työn ja sä oot ite se, joka ei vedä niitä huumeita eikä tee rikoksia. Vaikka tuntus vaikeelta ja mahdotomalta niin pitää vaan uskoo. Kun sä näät muita jotka on selvinny, se on tosi tärkeä. Jos joku sellanen näkis mut kenen kans mä oon aikasemmin vetäny. Tosi mies osaa ottaa apua vastaan ja pyytää sitä ja vielä sitten, työnteolla ei tuu rikastuu, mut miljoona kertaa rikkaampaa voi olla elämä, oon saanu sellasii juttuja mistä en oo edes osannu haaveilla.

Sami kannustaa tarttumaan tilaisuuksiin ja uusiin mahdollisuuksiin ja rohkeuteen ottaa apua vastaan kun sitä tarjotaan. Hän korostaa myös oman työn merkitystä ja vastuunottoa.

R: Mitä neuvoja sellasille ihmisille jotka miettii tuolla vankilassa et olisko elämällä jotain muutakin annettavaa?

Osku: Se että hoitaa ammatin, se on kaiken a ja o, joku ammatti pitää hoitaa, koska ihmismieli jarruttaa jossain vaiheessa, ja sä huomaat kolmikymppisen jälkeen et haluut uutta sisältöä elämääs niin on helppoo kun on joku ammatti. Se olis kaiken a ja o, jos sul on joku asia mihin sä tartut siin vaiheessa kun sä oot siinä pisteessä. Kannattaa kattoo mitä tykkää tehdä, sä tarviit sille elämälle jonkun sisällön. Tärkeitä on myös rytmi elämässä, ettei tuu haahuiltuu tuolla.

Osku korostaa puheenvuorossaan ammatin merkitystä. Muutosvaiheessa on tärkeää olla joku asia, mihin tarttua, kun ei enää halua palata entiseen. Elämällä on hyvä olla sisältö ja rytmi, ne helpottavat kiinnittymistä yhteiskuntaan.

13 VANHASTA IDENTITEETISTÄ UUTEEN

Tässä luvussa kokoan yhteen opinnäytetyöni keskisimmät tulokset. Oheiseen kuvioon olen koonnut merkittävimmät muutokset ja merkitykset identiteetissä, itsetunnossa ja sosiaalisissa suhteissa muutoksen eri vaiheissa. Muutokset on esitetty tarkemmin alaluvuissa 12.1, 12.2 ja 12.3.

		Identiteetti	Itsetunto	Sosiaaliset sidokset
Harkinta- ja päätös vaihe		Vanhasta identiteetistä luopuminen	Heikko	Ammattiavulla suuri merkitys
Toimintavaihe		Uuden identiteetin rakentaminen	Heikko, mutta onnistumiset vahvistavat itsetuntoa	Ammattiavulla ja vertaistuellla suuri merkitys
Ylläpitovaihe		Uusi selviytyjän identiteetti	Hyvä	Vertaistuen ja läheisten merkitys suuri

KUVIO 2. Identiteetti, itsetunto ja sosiaaliset sidokset muutoksen eri vaiheissa.

13.1 Muutokset harkinta- ja päätösvaiheessa

Ihmisen perusolemuksen kuuluu löytää eheä minä. Minäkuva syntyy sosiaalisista, kulttuurisista ja yksilöllisistä tekijöistä, joka kehittyy sekä ihmisen omissa psyykkisissä prosesseissa että sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Pyrkimys eheään minäkuvaan tekee ihmisestä subjektin. Syntynyt minuus toimii kokemusten tulkintakenttänä. Sen mukana syntyy käsitys itsestä ja elämän ymmärrettävyydestä ja hallittavuudesta. Puhutaan myös sosiaalisesta identiteetistä. Se on yksilön minäkokemus suhteessa ympäristöön. Nykyyhteiskunnassa identiteetin luominen on vaikeampaa kuin aikaisemmin, koska nykymaailma on pirstaleinen ja moniaineksinen. Riittävän huolenpidon ja turvallisuuden saaneet kykenevät rakentamaan identiteettiään tässä kaikkien arvojen ja näkemysten moninaisuudessa. Tilanne on paljon vaikeampi sellaisille ihmisille, jotka ovat eläneet epävarmoissa ja psyykkisesti haavoittavissa olosuhteissa. Uudenlaista elämäntapaa ja identiteettiä joudutaan etsimään rikollis- ja päihdekulttuureista. Ne tuottavat erilaisia identiteettejä, joilla ei ole käyttöä normaalielämässä. Pahimmillaan ihminen on syrjäytynyt omasta itsestään eikä osaa rakentaa elämäänsä. (Timonen 2009, 211.)

Haastateltavien toivottomuus, kontrollin puute ja totaalinen voimattomuus liittyivät selviytymisprosessin alkumetreihin. Yhteyden katkaiseminen aikaisempiin sosiaalisiin verkostoihin ja elämänpiiriin aiheutti sen, että koko identiteetti oli kadotettu. Samoin itsetunto oli heikko, koska ei tiedetty kuka minä olen tai mihin olen menossa. Päätösvaihe oli ollut henkisesti hyvin rankka ja selviytymisprosessin etenemisessä toisten ihmisten tuella oli ollut merkittävä vaikutus. Selviytyneet olivat tässä harkinta- ja päätöksentekovaiheessa saaneet tukea ja kannustusta vankilahenkilökunnalta. Vankilassa olevan näkökulmasta oleellista olikin kohdatuksi tuleminen.

Harkinta- ja päätösvaiheessa yksilön identiteetti oli kadotettu. Vanhasta päihteidenkäyttäjän ja rikollisen identiteetistä oli luovuttu eikä tilalla ollut vielä mitään uutta. Identiteetistä luopumisen myötä itsetunto oli huono. Tässä vaiheessa sosiaalisten sidosten merkitys oli erityisen suuri. Etenkin vankilahenkilökunnan tarjoama apu ja tuki oli merkittävää. Selviytyjät kuvasivat tukea kannustamisena ja ohjaamisena sekä hiukan painostamisenakin. Henkilökunta antoi tietoa eri kuntoutumisvaihtoehdoista ja kannusti

”edes kokeilemaan”. Tällainen interventio vankilahenkilökunnalta muutoksen tässä vaiheessa on merkityksellistä. Ilman oikea-aikaista ohjausta muutos ei ehkä olisi lähtenyt käyntiin selviytyjän huonon itsetunnon vuoksi. Hän olisi saattanut palata vanhaan askelen uuteen ollessa ilman tukea liian suuri ja pelottava.

12.2 Muutokset toimintavaiheessa

Toimintavaiheessa uutta identiteettiä alettiin rakentamaan yhdessä toisten ihmisten tuella. Tässä vaiheessa neljä selviytyjää aloitti kolmivaiheisen Kiskohoidon. Identiteetin rakentamisessa olivat vahvasti läsnä muut kuntoutuksessa olijat sekä ohjaajat. Lähisuhteita etsittiin, löydettiin ja korjattiin. Itsetunto oli selviytyjillä vielä heikko, mutta onnistumiset uusissa haasteissa kasvattivat sitä vähitellen.

Selviytymisprosessiin kuului valtavia haasteita sekä toimijuuden että minuuden tasolla. Kun kaikki oli uutta, täytyi kaikki opetella. Kun selviytyneet kokivat onnistuneensa näissä haasteissa, tunsivat he ylpeyttä ja itsevarmuus kasvoi. Ensimmäistä kertaa elämässään he kokivat olevansa vastuussa itsestään, toisista ja ympäristöstä. Normaalin identiteetin löytäminen erityisesti työn ja ihmissuhteisiin liittyen oli keskeinen tavoite. Pelko siitä, ettei löydäkään mistään omaa paikkaansa, ettei häntä hyväksytäkään tavallisiin sosiaalisiin ympyröihin omana itsenään, oli selviytyjän mielessä toimintavaiheen aikana. Kaikilla oli kuitenkin halu yhdistyä laajempiin sosiaalisiin käytäntöihin. Tästä huolimatta selviytyjät kokivat menneisyytensä ja siellä saatujen kokemustensa olevan rikkautta; menneisyytensä vuoksi he osasivat arvostaa jokaista hetkeä, iloita jokaisesta onnistumisesta ja toisaalta kohdata myös pettymyksiä, jota väistämättä kohtasivat. Selviytyjien kohdalla menneisyys, nykyisyys ja tulevaisuus kietoutuivat minuuteen mielekkäällä tavalla. Menneisyys oli kohdattu, käsitelty ja jopa hyväksytty. Sen osoittaa myös kyky kertoa oma selviytymistarinansa.

13.3 Muutokset ylläpitovaiheessa

Ylläpitovaiheessa selviytyjät olivat eläneet vapaudessa jo pidempään ja he olivat luoneet ympärilleen mieleisensä elämän. Uusi selviytyjän identiteetti oli sisäistetty ja itsetunto oli vakaalla pohjalla. Itsetuntoa kasvattivat onnistumiset työelämässä ja ihmissuhteissa. Monelle selviytyjistä perheellä oli suuri merkitys. Se loi ympärille pysyvyyttä, vastuuta ja elämän mielekkyyttä. Ammattiavulla ei ylläpitovaiheessa ollut merkitystä. Sen sijaan vertaistuellalla oli edelleen joidenkin selviytyjien kohdalla suuri merkitys uuden elämäntavan ylläpitämisessä vanhoja juuria unohtamatta.

Muutos koski koko elämää. Eläminen tuntemattomassa, uudessa maailmassa vaati uuden identiteetin rakentamista. Aiemmin syrjäytyneet kokivat selviytyttyään itsensä täysipainoisiksi yhteiskunnan jäseniksi. Selviytyneet korostivat omaa rooliaan muutosprosessissa ja kokivat muutoksen johtuneen heidän omasta toiminnastaan. Sosiaalisten sidosten merkitys oli kuitenkin erityisen suuri selviytyneille.

Selviytymisessä kyky ja halu tavoitteelliseen muutokseen näkyvät elämässä vastuun ottamisena, itsestä ja toisista huolehtimisena sekä normien mukaisena elämisenä ja uudennlaisiin rooleihin kiinnittymisenä. Muutos tuottaa ennen pitkää ajattelun rakenteita, jotka vastaavat tavoitteellisesti omiin elämän toiveisiin.

Todellista tarkoitusta elämään toivat työ ja ihmissuhteet, jotka vaikuttivat myönteisesti itsetuntoon. Työnteko toi mukanaan merkitystä elämään monella tavalla. Se toi elämään ihmissuhteita ja moraalista hyväksyttävyyttä, mikä vaikutti itsetuntoa kohentavasti. Elämä oli merkityksellistä ja mielekäästä, se toi mukanaan uusia kokemuksia ja elämyksiä, joista ei aiemmin osattu edes haaveilla.

Rutiinien merkitys oli suuri. Aikaisemmin halveksittu seitsemästä neljään työ ja arki perheen parissa nousivat tärkeiksi arvoiksi. Elämään tuli kaivattua rakennetta ja merkityksellistä toimintaa. Rutiinit työn ja perheen parissa vahvistavat kiinnittymistä yhteiskuntaan. Kaikki tämä vahvisti itsetuntoa ja auttoi muodostamaan uuden identiteetin. Työhön ja muuhun sosiaaliseen toimintaan osallistuminen edisti yksilön identiteetin

luomista, koska identiteetti muodostuu vuorovaikutuksessa muiden kanssa.

Sosiaalinen kuntoutuminen vaatii itsen rakentamista ja identiteetin vahvistamista. Sitä ei voida rakentaa ulkoakäsin, mutta sitä voidaan edesauttaa. Muutostapahtuma on siirtymä, ei vain päihteiden käytöstä päihteettömyyteen vaan myös identiteetistä toiseen. Kielteisen minäkäsityksen tilalle on tullut kokemus hyväksytyksi tulemisesta ja tarpeellisuudesta. Työllä ja perheellä, uusilla rooleilla on uutta elämäntapaa tukeva vaikutus ja yhteisön luottamus tukee muutosta (ks. myös Timonen 2009, 212.)

Elämänmuutos on tilanne, jossa koko elämäntarinan "käsikirjoitus" joudutaan läpikäymään uudelleen siten, että muutos kietoutuu sen osaksi. Tulevaisuudelle luodaan uusi kertomus ja myös menneisyys tulkitaan uudelleen. Kyse on myös oman identiteetin uudelleen määrittelystä. Omasta rikollisesta elämästä vapautuminen on esimerkki muutoksesta, jossa kertoja itse muuttaa umpikujaan ajautunutta elämäänsä, hahmottaa tämän muutostyön keinoja, vapauttaa itseään myös syyllisyydestä ja määrittelee uuden elämäntavan arvoja ja uutta identiteettiään. (Timonen 2009, 268.)

Traumatisoituneen, rikoksista ja päihteistä irti yrittävän ihmisen toipuminen on koko elämän mittainen prosessi. Prosessi alkaa tietoisuudesta, että elämä on ajautumassa umpikujaan. Eletty elämä on menettänyt merkityksensä. Selviytyminen edellyttää motivaatiota, vahvuutta pysyä muutoksessa sekä tukea muutoksen erivaiheissa ammattihenkilöstöltä, ystäviltä ja perheeltä. Muutos edellyttää koko entisen elämän taakse jättämistä. Elämäntarina rakentuu hiljalleen ja yhteys omaan sisäiseen maailmaan vahvistuu.

14 POHDINTAA RIKOSSEURAAMUSTYÖN KEHITTÄMISESTÄ

Opinnäytetyöni ei tuo juurikaan esille uutta päihderiippuvuudesta toipumisesta vaan se vahvistaa aikaisempien tutkimusten tuloksia (Kuusisto 2010, Myllärinen 2011, Knuuti 2007.) Rikosseuraamusalalla vastaavia tutkimuksia on kuitenkin tehty vain vähän. (Laub & Sampson 2003, Timonen 2009.) Rikosseuraamusalan työssä opinnäytetyölläni on suurempi merkitys, koska ala kehittyy verkkaisesti ja pitkään vallalla ollut What Works – ajattelu ei enää riitä ja kaipaa rinnalleen jotain uutta.

Päihteiden käytön lopettamisen prosessinomaisuus on selkeää ja siinä on nähtävissä yhteyttä muutosvaihemalliin. Mallia on käytetty sekä tieteellisessä että soveltavassa työssä paljon ja sen myötä myös sitä kohtaan esitetty kritiikkikin on varsin voimakasta. Vuosien kuluessa on esitetty kritiikkiä, joka kohdistuu pääosin vaiheisiin, mahdollisuuksien erotella niitä toisistaan sekä vaiheiden kehämäiseen rakentumiseen. Mallia on kritisoitu myös siitä, että se keskittyy liikaa kognitiivisiin prosesseihin ja jättää toipuvan sosiaalisen vuorovaikutuksen ja kontekstin merkityksen vaille huomiota. Muutoksen prosessinomaisuus on yleisesti tunnustettua. Tutkimusta tulisi jatkossakin tehdä aiemman tutkimuksen ongelmakohdat huomioiden tai jopa kohdistaa voimavarat kokonaan uudenlaiseen malliin, joka kuvaisi muutosta paremmin. (ks. myös Kuusisto 2010, 278.)

Konfliktit ovat välttämättömiä kehitystehtäviä, joiden myötä yksilö saavuttaa uusia kykyjä ja valmiuksia. Näkökulma on lohdullinen toipuvalle päihdeongelmaiselle. Pysähtyminen ja uudelleenarviointi voi johtaa elämän uuden suunnan löytymiseen. Muutokseen liittyy sekä tietoista että tiedostamatonta omien voimavarojen kartoittamista ja keinojen etsimistä muutoksen suunnan vahvistamiseksi. Siirtymävaiheet ja käännekohdat ovat eletyn elämän uudelleenarvioinnin paikkoja ja valintojen tekemistä. Suuri osa, jopa neljä viidestä kokee muutoksen kriisien kautta. (Kuusisto 2010, 31.)

Kuusiston (2010) mukaan James Prochaska ja Carlo DiClemente (1992) kuvaavat tätä ambivalenssilla, päihdekäytöstä toipumiseen liittyvällä vaiheella, jossa käytön jatkaminen ja sen lopettaminen kamppailevat lähes tasaväkisinä. Kahden elämäntavan rajapin-

nalla vaaka voi vielä kallistua molempiin suuntiin. Luopuminen addiktiivisesta käyttäytymisestä voi mahdollistua, kun ihminen saa muilla elämän alueilla suurempia palkkioita kuin mitä päihdekäyttö pystyy tarjoamaan. Aika voi toimia kypsyttävänä muutokseen sitä kautta, että ajan kuluessa addiktiivisen käyttäytymisen palkkiot vähenevät. (Kuusisto 2010, 32.)

Lukuisat tutkimukset osoittavat, että pysyvä muutos edellyttää muutoksia myös omaa itseä koskevissa perususkomuksissa. Identiteettiä ja ihmisen perusarvoja koskeviin kysymyksiin pitää rikosseuraamusalankin työssä kiinnittää enemmän huomiota.

Muutokseen lähteminen edellyttää konkreettista tukea. Opinnäytetyössäni merkittäviä tukitahoja ovat olleet vankilan henkilökunta sekä erityisesti vertaistuki. Muutokseen lähteminen edellyttää päätöksentekoa. Haastateltavat olivat tehneet useita päätöksiä aiemminkin, mutta valmius niiden toteuttamiseen oli ollut heikko. Päätökset olivat kohdistuneet enemmän impulsiivisiin, hetkellisiin muutospyrkimyksiin. Niistä olivat myös puuttuneet muutostyötä tukevat sisäistetyt ajattelun merkitykset ja toiminnan sosiokulttuuriset tukirakenteet. Olennaisena selviytymisessä koetaan vertaisuus eli mahdollisuus käydä tasaveroista dialogia samanlaisen kokemusmaailman jakavan henkilön kanssa. Vertaisen ajatukset auttavat punnitsemaan omia ajatuksia.

Elämänsisällön muutos käynnistyy yksilökohtaisen muutostarpeen tiedostamisena, mikä näkyy muutoshalun viriämisenä. Tätä tilannetta voi kuvata myös muutosvalmiuden aktivoitumisella. Aineisto osoittaa, että muutoksessa olevat henkilöt hyötyvät tuesta, joka merkityksellistyy heille toivon tuojana ja muutoksen tukijana. (ks. myös Myllärinen 2011, 171.)

Muutosvalmiuden vahvistajia olivat tässä aineistossa ammatillinen tuki sekä vertaistuki. Henkilöt, jotka puhuvat koetusta muutoksesta, synnyttävät muutoshalua. Heillä on tarjota myös sosiokulttuurisesti määrittynyt konteksti, joka vahvistaa toivon viriämisen ja ylläpitämisen. Kiinnittymisen ydin on kokemusten jakamisessa ja yhteisen historiakontekstin kohtaamisessa. Liittyminen ja ”herääminen” tutuksi koetussa on muuttujan kannalta todellisempaa kuin liittyminen vieraaseen. Ammatillisessa työssä liittyminen saat-

taa edustaa vuorovaikutusta rangaistuksen antajan lähellä olevan tahon kanssa. Tässä opinnäytetyössä ammattillinen tuki koettiin kuitenkin hyväksi, jopa välttämättömäksi ja sitä osattiin hyödyntää. Muutoksen ylläpidossa auttoivat lähisuhteiden tarjoama tuki sekä vertaistuki. Perheen ja työtovereiden merkitys oli suuri.

Rikoksista ja päihteistä irrottautumiseen vaikuttavien tekijöiden tunnistaminen on tärkeää, että voidaan edelleen kehittää interventioita, jotka vähentävät uusintarikollisuutta ja auttavat irti päihderiippuvuudesta. Erilaiset selviytymistarinat, jotka lisäävät ymmärrystä tuomitun todellisuudesta ovat tervetulleita käytännönkin kentälle. Selviytyneillä on hiljaista tietoa, jolla on merkitystä erilaisten hoitojen, päihdehuollon palvelujen sekä rikosseuraamustyön kehittämisessä. Työntekijän on hyvä pyrkiä tavoittamaan tuomitun kokemuksilleen antamia merkityksiä ja pyrkiä yhdessä pohtimaan mitä se tarkoittaa työskentelyn kannalta.

Parhaimmillaan rangaistusaika voi muodostua yksilölle merkittäväksi ja käänteentekeväksi elämänvaiheeksi. Rangaistusaika muodostaa prosessin, jossa voi yksilöllisesti suunnitellun rangaistusajan puitteissa pohtia elämänsä suuntaa uudelleen. Tämä tietysti vaatii sekä tuomitulta itseltään rohkeutta hypätä tuntemattomaan että häntä ympäröiviltä ihmisiltä ja ympäristöltä halua ja mahdollisuuksia tukea tätä muutosprosessia.

Vankiloissa on nykyisistä kuntoutuspyrkimyksistä huolimatta vaikeaa kehittää sellaisia rakenteellisia ratkaisuja varsinaisen rangaistuksen aikana, jotka antaisivat todellisia valmiuksia kiinnittyä tavanomaiseen elämäntapaan. Vankilat ovatkin paikkoja, joissa rikollisuus on yleistä ja joissa turvallisuus- sekä riskiajattelu ovat tämän takia kaikkia käytäntöjä suuntaavana periaatteena. Vankilaan suljetuilla on siksi yleensäkin vähän mahdollisuuksia reflektoida omaa elämäänsä ja saada vastakaikua näille pohdinnoilleen esimerkiksi henkilökunnan taholta. Vankien kokemuksia vankiloista luonnehtiva yleisin piirre onkin ikävystyneisyys ja vieraantuneisuus eikä oman toiminnan refleктоiminen. Vangit ovat vankilassa turvallista säilyttämistä varten eivätkä sen takia, että he palautuisivat reformoituina yhteiskuntaan. (esim. Kivivuori & Lindborg 2009.)

Erilaisia kuntouttavia ohjelmia on tuotu lisääntyvästi vankeinhoidon piiriin. Ohjelmilla pyritään vaikuttamaan rikollisuuteen, päihteiden käyttöön ja tukemaan yhteiskunnassa selviämistä. Rangaistuksen täytäntöönpanossa on haluttu huomioida rikollisuuden johtaneet ongelmat ja riskitekijät, jotka saattavat vaikuttaa uusintarikollisuuteen. Vuoden 2006 vankeuslaissa vankeuden täytäntöönpano määriteltiin suunnitelmalliseksi ja hallitusti eteneväksi prosessiksi. Vangeille laaditaan yksilöllinen rangaistusajan suunnitelma rangaistusajan suorittamista, vapauttamista ja ehdonalaista vapautta varten. Suunnitelman avulla rangaistus pyritään tekemään sisällöltään sel-laiseksi, että sen avulla voidaan vaikuttaa rikolliseen käyttäytymiseen. Suunnitelman sisältö ja tavoitteet mitoitetaan rangaistusajan pituuden sekä vangin sosiaalisen toimintakyvyn ja henkilökohtaisten olosuhteiden mukaiseksi.

Rikosseuraamusten sisällöistä käyty keskustelu liikkuu edelleen sen ympärillä, kuinka kuntoutusta ja integroitumista tukeva sosiaalisen tuen näkökulma saataisiin yhdistettyä kontrollia, turvallisuutta ja säilytysvarmuutta korostavan näkökulman kanssa. Päihdehoidon saamisella on irtaantumisoptimismia lisäävä vaikutus. Päihdehoito näyttäisi tukevan vankeja uskomaan tulevaisuuden mahdollisuuksiin. Tutkimukset (esim. Linderborg, Kivivuori 2009) tukevat ajatusta siitä, että nykyiseen kriminaalipolitiikkaan täytyy lisätä vankeusrangaistuksen hoidollisia ja kuntouttavia elementtejä. Tässä opinnäytetyössä Kiskohoidolla oli suuri merkitys ja Kiskohoidon kautta avutuvat väylät ovat poikkeuksellisen hyvin suunniteltuja ja valmisteltuja. Kaikki eivät toki tarvitse selviytyäkseen Kiskohoidon kaltaista kuntoutusta, mutta ainakin nämä selviytyneet kokivat etteivät olisi selvinneet ilman pitkäaikaista kuntoutusta.

Rikosseuraamusalalla pitkään vaikuttanut What Works -ajattelu, joka keskittää kuntoutumisen kriminogeenisiin tekijöihin pyrkien muuttamaan yksilön asenteita, ajattelua ja käyttäytymistä ei enää yksin riitä. Mallissa pyritään vaikuttamaan yksilössä itsessään oleviin rikollisuuden syihin ja nämä yksilöllisiin esimerkiksi luonteeseen, moraaliin ja persoonallisuuteen liittyvät rikollisuuden syyt voidaan tunnistaa ja poistamalla ne, rikollisuutta voidaan vähentää. (ks Lavikkala 2011, 99-100.) Menestyksenkäs kuntoutuminen tapahtuu suhteessa ja vuorovaikutuksessa "merkittäviin toisiin". Siihen kuuluvat perhe, muut tukijat ja laajemmin yhteisön jäseniä, myös uhrit. Kyse

on suhteiden rakentamisesta, rikollisen leiman palauttamisesta ja myönteisen identiteetin mahdollisuudesta, kiinnittymisestä yhteiskuntaan. Tutkimukset ovat osoittaneet, että hyvät tulokset vaativat huomion kiinnittämisen asiakkaiden motivaatioon ja sosiaalisen todellisuuden vaikutuksiin. Huomio pitäisi kiinnittää muutosprosesseihin, ei niinkään interventioihin. (Lavikkala 2011, 100.)

Vangeista löytyy monia, jotka haluavat muuttaa elämänsä suuntaa, mutta ovat siihen kykenemättömiä omin voimin. Heille tulisi antaa todellinen mahdollisuus muutokseen jo ihmisarvon ja perusoikeuksien vuoksi. On paljon tietoa siitä, minkä tyyppisellä toiminnalla vankeja voidaan auttaa kuntoutumaan ja vankilasta vapautuvia palaamaan yhteiskuntaan. Toiminnan kehittäminen edellyttää riittävän voimakasta yhteistä tahtotilaa yhteiskunnassa. Ellei päihdeongelmallisille järjestetä riittävää kuntoutusta ja taata turvallisia vapautumisolosuhteita, menetetään ihmishenkiä. Onneksi kuitenkin ihmisenä kasvua tapahtuu silloinkin, kun sitä ei odottaisi, eikä viranomaisen toiminta ole ainoa lähtökohta muutokselle. (Karsikas 2005, 149.)

Päihde- ja rikoskierteestä selviytymiseen tarvitaan erilaisia asioita tueksi ja pärjäämisen ylläpitämiseksi. Erilaiset hoitomuodot puolustavat paikkaansa. Tässä tutkimuksessa korostui Kiskohoidon merkitys. Vaikeimmin päihdeongelmaisten on useissa tutkimuksissa todettu hyötyvän intensiivisemmästä tuesta. Rikolliset päihdeidenkäyttäjät voidaan lukea tähän ryhmään. Päihdehuollon palveluiden heikkeneminen koskettaa eniten niitä, joiden päihdeongelma on sen kaltainen, että siitä eroon pyrittäessä hoidon merkitys korostuu.

Taloudellinen taantuma, jonka keskellä nyt elämme, näyttää johtavan päihdeongelmaisten hoitomahdollisuuksien kaventumiseen, myös vankiloissa. Taloudellinen epävarmuus johtaa helposti ennestään marginaalissa olevien olosuhteiden huononemiseen entisestään.

Jani: se on sääli, jos ei oo mitään tukee tai hoitoo, toki sen pitää olla, jos kundi ei oo mitään tehny, jos se pääsee vaan portista ulos niin sen hoidon pitää olla erilaista, ei riitä pelkkä kämppä, pitää olla monimuotosta se hoito siinä vaiheessa, vähän niinku tarpeen mukaan, olisko mahdollista joku

yksilöllinen hoito se ei välttämättä vaan onnistu. Mäkin oon tehny helvetinmoisen duunin, että mä oon päässy sinne jatkohoitoyksikköön, ei se olis mulla onnistunut jos mä olisin menny Sörkkään ja kerrostaloyksiöön.

Päihdepalveluja täydentävät ei ammattimaiselta pohjalta toimivat vertaistuen muodot, kuten AA. Ammattimaisen päihdehoidon asiakkuuden prosessi eroaa oleellisesti vertaistuen jäsenyydestä: kun vertaistukea luonnehtii kattava ja pitkäkestoinen tuki, niin ammattimaisen päihdehoidon reunaehtoina ovat rajallinen asiakkuus ja rajalliset resurssit. Vertaistuki ei voi kuitenkaan asettua paikkaamaan ammattimaisen päihdehoidon puutteita jo siitäkään syystä, että sen erilainen ideologinen pohja ja osallistumisen tapa ei sovi kaikille. Samoin vain osalle päihdeongelmaisista omaehtoinen toipuminen on vaihtoehto. (Kuusisto 2010, 333.)

Glasgow'n yliopiston professori Fergus McNeill puhui kansainvälisessä yhdyskuntaseuraamusseminaarissa 15.1.2013 rikollisesta elämäntavasta irtaantumisesta tuoreimpien tutkimusten valossa. Tutkimustiedon mukaan sosiaalisten sidosten ja identiteetin kehittäminen edistävät rikollisuudesta irrottautumista. Tutkimustieto puoltaa ihmisten tukemista kehittämällä myönteisiä sosiaalisia sidoksia ja identiteettiä, jotka mahdollistavat ja sallivat siirtymisen rikollisen leiman alta. Tarve merkittäville muutoksille niin rangaistusajattelun kuin käytäntöjenkin tasolla on. Muutosten yhtenä perusteena on selkeytynyt ymmärrys rikollisuudesta irrottautumisesta ja siitä, mikä sitä tukee ja mikä estää. (McNeill 2013.)

Muutostarinat, joissa ihmiset kertovat ja toteuttavat omaa tarinaansa silloinkin, kun se poikkeaa vahvasti kaikesta tavanomaisuudesta voivat toimia apuna muille vastaavanlaisissa tilanteissa painiskeleville. Nämä tarinat voivat haastaa myös muita pohtimaan elämäänsä ja sen merkitystä uudesta näkökulmasta. Tarinoista löytyyn sellaista tietoa, jota voidaan hyödyntää rikosseuraamusalan työssä ja päihdekuntoutuksessa. Toivon, että tarinat loisivat myös toivoa ja uskoa niille vielä päihdekierteessä kamppaileville, muutos on mahdollinen!

LÄHTEET

- Goffman, Erving 1969. Minuuden riistäjät. Lohja: Lohjan Sanomalehti- ja Kirjapaino Oy
- Granfelt, Riitta 1998. Kertomuksia naisten kodittomuudesta. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Granfelt, Riitta 2006. Paha olla - vankilan sisällä, ulkona, vangen lähellä? Teoksessa Helne ja Laatu (toim.) Vääryyskirja. Helsinki:Kela, 145–158.
- Granfelt, Riitta 2007. "Oppisin elämään riippuvuuteni kanssa". Tutkimus naisvankien päihdekuntoutuksesta Vanajan vankilassa. Rikosseuraamusviraston julkaisuja 2007.
- Granfelt, Riitta 2011. Vankila auttamistyön ympäristönä? Teoksessa Aini Pehkonen ja Marja Väänänen-Fomin (toim.) Sosiaalityön arvot ja etiikka. Juva: PS-kustannus, 215–231.
- Helne, Tuula 2002. Syrjäytymisen yhteiskunta. Tutkimuksia 123. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus
- Helne, Tuula 2004. Syrjäytymisen solmut - eli miksi syrjäytymisestä puhuminen on niin hankalaa? Teoksessa Tuula Helne, Sakari Hänninen, Jouko Karjalainen (toim.) Seis yhteiskunta – tahdon sisään! Jyväskylä: SoPhi, 23–53.
- Hypen, Kimmo 2004. Vankilasta vuosina 1993-2001 vapautuneet ja vankilaan uudelleen palanneet. Rikosseuraamusviraston julkaisuja 1/2004.
- Hyväri, Susanna 2001. Vallattomuudesta vastuuseen. Helsinki: Tietosanomat.
- Hänninen, Vilma 1999. Sisäinen tarina, elämä ja muutos. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Hänninen, Vilma 2010. Tarinoiden merkityksestä riippuvuuksista vapautumisessa. Luento 29.9.2010 Seminaari matalasta kynnyksestä ja päihdetyön ihmiskuvasta
- Hännikäinen-Uutela, Anna-Liisa 2004. Uudelleen juurtuneet: yhteisökasvatus vaikeasti päihderiippuvaisten narkomaanien kuntoutuksessa. Jyväskylä: Jyväskylän Yliopisto.
- Hännikäinen-Uutela, Anna-Liisa, Määttä, Paula, Pärttö, Minna 2009. Huumeiden käyt-

- täjien arki yhteisöllisen huume kuntoutuksen jälkeen. *Janus* vol. 17 (2) 2009, 121–138
- Julkunen, Raija 2006. Kuka vastaa? Hyvinvointivaltion rajat ja julkinen vastuu. Helsinki: Stakes.
- Järvinen, Tero & Jahnukainen Markku 2001. Kuka meistä onkaan syrjäytynyt? Teoksessa Suutari Minna (toim.) *Vallattomat marginaalit*. Helsinki: Yliopistopaino Oy
- Kannasoja, Sirpa 2006. Nuorten identiteetti ja marginaalisuus: kvantitatiivinen tutkimus identiteettityön kohdentamisen painopistealueista. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskunta tieteiden ja filosofian laitos. Pro gradu työ.
- Karjalainen, Jouko 2010. Lainrikkijat asunto- ja työllisyyspolitiikan reunalla. Teoksessa Sakari Hänninen, Elina Palola ja Maija Kaivonurmi (toim.) *Mikä meitä jakaa? Sosiaalipolitiikkaa kilpailuvaltiossa*. Helsinki: Yliopistopaino Oy
- Karjalainen, Jouko & Viljanen, Olli 2009. Arki kuntoon - lainrikkajien tuen tarve. *THL - Avauksia* 14/2009
- Karsikas, Vuokko 2005. Selvinpään olosta tulee hyvä fiilis. Päihdeongelmaisten vankeiden voimaantuminen. Helsinki: Rikosseuraamusvirasto.
- Karsikas, Vuokko 2010. Vangin kotikunta mukaan vapautumisen valmisteluun. *Haaste* 1/2010.
- Kauppila, Tarja 1999. Vankeudesta vapauteen. Suomalaisten miesvankien turvatomuus ja elämäntilanteiden hallinta. Helsinki: Tietosanoma.
- Kivivuori, Janne & Linderborg, Henrik 2009. Lyhytaikaisvanki. Tutkimus lyhytaikaisvankien elinoloista, elämäntilanteesta ja rikollisuudesta. *OPTL:n tutkimuksia* 248. Rikosseuraamusviraston julkaisuja 2/2009.
- Knuuti, Ulla 2007. Matkalla marginaalista valtavirtaan? Huumeiden käytön lopettaneiden elämäntapa ja toipuminen. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Koski-Jännes, Anja 1998. Miten riippuvuus voitetaan? Helsinki: Otava.
- Koski-Jännes, Anja, Riittinen, Liisa & Saarnio, Pekka. (toim.) 2008. *Kohti muutosta*. Jyväskylä: Gummerus.
- Kotovirta, Elina 2009. Huumeriippuvuudesta toipuminen Nimetömien Narkomaanien toveriseurassa. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Kulmala, Anna 2006. Kerrottuja kokemuksia leimatusta identiteetistä ja toiseudesta.

- Tampere: Tampereen Yliopisto.
- Kuusisto, Katja 2010. Kolme reittiä alkoholismista toipumiseen. Tutkimus muutoksesta hoidon ja vertaistuen avulla sekä ilman professionaalista hoitoa. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy.
- Kuusisto, Katja 2009. Päihderiippuvuudesta toipumisen eri reitit. Teoksessa Tuukka Tammi, Mauri Aalto ja Anja Koski-Jännes (toim.) Irti päihdeongelmista. Porvoo: WS Bookwell Oy, 32–48.
- Kuure, Tapio 1996. Marginaalin politiikkaa. Marginaalista murtautumisen vaihtoehtoiset strategiat. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Kyngäs, Margit 2000. Vankeus miehen elämänsisällössä. Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Laine, Matti 2011. Positiivista kriminologiaa. Haaste 3/2011.
- Lavikkala, Raino 2011. Vaikuttavan rikosseuraamustyön kysymyksiä. Teoksessa Raino Lavikkala ja Henrik Linderborg (toim.) Rikosseuraamustyön kehittämisen kysymyksiä. Tampere: Tampereen yliopistopaino.
- Laub, John H. & Sampson, Robert J. 2003. Shared beginnings, Divergent Lives: Delinquent boys to age 70. Harvard University Press.
- McNeill, Fergus 2013. Kansainvälinen yhdyskuntaseuraamusseminaari 15-16.1.2013.
- Miller, William R. 1998. Why do people change addictive behavior? The 1996 H. David Archibald lecture. *Addiction*, 93 (2), 163–172.
- Miller, William 1999: Motivaation ja muutoksen käsitteellistäminen. Teoksessa Koski-Jännes, Anja, Riittinen, Liisa ja Saarnio, Pekka (toim.) (2008): Kohti muutosta. Motivointimenetelmiä päihde- ja käyttäytymisongelmiin. Jyväskylä: Tammi, 16–40.
- Myllärinen, Anna Riitta 2011. Lainrikkojien elämänsisällön muutos ja sitä tukeva auttamistyö. Tampere: Tampere University Press.
- Nurminen, Nina 2012. Uusi Suunta – yksilöohjelma seksuaalirikoksista tuomituille. Ohjelmakäsikirja. Julkaisematon.
- Oravala, Sanna & Rönkä, Anna 1999. Käännekohtat elämänsisällössä. *Psykologia: Suomen psykologisen seuran julkaisu* 34:4, 274–280.
- Prochaska, James O., DiClemente, Carlo C. & Norcross, John C. 1992. In search of how people change: Applications to addictive behaviors. *American Psychologist*, 47 (9), 1102–1114.

- Purola, Helena 2000. Kotona asuvan aivoverenkiertohäiriöpotilaan ja hänen omaistensa kokemuksia selviytymisestä. Oulu: Oulun yliopistopaino.
- Rantala, Kati (2004) Vankilasta vapautuvat huumeiden käyttäjät: sosiaalinen ongelma? Uusintarikollisuuden vähentäminen yksilökohtaisella työotteella ja verkostoituen. Tampereen kaupunki, sosiaali- ja terveystoimi: Tampereen Huumepilotin 4. Raportti.
- Rantala, Kati 2006. Syrjäytyneille turvaa vai tuomioita? Vaioletut vankilakierteet ja vastuun jakautuminen. Teoksessa Rantala & Sulkunen (toim.) Projektiyh-teiskunnan kääntöpuolia. Tampere: Tammerpaino, 207–227.
- Rauhala, Pirkko-Liisa ja Virokannas Elina 2011. Sosiaalityön tutkimuksen etiikka, opettaminen ja tietoarvo. Teoksessa Aini Pehkonen ja Marja Väänänen-Fomin (toim.) Sosiaalityön arvot ja etiikka. Juva: PS-kustannus, 235–256.
- Raunio, Kyösti 2004. Olennainen sosiaalityössä. Tampere: Tammerpaino.
- Rikosseuraamuslaitos i.a. Päihdeohjelmat. Viitattu 12.12.2012
<http://www.rikosseuraamus.fi/52961.htm>
- Ronel, Natti & Elisha, Ety 2011. A Different Perspective: Introducing Positive Criminology. *Int J Offender Therapy and Comparative Criminology* 55: 2, 305–325.
- Ruisniemi, Arja 2006. Minäkuvan muutos päihderiippuvuudesta toipumisessa. Tutkimus yhteisöllisestä päihdekuntoutuksesta. Tampere: Tampere University Press.
- Rönkä, Anna. Syrjäytyminen ja sen vastavoimat. Verkkojulkaisu. Viitattu 19.3.2011.
<http://vanha.soc.utu.fi/sospol/sosnet/uusi/materiaalit/riskilaps.htm>
- Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulu: Oulun yliopisto.
- Sipilä, Jorma 1985. Sosiaalipolitiikan tulevaisuus. Helsinki: Tammi
- Timonen, Helena 2009. Omin sanoin. Elämän ja muutoksen tarinat vankilasta vapauteen. Joensuu: Joensuun Yliopisto.
- Viikki-Ripatti, Sari 2011. Rikollisuudesta irrottautuminen subjektiivisena kokemuksena. Teoksessa Raino Lavikkala ja Henrik Linderborg (toim.) Rikosseuraamustyön kehittämisen kysymyksiä. Tampere: Tampereen yliopistopaino, 199–224.

