

HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ

Huumeenkäyttäjät, seurakunta ja yhteisömuutos

Hanna Eriksson

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön
koulutusohjelma (210 op)

11/2012

HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma

TIIVISTELMÄ

Työn tekijä Hanna Eriksson	Sivumäärä 52 ja 3 liitesivua
Työn nimi Huumeenkäyttäjät, seurakunta ja yhteisömuutos	
Ohjaava opettaja Pirkko Salo & Maria Kontinen	
Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja ViaDia ry	
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, kuinka huumeenkäyttäjien lähipiirit ja paikallisyhteisöt voivat motivoida ja tukea heitä pyrkimyksessä yhteisömuutokseen. Yhteisömuutoksen ajateltiin mahdollistavan huumeidenkäytön lopettamisen ja elämänhallintataitojen oppimisen. Selvitettiin myös huumeenkäyttäjien käsityksiä paikallisista kristillisistä yhteisöistä ja niiden mahdollisuuksista auttaa ihmisiä, jotka haluavat lopettaa huumeidenkäytön.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Menetelmänä käytettiin teemahaastattelua, johon osallistui kuusi 20-32-vuotiaasta huumeenkäyttäjää. Haastattelut toteutettiin huumeenkäyttäjien terveysneuvontapiste Jelpissä Lahdessa. Selvityksessä hyödynnettiin sosiaalipedagogista kirjallisuutta yhteisön ja yksilön suhteista, sekä päihdealalla tehtyä tutkimusta.</p> <p>Selvityksestä ilmeni, etteivät huumeenkäyttäjät usko muiden ihmisten tai yhteisöjen juurikaan voivan auttaa heitä. Huumeenkäyttäjillä ei ollut paljonkaan kokemuksia toimivista ja tyydyttävistä ihmissuhteista tai päihdealan avopalveluista. Luotettavuutta ja hyväksyvää suhtautumista kuitenkin arvostettiin ja sitä toivottiin muilta ihmisiltä ja yhteisöiltä.</p> <p>Tutkimustuloksena esitettiin, että vapautuminen huumeriippuvuudesta on yksilön vastuulla. Muita ihmisiä kuitenkin tarvitaan herättämään huumeenkäyttäjässä tarve muuttua ja tukemaan häntä muutosprosessissa. Johtopäätösluvussa esitettiin myös käytännön kehitys- ja toimintaideoita paikallisyhteisöille, jotka haluavat auttaa huumeenkäyttäjiä saavuttamaan yhteisömuutoksen.</p> <p>Opinnäytetyön tilasi valtakunnallinen diakoniajärjestö ViaDia ry, joka myös vastasi työn kustannuksista. Selvityksen tuloksia voivat hyödyntää paikalliset seurakuntayhteisöt ja diakoniajärjestöt, mutta myös muut huumeenkäyttäjien parissa toimivat paikallisyhteisöt.</p>	
Asiasanat huumeet – käyttö, muutosvalmius, paikallisyhteisöt, päihdetyö, seurakunnat	

HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES
Degree Programme in Civic Activities and Youth Work

ABSTRACT

Author Hanna Eriksson	Number of Pages 52 + 3
Title Drug Abusers, Christian Communities and Community Change	
Supervisor Pirkko Salo & Maria Kontinen	
Subscriber and/or Mentor ViaDia ry	
Abstract <p>The aim of the final thesis was to find out how local communities and those people closest to drug abusers can motivate and support them to strive towards community change. The desired community change was to enable the quitting of drug abuse and learning of life management skills. Also the drug abusers' attitudes towards local Christian communities and their possibilities to help those willing to quit the drug abuse were explored.</p> <p>The final thesis was carried out as a qualitative research. Theme interview was used as a method and six drug abusers aged between 20 and 32 were interviewed at the drug abusers' counseling spot Jelpi in Lahti. Socio-pedagogical literature about relations between individual and community as well as research carried out in the field of substance abuse counseling services were utilized as a theoretical basis of the thesis.</p> <p>It was observed that the drug abusers do not believe that other people or communities could help them. The drug abusers had little or no experience of functioning and satisfying relationships or counseling services. Nevertheless, they hoped that other people and communities would demonstrate reliability and acceptance towards the drug abusers.</p> <p>As a result, it was stated that quitting drug abuse is an individual's own responsibility. In spite of that, other people are needed to motivate and support drug abusers in their process of change. Some practical development ideas were suggested to the local communities willing to help drug abusers to achieve community change.</p> <p>The final thesis was subscribed and financed by a national diaconal organization ViaDia ry. The results of the thesis can be utilized by local Christian communities and diaconal organizations, as well as by other local communities working among drug abusers.</p>	
Keywords Christian communities, drug abuse, local communities, substance abuse counseling services	

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1. JOHDANTO	5
2. KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELYÄ.....	7
2.1 Päihde- ja huumeriippuvuus	7
2.2 Kristillinen yhteisö.....	8
2.3 Vapaakirkollinen diakoniatyö.....	9
2.4 Terveysneuvontatyö ja vapaakirkollinen diakoniakäsitys.....	10
2.5 Yliluonnollinen ja hengellinen ulottuvuus tieteellisessä tutkimuksessa	11
3. TAVOITTEENA YHTEISÖMUUTOS	12
3.1 Seurakunta yhteisönä	12
3.2 Diakoniatyön asiakkaasta seurakuntayhteisön jäseneksi	14
3.3 Huumeenkäyttäjä seurakunnassa.....	15
3.4 Irti riippuvuuksista	16
3.5 Kohti uutta elämäntapaa	18
3.6 Yhteisömuutos	20
4. TUTKIMUSMENETELMÄT JA TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	22
4.1 Laadullinen tutkimus.....	22
4.2 Teemahaastattelu	23
5. TUTKIMUSAINEISTO JA TUTKIMUSTULOKSET	24
5.1 Haastateltujen valinta.....	24
5.2 Haastateltujen suhde päihteisiin	26
5.3 Haastateltujen minäkuva ja selviytymisstrategiat	27
5.4 Huumeenkäyttö ja huumeiyhteisö	28
5.5 Haastateltujen suhdeverkosto.....	29
5.6 Roolit ja odotukset.....	31
5.7 Kohti yhteisömuutosta.....	32
5.8 Ajatuksia muutoksesta.....	33
5.8.1 Huumeista luopuminen	33
5.8.2 Muutoksen askelet.....	35
5.8.3 Avopalveluiden merkitys	35
5.9 Hengellisyys ja kristillinen yhteisö	37
5.9.1 Käsitykset Jumalasta.....	37
5.9.2 Käsitykset kristillisestä yhteisöstä ja hengellisestä avusta	38
6. JOHTOPÄÄTÖKSET.....	40
6.1 Yhteisömuutoksen merkitys	42
6.2 Mitä Jumala voi tehdä?.....	44
6.3 Avaimena ihmissuhteet	46
6.4 Lopuksi	49
LIITTEET	53

1. JOHDANTO

On jouduttu näkemään, ettei yhteiskunnan järjestämällä huolenpidolla ja ihmisen arjesta yhä kauemmaksi siirtyvällä päätöksenteolla kyetä vastaamaan yksilöllisiin paikallisen tason kysymyksiin. Ihmisen arjen tasolla kohtaamat ongelmat ovat yksilöllisiä ja hän hakee niihin vastauksia lähipiirinsä tasolta. Ihmiset etsivät paikallisuudesta turvallisuuden, kodikkuuden ja pysyvyyden kokemuksia. Paikalliset yhteisöt voidaan nähdä läheisyyttä korostavina turvasaarekkeina, joiden avulla ihmiset tekevät elämästään hallittavan ja ymmärrettävän. Myös yhteiskunta on yhä enemmän tukeutunut paikallisiin yhteisöihin ja korostanut paikallisuuden mahdollisuuksia ihmisten voimaannuttamisessa, aktiivisuudessa ja yhteisöllistämässä. (Thitz 2006, 19.)

Tutun, pysyvän ja turvallisen lähiverkoston merkitys korostuu, kun puhutaan sosiaalisista ongelmista ja syrjäytymisestä. Huumeet eristävät usein käyttäjänsä yhteiskunnasta ja sen tarjoamasta palveluverkostosta. Huumeriippuvaisten ja valtaväestön elintavat ja arvostukset poikkeavat yleensä merkittävästi toisistaan. Huumeenkäyttäjät saattavat kylläkin arvostaa ja tavoitella päihteetöntä elämäntapaa, mutta harva selviää tästä haasteesta yksin. Epäonnistumisistaan turhautunut yksilö saattaa oikeuttaa itsetuhoisen toimintansa julistamalla yhteiskunnan ja ”normaalin” elämän tylsäksi ja yksilön vapauksia rajoittavaksi.

Yhteiskunta tarjoaa huumeenkäyttäjille erilaisia keinoja päästä eroon päihteistä ja opetella elämönhallintaan liittyviä taitoja. Moni päihdepalvelujen asiakas ei kuitenkaan koe järjestelmää toimivana ja riittävänä. Toisaalta vertaistuen avulla on saavutettu kestäviä tuloksia huumevieroituksessa (ks. esim. Chevreau 2000). Kerrotaan myös tarinoita ihmisistä, jotka ovat päässeet pysyvästi eroon huumeista uskoontulon myötä (mt. 2000; Niemelä 1999; Rinne 2012).

Yhteisöpedagogin (amk) opinnoissani olen suuntautunut sosiaaliseen vahvistamiseen ja tutustunut erilaisiin sosiaalipedagogisiin teorioihin. Koulutuksen aikana olen saanut tietoa myös syrjäytymisen ehkäisemisen keinoista. Mutta mitä tehdä, jos henkilö on jo syrjäytynyt, eikä itse näe tilanteessaan mitään ongelmallista? Entä mitä on tehtävissä, jos hän haluaakin muuttaa elämäntapaansa ja sosiaalista verkostoaan, mutta ei saa tähän prosessiin riittävää, tarkoituksenmukaista apua?

Erilaista näkökulmaa tähän kysymykseen on minulle antanut kristillinen uskoni ja osallistuminen paikallisten, kristillisten seurakuntien toimintaan. Tätä kirjoittaessani opiskelen myös teologiaa, seurakunta- ja lähetystyötä Suomen teologisessa opistossa. Kristillinen vakaumukseni ja uskoon liittyvät kokemukseni eivät vaikuta vain näkemyksiini vaan myös ammatillisuuteeni – onhan kristillisestä seurakunta- ja lähetystyöstä tulossa minulle toinen ammatti.

Tätä tutkimusta tehdessäni tahdon hyödyntää elämäni varrella hankkimaani tietoa ja kokemusta sekä molempien ammattialojeni tarjoamia näkökulmia. Onhan yhteisöpedagogin työkenttänä kansalaistoiminta, järjestö- ja nuorisotyö yhteiskunnan kaikilla sektoreilla ja erittäin moninaisissa yhteisöissä (Henriksson 2011, 19). Näin laajalajaisen ammatin harjoittajan on toimintaympäristöstä riippuen hankittava monipuolista tietoa ja ymmärrystä työhönsä liittyen. Myös kysymys huumeenkäyttäjien elämähallinnan tukemisesta ja heidän integroimisestaan yhteiskuntaan on yhteinen monille kansalaistoiminnan ja nuorisotyön toimijoille. Uskon tämän opinnäytteen tarjoavan uutta tietoa ja ymmärrystä sekä käytännön toiminta- ja kehittämideoita monille järjestö- ja kansalaistoiminnan tehtävissä toimiville.

Huumetyö on kristillisen taustayhteisöni, Suomen Vapaakirkon, piirissä vielä melko tuntematonta ja suhtautuminen siihen on ristiriitaista. Tietojeni mukaan kristillinen huumetyö on muuallakin keskittynyt lähinnä seurakuntien ulkopuolelle, päihdepalveluita tuottaviin järjestöihin tai entisistä huumeenkäyttäjistä koostuviin kristillisiin yhteisöihin. Monilla paikkakunnilla tällaisia erityispalveluita tai vertaisryhmiä ei kuitenkaan ole, ja siksi opinnäytetyöni on tärkeä paikallisille kristillisille yhteisöille niiden valmistautuessa tukemaan piiriinsä tulevia huumeenkäyttäjiä. Tämänkaltaisen selvityksen tarpeellisuuden on havainnut myös Suomen Vapaakirkon alaisuudessa toimiva diakoniajärjestö ViaDia ry, joka on lupautunut korvaamaan rahallisesti selvitystyöstäni aiheutuvat kustannukset.

Tarkoitukseni on selvittää, mikä merkitys huumeenkäyttäjän lähipiirillä ja paikallisyhteisöllä on hänen motivoitumisessaan huumeidenkäytön lopettamiseen ja siihen liittyvään elämänmuutokseen, sekä tämän pyrkimyksen onnistumisessa. Tutkimustuloksissa korostuu huumeidenkäyttäjien näkökulma mahdolliseen yhteisömuutokseen ja

siihen vaikuttaviin tekijöihin. Kristillinen taustayhteisöni on kiinnostunut nimenomaan seurakunnan mahdollisuuksista auttaa huumeenkäyttäjiä. Siksi kartoitan myös huumeenkäyttäjien käsityksiä paikallisista, kristillistä yhteisöistä ja niiden mahdollisuuksista tukea huumeriippuvaisten pyrkimystä elämänmuutokseen.

Kristillisestä yhteisöstä puhuttaessa on luonnollisesti huomioitava kyseisen yhteisön uskomus- ja arvomaailmaan liittyvät hengelliset ja teologiset kysymykset, mutta myös yksilön ja yhteisön väliseen suhteeseen liittyvät sosiaalipsykologiset ja –pedagogiset näkökulmat. Näiden lisäksi hyödynnän selvityksessäni päihteiden käytöstä ja päihdepalveluista tehtyä tutkimusta, sekä haastattemieni huumeenkäyttäjien kokemuksia aiheesta.

Hyödynnän aiheen käsittelyssä McAlisterin ja Puskan (1982) lanseeraamia terveyden edistämisen muutosportaita (ks. 3.6 Yhteisömuutos), joita pitkin noustaessa huumeidenkäytöstä irtautuvan yksilön tärkein päämäärä on uuteen yhteisöön ja sen elämäntapaan kiinnittyminen. Tarkoitukseni on esittää tutkimustuloksina konkreettisia asioita, joita seurakunnan ja muiden paikallisyhteisöjen olisi huomioitava saadakseen huumeenkäyttäjät toimintansa piiriin ja auttaakseen heitä uudenlaisen, päihdeettömän elämäntavan omaksumisessa.

2. KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELYÄ

2.1 Päihde- ja huumeriippuvuus

Ihminen voi tulla riippuvaiseksi monenlaisista asioista. Muun muassa lääkkeet, pelaaminen, ostosten tekeminen, seksi, ylensyöminen tai työnteko voi saada niin suuren roolin ihmisen elämässä, että se alkaa hallita hänen ajatuksiaan ja toimintaansa (Karjunen, 2012). Tämä opinnäytetyö käsittelee huumeriippuvaisia ihmisiä. Huumeriippuvaisista tai huumeenkäyttäjistä kirjoittaessani käytän rinnalla myös hieman laajempaa käsitettä päihderiippuvuus. Myös osa käyttämästäni lähdekirjallisuudesta kä-

sittelee nimenomaan päihderiippuvuutta. Näissä teoksissa on kuitenkin aina huomioitu myös huumeriippuvaiset henkilöt, joten kaikki esittelemäni tieto koskee myös heitä.

Kansanterveyslaitos on määritellyt päihderiippuvuuden krooniseksi sairaudeksi, jolle on tyypillistä kyvyttömyys säädellä aineen käyttöä, elimistön kyky sietää ainetta, sekä vieroitusoireet aineen käytön loputtua. Maailman terveysjärjestö WHO lisää tautiluokituksessaan (ICD-10) tähän myös päihteiden käytön muodostumisen elämän keskeiseksi asiaksi ja käytön jatkumisen siitä huolimatta, että käyttäjä on tietoinen sen aiheuttamista haitoista. (Karjunen, 2012.)

Riippuvuus on aina paheneva prosessi, jossa kyky ottaa vastuuta heikkenee ja alkuvaiheelle tyypillinen pyrkimys salata riippuvuus ympäristöltä vie energiaa ja johtaa epäluottamukseen sekä auktoriteettien pelkoon ja vastustamiseen. Toisaalta riippuvainen ihminen voi olla myös ylivastuullinen ja jättää omat tarpeensa ja tunteensa huomiotta. Päihderiippuvuuteen liittyy usein tunteiden poukkoilua, muutoksen pelkoa, pakonomaista käytöstä sekä kyvyttömyyttä nauttia elämästä ja kokea hyväksyntää tai mielihyvää. Riippuvuuksille ovat tyypillisiä myös vaikeudet ihmissuhteissa ja oman itsensä kanssa. Tämä voi ilmetä itsensä vähättelynä, epäluuloisuutena ja ahdistuneisuutena, sekä päämäärättömänä, ulkoa ohjautuvana elämäntyylinä. Myös seksuaaliset ongelmat ovat yleisiä. (Karjunen, 2012.)

Riippuvuudesta vapautuminen on mahdollista vain myöntämällä ongelma ja päättämällä itse toimia tilanteen muuttamiseksi. Lähiympäristön tuki on kuitenkin tärkeää – tarvitaan riittävästi ihmisiä, jotka ovat valmiita tukemaan riippuvuudesta irtautuvaa uuden elämäntavan omaksumisessa. (Karjunen, 2012.)

2.2 Kristillinen yhteisö

Tässä selvityksessä pohdin kristillisen yhteisön mahdollisuuksia ja keinoja toimia huumeidenkäyttäjän tukena hänen pyrkiessään yhteisömuutokseen. Kristillisellä yhteisöllä tarkoitan kristillistä paikallisseurakuntaa ja käytänkin tekstissäni rinnakkain termejä *kristillinen yhteisö* ja *seurakunta*.

Kristillisen seurakunnan esikuva on Raamatussa, Apostolien teoissa kuvailtu alku-seurakunta. Nykyään kristikunta voidaan jakaa karkeasti Idän ortodoksiseen ja Län- nen katoliseen kirkkoon, josta 1500-luvun uskonpuhdistuksen myötä syntyi myös lu- terilainen kirkko. Maassamme vaikuttavat niin kutsutut vapaat suunnat – niin myös työssäni esiintyvä Vapaakirkko – ovat puolestaan syntyneet erinäisten herätysten seurauksena. (Hyvönen 2005, 86-87; Rantanen 2011.)

Seurakunnat eivät toki ole ainoita kristillisiä yhteisöjä. Tässä tapauksessa kuitenkin rajaan käsitteen tarkoittamaan ainoastaan paikallisella tasolla toimivia kristillisiä seu- rakuntia, joiden rakenne tarjoaa mahdollisuuden uskovien yhteyteen, jumalanpalve- lukseen, hengelliseen kasvuun ja palvelutyöhön, sekä lähetyskäskyyn vastaamiseen. (Leier 2010, 9.)

2.3 Vapaakirkollinen diakoniatyö

Opinnäytettäni varten olen haastatellut Vapaakirkon sisäisen diakoniajärjestön, Via- Dia Lahti ry:n, tekemän huumetyön asiakkaita. Sosiaalinen työ ja diakonia on ollut vapaakirkollisille tärkeää ja tunnusomaista liikkeen alkuaajoista lähtien. Ensimmäiset seurakuntayhteisöt kasvoivat sosiaalisesta työstä kiinnostuneiden, yhteiskunnallisten vaikuttajien ympärille. Helsinkiin perustettiin jo 1800-luvun lopulla Kurjien kappeli, Koti langenneille naisille sekä yhä toiminnassa oleva Pursimiehenkadun asuntola, kun taas Vaasassa aloitettiin vankilatyö. (Grönqvist 2005, 56; Hyvönen 2005, 90-91.)

Vapaakirkollisten vuonna 1936 perustama Kristillinen raittiusliitto ry, josta maassam- me tehtävä ennaltaehkäisevä päihdetyö on saanut alkunsa, sai vuonna 2007 nimek- seen ViaDia ry. Nykyään se toimii kattojärjestönä kymmenille eri puolilla maatamme monimuotoista diakoniatyötä tekeville yhdistyksille. ViaDia ry on jälleen tehnyt dia- koniatyötä tunnetuksi ja ajankohtaiseksi Vapaakirkon seurakunnissa. Aiheeseen liit- tyvää viestintää ja koulutusta on lisätty valtakunnallisella tasolla, jotta sosiaalisessa työssä ja vaikuttamisessa tarvittava rohkeus ja ammattitaito lisääntyisi seurakuntayh- teisöissä. Paikallisten ViaDia-järjestöjen toiminnassa korostuu vapaaehtoisuus. Eri- laisten projektien puitteissa on kuitenkin myös palkattu henkilökuntaa, joka on voinut keskittyä diakoniatyön toteutukseen ja kehittämiseen täysipainoisemmin. (ViaDia ry.)

2.4 Terveysneuvontatyö ja vapaakirkollinen diakoniakäsitys

Lahden Vapaaseurakunta on diakoniatyönsä puitteissa toiminut huumeenkäyttäjien parissa jo vuosia. Huhtikuussa 2003 avattu terveysneuvontapiste Jelppi on nykyisin ViaDia Lahti ry:n alaista toimintaa, jota rahoittaa Lahden kaupunki. Kristillisellä arvo-pohjalla toimivan Jelpin tavoitteita ovat huumeidenkäytöstä johtuvien terveyshaittojen vähentäminen, huumeenkäyttäjien vastuunotto omasta elämästään ja terveydestään, sekä heidän hoitomotivaationsa kasvattaminen. (ViaDia Lahti ry 2011, 1, 5.)

Terveysneuvontatoiminnan päämääränä voidaan pitää tilannetta, jossa ”asiakkaat ovat tietoisia riskeistä ja niiden välttämisestä, välittävät omasta terveydestään ja heil-lä on tiedolliset ja konkreettiset välineet sen suojelemiseen”. Terveysneuvonnan pal-velut ovat ”asiakkailleen maksuttomia, ei-tuomitsevia, luottamuksellisia ja nimettömiä, niihin saa tulla ilman ajanvarausta ja asiointi sallitaan myös päihtyneenä”. (Arponen ym. 2008, 23, 35-36.)

Pekka Leväniemi julkaisi keväällä 2007 laajan selvityksen siitä, millaista on vapaakir-kollinen diakonia ja miten sitä tulisi kehittää. Suomen Vapaakirkon seurakunnissa teetetyt kyselytutkimuksen mukaan seurakuntien kuukausittaisessa toiminnassa huomioidaan diakonian eri kohderyhmistä lähinnä sielunhoidon tarpeessa olevat, ruoka-apua tarvitsevat ja vanhukset. Myös perhetyö on voimakasta. (Leväniemi 2007, 46-47)

Vapaakirkollisen diakonian työmuodot ovat tyypillisesti olleet tarvelähtöisiä ja vastan-neet lähinnä seurakuntalaisten elämänpiiriä koskettaviin käytännönläheisiin tarpei-siin. Viime vuosina etenkin ruoka-aputyö on tullut entistä organisoidummaksi ja ylei-semmäksi Vapaakirkossa. On havaittu myös muita yhteiskunnallisia ja sosiaalisia tarpeita, jotka eivät ehkä suoranaisesti kosketa valtaosaa seurakuntalaisista, mutta joihin kristillisellä diakoniolla voidaan hyvin vastata. Huumeenkäyttäjien terveysneu-vontatyö on tästä hyvä ja tuore esimerkki. (Leväniemi 2007, 52-53.)

2.5 Yliluonnollinen ja hengellinen ulottuvuus tieteellisessä tutkimuksessa

Seurakuntayhteisö on aina myös hengellinen yhteisö. Uskonasiat ovat seurakunnassa esillä niin, että toiminta ja ihmissuhteet rakentuvat niiden ympärille. Seurakunta voi tukea ja auttaa päihderiippuvaista diakonisesti ja tarjoamalla sosiaalisen verkoston, mutta omimmillaan seurakunta on, kun se voi auttaa ihmistä löytämään suunnan ja merkityksen elämälleen Jumalalta. Monet päihteidenkäyttäjät ovat vapautuneet riippuvuuksistaan seurakunnan yhteydessä, mutta jotkut ”puhtaasti” uskon kautta, täysin ilman tukiverkostoa tai edes uskon herättänyttä seurakuntayhteisöä (Niemelä 1999, 97-98).

Seurakuntayhteisöä itsessään ei siis voida pitää ainoana päihteistä irtautumista ja yhteisömuutosta edesauttavana tekijänä, kun tarkastellaan seurakunnan vaikutusta muutosprosessissa. Myös sanomalla, jota seurakunta pitää esillä, on selvä vaikutus. On puhuttava yliluonnollisuudesta, vaikka se ei tuntuisikaan sopivan yhteen tieteellisen tutkimuksen periaatteiden kanssa. Tätä haastetta pohtii myös Jorma Niemelä (1999, 326-327). Hänen haastattelemansa päihteiden käytön lopettaneet henkilöt kuvasivat rukousvastauksia, karismaattisia ilmiöitä ja persoonallista yhteyttä Jumalaan. Nämä kokemukset olivat heille täysin aitoja ja luonnollisia.

Uskonnollisuuden tutkimisen ajatellaan monesti edellyttävän tietynlaista ateismia, Jumalan ja hänen tekojensa poissulkemista tieteellisestä tutkimuksesta. Jorma Niemelän mukaan ihmisen hengellinen elämä on kuitenkin kokonaisvaltaista – se käsittää jumalallisen, mutta myös inhimillisen puolen. Laadullisilla menetelmillä selvitetään juuri ihmisen subjektiivisia kokemuksia. Ihmistieteet menettävät merkityksensä, jos tietty kokemusten osa-alue, hengellisyyden ja uskonnollisuuden merkitys ihmisen elämässä, suljetaan pois. Kokonaiskuva tutkittavasta ilmiöstä saadaan vain tutkimalla ihmisen kokemuksen kaikkia puolia, vaikka niiden aitoutta ja todenperäisyyttä ei olisi-kaan tieteellä todistettu. (Niemelä 1999, 326-327.)

Empiirinen tutkimus voikin tutkia, kuinka ihmiseen vaikuttaa se, että hän vakuuttuu Jumalan olemassaolosta ja muuttavasta voimasta. Jos ihminen löytää seurakunnan yhteydessä uskon, jolla on positiivinen vaikutus hänen elämäntapaansa ja ihmis-

suhteisiinsa, on tätä uskoa ja sen vaikutuksia tarpeellista tutkia ja analysoida myös tieteellisesti. (Niemelä 1999, 326-327.)

3. TAVOITTEENA YHTEISÖMUUTOS

3.1 Seurakunta yhteisönä

Pekka Leväniemi (2007, 66) kuvailee seurakuntaa hoitavana yhteisönä, jossa diakonisen avun tarpeessa olevat jäsenet voivat elää ja toimia vertaistukena toisilleen. Parhaimmillaan seurakunta tarjoaa ihmisille yhteisön, johon kuulua ja jossa he voivat kokea elämänsä tarkoitukselliseksi ja mielekkääksi. Yhteisen vastuun, välittämisen ja huolenpidon myötä seurakunta voi todella olla diakoninen ja hoitava yhteisö, kunhan se vain pitää ovensa auki myös uusille tulokkaille sen sijaan, että yhteisön jäsenet viihtyisivät vain omassa pienessä, turvallisessa piirissään (Leväniemi 2007, 67).

Yhteisöllisyys ei kuitenkaan toteudu pelkän hyvántahtoisuuden avulla. On todettu, että perinteiset yhteisöllisyyden muodot korostavat sisä- ja ulkopuolisuutta. Tiivis ja lämmin yhteisö sulkee aina ryhmään kuulumattomat ulkopuolelleen ja saattaa näin vahvistaa syrjäytymistä ja eriarvoistumista. Lehtosen (1990) mukaan yhteisön elämään voi liittyä myös vallankäyttöä, normittamista ja muita ongelmia. Jos yksilö ei koe yhteisön toimintaa mielekkäänä tai itselleen hyödyllisenä, jos hän ei koe täyttävänsä yhteisön käyttäytymiskriteerejä tai vaikkapa hallitsevansa sen sisällä käytettyjä puhetapoja, hän tuskin haluaa kuulua yhteisöön. (Thitz 2006, 11-12.)

Saastamoinen (2003) peräänkuuluttaa uudenlaista yhteisöllisyyttä, joka saisi ihmiset rakentamaan elämänsä yhdessä, erilaisten näkemysten moninaisuudessa. On kuitenkin kysyttävä, kuinka paljon yhteisön sisäiset näkemykset voivat erota toisistaan. Burrin (2004) mukaan sosiaalipsykologisessa tutkimuksessa on havaittu, että yhteisön vuorovaikutus perustuu sen sisällä jaettuihin, yhteisiin merkityksiin. Myös Lehtosen (1990) mukaan toiminnallinen ja symbolinen yhteisö vahvistavat toinen toisiaan.

Jos yhteisöllä ei siis ole omaa sisäistä merkitystä, voidaan tuskin edes puhua yhteisöstä. Jos jokaisen yksilön on itse luotava oma merkitysmaailmansa, kokee hän todennäköisesti sisäistä tyhjyyttä ja irrallisuutta. Delantyn (2003) sanoin juuri paikallinen yhteisö auttaa yksilöä saavuttamaan tasapainon persoonallisen identiteetin ja yhä moniäänisemmän sosiaalisen maailman välillä. (Thitz 2006, 16-19.)

Evangelisluterilaista diakoniatyötä tutkinut Päivi Thitz kysyy, ovatko seurakuntayhteisöön liittymisen syynä nykyisin ihmisten väliset vuorovaikutussuhteet vai kirkon sanoman tarjoama yhteenkuuluvuuden kokemus. Seurakunnan yhteisöllisyyteen vaikuttavat sen toimintakäytännöt, mutta myös puheet ja opetus. Jos seurakunnalle tyyppillinen merkitysmaailma kielletään ja unohdetaan, ei voida enää puhua seurakunnasta. Jos seurakunta hylkää sanomansa tai muuttaa sitä, menettää se samalla erityisyytensä ja sen suomat mahdollisuudet toimia hoitavana ja parantavana yhteisönä. Tämä ei tietenkään tarkoita sitä, etteivät eri tavoin ajattelevat ihmiset olisi tervetulleita seurakuntaan, vaikka vain sen tarjoamien vuorovaikutussuhteiden vuoksi. (Thitz 2006, 42-43.)

Elina Nivalan (2007) mukaan sosiaalipedagogisen toiminnan tavoite on ihmisen tukeminen eri elämänvaiheissa niin, että hän löytää oman paikkansa yhteiskunnassa ja tulee sen toimintakykyiseksi jäseneksi. Tärkeää on kuitenkin myös ihmisen yksilöllinen kasvu ja omaksi itsekseen kehittyminen. Tämän kehityksen tulisi aina vahvistaa yksilön kriittistä toimintakykyä. Kyse on aktiivisesta ja vuorovaikutteisesta kriittisestä pedagogiikasta – yksilön valtaistumisesta niin, ettei hän vain sopeudu sietämään ongelmia, vaan rohkaistuu tarvittaessa toimimaan asioiden muuttamiseksi. (Salo 2009.)

Myös terveysneuvontatoiminnan tutkimuksessa on havaittu yhteisöjen merkitys elämönhallinnassa. Elämönhallinta on hieman yleistäen sanottuna syrjäytymisen ja omaan elämään väsymisen vastakohta, joten juuri yhteisöön kuulumisen ja oman elämän kokemisen mielekkäänä ehkäisee terveydellisten riskien ottamista ja vastuutonta elämäntapaa (Arponen ym. 2008, 53). Seurakuntakin voi olla yhteisö, jossa yksilö saa turvallisessa ja hyväksyvässä ilmapiirissä löytää oman identiteettinsä suhteessa toisiin ihmisiin, sekä paikkansa yhteisön ja yhteiskunnan toimivana, aktiivisena jäsenenä.

3.2 Diakoniatyön asiakkaasta seurakuntayhteisön jäseneksi

Jos Pekka Leväniemen tutkimustaan (ks. luku 2.4) varten laatimat kyselylomakkeet lähetettäisiin vapaakirkollisiin seurakuntiin tänä vuonna, tulokset voisivat olla aivan erilaiset kuin viisi vuotta sitten. ViaDia -paikallisjärjestöjen toiminta on huomattavasti monipuolistunut ja ammattimaistunut. Esimerkiksi mielenterveyskuntoutujat ja huumeenkäyttäjät saatetaan jo nähdä diakoniatyön potentiaalisena kohderyhmänä ja heitä voidaan auttaakin monin tavoin. Eri asia kuitenkin on, ovatko nämä ihmiset vielä tänä päivänä tervetulleita seurakuntayhteisön jäseniksi, ”tavallisten” ihmisten joukkoon. Jos näin tapahtuu, ei enää varsinaisesti voida puhua diakoniatyöstä, vaan siitä, kuinka seurakunnan uudet tulokkaat muovaavat tätä uskovien yhteisöä, ja kuinka heihin suhtaudutaan yhteisön jäsenenä.

Päivi Thitz (2006, 74, 85-86) pohtii pro gradu –työssään evankelisluterilaisen kirkon diakoniastrategian ja käytännön diakoniatoiminnan suhdetta. Käytännön diakonian haasteina ja mahdollisuuksina Thitz näkee erilaisuuden hyväksymisen sekä seurakuntalaisten työpanoksen ja osaamisen hyödyntämisen. Kun yhteinen vastuu, välittäminen ja huolenpito ymmärretään kristityn elämäntavaksi, eikä vain yhdeksi seurakunnan työmuodoksi, tulee seurakunnasta kirkon diakoniastrategian (Vastuun ja osallisuuden yhteisö, 2003) mukainen uskon ja rakkauden yhteisö. Tämä saa aikaan osallisuutta ja vastuullisen elämäntavan omaksumista. Yhteisöllisyyden ja yhteisön jäsenten elämän mielekkyyden vahvistuessa toiminta voisi myös edelleen laajentua ja monipuolistua niin, että seurakunnasta todella tulee hoitava yhteisö.

Pekka Leväniemen (2007, 66) sanoin ”etsivä diakoniatoiminta on [vapaaseurakunnissa] vähäistä, mutta jos joku henkilö eksyy seurakunnan jumalanpalvelukseen, niin hänellä on suuri mahdollisuus tulla kohdatuksi diakonisesti”. Nämä potentiaaliset tulokkaat ovat kuitenkin usein moniongelmaisia ja tarvitsevat laajaa apua ja tukea lähi-verkostoltaan. Seurakunnankin olisi tärkeää huomioida tämä varaamalla riittävästi resursseja näiden ihmisten tukemiseen.

Asiantuntemus ja ammattitaito on välttämätöntä esimerkiksi huumeidenkäyttäjiä kohdatessa. Tätä voi seurakuntakin hankkia huolehtimalla palkattujen ja vapaaehtoisten työntekijöidensä koulutuksesta ja verkostoitumalla muiden alan toimijoiden kanssa

niin, ettei kukaan yhteisön jäsen kuormitu liikaa tai jää yksin, vaille apua ja tukea. Pekka Leväniemen tutkimuksessa yksittäiset seurakuntalaiset kaipasivatkin koulutusta erityisesti päihde- ja mielenterveysongelmista sekä syrjäytymisestä, seurakunnan johtavat henkilöt taas sielunhoitoon, vertaistukeen ja lähimmäisyyteen liittyen. (Leväniemi 2007, 63, 66-67.)

3.3 Huumeenkäyttäjä seurakunnassa

Mitä tarjottavaa kristillisellä seurakunnalla voisi olla huumeenkäyttäjille? Eivätkö huumeriippuvaiset tarvitsekin paljon monipuolisempaa ja ammatillisempaa tukea? Eikö heille voitaisi ammattilaisten tuella perustaa omia vertaisyhteisöjä seurakunnan ulkopuolelle? Olisihan tällöin yhteisön jäsenten kokemusmaailmakin yhteneväisempi, eikä ”ulkopuolisia” tai ”tavallisia” ihmisiä rasitettaisi heidän avun- ja tuentarpeellaan. Seurakunta ei itsessään voi olla mikään huumeatkaisupaikka tai kuntoutuskeskus. Kristilliseltä pohjalta toimivissa katkaisuhuolto- ja kuntoutusyksiköissä on sen sijaan saavutettu erinomaisia tuloksia myös huumevieroituksen suhteen, vaikka toiminta ei olisi ollut edes ammattilaisten suunnittelemaa tai toteuttamaa (ks. esim. Chevreau 2000 & Niemelä 1999).

Jorma Niemelä kuvaa tutkimuksessaan viittä ”herätyksen tilaa”, jotka alun perin herättivät hänen haastattelemiensa, alkoholin käytöstä kristillisen kääntymyksen kautta toipuneiden henkilöiden kiinnostuksen uskonasioihin, seurakunnan ydinsanomaan. Nämä hänen aineistossaan suunnilleen tasavertaisina esiintyneet perustelut olivat halu ratkaista elämän eksistentiaaliset perusongelmat ja päästä yhteyteen Jumalan kanssa, väsyminen entiseen elämäntapaan ja kaipuu parempaan elämään, uskovien osoittama huolenpito ja todistus uskostaan, halu päästä eroon viinasta, sekä pyrkimys ratkaista elämän laajempi umpikuja. (Niemelä 1999, 91-92.)

Uskonnollisten yhteisöjen tuki toipumisessa oli parhaillaan ollut yhdistelmä ihmissuhteita, työpaikkoja, konkreettisia sosiaalipalveluita ja elämäkatsomuksellista valmennusta. Olennaisen tärkeää näihin kaikkiin liittyen oli ollut luottamus. Luottamusta korostaa myös Utriainen (2004) kuvatessaan omien tunteiden ja kokemusten jakamista ja yhteistä käsittelyä yksilön keinona jäsentää elämäänsä. Kokemus siitä, että ihmi-

nen on otettu vastaan ja ”häneestä pidetään kiinni” edistää ihmisen elämänhallintaa. (Niemelä 1999, 125; Thitz 2006, 49.)

Jorma Niemelän mukaan uskonnollinen muutos voi virittää henkilössä prosessin, joka aikaansaa oppimista, kypsymistä ja kasvua, sekä oman, yksilöllisen identiteetin löytämistä, omaksi itsekseen tulemistä. Tämä onkin ehkä merkittävimpiä asioita, jota kristillinen yhteisö ja usko voi päihteenkäyttäjälle – ja muillekin ihmisille – tarjota. Päihteenkäytön lopettaminen ja sosiaalinen kuntoutuminen ei valitettavasti edes ole kaikille mahdollista. Seurakuntayhteisön kautta myös päihderiippuvainen henkilö voi kuitenkin löytää kosketuksen hengellisyyteen, joka kaikesta huolimatta antaa hänelle omanarvontuntoa, toivoa sekä kestävästä kokemuksesta elämän merkityksellisyydestä. (Niemelä 1999, 120-121.)

3.4 Irti riippuvuuksista

Pastori John Burke (2009) on kirjoittanut kirjansa *Täydelliset älkööt vaivautuko* ohjeeksi sellaisen yhteisöllisen seurakuntakulttuurin, johon kaikenlaiset ihmiset ovat tervetulleita ja jossa he voivat kokea kasvavansa ja eheytyvänsä, luomista varten. Burken siteeraama Gerald May (1988) kuvailee riippuvuutta pakonomaisena, tavaksi muuttuneena käytöksenä, joka rajoittaa ihmisen halun vapautta. Riippuvuuteen liittyy aina sietokyvyn kasvaminen, itsepetos ja siihen liittyvät henkiset puolustusmekanismit, tahdonvoiman menetys sekä huomion vääristyminen niin, että elämän tärkeimmät asiat menettävät merkityksensä. Riippuvuuden kohde, oli se sitten mikä tahansa, saa tällöin vallan ihmisestä ja hallitsee hänen ajatuksiaan, toimintaansa ja tahtoaan, vaikka henkilö yleensä loppuun asti ajatteleekin itse hallitsevansa elämäntapansa ja –tilanteensa. (Burke 2009, 289.)

Päihderiippuvainen ihminen ei siis useinkaan edes huomaa olevansa avun tarpeessa. Rikkinäisyyden myöntämiseen tarvitaan turvallista ja hyväksyvää ympäristöä sekä rohkeita ihmisiä, jotka herättävät henkilössä kaipuun erilaiseen elämäntapaan. Vertaistuki on tässä merkittävää – tukihenkilö, joka itse on kokenut vieroituksen ja siihen liittyvän oman voimattomuutensa tunnustamisen, on korvaamattoman tärkeä.

Burken sanoin seurakunnan johtajien olisikin ”löydettävä luovia tapoja ihmisten kutsumiseksi piiloistaan”. (Burke 2009, 295.)

Jorma Niemelän tutkimat, uskonnollisen kääntymyksen kautta päihderiippuvuudesta toipuneet henkilöt olivat lähes kaikki saaneet tukea joltakin kristilliseltä taholta tai uskovilta ihmisiltä, vaikka kaikilla ei ollutkaan ollut seurakuntayhteyttä. (Niemelä 1999, 133-141.) Vankeinhoitolaitoksen ylijohtaja K.J. Lång on sanonut, että ihmisellä on neljä tapaa päästä eroon päihteistä – kuolema, uskoontulo, Nimettömät Alkoholistit (AA) ja hyvä ihmissuhde. Kristillinen sanoma vastaa myös syyllisyyden ongelmaan, joka usein on päihteiden käytön syy ja seuraus. Uskonratkaisun kautta ihminen voi päästä irti syyllisyyden kehästä. (Kan ry 2009.)

Uskonratkaisu, johon liittyy todellinen uuteen elämänkatsomukseen sitoutuminen, voi olla nopea tie sosialisointiin. Kristillisten yhteisöjen tarjoama alakulttuuri voi olla mielekäs vaihtoehto päihteiden suurkulutukselle ja toisaalta myös ”normaalikansalaisen” elämälle, joka saattaa päihteenkäyttäjän mielikuvissa tuntua sisällyksettömältä, köyhältä ja mielenkiinnottomalta. Uskossa ja sen edellyttämässä elämäntavassa pysyminen on kuitenkin mahdollista vain seurakuntayhteisön tuella.

John Burke kuvaa Nimettömien Alkoholistien (AA) kahtatoista askelta toimivana keinona päästä irti riippuvuuksista. Muutenkin hän kannustaa seurakuntaa tekemään rohkeasti yhteistyötä olemassa olevan päihdehuoltojärjestelmän kanssa ja ohjaamaan yhteyteensä tulevia, riippuvuuksista eroon tahtovia ihmisiä sen palvelujen piiriin. Burken mukaan seurakunta ja erityisesti sen sisällä kokoontuvat pienryhmät voivat olla AA:n ohjelman läpikäyneille seuraava askel parantumisen ja kasvamisen tiellä. (Burke 2009, 307.)

Samaa ajatusta kannattaa myös Jorma Niemelä (1999) tekemänsä tutkimuksen valossa. Ongelmat eivät katoa, kun kaksitoista askelta on käyty läpi tai kun ihminen on seurakunnassa tullut uskoon ja kokenut syntien anteeksiannon. On paradoksaalista, että riippuvuuden perusongelma on juuri ihmisen usko omaan riippumattomuuteensa, joka voi helposti nousta uudelleen pintaan henkilön selvittyä vieroituksen pahimmasta alkuvaiheesta. Todellinen paraneminen ja muuttuminen on prosessi, joka voi edellyttää monien menneidenkin tapahtumien käsittelemistä. Vaikeuksien kautta löydetty

uskokin vahvistuu ja lujittuu, kun ihminen joutuu todella turvaamaan Jumalaan ja muiden ihmisten apuun sen sijaan, että yrittäisi vanhojen tottumustensa mukaisesti selvittää kaikkea itse.

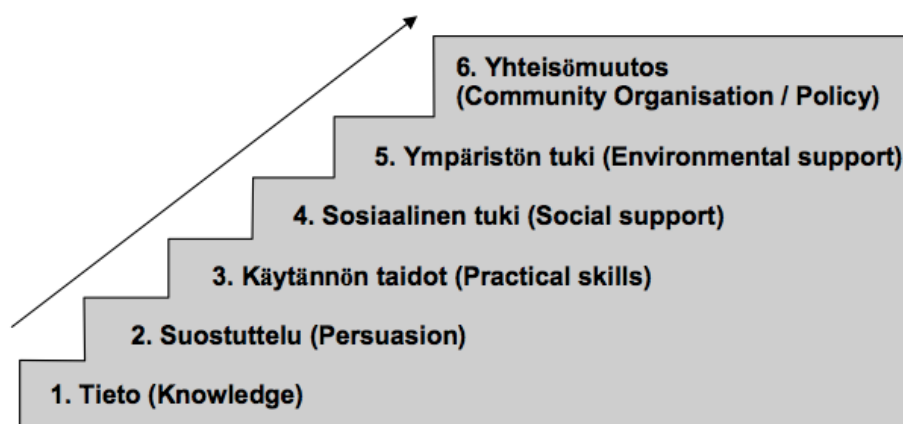
Riippuvuuksistaan seurakunnan yhteydessä vapautunut Randy muistuttaa Burken kirjan lukijaa myös riippuvuuden itsekeskeisestä luonteesta. Paras tapa pysytellä erossa riippuvuudesta onkin hänen mukaansa ”toisille antaminen ja heidän auttamisensa uskon ja toipumiseen”. Samaa sanoo myös vapautuville vangeille työtoimintaa järjestävän ViaDia Pohjois-Savo ry:n toiminnanjohtaja Pekka Matilainen: *”Monelle se on hyvin tärkeä juttu, että on taho, joka järjestää vaihtoehdon: sellaista toimintaa, jossa jaksaa olla mukana ja jossa ymmärretään ongelmia. Sitäkin, ettei kaikki mene aina putkeen, ja silti autetaan, ei tuomita. Moni näistä kavereista ei ole ikinä kiinnittynyt mihinkään koko aikuisiällä ja nyt he ovat löytäneet paikan, missä olla.”* (Burke 2009, 284-289; Nevalainen 2012, 10.)

3.5 Kohti uutta elämäntapaa

Kuinka sitten riippumattomaksi itsensä kokeva ihminen, joka mielestään hallitsee elämänsä ja päihteidenkäyttönsä, eikä kaipaa elämäänsä mitään uutta, voi alkaa muutosprosessin? Jorma Niemelän (1999, 153) mukaan toipumista aiheuttava terapeutin muutos edellyttää ennen kaikkea yksilön tilaa, joka virittää hänet muutokseen. Lisäksi tarvitaan kieltä, jolla ihminen voi jäsentää merkity maailmaansa uudelleen ja vastaanottaa jotain uutta. Tällainen kieli voi olla teoria tai maailmankatsomus, vaikkapa kristinuskon omaksuminen tai AA:n kahdestatoista askeleesta tuttu usko ”itseämme suurempaan voimaan”.

Muutokseen virittävän tilan ja kielen avulla voi tapahtua oivallus, joka voi muuttaa henkilön merkityssuhteita siten, että hän myös toimintansa muuttuu. Nimettömien Alkoholistien ohjelma perustuu vastaavanlaiseen ajatusmalliin. Muutos lähtee oman voimattomuutensa tunnustamisesta suhteessa alkoholiin – tai muihin riippuvuuksiin – ja omaan selviytymiseen nähden. Seuraavat askeleet liittyvät ”suuremman voiman” apuun turvautumiseen, itsetutkisteluun, omasta elämäntavasta kärsineiden ihmissuh-

teiden korjaamiseen, sekä uudessa elämäntavassa pitäytymiseen ja tämän löydetyn ”sanoman” jakamiseen muille riippuvuuksien kanssa eläville. (AA-kustannus ry 2012.)



Kuva 1. Terveyden edistämisen muutosportaati (Arponen ym. 2008, 23).

Matalan kynnyksen terveysneuvontapisteet, joihin Lahden Jelppikin kuuluu, voidaan ajatella soveltavan terveysinterventio-vaikuttamisen portaikkomallia (Kuva 1), jonka ovat alun perin esitelleet McAlister & Puska (1982). Matalan kynnyksen terveysneuvontapisteiden etuna on juuri se, että ne ovat avoimia niillekin ruiskuhuumeiden käyttäjille, joilla on porttikieltoja muihin palveluihin. Näin varmistetaan terveyden edistämisen portaikon ensimmäisen kynnyksen mataluus: muutosprosessin käynnistymistä edellyttävä tieto on jokaisen saatavilla. (Arponen ym. 2008, 23; McAlister ym. 1982, 43-47.)

Tiedon tarjoaminen ja suostuttelu ovat terveysneuvontapisteiden ensisijaisia ja yleisimpiä tehtäviä muutosprosessiin liittyen. Kun asiakas on valmis nousemaan portaikkoa ylöspäin, hänen kanssaan voidaan terveysneuvontapisteessä ideoida ja suunnitella jatkotoimenpiteitä. Seuraavien askelmien nouseminen vaatii kuitenkin myös muita yhteistyötahoja. Ammattimaisen kuntoutuksen rinnalla näen seurakunnan ja sen tarjoamat ihmissuhteet ja pienryhmät erinomaisina väylinä hankkia yhteisömuutoksen edellyttämiä käytännön taitoja. Ilman sosiaalisen ympäristön tukea opitut taidot eivät vakiinnu, eikä muutos ole pysyvä. Seurakunta voi tarjota muutokseen pyrkivälle kan-

nustavan yhteisön, joka sitoutuu kuntoutujan tavoitteisiin sekä tukee häntä niihin pyrkimisessä ja niissä pysymisessä.

Elämäntapojen muuttaminen on aikaa vievä, asteittain etenevä tapahtumasarja, johon liittyy myös taantumavaiheita ja repsahduksia. Kuntoutuja tulisi Poskiparran (2002) mukaan nähdä tasavertaisena kumppanina, joka osallistuu aktiivisesti omaa terveyttään koskevaan päätöksentekoon, ja jota tuetaan koko prosessin ajan. Paras tuki yhteisömuutokseen pyrkivälle huumeenkäyttäjälle olisikin varmasti sosiaalinen verkosto, johon kuuluu myös henkilöitä, jotka ovat itse henkilökohtaisesti nousseet terveyden edistämisen muutosportaatt ylös asti. (Arponen ym. 2008, 29.)

3.6 Yhteisömuutos

Huumeidenkäyttäjän sosiaalisesta kuntoutumisesta puhuttaessa yhteisömuutos tuskin tarkoittaa kokonaisen huumeidenkäyttäjyhteisön sisällä tapahtuvaa muutosta suhteessa yhteiskuntaan. Jos huumeidenkäytön tahtoo lopettaa, on omasta, tutuksi käyneestä yhteisöstä yleensä irrottauduttava kokonaan ja etsittävä tilalle jokin toinen yhteisö. Terveyden edistämisen muutosportaiden mukainen yhteisömuutos tarkoittaisi silloin yhteisön vaihtamista niin, että uusi ihmisverkosto tukisi kuntoutujaa hänen muutosprosessissaan. Käyttäytymistämme nimittäin määräävät aina yhteiset sosiaaliset merkitykset ja sosiaaliset voimat, jopa persoonallisuudenpiirteitämme ja tahdonvoimaamme tehokkaammin. Vaikka hylkäisimmekin toisten näkemykset ja tavat, teemme kuitenkin omat valintamme aina suhteessa heihin (Burr 2010, 50, 65-66).

Identiteettimme muotoutuu ihmisten välisissä sosiaalisissa prosesseissa. Voimme hyväksyä, tavoitella tai torjua erilaisten sosiaalisten luokkien tai yhteisöjen meille tarjoamia identiteettejä. Käsitteemme itsestämme vaikuttaa kykyymme omaksua erilaisia rooleja, mutta sekin on todennäköisesti syntynyt sosiaalisesti. Sosiaalipsykologien käsityksien mukaan roolin omaksuminen on tehokas keino saada aikaan henkilökohtainen muutos. Niin kuin näyttelijä eläytyy rooliinsa, voi sosiaaliseen muutokseen pyrkivä yksilökin uuteen yhteisöön samastuessaan alkaa nähdä itsensä uudes-

sa valossa, kokea sosiaalisen maailman aivan uudesta näkökulmasta ja myös omak-sua uudenlaiset käyttäytymis- ja toimintatavat niin, ettei uutta roolia ja omaa minuutta enää lopulta voi erottaa toisistaan. (Burr 2010, 71, 87.)

Muutosta ihmisten asenteissa ja ennakkoluuloissa ei yleensä saada aikaan manipu-loimalla ihmisten tiedollisia rakenteita tai sisäisiä käyttäytymistäipumuksia. Tehok-kaampaa onkin vaikuttaa ihmisten välisiin ja tätäkin laajempiin sosiaalisiin konteks-teihin. Esimerkiksi asenteet terveyskäyttäytymistä kohtaan muuttuvat nimenomaan sosiaalisissa konteksteissa. Yksilö rakentuu omaksi itsekseen sosiaalisen vuorovai-kutuksen ja kielen prosessien kautta. (Burr 2010, 158-159; 163).

Aivan kuten sosiaalinen ryhmä tai yhteisö vaikuttaa yksilön ajatteluun, toimintaan ja identiteettiin, myös yksilö muovaa yhteisöään (Burr 2010, 163; Kaipio 1999). Jos seu-rakuntayhteisöön ja sen sisällä toimiviin pienryhmiin tulisi huumeidenkäyttäjiä, mer-kitsisi se väistämättä myös näiden yhteisöjen muuttumista.

Sosiaalisen ryhmämme arvot, normit, olettamukset, perinteet ja elämäntavat vaikut-tavat käyttäytymiseemme, mutta vähitellen myös omiin asenteisiimme ja arvostuk-siimme. Sosiaalisen ryhmän jäsenille on tyypillistä tiedostamattaan muokata näke-myksiään toistensa kaltaisiksi. Näin syntyvät ryhmänormit ovat tyypillisiä juuri kysei-selle yhteisölle. Yksikin ihminen voi kuitenkin saada koko ryhmän omaksumaan muista poikkeavan näkemyksensä, jos hän pitäytyy siinä johdonmukaisesti. (Burr 2010, 38, 42-43, 49.)

Seurakunnissa olisikin pohdittava, millaisiin muutoksiin niiden yhteisöt ovat valmiita, ja mistä asioista ei voida tinkiä. Raamatun opetukseen tukeutuvissa seurakunnissa tällainen yhteisöä määrittävä tekijä on varmasti juuri Raamatun sanoma. Juuri Raa-matun tarjoamat elämänohjeet ja sanoma pelastuksesta tekevätkin seurakunnasta seurakunnan ja mahdollistavat sen toimimisen sitä ympäröivän yhteisön parhaaksi. Raamatusta nousevat suuntaviivat määrittävät sen, kuinka seurakuntayhteisö voi uusia jäseniään auttaa ja tukea. Jos niistä tingitään, ei seurakunta pian erotu muista sosiaalisen avun yhteisöistä ja järjestöistä. Juuri seurakunnan sanoma tekee seura-kunnasta ainutlaatuisen yhteisön ja tarjoaa sille keinon ja syyn auttaa vaikutuspiiriin-sä tulevia ihmisiä.

4. TUTKIMUSMENETELMÄT JA TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

4.1 Laadullinen tutkimus

Sosiaaliselle todellisuudelle on ominaista muutos ja ilmiöiden prosessinomaisuus. Siksi sosiaalisista ilmiöistä hankitut tutkimustulokset ovat paikallisia ja historiallisesti muuttuvia. Ilmiöiden prosessiluonne saadaan näkyviin kvalitatiivisilla menetelmillä, joita käytetään työkaluina samalla, kun kohdeilmiön käsitteellisen pohdinnan merkitystä korostetaan. (Eskola & Suoranta 2003, 13-16.)

Yksinkertaisimmillaan ”laadullinen” voidaankin ymmärtää aineiston muodon kuvaukseksi. Sosiaalista vuorovaikutusta ja sen muuttavaa vaikutusta ihmiseen on viisainta tutkia luonnollisessa tilanteessa. Senkin vuoksi laadullisten menetelmien käyttö on järkevää. Sosiaalisten ilmiöiden prosessimaisuudesta johtuen myös tutkimussuunnitelma voi elää tutkimushankkeen mukana. Tulkinta jakautuu koko laadulliseen tutkimusprosessin ajalle ja siksi tutkimussuunnitelmaa ja jopa kysymyksenasettelua voi joutua tarkistamaan vielä aineistonkeruun aikana. (Burr 2010, 159, 163; Eskola & Suoranta 2003, 13-16.)

Laadullisessa tutkimuksessa olennaista ei ole aineiston määrä, vaan sen laatu. Tutkimuksessa käytetty harkinnanvarainen näyte voi olla hyvinkin suppea, jos sitä analysoidaan laajasti ja perusteellisesti. Myös tutkimuksen teoreettinen perusta on tällöin tärkeässä roolissa ohjaten osaltaan myös aineiston hankintaa. Tutkittava aineisto valikoidaan tällöin tarkasti ja perustellusti, toisin kuin tilastollisia otantamenetelmiä käytettäessä, jolloin tutkittavan joukon tulisi valikoitua täysin sattumanvaraisesti. (Eskola & Suoranta 2003, 18.)

Kun tutkimuksessa pyritään tavoittamaan tutkittavien oma näkökulma asiaan ja ilmiöihin, puhutaan naturalistisesta otteesta. Pyrkimyksenä on tällöin tutkittavan ilmiön säilyttäminen sellaisenaan ja näin saavutettava autenttisuus. Laadullisessa tutkimuk-

nessa voidaan puhua myös hypoteesittomuudesta. Tällöin tutkijalla ei ole valmiita, lopullisia ennakko-olettamuksia tutkimuksen kohteesta tai tuloksista. Tutkijan aiemmat kokemukset toki vaikuttavat hänen havaintoihinsa, mutta tämän tiedostamalla hän tulee yllättymään ja oppimaan uutta laadullisen analyysin aikana. Täydellinen objektiivisuus tutkimusta tehdessä on tuskin mahdollista. (Eskola ym. 2003, 16-17; 19-20.)

Tutkijan on kuitenkin yritettävä olla sekoittamatta omia uskomuksiaan, asenteitaan ja arvostuksiaan tutkimuskohteeseen. Tutkimuksen esioletukset on tunnistettava ja huomioitava. Näin voidaan saavuttaa ainakin jonkin asteinen objektiivisuus ja hypoteesittomuus. Toisaalta tutkijan on hyvä tuoda myös persoonansa ja kokemuksensa mukaan tutkimusprosessiin. Aineistoa voidaan arvioida kriittisesti myös oman kokemustiedon pohjalta. Tutkijan omat havainnot ja tulkinnat aineistonkeruun tapahtumaympäristöstä ja tilanteista ovat yhtä arvokkaita kuin varsinaiset, edeltä määrätyin tutkimusmetodein hankitut aineistot. (Eskola ym. 2003, 16–17; Salmi, Lindholm & Viitanen 2009, 7.)

Tätä selvitystä tehdessäni olen omien havaintojeni ja kokemusteni lisäksi hyödyntänyt myös terveysneuvontapiste Jelpin työntekijöiltä saamaani tietoa huumeenkäyttäjistä, heidän yhteisöllisyydestään, toiminnastaan ja suhteestaan hengellisiin asioihin. Nämä keskustelut sekä kirjallisuudesta hankkimani tieto ovat osaltaan vaikuttaneet myös tutkimusongelmani syntyyn ja haastattelukysymysten laatimiseen. Ne näkyvät väistämättä myös tutkimustulosten tulkinnassa.

4.2 Teemahaastattelu

Hirsijärven ja Hurmeen (2001) mukaan teemahaastattelu tuo esiin ihmisten tulkinnat tutkittavasta ilmiöstä ja heidän sille antamansa merkitykset. Koska tulkinnat ja merkitykset syntyvät vuorovaikutustilanteissa, myös haastattelutilanne saattaa vaikuttaa niihin. Tämä on tiedostettava aineistoa analysoitaessa, mutta myös tutkimustilanteessa riittävänä objektiivisuutena. (Thitz 2006, 28.)

Olen opinnäytetyössäni kartoittanut huumeenkäyttäjien asenteita ja kokemuksia teemahaastattelun avulla. Olen laatinut valmiiksi haastattelurungon (Liite 1), jota käytin haastattelutilanteissa luovasti. Koska haastattelukysymykset olivat melko suoria ja henkilökohtaisia, oli haastatteluissa myös syvähaastattelun piirteitä. Tämä on saattanut vaikuttaa tulosten luotettavuuteen – ei ole varmaa, ovatko haastateltavat olleet rehellisiä tuntemattomalle haastattelijalle näin henkilökohtaisissa asioissa. (Eskola ym. 2003, 86-87.)

Olen kuitenkin pyrkinyt aistimaan tilannetta ja luomaan rentoa, turvallista ilmapiiriä, sekä välttämään tilanteen niin vaatiessa turhan kohti käyviä kysymyksiä. Haastattelujen aluksi korostin myös keskustelun luottamuksellisuutta. Tarkoitukseni oli kerätä tietoa huumeenkäyttäjien kokemusmaailmasta heidän omien kuvaustensa pohjalta. Teemahaastattelu mahdollisti vastaajan vapaamuotoisen puheen ja oli sen tähden tutkimustilanteena varsin autenttinen (mt., 87).

Käyttämässäni menetelmässä on myös narratiivin piirteitä. Koska haastateltavia oli vain muutama, viisi henkilöä, saatoin keskittyä heidän kertomiinsa tarinoihin ja niiden ominaispiirteisiin. Tarkoituksena ei ollut saada kattavaa kuvaa huumeenkäyttäjän elämästä, odotuksista tai maailmankuvasta, vaan kuvauksia yksilöistä haastattelujen takana. Jos jotain yleistämistä voidaan tällaisesta harkinnanvaraisesta näytteestä tehdä, se tuskin pätee kaikkiin huumeenkäyttäjiin. Nämä tarinat muodostavat joka tapauksessa kokonaisuuden, jota analysoimalla voin löytää vastauksia kysymyksiini.

5. TUTKIMUSAINEISTO JA TUTKIMUSTULOKSET

5.1 Haastateltujen valinta

Toteutin teemahaastattelut elokuussa 2012 Lahden Jelpissä. Aikaa haastatteluille olin varannut neljä päivää. Kolmen ensimmäisen päivän aikana haastattelin kuutta Jelpin asiakasta. Halusin haastatella mahdollisimman eri ikäisiä ja muutenkin erilaisia

huumeenkäyttäjiä. Käytännössä Jelpin työntekijät vaikuttivat haastateltavien valintaan ehdottamalla minulle henkilöitä, joiden tiesivät kykenevän keskittymään pitkähkön haastatteluun. Haastateltavat valikoituivat kuitenkin henkilöistä, jotka näiden kolmen päivän aikana saivat Jelpissä asioimaan.

Kaikki Jelpin työntekijöiden minulle ehdottamat henkilöt eivät olleet halukkaita osallistumaan tutkimukseen. Kuudes haastateltavani jätti haastattelun kesken, koska se kesti hänen mielestään liian kauan. Päädyin jättämään tämän haastattelun tutkimukseni ulkopuolelle, koska siinä emme ehtineet käsitellä kaikkia selvitykseni kannalta olennaisia aihealueita. Koska viisi ensimmäistä haastattelua olivat mielestäni hyvin laajoja, kattavia ja onnistuneita, en jatkanut haastatteluja enää neljäntenä päivänä.

Tutkimusaineistoni muodostuu siis viidestä sanelukoneelta litteroidusta teemahaastattelusta, joiden kestot vaihtelivat 45 minuutista reiluun tuntiin. Haastatteluun suostuneet olivat iältään 20-32 -vuotiaita ja kaksi heistä oli naisia. Vuoden 2010 tilaston mukaan Jelpin asiakkaista 25,5% on naisia, joten haastatteluun suostuneiden sukupuolijakauma lähenteli todellisuutta. Haastateltujen ikäskala sen sijaan oli suhteellisen pieni, joskin kuvasi melko hyvin Jelpin varsinaista asiakaskuntaa, joista 72% oli vuonna 2010 ilmoittanut iäkseen 20-34 -vuotta. Jelpissä on kuitenkin kaiken ikäisiä asiakkaita alaikäisistä yli 65-vuotiaisiin asti. (ViaDia Lahti 2011, 12-13.) Toisaalta hyvin eri ikäisten henkilöiden haastattelemisen olisi saattanut hajottaa tutkimusaineistoa turhan paljon.

Nämä viisi haastattelua kuvaavat huumeenkäyttäjien ajatus- ja kokemusmaailmaa monipuolisesti. Laatamani teemahaastattelurunko oli suhteellisen laaja ja kävin sitä läpi haastateltavieni kanssa vaihtelevasti. Pyrin kuitenkin saamaan vastauksia kaikkiin haastattelurungon sisältämiin osa-alueisiin. Onnistuin tässä mielestäni hyvin – haastateltavat olivat halukkaita kertomaan omasta elämästään ja kokemuksistaan. Yllätyin myös heidän kyvystään sanoittaa omia ajatuksiaan ja tuntemuksiaan.

Jokainen haastattelurungon kolmesta osa-alueesta – Identiteetti ja yhteisö, Huumeidenkäyttö ja huumeiyhteisö sekä Hengellisyys – tulivat kattavasti käsitellyiksi. Pyrin alla esittämään yhteenvedon tutkimukseni kannalta tärkeimmistä esiin tulleista asioista niin, ettei yksittäisiä haastattelun antajia voi tunnistaa vastausten takaa. Ha-

vainnollistan kuvaustani haastateltujen (H1-H5) puheesta lainaamillani lausahduksilla, jotka ovat tekstissäni lainausmerkeissä.

5.2 Haastateltujen suhde päihteisiin

Haastattelemiini henkilöt olivat aloittaneet päihteidenkäytön varhaisessa teini-iässä – eräs oli aloittanut huumekeilut jo 10-vuotiaana. Käyttö oli muuttunut vähitellen vakavammaksi ja suonensisäisten huumeiden käyttö alkanut 14 – 18 vuoden iässä. Haastatellut näkivät lapsuutensa hylkäämis- ja kiusaamiskokemukset taustana päihteidenkäytölle ja syrjäytymiselle. Myös itseä vanhempi kaveriporukka oli edesauttanut ensimmäisiä huumekeiluja. Eräs haastateltu kertoi jo lapsena unelmoineensa olevansa osa huumemaailmaa – vaikka omassa perheessä ei hänen mukaansa mallia tähän ollutkaan.

Alussa huumekeilut olivat olleet ”viihdekäyttöä”, mutta nyt, vuosien käytön jälkeen, moni haastateltu kuvasi niiden tehottomuutta mielihyvän tuojina. Osa haastatelluista kertoi käyttävänsä huumeita itselääkintänä mielenterveysongelmiinsa tai vaikkapa ylivilkkaushäiriöön. Huumeita käytettiin myös pakokeinona todellisuudesta.

Haastatellut olivat kokeilleet monenlaisia keinoja lopettaa huumeidenkäyttö tai ainakin vähentää sitä. Perinteiset katkaisuhoidot koettiin turhauttavina ja yksilöllisyyttä loukkaavina. Useampi haastateltu koki, ettei hoitopaikassa tai klinikalla todella ymmärretty hänen problematiikkaansa. Haastatellut olisivat itse halunneet päättää huumevieroituksensa säännöistä ja keinoista sen sijaan, että sen tekisi kuntouttava taho.

Haastatelluilla oli kokemusta myös monenlaisista lastenkodeista ja vankilasta. Osasto- ja vankilajaksot olivat tuoneet tauon joidenkin huumeidenkäyttöön tai ainakin vähentäneet sitä. Toisaalta juuri koulu- ja lastenkodeissa eräiden huumeidenkäyttö oli vakavoitunut isompien lasten vaikutuksesta. Eräs haastateltu oli onnistunut erilaisten hoitoyhteisöjen ja paikkakunnanvaihdoksen myötä lopettamaan aktiivisen huumeidenkäytön useamman vuoden ajaksi. Huumeiden satunnainen käyttö oli kuitenkin jatkunut ja muutamia kuukausia sitten tämä henkilö oli jälleen ”retkahtanut”.

5.3 Haastateltujen minäkuva ja selviytymisstrategiat

”Omalla tavallani vaan narkomanian mä oon nyt hyväksynyt et se on vaan kun oppii elämään niitten asioiden, sen narkomanian kanssa sillain ihan oikeesti etten mä taas vaan tukahduta sitä maton alle ja käy salaa, saa mielihyvää siitä kaikesta mitä mä teen salaa (H1).”

”Mä oon nyt tyytyväinen elämään et eipä nyt oikein oo mitään valittamista (H2).”

Haastattelemani henkilöt pitivät itseään poikkeavina, yhteiskunnasta syrjäytyneinä yksilöinä. Osa korosti kykyään olla oma itsensä ja tehdä rohkeasti omat valintansa – toisin kuin ”yhteiskunnan rattaisiin” suostuneet ja sopeutuneet ihmiset – eikä kaivannut normaalia arkea opiskeluineen ja uraputkineen. Osa haastatelluista koki kuitenkin syyllisyyttä itsensä vahingoittamisesta ja siitä, ettei ollut pystynyt täyttämään esimerkiksi perheensä odotuksia.

Itseään haastatellut osasivat arvostaa tai ainakin he sanoivat tietoisesti opettelevansa hyväksymään itsensä. Osa syytti yhteiskuntaa ongelmistaan, kun taas toiset turhautuivat siitä, ettei kukaan pystynyt auttamaan heitä heidän toivottomassa tilanteessaan. Elämönhallintansa haastatellut kokivat eri tavoin. Eräs koki osanneensa aina hoitaa raha-asiansa ja arjen elämän. Kaksi haastateltua kertoi oppineensa elämönhallintaa korvaushoidossa ollessaan. Saavutetut asiat, kuten siisti koti, motivoivat jatkamaan kuntoutumisprosessia. Yksi haastatelluista kuvasi kuitenkin elämönhallintaansa erittäin huonoksi ja sanoi toisinaan käyvänsä vaikkapa kirjastossa tai ruoka-kaupassa vain sen takia, että voisi uskotella itselleen ja muille, että ”kaikki on hyvin” ja elämä normaalia.

Yhteistä haastatelluille oli se, että he kokivat itse olevansa vastuussa omasta elämästään. Osa mietti kuumeisesti keinoja saada menetetty elämönhallintansa takaisin, osa oli edistynyt tässä tavoitteessaan A-klinikan tuella. Jotkut olivat kuitenkin tyytyneet tilaansa eivätkä nähneet siinä suuria mahdollisuuksia muutokseen. Tahdonvoimaakin kuitenkin löytyi – huumeita ei käytetty raskausaikoina ja heroiniin oli päätetty olla koskematta.

5.4 Huumeenkäyttö ja huume yhteisö

”Jotkut ihmiset ketä mä tiedän, on erittäin taitavia sallimaan itselleen sen, he selittää oikein ääneen itselleen ennen kuin he ottaa annoksen, et nyt on ollu tämmönen päivä ja mä nyt otan ja pitää alkaa vähentää, ne selittää ja se on valheellista ihan kokonaan (H3).”

”Ei mul oo tunteita, mä oon turta. Mulla ei oo iloo eikä suruu selvin päin, ainut tunne on ahistus. (H4.)”

Huumeenkäytön sanottiin olevan ”aika kovaa peliä”. Useampi haastateltu totesi, ettei huumeenkäyttäjällä ole tunnemaailmaa. Negatiiviset kokemukset huumeenkäytössä liittyivät amfetamiinin käytöstä ja valvomisesta johtuviin harhakuvitelmiin ja pelkotiloihin. Vainoharhaisuutta sanottiin esiintyvän suhteessa huume kavereihin tai vaikkapa poliiseihin. Negatiivisena koettiin myös huumemaailmassa esiintyvä väkivalta ja rikokset, jotka ovat usein seurausta siitä, että joku huume yhteisön jäsen pettää kavereidensa luottamuksen.

Huumeenkäyttäjän kokemusmaailmaa kuvattiin masentuneeksi, epätoivoiseksi, synkäksi ja syrjäytyneeksi. Hyviäkin tuntemuksia toki on ja välillä on ”meno päällä”, mutta se on yleensä ohimenevää. Käytön jatkuessa huumeet eivät enää vaikuta kehoon samalla tavalla kuin ennen, mutta käyttäjä haluaa saada yhä suuremman ja voimakkaamman euforian siirtyen näin yhä vakavampaan huumeidenkäyttöön. Huumeenkäyttäjiä kuvattiin rikkinäisiksi ja pakkomielteisiksi. Käytön nähtiin myös liittyvän henkisen tasapainon järkkymiseen. Eräälle haastatellulle huumeista oli tullut pakonomainen keino paeta vaikeita tai ahdistavia tunteita ja tilanteita.

”Paras yhteisö on tällä hetkellä niinku huume porukka, käyttäjiä kellä ei oo keskinäisiä riitoja, se on mun paras näkemys hyvästä yhteishengestä (H5).”

”Mut niinku ystävät jotka on lapsuudesta asti ollu ja sellaset läheiset ystävät. En mä tiedä välittääks ne aidosti mut kyllä ne ainaki auttaa jos tarvii apua. (H5.)”

”En mä missään yhteisös oo ikinä eläny, mä oon ollu aina himas ja vetäny keskenään, mä en tartte narkkaamiseen kavereita et mä osaan sen ihan itteki tehdä – – Mä oon joo oppinu sen ihan itse. (H1.)”

Huume yhteisöä haastatellut kuvasivat eri tavoin. Huumeenkäyttäjien solidaarisuutta ja toisista huolehtimista arvostettiin. Luottamus ei kuitenkaan ollut täysin aitoa tai va-

rauksetonta. Huumeenkäyttäjien sanottiin olevan ”loistavia valehtelijoita ja loistavia ihmistuntijoita”. Suurimman osan huumeenkäyttäjistä sanottiin ”ajattelevan omaa napaansa” harvan auttaessa toisia. Lahdessa ajateltiin olevan paljon epäluotettavia ja toisistaan paha puhuvia huumeenkäyttäjiä, joiden kanssa ei haluttu olla tekemisissä. Toisaalta toiselle tarjotusta avusta hyötymistä esimerkiksi huumeita ”välistä vetämällä” pidettiin luonnollisena – osa haastatelluista sanoi tekevänsä sitä itsekin. Tyttöystäväänsä eräs haastateltu kertoi kuitenkin auttaneensa pyyteettä.

Eräs haastateltu kertoi elämän huumeoporukassa olevan hyvin päihdekeskeistä. Ajatukset ja puheet pyörivät vain käytön ympärillä ja kun yhteisössä liikkuu paljon huumeita, myös oma päihteidenkäyttö lisääntyy. Huumeiyhteisössä vallitsee kuitenkin tietynlainen vapaus – huumeita pidempään käyttäneet tietävät käytön seuraukset ja kunnioittavat jokaisen omaa vastuuta sen sijaan, että käyttöön painostettaisiin. Kavereita saatetaan jopa suojella niin, ettei heille haluta myydä uusia tai vahvempia huumeita. Pitkään kuivilla ollut haastateltu sanoi kavereidensa kunnioittaneen hänen päihteettömyyttään ja vältelleen hänen seuraansa huumeita käyttäessään. Eräs haastateltu sanoi Lahdessa kuitenkin olevan myös ”erilaisia” porukoita, vanhempia miehiä, jotka houkuttelevat nuoria tyttöjä luokseen huumeiden avulla.

Positiivista huumeiyhteisössä on sen jäsenten välinen ymmärrys. Koska vieroitusoireet ovat kaikille tuttu kokemus, ovat huumeenkäyttäjät valmiita jakamaan toisilleen vähästäinkin. Aivan viimeisistä huumeista ei kuitenkaan luovuta. Myös rahaa lainataan, pistämisessä autetaan ja kavereista pidetään huolta niin, ”ettei kellekään satu mitään kohtalokasta”. Haastatellut sanoivat kaveriporukassa olevan tärkeää keskinäisen ymmärryksen ja kavereiden hyväksymisen sellaisenaan.

5.5 Haastateltujen suhdeverkosto

Pyysin haastattelemiani huumeenkäyttäjiä piirtämään paperille yksinkertaisen yhteisökartan ja merkitsemään siihen elämänsä kuuluvat ihmiset ja yhteisöt. Osa haastatelluista kieltäytyi tehtävästä mutta suostui kuitenkin kertomaan vähäisistä ihmissuhteistaan sanallisesti. Yhteisökartan piirtäneet haastatellut kuvasivat kartoissaan lä-

hinnä perheen jäseniä ja muutamia ystäviä. Yksi piirtäjä merkitsi karttaansa myös koiransa, jota hän piti erittäin merkittävänä elämänhallintataitojen ja vastuullisuuden opettajana.

Eräs haastatelluista erotti ”todelliset ystävät” ja ”huumekaverit” kartassaan erillisiin lokeroihin. Tärkeimmäksi ja läheisimmäksi ihmissuhteeseen haastatellut kuvasivat äitinsä tai puolisonsa. Äidille ei tosin haluttu puhua kaikista asioista, koska häntä halettiin säästää surulta ja huolelta. Seurustelusuhteet taas koettiin voimaannuttavina, mutta myös haastavina ja kuluttavina – vastuu puolisoista oli suuri, vaikka haastatellut olisivat monesti itse kaivanneet apua ja ymmärrystä. Kaikilla haastatelluilla ei ollut elämässään yhtäkään luotettavaa ja läheistä ihmissuhdetta. Eräs nimesi oman tätinsä läheisimmäksi ihmisekseen.

”Porukoilta ja tädiltä [saanut tukea/apua]. Porukoilla se on lähinnä sellasta moralisointii, tuomitsemista ja valittamista. Mut tati ymmärtää ja sen kans mä juttelen aika paljon aina välillä kun tulee käymään. (H4.)”

Suhtautuminen omaan perheeseen oli hieman ristiriitaista. Isä oli monesti etäisempi. Isän koettiin pettäneen lapseensa ja siihen, ettei tämä ollut täyttänyt tälle asetettuja odotuksia. Myös sisarukset mainittiin ja heihin pidettiin yhteyttä vaihtelevasti. Sisaruksilla oli jo oma elämänsä ja perheensä ja heitä tavattiin satunnaisesti, lähinnä vierailtaessa vanhempien luona. Eräs haastateltu kuvasi suhdettaan veljeensä hyvin läheisenä. Tämäkin suhde oli kuitenkin rakoillut haastatellun toistuvista epäonnistumisista ja veljen omista uusista elämänvaiheista johtuen.

Kaksi haastateltua kuvasi avoimesti pettymystään perheisiinsä, jotka häpesivät huumeita käyttävää läheistään, eivätkä olleet valmiita osoittamaan luottamusta tai tukemaan häntä. Puolison kanssa haastatellut – ne, joilla puoliso oli – kokivat voivansa olla aidosti oma itsensä. Jos myös puoliso oli koukussa huumeisiin, sanoi haastateltu sen vaikuttavan negatiivisesti hänen omaan yritykseensä raitistua. Puolisot kyllä ymmärsivät tilanteen, mutta kaikissa tapauksissa heiltä ei löytynyt tahdonvoimaa huumeista irti pyrkimiseen. Haastatellut joutuivatkin toimimaan nykyisten ja jotkut jopa entisten puolisoitensa tukihenkilöinä taistellessaan omankin elämänhallintansa kanssa. Eräs haastatelluista koki valtavaa syyllisyyttä entiselle puolisolleen aiheuttamista asioista ja halusi kaikin keinoin hyvittää niitä, mutta varoi kuitenkin jälleen

sitomasta itseään häneen. Usein puoliso – tai lapset – kuitenkin antoivat haastatelluille myös merkitystä elämään ja motivoivat jatkamaan.

5.6 Roolit ja odotukset

”Mä oon pyrkiny etten mä enää pyöri noitten porukoitten kaa tuolla, totta kai nyt moikkaan mutta sen tietää et mitä se on se meininki niin (H2).”

”Ja tänne [yhteisökarttaan] vois ripotella niit nimiä mitä tähän niin sanottuun piiriin kuuluu, mutta ne on sellasii ihmisii että jos mä vaikka lopettaisin käytön ja sanoisin et mun kotona ei esimerkiks saa pistää, niin ne ei todennäköisesti enää tulis mun luo, et sen takii mä en lisää niitä edes tähän (H3).”

Neljä viidestä haastatellusta ilmaisi halua ja pyrkimystä olla erossa huume kavereistaan. Huume yhteisön jättäminen on haastateltujen mukaan periaatteessa helppoa – ketään ei painosteta jäämään. Yhteisön jättäneistä saatetaan kuitenkin puhua pahaa heidän selkänsä takana.

Lähimpiä ihmissuhteitaan kuvatessaan haastatellut eivät yleensä kertoneet muista huumeenkäyttäjistä, vaan lähinnä perheenjäsenistä. Poikkeuksena tähän olivat huumeita käyttävät puoliset ja muutamat läheiset ystävät, jotka olivat huumeriippuvaisia. Yksi haastateltu sanoi pyörivänsä ”juoppoporukassa”, johon myös kaikki hänen ystävänsä kuuluivat. ”Todellisia ystäviä” tavattiin liian harvoin – heillä ei ollut aikaa tai he asuivat toisella paikkakunnalla. Eräs haastateltu kertoi menettäneensä läheisen ystävänsä, jonka kanssa hän oli saanut olla oma itsensä ja keskustella molemmille tärkeistä asioista, eristäytyessään huume kavereistaan.

Läheisimmissä ystävissä oli tärkeää se, että he eivät tuominneet, vaikka tunsivatkin ystävänsä tilanteen. Ystävän hyväksyntä vahvisti huonoa itsetuntoa. Ystävän kanssa piti olla tietynlaista kemiaa niin, että jokaista asiaa ei tarvitsisi ”vääntää rautalangasta”. Tämä ei kuitenkaan aina edellytä yhtenäistä kokemusmaailmaa – täysin erilaista elämää elävän ystävänsä seurassa eräs haastateltu saattoi hetkeksi unohtaa omat ongelmansa ja ahdistavan elämäntilanteensa. Ystävyys suhteissa tärkeää oli myös rehellisyys ja se, että ystävä ymmärsi mahdollisen tuen tarpeen ja oli läsnä vaikeisakin tilanteissa. Ystävään piti pystyä luottamaan ja hänen kanssaan oli oltava haus-

kaa. Ystävältä edellytettiin myös lojaaliutta ja kiltteyttä: ystävien kuului pitää toistensa puolta ja auttaa toisiaan.

Haastateltujen erilaisten roolien selvittäminen olisi ehkä vaatinut minulta haastattelijana erilaista kysymyksenasettelua tai tutkimusmenetelmää. Kysymykseeni rooleista erilaisissa ihmissuhteissa vastattiin melko niukasti. Eräs haastateltu kertoi päihteenkäytössä auttamisen olevan vastavuroista hänen kaveriporukassaan. Kaksi haastateltua kertoivat kyvyttömydestään luoda toimivia ystävyys-suhteita ja sanoivat tyytyneensä ”yksinäiseen elämään”. Juuri nämä kaksi olivat myös huomanneet taipumuksensa toimia tukihenkilönä muille ihmisille sen sijaan, että ajattelisivat itseään, omia tarpeitaan ja vähäisiä voimavarojaan. Kuormittavuudestaan huolimatta toisten ongelmiin ja tarpeisiin keskittyminen auttoi unohtamaan omat huolet ja välttelemään omien tunteiden kohtaamista. Useammalla haastatellulla oli kuitenkin selkeä tarve olla tärkeä ja tarpeellinen muille ihmisille. Toisten auttaminen nähtiin siis usein myös positiivisena ja omaa elämää rikastuttavana asiana.

5.7 Kohti yhteisömuutosta

Haastatellut pitivät oikeanlaisia sosiaalisia suhteita erittäin merkittävänä päihteettömän elämäntavan omaksumisessa ja elämänhallinnassa yleensä. Huumeiyhteisöstä irtautuminen koettiin eri tavoin – yhdelle se oli ollut helppoa, koska hän ei edes ollut kiinnostunut huumeenkäyttäjien puheenaiheista, kun taas toinen sanoi, että yhteisön jättämiseen tarvittaisiin puhelinliittymän ja paikkakunnan vaihtamista. Se merkitsisi myös äärimmäistä yksinäisyyttä, koska uusia ystäviä on vaikea saada. Ystävistä ei ehkä edes ollut kokemusta, joten oli mahdotonta tietää, mistä heitä voisi löytää ja millaisia heidän olisi oltava.

”Normaalista” yhteisöstä haastatelluilla ei juuri ollut kokemuksia ja niihin pääseminen koettiin vaikeaksi: ”Mun on hirveen vaikee kehittää mitään juteltavaa ku kaikki muut juttelee perheestä, työstä tai autoista, mistä mulla ei oo mitään kokemusta, en mä tuu normaali ihmisten kans toimeen (H5).” Eräs haastateltu oli onnistunut löytämään itselleen ystäviä, jotka eivät käyttäneet huumeita tai jotka ainakin tiesivät hänen muu-

tosprosessistaan. Jotkut hänen ystävästään olivat jopa lopettaneet huumeenkäytön. Näiden ystävien kanssa saattoi puhua muista asioista kuin huumeista ja vaikkapa lenkkeillä tai kahvitella. Keskinäinen avunantokin toimi tarvittaessa. Myös seurustelusuhde ja muut läheiset motivoivat jatkamaan uudenlaisen elämäntavan opettelua. Seurustelun myötä kadonnut tunnemaailma oli löytynyt jälleen ja selvin päin olemiseen ja arjen taitojen opetteluun oli löytynyt aivan uudenlaista intoa.

5.8 Ajatuksia muutoksesta

5.8.1 Huumeista luopuminen

Neljä viidestä haastatellusta halusi lopettaa huumeidenkäytön kokonaan. Viides haastateltu sen sijaan näki päihteidenkäytön vähentämisen lähinnä ainoana keinona saada tarvitsemaansa apua ja tukea yhteiskunnalta – absolutistia hänestä ei huumeiden suhteen koskaan tulisi. Huumeenkäyttö itselääkintänä oli luonut useammalle haastatellulle kierteen, josta oli vaikea päästä ulos. Päihteetön elämäntapa nähtiin pelottavana ja turhan raskaana oman neurologisen ja mielenterveysproblematiikan vuoksi. Huumeita pidettiin ainoana keinona sietää omaa, vaikeaa elämää ja selvitä päivästä toiseen.

Yksi haastateltu sanoi, että hän saattaisi yrittää lopettaa huumeidenkäytön, jos menettäisi nykyään käytössään olevan rauhoittavan lääkityksen. Toinen haastateltu taas kritisoi hoitojärjestelmää juuri siitä, kuinka vähän rauhoittavia lääkkeitä hänelle myönnettiin ja väitti kyvyttömyytensä lopettaa huumeidenkäyttö johtuvan juuri siitä. Lopettamiseen haastateltuja motivoisivat oma lapsi ja olemassa olevien, huostaan otettujen lasten saaminen kotiin. Myös mielen terveydestä unelmoitiin – psykoterapiaan pääseminen antaisi aiheen lopettaa huumeidenkäyttö. Lopettamisessa auttaisi myös vertaistuki, päätös muutokseen pyrkimisestä yhdessä puolison kanssa.

Useampi haastateltu näki kuitenkin avaintekijänä elämänmuutokseensa oman itsensä. Pitäisi yksinkertaisesti ryhdistäytyä ja ”ottaa itseään niskasta kiinni”, ”lopettaa ihan oikeasti”. Lopettaminen olisi yksityinen, henkinen prosessi, jota vaikeuttivat päi-

vittäin vaihtelevat tunteet ja negatiiviset kokemukset. Myös omasta perheestä ja puolisoista haaveiltiin, mutta vasta huumeenkäytön loputtua.

Muutosprosessiin suhtauduttiin realistisesti. Huumeenkäytön lopettamiseen menisi vuosia. Ensin pitäisi todella motivoitua asiaan ja löytää selkärankaa kieltäytyä päih-teistä. Alkoholia useampi haastateltu piti itselleen vahingollisena ja kritisoi sen käyt-töä yhteiskunnassamme. Taustalla tuntui olevan ajatus siitä, että huumeenkäytön lopettaminen tai vähentäminen olisi helpompaa, jos sen tilalla voisi käyttää alkoholia. Eräs haastateltu ei halunnut mennä huumekatkolle, koska sieltä olisi mentävä kun-toutukseen, jota hän piti itselleen turhana – hänen elämönhallintansa oli jo kunnossa.

Haastateltujen mukaan huumeista pääsisi parhaiten eroon lääkkeiden avulla, koska fyysiset kivut olisivat lopettamisessa pahinta. Lisäksi tarvittaisiin muuttoa ehkä jopa ulkomaille ja uutta, täysin erilaista tekemistä. Myös psykoterapian ja muunlaisen avohoidon ajateltiin voivan auttaa huumeenkäytön lopettamista. Eräs haastateltu ker-toi, että vieroitus kestäisi kaksi kuukautta ja vasta puolitoista vuotta lopettamisen jäl-keen voisi sanoa, että huumeenkäyttö on lopullisesti päättynyt. Retkahdukset nähtiin luonnollisena osana prosessia: ne keskeyttäisivät sen aina niin, että työ olisi aloitet-tava täysin alusta.

Eräs haastateltu nimesi korvaushoidon ja puolisonsa muutosprosessiaan tukeviksi tekijöiksi: ”Et ei oo enää kiinnostanu pyörii missään ja se on ihan helvetin hyvä hom-ma (H2).” Ystävien ja kavereiden ei kuitenkaan nähty voivan auttaa huumeenkäytön lopettamisessa – tukihenkilönä toimiminen vaatisi ystävältä liikaa. Kysymykseni ni-menomaan tukihenkilöksi nimetystä auttajasta sai aikaan mielikuvia kuntoutuslaitok-sista, joihin ei haluttu enää mennä. Joillakin ongelma oli vielä syvemmillä – vaikka kaverit arvostaisivatkin kuntoutumista ja huumeenkäytön vähentämistä, ei heitä oman ahdistuksen ja neurologisten ongelmien vuoksi voisi edes tavata täysin selvä-nä. Sama koskisi varmasti myös mahdollista tukihenkilöä.

5.8.2 Muutoksen askelet

Huumeenkäytön lopettamisen lisäksi muidenkin asioiden pitäisi muuttua haastateltujen elämässä. Yksi haastateltu kertoi tapaavansa jatkuvasti perhetyöntekijää ja opettelevansa elämänhallintaa tämän kanssa. Kuntouttava työtoiminta ja opiskelu olisivat eräälle mielekkäitä vaihtoehtoja, joskin hän koki oman jaksamisensa ja voimavaransa vähäisiksi – motivaatiota pitäisi kerätä myös tässä vaiheessa. Kahdeksan tunnin työtai koulupäivät tuntuivat mahdottomalta ajatukselta lähitulevaisuudessa. Opiskeleminen ei edes motivoinut kaikkia haastateltuja ja aloitetut koulutukset jäivät aina kesken. Elämää ”yhteiskunnan rattaissa” vieroksuttiin – jos mieluista ammattia ei löytyisi, olisi parempi tehdä itselle mielekkäämpiä asioita. Toimeentulotuki turvaisi joka tapauksessa riittävän hyvän elämän.

Eräälle lääkäri oli sanonut, ettei opiskelu tai muukaan normaali elämä olisi hänelle mahdollista koskaan, jos hän ei aloittaisi vahvaa, tunne-elämän turruttavaa lääkitystä. Yksi haastateltu halusi saada tietyt asiat elämässään järjestykseen ja huumeenkäytönsä loppumaan ennen, kuin työntekoa tai opiskelua voitaisiin ajatellakaan. Tarvitaisiin psykoterapiaa tai muunlaista elettyjen traumojen käsittelyä tulevaisuudessa uhkaavan työnarkomanian välttämiseksi.

Myös avohoitoa ja neurologia ehdotettiin väyläksi erilaiseen, terveempään elämään. Henkilökohtaista keskusteluapua, kuuntelemista ja välittämistä arvostettiin. ”Ja sit tarttis olla sellasia et niinkun sun kanssa täs jutellaan, semmosia keitten kans juttee, ketkä alottaa ite sen puheen, eikä semmosii jotka niin kuin mulla oli – – yhden terapeutin kanssa – – must tuntu vähän siltä ettei se halunnu mua sen potilaaks. (H4.)”

5.8.3 Avopalveluiden merkitys

”Et se on pitäny ite rämpiä, miten on nyt pystyny (H3).”

”Ihmiset täällä [Jelpissä], tää henkilökunta, on levollisia, rauhallisia, asiallisia ja aina ystävällisiä – – ja ihmiset jotka on ns. uskavaisia, niin mun mielestä kaikilla heillä on olemuksessa sellainen tietynlainen piirre, heissä on semmosta jännää itsevarmuutta ja levollisuutta, se voi olla se tekijä myös. (H3.)”

”Sen mä tiiän aina et tämmöseen paikkaan [Jelppiin] voi tulla, et oli mulla fiilis tai kunto mikä tahansa niin aina voi tulla kun on tämmönen paikka tavallaan suotu, laitettu, tarjottu (H1).”

Haastatelluilla oli jonkin verran kokemusta erilaisista huumeenkäyttäjille suunnatuista avopalveluista. Eräs haastateltu koki hyötynensä korvaushoidosta ja K-klinikasta säännöllisine tapaamisineen ja sopimuksineen. Oma hoitaja ja taloudellinen tuki olivat tärkeitä. Oli löytynyt myös harrastuksia sekä mielekästä toimintaa ja kohtaamisia arkeen. Kaikille eivät samanlaiset tukitoimet kuitenkaan soveltuneet: ”Ja mikä hauskin, et mullekin tarjotaan korvaushoitoa, mitä helvettiä mä teen subutex-koukulla, häh? (H1.)”

Yksi haastateltu kertoi olleensa perhetyön piirissä lapsuudestaan lähtien ja käyneensä vuosia psykiatrilla. Toinen tahtoi päästä psykiatriseen avohoitoon, mutta sanoi sen edellyttävän puolen vuoden päihteettömyyttä. Myös NA-ryhmät (Nimettömät Narkomaanit) mainittiin, mutta ne oli koettu lähinnä moralisoivina. Terveysneuvontapiste Jelppi koettiin tärkeänä ja hyödyllisenä palveluna, kuten odottaa saattoi Jelpin asiakkaita haastatellessa. Jelppiin tultiin lähinnä vaihtamaan pistovälineitä. Myös tarjottuja rokotuksia ja ilmaista ruokaa arvostettiin. Useampi haastateltu tuli Jelppiin myös keskustelemaan – niitä näitä.

Paikka, jossa ei tarvinnut puhua tai kuulla puhuttavan huumemaailmaan liittyvistä asioista, koettiin itsessään terapeutiksi ja rauhoittavaksi. Jelpissä oleskelu oli myös antanut varmuutta sosiaaliseen kanssakäymiseen sekä tarjonnut yhteisöllisyyden kokemuksia. Siellä sai halutessaan myös itkeä ja puhua omista ongelmistaan luottamuksellisesti. Niiden, jotka eivät Jelpissä käyneet, sanottiin pelkäävän leimautumista narkomaaniksi (kolme vastausta). Syynä saattoi kahden vastaajan mielestä olla myös palvelun kristillisyyden tai halu pysytellä erossa kaikista virallisista tahoista.

5.9 Hengellisyys ja kristillinen yhteisö

5.9.1 Käsitteet Jumalasta

Kaikilla haastatelluilla oli jonkinlaisia kokemuksia Jumalasta tai kristillisestä yhteisöstä. Terveysneuvontapiste Jelpin kristillisyys ei vastaajia haitannut, koska siellä ei heidän mukaansa ”tuputettu” uskoa. Yleisesti ottaen vastaajat suhtautuivat positiivisesti esittämiini hengellisyyttä koskeviin kysymyksiin ja olivat valmiita keskustelemaan aiheesta. Yksi haastatelluista vaivaantui tämän aihepiirin kysymyksistä ja tulkitsin hänen kokevan ne hyökkävinä.

Jotkut haastatellut olivat olleet tekemisissä hengellisten asioiden kanssa jo lapsuudessaan uskovan sukulaisen tai tuttavien kautta. Kristinusko oli ollut esillä vankilan Kan-osastolla ja kristillisessä kuntoutumiskodissa sekä rippileirillä, joka tosin oli ollut ”katastrofi” useamman jo huumeenkäyttönsä aloittaneen nuoren kohdalla. Uskovaisia oli tavattu myös kaupungilla ja keskustelu heidän kanssaan oli koettu positiivisena ja ajatuksia herättävänä.

Yksi haastatelluista kertoi, että hänen puolestaan oli kerran rukoiltu ja häntä oli siunattu: ”Sillon tuli kyllä helvetin hyvä fiilis, sellane niinku parempi ku mistään kamasta koskaan (H2).” Yksi haastateltu sanoi suhteensa Jumalaan olevan läheinen ja elävä. Toinen uskoi ”johonkin ylempään voimaan” ja oli käytännössä huomannut tämän vaikuttavan uskovaisten ihmisten elämään. Itse hän ei kuitenkaan ollut kokenut ”mitään uskonherätystä”, vaikka ei pitänyt sitä mahdottomana tulevaisuudessa. Kaksi haastateltua sanoivat uskovansa Jumalan olemassaoloon ja kertoivat rukoilevansa – mutta myös epäilevänsä toisinaan. Yksi haastateltu sanoi vihaavansa uskontoja. Hän ei uskonut Jumalan olemassaoloon. Ihmisten ahneus ja uskontojen varjolla tehdyt pahat asiat saivat epäilemään Jumalaa. Myös oman elämän raskaus ja epäonnistumiset hämmensivät vastaajia: ”Mä en tajuu vaan et mitä mus on niin paha et mä oon tän ansainnu – – Kuitenkaan mä en oo mitään semmost tehny että näin ois pitäny. (H1.)”

Ne vastaajat, jotka uskoivat Jumalaan olemassaoloon, ajattelivat kaikkien ihmisten kelpaavan Jumalalle. Jotkut olivat kokeneet uskovaisten ihmisten odottavan, että

heidän olisi oltava ”parempia ihmisiä”. Jumalan ajateltiin kuitenkin hyväksyvän jokaisen omana itsenään: ”No sitä ehkä itte ajattelee et Jumala [vaatii] et pitäis olla niin täydellinen, mut mun mielest pitäis kelvata sellasena kun on, kuhan on vaan rehelline ja muita kohtaan kans sellane, ystävällinen ja reilu (H2).” Yhteys Jumalaan ajateltiin saavutettavan olemalla rehellinen itselleen, sekä Jumalan kanssa kahden tapahtuvan rukouksen ja itsetutkistelun avulla. Yksi vastaaja kertoi elävänsä tiettyjen periaatteiden mukaisesti, joihin pyrkimällä hän uskoi kelpaavansa Jumalalle. Yksi haastatelluista ei uskonut, että Jumalalle kelpaisi omana itsenään – näin hänelle oli sanottu.

Jumalan uskottiin auttavan silloin, ”kun ihan oikeesti on hätä tai silloin kun rukoilee ihan oikeesti sydämestään (H3)”. Jumalan ajateltiin olevan ”tuki ja turva”, jolta saattoi pyytää hyviä asioita myös läheisille. Jumalan sanottiin antavan murheidenkin keskelle rauhaa ja iloa. Hänen oli huomattu auttavan myös aivan arkisissa asioissa, esimerkiksi asunnon saamisessa. Eräässä haastattelussa rukousta kuitenkin verrattiin lumelääkkeeseen – ihmiset kokevat sen auttavan, jos todella niin uskovat tai jos heillä ei ole muuta ulospääsyä vaikeuksistaan.

Jumalan uskottiin voivan auttaa myös huumeenkäytön lopettamisessa tai elämänhallinnassa. Useampi haastateltu ajatteli elämänmuutoksen tai ainakin ”sen ensimmäisen ison askelen” ottamisen olevan omalla vastuullansa. Jumalan toivottiin antavan voimaa tähän ponnistukseen: ”Mä oon kyllä pyytäny voimaa, mutta en ole kyllä saanut sitä. Tai en mä tiedä minkälainen adrenaliinipiikki sen pitäis tuntua. Mut se kaipaa varmaan vähän enemmän itsetutkiskelua, että sen tunnistaa. (H3.)” Kolme haastateltua kertoi tuntevansa tai tietävänsä ihmisen, joka oli päässyt huumeista eroon uskon avulla.

5.9.2 Käsitukset kristillisestä yhteisöstä ja hengellisestä avusta

”Mä en usko kirkkoinstituutioon, mä en usko että esim. omista synneistään pitäis mennä tuonne ripittäytyyn, mä en usko et mä oon kellekään muulle tilivelvollinen kuin tälle itse Jumalalle, jos hän nyt on olemassa (H3).”

Kysyin haastateltaviltani myös heidän käsityksistään seurakunnasta. Seurakunta miellettiin useimmiten nimenomaan luterilaisen kirkon seurakunnaksi – haastateltavat

puhuivat ”kirkosta”. Pari haastateltua saattoi mieltää ajatuksen seurakunnasta myös vapaiden suuntien seurakunnaksi, johon joku heidän lähiomaisistaan kuului ja oli yrittänyt saada heitäkin tulemaan. Kaksi haastateltua sanoi tuntevansa olonsa hyväksi ja turvalliseksi kirkossa ja kolmas kävi säännöllisesti vapaan suunnan seurakunnassa. Kokemuksia oli myös muunlaisista kristillisistä yhteisöistä. Kristillisessä hoitokodissa ja oman, uskonnollisen suvun piirissä oli kohdattu ahdistavia kieltoja ja seksuaalirikoksia.

Kaikki haastateltavat eivät halunneet olla missään tekemisissä seurakunnan kanssa. Useimmat heistä eivät kokeneet tarvetta kuulua kristilliseen yhteisöön, mutta kirkossa haluttiin toisinaan käydä vaikkapa itkemässä. Koettiin, että kirkon takapenkissä sai olla oma itsensä. Myös muiden ihmisten ajateltiin käyvän kirkossa juuri rauhan kokemuksen vuoksi: ”Ehkä ne saa voimaa just siihen elämään, koska onhan toi aika raakaa peliä kaikin puolin (H1).” Ihmisten kirkossakäynnin ajateltiin johtuvan toisaalta myös kuolemanpelosta ja velvollisuudentunnosta. Seurakuntaan mentiin myös siellä saatavan opetuksen ja hengellisen annin takia.

Kaikkien ajateltiin olevan tervetulleita seurakuntaan: ”Enhän mä nyt saatana ihan sekasin lähe kauppaankaan niin enhän mä voi sit mennä kirkkoonkaan liian sekasin, kun en mä ees lähe himast sillon (H1).” Eräällä haastatellulla oli kokemusta useammastakin lahtelaisesta seurakunnasta. Kaikissa niistä hän ei ollut kokenut tulleeensa hyväksytyksi tai ymmärretyksi. Eräässä seurakunnassa haastateltu oli kuitenkin kohdannut erilaisen ilmapiirin ja ”aitoa lähimmäisenrakkautta”. Tässä seurakunnassa sai olla melkein oma itsensä – päihteidenkäyttöä ei sielläkään hyväksytty ja sen lopetuksessa oli yritetty auttaa joskus turhankin innokkaasti.

Haastatellut kokivat uskovien kavereidensa kunnioittavan heidän haluaan pysytellä erossa hengellisistä asioista. Yksi haastateltu oli kokenut ahdistavaa ”tuputtamista” uskoon tulleen tuttavansa taholta. Myös joidenkin uskoon tulleiden kavereiden huumeenkäytön jatkuminen ihmetytti. Uskonratkaisun tehnyt haastateltu kertoi haluavansa ja uskovansa elämänsä muuttuvan ja huumeenkäytön loppuvan, vaikka se ei ollut vielä tähän mennessä onnistunutkaan.

”Voihan se olla et se vaikka toimiskin, mut sittenhän nuo pitää mua ihan täytellä hulluna – – Muutenkin ne pitää minua aina vähän outona ihmisenä niin sitten jos mä vielä pärähdän seurakunnan piiriin – – (H1.)”

Haastateltujen ajatukset hengellisen tuen tarpeesta vaihtelivat. Jotkut tiesivät uskovi- en läheisten rukoilleen heidän puolestaan. Eräs piti ajatusta siitä, että joku rukoilisi hänen puolestaan helpottavana, mutta myös niin ”jalona ja kauniina”, että hänen olisi pitänyt jollakin tapaa ansaita se tältä ihmiseltä. Yksi haastateltu ajatteli voivansa mahdollisesti osallistua hengellisiin hartaustilaisuuksiin, jos niitä Jelpissä järjestettäisiin – kuitenkin vain yhden tai kahden työntekijän seurassa. Hengellisten asioiden ajateltiin siis olevan todella henkilökohtaisia. Jelppiä pidettiin hyvänä esimerkkinä kristittyjen antamasta avusta huumeenkäyttäjille. Tärkeänä pidettiin ihmisen kohtamista ja rakastamista sellaisenaan. Toisaalta huumeidenkäytön ja sen lopettamisen ajateltiin olevan vain ”tuurista kiinni” – siihen eivät muut ihmiset voisi vaikuttaa. Uskovi- a ihmisiä arvostettiin, jos he olivat hyväksyviä ja aidosti kiinnostuneita läheisistään. Hengellisten asioiden ”tuputtamista” inhottiin ja sitä harrastavia ihmisiä välteltiin kai- kin tavoin.

6. JOHTOPÄÄTÖKSET

Aino Syrjäsen (Jaakkola 2012, 37) mukaan hyvinvointi koostuu fyysisestä ja psyykki- sestä terveydestä, sosiaalisesta ja yhteisöllisestä ulottuvuudesta, henkisistä ja hen- gellisistä arvoista sekä taloudellisesta toimeentulosta. Haastattelemini huumeen- käyttäjien käsitykset hyvästä elämästä vaihtelivat, mutta nämä hyvinvoinnin osa- alueet olivat nähtävissä niistä jokaisessa. Niin omaa terveyttä, taloutta ja sosiaalista kanssakäymistä kuin myös omia arvoja oli pohdittu jo ennen haastattelutilannetta. Myös mahdolliset muutostoiveet koskivat näitä hyvinvoinnin osa-alueita.

McAlisterin ja Puskan (Arponen ym. 2008, 23) yhteisömuutokseen tähtäävän tervey- den edistämisen portaikon askelmia ovat tieto, suostuttelu, käytännön taidot, sosiaa- linen tuki ja ympäristön tuki. Yhteisömuutos voi tarkoittaa paljon enemmän kuin vain uutta sosiaalista verkostoa tai kokonaisen yhteisön muuttunutta tapaa toimia ja käsi-

tellä asioita. Ajattelen terveyden edistämisen portaita kiipeävän huumeenkäyttäjän tavoittelevan kokonaisvaltaista hyvinvointia, joka kattaa kaikki Syrjäsen mainitsemat asiat.

Portaikon alapäässä olevalla henkilöllä ei voida olettaa olevan totuudenmukaista kuvaa omista tarpeistaan ja tavoitteistaan. Jo tiedonantamisvaiheessa on tärkeää huomioida tämä ja tukea muutokseen pyrkivää yksilöä muodostamaan omat, henkilökohtaiset, itsensä näköiset tavoitteet. Yksilöllisyydestä huolimatta tiedon ja tietynlaisen mallin antaminen on välttämätöntä – esimerkiksi huumeenkäyttäjällä voi olla hyvinkin vääristynyt kuva yhteiskunnasta, sen toiminnasta ja lainalaisuuksista. Myös käsitys huumeenkäytön vaikutuksista yksilön elämään voi olla kaukana todellisuudesta, niin kuin tutkimustuloksista ilmenee.

Tutkimuksessani olen selvittänyt huumeenkäyttäjän lähipiirin ja paikallisyhteisön roolia hänen motivoimisessaan ja auttamisessaan käytön lopettamiseen ja siihen liittyvään elämänmuutokseen. Näkökulma on ollut huumeenkäyttäjien itsensä – erilaisia tuloksia olisin toki saanut kysymällä asiaa ammattilaisilta, lähiomaisilta tai paikallisyhteisöiltä, joihin huumeenkäyttöä lopettamaan pyrkivien voisi ajatella kiinnittyvän. Tämän tutkimuksen mukaan lähiyhteisöllä ei ole juurikaan positiivista vaikutusta huumeenkäyttäjän valintoihin, vaikka se osoittamallaan hyväksynnällä ja tarjoamallaan avulla voisi toki helpottaa vaikeuksissa olevan yksilön elämää ja vahvistaa hänen itsetuntoaan.

Poikkeus tähän ovat käyttäjien puoliset, joilta saatu henkinen tuki tai joiden oma yritys raitistua voi antaa huumeriippuvaiselle hänen tarvitsemansa motivaation ja tahdonlujuuden elämänmuutokseen. Osa haastattelemistani huumeenkäyttäjistä mainitsi muutokseen motivoivaksi tekijäksi myös lapsensa. Käytännössä huumeidenkäyttö kuitenkin jatkui lapsista huolimatta, eikä heidän tarpeisiinsa kyetty vastaamaan riittäväällä tavalla. Huumeenkäyttäjät näkivät avaimena muutokseen ainoastaan oman itsensä ja tahdonvoimansa, koska palvelujärjestelmänkään ei koettu auttavan juuri heitä. Ainoa, jolta saatettiin pyytää apua, oli Jumala, eikä hänen ainakaan vielä oltu huomattu puuttuvan asioiden kulkuun.

Tutkin haastattelujen avulla myös huumeenkäyttäjien käsityksiä paikallisista kristillisistä yhteisöistä ja niiden mahdollisuuksista auttaa heitä tavoittelemaan elämänmuutosta. Seurakuntakaan ei tämän tutkimuksen valossa voi edistää huumeenkäyttäjien raitistumista tai elämönhallintataitoja. Terveysneuvontapiste Jelpin kaltaisia kristillisiä palveluita pidettiin kuitenkin hyödyllisinä eikä uskonasioita yleensä nähty negatiivisessa valossa – hengellisyydestä ajateltiin voivan olla apuakin.

Molempien tutkimuskysymysten kohdalla haluan kuitenkin korostaa McAlisterin ja Puskan terveysinterventio-ajattelua tiedonjakamisesta ja suostuttelusta alkavasta muutosprosessista. Omasta mielestäni selvitykseni parasta antia ovat huumeenkäyttäjien kuvaukset heidän yhteisöihin ja ihmissuhteisiin liittyvistä kokemuksistaan ja odotuksistaan. Asianomaisten kokemustieto on ensiarvoisen tärkeää mietittäessä, kuinka heitä parhaiten voisi lähestyä ja auttaa. Haastattelutilanteissa tulin tietoisiksi huumeenkäyttäjien elämän näköalattomuudesta ja heidän tyytymisestään nykyisiin olosuhteisiinsa. Heillä ei ollut paljonkaan kokemusta muilta saadusta, toimivasta avusta. Huumeenkäyttäjien ajatus siitä, ettei kukaan voi heitä auttaa, ei siis ole mitenkään yllättävä.

6.1 Yhteisömuutoksen merkitys

Sosiaalipsykologiassa (ks. luku 3.6) käyttäytymismallien ja arvomaailman nähdään muuttuvan uudenlaisten roolien omaksumisen kautta. Myös haastatteleman huumeenkäyttäjät tunnistivat omien yhteisöjensä vaikutuksen käyttäytymiseensä ja valintoihinsa. Huumeoporukassa päihteiden käyttö väistämättä jatkuu kun taas käytön lopettaminen edellyttäisi nykyisten ystävien jättämistä. Kavereiden ja etenkin puolisoiden kannustava suhtautuminen elämänmuutokseen nähtiin hyödyllisenä, muttei riittävänä – muutos olisi ennen kaikkea itsestä kiinni.

Nähdäkseni huumeenkäyttäjä tarvitsisikin jonkinlaisen oivalluksen tai ulkopuolelta tulevan virikkeen tiedostaakseen mahdollisuutensa muuttua ja toisten ihmisten mahdollisuudet auttaa häntä tässä prosessissa. Jorma Niemelän (ks. luku 3.5) mukaan toipuminen edellyttää muutokseen virittävää yksilön tilaa ja uudenlaista kieltä, jonka

avulla oma merkitysmaailma voi muuttua. Omaan elämäkuvioonsa tottunut huumeenkäyttäjä ei automaattisesti osaa etsiä apua eikä myöskään aina tunnista omaa muutoksen tarvettaan. Yritykset raitistua avopalveluiden avulla johtavat turhautumisiin ja negatiiviseen asenteeseen yhteiskuntaa kohtaan, jos huumeenkäyttäjä ei koe tulleensa kohdatuksi yksilönä.

Haastatteluaineistostani kuitenkin ilmenee, että todellisia kohtaamisia, joissa huumeenkäyttäjät kokivat toisen osapuolen taholta hyväksyntää, luottamusta ja aitoa kiinnostusta, pidettiin hyödyllisinä ja terapeuttisina. Ne saivat huumeenkäyttäjät myös pohtimaan omaa elämäänsä ja mahdollisuuksia muuttua. Uusi, merkitysmaailman muuttava kieli vaatii kuitenkin kehittyäkseen yhteisön, jossa yksilö voi omaksua uudenlaisia rooleja sekä entisestä poikkeavan arvomaailman.

Haastattelemi huumeenkäyttäjät odottivat ystäviltään rehellisyyttä, luotettavuutta ja läsnä olemista. Myös ymmärretyksi ja hyväksytyksi tuleminen oli tärkeää. Hyvä yhteisö tunnistettiin toistensa puolia pitävistä ja toisiaan auttavista ihmisistä. Arvostettiin myös tilanteita, joissa ei tarvinnut puhua huumeista tai niiden käytöstä ja joissa sai elää ja käyttäytyä muiden ihmisten tavoin. Vaikka kaikilla haastatelluilla ei ollutkaan kokemusta hyvistä ystävistä, kaikki kaipasivat läheisiä ihmissuhteita, joissa saisi olla oma itsensä ja kokea olevansa tärkeä ja hyväksyty.

Luvussa 3.2 kirjoitin omien toimintamahdollisuuksien ja itsensä hyödylliseksi kokemisen merkityksestä. Tämä näkökulma ei haastatteluissa korostunut uskoakseni siitä syystä, ettei huumeenkäyttäjillä ole ollut monia mahdollisuuksia auttaa toisia. Toisaalta solidaarisuutta ja toisten tukemista huumeiyhteisössä korostettiin. Ehkä tämän kaltaisen toisten auttaminen toikin merkitystä haastateltujen elämään. Myös kristillisissä yhteisöissä olisi löydettävä tapoja, joilla niiden uudet tulokkaat voisivat heti kokea olevansa tärkeitä ja tarpeellisia ja saisivat näin mielekkyyttä elämäänsä ja muutosprosessiinsa.

6.2 Mitä Jumala voi tehdä?

Halusin sisällyttää Jumalaa, hengellisyyttä ja kristillistä yhteisöä koskevat tutkimustulokset työhöni, vaikka ne ensi näkemältä saattavatkin tuntua hieman irrallisilta kokonaisuuteen nähden. Uskon työni antavan virikkeitä ja tuoreita näkökulmia kaikenlaisille huumeenkäyttäjien hyväksi työskenteleville paikallisyhteisöille, mutta etenkin seurakunnille. Keräämäni viisi haastattelua hahmottavat huumeenkäyttäjän maailmankuvaa ja kokemusmaailmaa. Myös käsitys kristinuskon perusasioista voi olla häilyvä, ja se on hyvä tiedostaa. Ihmisen kohtaaminen ihmisenä ja näissä kohtaamisissa syntyvä arvostus ja luottamus on kuitenkin ensisijaisen tärkeää ja se käy ilmi tutkimukseni tuloksissa.

Luvussa 3.3 totesin, että uskonnollinen muutos voi aikaansaada oppimista, kypsymistä ja oman, yksilöllisen identiteetin löytämistä. Uskoontulo voi tarjota mielekkään vaihtoehdon nykyiselle elämäntavalle ja uudenlaisia ystäviä mutta myös vertaistukea ja ihmissuhteita, jotka erilaisuudellaan saavat huumeenkäyttäjän kaipaamaan jotain samantapaista (ks. luku 3.4). Kuten Jorma Niemelän (1999) tutkimuksesta ilmenee, uskoontulon kautta monet päihteenkäyttäjät ovat myös raitistuneet.

Kiinnostavaa oli, että lähes kaikki haastatteleman huumeenkäyttäjät ajattelivat jokaisen ihmisen kelpaavan Jumalalle ja kaikkien olevan tervetulleita myös seurakuntaan. Haastatelluista kolme myös tiesi jonkun ihmisen, joka oli päässyt irti huumeriippuvuudesta uskon avulla. Asenteet kristinuskon sanomaa kohtaan olivat siis varsin positiivisia. Tämäkin osoittaa paikallisilla kristillisillä yhteisöillä todella olevan mahdollisuuksia huumeenkäyttäjien tavoittamiseen ja auttamiseen.

Kristinuskon sanoman henkilökohtaisella omistamisella on ollut merkittävä vaikutus monen ihmisen elämään. Tähän sanomaan kuuluu myös yliluonnollinen ulottuvuus (ks. luku 2.5), joka usein vaikuttaa näkyviä rakenteita tehokkaammin. Seurakuntayhteisö turvallisine ihmissuhteineen on todella varteenotettava vaihtoehto muutosta kaipaavalle huumeenkäyttäjälle. Tämä ei poissulje päihdealan toimijoiden ja huumeenkäyttäjien muiden lähiyhteisöjen merkitystä muutosprosessissa. Ihanne olisi varmasti se, että kaikki nämä tahot toimisivat yhdessä saman tavoitteen saavuttamiseksi.

Koska opinnäytetyöni kuuluu kansalaistoiminnan ja nuorisotyön alaan, tahdon korostaa toiminnan organisoimista, suunnittelun ja kehittämisen merkitystä. Esimerkiksi seurakuntien nuorisotyön piirissä oleville nuorille voitaisiin mielestäni määrätietoisesti opettaa kristillisen lähimmäisenrakkauden merkitystä ja käytännön sovellutuksia. Kaikkinainen opetus kristinuskon sisällöstä pitäisi kytkeä käytäntöön ja nuorten arkielämään. Nuoria tulisi rohkaista luomaan ihmissuhteita ja kutsumaan uusia ystäviään myös seurakuntaan.

Esimerkiksi seurakunnassa ja ihmisten kodeissa toimivat pienryhmät voivat olla huumeenkäyttäjälle hyvä tapa tutustua uusiin ihmisiin ja rakentaa molemminpuolista luottamusta ja hyväksyntää. Samankaltaisia asioita olisi tapahduttava myös varttuneempien seurakuntalaisten parissa. Muutos toimintamalleissa ja asenteissa alkaa kuitenkin monesti nuorista. Kristillisen opetuksen lisäksi seurakunnissa voitaisiin, diakonian hengessä, aloittaa vaikkapa elämänhallintaryhmiä, joissa päihteidenkäytöstä toipuvat saisivat vertaistukea ja arkielämän taitojen opetusta.

Kaikenlainen käytännön apu vetoaisi varmasti huumeidenkäyttäjienkin ja saisi heidät hakeutumaan seurakunnan piiriin. Lahdessa on kokeiltu esimerkiksi EU:n ruoka-avun jakamista ja villasukkien lahjoittamista Jelpin asiakkaille. Terveysneuvontapiste Jelpi on itsessään toimiva esimerkki siitä, kuinka huumeidenkäyttäjät voivat kohdata uskovia ihmisiä rakentavassa ja kunnioittavassa hengessä. Jelpin työntekijät unelmoivat käymissämme keskusteluissa myös muunlaisista, enemmän resursseja vaativista tavoista tarjota käytännön apua huumeidenkäyttäjille. Huumetyöstä kiinnostuneiden kristillisten yhteisöjen olisikin ideoitava ja kokeiltava rohkeasti uudenlaisia keinoja osoittaa kristillistä rakkautta ja kutsua uusia ihmisiä toimintansa piiriin.

Uskon kristillisillä paikallisyhteisöillä olevan luultua ja tässä osoitettua enemmän mahdollisuuksia vaikuttaa positiivisesti huumeidenkäyttäjien elämään. Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön ammattilaisena joudun toki arvioimaan toiminta- ja vaikuttamismahdollisuuksiani suhteessa ammattitaitooni ja saamaani koulutukseen. Seurakunnan työssä toimivat joutuvat kuitenkin kohtaamaan kaikenlaisia ihmisiä, vaikkei heillä olisikaan kokemusta tai koulutusta näiden erityistarpeisiin liittyen. Seurakunnissakin olisi mielestäni pohdittava rehellisesti sitä, minkälaisen ihmisten kohtaamiseen

ja millaisiin tilanteisiin työntekijöiden ja riviseurakuntalaisten resurssit ja taidot riittävät. Tarvittaessa olisi hankittava lisäkoulutusta tai apua muilta asiantuntijoilta.

Kokemukset kristinuskon hengellisestä ja yliluonnollisesta ulottuvuudesta (ks. luku 2.5) kuitenkin osoittavat, etteivät kaikki seurakunnissa tapahtuvat asiat ole inhimillisesti mitattavissa tai suunniteltavissa. Jumala voi saada aikaan yllättäviäkin muutoksia niin seurakuntaan saapuvan huumeenkäyttäjän elämässä kuin myös hänet vastaanottavassa kristillisessä yhteisössä. Uskon jo molempien tahojen asenteiden usein tarvitsevan radikaaliakin muutosta yhteistyön ja molemminpuolisen kunnioituksen mahdollistumiseksi. Tutkimustulostenikin perusteella tarvitaan Jumalan yliluonnollista voimaa, jotta kristillisten yhteisöjen jäsenet voisivat todella ystävystyä huumeiden kanssa kamppailevien lähimmäistensä kanssa, ja huumeenkäyttäjät voisivat aidosti luottaa näiden pyyteettömään haluun auttaa.

6.3 Avaimena ihmissuhteet

Kristilliset seurakunnat voisivat mielestäni tarjota huumeenkäyttäjille niin hyväksyviä ja luottamuksellisia, muutokseen virittäviä ystävyyssuhteita kuin myös yhteisön, jossa arvot ja roolit voivat muuttua. Kristillisen yhteisön etuna suhteessa varsinaisiin avopalveluihin näen sen, että se ei välttämättä edusta mitään viranomaistahoa. Voidaan puhua nimenomaan ystävyyssuhteista, joissa ihminen kohtaa ihmisen ja rohkaisee tätä tutustumaan omaan ystäväpiiriinsä ja yhteisöönsä.

Kyse ei ole vain joidenkin tiettyjen ajatus- tai toimintamallien siirtämisestä yhteisön uusiin jäseniin. Suhde tasapainoiseen, kristillisen toivon omaaviin ihmisiin voi herättää huumeenkäyttäjissä kaipuuta johonkin samanlaiseen (ks. luku 3.4). Tämä voi olla Niemelän (ks. luku 3.5) kuvaaman, merkityssuhteita ja toimintaa muuttavan oivalluksen ensimmäinen vaihe. Tämän kaltaiset yhteisöt voisivat kannustaa huumeenkäyttäjää asettamaan itselleen muutokseen tähtäviä tavoitteita, pysymään niissä ja kokemaan elämänsä merkitykselliseksi. Niiden yhteisöjen, jotka todella haluavat auttaa huumeista irti pyrkiviä ihmisiä, tulisi mielestäni huomioida juuri henkilökohtaisten ihmissuhteiden merkitys muutoksen virittäjinä.

Olisi tärkeää rohkaista varsinkin entisiä, pidempään raittiina olleita päihteen- ja huumeenkäyttäjiä solmimaan ystävyysuhteita muutosta kaipaavien huumeenkäyttäjien kanssa. Haastateltavani korostivat ymmärretyksi tulemisen ja yhteisen kokemusmaailman tärkeyttä ihmissuhteissa. Kävi myös ilmi, että vaikkapa seurakunnissa huumeenkäyttäjät saattavat vaivautua, koska he eivät löydä yhteistä keskusteltavaa muiden ihmisten kanssa.

Huumeenkäyttäjän kieli ja merkitysmaailma eivät voi muuttua hetkessä, vaikka motivaatio yhteisömuutokseen olisi vahvakin. Ymmärrystä ja joustavuutta tarvitaan varsinkin vastaanottavan yhteisön puolelta, jotta yksilö tuntisi itsensä tervetulleeksi ja olonsa kotoisaksi ja turvallisiksi. Olisi kehitettävä myös uudenlaisia yhteisöllisyyden muotoja, tapoja tutustua ja viettää aikaa yhdessä molemmille osapuolille neutraaleissa ja turvallisissa paikoissa ja tilanteissa. Tällaisia paikkoja voisivat olla vaikkapa erilaiset harrastuspaikat ja haastattelemini huumeenkäyttäjien mainitsemat kahvilat, sekä ihmisten kodit.

Huumeista irti pyrkivän olisi vakuututtava siitä, että hänet hyväksytään ja häntä tuetaan myös vaikeina hetkinä. Haastatteluista kävi ilmi, että huumeenkäyttäjät eivät välttämättä ole valmiita näyttäytymään edes lähimmille ystävilleen täysin raittiina. Ystäviä ei haluta värvätä myöskään tukihenkilöiksi huumevieroitukseen ja jopa toisen puolesta rukoileminen koetaan kauniina tekona, joka pitäisi jotenkin ansaita. Haastatteluista huokui pyrkimys itsenäisyyteen ja riippumattomuuteen. Haastateltujen tapana nähdä itsensä vastuullisena omasta elämästään ja hyvinvoinnistaan on täysin luonnollinen ja asiaankuuluva. Syytä omista vääristä valinnoista ei todellakaan voi vierittää toisten niskoille, eikä kukaan ulkopuolinen voi päättää, mitä yksilö elämänsä haasteille tekee.

Mielestäni tarvittaisiin kuitenkin kokemuksia ihmissuhteista, jotka eivät ole riippuvaisia omasta miellyttävyydestä tai ansioista. Juuri tästä on kyse kristinuskon sanomassa, ja tähän kristilliset yhteisöt kannustavat jäseniään. Kristillisen lähimmäisenrakauden kautta kaikessa epäonnistunutkin voi kokea kelpaavansa ja olevansa rakastettu, ja mahdollisuuksia tämänkaltaisen rakkauden kokemiseen olisi myös huumeenkäyttäjille tarjottava.

Ensisijaisena pyrkimyksenä ei pitäisi olla ihmisen johdattaminen uskonratkaisuun tai hänen muuttamisensa johonkin suuntaan. Haastattelemani huumeenkäyttäjät pitivät hengellisiä asioita erittäin henkilökohtaisina, ja tälläkin alueella heidän omia rajojaan pitäisi mielestäni kunnioittaa. Yksilön roolit ja arvomaailma muuttuvat vuorovaikutuksen ja uuteen yhteisöön tutustumisen myötä. Kuten mainittu, myös yhteisö muuttuu uusien jäsentensä vaikutuksesta. Kun kristillinen yhteisö kunnioittaa ja vahvistaa jokaisen uuden tulokkaan yksilöllisyyttä ja oman, henkilökohtaisen identiteetin löytämistä, voidaan mielestäni puhua vaikuttavasta yhteisömuutoksesta. Karjusen (2012) mukaan riippuvuudesta voi vapautua vain, jos itse niin päättää. Lähiyhteisön rooli on tukea ja edesauttaa prosessia, ei tehdä sitä kenenkään puolesta.

Missä uusia ystäviä ja yhteisöä etsiviä huumeenkäyttäjiä sitten voi kohdata? Kuten tutkimukseni tuloksista voi huomata, he tuskin tulevat seurakuntiin ja harvemmin avopalveluidenkaan piiriin. Terveysneuvontapiste Jelpin kaltaiset palvelut ovat tämän tutkimuksen mukaan erittäin toimivia – joskaan eivät suoranaisesti motivoi käyttäjiä elämänmuutokseen.

Pekka Leväniemi (2007, 66) on tutkimuksessaan todennut etsivän diakoniatoiminnan olevan vähäistä vapaaseurakunnissa. Mielestäni lähiyhteisöjen pitäisi rohkeammin etsiä uudenlaisia, luovia tapoja löytää ja kohdata huumeenkäyttäjiä, joilla ei ehkä ole ainuttakaan kokemusta välittävästä ja merkityksellisestä ihmissuhteesta ja sen vaikutuksesta elämäänsä. Tällaisia luovia keinoja voisivat olla vaikka kaupungilla järjestetyt, avoimet ja osallistavat taidetapahtumat. Seurakunnissa syntyy varmasti rohkeita ja toimivia ideoita, jos niitä pohditaan yhdessä ja jäseniä rohkaistaan niiden julkistamiseen.

Vaikka auttaminen edellyttää sitoutumista ja ammattimaistakin valmentautumista suhteessa kohdattavaan huumemaailmaan, ei edessä olevia haasteita mielestäni pitäisi pelätä liikaa. Ystävällisyys ja välittäminen voivat vaikuttaa yllättävilläkin tavoilla, kuten eräs haastateltavistani kertoi – kaupungilla kohdatun tuntemattoman tytön hymy ja tämän esittämä kysymys uskosta oli rohkaissut yksinäistä ja saanut hänet pohtimaan elämäänsä. Lisäksi ajattelen kristinuskon sanoman armosta ja elämän muuttavasta voimasta koskettavan ja auttavan nimenomaan syyllisyyden, ahdistuk-

sen ja puutteellisen elämänhallinnan kanssa kamppailevia huumeenkäyttäjiä. Tämäkin sanoma olisi kuitenkin osattava esittää viisaasti ja hyväksyvässä ilmapiirissä – ei antaen vaikutelmaa ihmisestä, joka luulee tietävänsä kaiken jopa paremmin, kuin asianomainen itse.

Kaikkein tärkeintä on kuunteleminen ja kuuleminen, kokemus todellisesta kohtaamisesta. Aidot kohtaamiset vaativat nimenomaan rohkeutta kuunnella ja olla läsnä silloinkin, kun vastauksia kysymyksiin ei ole. Uskon, että voimaannuttavat ja muutosvoimaa aikaansaavat ihmissuhteet ja yhteisöllisyys syntyvät juuri tämän kaltaisesta välittämisestä ja hyväksynnästä.

6.4 Lopuksi

Opinnäytetyössäni olen selvittänyt huumeenkäyttäjän lähipiirin ja paikallisyhteisön vaikutusta hänen elämänmuutokseensa, johon liittyy huumeidenkäytön lopettaminen. Erityistä huomiota olen kiinnittänyt huumeenkäyttäjien kokemuksiin kristillisistä yhteisöistä ja niiden mahdollisuuksista auttaa heitä. Vaikka huumeenkäyttäjät eivät selvitykseni mukaan juuri ajattelekaan hyötyvänsä muiden ihmisten avusta tai tuesta, saatan tämän selvityksen perusteella väittää, että he ovat sopivan tilanteen tullessa kuitenkin valmiita ottamaan vastaan apua, jos joku voi antaa sitä heille.

Haastateltuni sanoivat huumeiyhteisöstä irtautumisen olevan periaatteessa helppoa. Sen sijaan keinoja uuden yhteisön löytämiseen ja siihen kiinnittymiseen ei näillä huumeenkäyttäjillä juurikaan ollut. Selvityksessäni käyttämäni kirjallisuuden ja teoria-tiedon perusteella kristillisillä ja myös muilla paikallisyhteisöillä on todellisia mahdollisuuksia auttaa huumeenkäyttäjiä sekä motivoida ja tukea heitä matkalla kohti yhteisömuutosta.

Selvitykseni mukaan ystävyysuhteet, joiden kautta yksilö rohkaistuu liittymään uuteen, laajempaan ihmissuhdeverkostoon, voisivat olla toimiva tie yksilön sosialisointiin ja kokonaiseen identiteetin ja arvomaailman muutokseen. Vaikka huumeenkäytön lopettaminen on kirjallisuuden perusteella mahdollista joskus jopa puhtaasti us-

kon avulla, tahtoisin korostaa myös moniammatillisen yhteistyön merkitystä huumevieroituksessa ja elämänhallinnan opettelemisessa. Juuri kristillisillä seurakunnilla on kuitenkin paikallisuutensa ja tarjoamiensa henkilökohtaisten ihmissuhteiden ansiosta hyvä mahdollisuus kehittää etsivää työtä, jonka kautta huumeenkäyttäjää voitaisiin tavoittaa ja rohkaista yhteisömuutokseen ja huumeista vapaaseen elämään.

LÄHTEET

AA-kustannus ry 2012. 12 askelta. Viitattu 25.8.2012.

<http://www.aa.fi/index.php?id=38&type=0>

Arponen, Anne & Brummer-Korvenkontio, Henriikki & Liitsola, Kirsi & Salminen, Mika 2008. Luottamus ja vapaaehtoisuus terveysneuvontapistetoiminnan onnistumisen edellytyksinä. Poikkitieteellinen arviointitutkimus ruiskuhuumeiden käyttäjien terveysneuvonnan vaikuttavuudesta tartuntatautien ehkäisyssä ja torjunnassa. Helsinki: Kansanterveyslaitos.

Burke, John 2009. Täydelliset älkööt vaivautuko. Suom. Ulla Tervo. Hämeenlinna: Päivä Osakeyhtiö.

Burr, Vivien 2010. Sosiaalipsykologisia ihmiskäsityksiä. Suom. Jyrki Vainonen. Tampere: Vastapaino.

Chevreau, Guy 2000. Pilvetön tanssi. Suom. Ulla Tervo. Hämeenlinna: Päivä Osakeyhtiö.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2003. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 6. painos. Tampere: Vastapaino.

Grönqvist, Allan 2005. Suomen Vapaakirkon lähimmäistyö. Teoksessa Eronen, Maarit (toim.) 2005. Yhdessä. Vapaakirkko tänään. Hämeenlinna: Päivä Osakeyhtiö.

Henriksson, Johanna (toim.) 2011. Opinto-opas 2011-2012. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu.

Hyvönen, Väinö 2005. Suomen Vapaakirkon historia. Teoksessa Eronen, Maarit (toim.) 2005. Yhdessä. Vapaakirkko tänään. Hämeenlinna: Päivä Osakeyhtiö.

Jaakkola, Helena 2012. Aino Armeniaan. *Talentia* (39) 7/2012, 34-37.

Kaipio, Kalevi 1999. Kasvattava yhteisö. Jyväskylä: Jyväskylän Koulutuskeskus Oy.

Kan ry 2009. Markku Tuppurainen uskoo täyden palvelun taloon. *Lähimmäinen* 3/2009, 16-17.

Karjunen, Heli 2012. Päihderiippuvuus. Päihde- ja huumetyön luennot 27.-29.2.2012. Hanko: Suomen teologinen opisto.

Leier, Kenno 2010. Seurakunnan olemus ja tehtävä. Luentomateriaali.

- Leväniemi, Pekka 2007. Uudistusten kynnyksellä. Tutkimus Suomen Vapaakirkon diakoniasta. Järvenpää: Diakonia-ammattikorkeakoulu. Sosiaalian koulutusohjelman opinnäytetyö.
- McAlister, Alfred & Puska, Pekka & Salonen, Jukka T. & Tuomilehto, Jackko & Koskela, Kaj 1982. Theory and Action for Health Promotion: Illustrations from the North Karelia Project. Am J Public Health. 72(1): 43-50.
- Nevalainen, Iiris 2012. Vankilan varjosta uuteen elämään. ViaDia 2012-2013 – lehtinen, 9-11.
- Niemelä, Jorma 1999. Usko, hoito ja toipuminen. Tutkimus kääntymyksestä ja kristillisestä päihdehoidosta. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Tutkimuksia 96.
- Salmi, Eeva & Lindholm, Arto & Viitanen, Reijo 2009. Opinnäytetyöopas. Ammattikorkeakoulun perustutkinnot. Humanistinen ammattikorkeakoulu.
- Rantanen, Pentti 2011. Yleinen kirkkohistoria. Kurssiluennot 9/2011. Hanko: Suomen teologinen opisto.
- Rinne, Riku 2012. KK Kuolemankauppias. Helsinki: Kuva ja Sana Oy.
- Salo, Pirkko 2009. Sosiaalinen vahvistaminen. Opintojakson luennot 2009-2010. Tornio: Humanistinen ammattikorkeakoulu.
- Terveysneuvontapiste Jelppi. Viitattu 22.8.2012. <http://www.lahdenjelppi.fi/>
- Thitz, Päivi 2006. Diakonian yhteisölliset merkitykset. Sosiaalipsykologian ja sosiologian laitos. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu. Pro gradu -tutkielma.
- ViaDia Lahti ry 2011. Terveysneuvontapiste Jelppi. Vuosikertomus 2010.

LIITTEET

Liite 1 Teemahaastattelukysymykset Jelpin asiakkaille

IDENTITEETTI JA YHTEISÖ

1. Sukupuoli
2. Syntymävuosi
3. Kertoisitko jotain itsestäsi?
4. Kuinka kauan olet käyttänyt päihteitä/huumeita?
5. Kuinka kauan olet käynyt Jelpissä?
Minkälaista tukea/apua olet saanut Jelpistä?
6. Miksi osa ihmisistä ei osallistu tällaiseen toimintaan?
Onko ollut ongelmia/huonoja kokemuksia?
7. Oletko saanut tukea muualta? Millaista?
8. Millaisiin ihmisiin/yhteisöihin/tahoihin sinulla on kontakteja? Millaisia?
Suhdeverkosto/yhteisökartta (piirrä)
Millaiset roolit? Autatteko toisianne?
9. Onko sinulla joku ihminen/yhteisö, joka hyväksyy sinut aidosti?
Kenelle sinä olet tärkeä, kuka välittää sinusta?
Onko joku, jolle voit puhua/jolta saat apua?
10. Mikä saa sinut sitoutumaan johonkin ihmiseen/yhteisöön?
11. Miten sinä haluaisit osallistua yhteisösi rakentamiseen/ auttaa toisia?
Onko sinulle tärkeää olla tarpeellinen?
12. Millainen on mielestäsi hyvä yhteisö?
13. Miten määrität itsesi/roolisi/asemasi?
Kuka olet? Mihin kuulut?
Kuka ja mikä määrittää identiteettisi?
Vastaako identiteettisi toiveitasi/odotuksiasi?
14. Onko Jelpissä käyminen vaikuttanut käsitykseen itsestäsi?
Ihmissuhteisiisi

HUUMEIDEN KÄYTTÖ JA HUUMEYHTEISÖ

15. Millaisia huumeidenkäyttäjät ovat?

Millainen on käyttäjäyhteisö?

16. Miksi huumeita käytetään?

Mikä merkitys käyttäjäyhteisöllä on?

17. Millainen maailma(nkuva) huumeenkäyttäjällä on?

Millaisia tunteita/kokemuksia huumeenkäyttäjän elämään kuuluu?

18. Kuinka negatiivisista tunteista/kokemuksista pääsee eroon?

19. Mikä sai sinut yrittämään irti huumeista?

Unelmat/toiveet Vai tarpeeksi suuri uhka?

20. Kuinka huumeidenkäytön voi lopettaa?

Millaista käytön lopettaminen/toipumisen tie on?

Mistä apua?

21. Kuinka huumeiyhteisöstä voi irtautua?

Mistä voi löytää uudet ystävät/ihmissuhteet/yhteisön?

Millaisia näiden uusien ihmisten olisi oltava – mitä heiltä edellytät?

22. Kuinka yhteiskuntaan/”tavalliseen” elämään voi päästä kiinni?

Millaisia vaiheita tähän prosessiin kuuluu?

Millaista apua/tukea siihen tarvitaan?

HENGELLISYYS

23. Millainen suhde sinulla on hengellisyyteen/Jumalaan?

Kokemukset, ”kutsu”

24. Mikä on hengellisyyden merkitys Jelpissä?

Taustayhteisö on Vapaaseurakunnan kristillinen diakoniajärjestö – näkykö se?
(toiminnassa/ilmapiiirissä...)

25. Onko Jelpissä käyminen vaikuttanut ajatuksiisi Jumalasta/kristillisestä sanomasta?

26. Millaisesta hengellisestä tuesta sinä hyötyisit?

Hengellisyyden esillä pitäminen (symbolit & ilmapiiri)

Keskusteluapu, yhteinen rukous

Esirukous, mahdollisuus jättää rukouspyyntöjä

Rippi, synninpäästö...

Hengelliset tilaisuudet, hartaudet, juhlat

Terapia, psyykenlääkkeet

27. Mitä apua hengellisyydestä/Jumalasta on?

Huumeiden käytön lopettamisessa

Elämässä yleensä

Uskotko Jumalan yliluonnolliseen voimaan/asioihin puuttumiseen?

28. Millainen kuva sinulla on seurakunnasta?

29. Mikä olisi sinulle hyvä syy etsiä Jumalaa/hakeutua seurakuntaan?

Uskovien yhteisö

Jumalan apu/yhteys Jumalaan/pelastus

Aineellisen/henkisen/sosiaalisen avun saaminen (Jumalalta/ihmisiltä)

30. Millainen ihminen kelpaa Jumalalle/on tervetullut seurakuntaan?

31. Missä muualla, kuin seurakunnassa, voi olla tekemisissä hengellisten asioiden kanssa?

32. Voiko olla uskossa/yhteydessä/sovinnossa Jumalan kanssa, jos ei käy seurakunnassa?

33. Mitä seurakuntaan tuleminen vaatisi sinulta?

Muilta ihmisiltä? Olosuhteilta?

Mikä voisi estää/keskeyttää osallistumisesi?

Vaatiiko seurakunnassa käyminen päihitteettömyyttä/yritystä muuttua?

34. Mikä saisi sinut sitoutumaan seurakuntaan?

35. Millaista tukea/suhtautumista toivoisit seurakunnalta?

36. Tiedätkö/tunnetko jotakuta, joka on päässyt irti huumeista uskon avulla?