

KAIKILLA EI OLE SAMAT MAHDOLLISUUDET MUTTA KAIKILLA ON MAHDOLLISUUS

Kokemustarina päihteidenkäytöstä ja siitä selviytymisestä

Tinka Pöyry
Opinnäytetyö
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Syrjäytymisvaarassa olevien
terveyden- ja hyvinvoinnin
edistäminen
Sosionomi (YAMK)

TIIVISTELMÄ

Pöyry, Tinka. Kaikilla ei ole samat mahdollisuudet mutta kaikilla on mahdollisuus. Kokemustarina päihteidenkäytöstä ja siitä selviytymisestä. Diak Etelä, Helsinki, syksy 2017, 64 s., 3 liitettä. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Syrjäytymisvaarassa olevien terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen, ylempi ammattikorkeakoulututkinto (YAMK).

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on ehkäistä päihteiden käyttöä sekä kertoa yhden henkilön tarina, elämäkerta. Tarina siitä mistä päihteidenkäyttö alkoi ja mihin se elämässä vei. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä tietämystä päihderiippuvuudesta toipumiseen korvaushoidon kautta ja antaa avaimia nyt teini-iässä oleville nuorille, joilla on päihteiden kanssa ongelmia. Opinnäytetyön tarkoituksena on tukea päihderiippuvuuden kanssa kamppailleen henkilön toipumista yhä edelleen ja sitä, että annan hänen kokemukselleen ja tarinalleen oman äänen. Ääntä kuuntelemalla saadaan tavoitettua toivottavasti myös niitä nuoria, joilla päihteidenkäyttö saattaa alkaa jo enemmälti hallita elämää ja kertoa omin sanoin mihin se voi johtaa.

Opinnäytetyö on produktio. Aineistona toimii Frankin omaelämäkerrallinen kerronta, johon olen tehnyt apukysymyksiä. Apukysymykset auttoivat Frankia pysymään tarinan aikajanassa kiinni.

Kun elämäkerta oli kokonaan valmis elokuussa 2017, sen luki kolme 16–17-vuotiasta vantaalaista nuorta. Frankin tarinaa on tarkoitus jatkossa käyttää päihdevalistusmateriaalina.

Asiasanat: Kokemustieto, Päihderiippuvuus, Korvaushoito, Selviytyminen, Elämäkerta, Nuoret, Päihteidenkäyttö, Päihdevalistus

ABSTRACT

Pöyry, Tinka. Not everyone has the same opportunities but everyone has the opportunity. An experience story in use and the survival of intoxicants. 64 p., 3 appendices. Language: Finnish. Helsinki, Autumn 2017.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in promoting the social exclusion of health and wellbeing. Master's degree (YAMK).

The meaning of this thesis is to prevent the use of intoxicants and tell a person's story, their biography. A story of how intoxicant abuse started and where it took him in life. The meaning of this thesis is to increase the knowledge of healing from substance addiction through replacement therapy and to give assistance for the teenagers struggling with substance addiction today. The meaning of the thesis is to still support the recovery of the one who struggled with substance abuse and to give his experience, his story an own voice. Listening to the voice will hopefully result in reaching those young people, whose lives the intoxicants have more and more started to control, and use the own voice to tell where it possibly comes to in the end.

The thesis is a production. Frank's autobiographical narration, for which I made some supporting questions to help Frank stick in the timeline, works as the material for this product.

When the biography got ready in August 2017, it was read by three 16- to 17-year-old young people from Vantaa. The plan is to publish the biography. Another plan is also to use this story on substance abuse awareness.

Keywords: Experience of knowledge, Substance abuse, Replacement therapy, To survive, Biography, Young

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ	2
ABSTRACT	3
SISÄLTÖ	4
1 JOHDANTO	7
2 RIIPPUVUUS	10
2.1 Psykkinen, sosiaalinen ja fyysinen riippuvuus	11
2.2 Aiempia tutkimuksia riippuvuudesta ja päihteidenkäytön lopettamisesta	13
3 KORVAUSHOITO SUOMESSA	17
3.1 Kuntouttava korvaushoito	19
3.2 Haittoja vähentävä korvaushoito	20
3.3 Päihdekuntoutus osana palvelujärjestelmää	21
3.4 Pääsy korvaushoitoon ja jonotusaika	22
4 PÄIHTEIDENKÄYTTÖ ILMIONÄ	24
4.1 Nuorten päihteidenkäyttö	25
4.2 Ehkäisevä päihdetyö	27
5 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA	28
6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN	29
6.1 Prosessin kuvaus	30
6.2 Produktio	31
6.3 Produktion eteneminen	32
6.4 Narratiivinen työskentelyote ja omaelämäkerrallinen kerronta	35
7 FRANKIN TARINAN TESTAUS	37
7.1 Haastateltujen nuorten oma päihdekäyttäytyminen	38
7.2 Nuorten ajatuksia Frankin tarinasta	39
7.3 Kokemusasiatuntijuus	43

8 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS.....	45
8.1 Eettisyys	46
8.2 Luotettavuus.....	49
9 POHDINTA	49
9.1 Johtopäätökset	55
9.2 Kehittämisehdotukset ja jatkotutkimusehdotukset	57
LÄHTEET	59
LIITE 1: Haastattelun runkokysymykset, aikajana keskusteluiden etenemiselle	64
LIITE 2: Nuorten haastatteluiden runko	65
LIITE 3: FRANKIN TARINA – Päihteiden täyttämästä elämästä korvaushoitoon	66

*Painu tiehesi Morrigan!
verilöylynrakastaja, teurastuksen suuri kuningatar
kaikki sodat ja ryöstöretket tuossa sinun mustanäädän muodossasi
musteensinisin siivin
teräksisin katsein
sinä asetat vaateita verilöylylle
etkä lyö valoa synkeissä käännöksissäsi*

- Frank 4.1.2016

1 JOHDANTO

Tämä työ sai alkunsa loppukesästä 2015, jolloin Frank oli toista vuotta korvaushoidossa. Hän ei ollut retkahtanut kertaakaan viimeisen hoitajaksonsa ja hoitopaikkansa aikana. Hän pohdiskeli, että mikäli olisi jatkanut huumeiden täyttämää elämäänsä vielä yhtään, olisi henki todennäköisesti lähtenyt. Hän oli myös miettinyt, että kirjoittaisi oman tarinansa, omaelämäkerran. Frank koki kuitenkin, ettei ollut itse paras mahdollinen kirjoittaja. Frankilla oli omana ajatuksenaan kertoa tarinansa niin, että siitä saisi esimerkiksi nuorille päihdevalitusmateriaalia. Tästä syntyi ajatus produktiosta, jolla saisin Frankin tarinan julki ja mahdollisesti jaettavaksi paikkoihin, joissa kohdataan nuoria päihteidenkäyttäjiä ja heidän kanssaan työskenteleviä.

YAMK-opintoni alkoivat syksyllä 2015. Aluksi tarkoitukseni oli tehdä opinnäytetyö aivan muusta aiheesta mutta hyvin nopeasti tajusin, että nyt minulla olisikin mahdollisuus tehdä Frankin kanssa yhdessä hänen elämäkertansa ja toteuttaa opinnäytetyöni tällä tavalla. Opinnäytetyö ei välttämättä vastaa suoraan työelämän tarpeeseen mutta on materiaalia muun muassa niiden nuorten ja vähän vanhempienkin kanssa, joiden päihdekäyttäytyminen aiheuttaa viranomaisissa ja muissa toimijoissa huolta.

Tässä työssä käsittelen päihderiippuvuutta ja siitä toipumista korvaushoittoon saakka asettaen Frankin henkilökohtaisen kokemuksen päihderiippuvuudesta työn keskiöön. Työssä käsitellään myös päihteiden käytön vaaroja ja sen seurauksia sekä nuorten päihdekäyttäytymistä. Itse teoriassa keskityn päihderiippuvuuteen, korvaushoittoon, nuorten päihteiden käyttöön, työn eettisyyteen ja itse prosessiin. Työn liitteenä on Frankin tarina lapsuudesta tähän päivään saakka. Työni on toisen henkilön henkilökohtainen kokemus, tarina, kokemusasiantuntijuus. Siinä ei itse kokemuksen puolesta ole oikeaa tai väärää. Se on yhden ihmisen hyvin henkilökohtainen matka menneisyydestä tähän päivään. Työn yksi tarkoitus on olla kertomus, tarina siitä miten huonosti ihmisen asiat voivat olla mutta myös tarina selviytymisestä ja halusta normaaliin elämään. Toisena haasteena on saada tarina luettavaksi sinne missä

päihteidenkäyttö on vasta alkamassa, ehkä jo alkanutkin. Frankin tarinan on tarkoitus toimia päihdevalitusmateriaalina.

Jos Frankin tarinalla saa edes yhden nuoren päihteidenkäyttäjän miettimään omaa päihdekäyttäytymistään, silloin tällä tarinalla on merkitys. Silloin yhden menneisyys on voinut olla toisen silmien avaus, pelastautuminen. Työni edustaa Suomessa vielä vähän tunnettua kokemusproduktiota, joka tuottaa henkilökohtaiseen elämäkokemukseen perustuvaa kokemustietoa.

Aineistoa on mahdollista tarkastella myös selviytymistarinan tai identiteettitarinan valossa (Beresford & Salo 2008, 17). Heidän mukaansa kokemukseen perustuva tieto tunnustetaan validiksi tiedoksi perinteisen tutkimustiedon rinnalle. Päihderiippuvuus ja toipuminen omakohtaisina kokemuksina tuottavat produktioita kautta niin sanottua toista tietoa yhteiskunnan marginaalissa elämisen näkökulmasta. Työssäni on myös tarkoitus antaa todenmukainen kuva päihteidenkäyttäjän arjesta ja todellisuudesta. Frank on kertonut kaunistelematta kipeistäkin asioista. Ehkä kertomus on vain pintaraapaisu, koska se käsittelee vain yhden henkilön käyttöä, elämää ja kokemusta mutta Frankin mukaan päivät eivät aina eroa toisistaan, oli kyse hänestä itsestään tai jostain muusta päihteidenkäyttäjistä. Auttajan tulisi ensin usein ymmärtää päihteidenkäyttäjän todellisuus ennen kuin häntä todellisuudessa voi auttaa. Ymmärtäminen ei kuitenkaan tarkoita sitä, että päihteidenkäyttö hyväksytään tai ollaan liian sinisilmäisiä sen suhteen. Luottamusta päihteidenkäyttäjään ei missään määrin voi luoda, jos auttaja ei pysty ymmärtämään käyttäjän todellisuutta elämäntilanteen kokonaisuutta.

Päihdetyön tutkimus toistaiseksi on Suomessa melko vähäistä verrattuna päihdeongelmien laajuuteen ja vaikeuteen. Suomessa tehty tutkimus on pääosin keskittynyt päihdekäytön seurauksiin, laajuuteen ja tapoihin.

Kokemustutkimusta tai kokemustarinoita on hyvin vähän, vaikkakin viime vuosina on sekä päihderiippuvaisen ja toipujien äänestä on kiinnostuttu niin sanottuna toisen käden tietona. Kokemukseen perustuva tietäminen on varmasti nousemassa tutkimuksen ja kiinnostuksen kohteeksi ja mitä enemmän

materiaalia ja tarinoita on saatavilla, sitä enemmän se varmasti tulee myös tavoittamaan eri kohderyhmiä, niin itse päihteidenkäyttäjiä kuin työntekijöitäkin. Frankin tarina on myös kokemusasiantuntijan puheenvuoro, suoraa tekstiä toiselle päihteidenkäyttäjälle.

Päihdetyön kehittämiseksi tarvitaan välttämättä tutkimusta toipumisen prosesseista, joissa elämäntilannetta kuvataan laajemmin kuin tietyn menetelmän tai hoitajakson näkökulmasta (Tammi, Aalto & Koski-Jännes. 2009, 10.) Työni vastaa päihdetyön haasteeseen nostamalla esiin yhden elämäntarinan ja kokemuksen; päihteiden käytön, riippuvuuden, korvaushoidon ja sen myötä toipumisen kokonaisuudesta. Yksittäisiä tarinoita, elämäkertoja ei ole juurikaan tehty tämänkaltaisista toipumistarinoista vaan kirjoitukset, tutkimukset, tutkielmat ja kirjat ovat pääosin sisältäneet monien henkilöiden haastatteluita ja kertomuksia selviytymisestään. Teoriaosan sisällä on sitaatteja Frankin tarinasta, Frankin sanoja ja tunteita. Suorat lainaukset ovat teoriaosan sisällä kuvaamassa päihteidenkäytön sanallista kertomaa, kertomassa kuinka itse päihteidenkäyttäjä tuntee ja kokee sen mikä on monelle vain kirjoista luettua tekstiä. Sitaateilla ei kuitenkaan ole minkäänlainen tarkoitus antaa lukijalle hyväksytyä mielikuvaa päihteidenkäytöstä tai niistä tunteista, joita päihteen käyttäminen itse käyttäjässä herättää.

Frankin tarinan luki kolme vantaalaista nuorta, joilla kaikilla on taustaa päihteidenkäytöstä, lähinnä kannabiksesta. Kaikki nuoret ovat kokeilleet kannabista jo nuorina, noin 13-vuotiaina. Nuoret antoivat Frankin tarinasta omat kommenttinsa haastattelujen ja yhteisen keskustelun muodossa. Lisäksi Frankin kanssa on tarkoitus julkaista tarina sellaisenaan internetissä esimerkiksi Amazonissa ja lisäksi tarjota materiaalia päihdevalistuksen tueksi eri nuorten palveluihin. Produktion päätarkoituksena ja tavoitteena oli tuottaa päihdevalistusmateriaali pääosin nuorille ja toki myös muille päihteidenkäyttäjille. Tarkoituksena on myös antaa ääni Frankille ja hänen tarinalleen ja näin auttaa edelleen myös hänen omaa toipumisprosessiaan.

2 RIIPPUVUUS

Riippuvuus on olennainen osa ihmisen elämää. Pieni lapsi on täysin riippuvainen ympäristöstään ja toisista ihmisistä. Aikuinenkaan ei kykene elämään täysin muista ihmisistä ja yhteisön rakenteista irrallaan. Riippuvuus mielletään usein pelkästään kielteiseksi. Riippuvuus rajoittaa ihmisen autonomiaa. Riippuvuutta voidaan ajatella myönteisenä asiana silloin, kun se tukee ihmisen elämänhallintaa ja hyvinvointia. Se ilmenee myös kyynä hakea apua ja käyttää tarvittaessa yhteisön tukea sekä solmimaan läheisiä, myönteistä riippuvuutta ilmentäviä ihmissuhteita kokematta omaa identiteettiään uhatuksi. Negatiivinen riippuvuus voi puolestaan ilmetä ripustautumisena oma hyvinvointia ja elämänhallintaa uhkaaviin ihmissuhteisiin, aineisiin tai asioihin. Se voi näkyä myös liian korostuneena riippumattomuutena. Korostuneen riippumaton ihminen pelkää läheisiä ihmissuhteita. Hän ei pysty ottamaan vastaan apua silloinkaan, kun se tukisi hänen hyvinvointiaan. Positiivisen ja negatiivisen riippuvuuden ja riippumattomuuden raja onkin usein vaikeaa määritellä. Riippuvuus ja riippumattomuus vaihtelevat elämänkaaren ja olosuhteiden mukaan (Ahtiala ja Ruohonen 1998, 143–144).

Päihdeasiakkaaksi käsitetään henkilö, joka käyttää väärin päihdyttäviä aineita. Näitä aineita ovat laillinen tupakka ja alkoholi sekä laittomat, huumausainelaisissa määritellyt huumeet: opioidit, kannabinoidit, rauhoittavat ja unilääkkeet sekä muut psyykkisiin toimintoihin vaikuttavat lääkeaineet, kokaiini ja muut piristeet sekä hallusinogeenit. Nykyisin huumausaineiksi luokitellaan myös niin kutsutut muuntohuumeet, joita tulee luokituksen piiriin jatkuvasti uusia. Myös liuotinaineita käytetään päihtymystarkoituksessa. (Huumausainelaki 2008) .

Päihteiden ongelma- tai väärinkäyttäjistä puhutaan yleisesti päihdeongelmaisina eikä päihteiden haitallista käyttöä välttämättä nähdä sairautena, vaan itse aiheutettuna tilana. Yhä enemmän kuitenkin puhutaan päihderiippuvuuksista tai addiktioista. Päihderiippuvuuden ICD-10 tautiluokituksen mukaiset kriteerit määriteltiin vuonna 1995. Siinä päihderiippuvuus luokitellaan kuuluvaksi erilaisten päihteinä käytettyjen aineiden ja lääkkeiden aiheuttamaksi

elimelliseksi aivo-oireyhtymäksi ja käyttäytymisen häiriöksi. ICD-luokituksessa määritellään alkoholiriippuvuuden kriteerit ja huume- ja lääkeriippuvuuden kriteerit erikseen. (Ruisniemi 1997, 8–9) .

Riippuvuussuhde päihteisiin voi syntyä nopeasti. Päihderiippuvainen henkilö on silloin, kun hän käyttää päihtymistarkoituksessa yhtä tai montaa eri päihdyttävää ainetta. Käyttö on usein päivittäistä ja ainetta tai aineita tarvitsee saada joka päivä lisää. Päihdeasiakkaaksi päihderiippuvainen luokitellaan vasta siinä vaiheessa, kun henkilö hakee itse tai esimerkiksi jonkun läheisen toimesta apua ja suostuu apua vastaanottamaan. Läheskään kaikki päihderiippuvaiset eivät ole valmiita ottamaan apua vastaan eivätkä edes myöntämään sitä, että ovat päihderiippuvaisia. Ensimmäiseksi on päihderiippuvuus myönnettävä itselleen, sillä silloin on avun saanti aina helpompaa.

2.1 Psykykinen, sosiaalinen ja fyysinen riippuvuus

Ihmisille on ominaista pyrkimys mielihyvään ja pois mielihäpästä. Addikti pyrkii saamaan tunne-elämyksiä ja tyydytystä itsensä ulkopuolelta. Tämä voi ilmetä esimerkiksi hetkellistä nautintoa tuottavan toiminnon pakonomaisena toistamisena tai kemiallisten aineiden väärinkäyttönä. Psykykinen addiktio on pyrkimys tyydytyksen tilaan. Ihminen tavoittelee pakonomaisesti ja kyltymättä jotain saavuttamatonta. Tyydytystä ei tule, koska huumeet eivät ole riippuvaisellekaan ihmiselle todellisen tyydytyksen lähde vaan väline ja korvike. Voidakseen jatkaa ihminen joutuu itsepetoksen tielle (Ahtiala & Ruohonen 1998, 147–151).

Päihde- tai huumeriippuvuudelle on ominaista, että se voi olla fyysistä, mutta myös samaan aikaan psyykkistä. Kun riippuvuudesta puhutaan sairautena, se on pitkään jatkunut tila ja tyypillistä sille on päihteen toleranssin eli sietokyvyn kasvu ja pakottava tarve päihteen käyttöön. Lisäksi käyttäjä ei pysty olemaan ilman päihdettä. Teesson, Hall, Proudfoot ja Degenhardt (2012) määrittävät päihteiden käytön olevan riippuvuutta silloin, kun kolme tai useampi seuraavaksi

esitetystä tekijöistä esiintyy milloin tahansa saman 12 kuukauden periodin aikana.

1. Päihteiden käytön tarve lisääntyy tai käytetyn päihteiden määrä kasvaa halutun vaikutuksen aikaansaamiseksi tai sen vaikutus pienenee merkittävästi samansuuruisen päihteiden käytön yhteydessä.
2. Kullekin päihteelle ominaiset vieroitusoireet tulevat esiin tai päihteiden käyttö lisääntyy vieroitusoireiden helpottamiseksi.
3. Päihteiden suurempien annosten käyttäminen tai päihteiden käytön jatkaminen pidempään kuin oli tarkoitus.
4. Voimakas tai pakonomainen halu käyttää päihdettä tai epäonnistuneet päihteiden käytön lopettamisyritykset.
5. Ajankäytöstä suuri osa kohdistuu päihteiden käyttämiseen, päihteiden hankkimiseen tai päihteiden käytön vaikutuksista toipumiseen.
6. Sosiaalinen elämä, koulu, työ tai muut arkielämän normaalit kuvot jäävät vähemmälle tai niistä luovutaan päihteiden käytön vuoksi.
7. Päihteiden käyttö jatkuu huolimatta sen aiheuttamista fyysisistä, terveydellisistä, sosiaalisista tai psyykkisistä haitoista. (Teesson ym. 2012, 9-10; Kiianmaa 2012, 29–30).

Se miltä huumeet sai mut tuntemaan oli jotenkin pyhää. Vain mun. Mul ei ollu paljoa omaa. Ei rahaa ei hienoja vaatteita tai tavaroita. Tai mitä ihmiset nyt tarttee ollaxeen onnellisia. Mulle ne oli huumeet. Erillaiset eri tiloihin ja aikoihin. Ku mä käytin ni silloin mä olin mä. (Ote Frankin tarinasta, 2016).

Huumeidenkäyttö tyydyttää yksilön sosiaalisia tarpeita. Riippuvuus syntyy tarpeesta kuulua johonkin. Sosiaalisten suhteiden luominen ja ylläpitäminen on usein tärkeä tekijä huumeriippuvuuden synnyssä. Se voi palvella myös kapinaa ja massasta erottautumista. Addiktille aineiden hankkiminen on ensisijaista, joten kontaktit huumeiden välittäjiin ja muihin käyttäjiin ovat tärkeämpiä kuin yhteydet ns. normaaliin elämään. Vähitellen koko sosiaalinen verkosto

muodostuu käyttäjistä ja normaalit sosiaaliseen elämään kuuluvat asiat jäävät sivuun (Ahtiala & Ruohonen 1998, 155–156).

Hoitoon lähdön jälkeen sitä on sit julkisesti narkkari normaalissa maailmassa. On se kyl pelottavaa. Kuinka elää normaalissa yhteiskunnassa ja perheessä. Olla vastuullinen aviomies, isä ja kenties isäpuoli. Kai sitä on käytettävä sitä mitä osaa vain uudella tavalla. Ja päivä kerrallaan. Pelottavaa ja uutta se on mutta ainut tapa. (Ote Frankin tarinasta 2016).

Huumeriippuvuuden syntyyn vaikuttavat myös fyysiset tekijät, kuten yksilön sietokyky, mahdollinen perinnöllinen taipumus ja huumausaineen farmakologiset ominaisuudet. Huumausaineet aiheuttavat kemiallista riippuvuutta, joka ilmenee sekä fyysisinä että psyykkisinä oireina. Huumeet voivat aiheuttaa mielihyvää euforisoivalla vaikutuksellaan ja epäsuoraa mielihyvää poistamalla epämiellyttäviä ja ahdistavia tuntemuksia. Usein lienee kysymys molempien yhteisvaikutuksesta. Kun fyysinen riippuvuus on syntynyt, elämä ilman elimistön vaatimaa ainetta käy mahdottomaksi (Ahtiala & Ruohonen 1998, 157–158).

Mutta se olo. Sen rinnalla viina ei ollut mitään koska viinasta tuli jälkikäteen huono olo eli kanuuna. Lääkkeistä ei. Oli vain pumpuli ja hymy. Tuo lämmin viltti joka kietoi syleilyyn ja sitä ei minulta viety pois. (ote Frankin tarinasta, 2017).

2.2 Aiempia tutkimuksia riippuvuudesta ja päihteidenkäytön lopettamisesta

Riippuvuutta on tutkittu monista eri näkökulmista, mutta pääosin aina niin, että joko tutkimuksen kohteena on tutkija itse ja oman ongelman kokemuksellisuus tai niin, että kohteena ovat saman alalajin henkilöitä (kuten päihteidenkäyttäjii). Yksi mainitsemien arvoisista tutkimuksista on Mai Peltoniemen AMK-tason opinnäytetyö Normaali Narkomaani - kokemustutkimus huumeriippuvuudesta, hoidosta ja toipumisesta. Kyseinen työ on osa Diakonia-ammattikorkeakoulun

julkaisuja B, Raportteja 49. Vaikka kyseessä on alemman ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyö, niin Peltoniemen kuvaus riippuvuudesta ja omasta päihteidenkäytöstään ja siitä selviytymisestä on erittäin hyvin kuvattu ja halusin tästä syystä mainita Peltoniemen tutkimuksen myös omassa opinnäytetyössäni.

Peltoniemen tutkimus näyttää suuntaa sosiaali- ja terveysalan kansalais- ja palvelun käyttäjälähtöiselle tutkimus- ja kehittämistyölle monessa eri merkityksessä. Ensinnäkin se osoittaa, että myös ammatillaiset tarvitsevat omien elämäkokemustensa paremmin ymmärtämistä ja itsereflektion taitoja. Jos itse on elämäkriiseiltä täysin välttynyt, voi lähipiiristä löytyä kriisejä läpikäyneitä. Toiseksi syntyy näkemys siitä, kuinka vaikeat sairastumis- ja kuntoutumiskokemukset voidaan kääntää koulutusprosessin kautta ammatilliseksi pääomaksi. Kolmanneksi tutkimus antaa osviittaa siitä, kuinka ammatillisen toiminnan kehittämisessä voitaisiin monipuolisemmin hyödyntää sairastumis-, kuntoutumis- ja palvelun käytön kokemuksia. (Peltoniemi 2011, 9).

Peltoniemen (2011, 90) mukaan yksikin marginaalisuuden kokemus kirjoitettuna ja tutkimuksen valossa tarkasteltuna tuottaa tietoa aina yksilön elämäntarinasta yhteiskuntatodellisuuteen. Yhden tutkimuksen tieto voi olla sinänsä yhtenä kokemuksena merkittävä ja voi kuvauksen kautta auttaa lukijaa ymmärtämään esimerkiksi huumeiden käyttäjän toiminnan logiikkaa ja yhteisiä piirteitä.

Peltoniemen tutkimus antaa hyvin yksiselitteisesti tietoa siitä, että marginaalisia kokemuksia tarvitaan niin yhteiskunnallisessa keskustelussa kuin myös sosiaali- ja terveydenhuoltoalan koulutuksissa. Kategorioiminen ihmisten kohdalla on helppoa mutta esimerkiksi juuri päihteidenkäyttäjistä puhuttaessa on jopa vaarallista laittaa sekä niin sanotut vanhan ajan juopot kuin nykyajan sekakäyttäjät samoihin katkaisuhoitoryhmiin ja kuvitella, että näin saadaan ihmisten riippuvuuksia parannettua. Jos ihminen on alkoholisti, hän ei ole narkomaani eikä narkomaani välttämättä käytä alkoholia. Miksi siis edelleen heidät molemmat voidaan hoitopaikoissa luokitella vain yhteen kategoriaan; päihteidenkäyttäjiksi?

Jani Selin (2005) kuvaa pro gradu työssään Vapaaksi riippuvuudesta, Kiskon yhteisöhoitoa ja käsittelee työssään myös laajalti riippuvuutta. Työssä hän käsittelee aiheittain riippuvuutta ja vapautta, riippuvuutta nykyaikana ja modernia riippuvuus-käsitteen syntyä. Riippuvuutta on käsitelty Kiskon yhteisöhoidon näkökulmasta ja tutkimus on osoitettu nimenomaan Kiskon yhteishoidon käyttöön ja kehittämiseen. Analyysin perusteella voidaan todeta, että Kiskon yhteisöhoito kiinnittyy moderniin tapaan käsittää riippuvuus halun ja tahdon käsitteiden kautta. Tällöin se on myös kytköksissä subjektilähtöiseen ajatteluun, ja näin ollen sen voidaan sanoa olevan myös sisäisesti ristiriidassa omien tavoitteidensa kanssa. Voidaan sanoa, että hoidon tavoitteena on auttaa hoidossa olevia omaehtoiseen tai autonomiseen elämään omaan minuuteen vaikuttamalla (Selin 2015, 103).

Päivi Ahtiala ja Kaisa Ruohonen (1998) kuvaavat teoksessaan ”Se oli sitä koko elämä” - Kokemuksia ja näkemyksiä huumeriippuvuudesta, asiakkaiden näkökulmaa auttamisesta huumeriippuvuudesta selviämiseen. Kirjassa tuodaan ilmi sitä, että kun narkomaaneja kohdellaan aikuisina ja järkevinä ihmisinä, eikä pelätä nöyryä niiden asioiden edessä, joihin ei ole heti vastuksia, niin hoitopolku asiakkaan kanssa on tällöin helpompi.

Hoitotyön perustana on asiakkaan oma todellisuus. Auttajalla pitää olla riittävästi tietoa ja ymmärrystä käyttäjän elämäntilanteesta. Hänen olisi kuunneltava käyttäjän omia käsityksiä hänen tilanteestaan ja elämästään huumemaailmassa. Paras tapa hankkia tietoa on yleensä aktiivinen kuunteleminen. Aito välittäminen ja kiinnostus herättävät luottamusta. Käyttäjä, joka kokee tulevansa hyväksytyksi ja arvostetuksi omana itsenään, kertoo usein avoimesti asioistaan. Fyysinen kuntoutuminen (vieroitus, korvaushoidot, oireenmukainen hoito ja lääkitys) ja työskentely psykologisten ongelmien parissa parantavat edellytyksiä muuttaa koko elämäntapa. Huumemaailmasta irrottautumista ja elämäntavan muuttamista voidaan kutsua sosiaalisesti kuntoutumiseksi (Ahtiala & Ruohonen 1998, 183; 206). Vaikka kirja on lähdetiedoksi lähes 20 vuotta vanha, niin auttajan ja autettavan roolit ovat edelleen samanlaisia. Auttaja voi auttaa, kun on riittävästi tietoa, ymmärrystä ja nöyryyttä autettavan kokonaistilanteesta. Aito välittäminen autettavaa kohtaan

ei ole kadonnut vuosien varrella ja edelleen autettava antaa kiitosta auttajalleen, kun hän osaa ja pystyy vierellä kulkemaan vaikeiden aikojen läpi.

Mikko Tammisen tutkimus *Paluu normaaliin*, Tutkimus addiktiivisen päihteidenkäytön lopettamisesta (2000) on alun perin hyväksytty pro gradu-tutkielmaksi Tampereen yliopistossa. Teos on julkaistu Stakesin Raportteja 247-sarjassa. Tutkimus kuvaa päihdeongelmaisten raitistumisprosessia ja sen jälkeistä elämäntapaa. Tutkimus on tehty kymmenelle raitistuneelle teemahaastatteluilla. Tammisen aineiston perusteella päihdeongelman ratkaisussa ja sen jälkeisessä elämäntavassa tärkeitä arvoja ovat realismi, itsensä tunteminen, hallinta, herkkyys nyansseille, itsenäisyys, suvaitsevaisuus, muiden ymmärtäminen ja yhteisyys.

Itsenäisyys on siis vapautta valita itselle sopiva hyvä, mutta valitut hyvän elämän ainekset ovat tuttuja ja turvallisia. Aineiston perusteella näyttää siltä, että tyydyttävä raitius vaatii yhtäaikaista vapautumista ja sopeutumista. Nämä ensisilmäykseltä ehkä vastakkaisiltakin näyttävät asiat ovat toistensa edellytyksiä. Hyvä ja tasapainoinen elämä näytti muodostuvan melkoisen yhteneväiseksi kokonaisuudeksi (Tamminen 2000, 93).

Monelle entiselle päihteidenkäyttäjälle epänormaali on ollut normaalia ja toisin päin. Kuten myöhemmin voi lukea, Frank kuvaa tarinassaan sitä, että normaalit, päivittäiset toiminnot, antavat voimaa ja ruokkivat normaaliutta. Päihteidenkäyttäjälle normaali on sitä, että juostaan ja säädetään päihteen perässä joka ikinen päivä. Normaalin elämän asiat, kuten pyykinpesu ja ruoanlaitto ovat tällöin toissijaisia asioita. Lopettamisen jälkeen on halu kuulua normaalien ihmisten piiriin, tehdä normaaleja asioita. Elää tasapainoista elämää pyykinpesun ja ruoanlaiton kuuluessa siihen.

3 KORVAUSHOITO SUOMESSA

Suomen ensimmäiset kolme potilasta aloittivat opioidiriippuvuuden korvaushoidon elokuussa 1995 Helsingin yliopistollisen keskussairaalan psykiatrian korvaushoitopoliklinikalla. Kaksikymmentä vuotta sitten opioidien väärinkäyttäjien määräksi arvioitiin korkeintaan muutamia tuhansia henkilöä.

Nykyisin Suomessa tiedetään olevan 13000 – 15000 kipua lievittävien opioidien väärinkäyttäjää. Heistä merkittävä osa piikittää itseensä laitonta opioidia, mikä lisää HIV-infektion ja vakavien tulehdussairauksien riskiä (Apteekkarin internetlehti, 2015). Sosiaali- ja terveysministeriön määräykset opioidiriippuvaisten hoidoista eräillä lääkkeillä (metadoni, buprenorfiini ja levasetylmetadoli) astuivat voimaan 1.9.1997.

Määräys mahdollisti mainituilla lääkkeillä toteutettavat vieroitus- ja korvaushoidot, joihin voidaan yhdistää muuta kuntoutusta. Maksimipituudeksi metadonilla tai buprenorfiinilla toteutettavissa vieroitushoidossa hyväksyttiin enintään kolme kuukautta (Baas & Seppänen-Leiman 2002, 12).

Opioidikorvaushoito on tarkoitettu vaikeasti addikitoituneille opioidien käyttäjille, joilla on diagnosoitu opioidiriippuvuus ja jotka eivät ole onnistuneet yrityksistä huolimatta vieroittautumaan opioidien käytöstä muiden tieteellisten perusteltujen ja yleisesti hyväksytyjen hoitomuotojen avulla. Opioidiriippuvuuden lääkkeellistä korvaus- ja ylläpitohoitoa säätelee sosiaali- ja terveysministeriön asetus (2008). Hoito sisältää korvaushoitolääkityksen lisäksi seurantaa ja laaja-alaista psykososiaalista kuntoutusta, ja sen tulee perustua yksilöllisesti laadittuun hoito- ja kuntoutusuunnitelmaan.

Ennen opioidikorvaushoidon suunnittelua ja aloitusta tehdään huolellinen selvitys asiakkaan päihteidenkäytöstä, opioidiriippuvuudesta ja sen vaikeusasteesta, aikaisemmista hoitoyrityksistä, terveydentilasta, lääkityksistä sekä sosiaalisesta ja muusta elämäntilanteesta. Lisäksi on tärkeää selvittää asiakkaan oma motivaatio ja sitoutuminen usein vuosia kestäväen hoidon

aloittamiseen ja psykososiaaliseen kuntoutukseen. (Partanen, Holmberg, Inkinen, Kurki & Salo-Chydenius 2015, 329–330).

Opioidikorvaushoito voi olla pitkään jatkuvaa lääkkeellistä tukea elämänhallinnan säilyttämisessä, tai myös välivaihe opioidiriippuvuudesta toipumisessa. Opioidikorvaushoitolääkityksen asteittainen vähentäminen ja lopetus tulee arvioida huolellisesti useasta näkökulmasta. Opioidikorvaushoidon keston rajoittamisella voi olla merkittäviä kielteisiä vaikutuksia asiakkaan kuntoutumiseen, minkä lisäksi sen seurauksia voivat olla huumerikollisuuden lisääntyminen, heroiniyliannostukset ja veriteitse leviävien tartuntatautien lisääntyminen. Asiakkaan oma halu irrottautua korvaushoidosta herää silloin, kun hän haluaa päästä kokonaan eroon opioidien käytöstä ja riippuvuudesta ja samalla huumeuskulttuurista sekä sen leimaavasta vaikutuksesta omaan elämäänsä. Tähän liittyy myös tunne-elämän ja identiteetin muutos joka edellyttää usein vuosien kuntoutumisprosessia (Partanen ym. 2015, 329–330).

Hyvin hoitoon kiinnittyneiden potilaiden tapauksissa sosiaali- ja terveysministeriön asetus 607/2000 antaa hyvät mahdollisuudet pitkäaikaisen korvaus- ja ylläpito-hoidon yksilölliseen järjestämiseen. Heidän tapauksessaan vastuuta omasta hoidosta voidaan lisätä mm. lääkityksellä ja kotiannoksilla. Tai viihdekäyttäjää, hän ei käytä huumeita suonensisäisesti eikä myy huumeita kadulla. Potilas myös käyttäytyy hoitopaikassa tekemänsä hoitosopimuksen ja siihen liittyvien sääntöjen mukaan (Baas & Seppänen-Leiman 2002, 118).

Helmikuussa 2008 astui voimaan uusi korvaushoitoa koskeva asetus 33/2008. Uudessa asetuksessa sisällytettiin haittojen vähentämistavoite korvaushoitoon. Asetuksen tavoitteena on hoitoon pääsyn helpottaminen. Sen mukaan vastuu korvaushoidon tarpeen arvioinnista ja aloituksesta siirrettiin erityistasolta perusterveydenhuoltoon. Uuden asetuksen mukaan arviot ja hoitojen aloitukset tulisi tehdä pääsääntöisesti poliklinisesti ja vain vaativissa tapauksissa sairaalassa ja erikoituneissa yksiköissä. Uusi asetus mahdollistaa myös naloksonia sisältävän buprenorfiinivalmiste (Suboxone) apteekkijakelun tietyillä ehdoilla. Asetuksen perustelumuiotissa korostetaan, että lääkärin

ohjeiden mukainen korvaushoitolääkkeiden käyttö ei ole huumeiden käyttöä, vaan välttämätöntä lääkehoitoa opioidiriippuvuuden hoidossa (Sosiaalisairaalan nettijulkaisu, 2013).

Haittoja vähentävä huume politiikka ja korvaushoito sen yhtenä toteuttamistapana kuvastavat omalla tavallaan uusliberalistista, yksilön vapauteen ja itsekontrolliin sekä yhteiskunnallisten riskien hallintana liittyvää hallinnoinnin strategiaa. Turvallisuutta ja yhteiskunnan toiminnan kannalta toivotunlaista käyttäytymistä tuotetaan mm. korvaushoidon tyyppisten terapeuttisten tekniikoiden avulla, joilla ihmisiä valmennetaan kontrolloimaan itse itseään ja toimimaan heihin kohdistuvien odotusten mukaisesti (Weckroth 2006, 191).

Opiattiiriippuvuuden hoidon asteittaiset hoitotavoitteet:

1. Heroiinin tai muun opioidin käytön vähentäminen.
2. Rikollisuuden ja sosiaalisen syrjäytymisen pysähtyttäminen.
3. Hoidossa pysyminen eli psykososiaalisten hoitomuotojen mahdollistaminen.
4. Muista päihteistä vieroittamisen mahdollistaminen.
5. Kuntoutuksen, opiskelun ja työllistymisen mahdollistaminen.
6. Vähittäinen opiaattikorvaushoidosta vieroittaminen.
7. HIV- ja C-hepatiittipotilaiden hoito ja näiden sairauksien leviämisen ehkäisy.
8. Vankien rikoskierteen katkaiseminen sekä vankilassa että varsinkin sieltä vapauduttaessa (Mikko Salaspuro i.a.)

3.1 Kuntouttava korvaushoito

Kuntouttava korvaushoito on tarkoitettu opioidiriippuvaisille huumeidenkäyttäjille, joilla hoidon tavoitteena on kuntoutuminen ja päihteettömyys. Korvaushoitoyksikkö tuottaa opioidiriippuvaisten kuntouttavaa korvaushoitoa sosiaali- ja terveysministeriön antaman asetuksen (asetus opioidiriippuvaisten vieroitus- ja korvaushoidoista eräillä lääkkeillä 33/2008) mukaisesti (Rännäli 2013).

Kuntotuttava korvaushoito tähtää aina siihen, että kohteena on kuntoutuminen ja päihteettömyys. Asiakkaille ei kuitenkaan anneta aikarajoja sen suhteen kuinka pitkässä ajassa hänen oletetaan kuntoutuvan. Kuntouttava korvaushoito saattaa kestää elämän loppuun saakka. Ilman oheiskäyttöä kuntouttavassa korvaushoidossa oleva henkilö pystyy elämään yhtä täysipainoista elämää kuin päihteetön henkilö. Lääkkeiden hakupäivät toki määrittelevät aikatauluja mutta muuten asiakkaalla on täydet mahdollisuudet elää elämäänsä, kuten haluaa.

Hoidon yhtenä tavoitteena on tukea ja vahvistaa asiakkaan omia voimavaroja. Kuntouttava korvaushoito lähtee yleensä pienin askelin ja työn ote on verkostomaista. Verkostoon kuuluu asiakkaan ja (asiakkaan niin tahtoessa) hänen läheisensä, päihdetyöntekijä, lääkäri, terveyden- tai sairaanhoitaja ja usein myös kunnan sosiaalitoimi. Hoidon tarkoituksena on saada asiakkaan arki sujumaan ja vuorokausirytmiksi tasaiseksi. Opitun käytöksen muuttuminen ja päihdeverkostoista luopuminen edesauttaa kokonaisvaltaista toipumista. Yleensä aina hoidon alussa on asiakkaan motivaatio erittäin korkealla ja tässä kohtaa onkin tärkeää pystyä puuttumaan asiakkaan tilanteeseen ja hyödyntää asiakkaan motivaatio. Kuntouttavan korvaushoidon alkaessa ei hoitoajoilla saa olla merkitystä eikä niistä keskustella alkuvaiheessa. Kuntouttava korvaushoito on pitkä prosessi. Hoidon aikana asiakkaan identiteetti ja elämänarvot muuttuvat. Aluksi hoito keskittyy lääkkeisiin ja tunteista ja elämästä puhuminen voikin olla erittäin vaikeaa. Ulkoa tulevat paineet voivat keskeyttää koko hoidon, koska silloin asiakas ei pysty kokonaisvaltaisesti keskittymään omaan toipumiseensa. Ajan antaminen toipumisprosessissa on ensiarvoisen tärkeää (Rännäli 2013).

3.2 Haittoja vähentävä korvaushoito

Haittoja vähentävä korvaushoito on tarkoitettu opioidiriippuvaisille huumeidenkäyttäjille, joille päihteiden käytön lopettaminen ei ole ensisijainen tavoite. Asiakkaalla on jatkuvaa oheiskäyttöä eikä hän ole valmis luopumaan päihteistä. Haittoja vähentääkseen korvaushoidon tarkoituksena on terveysriskien minimoiminen ja tartuntatautien leviämisen ehkäisy sekä

rikollisuuden vähentäminen ja syrjäytymisen ehkäisy. Haittoja vähentävässä korvaushoidossa hoitokäynnit ovat päivittäin, myös viikonloppuisin mutta kontrollia ja tuki on muuten huomattavasti vähäisempää kuin kuntouttavassa korvaushoidossa. Haittoja vähentävään korvaushoitoon suositellaan myös silloin, kun kuntouttava korvaushoito ei onnistu tai asiakas ei kykene sitoutumaan kuntouttavaan korvaushoitoon. Haittoja vähentävä korvaushoito parantaa kuitenkin myös usein elämän laatua ja kansanterveydellisesti vähentää huumeiden käyttöön liittyviä riskejä. Tarvittaessa asiakkaan tarvetta kuntouttavaan korvaushoitoon arvioidaan uudelleen (Rännäli 2013).

3.3 Päihdekuntoutus osana palvelujärjestelmää

Käsitettä päihdekuntoutus ja -hoito ei useinkaan eritellä toisistaan vaan niitä käytetään toistensa synonyymeinä. Päihdehoidon käsitettä käytetään puhuttaessa opiaattiriippuvaisten korvaushoidosta tai katkaisu- ja vieroitushoidosta. Nämä hoidot tapahtuvat yleensä lääkärin valvonnassa ja hoidon aikana käytetään lääkitystä. Termien ”kuntoutus” ja ”hoito” päällekkäisyys kuvastaa, kuinka vahva rooli päihdehoidossa on sosiaalisella kuntoutuksella. Päihdekuntoutuksen käsite on laajempi kuin päihdehoidon. Kuntoutukseen sisältyy myös sosiaalinen ja yhteisöllinen tuki. Päihdekuntoutuksessa huomioidaan asiakkaan sosiaalis-taloudellinen ympäristö, kuten toimeentulo, asuminen tai työ. Päihdekuntoutuksen tarkoituksena on parantaa asiakkaan elinololoja ja hänen tilaansa eli vaikuttaa kokonaisvaltaisesti psyykkisen, fyysisen ja sosiaalisen tilan parantamiseen. Päihteiden käyttö tapahtuu usein asiakkaan sosiaalisessa kontekstissa, joten päihdekuntoutuksessa on huomioitava asiakkaan koko sosiaalinen ympäristö. Kuntoutus ei ole tehokasta, jos käsitellään vain päihteiden ongelmakäyttöä. On tärkeää kartoittaa koko asiakkaan sosiaalinen elämäntilanne ennen hoitoa ja hoidon jälkeen, ja mitkä asiat tukevat toipumista tai vastaavasti ehkäisee sitä. (Lahti & Pienimäki 2004, 136–149).

Kunnilla on päihdepalvelujen järjestämisvelvollisuus. Päihdehuoltolain mukaan kunnan on huolehdittava, että päihdehuolto järjestetään sisällöltään ja

laajuudeltaan, joka kunnassa esiintyvä tarve edellyttää. Palveluja tulee antaa päihteiden ongelmakäyttäjille, heidän perheelle ja muille läheisille. Palveluja on annettava asiakkaan avun, tuen ja hoidon tarpeen perusteella. Päihteiden ongelmakäyttäjän ja hänen läheistensä etu on ensisijaisesti otettava huomioon toiminnassa. Palvelujen piiriin on asiakkaiden voitava hakeutua oma-aloitteisesti ja itsenäistä suoriutumista tulee tukea mahdollisimman paljon. Asiakkaalle annetaan tietoa eri hoito- ja kuntoutusvaihtoehdoista sekä tarjotaan monipuolisia palveluvaihtoehtoja. (Päihdehuoltolaki 1986).

Päihdepalveluja tulee päihdehuoltolain mukaan järjestää sekä sosiaali- ja terveydenhuollon yleisissä palveluissa (mm. perusterveydenhuolto, lastensuojelu tai työhön, toimeentuloon, asumiseen ja syrjäytymiseen liittyviä sosiaalipalveluja) että päihdehuollon erityispalveluina kuten A-klinikka. Yleiset palvelut ovat tärkeitä päihdeongelmien hoidossa lähipalveluina. (Päihdehuoltolaki 1986).

3.4 Pääsy korvaushoitoon ja jonotusaika

Opioidiriippuvuuden hoitoon voidaan sosiaali- ja terveysministeriön asetuksen 33/2008 mukaisesti määrätä vieroitus- tai korvaushoitona metadonia tai buprenorfiinia sisältäviä lääkkeitä. Asetus määrittää, että lääkehoidon lisäksi hoitoon on kuuluttava aina myös potilaan muu lääketieteellinen ja psykososiaalinen hoito sekä säännöllinen hoidon seuranta. Aikaisempaan verrattuna uuden asetuksen keskeinen tavoite on hoidon tarpeen arviointi, hoidon aloittaminen sekä toteuttaminen perusterveydenhuollossa, jotta hoito olisi mahdollisimman helposti potilaan saavutettavissa. Ainoastaan vaikeahoitoisuus on peruste erikoissairaanhoidossa tapahtuvalle hoidon arvioinnille ja toteutukselle. Asetuksen mukaan lääkkeellinen korvaushoito voidaan aloittaa sellaiselle potilaalle, joka ei ole vieroittautunut opioideista. Lääkkeellisen korvaushoidon tarpeen arviointi perustuu opioidiriippuvuuden lääketieteelliseen diagnostiikkaan sekä moniammatilliseen selvitykseen potilaan kokonaistilanteesta. Lääkehoidon aloitus tulisi pääsääntöisesti toteuttaa avohoidossa, mutta potilaan päihdekäytön niin

vaatiessa (erityisesti bentsodiatsepiinien käyttö) laitosaloitus on hoidon onnistumisen ja turvallisuuden kannalta perusteltua. Tämän jälkeen lääkehoito toteutetaan valvotusti hoitopaikassa. Kotiannoksia voidaan antaa, jos potilas osoittaa hyvää hoitomyöntyvyyttä. Tällä ymmärretään usein, että oheiskäyttö on loppunut, potilas on oppinut lääkkeen oikean annostelun ja on valmis noudattamaan sitä. (Päihdelinkki 2017).

Korvaushoitolääkkeen valinta ja valitun lääkkeen annos määritellään yksilöllisesti. Määräajoin on tehtävä perusteellinen arvio siitä, onko lääkehoito mahdollista lopettaa ja jatkaa kuntoutumista vain muiden keinojen tuella. Lääkehoito voi tarvittaessa jatkua pitkäänkin. Haittoja vähentävällä korvaushoidolla ymmärretään sellaisten potilaiden hoito, joilla opioidien käytön terveys- ja muiden haittojen vähentäminen ja elämän laadun parantaminen on erityisen tärkeää, vaikkei päihteiden käyttö loppuisikaan. Korvaushoidon tulee aina perustua hoitosuunnitelmaan, jota on päivitettävä säännöllisesti. Siihen tulee määritellä myös potilaan tarvitsema psykososiaalisen kuntoutus. Se on hoidon keskeinen elementti, jota tulee tarjota riittävässä määrin siitä hyötyville potilaille. Potilaan hoidon tarpeen muuttuessa myös hänelle tarjottavan hoidon tulisi muuttua. (Päihdelinkki 2017).

Esimerkiksi pääkaupunkiseudulla jonotusaika saattaa kuitenkin venyä yli kuuteen kuukauteen. Korvaushoitajajonojen suurin ongelma on se, että korvaushoitopaikkoja vapautuu hitaasti. Hoito voi kestää jopa vuosia, eivätkä kaikki vapaudu korvaushoitolääkkeestä koskaan. Korvaushoitopaikkojen vähyyden lisäksi jonojen pituuteen vaikuttaa kysynnän kasvu. Jonoissa on sellaisia asiakkaita, jotka ovat jo kerran tippuneet korvaushoidon piiristä. Samaan aikaan uusien asiakkaiden yhteydenotot ovat lisääntyneet. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2003).

Korvaushoitolääke vaikuttaa keskushermostoon. Sen vuoksi korvaushoitolääkitys voi olla joillekin ihmisille yhtä tärkeää kuin esimerkiksi insuliinilääkitys diabeetikoille, sillä se tasoittaa keskushermoston toimintaa sekä tunteita. Tämän ansiosta korvaushoidossa oleva jaksaa elää normaalia elämää

ja pitää itsestään huolta. Buprenorfiinin käyttäjät kokevat aineen tasapainottavan mieltä ja lisäävän maltillisuutta. Suun kautta käytettynä lääkkeen vaikutus kestää pidempään ja olo tuntuu normaalilta. Suonensisäisellä käytöllä on sen sijaan vakavat seuraukset, sillä se kalkkeuttaa ja tulehduttaa verisuonia ja vahingoittaa näköä. Lisäksi se ”pistää pään sekaisin” toisin kuin oikeinkäytetty lääke. Osa buprenorfiinin väärinkäyttäjistä kokee kuitenkin pistämisenkin parempana kuin heroiinin himon tai vieroitusoireiden kokemisen. (Malin, Holopainen & Tourunen 2006, 300–301).

Se, onko korvaushoito oikea tapa vieroittua huumeista, aiheuttaa ja tulee aina aihauttamaan julkistakin keskustelua. Osa ihmisistä on sitä mieltä, että korvaushoidolla tuetaan valtion puolesta huumeiden väärinkäyttöä ja osa taas ajattelee, ettei korvaushoidossa oleva ole päässyt irti päihdeongelmastaan. Frankin tapauksessa voidaan todeta, että korvaushoito on auttanut normaaliin elämään ja tavoittelemaan asioita, joita päihteitä katukaupasta hankkiva aktiivikäyttäjä ei pystyisi tosiasiallisesti saavuttamaan. Frank myös kertoi pettyneensä yhden klinikan tapaan toimia mutta pitävänsä nykyisestä paikastaan. Eri klinkikoiden toimintapapoja, sääntöjä ja niin edelleen voisi tutkia sekä asiakkaiden että työntekijöiden näkökulmasta ja tämä voisi olla hyvä jatkotutkimuksen aihe.

4 PÄIHTEIDENKÄYTTÖ ILMIONÄ

Päihteitä tarkastellaan yhteiskunnasta ja kulttuurista käsin. Eri kulttuureilla on pitkät päihteiden käytön historiansa. Alkoholijuomia on valmistettu jo esihistoriallisella ajalla ja päihteiden käytöllä on haettu eri tietoisuutta muun muassa uskonnollisissa riiteissä, pyritty tavoittelemaan yhteyttä tuonpuoleiseen sekä päihteitä on käytetty myös parantamiseen. Nykyajan sosiaalisen kanssakäymisen muoto on tänä päivänä päihteiden yleisin käyttömuoto. Päihteillä ja niiden käytöllä on hyvin erilainen merkitys eri kulttuureissa ja silloin merkitsee paljon käytön hyväksyttävyyden lisäksi sekä päihteiden tuotanto, siitä saatava hyöty ja merkitys sosiaalisessa elämässä. Länsimaissa laittomiksi määritellyjä päihteitä, muun

muassa opiaatteja ja kokaiinia, tuotetaan monien kehitysmaiden alueilla. Vastaavasti joissakin länsimaiden maissa tuotetaan halvalla ja nopeasti synteettisiä huumeita rikkaimpien maiden markkinoille. Suomessa vallitsee enenevässä määrin kuitenkin vielä voimakas alkoholikulttuuri ja sillä onkin vahva sosiaalista elämää tukeva rooli. (Havio, Inkinen & Partanen 2009, 93).

Nuorisokulttuurissa huumeilla on positiivisempi asema kuin aikuisten edustamassa valtakulttuurissa. Suomessa huumeikulttuuri on alkanut 60-luvulla kan-nabiksella jatkuen 80-luvun amfetamiinin ja heroiinin käyttöön ja yleistynyt selvästi vasta 90-luvun puolivälin jälkeen uudelleen. Tällöin yleistymisen ja nuorten juhlimiskulttuurin aikaan on arvioitu syntyneen myös uusia alakulttuureja. Huumeita alettiin käyttää viihdekäytössä ja kannabiskulttuuriin liittyi uusia käyttö-muotoja kuten ekstaasin käyttäminen energiana. (Havio, Inkinen & Partanen 2009, 95).

Huumeongelma on nykyajan arkipäivää. Huumausaineiden salaperäisyys, mystisyys ja kiehtovuus outoina aineina ovat hälvenneet. Leikkipuistoista löytyy huumeruiskuja ja kannabisviljelmät ovat jo kerrostalojen asunnoissakin yleisiä sitä ”isien ja poikien yhteistä tekemistä”. Huumausainetakavarikot, huumausainerikokset ja huumeiden vaikutuksen alaisena ajaneet kuljettajat pääsevät otsikoihin – mitä suurempi rikos tai onnettomuus, sitä suuremmasta otsikosta lehtien palstoilla kilpaillaan. Paljon puhuttua mediassa on, että pitäisikö kannabis laillistaa. Huumeisiin suhtautuminen on höllentynyt, eikä aina muisteta, että huumeiden käyttäminen on edelleen Suomessa rikos. (Kinanen 2010, 3).

4.1 Nuorten päihteidenkäyttö

Päihteiksi kuuluvat laajan määritelmän mukaan tupakka, huumeet, alkoholi sekä jotkut lääkeaineet. Päihteet aiheuttavat päihtymyksen tunteen ja/tai humalatilän. Suomen alkoholilaissa sanoaan, ettei alle 18-vuotias saa ostaa eikä pitää hallussaan alkoholia sisältäviä juomia. Jos poliisi tapaa alaikäisellä alkoholia, on hänellä oikeus hävittää tämä juoma. (Alkoholilaki 1994).

Päihteiden käyttöön puuttumisella ja tunnistamisella on tärkeä merkitys lapsen elämän kulkuun, mahdolliseen jatkohoitoon ja terveyden ylläpitämiseen. Nuorten keskuudessa moni polttaa tupakkaa ja alkoholin käyttöäkin on esiintynyt joskus. Nuorten keskuudessa puhutaan myös kannabiksen käytöstä ja tämä puhe ja mielenkiinto aineeseen ovat tulleet myös henkilökunnan tietouteen. Huolestuttavinta on lasten asenne päihteisiin, sillä niitä ei enää pidetä vaarallisina. Kaveripiirillä on iso merkitys lasten arjessa ja viihdekäyttäytymisessä, niinpä he tekevät sitä, mitä kaveritkin (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2010, 31.)

Nuoruusiässä aivot kehittyvät voimakkaasti. Päihteet ovat aivoihin ja siis keskushermostoon vaikuttavia aineita. Nuoruusiän alkoholialtistus vaikuttaa rakenteelliseen kehitykseen aivoissa, jolloin syntyy alttiutta alkoholin väärinkäytölle, alkoholiriippuvuudelle sekä myöhemmille päihdehäiriöille. Alkoholin ja humalajuomisen yleisyys on aina riski nuoruusiässä. Riskinottokynnys madaltuu ja aggressiivisuus joidenkin päihteiden osalta lisääntyy. Lapsi ja nuori saattaa päihteiden vaikutuksen alaisena altistua erilaisille väkivallan teoille, harkitsemattomalle seksille, ajoneuvon ajamiseen päihtyneenä sekä erilaisiin rikoksiin ja tapaturmiin. Päihteiden käyttö ja koulupoissaolot sekä opintojen keskeyttämiset ovat yhteyksissä toisiinsa. (Fröjd, Kaltiala-Heimo, Ranta, von der Pahlen & Marttunen 2009, 19).

Päihteillä on erittäin merkittävä vaikutus nuorten terveyteen. Koko Euroopassa on päihteiden käyttö lisääntynyt 1990-luvulla, ja sama ilmiö on nähtävissä Suomessa. Käyttäjien määrä on noussut ja yhä nuoremmat käyttävät päihteitä. Kansainvälisissä väestötutkimuksissa on todettu päihdehäiriö ainakin viidellä prosentilla nuorista. 2000-luvulle siirryttäessä muutoksia on tapahtunut käytön ja haittojen suhteen (Allianssi 2007). Paine päihteiden kokeiluun on useimmilla nuorilla suuri. Monilla nuorilla on halu kuulua johonkin ryhmään, aikuistua, juhlia aikuisilta saadun mallin tavoin, kokea jännitystä sekä seikkailuja, joita ei ole aiemmin kokenut (Hyvén ym. 2001, 40).

4.2 Ehkäisevä päihdetyö

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksella määritellään ehkäisevä päihdetyö seuraavasti: Ehkäisevä päihdetyö on päihteiden aiheuttamien haittojen ehkäisyä ja vähentämistä. Työn tavoitteena on vähentää päihteiden kysyntää, saatavuutta, tarjontaa ja päihdehaittoja sekä edistää terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia. Ehkäisevä päihdetyö kohdistuu alkoholiin, huumausaineisiin, tupakkaan ja muihin päihtymiseen käytettyihin aineisiin. Rahapeliriippuvuus ja muut toiminnalliset riippuvuudet kuuluvat myös työn piiriin.

Ehkäisevää päihdetyötä toteutetaan vaikuttamalla:

- päihteitä koskeviin tietoihin, asenteisiin ja oikeuksiin
- päihdehaitoilta suojaaviin tekijöihin ja riskitekijöihin
- päihteiden käyttötapoihin, saatavuuteen, tarjontaan ja haittoihin. (THL 2017)

Päihdekysymykset puhuttelevat tavalla tai toisella ihmisiä läpi koko elämänkaaren, ja on selvää, että ehkäisevälle päihdetyölle on tarvetta kaikissa ikäryhmissä. Nuoruus on kuitenkin ehkäisevän päihdetyön kannalta erityisen otollinen elämänvaihe, minkä takia nuorten parissa tehtävä ehkäisevä työ on ottanut oman paikkansa. Ehkäisevä päihdetyö keskittyy hyvinvoinnin tukemiseen ja terveiden elämäntapojen edistämiseen koko väestön tasolla. Se on osa päihdetyön kenttää, jonka toisena osana on korjaava päihdetyö. Korjaavan työn tehtävänä on hoitaa päihteistä aiheutuneita haittoja siinä, missä ehkäisevällä päihdetyöllä pyritään edistämään hyvinvointia ja ehkäisemään haittojen syntymistä varhaisessa vaiheessa. Ehkäisevän päihdetyön tehtävänä on luoda ja ylläpitää kulttuuria, jossa yhteisöllisyys ja hyvinvointi voivat toteutua päihteettömästi. Pyrkimyksenä on vähentää päihteiden kysyntää, tarjontaa, saatavuutta ja päihdehaittoja. Työtä tehdään kertomalla päihteiden käytön terveystaustuksista, herättelemällä keskustelua päihteistä, tarjoamalla näkökulmia päihdekysymyksiin sekä lisäämällä vaihtoehtoja päihteiden käytölle, mutta toisaalta myös rakentamalla terveellistä ja turvallista arvomaailmaa sekä tukemalla ihmisen kykyä tehdä hyviä valintoja. (Norrman, Odell, Tapio & Vuohelainen 2015, 7).

5 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA

Frank on ollut metadoni-korvaushoidossa vuodesta 2013. Hän on kertonut minulle elämäntarinansa. Tarinan ihmisestä, jolle päihteet olivat elämäntapa 13 vuotta, 13-vuotiaasta nuoresta asti. Frankin päihteiden täyteinen elämä on vaivannut minua jollakin tavalla aina. Syksyllä 2015 luin Jussi Perälän kirjan Ikuinen säättö – Helsingin huumemarkkinat (2013). Olin jäänyt miettimään missä ovat ne selviytyjät, he, jotka pääsevät irti, pystyvät irrottautumaan siitä ikuisesta säättämisestä ja löytämään elämäänsä jotain muutakin kuin huumeet. Kirjallisuus ei pääosin kerro näitä tarinoita, ei ainakaan käyttäjän itsensä kertomana. Usein tarinat ovat jonkun muun kertomia, toisen käden tietoa. Usein tarinoilla on myös surkea loppu, monet päähenkilöistä ovat päätyneen liian aikaiseen hautaan nuorina miehinä tai naisina.

Voinko kertoa ja kirjoittaa Frankin tarinan? Voiko Frank olla yhteistyökumppanini? Kenelle voimme tarjota valmista opinnäytetyötäni? Nämä kysymykset pyörivät mielessä, mutta päätös on taidettu tehty jo aikoja sitten. Jos tällä tarinalla, tällä kertomuksella saa yhdenkin pahassa tilanteessa olevan huumeiden käyttäjän – nuoren tai vanhan, mutta varsinkin nuoren – miettimään omaa käyttöönsä uudelleen - olemme onnistuneet. Tämän työn tavoitteena on saada joku ymmärtämään seuraukset siitä mitä huumeidenkäyttö voi aiheuttaa. Tätä työtä on tarkoitus tarjota sellaisenaan pääkaupunkiseudun Ohjaamoihin, A-klinikkasäätiölle, Nuorisoasemille ja mahdollisesti myös pääkaupunkiseudun Turvataloille. Tätä työtä ei ole yhdenkään nuoren pakko lukea. Toivon, että hän, joka tämän lukee, saa tästä uusia ajatuksia, uutta suuntaa elämäänsä. Kirjoitettu, todellisuuteen perustuva tieto on usein painavampi kuin ennaltaehkäisevä päihdevalistus, joka saattaa tuottaa aivan toisen kuin toivotun lopputuloksen. Joskus päihdevalitus voi viedä ihmistä myös toiseen suuntaan. Näin kävi Frankille, kuten liitteenä olevasta tarinassa voi todeta. Halu kokeilla kiellettyä ja varoiteltua asiaa veikin toiseen suuntaan.

Alun perin mielenkiintoni korvaushoidossa olevia ihmisiä kohtaan on lähtöisin kunnan sosiaalitoimen aikuissosiaalityössä. Monessa asiakaskohtaamisessa on

yhteistä se, että juuri korvaushoidossa olevat ihmiset tulevat ajanvarauksille sääntillisesti ja toimittavat tarvittavat paperit. Usein hoidossa olevalla on ennestään jo kontakteja eri sosiaali- ja terveyspalveluihin ja moni on huomannut asioiden helpottuvan, kun asiat hoidetaan niin kuin on yhdessä sovittu. Beresfordin ja Salon (2008, 66) mukaan kokemuksellisuuden tarkoitus ei ole väittää, että välittömien kokemusten puuttuminen tekisi tutkimuksista virheellisiä. Tarkoitus on, että myös ihmisten omista kokemuksistaan tekemät tulkinnat tunnustettaisiin päteväksi tiedoksi.

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

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

Lähtökohtana opinnäytetyölleni oli – kuten jo johdannossa kerroin – mielenkiinto korvaushoidon piirissä olevia ihmisiä kohtaan. Yksittäinen tarina ”Kadulta korvaushoitoon”-tyylisesti ja sitä kautta selviytyminen kohti normaalia, päihteetöntä elämää, tuli jälkikäteen, kun yhteistyö Frankin kanssa selkiintyi. Opinnäytetyön otsikko ja koko tarina on tarkentunut koko ajan tekemisen ohella. Toteutus on aikajanallisesti ollut noin kahden vuoden mittainen. Produktioita on sosiaalialan ylempien ammattikorkeakoulu-tutkintojen yhteydessä tehty vähemmän ja aineistoa oli haastavaa löytää. Opinnäytetyö on tarinan osalta tehty täysin yhteistyössä Frankin kanssa. Frankin äiti on antanut oman kertomuksena tarinaan. En ole myöskään törmännyt aiheeseen, jossa opinnäytetyö on tehty yhdessä itselle läheisen henkilön kanssa, jolla on aiheeseen liittyvä kokemusasiantuntijuus. Pääosin tutkijat ovat ja kohteet ovat toisilleen vieraita.

6.1 Prosessin kuvaus

Prosessi on ollut välillä kirjoittamisen suhteen pitkiäkin taukoja, vaikka minulla on ollut paperilla, eri tiedostoissa ja tietokoneilla sekä puhelimessani erilaisia tekstejä, joita on vain pitänyt saada lisättyä työhöni kokonaisuudeksi. Prosessin yhtenä haasteena on ollut haastattelujen rönsyileminen, vaikka olen rajannut kysymykset hyvinkin tarkoin. Yhteistyötä olen tehnyt pääosin vain Frankin kanssa mutta pieni puheenvuoro on myös Frankin äidillä. Lupa äidin kertomana on luonnollisesti saatu Frankilta eikä äidin puheenvuoroon ole tehty mitään muutoksia, vaikka teksti ei Frankin elämää aina imartele.

Alkuvaiheessa prosessin eteneminen oli vaikeaa. Vaikka olin tehnyt kysymysrunгон, niin emme päässeet eteenpäin, koska kysyin usein, että miksi joku asia on mennyt tietyllä tavalla ja Frankin mielestä hänen kertomansa oli ihan looginen, ilman sen enempää selittämistä. Jouduimme muutamia kertoja aloittamaan tarinan tietyistä kohdista alusta, koska en saanut kiinni aikajanasta tai Frankin kertoma heitteli tapahtumapaikasta ja ajanjaksosta toiseen.

Frankin tarina on kokonaisuudessaan puhekieltä, joka ei aina ole johdonmukaista tai aikakäsitteellistä. En ole analysoinut aineistoa. Minulla on kulkenut vihko (päiväkirja) mukana, johon olen satunnaisesti kirjannut mitä on tehty ja missä vaiheessa, mutta en ole täyttänyt tai kirjoittanut sitä mitenkään johdonmukaisesti, vaikka produktiomaisessa työskentelyssä tulisikin toteuttaa jatkuvan dokumentoinnin periaatetta, kuten Diakonia-ammattikorkeakoulun Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä (2010) julkaisussa kehoitetaan.

Haasteellisuuden aineiston kirjoittamiseen on tuonut pitkälti se, ettei Frank muista asioista aikajanassa. Yhdessä hetkessä hän kertoo yläastevuosista ja seuraavassa hetkessä puhe on kääntynyt 10 vuotta eteenpäin. On vaikea saada aina otetta siitä, mihin kohtaan Frankin elämää mikäkin tapahtuma kirjoitetaan. Tarinaa on luettu uudelleen ja uudelleen kymmeniä kertoja ja sitä on muokattu ja muutettu vastaamaan aikaa ja paikkaa, jotka todellisuudessa ovat sillä hetkellä tapahtuneet. Tämä ei aina ole ollut helppoa. Seuraavana päivänä aikakäsitys on saattanut muuttua ja olen saanut kiinni tarinasta vasta

monen lukukerran ja tarkentavien kysymysten myötä. Palasimme yhteen aiheeseen monta kertaa ja välillä Frank ei edes muistanut, että olimme jonkun elämänvaiheen käynteä läpi jo kokonaisuudessaan. Frank luki kertomastaan ja kirjoitetusta kyseisen ja kohdan ja halusikin sen kirjoitettavan eri tavalla. Välillä meni tunteja siihen, että saimme yhden sivullisen tekstiä tuotettua.

Kirjoittelun tyypittelyssä on olennaista tapahtumisen looginen rakenne ja niiden sisältämät moraaliset jännitteet, jotka rankkojen vaiheiden kautta kiteytyvät kohti onnellista loppua. (Kaasila ym.2008, 46, 53.) Kun haastattelua käytetään aineiston tuottamisen tapana, tuloksena on tyypillisesti laaja ja moniaineksinen tekstimassa, jota voi lähestyä monella eri tavalla. Kertomus ja tapahtumat etenevät harvoin samaa tahtia. Kertoja käyttää ennakkointia viittaamalla asioihin, jotka tapahtuvat vasta myöhemmin, tai takaukia ja jälkiviisautta. (Ruusuvuori, Nikander & Hyvärinen, 2010, 11; 115).

6.2 Produktio

Tuotekehittely (eli produktio) on yleensä kertaluoteinen ja melko lyhytkestoinen prosessi, jonka tarkoituksena on tehdä jokin tuotos tai palvelu tietylle käyttäjäryhmälle ja samalla kehittää työvälineitä käytännön toimintaan. Tuotekehittelyyn kuuluu tuotteen tai palvelun suunnittelu- ja valmistusprosessi, tuotteen kokeilu tai toteutus, arviointi ja mahdollisesti markkinointi (Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä 2010, 33–34).

Frankin tarina on prosessi, elämäkerta, joka on kokonaisuutena lyhytkestoinen ja kertaluonteinen. Tarinan tarkoitus on tuottaa nuorille päihdevalitusmateriaali, jota on produktion aikana testattu nuorilla päihteidenkäyttäjillä. Materiaalin markkinointia ei ole aloitettu prosessin aikana vaan se on tarkoitus tehdä myöhemmin.

6.3 Produktion eteneminen

Produktion keskiössä on entinen, kokoaikainen ja -päiväinen päihteidenkäyttäjä, nyt kuntouttavassa korvaushoidossa oleva henkilö. Yhtenä osana produktiossa ovat vantaalaiset nuoret, jotka kertovat mielipiteensä ja kommenttinsa Frankin tarinaan. Nuoret myös vastaavat kysymykseen voiko Frankin tarinaa heidän mielestään käyttää päihdevalistusmateriaalina eli onko se sellainen teksti, joka saa ajattelemaan omaa päihteidenkäyttöään ja sen seurauksia. Nuoret olen saanut mukaan produktion omien kontaktieni kautta eikä heidän nimiään tai yksilöintitietojaan kirjata mihinkään. Nuorten luvalla kerron, että kaikki ovat 17-vuotiaita ja kaikki ovat mukana lukemassa Frankin tarinaa vapaaehtoisesti sekä kertomassa omia ajatuksiaan ja tulkintojaan mitä kirjoitettu teksti heissä herättää. Frank ei ole itse henkilökohtaisesti mukana tässä produktion vaiheessa. Nuorten haastattelut (LIITE 2) on kokonaisuudessaan tehty loppukesällä 2017.

Koska nuoret kuuntelevat toistensa ääntä, on valmista elämäkertaa tarkoitus tarjota luettavaksi myös nuorten päihdeyksiköihin, lastensuojeluun, sekä muihin paikkoihin, joissa kohdataan nuoria, joille päihteet voivat olla ongelma. Tarkoituksena ei ole väkisin syöttää kirjoitusta kenellekään mutta se on valmiina ja olemassa, jos joku sen haluaa lukea.

Kaikille ihmisille on tärkeää tuntee kuuluvansa johonkin ryhmään, jonka avulla voidaan vahvistaa omaa identiteettiä ja kokea olevansa tärkeä niillä resursseilla mitä kullakin on. Kokemus kuulumisesta yhteisöön lisää luottamuksen ja arvostuksen tunteita, ja näihin kohtaamisiin huomiota kiinnittämällä voidaan luoda uudenlaisia yhteisöllisiä toimintamuotoja. (Saari 2015, 198).

Omaelämäkerta on yleisesti määritelty minämuotoiseksi kronologiseksi proosakertomukseksi, jossa kirjoittaja kertoo elämästään ja jossa henkilökohtainen kehitys painottuu (Karjalainen 2012, 19). Omaelämäkerran julkistaminen mahdollistaa tarpeellisuuden ja hyödyllisyyden kokemuksen. Frankin tarinan kirjoittamisella ja julkaisulla on tarkoitus saattaa tietoon Frankin omat kokemukset ja antaa se sekä päihdevalistusmateriaaliksi että yhden

topiujan tai selviytyneen puhneevuoroksi muille samasta ongelmasta kärsiville. Kokemus on aina henkilökohtainen ja yksilöllinen mutta muiden kokemuksista voi jokainen löytää yhtäläisyyksiä, samoja piirteitä kuin omasta tilanteestaan. Yhden kokemus voi auttaa toista ymmärtämään myös omaa tilannettaan ja auttaa toipumisen alkuun.

Kirjallisen omaelämäkerran suullinen vastine on elämäkertomus (life story), joita tuotetaan puhujan ja kuulijan vuorovaikutuksessa esimerkiksi haastattelutilanteessa. Elämäkertomuksen keskiössä on kertoja itse, joka ilmaisee ja arvioi elämäntapahtumiensa käsittelyssä itseään ja kuulumistaan tiettyihin ryhmiin. Elämäkertomus on siten kertojan sosiaalista evaluaatiota samalla kun hän ilmaisee käsitystä itsestään. Elämäkertomus on rakenteellisesti epäjatkuva esitys, joka ei perustu kronologiaan, vaan on täynnä monenlaisia poikkeamia alusta loppuun-logiikasta. Käsite elämäkertomus painottaa prosessia, kertomustapahtumaa. (Karjalainen 2012, 20).

Produktion valmistelu on tapahtunut suhteellisen pitkällä aikavälillä. Alun alkujaan tarinan kertominen on alkanut elokuussa 2015. Kun olen päätenyt siihen, että kirjoitan Frankista, niin teimme yhdessä haastattelurunkoa, jota apuna käyttäen olen punonut Frankin tarinaa kasaan. Osittain Frank on kirjoittanut tarinaa muistiin myös itse. Kirjoittaminen on tapahtunut käsin vihkoon kirjoittamalla ja olen saanut lukea kirjoituksia jälkikäteen. Kirjoitusten perusteella olen käynyt Frankin kanssa keskusteluita tarinan vaiheista ja kirjoittanut niitä edelleen puhtaaksi.

Näitä kirjoituksia Frank on tehnyt siinä vaiheessa, kun muistaminen ja ääneen puhuminen on ollut liian vaikeaa tai muistoista on saanut itse kiinni kirjoittamalla ne ylös. Frank on lukenut tarinan monta kertaa. Välillä hän on myös halunnut, että teen korjauksia tekstiin ja tekstien korjaukset ovat välillä aiheuttaneet meille erimielisyyksiä. Frank saattoi yhtenä iltana pyytää minua muuttamaan tekstiä ja seuraavana päivänä muuttamaan se takaisin siihen muotoon, kun se alun perin oli. Näitä tilanteita ei ollut usein mutta koimme molemmat ne rasittaviksi kokonaisuuden kannalta. Välillä jätimme juuri sen tietyn tekstiosion korostettuna odottamaan seuraavaa kirjoituspäivää ja kävimme tekstiä silloin uudelleen läpi.

Kesällä 2016 olimme Frankin tarinan siinä vaiheessa, kun Frankin poika kuoli. Tämä aika, kun elettiin noin vuotta 2012, on Frankille hyvin mustaa aikaa. Päihteiden käyttö oli täysin hallitsematonta eikä Frankilla ollut pienintäkään halua lopettaa niiden käyttämistä. Frankin mukaan hänelle oli aivan sama, onko elossa vai kuollut, koska millään ei ollut mitään väliä. Kuitenkin jossain kohtaa sisimmässä Frank myös koki suunnatonta halua päästä päihteistä eroon. Hän tunsi, että tässä on nyt se kohta, joka määrittää loppuelämän suunnan. Jäädä tai lähteä. Elää tai kuolla. Pieni ajatus lähti itämään ja vuonna 2013 Frank kirjautui korvaushoittoon asiakkaaksi. Loppuelämän suunta oli siinä vaiheessa otettu.

Produktion aineisto on kerätty haastattelurunkoa käyttäen (LIITE 1). Haastattelu kysymyksineen on ollut vapaamuotoista kerrontaa ja keskustelua aiheeseen liittyvien kysymysten kautta minun ja Frankin välillä. Keskustelu on osittain nauhoitettu ja osittain kirjoitettu. Frankilla on kaikki oikeus aineistoon. Frankin äidin tarinaan ei ole haastattelurunkoa ja äidin kertomus on nauhoitettu. Frankin äidin kanssa on tekstiosio koottu yhdessä.

Kun tarina eteni Frankin korvaushoidon aloittamiseen, niin Frank halusi pitää myös meidän keskinäisessä työssä taukoa. Muistot ja ajatukset olivat välillä hyvinkin raadollisia ja myös ne hetket, kun muistoja ei tuntunut olevan. Oli vain mustaa. Haastattelun ja kirjoittamisen tauko kesti alkuvuoteen 2017. Tammikuussa aloimme pikkuhiljaa työstää jatkoa tarinalle. Frankin tarina on kirjoitettu minämuodossa, jotta loogisuus kerronnassa on säilynyt. Tarina on tämän opinnäytetyön liitteenä (LIITE 3). Tarinaa ei ole alusta alkaen kirjoitettu millään tavalla johdonmukaisesti vaan sen mukaan mitä Frank on itse halunnut kertoa ja missä järjestyksessä asiat ovat mielessä olleet. Haastattelurunkoa apuna käyttäen tarinaa on myöhemmässä vaiheessa kirjoitettu aikajanallisesti lapsuudesta nykyisyyteen.

6.4 Narratiivinen työskentelyote ja omaelämäkerrallinen kerronta

Produktiossa Frankin tarina on työstynyt narratiivisesti. Olen käyttänyt soveltaen narratiivista eli kerronnallista työskentelyotetta. Sen lähtökohtana on oletus siitä, että elämä koostuu sarjasta tarinoita, jotka seuraavat toisiaan. Ihmisille on luontaista kertoa tarinoita elämästään, joiden kautta elämästä hahmottuu kokonaisuus, jossa erilaiset elämäntapahtumat nivoutuvat yhteen muodostaen ihmisen elämäntarinan. (Eskola & Suonranta 1998, 22–23). Omaelämäkerrat menetelmänä ovat olleet tutkimuksen kohteena suhteellisen vähän. (Karjalainen 2012, 23.) Kun merkitykset eivät ole olemassa valmiina, tarkoittaa myös omaelämäkerrallinen kirjoittaminen siten merkityksen antamista eletylle, eletyn merkityksellistämistä ja tulkintaa. Omasta elämästä kirjoittaminen eletyn elämän sanoittamisena ja merkityksellistäminen on respensaatiota, ”kohteensa läsnä olevaksi tekemistä” ja ”jonkin esittämistä jonkinlaisena”. Omasta elämästä kertova teksti on respensaatiota myös siinä mielessä, että se esimerkiksi jotakin elämänvaihetta kuvaavana edustaa koko tuota elämänvaihetta (Karjalainen 2012, 25–26).

Narratiivinen haastattelu eroaa monilta osin strukturoidusta haastattelusta, jossa ei useinkaan anna haastateltavalle riittävästi mahdollisuuksia kertomusten tuottamiseen. Haastattelukerronta itsestään on sosiaalista konstruktiota: Haastateltava usein mukauttaa kerrontansa niiden sosiaalisten konventioiden mukaisesti, joita haastattelutilanteissa yleisesti käytetään ottaen kuitenkin huomioon haastattelutilanteelle asettamansa tavoitteet. Narratiivisen, kerronnallisen haastattelun tavoitteena on saada haastateltava kertomaan tarinoita, jotka liittyvät hänelle tärkeisiin seikkoihin. Kerronnallisella haastattelulla tarkoitetaan sitä, että tutkija antaa riittävästi tilaa kertomiselle. Samalla hän pyrkii esittämään sellaisia kysymyksiä, joihin odottaa saavansa vastauksiksi kertomuksia. Kerronnallinen haastattelu on muotoiltu niin, että se jättää haastateltavan päätettäväksi mistä aloittaa sekä mitä ja millä tavalla hän kertoo. (Kaasila, Rajala & Nurmi 2008, 45).

Tarkoituksena oli, että yhdessä Frankin kanssa pidimme keskustelevia sessioita, joita pyrin pitämään aikajanallisesti hallussa ja pitämään Frankin aina

pitäytymään yhdessä ajanjaksossa. Haastattelut nauhoitettiin ja/tai kirjoitettiin muistiota ja Frank sai aina lukea kirjoittamani tekstin ja pyytää tekemään siihen muutoksia, mikäli olin ymmärtänyt jotain väärin. Lisäksi haastattelut tehtiin aina niin, että Frankille ei tule liian rankkaa. Jotkut muistot ovat hyvinkin rajuja ja niiden muisteleminen oli vaikeaa. Lopetimme aina siinä kohtaa, kun Frank sitä halusi. Lisäksi Frank kirjoitti itse tekstiä paljon. Tekstejä muokkasimme yhdessä opinnäytetyöhöni sopiviksi. Frankin tarinassa on mielestäni selkeästi nähtävissä mikä on Frankin itsensä kirjoittamaa, muokattua tekstiä ja mikä on saatu aikaan haastattelun runkokysymyksillä ja keskusteluilla. Kaikki runot opinnäytetyön sisällä ovat Frankin käsialaa.

Perusedellytyksenä projektin käynnistämiseksi on, että on olemassa tarve ja mielikuva sen toteuttamismahdollisuuksista. Tarve tai toteuttamismahdollisuudet voivat löytyä sattumalta tai systemaattisesti hakemalla. Yllättävät tapahtumat vaikuttavat usein siihen, että lopputulos on toisenlainen, kuin alussa kuviteltiin. Siksi toiminnan tulee olla joustavaa, että asetettuja tavoitteita voidaan muuttaa tarpeen mukaan. (Jokinen 2001, 17–18).

Kehittelyn lähtökohta on valittu ratkaisuluonnos ja sen vaatimukset ja tavoitteet. Produktiota testataan, poistetaan virheitä ja parannellaan edelleen ja viimeistellään, kunnes lopputulokseen ollaan tyytyväisiä. (Jokinen 2001, 90–91).

Olen soveltanut Frankin elämäkerran kirjoittamisessa narratiivista otetta. Koska opinnäytetyö on produktio, ei Frankin tarinaa ole analysoitu vaan sen käyttökelpoisuutta päihdenvalitusmateriaalina testattiin nuorilla. Nuorten kommenttien välissä olen kirjoittanut auki myös yhteisiä keskusteluja, joita nuoret kävivät keskenään luettuaan Frankin tarinan.

Narratiivisen aineiston analyysin lähtökohtana on kertojien eli tutkittavien ihmisten antamat merkitykset tarinoihinsa, jotka ovat liitoksissa elettyyn elämään, ympäristöön ja kokemuksiin. (Jeong-Hee 2015, 189-191).

7 FRANKIN TARINAN TESTAUS

Nuorten haastattelut tehtiin loppukesästä 2017 Vantaalla. Haastatteluiden purku tapahtui syyskuun aikana. Nuorille oli hyvin tärkeää, ettei heitä tunnista mitenkään. Se, mitä voin heistä kertoa on, että kaksi heistä on 17-vuotiaita tyttöjä ja yksi on 17-vuotias poika. Kaikki nuoret miettivät muutaman viikon ajan, että haluavatko olla osallisia lukemaan Frankin tarinaa ja loppujen lopuksi kaikki kolme ilmoittautuivat vapaaehtoisesti mukaan. Nuoret löytyivät omien kontaktieni kautta ja he ovat samaa ystäväporukkaa. Kaikki ovat opiskelijoita. Kaikilla on myös taustaa sekä alkoholin että kannabiksen käytöstä ja jokaisen nuoren vanhemmilla on myös nuorten kertoman mukaan huolta heidän päihteiden käytöstään. Haastattelut tehtiin haastattelurungon (LIITE 2) mukaisesti.

Nuoret halusivat olla paikalla yhdessä ja vastata kysymyksiin toistensa läsnä ollessa. Lisäksi sovimme, että tarinan lukemisen jälkeen keskustelemme tarinasta ja sen aiheuttamista tunteista ja kysymyksistä yhdessä. Haastattelut nauhoitettiin kokonaisuudessaan, samoin yhteinen keskustelu. Haastattelumateriaalia tuli kaiken kaikkiaan noin 50 minuuttia, sisältäen sekä kysymäni kysymykset, että keskustelun, jotka käytiin koko ajan. En ole käyttänyt purkuun mitään metodia vaan olen kirjoittanut nuorten vastauksia paperille jo nauhoituksen ja keskustelun lomassa ja tämän jälkeen etsinyt tarkat vastaukset nauhoituksista. En ole analysoinut tai tarkastellut nuorten sanomaa sen kummemmin, vaan kommentit työssäni ovat suoraan nuorten käymästä keskustelusta tai apukysymysten kautta kerrottuja. Toimin näin, koska opinnäytetyöni produktio-muoto ei vaadi tutkimuksellista tietoa. En myöskään tutkinut nuorten päihdekäyttäytymistä vaan tarkoitus ja tavoite olivat ainoastaan saada heidän mielipiteensä Frankin tarinasta. Nuorten kommentit ja omat välikommentit näen siis näin ollen lukijaystävällisinä.

7.1 Haastateltujen nuorten oma päihdekäyttäytyminen

Taustakysymyksillä sain tietoa siitä, milloin päihteidenkäyttö on alkanut, miten usein päihteitä käytetään ja mitä ajatuksia päihteidenkäyttö nuorissa herättää. Näiden kolmen nuoren tapauksessa päihteidenkäytöllä tarkoitetaan alkoholia ja kannabista. Kaikki kolme kertoivat, että eivät ole käyttäneet vahvempia huumausaineita mutta heille on tarjottu niitä. Nuoret mainitsivat pirin (amfetamiini) ja laput (LSD) sekä eri lääkkeitä, joita myös välillä on tarjottu. Nuoret kertoivat tunnistavansa varsinkin lähiseutujen päihteidenkäyttäjät ja kokivat myös tunnistavansa alkoholisteja narkomaaneista.

Ehdottomasti ei haluttais kokeilla mitää vahvempii. Se o ihan ehdoton ei. (T1)

Oha meille tarjottu vaik mitä tuol kadul ja sit on vaa kieltäydytty. Niiku kadul joku saattaa tulla iha randomisti kysyy et haluuks ostaa. Ni sit ollaa vaa et ei haluta. (T1)

Nii jokapuolel oikeestaa voidaa tarjota kaikkee. (T2)

Kaikki nuoret kertoivat päihteidenkäyttönsä alkaneen 13–14-vuotiaina. Kaikki myös sanoivat saaneensa alkoholia kotikulmilta asuneelta naiselta, jonka luona suuri osa kaveripiiristä kävi hakemassa alkoholia. Myös kannabis-kokeilut tulivat kuvioihin samoihin aikoihin ja kannabista sai ostettua joko kaveripiirin kautta ja myöhemmin tunsii itse ne henkilöt, joilta sai ostaa.

Suurin osa lapsuudesta oli semmosta et yks mummeli myi meille alkoholi. (P1)

Mielenkiinnosta kokeiltii kannabista ku muutki kokeili eikä meil ollu mitää painostust. (T1)

Nuoret kertoivat, että kaikkien vanhemmat tietävät siitä, että he käyttävät kannabista ja kenenkään vanhemmat eivät pidä siitä, että oma nuori käyttää

huumausaineita. Vanhemmat ovat kieltäneet nuorilta kannabiksen käytön suullisesti ja keskustelemalla asiasta nuoren kanssa. Nuorten mukaan kannabiksen käyttö on heidän kaveriporukassaan yleisempää kuin alkoholin käyttö vaikka kannabiksen käyttö koetaan myös kalliimmaksi.

Kyl aina saa ku laittaa niiku vaa viestii kulkee et halua ostaa kannabist ni aina saa sitä ku sitä on aika paljo ja sit ehk luottoo niihi joilt ostaa ettei ne kuseta. (P1)

Joitaki kertoi viikos poltella se vähä vaihtelee. (P1)

Alkoholista tulee jälkikäteen huono olo mutta kannabiksen koetaan rentouttavan omaa olotilaa. Ystäväpiirissä, jonka nuoret kertovat omaksi porukaksi, ei ole henkilöitä jotka käyttäisivät muita aineita kuin kannabista. Nuorten mukaan he tuntevat tällaisia henkilöitä mutta eivät oikeastaan ole heidän kanssaan tekemisissä.

No sillee jos vaik on ahistunu ni sit pari savuu rentouttaa niinku omaa mieltä ja oloo. (T2)

7.2 Nuorten ajatuksia Frankin tarinasta

Nuoret lukivat Frankin tarinan jokainen itsekseen. Sovimme yhdessä, ettei aiheesta keskustella kesken kaiken vaan jokainen keskittyy lukemiseen itsekseen. Lukemisen aikana nuoret vaikuttivat jokainen hyvin keskittyneiltä lukemaansa. Lukeminen päättyi eri aikoina ja muiden annettiin lukea rauhassa loppuun.

Tota oli oikeesti kiinnostava lukee ja niiku oliha tos.. tos muuttu aihepiirit niinku lennossa ja tollee mut tota jakso lukee ja siin oli kiinnostavaa informaatioo. (P1)

Ku lukemine ei oo mun juttu ni tos säily mielenkiinto lukee ku toi aihe oli tommone. Mul tuli semmone mielee ku niiku mite nuoresta tos on ollu ja sit näkee tosi nuorii niiku iha sekasi jossai. (T1)

Näky tosi nuorii vetämäs kaikkee. (P1)

Tosi surullist niiku kattoo mite tosi nuoret o lähteny mukaa tommosee. (T2)

Se äitin kertoma oli semmosta et se ei tuputtanu sitä apuu. Ja se Frank ei kyl niiku... et sen oma pää niinku ei toiminu yhtää et se ei tajunnu mitä se teki vaik äitille. (T1)

Nuoret kokivat Frankin tarinan surullisena ja realistisena. Tarina aiheutti paha mieltä siltä osin, että Frank on ollut todella nuori aloittaessaan päihteidenkäytön. He eivät kuitenkaan kokeneet samaistuvansa Frankin tilanteeseen, koska Frankilla päihteidenkäyttö siirtyi nopeasti kovempiin aineisiin mutta omassa kaveriporukassa pääasiallisesti käytetään kannabista. Tarinaa lukiessa nuorilla oli kuitenkin tullut ajatus siitä, että kannattaako kannabiksen käyttö. Sillä vaikka kieltäytyisi kovemmista aineista niin voiko silti estyä joutumasta mukaan kovempien aineiden maailmaan?

Tuli sellane pieni mietitys et kannattaaks. (P1)

Nii et kui iso riski sit voi olla ettei joutus kovempii aineisii. (T2)

Kyl sit pitää huolt ettei joudu semmosee kaveriporukkaa et alkaa niiku jotai käyttää muutaki ku niiku nyt ni on vaan täs samas porukas. (P1)

Siin alus oli et se ois hianoo niinku se päihteidenkäyttö. Mut sit se eteni et ei se kyl kannata et ei se kyl se Frank ihannoinu päihteitä enään. (T1)

Ajatuksia aiheutti myös se mitä oma kannabiksen käyttö aiheuttaa omille läheisille. Nuoret tietävät, etteivät vanhemmat hyväksy kannabiksen käyttöä ja kokevat aiheuttavansa polttelullaan pahaa mieltä vanhemmilleen ja muille läheisille. Tämä ajatus ei kuitenkaan ole niin vahva, että se saisi tässä kohtaa lopettamaan kannabiksen käytön.

Päihteidenkäytön vaaroista ja huumeista on keskusteltu sekä kotona että yläkoulussa mutta opiskelupaikoissa ei enää päihdekeskusteluja ole ollut. Ainoa asia mistä koulussa huomautellaan, että koulun alueella ei saa tupakoida. Kukaan nuorista ei ole kannabiksen takia joutunut tekemisiin poliisin kanssa ja nuorten mukaan myöskään kaveriporukassa ei ole henkilöitä, jotka olisivat joutuneet kannabiksen takia tekemisiin poliisin kanssa. Nuorten mukaan rahaa saadaan vanhemmilta, opintotuesta ja satunnaisista töistä. Kannabiksen käyttöä harrastetaan ulkotiloissa yhdessä kaveriporukalla ja jokainen maksaa vuorollaan, jos on rahaa. Rikoksia ei kaveriporukassa tehdä. Lääkekokeiluja on ollut jonkin verran kaveriporukassa.

Eipä oikeestaan oo ollu lääkekokeilui. (P1)

Kannabis on kaveriporukan juttu. Et sit kysytää et haluuks joku muu et ei niiku yksin sitä yleensä tee. (T2)

Kyl se o porukas aina se polttamine. (T1)

Frankin tekstissä on puheenvuoroja, jotka on tarkoitettu suoraan lukijalle. Frank halusi sanoa itse suoraan nuorelle tai käyttäjälle, ettei päihteidenkäyttö ja varsinkaan huumeidenkäyttö kannata.

Kyl se tuli niiku iholle. Ihanku ois puhunu ittelle. (T2)

Tosi paljon tuntu et puhuu niiku suoraa mulle. (P1)

Vaikka kukaan ei ole kannabiksen käyttöä Frankin tarinan luettuaan lopettamassa, niin raju kertomus sai kuitenkin aikaan sen, että kannabiksen käyttöäkin joutuu hieman miettimään. Kuitenkin nuoret kokevat olevansa tilanteessa, ettei heillä ole ongelmaa kannabiksen kanssa. Nuoret kertoivat, etteivät ole ajatelleet esimerkiksi korvaushoitoa mitenkään sen kummemmin mutta tietojensa mukaan Suomessa saa hyvin hoitoa, kun sitä haluaa. Nuoret mainitsivat myös sen, että Frankin päihdepsykoosit olivat todella pelottavaa luettavaa ja kertoivat, ettei sellaisia ajattele ennen kuin niistä lukee

Jos kannabis ois laillista ollu aina ni ei se ois ny mikää juttu. (P1)

Alkoholi ois varmaan kova huume jos se nyt keksittäis. Ois joku krokodiiliin verrattavis. (P1)

Kyl tääl saa hoitoo eiks saakki? Ni tosi hyvin mut se kannattaa jos haluu ite. (T2)

Piti sanoo et ei ne huumeidenkäyttäjät kyl oo näkymättömii meille ainakaa. (T1)

Kyl oli pysäyttävää se ku Frank oli sillain tehny et se oli siin psykoosis. (P1)

Kaikki haastateltavat nuoret olivat ehdottomasti sitä mieltä, että Frankin tarina kannattaa julkaista ja antaa luettavaksi nuorille ja hiukan vanhemmillekin, joilla on ongelmia huumeiden käytön kanssa. Nuoret olivat sitä mieltä, että teksti on puhuttelevaa ja se puhuu suoraan nuorelle tai lukijalle. Teksti ei ole valistavaa niin kuin päihdevalistusmateriaali saattaa välillä olla. Frank kertoo asioista suoraan ja nuorten mielestä niin pitää olla, että valistusmateriaali mukailee selviytyneiden kokemuksia. Silloin ne ovat toimivampia kuin vain teoriassa kirjoitetut materiaalit.

Must tuntuu et tää ois tosi hyväki teksti antaa luettavaks nuorille.
(T1)

Nii ja vanhemmillekki ku kylhä vanhemmatki tarttee valistust jos ne käyttää. (T2)

Kyl toi niinku herättää ja silmät avautuu. (P1)

Haastattelutilanteen jälkeen oli pitkän aikaa hiljaista. Kukaan nuorista ei puhunut mitään. Näytti siltä, että jokainen mietti itsekseen tarinaa, jonka oli juuri lukenut. Vaikka kaikki nuoret sanoivat, ettei Frankin tarina kosketa itseä niin jokin pieni ajatuksen siemen saattoi jäädä kaikille mieleen. Joskus kovempien huumeiden käyttöön siirtyminen voi olla ihan pienestä kiinni. Nuorten mukaan Frankin tarina oli raju ja kovempiin huumeisiin siirtyminen tapahtui nopeasti. Nuoret olivat kaikki kuitenkin sitä mieltä, että heillä huumeiden käyttö jää vain ja ainoastaan kannabiksen poltteluun. Nuoret miettivät kuitenkin keskenään sitä, että jokin elämäntilanne saattaa laukaista tilanteen, että kokeilee jotakin muutakin, kovempia aineita. Kukaan ei kuitenkaan osannut yksilöidä sitä, että mikä tällainen tilanne voisi olla. Tuntui, että nuoret kokivat syvää yhteenkuuluvuuden tunnetta omassa ystäväporukassaan ja olivat yhtä mieltä siitä, että jos joku heistä kokeilisi vahvempia aineita, niin toiset puuttuisivat siihen nopeasti.

7.3 Kokemusasiantuntijuus

Viime vuosina ihmisten kokemusta painoarvo on lisääntynyt yhteiskunnassa. Kokemustieto, kuten sen sukulaiskäsitteet, toinen tai hiljainen tieto ovat nousseet tärkeiksi aiheiksi niin sosiaali- kuin terveystalveissa sekä -politiikassa. Taustalla on näkemys siitä, että kansalaisen kokemasta hyvinvoinnista tarvitaan tietoa. Kokemusasiantuntijuus on taitoa, joka on kehittynyt pitkällisen henkilökohtaisen kokemuksen ja sisäistyneen tiedon myötä (Nieminen, Tarkiainen & Vuorio 2014, 7).

Kokemusasiantuntijuutta on omassa työssäni kunnan sosiaalitoimessa käytetty jo jonkin aikaa sekä toimeentulotuen hakemisen, saamisen että asunnottomuuden näkökulmista. Asiakkailta saadun palautteen mukaan kokemusasiantuntijuus on tärkeää toimintaa, jossa näkökulma tulee suoraan asiantuntijan omasta kokemuksesta ja näin asiakas kokee ja näkee sen totena. Frankin tarinan tarkoituksena on myös näyttää toteen kokemus, josta sekä asiakas että työntekijä voi löytää työvälineitä päihdeongelman ja päihdeongelman kanssa työskentelyyn. Kokemustieto ei ole kirjoista opittua tietoa ja tulee asiakasta lähelle, asiakkaan omaan sen hetkiseen elämään ja kokemukseen. Kuitenkin tulee nähdä se, etteivät kokemusasiantuntijuus ja ammattilaisen näkökulma poissulje toisiaan vaan ne voivat tukea asiakkaan kanssa työskentelyä ja antaa työskentelyyn erilaisia näkökulmia, jotka kannattelevat asiakasta yhdessä.

Sosiaali- ja terveysalan järjestöjen ja erityisesti potilasjärjestöjen toiminnan ydintä on koko niiden toiminnan historian ajan ollut kokemuksellisen tiedon jakaminen. Yhdistysten jäsenten kokemuksia on haluttu nostaa esiin sekä yhdistysten omassa vertaistoiminnassa, että sosiaali- ja terveyspalvelujen kehittämiseen vaikuttamisessa. Viime vuosien aikana ja erityisesti Mieli 2009 -ohjelman valmistumisen yhteydessä kokemusasiantuntijuuden merkitystä on enenevässä määrin korostettu mielenterveys- ja päihdepalvelujen kehittämisessä sekä erilaisissa toimialan koulutuksissa. Kokemusasiantuntijuudessa pätee periaatteessa samat säännöt kuin muussakin asiantuntijuudessa: asiantuntijuus on taitoa, joka kehittyy pitkällisen kokemuksen ja sisäistyneen tiedon myötä. Kokemusasiantuntijuus on siis prosessi, joka vaatii aikaa. Kokemusasiantuntijaksi ei valmistuta hetkessä. Kokemusasiantuntijuus kumpuaa omasta henkilökohtaisesta kokemuksesta ja siksi siihen liittyy paljon erilaisten, voimakkaidenkin tunteiden läpikäymistä. Kokemuksellisen tiedon jakaminen edellyttää jokaisessa tilanteessa erikseen pohtimista: mitä, milloin, miksi ja kenelle? Kokemusasiantuntijalla tulee olla halu tehdä ja kehittää asioita yhdessä toisten kanssa yhteisen päämäärän suuntaisesti. Kokemuksellisen tiedon jakamiseen ja välittämiseen tarvitaan kykyä soveltaa tietoa erilaisissa toimintaympäristöissä. Kokemusasiantuntija voi toimia monenlaisissa tehtävissä: kokemuskouluttajana, vertaisryhmän

ohjaajana, vertaistukihenkilönä tai palvelujen kehittäjänä (Niskala & Savilahti 2013).

Frankin tarinan tapauksessa nuoret saivat luettua todellisen kertomuksen siitä mihin päihteidenkäyttö voi johtaa. Tarina ei ole keksitty eikä siihen ole lisätty tarkoitushakuisesti mitään tarinan osaa vaan se on rehellinen kokemukkuvaus päihteidenkäyttäjältä toiselle: mieti ennen kuin aloitat tai jatkat. Jokaisen lukijan omissa käsissä on se, kuinka tarinan käsittelee ja ottaako siitä opikseen jotain. Lisäksi näkisin sen, että jos tarina otetaan käyttöön työntekijöiden toimesta, niin työntekijöillä on tuntuma siihen mikä asiakkaan oma tahtotila ja halu on toipumiseen ja työkaluihin, joita toipumisen edistämiseksi voidaan käyttää.

8 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Eettistä pohdintaa aiheutti erityisesti oma roolini opiskelijana suhteessa Frankiin. Olen Frankin kanssa naimisissa. Olen joutunut pohtimaan kovasti produktion etiikkaa suhteessa Frankiin, koska helposti saatan menettää opiskelijan - tutkijan - roolin ja asettua aviovaimon asemaan. Yhteistä tekstiä on kirjoitettu sivukaupalla ja kaikki mitä on kirjoitettu, on Frankin omaa elämää, jota kirjoitan ylös. Frankille tämä produktio on erittäin tärkeä, tärkeä saada kertoa omasta elämästään ja toive siitä, että hänen elämäntarinan saa edes yhden ihmisen muuttamaan suuntaa elämässään luettuaan Frankin tarinan.

Tämä ajatus on lievittänyt omaa, sisäistä ristiriitaani ja olen rauhallisella mielellä kirjoittanut tekstiä ja työstänyt opinnäytetyötäni. Kumpikin tiedostamme vahvasti sen, että Frankin henkilöys ei pysy salassa, koska kirjoitan opinnäytetyöni omalla nimelläni. Se ei ollut alun perin tarkoitus, vaikka emme asiasta olekaan puhuneet kaikille kohtaamillemme ihmisille. Itse olen kokenut myös työn kirjoittajana ajoittain erittäin syvää ahdistusta ja pahoinvointia siitä, miten Frankin elämä on kulkenut jo pikkupojasta lähtien. Myös sosiaalityö, korvaushoito ja muu valtakoneisto on saanut minut miettimään sitä, miten päihteitä käyttävät ihmiset kohdataan ja kuinka heitä kohdellaan. Tällaisesta toki

voi joskus kirjoittaa toisen tarinan. Päihde-elämässä selvinneitä ja siellä vielä pyristeleviä katson kuitenkin aivan eri tavalla nykyään. He eivät ole enää näkymättömiä, olemattomia, vaan ihmisiä, joille elämän kortit on jaettu vääristä käsistä ja pakoista.

8.1 Eettisyys

Prosessin suurimpia kysymyksiä ja suurimpia haasteita on ollut eettisyys. Vaiheittain on ollut hankala muistaa, että kirjoitan Frankin sanoin, enkä omia mielipiteitäni, saati omia kuvauksiani tapahtuneista asioista. Joskus Frank myös muistaa aikajanan elämässään kahdella - kolmella eri tavalla ja on aika ajoin tehnyt tiukkaa, että saan ne oikeat asiat ulos enkä kirjoita jotain mitä Frank on minulle aiemmin kertonut.

Eskolan & Suorannan (2008, 57,59) mukaan kirjallisissa töissä on noudatettava ihmisarvon kunnioittamisen periaatetta. Sen mukaan on väärin aiheuttaa vahinkoa tai loukata ketään riippumatta tarkoituksista. Peruskysymyksiin kuuluu se, että mitä hyötyä tai haittaa työstä on kohteelle. Eettisten ongelmien tunnistaminen ja välttäminen etukäteen vaativat ennen kaikkea ammattitaitoa, ammattietiikkaa.

Miettiessäni opinnäytetyön aihetta syksyllä 2015, olin tavannut joitain kuukausia aiemmin Frankin. Frank oli pohtinut kovasti, että kirjoittaisi itsestään tarina tai kirjan, jossa pohtisi omaa suhdetta perheeseen, lapsuuteen, huumeidenkäyttöön ja korvaushoitoon. Frank pohti suomalaista korvaushoitoa vasten muu maailma ja halusi tuoda oman elämäntarinansa ja selviytymisensä julki muille samassa jamassa kamppaileville. Frank ei tiennyt kuitenkaan mistä, kuinka ja miten aloittaa ja saisiko tarinaansa julki vai jäisikö se vain pöytälaatikkoon vai omaan päähän. Frank pohti myös sitä, ettei jaksaisi itsekseen kirjoittaa kaikkea paperille, jota haluaisi sanoa.

Tuomen ja Sarajärven (2009, 31, 136) mukaan eettisyyttä pohdittaessa päällimmäisenä on ajatus perusihmisoikeuksista ja yksilön suojasta. Eettisiin

periaatteisiin kuuluu avoimuus, rehellisyys ja läpinäkyvyys työn kaikissa vaiheissa. Osallistujille kerrotaan rehellisesti tarkoitus, tavoitteet ja menetelmät, sekä selvitetään, miten produktio etenee. Haastateltavien vapaaehtoisuutta ja anonymiteettia on kunnioitettava. Produktion tekijän asennoitumiseen mahdollisesti vaikuttaa hänen omat taustansa ja kokemuksensa, jolloin on erityisen tärkeää kiinnittää huomiota puolueettomuuteen ja siihen, miten omat kokemukset mahdollisesti vaikuttavat tiedonantajien kuuntelemiseen ja ymmärtämiseen.

Keskustelumme siinä kohtaa eteni siihen pisteeseen, että loppujen lopuksi päätin, että teen opinnäytetyöni Frankista. Kävimme paljon keskusteluista aiheesta syksyllä 2015. Frankia jännitti kovasti se, että hän palaisi opinnäytetyöni myötä lapsuuteensa ja niihin aikoihin, joista kaikki on saanut alkunsa. Ajanjaksona puhutaankin kuitenkin yli 20 vuodesta, joka on pitkä aika Frankin ikään nähden. Syksyllä 2015 Frank täytti 32 vuotta. Lisäksi Frankia pelotti se, että miten muistot palautuvat mieleen ja kuinka paljon tyhjiä aukkoja hänen elämässään on.

Sovimme heti alkuvaiheessa, että kaikki haastattelut tapahtuvat Frankin jaksamisen mukaan. Lisäksi kaiken mitä kirjoitan, Frank saa lukea ja pyytää korjaamaan ennen kuin laitan kirjoituksiani eteenpäin. En kirjoita asioista ollenkaan niin miten Frank ei tahdo mutta painotin kuitenkin sitä, ettemme voi jättää aukkoja teksteihin. Pyrin kirjoittamaan aikajanassa juuri niin kuin Frank minulle kertoo. Kertomisen ja haastattelun tukena on kysymysrunko, joka on yhdessä Frankin kanssa laadittu aikajana hänen elämästään ja jonka mukaisesti pyrimme saamaan yhdessä kasaan opinnäytetyöni produktiota, josta tulee siis Frankin tähänastisen elämän elämäkerta.

Frankin kanssa teimme myös kirjallisen sopimuksen/suostumuslomakkeen, josta annoin kopion Frankille. Sovimme myös, että mikäli Frankin vointi heikkenee tai muistot tulevat liian rankoiksi, voimme pitää myös pidempiä taukoja haastattelun suhteen. Tämän lisäksi kaikki kirjallinen ja suullinen materiaali tuhoetaan kokonaisuudessaan, kun opinnäytetyöni on valmis, mutta vain niiltä osin mitä Frank itse haluaa tuhota. Frankilla on täysi oikeus kaikkeen

materiaaliin, joten työni valmistuminen jälkeen voin luovuttaa materiaalit Frankille hänen niin halutessaan. Nuorten kanssa tehdyt kirjalliset sopimukset on asianmukaisesti säilytetty.

Eettistä harkintaa tarvitaan erityisesti tilanteissa, joissa sosiaalialan ammattilaisen roolit auttajana ja kontrolloijana ovat ristiriidassa keskenään, mikä on hyvin tavallista. Ammattietiikka ei ole arjen yläpuolelle asettuvaa, juhlallista ja ryhdistäytymistä vaativaa orientaatiota tai ryppyotsaista teoreettista argumentointia, vaan se on eläviä, usein ohikiitäviä, konkreettisia arjen valintoja. (Talentia 2013).

Frank on myös tietoinen siitä, että opinnäytetyöni ei salaa hänen henkilöllisyyttään, vaan tietyt osiot työssäni ovat tunnistettavia. Tämä elementti on ollut tiedossa lähes alusta asti ja Frank on siitä huolimatta ollut halukas lähtemään produktioon mukaan, koska kokee edelleen, ettei yksin pystyisi tuottamaan tekstiä tai saada sitä julkaistuksi. Edelleen kuitenkin olen painottanut sitä, että mitään mitä Frank ei halua julkiseksi, ei myöskään julkaista.

Eettisyyttä voidaan tässä työssä siis epäillä. Ehkä ajatellaan, että koska olemme yhdessä Frankin kanssa tehneet tarinan, niin osa on keksittyä tai väritettyä. Tai että tarinan synty on ollut helpompaa tai vaikeampaa. Ehkä Frank ei ole lukenut tekstiä ja ehkä olenkin kirjoittanut tarinan omanani. Tällaiseen ajatukseen voimme yhdessä vastata, että koko produktio on tapahtunut juuri niin kuin tässä olen sen kertonut. Frank on kertonut ja minä olen kirjoittanut. Olemme palanneet tarinaan uudestaan ja uudestaan monia kertoja ja valmiina se on ollut vasta kahden vuoden jälkeen siitä kun se aloitettiin. On itketty, on naurettu ja on kipuilltu, että valmistuuko tarina tai opinnäytetyö ollenkaan ja molemmat ovat olleet myös valmiita antamaan periksi. Frank sillä ajatuksella, että ketään ei oikeasti tämä kiinnosta ja minä sillä ajatuksella, että en saa tarinaan yhdistettyä minkäänlaista teoriaa. Yhteistyössä tarina on kuitenkin syntynyt ja tulos on tämä opinnäytetyö. Itse kirjoittajana tiedän toimineen eettisesti ja teorian osalta faktatietoon nojautuen. Tarina on Frankin ja se on Frankin tosielämä.

8.2 Luotettavuus

Olli Mäkinen (2006, 24–27) toteaa, että tutkijan perushyve on rehellisyys. Tosiasiat on myönnettävä tosiasioiksi, eikä sellaisen asian saa väittää olevan totta, joka ei varmuudella ole tosi. Etiikka on sama kaikille, riippumatta siitä onko tehty tutkimus tai produktio. Rehellisyyden on oltava perushyve siinäkin tapauksessa, että tehdään produktiota, tämän työn tapauksessa elämäkertaa.

Opinnäytetyötä tehdessäni olen kuitenkin pitänyt erittäin tärkeänä sitä, että Frankin tarinaa kirjoitetaan täysin niin kuin Frank sen kertoo riippumatta siitä asettaako se asioita tai ihmisiä epäedulliseen valoon. Toisen ihmisen elämästä kertominen lähtee rehellisyydestä. Kerron ja kirjoitan asian niin kuin minulle kerrotaan. En ole voinut Frankin tarinaan lisätä omia ajatuksiani tai kommenttejani vaan olen kirjoittanut kaiken niin kuin minulle on kerrottu. Frank on alusta saakka tiennyt, etten missään kohtaa takaa hänelle esimerkiksi anonymiteettia, koska käytännössä se ei ole mahdollista. Frank halusi siitä huolimatta kertoa tarinansa ja kokemuksensa. Näin ollen koen toimineeni työtä tehdessäni eettisesti ja rehellisesti. Frankin tarinaa itsessään ei voi plagioida koska kyseessä on yhden ihmisen kokemuksellinen tarina.

Mitä tulee vantaalaisiin nuoriin, jotka lukivat Frankin tarinan ja antoivat siitä kommentteja, niin heille lupasin täyden anonymiteetin. Kyseessä on alaikäiset nuoret, jotka ovat vapaaehtoisesti halunneet olla mukana produktiossa. Heille oli kuitenkin hyvin tärkeää se, että heitä ei voida tunnistaa eikä tunnistetietoja näin ollen tämän enempää ole saatavilla. Nuorten haastattelutallenteet ovat asianmukaisesti säilytetty.

9 POHDINTA

Henkilökohtainen kokemus korvaushoidosta ja siinä toipumisessa vaikuttaa omaan näkemykseeni korvaushoidosta ja sen asiakkaista. Vaikka en omaa henkilökohtaista päihteidenkäyttöä tai siitä selviytymistä niin vieressä eläjänä

koen, että minulla on vahva näkemys ja kanssakulkijan kokemus korvaushoidosta ja kuntoutumisesta. Tämä vaikuttaa tiedostetusti ja tiedostamattomasti omaan näkemykseeni asiakastyössäni ja asiakkaideni kanssa. Koen kuitenkin, että kokemus on pääosin myönteinen ja osaan antaa tukea, näkemystä ja niin sanottuja oikeanlaisia kysymyksiä ja kommentteja korvaushoidossa olevalla asiakkaalle. Tärkeimpänä elementtinä näen kuitenkin Frankin kokemuksen. Vaikka olen aviovaimo ja kirjoitan auki Frankin kokemuksen, en koskaan pysty kuitenkaan niihin tunteisiin, niihin pakkoihin ja niihin toipumisen haasteisiin, joita Frank henkilökohtaisesti kokee ja on kokenut.

Olisin voinut alun perin tehdä ottaa opinnäytetyöhöni mukaan laajemman katsantokannan ja tehdä tutkimusta monen eri ihmisen näkökulmasta. Silloin opinnäytetyöni ei kuitenkaan olisi enää ollut produktio eikä vain yhden henkilön kokemus, tulkinta ja tarina. Tällöin olisi pitänyt ottaa täysin eri katsantokanta koko opinnäytetyöhön. On huomioitavaa, että kyseessä on nimenomaan yhden henkilön kokemus ja näkemys päihteidenkäytöstä ja toipumisesta. Joku toinen voi varmasti antaa täysin erilaisen kuvan tähän tarinana verrattuna mutta ne eivät olisi verrannollisia keskenään. Kokemus on aina henkilökohtainen ja jokainen tarina on omansa, vaikka kokemuksen lähtökohta eli päihteidenkäyttö ja sen hoito, eli korvaushoito olisi lähtökohta. Jokainen päihteidenkäyttäjä, toipuja ja asiakas on aina oman elämänsä asiantuntija. Kuitenkin Frankin tarina asetti muutaman nuoren miettimään omaa päihdekäyttäytymistään.

Frank ei itse ollut mukana henkilökohtaisesti mukana siinä vaiheessa, kun tein nuorten haastattelut. Koska nuorten ääni on tärkeä ja nuorten mielipiteillä on suuri merkitys, on valmista elämäkertaa tarkoitus nuorten kommenttien perusteella tarkoitus tarjota luettavaksi nuorten päihdeyksiköihin, lastensuojeluun sekä muihin paikkoihin, joissa kohdataan päihdeongelmaisia nuoria. Tarkoituksena ei ole väkisin syöttää materiaalia vaan antaa tieto sen olemassaolosta, jos joku sen haluaa lukea. Lisäksi olemme miettineet yhdessä Frankin kanssa, että julkaisemme tarinan esimerkiksi Amazonissa mutta vasta siinä, kun produktiovaihe itsessään on kokonaisuutena ohi ja opintoni ovat päättyneet. Opinnäytetyöni ei siinä kohtaa tule olemaan osa julkaisua. Frankin tarina tulee sopimaan päihdevalitusmateriaaliksi. Vaikka tarinan luki vain kolme

nuorta, niin kommentit tarinan käyttökelpoisuudesta tukevat sitä, että tarinaa täytyy käyttää päihdevalistusmateriaalina. Nuorten ääni oli selkeä: tämä on sellainen mitä me haluamme tietää. Tämä on se mikä meitä ravistelee ja kertoo huumeidenkäytön raadollisuudesta.

Produktiomainen kirjoittaminen ei ollut minulle tuttua, yleensä opintojeni aikana olen tottunut käyttämään tutkimuskieltä. Produktio olisi todennäköisesti myös ollut erilainen, jos kohteena olisi ollut joku muu kuin itselle läheinen henkilö. Kirjoitus olisi ehkä edennyt nopeammin tai vaihtoehtoisesti kohdehenkilö olisi saattanut lopettaa haastatteluiden ja kertomuksen tekemisen. En voi tietää sitä. Frankin kanssa ei missään vaiheessa oltu tilanteessa, että tämä projekti olisi jäänyt kesken. Frankille oli tärkeää saada tarina kerrotuksi, vaikka muoto olikin osa opinnäytetyötäni. Yksi merkittävä huomio Frankin tarinassa oli, että päihteidenkäyttäjät asetetaan usein alimpaan kastiin muiden syrjäytyneiden joukossa. Kuten Frank tarinassaan kuvaa, niin ihmiset kulkevat ohi ja päihteidenkäyttäjät ovat näkymättömiä henkilöitä, joita ei haluta kohdata eikä nähdä.

Nuorten haastattelutilanne jännitti minua etukäteen. Frankin tarina on pitkä ja rönsyilevä. En osannut yhtään odottaa sitä, että saivatko nuoret ollenkaan kiinni siitä mitä lähdin hakemaan eli Frankin tarinan sopivuutta päihdevalitusmateriaaliksi. Kommentit olivat kuitenkin positiivisia ja kaikki nuoret olivat sitä mieltä, että tarinaa voi ehdottomasti käyttää päihdevalistukseen. Nuorten ääni kertoi, että päihdevalitusmateriaalina toimii nimenomaan kokemustutkimus eikä ”jonkun randomin” esittelemä esitys siitä mitä on huumeet ja mitä huumeet saavat aikaan. Olen ehdottomasti sitä mieltä, että tarina laitetaan jakeluun nuorten kanssa työskenteleville tahoille. Uskon, että materiaalina tarina päihdevalituksena voi toimia monen muunkin nuoren kanssa.

Ehkäisevässä päihdetyössä käytetään tälläkin hetkellä kokemusasiantuntijuutta hyväksi. Varsinkin nuorten kanssa kokemusasiantuntijuus on toimivaa. Nuori ei ole ehkä kiinnostunut lukemaan kirjoja ja materiaaleja, jotka pohjautuvat

teoriaan ja nippelitietoon. Nuori elää kokemuksesta ja toisen ihmisen kokemus on nuorelle tärkeä, jos se koskettaa omaa, sen hetkistä elämää.

On olemassa sanonta siitä, että ”kissat eivät pidä kaunopuheisena ketään, joka ei osaa maukua”. Sama pätee myös eri ihmisryhmiin. Omalla puhetavalla, omalla kielellä ja omien arvojen kautta rakennettu päihdekasvatus tavoittaa parhaiten myös päihdemyönteiset nuoret. Kokemusasiantuntija, joka voi nähdä maailman nuoren silmin ja samaistua nuoren tunnetiloihin, pystyy innostamaan nuoren aivan toisenlaisiin päihdekeskusteluihin ja omien mielipiteiden tuulettamiseen kuin teorian tietoon tukeutuva ammattilainen. Toisaalta taas teorian tiedon kautta voidaan tarkastella suuria kokonaisuuksia ja todennäköisyyksiä. Paras lopputulos saadaan, kun kokemusasiantuntijat ja ammattilaiset yhdistävät tietopohjansa ja työpanoksensa. Kokemusasiantuntijuuden ehkäisevässä päihdetyössä ei tarvitse rajoittua vain entisen käyttäjän oman elämäntarinan jakamiseen. Varsinaisten elämän sattumusten ohella kokemusasiantuntijalla on myös valtavasti tietoa eri taitekohdista elämässään. Missä kohtaa valitsisi toisin? Millaista tietoa olisi tietystä elämänvaiheesta kaivannut? Oliko apua saatavilla? Oliko ammattilaisten kohtaaminen kunnioittavaa? Oman käyttötaustan ja sieltä kumpuavan tietouden pohjalta voidaan rakentaa väline päihdekeskustelujen toteuttamiseen. Luennon sijaan tavoitteena on keskustelu, jossa osallistujat punnitsevat omia valintojaan, asenteitaan ja toimintamallejaan. (Youth Against Drugs i.a.).

Useilla aloilla on toimintaan omat eettiset periaatteensa. Jokainen ala pyrkii toimimaan oman ammattialansa eettisin periaattein, jolloin tämä voi olla haaste, sillä ne voivat poiketa toisistaan suurestikin. Päihdekasvatus ei perustu pakeroon, eikä ulkopuoliseen valvontaan vaan se edellyttää yhteistyötä ja oman ammatin arvoja. Jotta nuorille suunnattu päihdekasvatuspuhe kohtaa nuoren arvomaailman, puheen tulee olla samankaltaista nuoren näkemysten ja kokemustensa kanssa. Päihdekasvatuskeskustelu on hyvä aloittaa nuoren tarpeista lähtien. Päihdekasvatuksen ymmärtäminen tulisi olla nuorelle mahdollisimman helppoa ja sen olisi hyvä tapahtua nuoren ymmärtämällä kielellä ja pieninä palasina kerrallaan. Päihdekasvatuksessa on uskallettava olla eri mieltä kuin

nuoret, aikuisen on toimittava kantaa ottavana aikuisena ja tarjottava apua oman asiantuntijuutensa kautta. (Pylkkänen & Vuohelainen 2012, 50–51).

Frankin tarina on pitkä. Se on sitä sekä ajanjaksollisesti että kirjoitettuna. Tarinaa voi olla vaikea lukea, jos oma elämäntilanne on sellainen, että omassa elämässä on paljon käsittelemättömiä asioita tai päihdeongelma on vakava ja akuuttivaiheessa. Frankin toiveen mukaan en ole kuitenkaan pilkkonut tarinaa tekstin sisälle tai tehnyt arvioita siitä missä kohtaa tarinaa sitä tulisi työväliseen käyttää. Jätän sen lukijan ja työntekijän omaan arvioon, jos Frankin tarinan kokee kokemukseksi työväliseksi päihdevalistuksessa.

Tarinaa voisi käyttää myös ryhmissä, kuten itse tein vantaalaisten nuorten kanssa. Ryhmälle annetaan aikaa lukea koko tarina ja sen jälkeen työntekijä asettaa tarkentavia kysymyksiä mitä tarina lukijoissa aiheutti. Toisaalta tarina voi olla vain keskustelun aihe, joka voisi herättää päihdeikäyttäjää itseään miettimään omaa päihdekäyttämistään. Uskon, että työväliseen tarina saadaan toimimaan. Työntekijän kannattaa kuitenkin itse lukea tarina ensin, jotta voi vastata yksittäisen asiakkaan tai ryhmäläisten kysymyksiin. Mikään ei estä myöskään kysymästä Frankia itseään vastaamaan paikan päälle kysymyksiin ja kertomaan sen hetkisiä kuulumisia.

Tämä prosessi on kokonaisuudessaan kasvattanut minua ihmisenä, läheisenä ja työntekijänä. Ymmärrän aivan eri tavalla päihdekuntoutuksessa olevia ihmisiä kuin ennen tämän prosessi alkua. Ennen korvaushoito oli päihdehoitomuoto muiden hoitomuotojen joukossa. Frankin myötä olen oppinut sen, että jokainen asiakas, jokainen ihminen on arvokas, kohdattava ja kunnioitettava riippumatta siitä mikä hänen taustansa tai statuksensa on. En väitä, ettenkö olisi aina ennenkin näin toiminut mutta tämä prosessi on edelleen auttanut minua kohtamaan myös akuutissa päihdeongelmassa olevat sekä korvaushoidossa olevat ihmiset eri tavalla yksilöinä, joita oman kokemukseni kautta pystyn ymmärtämään ja joiden kanssa voin keskustella hoitoon liittyvistä asioista niin, että todella tiedän mistä puhun. Ja jos en tiedä, uskallan kysyä.

Muistan, kun Frank prosessin alkupäivinä kysyi minulta, että enhän ole tekemissä hänestä projektia, jonka voi heittää nurkkaan, kun saan sen valmiiksi. Lupasin, ettei näin tule tapahtumaan. Tässä vaiheessa meillä molemmilla oli ajatuksena, että saamme tarinan yhteistuumin kirjoitettua parissa kuukaudessa ja se on sitten siinä. Pari kuukautta venyi pariaksi vuodeksi. Prosessi ja tarina on välillä ollut nurkassa ilman kummankaan huomiota, mutta molemmat ovat kuitenkin olleet tietoisia sen olemassa olost. Joskus Frank saattoi antaa minulle sivun tai pari tekstiä, kirjoittaa runon tai mietelausein ja todeta, että laitetaan ne arkistoon ja lisätään sitten tekstiin joskus. Näistä kaikista palasista, paperilapuista, tekstiviesteistä, tiedostoista ja keskusteluista syntyi lopulta Frankin tarina. Raskas, raju, raadollinen, synkkä selviytymis- ja rakkaustarina, jonka tässä voi liitteenä lukea.

Frankille tämä on ollut matka itseen ja omaan toipumiseen. Keskustelu menneisyyden kanssa. Keskustelu nykyhetken kanssa ja ajatuksina tulevaisuudesta. Frankin mukana matka on antanut hänelle itselleen työkaluja kohdata itsensä tällaisena kuin hän tänä päivänä on. Frank kertoo, ettei häpeä menneisyyttään eikä halua sitä peitellä. Jos joku ei sitä hyväksy, niin se henkilö ei ole sen arvoinen, että sitä pitäisi jäädä miettimään. Tässä on elämä elettyinä ja monta kiveä vielä kääntämättä.

Omalla kohdallani tämän kirjoittaminen on ollut myös matka. Matkalla oli määränpää, joka venyi moneen kertaan. Matkan aikana vaihdoin kaksi kertaa työpaikkaa ja aina koin, että aloitan kirjoittamisen alusta. En aina tiennyt kenelle kirjoitan, koska työelämätahoa ei ollut mukana. Ei ollut pakkoa eikä aikataulua. Kun kuulin nuorten kommentit itse tarinasta, niin tiesin, ettei tämän kirjoittaminen ole ollut turhaa. Ehkä nämä kolme nuorta valitsevat elämässään toisen suunnan päihteidenkäytön suhteen, ehkä eivät. Nuorten äänen kautta kuitenkin tiedän, että tarina tulee olemaan jonkun nuoren, ehkä myös vanhemman päihteidenkäyttäjän pelastus.

Vaikka tämä ei ollut perinteinen opinnäytetyö, en tekisi mitään toisin. Koin erittäin tärkeänä saada juuri tämän produktion tehtyä ja juuroi tämän prosessin

läpikäytyä. Tiede ja tutkimus tarvitsevat kokemuksellisia tositarinoita eikä niitä tehdä, ellei joku niitä kirjoita ja julkaise.

9.1 Johtopäätökset

Koska opinnäytetyöni syntyy toisen henkilön elämästä ja hänen kertomuksestaan, niin en ole luonut minkäänlaisia kehittämiskysymyksiä koskien opinnäytetyötäni. Frankin korvaushoito jatkuu ja hän elää niin normaalia elämää kuin tällä hetkellä pystyy. Hänen oma tavoitteensa on päästä kokonaan pois hoidosta tulevien vuosien aikana. Siitä aiheesta voi syntyä lisää tarinaa tai elämäkerran kakkososa. Jätänkö sen kehittämisasiheeksi seuraaville opiskelijoille vai jatkammeko Frankin kanssa yhteistyötä - jää nähtäväksi. Frankin kokemusasiantuntijuutta kuitenkin kannattaisi käyttää jatkossakin kertomaan korvaushoidon asiakkaan erilaisista näkökulmista. Korvaushoitoa itsessään asiakkaiden näkökulmasta on tutkittu ilmeisen vähän. Onko kyseessä ilmiö, jota on vaikea tutkia vai onko tutkittavia vaikea saada? Korvaushoidossa käyvillä voi monella olla epäluottamus sosiaali- tai terveysalan ammattilaisia kohtaan eikä tutkimuksiin ehkä lähdetä helpolla mukaan.

Frankin tarinan loppuvaiheessa kävi ilmi se, että vaikka hän on hoidossa vapaaehtoisesti ja haluaa parantua aivan kokonaan, niin hoitokoneisto ei kuitenkaan aina tunnu olevan asiakkaan puolella. Frankilla on kertomansa mukaan mukava omahoitaja, jonka kanssa asiat sujuvat hyvin. Asiointi muun henkilökunnan kanssa ei taas olekaan niin sujuvaa ja tunne siitä, että oman hoitajan ollessa poissa, esimerkiksi lomalla, hoidossa olijan tarpeet ja odotukset lytätään ja häntä voidaan kohdella täysin muuten kuin on sovittu. Frankin oma toive ja ajatus on, että jossain vaiheessa joku tutkisi suomalaisen korvaushoidon käytäntöjä ja samanarvoisuutta tai sen puuttumista. Eri paikoissa/klinikoilla toimitaan hyvinkin eri tavalla samassa hoitomuodossa olevien ihmisten kanssa. Tästä en pysty faktisesti kirjoittamaan, tämä on Frankin kertomaa. Aihe ei liity varsinaisesti Frankin tarinaan, mutta ilmenee siinä ja varsinkin hoidon alussa on aiheuttanut kipukohtia hoidon aloitusvaiheessa ja asiakkaan ja hoitohenkilökunnan välisissä suhteissa.

Frankin kokemus on, että työntekijät työskentelevät välillä mielivaltaisesti hoidossa olevasta henkilöstä ja esimerkiksi tämän käytöksestä riippuen. Hoidossa olevilla on tunne, että sääntöjä ja klinikan kellonaikoja muokataan työntekijöille sopiviksi eikä aina ilmeisesti edes kunta maksavana osapuolena ole tietoinen siitä kuinka eri klinikoilla toimitaan. Tutkimus, joka tutkii, miten korvaushoitoklinikoilla todellisuudessa toimitaan, voisi olla aiheellinen, ellei Sote-uudistus muokkaa koko korvaushoitoa täysin uudenaikaiseksi konseptiksi.

On huomionarvoista todeta, että päihteidenkäyttäjät ja varsinkin narkomaanit katsotaan niin kutsutuissa normaaleissa piireissä ihmiskunnan alimpaan kastiin. Tavallinen ihminen ei halua heitä kohdata, ei nähdä. Myös täysin kuivilla olevien, ei-korvaushoidossa olevien narkomaanien silmissä korvaushoidossakin oleva henkilö on edelleen täysin päihteiden vallassa. Vasta kokonaan kuivilla olo on selviytymistä.

Katkoilla taas selviytyminen vaatii jo heti alkuvaiheessa ryhmissä oloa ja keskustelua päihteiden käytöstä, tunteista ja saatavuudesta, mikä on omiaan ajamaan ehkä monen katkolla olijan takaisin päihdemaailmaan, koska ei kestä selvin päin keskustelua päihteistä. Toki tässä kohtaa voidaan miettiä, onko hoitoa silloin järkevää edes aloittaa.

Nuoria haastatellessa oli myös hätkähdyttävää todeta, että päihteidenkäyttöä ei nähdä isona ongelmana nuorten parissa ja varsinkin suhtautuminen kannabikseen on myönteinen. Kannabiksen saanti on helppoa ja sen ostaminen halpaa. Olen iloinen, että Frankin tarinan lukeminen sai nuoret mietteliääksi oman päihteidenkäyttönsä suhteen ja todennäköisesti aiheutti keskustelua ja herätti ajatuksia myös haastattelutilanteen jälkeen siitä mikä on järkevää ja kohtuuden rajoissa. Olen myös erittäin tyytyväinen siitä, että nuoret suostuivat avoimin mielin haastatteluun ja lukemaan Frankin tarinan.

Olen kirjoittanut teoriaosan kirjallisuuden ja muiden tutkimuksen antaman tiedon mukaan. Frankin kokemusta, kokemusasiatuntijuutta en voi kuitenkaan määrittää totuudeksi tai tieteeeksi. Frank on itse tietoinen tapahtumista,

muistoistaan ja eletystä elämästään. Frankin halu kertoa tarinansa muille, varsinkin nuorille, antoi minulle itselleni myös halun tuoda tämä tarina julki. Tarinoita on yhtä paljon kuin on käyttäjiä, toipujia ja toipuneita. Tämä on yksi niistä. Jos tällä saamme sen yhden nuoren sielun pelastettua, niin tällä tarinalla on tärkeä arvo. Eikä talo ole silloin voittanut, kuten Frank tarinassaan toteaa.

9.2 Kehittämisehdotukset ja jatkotutkimusehdotukset

Koska en itse ole kolmen vantaalaisnuoren ryhmän lisäksi kokeillut Frankin tarinaa millään muulla ryhmälä taholla, niin tarinaa voisi levittää kokeiltavaksi eri päihdekuntouspaikkoihin työntekijöille. Tämän jälkeen työntekijöitä vois haastatella siitä, miten he itse kokevat tarinan ja miten itse käyttäisivät sitä asiakkaiden kanssa. Kokeilevia asiakasryhmiä voisi ottaa tutkimukseen mukaan tai halutessaan kokeillaa tarinaa vain yksittäisillä asiakkailla. Tällaisella tutkimuksella saataisiin vielä enemmän tärkeää tietoa siitä kuinka toimiva kokemusasiantuntijan kertomus kuntoutuksen työvälineenä voi olla.

Kuten jo aiemmin mainitsin, niin Frankin oma toive olisi se, että joskus selvitettäisiin ja tutkittaisiin sitä miten eri tavalla eri korvaushoitoklinikat toimivat ja kuinka paljon riippuu omasta työntekijästä ja yksikön vastuuhenkilöstä se millaista tukea, ohjausta ja hoitoa asiakas saa. Frankin kokemuksen mukaan jo kaksi helsinkiläistä klinikkaa toimivat aivan eri säännöillä ja ohjeilla ja toisessa hoito on asiakasta arvostajaa, kun taas toisessa sitä samaa kokemusta ei ole. Miten eri korvaushoitoklinikoilla käyvät itse kokevat oman hoitonsa, tuen ja arvostuksen työntekijöiltä.

Olen itse Frankin tarinassa tärkeässä osassa. Omaisten ja läheisten tuki on kuntoutujalle aina erittäin tärkeää. On aikoja, jolloin keskustelunaiheet pyörivät päihteiden ja päihdemaailman ympärillä. Minulla ei ole sitä ymmärrystä siitä maailmasta mikä Frankilla on. Yritän kuitenkin olla tukena koko ajan ja kuunnella vaikka en ymmärtäisi. Frank tietää tämän ja kokee tärkeänä sanoa asioita ääneen, vaikka minulla ei niihin olisi vastauksia. Miten ei päihteitä käyttävä läheinen tai ei päihdehistoriaa omaava läheinen pystyy olla tukena

niinkin pitkässä prosessi kuin korvaushoito, joka voi olla loppuelämän hoitomuoto? Vaikka läheiset mainitaan myös kirjallisuudessa tärkeiksi asiakkaan kannalta niin kuinka paljon läheiset saavat halutessaan tukea ja apua omaan jaksamiseensa? Tämä olisi erittäin hyvä tutkimuksen aihe, joka hyödyttäisi niin asiakasta, hoitohenkilökuntaa kuin myös läheisiä.

Kaiken kaikkiaan kokemuksellisista tarinoista saisi aina paljon tutkimustietoa. Kuinka kokemus auttaa asiakasta? Kuinka asiakas kokee kokemuksen vasten kirjatieta? Kumpi on kannattelevampi ja toivoa ja mahdollisuuksia antava; kokemustieto vai teoriatieto? Molempia tarvitaan ja molemmat tukevat toinen toistaan. Kuitenkin kokemustiedon pitäminen teorian vieressä täytyy olla ja pysyä myös jatkossa. Kaiken tämän tarkoituksena on aina asiakkaan parhaan ajatteleminen.

LÄHTEET

- Ahtiala, Päivi & Ruuhonen, Kaisa 1998. ”Se oli sitä koko elämä”. Kokemuksia ja näkemyksiä huumeriippuvuudesta. Tammer-Paino Oy: Tampere.
- Allianssi 20017. Nuorista Suomessa. Tietoa nuorista, heidän asemastaan, elinoloistaan nuorisotyössä-esitys.
- Apteekkari. Opioidiriippuvuuden korvaushoitoa tarjottu Suomessa 20 vuotta.
<http://www.apteekkari.fi/uutiset/opioidiriippuvuuden-korvaushoitoa-tarjottu-suomessa-20-vuotta>
Viitattu 3.3.2017.
- Baas, Ari & Seppänen-Leiman, Tuula 2002. Kadulta korvaushoitoon. Buprenorfiinihoidon kehittämissuunnitelman (1.1.1998 - 30.6.2000) loppuraportti. Helsinki: A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 38.
- Beresford, Peter & Salo, Markku 2008. Kokemuksen muodonmuutos. Kohti palveluiden käyttäjien omaa tutkimustoimintaa. Helsinki: Mielenterveyden keskusliitto.
- Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Tampere: Juvenis Print Oy.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Fröjd, Sari; Kaltiala-Heino Riittakerttu; Ranta, Klaus; von der Pahlen Bettina & Marttunen Mauri 2009. Nuorten ahdistuneisuus ja päihteiden käyttö. Tietoa vanhemille ja nuorten kanssa työskenteleville aikuisille. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Havio, Marjaliisa; Inkinen, Maria & Partanen, Airi (toim.) 2009. Päihdehoitotyö. Helsinki: Tammi.
- Hyvén, Anne; Oksanen, Jari; Pesonen, Marja; savolainen, Heli & Tokkari, Satu 2001. Palveluoperaatio saapas - Vapaaehtoisuusmateriaali. Helsinki: LK-kirjat.
- Jokinen, Tapani, 2001 Tuotekehitys. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Jeong-Hee, Kim 2015. Understanding Narrative inquiry. Thousand Oaks, CA: Sage corporation.

- Kaasila, Raimo; Rajala, Raimo & Nurmi Kari E. 2008. Narratiivikirja. Lapin yliopistokustannus.
- Karjalainen, Anna-Liisa 2012. Elettyä ymmärtämässä. Omaelämäkerrallinen kirjoittaminen ja teksti reflektiona sosiaalialan ammattikorkeakouluopinnoissa. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Youth Against Drugs ry. Kiinnostaako huumeet? Kokemusasiantuntija antaa tarinalle kasvot. Viitattu 19.11.2017.
<http://www.kiinnostaakohuumeet.fi/2013/01/28/kokemusasiantuntija-antaa-tarinalle-kasvot/>
- Kinanen, Anita 2010. Irti vuosikirja – Huumetyön erikoisjulkaisu. Yhteinen päämäärä – erilaiset keinot. Pääkirjoitus. Helsinki; Irti huumeista ry.
- Lahti, Jari & Pienimäki, Anneli 2004. Päihdekuntoutus rakentuu sosiaaliselle perustalle. Teoksessa Karjalainen, V. & Vilkkumaa, I. (toim.) Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. STAKES. Gummeruksen Kirjapaino Oy. Saarijärvi.
- Laki. Alkoholilaki. 8.12.1994/1143.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1994/19941143>
Viitattu 1.9.2017.
- Laki. Huumausainelaki. 2008.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2008/20080373>
Viitattu 2.3.2017.
- Laki. 2008. Korvaushoitoa koskeva asetus 33.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2008/20080033>
Viitattu 3.3.2017.
- Malin, Katja; Holopainen, Antti & Tourunen, Jouni 2006. ”Mä käytän subua, että mä pysyn terveenä ja pystyn toimimaan”. Käyttäjän kokemuksia ja näkemyksiä buprenorfiinin käytöstä. Yhteiskuntapolitiikka 71:3, 297–306.
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2010. Nuorten päihdekokeilut ja asenteet muutoksessa. Mannerheimin Lastensuojeluliiton ehkäisevän päihdetyön (EPT) hankkeen seurantatutkimus. 31. Viitattu 1.9.2017.
<http://mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/bee8fb3f93787ad4da721dfe2f380f8f/136649233>

[3/application/pdf/13178938/Nuorten%20p%C3%A4ihdekokeilut%20ja%20asenteet%20muutoksessa](https://www.sosiaalikalleg.fi/application/pdf/13178938/Nuorten%20p%C3%A4ihdekokeilut%20ja%20asenteet%20muutoksessa)

- Mäkinen, Olli 2006. Tutkimusetiikan ABC. Helsinki: Tammi.
- Nieminen, Ari, Tarkiainen, Ari & Vuorio, Elina (toim.) 2014. Kokemustieto, hyvinvointi ja paikallisuus. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 177: Turku.
- Niskala, Asta & Savilahti, Terhi 2013. Kokemusasiantijuus kehittäjäasiakas-kokemuskouluttajata- ja vertaistukitoiminnassa. Viitattu 18.11.2017. http://www.sosiaalikalleg.fi/kehittajaasiakastoiminta/mita_kehittaja_asiakastoiminta_on/kansalaistoiminta/kehittajaasiakastoiminnan-materiaalit/opas_kehittajaasiakastoiminta
- Normann, Maria, Odell, Heidi, Tapio, Mari & Vuohilainen, Essi 2015. Nuorisoalan ehkäisevä päihdetyö – Hyppää kyytiin. Humanistinen ammattikorkeakoulu.
- Partanen, Airi, Holmberg, Jan, Inkinen, Maria, Kurki & Marja, Salo-Chydenius 2015. Päihdehoitotyö. Helsinki: SanomaPro.
- Peltoniemi, Mai 2011. Normaali narkomaani? Kokemustutkimus huumeriippuvuudesta, hoidosta ja toipumisesta. Diakonia-ammattikorkeakoulu: Helsinki
- Perälä, Jussi 2013. Ikuinen säätö - Helsingin huumemarkkinat. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Pylkkänen, Sanna & Vuohelainen, Elsi 2012. Ammatillisen päihdekasvatuksen eettiset toimintaperiaatteet. Teoksessa Ari Inkinen; Jarmo Kokkonen & Virpi Ruuska (toim.) Selvää synergiaa – Eettisesti kantavaa päihdekasvatusta.
- Päihdelinkki 2017. Viitattu 18.11.2017. <https://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihdeongelmien-hoito/opioidiriippuvuuden-laakkeellinen-vieroitus-ja>
- Ruisniemi, Arja 1997. Asiakkaana päihdekuntoutuksessa. Asiakkaiden kokemuksia laitospäihdehoidosta Kankaanpään A-kodissa. A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 23. Helsinki: A-klinikkasäätiö.
- Ruusuvuori, Johanna; Nikander, Pirjo & Hyvärinen Matti 2010. Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino.

- Rännäli, Helena. Pohjois-Suomen Sosiaalialan Osaamiskeskus. Hyvinvointi hakusessa-hanke 2013-2015. Viitattu 2.3.2017.
http://www.sosiaalikollega.fi/hankkeet/hyvinvointi-hakusessa/pilotit-1/rovaniemi/liite_57_opioidikorvaushoito
- Saari, Juho 2015. Huono-osaiset. Elämän edellytykset yhteiskunnan pohjalla. Helsinki: Gaudemus.
- Salaspuro, Mikko. Lääkkeet ja huumausaineet päihteinä. Viitattu 18.11.2017.
www.therapiafennica.fi Lääkkeet ja huumausaineet päihteinä.
- Selin, Jani 2015. Vapaaksi riippuvuudesta. tutkimus yhteisöllisestä huumehoitomenetelmästä. Pro gradu: Jyväskylän yliopisto Sosiaalisairaala. Viitattu 3.4.2017.
http://www.sosiaalisairaala.fi/koulutusmateriaalia/korvaushoidossa_olevien_hoitomanuaali.pdf
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2003. Kartoitus opiidiriippuvaisten lääkekorvaushoidon hoitajanoista. Monisteita 2003:16, osat 4–5. Viitattu 19.11.2017
http://pre20031103.stm.fi/suomi/pao/opioidirap/osa4_5.htm
- Talentian etiikkaopas. Viitattu 3.4.2017.
http://www.talentia.fi/files/558/Etiikkaopas_2013_net.pdf
- Tammi, Tuukka; Aalto, Mauri & Koski-Jännes, Anja 2009. Johdanto. Teoksessa Tuukka Tammi, Mauri Aalto & Anja Koski-Jännes (toim.) Irti päihdeongelmista. Tutkimuksia hoidon ja ehkäisyn menetelmistä. Helsinki: Alkoholi- ja huumeututkijain seura ry ja Edita, 7–13.
- Tamminen, Mikko 2000. Paluu normaaliin. Tutkimus addiktiivisen päihteidenkäytön lopettamisesta. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Teesson, Maree; Hall, Wayne; Proudfoot, Heather & Degenhardt, Louisa 2012. Addictions. New York: Psychology Press.
- Timonen, Helena 2009. Omin sanoin. Elämän ja muutoksen tarinat vankilasta vapauteen. Joensuu: Joensuun yliopisto.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Weckroth, Antti 2006. Valta ja merkitysten tuottaminen korvaushoidossa. Etnografinen tutkimus huumehoitolaitoksesta. Gummerus: Kuopion yliopisto.

LIITE 1: Haastattelun runkokysymykset, aikajana keskusteluiden etenemiselle

- lapsuus
- lapsuuden elinympäristö ja ystävät/perhe
- koulunkäynti
- tutustuminen aineisiin
- arki ja aineet, lääkkeet (määrätyt)
- arjen ongelmat ja salailu
- rikollisuus, rahoitus
- perhe, parisuhteet, lasten syntymät
- arjen hallinta aineiden vaikutuksen alaisena
- työ ja aineet
- ikuinen säätö
- psyykkiset ongelmat, lääkitys
- sairastuminen (c-hepatiitti)
- pojan kuolema
- tyttären huostaanotto
- parisuhde ja aineet
- auttajat
- katkot ja retkahdukset
- ajatus eroon pääsystä
- lopetuksen ongelmat (nyky-yhteiskunnassa)
- korvaushoidon aloittaminen
- korvaushoidon ongelmat
- korvaushoito ja arki
- ystäväpiiri ennen ja nyt
- ero pitkäaikaisesta (päihde)kumppanista
- ”terve” parisuhde
- nykytilanne
- tulevaisuuden suunnitelmat

LIITE 2: Nuorten haastatteluiden runko

TAUSTAKYSYMYKSET

- 1) Ikä, sukupuoli
- 2) Milloin olet kokeillut päihteitä (mukaan lukien alkoholi) ensimmäisen kerran?
- 3) Kuinka usein tai mitä käytät?
- 4) Käyttääkö moni ystäväpiirissäsi myös päihteitä (mukaan lukien alkoholi)?
- 5) Mitä teet tällä hetkellä? Onko sinulla tulevaisuudensuunnitelmia?

KYSYMYKSET TARINAN LUKEMISEN JÄLKEEN

- 6) Mitä ajatuksia Frankin tarina sinussa herättää?
- 7) Onko tarinassa jotain pelottavaa?
- 8) Minkälaisia ajatuksia päihteiden käyttö sinussa nyt herättää?
- 9) Vapaa sana, voit kertoa ajatuksia ja tunteita mitä Frankin tarina toi esiin.

LIITE 3: FRANKIN TARINA – Päihteiden täyttämästä elämästä korvaushoitoon

1 ALKU

”Kai se on niin, että kun pienen kusitilkan kanssa on alulle pantu, niin ei siitä muuta syntyä ku tällanen kolttosia tekevä kusipää”. Näin Frank aloitti kertomansa.

Mun nimi on Frank. Kun aloitin tän tarinan kelaamista olin just täyttänyt 32 vuotta. Kun tää saatiin päätökseen, olin just täyttämässä 34. Ei mikään ihan lyhyt tai yksinkertainen tarina. Kaikkea en muista eikä mulla oo aikakäsitystä kaikkeen. Joku asia tuntuu eiliseltä ja siten mä kelaan, että hei se tapahtu kymmenen vuotta sitte. Joku tuntuu taas tosi kaukaselta ja se on tapahtunut tosi vähän aikaa sitte. Tätä tekstiä kannattaa lukea silleen, ettei ihan joka ajanjaksoon jää kii, että voiko pitää paikkansa. Aina ehkä ei ees voi. Ja nää kelat on saanu mut välillä tosi huonovointiseksi. Mut mä tein sen, yhdessä vaimon kanssa vaikka rankkaa oli.

Mä synnyin lähiössä Vantaalla ja olin meiän perheen toinen lapsi. Isoveli oli hiukan alle 2-vuotias, suunnilleen ainakin, silloin ku synnyin. Kasvettiin yhdessä, kaveripiirikin oli aika sama ja samaan kouluunkin me menttiin broidin kanssa. Mä sairastelin pienenä paljon. Mulla oli toistuvia poskiontelotulehduksia ja korvatulehduksia. Astma todettiin kun olin ekalla luokalla. Sain silloin jotain astmalääkettä, joka teki mut ihan sika-aktiiviseksi. En tykänny siitä lääkkeestä yhtään. Muutenkin kun oli adhd-pää, niin sen jälkeen en pystynyt olemaan yhtään paikoillani ja sitä myötä musta tuli sit myös aggressiivinen, kun en ite tajunnut mikä mua vaivas. Otin sitä lääkettä vajaan vuoden kunnes todettiin, ettei se sovi mulle oireiden takia. Mutta en mä koskaan oo astmalääkkeistä tykänny. Ja mun mielestä mulla ei edes oo ollut niin paha astma kun väitettiin. En ees ottanut niitä mukaan, kun lähin esimerkiks faijan luo, valehtelin vaa et ne oli mukana tai et olin ne ottanu. Muistan kun faija vei mua ja broidii krossipyöräradalle. Ni mä en saanut ajaa, kun sanottiin, että se pöly aiheuttaa mulle oireita.

Kiva olla siellä messissä, kun ei saa ajaa ja ajattelee vaan kun toisella on hauskaa. Se astma parani, kun en ottanu niitä lääkkeitä. Emmä tiedä mikä juttu se ees oli, tehtiinkö mut vaan tahallaan sairaaks. Tai tehtiin ja tehtiin, mut jotain kummallista siinä mun mielestä oli. En oo lapsuuden jälkeen syöny mitään astmalääkkeitä paitsi satunnaisesti jos oon ollu pahemmassa flunssassa. Mutta ei mulla kyllä astmaa ole.

Tunsin jo pienenä, että oon erilainen. Outolintu. Toisesta puusta veistetty. Koulussa ei kiinnostanut mikään koska oppiminen oli haastavaa enkä tajunnut aina koulussa yhtään mitää. Tappeluja tuli muiden kanssa. Raivoa oli pään sisällä, vaikka muille jakaa. Päivät oli pitkiä eikä mikään jaksanut kiinnostaa. Nykyisin sille on jo annettu nimi: adhd, oppimisvaikeudet. Jossain vaiheessa lapsuutta adhd ihan diagnosoitiin, mut myöhäistä se siinä vaiheessa jo tuntui olevan. Kiinnostus lukuihin oli mennyt. Olin kai 8-vuotias. Kavereitakaan mulla ei aina ollut. Tai olihan niitä "kavereita". Samanlaisia veijareita kuin mäkin niin eihän siinä aina hyvä heilunut, kun keksittiin kolttosia jos jotakin.

Siitä ei enää mennyt pitkään, kun viina tuli kuvioihin. Faija, joka ei ole mulle ollut koskaan läheinen, antoi pirtua, kun mä olin 9 -vuotias. Olin ihmeteltyt, että minkä takia pöntön vesisäiliössä on joku pullo ja faija sanoi, että se on pirtua. En uskonut vaan jostain syystä jankkasin sitä asiaa ja faija sitten iski lasillisen sitä myrkyä eteen ja tokas, että juo poika juo. Olin silloin pienikokonen ja lyhyt ja ehän mä uskaltanu olla juomatta. Joten mähän join. Yhdellä huikalla pirtua sisuksiin. En joutunut edes vatsahuuhteluun, vaikka jälkikäteen ajatellen olisinhan mä voinut vaikka kuolla siihen. Mä olin jumalauta 9-vuotias! Mun faija on kyllä aina ollut suuremman luokan mulkku. Muistan kun kurkku meinas palaa eikä happee saanu ja kuola valu ja ehkä mä yrjösinkin, sitä en muista. Toikkaroin pitkin pitäjää siel mökillä missä oltiin. Mut palautettiin faijan huomaan siinä vaiheessa, kun olin mennyt hakkaamaan naapurin äijää päin näköä. En todellakaan muista tai tiedä miks mä niin tein, olin varmaan vaan niin sekasin. Faijaa nyt ei varmaan olis kiinnostanut vaikka olisin hukkunut järveen sillä reissulla. Poissa silmistä, se oli hyvä.

Siinä nyt kävi sitten kuitenkin niin, että musta viinapäissään olikin kivaa. Siitä tuli hyvä tunne. Se toimi heti. Mä tunsin, että nyt mä oon mä. Viinaa saatiin kavereiden vanhemmilta varastamalla, kaupasta pöllimällä. Joskus on pentuna tullut kiljuakin keitettyä. Niin sanotut normipennut ei kyllä juoneet. Aika yksin mä sekoilin. Jos oli koulussa jonkin sortin limudisco niin olin siellä ympäripäissäni ja sekoilin ittekseni. Faijahan anto mun juoda luvan kanssa jo ihan kakarana, sen pirtu-homman jälkeenkin. Sitä ei paljon kiinnostanut mitä tehtiin. Nehän oli eronneet mutsin kanssa, niin mutsi ei pystynyt valvomaan sitä mitä mä tein yksin tai broidin kanssa.

Sillä samaisella reissulla, josta tossa jo aiemmin kerroin, tapahtui sellaistaikin, että faija päätti lähteä jonkun eukon matkaan. Jätti meidät sinne mökille asuntovaunulle et meillä oli eväänä makkaraa, pirtua, viinaa ja olutta. Mä olin 9-vuotias ja broidi 10 tai jotain ja sitten siellä oli vielä 7-vuotias pentu, joka oli joku broidipuoli, jota en kyllä muista millään tavalla enää. Siinä sit kaks reikäpäättä ja yks äpärrä päätti kännätä siellä asuntovaunussa ja siitähän ei hyvä heilunut. Broidin kans oltiin kuultu faijan juttuja jostain sahtikaivosta naapurissa, järven toisella puolella, niin päätettiin sitten lähteä kättelemaan hiukan tilannetta ja soudeltiin vähän sinnepäin, jotta se oikea paikka löyty. Ja löytyhän se ja käytiin varastaa sahtia ja eikun takas omalle puolelle. Jossain vaiheessa huomattiin broidin kanssa, että se äpärrä on kadonnut johonkin. Lähdettiin sitä etsimään niin se oli sammunu järven rantaan ja siinä justinsa aalto käväs naaman yllä, että ei olis sekään pikkukaveri hengissä, jos ei oltais löydetty. Emmä kyllä tiedä onko se hengissä ylipäättä enää muutenkaan. Mutta semmosta se meidän lapsuus oli faijan kanssa.

Sitä paitsi se äpärrä oli yläasteella mun kanssa samassa koulussa. Se heitti musta semmosta legendaa, että maine meni pitkäksi aikaa. Jos ois toi järvihomma tapahtunut yläasteaikoina, niin olisi sekin apina saanut hukkaa. Mutta sillä pelillä on pieni osuus siihen miksi mä oon alkanut käyttää päihteitä enemmänkin. Koska syyllisihän aina haetaan. Se jätkä oli jauhanut musta paskaa pitkin kyliä eri porukoissa ja levitelly musta valheellisia tarinoita. Sain kuulla ittestäni vaikka mitä juttuja. Mulla oli muutenkin koulussa vaikeeta ja yks jätkä vittuili tän toisen mulkun sanomisista mulle ja sit mulla meni hermot.

Tää kaveri lensi dösän alle. Vahingossa. Tahallaan. Jotain naarmuja ja ruhjeita se sai. Mutta vittuilu loppui. Ja mä vaihdoin koulua, kotiopetukseen ja tarkkikselle.

Oonhan mä sitä miettiny et mistä ja mix kaikki kävi ja meni niinku meni. Oli siinä kaiken kaikkiaan muillaki ihmisillä osuutta mut suurimman osan sopasta keitin ite. Se miltä huumeet sai mut tuntemaan oli jotenkin pyhää. Vain mun. Niitä fiiliksiä ei kukaan multa vieny pois. Mul ei ollu paljon omaa. Ei rahaa eikä hienoja vaatteita tai tavaroita. Tai mitä ihmiset nyt tarttee ollaxeen onnellisia. Mulle ne oli huumeet. Erillaiset eri tiloihin ja aikoihin. Ku mä käytin ni silloin mä olin mä. Piri teki aktiiviseksi, himokkaaks ja sosiaaliseks. Sitä mitä mä en muuten ollu. Se aine opetti mulle miten ihmisten kanssa oltiin. Vaikka varkaaks se lopulta teki. Tai olin mä sitä muutenkin. Pilvi teki lepposaks. Hymyilytti eikä murheet haitannu mut siihen heroini oli paras. Silloin oli oman ittensä herra. Ei niitä voi verrata joten en tiä miks otin sen esiin. Siis pilvi. Se oli sosiaalisuutta eri tavalla. Siinä hetkessä ja niiden ihmisten kanssa. Oli hyvän nälkä. Tarkoittaen ruokia, karkkeja ja muita ihmisiä. Teki mieli tehdä niille hyvää. Laulaa, pajata tai muuten vaan olla kiva ja kiltti. En niinku poreissa et jossain vaiheessa vaan halus tappaa kaikki vaa pelkästää olla onnellinen. Muiden kaa ja olla vapaa... Koko keho ja mieli oli yhtä hymyä. Pari pamia päälle niin avot. Vaikka ne lääkkeet sitten onkin taas toinen tarina.

Mä olin tossa aiemmin siis kertomassa sitä ku oltiin mökillä ja broidi sai kohtauksen ja luuli et se näki et faija on kuollu. Se kilahti niin paljon, et lähti säntäilemään ympäri mökkialuetta ja minä perässä. Vaari tuli kattoo et mikä meil meno niin broidi hyökkäs sen kimppuun ja oli ihan tappomielessä. Se kai luuli et vaari oli tappanu meiän faijan. Oliski perkele. Jossain vaiheessa broidi oli ottanut soutuveneen sit ja porskuttanu järven toiselle puolelle ja ottanu suunnakseen Heinola. Aika pitkä matka nuorelle kollille Mäntyharjulta. Siinä se sit liftas ja dallas. Pääs perillekin melkei ennen ku kytät löysi sen ja soitti meiän mutsille. Mutis lähti saman tien hakee broidii himaan faijapuolen kanssa ja ne haki mut kans takas himaan. Faijapuolta mä kutsuin ja kutsun edelleen isäks ja sitä se on myös ollu. Äijä on pitäny meistä kaikista huolta. Pitää se vieläkin. Ja oli mun bestman ku menin naimisiin. Hieno mies ja luotettava ku mikä.

Kaikessa on mun tukena ollu ja auttanu parhaansa mukaan vaikka ite oon ollu ihan paska poika. Aiheuttanu päänsärkyä ja murhetta enemmän ku laki sallii mut ikinä ei luovuttanu. Vaikka sen jälkeen ku ne eros mutsin kaa ni ei sen ois ollu mikään pakko pitää yhteyttä. Mutta ei semmonen tullu kuulonkaan. Ja vaikka käytin kamaa ja oltiin yhdessä jossain ni aina se esitteli mut poikana. Ja esittelee vieläki. Mut taas mun ajatus hyppii. Ni siis sen reissun jälkeen ku broidi kilahti ni oikee faija on antanu ryypätä ja tehä mitä vaan huvittaa. Mun mielestä se ois voinu ees yrittää viheltää pelii poikki vaikka ei kai se ois auttanut. Olinhan mä kuitenkin löytäny mun jutun.

Enkä mä ees tajunnu mitä kaikkee oli tulossa. Mut ilman sitä et faija on kusipää ni moni asia ois varmana tapahtunu myöhemmin. Mut vittuun jälkiviisuus. Yhtä lailla sairautta se on ku sääli. Mut viinan kanssa mun ei ainakaan tarvinnu valehdella. Viina hyväksy mut sellasena kun olin. Olin rohkee ja vapaa. Paha olo oli poissa eikä ahdistanu ja vauhtikin hidastu. Tai omasta mielestä niin tapahtu.

2 MIKSI

Mutsi on aina oireillu, jo sillon ku mä olin pieni. Skitsofrenia ja kakssuuntanen. Maniavaiheet on aina ollut vaikeita. Oon jeesannut mutsia jo sillon pentuna, kun tilanteet ollu vaikeita ja päällä. Yrittänyt huolehtia jo sillon lapsena. Ennen ku mutsi sairastu ni yhen tutun kaapista löysin pameja. Taisin olla joku 11 tai 12, en muista tarkalleen. Otin niitä kuitenkin pari ni ai että miten ne vaikutti. Olin taivaassa. Laskeuduin pumpulikasaan jossa oli hiljasta ja niin kaunista. Mikään ei häirinny tai haitannu.

Ni miks mä söin lääkkeitä? Mua kiusattiin ja haukuttiin. Tai jotain mitä nyt muka lapsuuteen ja nuoruuteen kuuluu. Enkä sit osannu purkaa sitä paha mieltä ja oloa mitenkään muuten joten noi lääkkeet oli vaihtoehto. Halusin sen olon jatkuvan ja jatkuvan aina uudestaan ja uudestaan. Enkä edes tajunnut että olin löytänyt rauhottavat lääkkeet. Lääkekaapeista löyty vaikka mitä mutta ehän mä tajunnu aina mitä ne kaikki oli. Ja niitten rinnalla ei sitten viina ollut mitään.

Koska viinasta tuli jälkikäteen huono olo eli kanuuna. Lääkkeistä ei. Oli vain pumpuli ja hymy. Tuo lämmin viltti joka kietoi syleilyyn ja sitä ei minulta viety pois.

Monta kertaa muistelin, tuijotin valokuvia ja kuuntelin stoorei kuin hauskaa oli ollut esim. Bulgarian rannalla. Joitain asioita muistan ja joitain valehtelen, että muistan ettei mutsille ja faijapuolelle tulis paha mieli. Se kiduttaa mua. En muista mun suhteellisen ihanaa lapsuutta edes siihen asti kun kaikki muuttu. Monia asioita on helppo vaa pistää piiloon mut vahingossa sinne meni paljon hyvää. Nykysinkin jos ollaan rakkaan vaimon kanssa tekemässä jotain ja jos juon vain jokusen oluen niin parin päivän päästä en ehkä enää muista miten joku juttu meni vaikka kuinka yritän. Sitten muistan kun kysyn mutta se hävettää. Rakkaat hetket pitäis muistaa ilman apua. Mulla on onnea ku oon sellasen vaimon saanu joka hyväksyy mut tämmösenä vaikka varmasti häntäkin suututtaa ku en muista meille tosi tärkeitä hetkiä ilman et toisen pitää muistuttaa.

Varpusena taivaan punan halki kulkee etsien.

Jyviä sieltä, jyviä täältä.

Päätäväisenä yön syliin laskee hän täysin luotoin.

Häntä joku ajaa eteenpäin kuin hullua.

Näkee hän kuvajaisen näyteikkunan,

Niin kauniin, niin ylvään.

Laskeutuen siipensä särkien silmänsä sulkee.

Kun herää hän sen näkee, rakkauden kyyhkyn tietäen, on etsintä ohi varpusen.

Nyt heitä kaksi on.

Onnen lentäjää. (10.1.2016)

3 SÄÄTÖÄ

Joskus ei tiedä itkeäkö vai nauraa kun heräät yltäpäältä verisessä oksennuksessa ja huomaat että on mennä pari kuukautta. Ei mitään tietoa mitä ja kenen kanssa on tehnyt. Siinä sitten sakkujen ajankohtia luetaan. Ei paljon silti naurata kun sakkopino kasvaa eikä tiedä mihin on syylistynyt. Ylös suihkuun ja hilut ja pullot kantaan ja uuteen nousuun. Kun jalat taas osuu betoniin niin siitä tietää että elossa ollaan.

Pelon pakeneminen, katseen kääntäminen pois sinne missä vain itse määrää. Luokse päihteiden, jotka antaa ja jotka ottaa. Pikkuhiljaa ne muuttaa kehoa, muuttaa maailmaa, keho muuttuu hauraaksi. Painoton maailmassa, jossa et ole mitään, et enää. Katseet on käännetty pois, olet muille eloton. (Syyskuu 2016)

Suurin osa alkuajoista meni siihen, että opin keneltä saa mitä ja mihin kellon aikaan. Tai saiko joltain vaik stereoilla piriä ja pollea tai... you name it. Vaikka suikilla tai vaik kattoo ku ne nussi. Se mitä mun elämässä oli silloin ni hävettää (oma perhe ei). En oo ikinä ollu tyhmempi ku ne mut aina ne saatto testaa. Pani vähän turpaan et ootko luotettava vai et. Sit vaa meet johonkin luokkuun ni sisällä ynnätään se mitä keltäkin löytyy. Ostetaan mitä saadaan. Pelotti välillä niin paljon ku ei kukaan tienny mitä tapahtuu. Kyl mä sain hyvää tavaraa mut silti. Ja pistin sitä eteenpäin. Mut mun oli pakko saada oma kämpä. Että olis paikka missä pitää, poistaa ja ja säätää.

4 ÄLÄ TEE MITÄ MINÄ TEIN

Meneekö tää kertominen nyt yhtään aikajanassa? Ei taida mennä. Mun päässä on niin paljon asiaa, et sun pitää ny kysellä multa et mitä mä tein vaikka 10-vuotiaana ja mitä mä tein 18-vuotiaana. Ni nyt ois se kohta, että sä kyselet ja keskeytät ja kirjoitat sitten, niin tässä pysyy joku tolkku. Koska muutenhan mä olen jo siel kämpässä ja tästä jää puuttumaan vaikka mitä. (Kyselin ja kirjoitin ja nauhoitin, mutta tarina pomppi siitä huolimatta eri aikojen välillä. Toim. Huom.)

”Se miltä huumeet sai mut tuntemaan oli jotenkin pyhää. Vain mun. Mul ei ollu paljoa omaa. Ei rahaa ei hienoja vaatteita tai tavaroita. Tai mitä ihmiset nyt tarttee ollaxeen onnellisia. Mulle ne oli huumeet. Erillaiset eri tiloihin ja aikoihin. Ku mä käytin ni sillon mä olin mä.” (Helmikuu 2016)

Niin joo toi. Mä en tosiaankaan halua, että kukaan ottaa tosta semmosia kiksejä, että lääkkeet tai huumeet ois oikeesti jotenkin hyvää ja helppoa ja ihanaa. Toi oli mun tunne sillon joskus. Mua inhottaa nykysin ajatus siitä, että mä olen ajatellut noin. Kai sen tosta jo voi lukee, että mä olen ollut ihan vitun sekasi ja paljo mulla ollu tossaki ikää. Varmaan joku kakstoista. Ihan pentu, kelaa nyt. Noin nuoria tuolla näkee steissillä pyörimässä välillä nykyäänki. Tai oikeestaa ne on lisääntyne. Nyt ne menee vaan nuoremmaks ja nuoremmaks, monikin. Mä en heitä ees rökii millekään pikkulapsille, jos ne tulee kyselee. Joku moraali saatana on oltava. Ne on kakaroita! Ja mitä mulle kävi kakarana, kun oli ihmisii, jotka mahdollisti sen, että sai polttaa, juoda ja kokeilla kaikkee paskaa.

Ihan oikeesti mulla oli hyvä lapsuus ja perhe. Mutsi ja faija eros, kun olin aika pieni, kai joku kolmevuotias ja faijapuoli tuli silloin kuvioihin. Jota ajattelen isänä tänäkin päivänä. Sen jälkeen perhe-elämä oli normaalimpaa ja tavallisempaa. Turvallista. Ei voi sanoa, että kotioloista johtuu se mitä mä oon tehnyt, koska kyllä musta on aina huolehdittu helvetin hyvin ja ollaan tehty asioita ja reissattu ja sitä rataa. Harrastin eri kamppailulajeja ja mummolassa mulla oli rummut, joita kävin säännöllisesti paukuttamassa. Oli meillä joku bändikin, soiteltiin Metallica-covereita ja tehtiin jotain omia biisejä ”olen paholainen ja sä tiedät sen”. Välillä pölittiin vaarin viinavarastosta viinaa ja soitettiin täysiä. Eli mulla oli kaikki elämän eväät onnistua ottamaan elämään muikin suunta ku mitä sitten otin. Kyllä mä muistelen lämmöllä niitä aikoja, vaikka kaikkee en edes muista.

Sain peruskoulun käytyä ihan ajallaan ja päättötodistuksen käteen. Tiesin kuitenkin, että mun on pakko mennä johonkin kouluun opiskelemaan, ettei tuu sossujen ja Kelan kanssa ongelmia. Päädyin ammattikouluun ja vaikka osa ajasta on välillä hiukan sumeeta, niin sain kuitenkin paperit käteen ja valmistuin hotelli-, ravintola- ja suurtalousalan kokiksi.

Aika pitkälti siitä koko koulusta ja sinne pääsemisestä kuuluu fajapuolelle, joka selvitteli, että mun tarttee päästä pienryhmään ja opiskella siellä. Olin siellä koulussakin kyllä välillä tosi paukuissa eikä kukaan kyselly mitään. Ihme kyllä. Ruoanlaitosta mä tykkäsin ja ne tunnit oli sellaisia, että mä olin paikalla. Istuminen ja kuuntelu ei onnistunu mutta sain mä sen paperin kuitenkin ja pääsin kortistoon ilman että sossulassa tai Kelassa alettiin mussuttaa siitä, etten tekis mitään. Emmä niitä duuneja ole kyllä päivääkään tehnyt. Paitsi harjotteluissa, jotka oli ihan jotain tiskihelvettejä ja ei siellä ruoanlaitosta mitään enempiä oppinut. Ihan paskaa. Ruokaa tykkään laittaa vieläkin.

Pikkujanttereille voisin sanoa, että kun silloin teineinä valitsette alaa mitä aiotte isoina tehdä, niin älkää menkö helpolla ja ottako sitä jotain mihin pääsee ja mitä kautta pääsee kortistoon. Menkää ja tehkää asioita, joista ootte oikeesti kiinnostuneita. Ajatuksella, että pääsee kortistoon niin, ettei sossut ota haaviinsa, ei kyllä elämässä pärjää yhtään millenkään. Senkin oon kantapäähän kautta karvaasti joutunut kokemaan. Mutta en mä silti kokin hommia aio tulevaisuudessakaan tehdä.

5 KAMA

Siinä kohtaa ku mä tiesin mitä huumeet on ja mitä kaikkia noita huumeita oli, ni mä tiesin etten oo lopettamassa. Sit piti vaan miettiä mistä ja miten tää homma rahotetaan. Mitä pitää varastaa ja mistä, kuka ostaa, minne myydä. Se oli varsinainen piiri pieni pyörii-show, jotta löysi ne niin sanotut yhteistyökumppanit, jotka lähti tähän hommaan mukaan. Joku halus lihaa, joku tupakkaa ja joku taas elektroniikkaa. Vastineeksi mä sain kamaa tai rahaa. Miten sovittiin. Nopeesti ne mestat oppi löytämään ja huomasi kuka on luotettava. Monet pikkuraflat ja pizzeriat osti ja anto 60-70% koko hinnasta eli niille kannatti luukuttaa. Tohon aikaan kamerat ja hălärit oli vähän niinku vitsi ja vartijoitakaan ei näkynyt samalla tavalla ku nykyään. Se mistä sai rahaa eniten ja parhaiten oli rööki, alkoholi, liha, pornolehdet ja -leffat. Esim. röökit meni yleensä yksille ja samoille pikkurafloille. Röökiä ku hankki pitkin päivää niin ei ollu kamastakaan itellä puutetta. Eikä kyllä rahastakaan. Mutta emmä säästää osannu.

Kaikki mitä tuli niin menikin sitten samoin tein. Sama kamassa: aamulla oli jäljellä pikkuvedot ja sit taas sama rumba alusta. Ihan sama mikä oli kunto, jaksaminen, sää tai mitä noita nyt on. Keuhkokuumeessa ei todellakaan oo kiva juosta aamusta iltaan pöllimässä tavaraa ja sit säätää taas kaman kanssa. Mut vaihtoehtoja ei ollut, jos ei halunnu horkassa täristä koko päivää tai yötä. Joskus sitä sit tietty jäi kiinni kun sääti tarpeeks soosissa ja piti heittää kamat mäkeen. Toivoo vaan, et sit ne löytää ite aamulla eikä joku muu. Ja jos et ehtinyt heittää mitään pois ja kytät löysi kamat ni se oli sitten h-merkintä papereihin ja sakot vielä kaiken päälle. Putkasta pois ja taas säätämään. Jälkeenpäin ajatellen en kyllä suosittelen tota elämäntyyliä kellekään. Mut sieltähän ei pääse pois ilman, että itte tajuu lähtee. Se on yhtä aikaa taivasta ja helvettiä. Vähänkö piru ja enkeli jotka taistelee sun sisällä koko ajan. Piru yleensä voittaa siinä vaiheessa. Aina.

Se ikuinen säätö. Sulla on rahaa ja sä tiedät, et pystyt nyt ostaa enempiäkin. Johonki luukku hakemaa kamaa, puhelimet kii, turvat kii. Sopimus siitä, et nyt sulla on tää x määrä euroja ostaa kamaa ja päivänä x maksat sen pois kokonaan. Voittajafiiliksellä lähet menee sieltä luukusta ja alat tehdä sitä bisnestä. Vähän siitä kuormasta sitten voit ottaa ja ehkä vähä enemmänkin. Rahaa on loppujen lopuks liian vähä ja siinäähän saakin sitte huolellisesti turpaansa ku diili ei pitäny. Kelle sitä soittaa siinä vaiheessa? Mutsille? Poliisille? Kavereille? Ei, kyllä sä otat turpaas ja lupaat taas siinä kohtaa itelles ettei kuormasta vedetä eikä veloiks eletä. Ja sit tulee seuraava kerta jollon se sama paska taas tapahtuu. Siihen on oma aikansa, että sulla on rahaa niin paljon, ettei sun tarvi elää velaks. Liikkeessä on pysyttävä koko ajan. Rahaa piti hoitaa, kamaa piti hoitaa. Piriluukut oli oikeestaan pahimpia, jos et varsinkaan tienny mitä siellä odottaa eli ei ollu tuttu luukku mutta siinä kohtaa ei ollu vaihtoehtoja. Usein piti ostaa vähintään 10 grammaa kerralla ja vetää vedot siinä myyjän ollessa paikalla. Silloin molemmat tiesi, että kumpikin saa mitä haluaa. Myyjä näkee et ostajalla kama toimii ja ostaja ei voi kadulle mennä myymään paskaa, koska kama on hyväks nähty ja todettu. Oma fiktiä piti kantaa usein mukana, niin ei tullut petetyks grammoissa - niitä fiktejä kuitenkin pysty säätämään eli oma oli turvallis. Eikä sitä saanu säätää.

Pilven myynti oli helppoa, jos nyt tuosta elämästä voi sanoa jonkin olleen helppoa. Pilvipäät elää suht normiaikaa eikä tartte yötä myöten juoksennella. Herätää myöhään ja lopetetaan ajoissa. Pilvee sai isoissa erissä ja sitä osti ihan normityypitkin. Ei tarvinnu juoksennella kaiken maailman luukuissa pelkäämässä (jos en ole maininnut aiemmin, niin pelkäsin välillä ihan helvetin paljon). Vaikka ei pilvenmyynti mitään vaaratonta touhua sekään ole. Yhtä lailla bisnestä se on eikä siellä oo mikään rastapää silmät punasena vastassa ku oot kamaa hakemassa. Bisnestä, kylmää peliä. Siihen kun lähtee mukaan, niin sulla ei ihan heti ole paluuta. Korostan tätä: älä lähde isojen poikien peleihin mukaan leikkimään. Älä ota velkaa. Älä leiki hengelläs. Koska se on tasan se mitä sä teet siinä vaiheessa, kun lähdet tähän peliin mukaan. Sun elämällä ei ole kellekään siinä maailmassa mitään merkitystä.

Vuosien ja aikojen varrella olin saanu tietää mistä ja mitä sai keneltä. Opin tietää kehen voi ees vähän luottaa (harvinaista kyllä) ja mistä saa kunnan kamaa. Osasin tehdä rahaa mutta osasin myös kuluttaa sitä. Välillä kelasin, että pitäis tehdä jotain oikeesti ettei ihan joka päivä tarvis olla säätämässä. Että ois hiukan massii taskussa jos haluis vaikka joku päivä olla vaan ja levätä. Harvoin tapahtu. Ei ollu päiviä etten ollu jossain ja kauhee säätäminen menossa. Sitä ei edes pysty selittämään. Ei mitään rauhaa, ei mitään vapaa-aikaa. Ois ollu hyvä, kun olis saanut jonkun muun hoitaa sen säätämisen ja sitten ite olla kukkona tunkiolla. Nää oli just sit niitä piuhakeikkoja, että hain joko pilvee tai piriin myyntiin velaks, pistin sitä eteenpäin ja ego kasvo. En tajunnu miten pahasti olin jonkun muun talutushihnassa. Ja aina välillä tuli turpaan, kun raha ei liikkunu tarpeeks nopeesti tai sieltä puuttu jotain. Sitkun mun hommat ei toiminut niin siinä alempana joku otti pataansa kans, koska se oli ryssiny mun juttuja. Mulle ei joustettu enkä mä joustonu. Yhtään. Mitään selityksiä ei vastaanotettu. Ei sairaita lapsia tai mummoja eikä selityksiä pöllimisistä tai yhtään mitään muutakaan. Jos et tuo rahaa tai kamaa tasan ajallaan, otat turpaas. Ens kerralla tuot vaikka se mummo olis kuinka taas sairaalassa tai lapsi hakematta päiväkodista. Kova maailma ja sen kovan maailman olit valinnut.

Se oli peliä ja lähtölaskenta oli koko ajan menossa. Sitä menttiin tyyppien himaan hakemaan rahat ja täräytettiin turpaan ilman kysymyksiä. Kyllä se vastassa oleva kaveri tiesi miks mä siinä olin ja mitä mä halusin. Se mitä joskus joutu tekemään, niin ei ole tähän kerrottavissa. Jokainen tota maailmaa elävä tai elänyt kyllä tietää, ettei rajoja ole. Kysymään ei tultu eikä menty eikä selityksiä kuunneltu. Väkivalta oli läsnä joka päivä. Vaikka onkin kyse rikollisuudesta, kadullakin on säännöt, joita tulee noudattaa. Jos omias alat säätää niin kärsit. Etkä muuten luota juuri kehenkään. Kamat taskussa, kamat himassa, kamat piilossa. Joku tulee sun kämpille yös ja oot ite ihan sekasin. Heräät siihen, kun se joku yrittää sieltä kämpiltä ulos sun kamojen kanssa ja sun ei auta muuta ku vetää turpaan nii että tuntuu. Ei mitään anteekspyyntöjä, kavereilta ei vaan vittu viedä mitään, ei edes yritetä. Kotirottaus on pahinta mitä sä voit tehdä - oli sit kyse luukusta tai ihan tavallisesta kodista. Koti on pyhä paikka vaikka se oliskin pahanen luukku. Sillä lailla olen asiani hoitanut, ettei enää tarvitse selän taa kattella eikä pelätä kadun kulmilla. Joskus oli toisin ja siihen elämään ei takaisin halua.

Ratamiehen alla maa ratisee,

luut ja polvet natisee,

diilerit ja käyttäjät kitisee.

Ei alkua loppua näy

mutta kaikki

jopa tinneri ja tolu

vedettäväxi käy.

Ostaa myy ja varastaa,

virkaivaltaa karsastaa.

Vatsa huutaa muttei ruokaa,

alkoholia pillereitä mulle tuokaa.

Ja kunhan multa alleen saa

silloin ratamies viimein levätä saa.

(Elokuu 2017)

BENTSOJA JA PSYKIATREJA

Niinku jo kerroin ni tutustuin nuorena rauhottaviin, varsinki pameihin. Meni siinä aikaa mut idis oli jo syntyny. Ku aika koitti ni varasin ajan terkkariin et saan myös lähetteen psykiatrille. Olin tehnyt taustatyötä sen suhteen et mitä missäkin pitää sanoo ja mitä ryynejä pitää pyydellä mihinkin oloon. Sain myös kuulla et ketkä lääkärit on helppoja miten kenenkin lekurin kans pitää toimia. Näissä mulla on aina ollu hyvät puhelahjat. Terkkarilla mä sit kerroin mun tarinaa välillä itkien ja välillä huutaen. Kun se aika oli ohi ni mulla oli jos jonkinlaista pilleriä vähän joka oloon. Osa oli ihan turhii ja ne pistin jemmaan pahan päivän varalle. Mut mun psykiatri oli vähän ku kultakaivos. Nykyään ei oikeestaan taida ees saada mitään nappeja varsinkaan päihdetaustalla (kun mullekin alettiin jumalauta avautuu ihan perus allergialääkkeistä!) mut siis ennen sai ihan mitä vaan ja kaikkee sai myös pyydettäessä. Mutsiki sai joskus semmosii määrii pillereit et se pystyny yrittää niillä itsarii.

Mut se psykiatri. Ni se oli ihan hyvä tyyppi kun pystyin sen kans puhuu psykooseista ja sain olla niinku mä, enkä katuminä. Se tuntu kyl ihan hyvältä et joku kuunteli. Mut sen verran sitä nappia tuli et itte oli koko ajan hyvissä tiloissa ja myyntiinkin jäi pillerii. Aluks sitä oli ihan liekeissä et tää on niin helvetin helppoo mut enpä tajunnu et se oli justa tasan vaan yks syöksylasku kohti helvettiä. Puol vuotta tais mennä ni tajusin et oon nyt kaiken muun lisäks ihan nappikoukussa ja pahasti. Toleranssi oli noussu hirveesti mut hei - yks puhelu lekuriin tai pikakäynti niin nappia tuli lisää ja isommilla annoksilla. Mut se et jos aamulla ei saanu tai ei ollu ryyniä ni ulos en uskaltanut lähtee. Ne pikkupillerit alko hallittee mun arkee ihan kokonaan. Ja ne hallitsikin. Siihen asti kunnes mä korvaushoidossa päätin lyödä pelin poikki. Muistan, kun Oprin ylikääkäri sano mulle, ettei ykskään nisti pysty lopettaa ilman katkoa, pudotusta ja ja apua ni nostin sormee sille ja sanoin et vittu katotaan. Suoralopetusta en todellakaan suosittelle kellekään koska se voi olla tosi vaarallista. Varsinkin ku mulla oli reilu 16 vuotta enemmän ja vähemmän nappien syöntiä takana - ja vielä lääkärin luvalla ja laillisilla respoilla.

Mun huumeongelmaahan bentsot pahensi tosi paljon. Oon varmaan ollu puolikuollu monena yönä lääkkeiden, alkoholin ja eri huumeiden vaikutuksen alasena. Mulla on uniapnea eli hengittäminen loppuu yöllä joskus pitkäks aikaa. Tai ei se nykyään oo enää paha mut silloin päihdeaikaan se oli tosi pahana. Yhdistettynä lääkkeiden aiheuttamaan hitaaseen pulssiin ja dokaamisen ja kaman käytön aiheuttaman tukehtumisen tunteeseen ja heräämiseen siihen et on oksentanu ni kyllä mä vetelin semmosella veitsen terällä noiden kamojeni kanssa. Jälkikäteen ajatellen on tosi sairasta, et mulle, ihan nuorelle kaverille annettiin niin hövelisti ihan mielettömän isoja määriä ja annoksia erittäin vahvoja rauhottavia. Sitä aatteli ite, et ei se lääkekoukussa oleminen ole niin paha kuhan se lääkkeiden tulo ei vaan stoppaa. En mä aatellu et päihdeongelman lisäksi sairastuisin mielenterveysongelmiin. Ja vakaviin sellasiin. Mut niin vaan kävi ja ohan se totuus et päihde- ja mielenterveysongelmat kulkee käsi kädessä. Rupesin näkee harhoja, samoin kuulemaan. Psyyyke rupes tempuilleen ja pikkuhiljaa rupesin saamaan enemmän ja enemmän psyykelääkettä. Sen lisäksi sain unilääkkeitä, krampinestolääkkeitä, antipsykoosilääkkeitä, verenpainelääkkeitä. You name it. Kaikki tää sairastuminen sit oli seurausta siitä et pelleilin lääkkeiden kanssa, jotka oli oikeesti tarkotettu näihin vaivoihin. Lyhyesti; rauhottavat lääkkeet yhdistettynä huume- ja viinaongelmaan, niin lopputulos oli psyyykeongelmat. Kaikki huumeriippuvuusvuoteni taistelin psyyykeongelmieni kanssa. Yritin hoitaa niitä niin hyvin kuin pystyin.

Jossain 10 vuoden kohdilla, kun olin vetänyt laillisia bentsoja tuon ajan niin päätin et kerron psykiatrilleni myös subutexin käytön. Mut mitä teki psykiatri? Katkaisi multa bentsot ja kirjoitti jonkun lausunnon etten enää päässyt Vantaalla tai Helsingissä julkiseen psykiatriseen hoitoon. Eli putosin täysin tyhjän päälle. Olin yksin päihdeongelmani ja bentsoriippuvuuteni kanssa, joka johti sitten siihen, että rupesin matkustaa Viroon lääkäreille hakemaan taas huimat määrät eri lääkkeitä. (Ei muuten onnistu enää.) Ja oli ihan pakko mennä sinne, koska mulla ei todellakaan ollut varaa mennä Suomessa yksityisille, Viron taksat pysty sentään maksamaan. Olinhan mä sitä rallia vetänyt jo aiemminkin mutta nyt sitä oli pakko tehdä ku aiemmin se oli ihan vapaaehtoista.

Korvaushoitoni alkaessa en käyttänyt bentsoja enää niin rajuja määriä kuin aiemmin ja sen määrän mitä käytin, ostin kadulta. Sit tuli se hetki kun piti päättää mikä tän elämän suunta seuraavaks on. Se ylilääkärin kommentti oli ehkä semmonen viiminen pisara et päätin et nyt ne vaan pitää lopettaa. Olin psykoosinomasessa tilassa varmaan kaks kuukautta. En muista läheskään kaikkea niistä ajoista. Sen mä muistan et luulin kaikkii ihmisii taskuvarkaiks. Siitä sit seuras monta vakavampaakin yhteenottoa tuntemattomien ihmisten kans, ku luulin et he on taskuvarkaita. Mut sit alko pikkuhiljaa näkyä valoa tunnelin päässä. Erilaisista vieroitusoireista mä kärsin vuoden verran ja niitä oli sekä fyysisiä että henkisiä. Kyllä mulla on vieläkin mielihaluja mutta nykyään mä pärjään niiden kanssa.

6 TYTTÖJÄ, NAISIA

Tytöt tuli kuvioihin, kun olin 11-12-vuotias. Pussailua ja kotibilemeininkiä. Ryyppäsin jo silloin ja olin kovaa jätkeä. Eka vakavampi suhde mulla oli, kun olin 16-vuotias, tyttö oli mua kaks vuotta nuorempi. Oltiin yhdessä parisen vuotta. Säädin kuitenkin siinä vaiheessa ja kaman kanssa ja kun tyttöystävällekin alkoi pilvi maistumaan, niin jotenkin halusin suojella häntä ja lähteä pois siitä säättämästä. Ystäviä ollaan edelleen, ihmeellistä kyllä.

Tyttären äitiin Annaan tutustuin kotikulmilla. Oltiin taas säättämässä jotain kamajuttuja yhen frendin kanssa ja tavattiin kaks muijaa. Olin ensin toisen kanssa mutta ei napannut, niin vaihdettiin muijia päittäin. Olin ihan helvetin sekaisin siihen aikaan. Meinasin tän Annan kanssa, että voitais kokeilla yhteistä elämää ja saatiin yhteinen kämppä kaupungilta. Asuin siellä joku pari kuukautta kun tajusin että millasen ihmisen kanssa mä olin tekemisissä. Vein kamat mutsille ja majailin kavereilla ennen ku sain oman kämpän. Pari kuukautta siinä meni ennen kuin sain sitten oman kämpän kaupungilta, joka mulla olikin yli kymmenen vuotta. Siihen aikaan kämppiäkin sai helpommin. Mäkin olin parikymppinen hulttio ja niitä kämppätarjouksia oli silloin enempiäkin.

Kaks viikkoa eron jälkeen sain puhelun Annalta, että musta tulee faija. Olin 18 ja totesin siihen puheluun et "aha" ja löin luurin kiinni. Raskausaikana ei oltu juurikaan tekemisissä enkä ollut synnytyksessä mukana. Näin tyttären jokunen tunti syntymän jälkeen. Olin ajatellut, että en aio olla kiinnostunut pennusta ollenkaan enkä aio tuntea sitä kohtaan mitään. Toisin kävi. Tytär oli kaunein asia mitä muistan nähneeni siihen astisessa elämässä. Olin ihan myyty mies.

Tapasin tyttärentäni, Fionaa, epäsäännöllisesti. Broidi oli mennyt yhteen Annan kanssa. Annan ehtona tapaamisille oli, että olin selvin päin enkä siihen aina pystynyt. Tiesin kuitenkin, että kun broidi oli paikalla, niin työllä ei ole hätää. Itse Anna oli aluksi selvin päin. Puolen vuoden jälkeen alkoi näkyä merkkejä, että bisse maistuu ja vuoden tienoilla kuulin, että tytär oli jatkuvasti hoidossa ties missä. En olisi itekkään pystynyt huolehtimaan lapsesta, mutta teki se silti pahaa. Isäviikonloppuina ja isäviikkoina menin mutsille. Jos en pystynyt olla selvin päin, niin mutsi oli kondiksessa ja pystyi olemaan Fionan kanssa.

Yhtenä kertana Fiona oli kummitätinsä luona hoidossa. Annan piti hakea tyttö seuraavana päivänä mutta kukaan ei päässyt hakemaan. Oltiin ryyppäämässä jossain päin Vantaata. Broidi oli yhen kaverin kanssa sammuneena ja ite tipahtelin broidin vanissa. Anna istahti erään toisen miehen kanssa autoon ja ilmoittivat, että nyt lähetään hakemaan piriä. Jostain matkan varrelta sitä löytyi. Päätettiin, että lähetään jatkoille Porvooseen, kun kavereilla on siellä mökki. Sinne sitten ja ryyppäämään ja piriä vetämään. Tää mukana ollut kaveri keksi, että käydään pöllimässä naapurista krossipyörä ja tungetaan se sitten sinne minivaniin ja viedään Vantaalle. Saadaan hyvät rahat. Istuin takana ja pidin siitä pyörästä kiinni, ku eihän se mahtunut siihen vaniin. Jossain kohtaa broidi soitti, että missä helvetissä hänen autonsa on ja siinä kohtaa Anna jäätty ja ajoi sen vanin ojaan. Ehdin heittää omat fixit menemään ja totesin muille, että tässä on kohta kytät. Niinku olikin. Tie vei putkaan. Törkeä liikenteturvallisuuden vaarantaminen, törkeä murto, kortitta ajo, aineissa ajo. Neljäntenä päivänä päästiin ulos. Kaikesta tästä säätämisestä ei mitään hyvää seurannut, Fiona otettiin kiireellisesti huostaan, kun hän oli 4-vuotias. Siinä vaiheessa selvisi sitten sossuillekin missä jamassa me tytön äidin kanssa oltiin.

Fiona oli Tammirinteessä vuoden verran. Kävin katsomassa ja leikkimässä aina kun oloiltani ja säätämiselteni pystyin. Jonkinlainen toive oli, että tyttö pääsisi kotiin mutta tiesinhän mä, etten olisi hänestä pystynyt huolehtimaan. Olin tässä vaiheessa seurustellut itseäni nuoremman muijan kanssa kaks vuotta. Musta ei kaman käyttö paistanut läpi ja yhdessä polteltiin pilvee mutta muuta ei yhdessä vedetty. Ongelmat ja muun käytön hoidin salassa. Tää Lissu opiskeli ja yritin zempata niissä opiskeluissa. Tää oli sellainen normaalin elämän tuntu, kun ei yhdessä sekoiltu. Normaalin elämän kulissi ei kuitenkaan pysy pystyssä, jos toinen on koko ajan säätämässä jotain ja peittelee sitä mitä tekee. Kerran jäätiin kiinni yhen kaverin autossa ja silloin epäiltiin, että annan Lissulle pilveä myyntiin koululle. Tätä ei siis tapahtunut. Otin omille nimilleni kaiken. Lissua ei syytetty mistään. Tän kerran jälkeen lupasin, että en polttele pilveä enää ollenkaan. Enkä poltellu. Ainakaan Lissun nähden. Muusta vetämisestä ei ollut sitten puhetta ja äkkiä ne kulissit kaatui. Sen suhteen oli aika tulla päätökseen, koska en taaskaan voinut enkä halunnut vetää viattomia mukaan kamamaailmaan. Lämmöllä kuitenkin muistelen niitä aikoja. Lissun sormusta pidin sormessani 10 vuotta, muistona. Yhteyttä ei kuitenkaan ole pidetty enkä tiedä mitä hänelle nykyään kuuluu. Toivottavasti hyvää.

Palatakseni Fionan tilanteeseen. Sijaishuollosta oli todettu, että Fiona sijoitetaan pysyvästi. Sieltä oli myös luvattu, että Fiona sijoitetaan johonkin suht lähelle, että mun on mahdollista tavata Fionaa säännöllisesti ja pitää muutenkin yhteyttä. Mua vitutti tää tilanne niin paljon. Mutsi, faijapuoli, muut sukulaiset... moni olisi ollut valmis ottamaan Fionan asumaan itselleen, mutta sitä ei pidetty vaihtoehtona. Kun Anna vielä itki jossain sossutapaamisissa, että hän ei jaksaa olla Fionan kanssa ja on niin helvetin väsynyt koko ajan, niin se oli sitten sillä selvä. Tarina kertoo, että tästä jaksamisesta se oli sossuille ennenkin marissut. Vittu se ämmä ei muuta halunnu ku päästä vetämään kamaa rauhassa ja unohti sitten siinä sivussa edes puhua mun kanssa siitä miten Fionan kanssa tehdään. Vihaan sitä ämmää niin paljon, ettei sanat ees pysty kertomaan. Semmonen tunne, että olis vaikka valmis tappamaan eikä halua kuulla koko ämmän nimeä tai muutenkaan olla missään tekemisissä. Vaikeeta se oli ku broidi heilasteli Annan kanssa edelleen. Mutta jos mulla olis taipumusta naisiin kohdistuvaan väkivaltaan, niin olisin hakannut Annan muusiks.

Fiona sijoitettiin Keski-Suomeen pikkupaikkakunnalle. Siis ihan jumalan selän taakse jonne ei ees päässy ku kauheella säätämällä. Yritä siinä sit pitää lapseen yhteyttä, kun koko kulkeminen sijoituskotiin kestää monta tuntia ja monta liikennevälinettä. Se siitä lähelle sijoituksesta. Mutta koska mä olin päättänyt pysyä Fionan elämässä, niin matka ei ollut este vaikka se suuri hidaste olikin. Siinä kohtaa meni kyllä kuitenkin luotto sossulaan sijoitushommissa.

*Sulle lapseni haluan kaiken antaa,
 ilosi, surusi yhdessä kantaa.
 Sut multa vietiin mut mun sydäntä ei.
 Sut takaisin haluan,
 kanssas kouluun käsikädessä saattaa.
 Yhteiset hetket, tunnit, minuutit
 jotka menettänyt oon.
 Ne haluan korvata,
 uusia muistoja ja hetkiä korvaamattomia
 muistoiksi luoda.
 Älä luotani katoa,
 pois mee tai hymyäs menetä.
 Lupaan suojella sut turvaan kannatella.
 Kaiken minkä isä osaa on sinussa tuplana.
 Olet mulle rakkain päällä maan,
 sua menettää en saa tai mut saa paholainen ottaa...*

(Maaliskuu 2016)

Fionan sijoituksen myötä tuntu, että meni pohja kaikelta. Vaikka en pystynyt olemaan mikään kokopäiväfaija niin sijoitus oli ihan naula arkkuun. Tuntu, ettei oo enää mitään minkä takia olis enää ollenkaan selvin päin. Ei duunia, ei koulua eikä skidiä. Oli helpompi olla sekasin ku selvin päin. Joka päivä tuli vedettyä jotakin ja mieluiten koko ajan. Kelamassit sain haettua ja vuokran sain maksettua ja jos oli jotain työkkäri- tai lekuritapaamisia, niin osasin mielestäni selvittää ja esittää, että olin selvin päin ja kaikki pähteet oli hallinnassa.

Jos kävin vaikka mummolassa niin niistä reissuista selvisin pameilla, mutta ei siellä kauaa pystynyt olemaan. Ihan sumussahan mä olin koko ajan. Fionan huostaanotto oli eräänlainen tekosyy kaikelle vetämiselle.

Luvattiin tapaamisia mutta ei ne aluks toiminut. Olihan siinä mulla itelläkin syynsä, koska en pystynyt olee selvin päin. Oli sovittu, että sijaisperhe kuskaa Fionaa tänne ja takas mutta olihan niitä hemmetin vaikee välillä sopia. Jotain päivätapaamisia oli kyllä, että sain olla Fionan kanssa. Enimmäkeen ne tapaamiset oli Annan luona ja kävin siellä vaikka ei olis kiinnostanut Annaa nähdä ollenkaan. Fionan takia kestin sitä ämmää. Olihan se aikamoista tarkkailua sekä mua että Annaa kohtaan. Jokunen aika siinä meni, että aina kun Fiona tuotiin meille, niin me tavattiin aina yhdessä Annan kanssa. Anna taas vie ajan ja tilan kaikilta eikä mulla tuntunut olevan Fionaan mitään kosketusta. Laitoin sen pelin poikki ja vaadin, että saan tavata tyttöä ilman Annaa, etten joudu aina olemaan se sivullinen isä niissä tapaamisissa. Se onnistui ja sitten Fiona sai tavata mua mutsin luona. Fiona oli joku 8-9-vuotias, kun hän sai olla mun kanssa mutsin luona yötä tai viikonloppuja. Tuntu kyllä hyvältä. Ja Annaa mun ei tarvinnu nähä enää tapaamisten takia.

Ratakausi oli täysillä menossa ja sitä oli kestänyt jo vuoden päivät, kun tapasin Neean. Neea oli 18 ja mä viis vuotta vanhempi ja yks päivä huomasin olevani sen kämpillä. Oltiin jotenkin vahingossa päädytty sinne, kun mä olin hukannut avaimeni tai sitten mun kämpillä oli joku. En muista tarkalleen. Neea oli nuori mutta käytti kamaa jo itekkin ja siitä me päädyttiin yhteen, kaks pirinistiä. Meil oli olevinaan kamalan kivaa koko ajan mutta koko ajan kuitenkin vedettiin kamaa ja päivät oli sitä kaman ettimistä ja kauppojen ritsaamista. Neea käytti piriä pääosin ja mä käytin sekasin kaikkea pillereistä polakkaan. Yritettiin myös tehdä yhdessä kaikenlaista kivaa ja olla olevinaan tavallinen pariskunta mutta ei siitä tullu mitään. Ollako viikko vetämättä ja tehä jotain normaalia vai vedetäänkö koko viikko, ni tohon jälkimmäiseen se meni. Aina. Me ei todellakaan käyty syömässä tai leffoissa. Kituuteltiin päivästä toiseen ja säädettiin kaman kanssa. Vuosien varrella erottiin jotain kertoja ja aina päädyttiin takaisin yhteen. Ois pitäny lähteä mutta jotenkin sitä oli kiinni toisessa ja ajatus siitä, että sama se missä sitä kamaa ränniinsä tuikkii ja olihan se kivempaa olevinaan kahestaan.

Mun oma kämppähän oli pimeesti vuokralla milloin kelläkin. Kämpän vuokrat rahat meni kamaan, yllätys. Helpompi oli asua Neean kämpillä ja olla olevinaan parisuhteessa. Tai ei kai edes olevinaan, mentiihän me kihloihinkin jossain vaiheessa. Olin mä rakastunutkin, varsinkin alkuvaiheessa. Siinä suhteessa kului vuosia. Hoitoon me lähdettiin yhdessä. Toivottiin, että selvin päin oleminen parantaa suhdetta. Mutta oikeesti me oltiin kämppiksiä loppuvaiheessa. Sitä valehteli itelleen (ja toiselle) viimeseen asti.

Me erottiin Neean kanssa, kun oltiin oltu yhdessä ja sekoiltu joku 9 vuotta. Neean hoito epäonnistui myöhemmässä vaiheessa. Tätä kirjoitettaessa mä olen ollut neljä vuotta hoidossa. Törmään Neean aina joskus. Sama rata sillä tuntuu jatkuvan. Mutta ei ole enää mun asia. Toivottavasti saa elämänsä kuntoon jossain vaiheessa.

6 KUOLEMA

Tää on pakko kertoa. 16-vuotiaana olin erään naisen kanssa seksisuhteessa. Tää nainen oli mua jokusen vuoden vanhempi. Samoista piireistä kuitenkin kumä. Tää nainen tuli raskaaksi ja mulle on kerrottu, että lapsi oli mun, koska tän naisen mies ei voinut saada lapsia. Emmä mitään isyystutkimuksia keksinyt sillon kysellä eikä multa mitään vaadittu edes. En ajatellut asiaa juurikaan. Näin lasta muutamia kertoja, mutta ei mulla mitään suhdetta häneen ollut. Mun silmät sillä oli, samanlaiset kun Fionalla. Tää perhe katosi kuvioista kokonaan eikä oikein kukaan tiennyt mihin ne lähti tai miks. Kai jotain velkoja tai jotain. Vuonna 2011 sain puhelun, jossa kerrottiin, että lapsella on vakava sairaus. Samana vuonna myöhemmin sain puhelin, että poika on kuollut aivokasvaimen. Hän oli silloin 11-vuotias. Kyllä se kolahti muhun ihan helvetin kovaa. Vaikka ei meillä pojan kanssa mitään suhdetta ollut, niin mulle oli kerrottu, että se oli mun poika ja jos poika olisi joskus halunnut olla yhteydessä, niin olisin ottanut vastaan. Hautajaisiin ei kutsuttu enkä edes tiedä mihin poika on haudattu. Unohtanut en kuitenkaan ole.

7 KORVAUSHOITOONKO?

Fionan huostaanotto oli mulle jo ihan helvetin kova kolaus. Pojan kuolema toinen samanlainen. Se oli lapsi, miksi se ei saanut elää? Mä olen isä ja mä tuhoan elämäni helvetin kovaa vauhtia. Haudataanko mut seuraavaks? Otanko kohta liian pitkän piikin ja se on sitten siinä? Onko mun elämässä enää mitään tarkotusta, onko tulossa jotain kivaa tai kaunista, normaalia? Tällaisia asioita sitä alkoi miettiä jossain vaiheessa.

Ajatus hoitoon lähdestä oli käynyt mielessä monta kertaa. Kamamaailma ei enää maistu. Se on nähty. Ja yksin en siihen pysty. Katkolle en halunnut lähteä, koska se auttaisi vaan hetken. Mulla oli niin hemmetin moniongelmainen päihdeongelma, koska se ei ollut vaan jotain. En VAAN käyttänyt kamaa tai VAAN nappaillut pillereitä tai VAAN dokannut. Vedin niin pahasti kaikkea sekaisin, että siihen ei katkot auta. Neean kanssa keskusteltiin asiasta monta kertaa. Mä tunsin olevani valmis ja pakotin Neean mukaan. Laitettiin hoitopaperit yhdessä vetämään. Sain päätöksen ensin ja pääsin hoitoon. Mulle ehdotettiin, että aloittaisin Subuxone-hoidon, mutten nähnyt siinä mitään järkeä. Jos kerran olin viime ajat vetänyt subuja niin miten helvetissä pääsisin eroon siitä samalla aineella. Ylipäätään en tajua koko subuhoitoa. Ei mun tarvi tajuta mutta en tajua silti. Jengi vetää subuja ränniin ja sitten ne menee hoidattaa itseä samalla aineella korvaushoidossa. Suurin osa porukasta myy osan kotiannoksistaan ja tää on ihan yleisesti tiedossa oleva asia. Siitä ei vaan puhuta ja niinpä sitä valtion piikkiin vedetään ja myydään ihan laillisesti huumeita. Alotin siis metadoni-hoidon Oprilla. Alotus oli osastolla ja se oli ihan helvetin hirveetä. Kroppa huusi kamaa ja olin tosi kipee, en muista niin kipee olleeni. Mutta mä olin päättänyt, että nyt radattaminen loppuu ja mä haluan eroon kamasta, mä haluan olla joskus normaali ja tavallinen ihminen, mä en haluu enää vetää. Mä en muista kuinka kauan mä siellä osastolla olin, jokusen viikon varmaan ainakin. Tähän vois nyt kirjoittaa et mustaa, mustaa, mustaa.

Oprilla kävin hoidossa vuoden verran. Silloin mulla oli jonkin verran oheiskäyttöä ja varsinkin piriä tuli välillä käytetty. En muutenkaan tykännyt koko paikasta, se oli semmosta vittuilua ja lyttäämistä. Siellä oli yks umpihullu lääkäri joka tuntu olevan sellanen, että se haluskin että kaikki epäonnistuu sen hoitonsa kanssa. Kaiken kaikkiaan se oli ihan helvetin vaikee vuosi. Mulla ei ollut lomina oikeestaan ollenkaan ja sinne oli vaan päästävä joka päivä. Jossain vaiheessa hain sitten itteeni tonne Arabiaan ja pääsinkin sinne. Siinä oli semmonenki juttu että tehtailin joukkovalituksen siitä Oprin toiminnasta ja varsinkin siitä hullusta lääkäristä. En noita sanoja käyttänyt mutta tehtiin porukalla selväks mitä me aateltiin siitä paikasta. Jollekin se on varmaan hyvä paikka, mulle ei ollenkaan. Todella ahdistava hoitopaikka. Arabiassa oli jotenkin alusta asti ihan eri fiilis. Sain omahoitajaks sellasen naisen, joka ymmärsi ja kuunteli eikä vittuillut. Sille sai soittaa ja tapaamisiakin oli suht säännöllisesti. Tuli semmonen hyvä fiilis, että mä osaan ja onnistun ja joku tukee mua tässä asiassa. Arabian aikaan mulla oli hetken aikaa jotain oheiskäyttöä bentsojen kanssa mutta aika nopeesti mä jätin nekin pois ja päätin ja halusin näyttää kaikille, että musta on tähän. Sen päätöksen jälkeen oonkin ollut tarkkana siitä, etten ota ikinä mitään mitä lääkäri ei oo määränny. Omat ongelman siinäkin välillä on, kun terveystieteissä mulle ei saa määrätä mitään ilman, että on päihdelääkärin lupa ja varsinkin vittumaisesta selkäsärystä oon joutunut kärsimään välillä helvetisti kun saan vetää siihen jotain buranaa, joka nyt on mulle ihan joku lastenlääke. Sitäkin keskustelua tässä vuosien varrella on joutunu käymään ja kai siihen joku tolkku on tulossa ja tullutkin. Kun ei korvaushoito voi kuitenkaan kieltää somaattisten lääkkeiden määräämistä tai ottamista. Nyt on mennyt kolmisen vuotta kuitenkin et oon ollu puhtaana aineista. Alkoholია olen kuitenkin käyttänyt. En mä silti itteeni luota. Ikuinen narkkari oon ja tulen olemaan. Hattua nostan omahoitajalle, joka on tukenut kaikki nämä vuodet.

En pakoon pääse, en tekojani oikeuttaa haluukaan.

Vain auttaa, ettei toisten tarvii toisten ystäviä parisuhteita tai tärkeitä tuhota täysin turhin syin.

Kun jotkut ylöspotikitaan ja sut ehkä hakataan on jo satoja uudessa jonossa ja sulle jää vain ei mitään.

Sun elämä on kaunis ja vain sun jos vielä johonki luotat sä sille parina kerro ja yhdessä lähtekää maailmaa tehkää.

Omin ehdoin.

(Elokuu 2017).

8 ÄITI KERTOON

Mä epäilin sitä, että Frank käyttää aineita, kun se oli Annan kanssa yhdessä ja Frank oli joku 17-vuotias. Mähän olin ite välillä tosi heikossa kunnossa ja mulla oli vuosien aikana mustia aukkoja. En siis mitenkään pysty kertomaan muuta kuin seikkaperäisesti missä vuosissa tai ajoissa on mitäkin tapahtunut. Sen tiedän, että Frank on joutunut välillä hoitamaan mua tosi nuorena ja vienyt sairaalaan ja osastolle. Frank ja Anna ei mitenkään koko ajan käyneet mun luona niin en todellakaan tiedä mitä ne puuhas. Sitten siihen sekas vielä Frankin veli siihen soppaan niin enhän mä aina edes pysynyt perässä mitä siellä oli meneillään. Ilmeisesti sitä käyttöä ja varsinkin pilven polttoa on ollut jo tosi aikasessa vaiheessa. Välillä mäki olin vaan niin väsynyt etten vaan jaksanut välittää. Kuitenkin olin Frankin kanssa koko ajan tekemisissä ja näin sitä ja juteltiin. Se oli mulle tärkeätä. Ettei Frank niinku kadonnu mihkään. Frank on aina ollut kuitenkin semmonen eloisa, iloinen, höpöttäjä. Se on semmonen Jaska Jokunen tai Ville Vallaton. Paskanjauhannan taidon se osas ja välillä antaa mennä toisesta korvasta sisään ja toisesta ulos. Kyllä mä joskus sanoin, että älä valehtele noita juttujas. Kovasti sillä oli suunnitelmia ja selosti niitä - varmaan itekki Frank usko, että siitä tulee jotain suurta ja rikas ja ties mitä, siitä se aina selosti. Frank halusi miellyttää mua ja varmaan monia muitakin sen läheisiä. Se halusi, että me kuvitellaan, että kaikki on hyvin, vaikka kaikki olis ollu niin päin persusta, kun vaan voi olla.

Oikeestaan Fionan nähden ja kuullen Frank on yrittänyt pitää ittensä jotenkin järkevissä kuoseissa, ettei se tyttö kuvittele isäänsä ihan sekopääks.

Mä tiedostin ja varmistuin siitä kaman käytöstä silloin, kun Frank oli Neean kanssa. Siitä, että se oli vakavaa ja siitä ei ihan noin vaan päässyt irti. Ja että sitä oli ollu jo aiemmin. Mutta Neean kanssa se oleminen oli jatkuvasti semmosta epävarmaa säätöä. Eikä sillä Neeallakaan ollut kaikki ihan kotona. Ne oli ihan kii toisissaan ja sitten ne riiteli tosi paljon. Kuitenkaan me ei puhuttu siitä mitä ne teki. En kysynyt eikä mulle kerrottu. Pidin oveni tarvittaessa auki ja olin läsnä. Rahahanat me suljettiin Frankin isäpuolen kanssa jossain kohtaa. Jos jotain tartti, vaikka ruokaa, niin se ostettiin mutta rahaa ei annettu. Frank varmaan itse kertoo, että hän pyysi näin toimia mutta kyllä se lähti meiltä suoraan. Emmä tiä mahdollistettiin jotain. En usko.

Ne sekoilut Annan kanssa. Ei ne kai mitään pommeja nekään ollut. Se, että Anna oli raskaana, niin aiheutti jonkinlaista sydämentykytystä mutta ajattelin siinä alkuvaiheessa, että kaikesta voidaan selvitä. Jonkin aikaa Fionan syntymän jälkeen sitä tajusi, ettei siitä lapsen kanssa olemisesta tule mitään, kummallakaan. Ei niistä ollut ottamaan vastuuta ja keskinäiset välitikin oli mitä oli. Mulla on itellä aika hatarat muistikuvat niistä Fionan huostaanottovaiheista, koska en itse voinut silloin ollenkaan hyvin. Frank meni siitä ajasta tietääkseni - ja jotain muistaakseni - aika huonoon kuntoon ja se oli aikamoista sekoilua. Mutta mä luulisin, että myös niinä aikoina saattoi ensi kertoja Frankilla olla ajatus siitä, että elämä vois mennä toisella tapaa ja kaman käytöstä kannattaisi päästä eroon. Mutta kuten sanoin - niitä aikoja on välillä vaikea muistaa.

Vuosien varrella vein Frankia katkoille parikin kertaa. Taksi alle ja poika hoitoon. Ekalla kerralla se oli Oprilla muutaman viikon. Oli se katkon ajan kunnossa ja jossain kohtaa näyttikin jo hyvältä mutta aika nopeesti tuli taas retkahdus. Elämä Neean kanssa ei ainakaan tukenut sitä, että olis päässyt kamasta pois.

Frank joi myös tosi paljon. Jos ei muuta niin viinaa ja pilveä ja piriä ja sitten se kaikki muu säätäminen siinä koko ajan. Soitteli mulle usein ja esitti, että kaikki oli ihan hyvin vaikka kuulin, että kaikki oli päin helvettä.

Välillä mä mietin, että selviääkö poika edes hengissä enää kauaa. Sit kun Frank taas meni tai pääsi katkollen, niin Neea soitteli sille koko ajan ja pyysi laittamaan rahaa tai antamaan rahaa. Jotenkin Neea tuntui saavan Frankin elämän sekaisin siellä katkollakin ja kai toisella sitten oli se huoli, että miten täällä menee. Mä muistan 3-4 tosi pahaä overiä justinsa Neean aikana, että Frankilla oli. Yks oli niin, että Frank oli jo sairaalassa tosi pahassa hapessa, kun oli vetänyt lakkaa. Neea oli onneks saanut sen sairaalaan silloin.

Korvaushoidosta oli edelleen käyty niitä keskusteluja ja se viimeisin katko oli semmoinen, että nyt mennään. Frank pääsi tosi nopeesti sinne katkollen, Neea joutu odottamaan pidempään. Sitten siinä oli ne keskustelut, että mihin hoitoon kukakin lähtee. Frankille oli ihan selvää se, että ei lähde hoitamaan itseään subukoukusta pois subuilla vaan metadoni on ainoa vaihtoehto. Onneksi siihen pääsykin sitten loppujen lopuksi sujui suht kivuttomasti eikä asiasta tarvinnut mitenkään vääntää. Silloin mä ajattelin, että ehkä tästä poikii jotain. Poika on käynyt niin kertakaikkisen pohjalla, että ei tässä oo vaihtoehtoja kuin päästä ylös- ja eteenpäin.

Mä olen miettinyt sitä, että mikä Frankin ajoi käyttämään. En syytä itteeni vaikka varmasti joku muu ihminen saattaa mua syyttää tai pitää mua huonona äitinä. Enkä haluaisi sanoa tätä mutta kyllä mä Frankin isää hiukan syytän. Se ei ole koskaan ollut kiinnostunut siitä mitä pojalle kuuluu. Ei silloin, kun se oli pieni eikä kyllä nytkään. Olisi se joskus voinut kysyä, että mitä pojalle kuuluu, mutta ei. Kyllä miehen malli tuli jostain ihan muualta kuin omalta isältä. Isäpuolihan tuli Frankin elämään jo silloin, kun Frank oli 4-vuotias. Aika lennossa miehet vaihtui. Isän tapaamisissa ei koskaan oikein ollut mitään järkeä. Se näki kun halus poikia ja yleensä se ei halunnut. Se Mäntyharjun keikka ja viinan juottaminen oli kyllä se viimeinen tikki, ettei enää tarvinnut poikia nähäkään, ainakaan mun luvalla. Muutenkin Frank oli aina tosi ahdistunut isältään tullessa ja usein se ihan itki, ettei halua mennä sinne.

Mä oon kirjoittanut päiväkirjoja 11-12 vuoden ajalta. Kaikesta tästä. Itsestäni, Frankista, meidän elämästä. Mutta mä en uskalla lukea niitä, koska niissä on varmasti asioita, joita en missään nimessä halua muistaa.

Kyllä Frank sai liikaa vastuuta jo nuorena, ei sen tehtävä olis ollut mua kuskata sairaalaan, kun olin sekapäissäni.

Arabianrannan katko oli se mikä oli se että Frankin elämä lähti kulkemaan eteenpäin. Sinnekin menin usein katsomaan ja vein suklaata ja sitruunaruutuja. Ja tietenkin toivoin, että kaikki sekoilu ja säätäminen loppuisi. Jotain niitä retkahduksia siinä edelleen oli ja oli se Neean kanssa sitten vaikeeta, kun Neea kuitenkin käytti koko ajan vaikka se nimellisesti siellä hoidossa olikin. Aluks niillä oli ainakin olevinaan normaali parisuhde, mutta ei se kauaa kestänyt. Ajattelen usein viimeisenä kesänä sitä ennen kuin Frank tapasi sut. Frank oli täällä mun luona tosi paljon ja Neeakin oli paljon. Naapurit teki valituksen, kun ne dokas paljon ja aina oli jotain tölkkiä jossain. Ja haisi juopoille. Vaikka Frank on aina pitänyt itsestään huolta, niin Neean kämppä oli semmonen kaatopaikka, että kyllä siellä alko vaatteet haista, jos siellä aikaa vietti. Ja Frank ei ole muutenkaan aina ollut ystävällinen ja sosiaalinen vieraille ihmisille ja mummot siinä sitten pelkäsi. Kyllä mä sen ymmärsin. Onneks se aika on nyt ohi.

Me ollaan puhuttu korvaushoidon päättämisestä. Mutta en missään nimessä halua painostaa Frankia mihinkään ratkaisuihin. Frank on fiksu mies ja kyllä se osaa itse ajatella milloin on jonkin ajanjakson loppu. Nythän on mennyt yli kaks vuotta hyvin. Itse asiassa tosi hyvin. Munkaan ei enää tarvitse pitää puhelinta öisin päällä ja pelätä ja odottaa soittoja milloin mistäkin. Voin ja saan olla rauhassa, kun tiedän, että Frank on turvassa ja hällä on hyvä olla. Olen ylpeä Frankista, kaikesta tästä huolimatta. Kuitenkin aina on pieni pelko siitä, että jotain sattuu ja jos Frank alkaa uudelleen käyttää. Taidan olla siinä suhteessa normaali narkomaanin äiti. Frank on tähän asti työnsä tehnyt itse ja siitä selviytymisestä olen todella ylpeä.

9 PSYKOOSIT JA MUITA SAIRAUKSIA

Amfetamiini-psykoosi voi iskeä päälle, kun on tarpeeksi kauan valvonut. Todellisuus ja harha sekoittuu. Tunnet, näät, haistat ja maistat tilanteita, jotka jokin järki sanoo olevan harhaa, niin kuulet ne täysin erilaisina. Pelko on hirveä. Mieli sekava. Viikon valvomisen jälkeen psykoosi tuli ja otti. Useimmiten sain hoidettua psykoositilanteet itsekseen. Kunhan vain sain nukuttua ja syötyä, pakotin itseni siihen, niin sain olotilan pois. Joskus sekään ei toiminut. Kaikkea en edes muista mitä noissa tiloissa on tapahtunut. Ne on jonkinlaisia unikuvia. Joskus sitä koitti saada tiloja pois pilvellä, joskus bentsoilla. Ja oikeesti se uni ja ruoka oli niitä, joita oikeesti tartti sen olotilan poistamiseen. Olen joskus havahtunut siihen, että olen jonkun vanhan asunnon ovella yrittämässä sisään, vaikka en asunut siellä eikä kukaan tyttöystävistäkään. Todellisuudentaju ja ajantaju meni täysin sekaisin.

Pahin psykooseista oli noin kymmenen vuotta sitten. Olin silloin jo Neean kanssa. Neea ei tiennyt paljoakaan mun mielenterveysongelmista, oikeastaan Neea tiesi vaan mun kamankäytöstä. Oli ollut helvetin vahvaa meta-amfetamiinia ja oltiin valvottu semmoset viis kuus päivää. Näin sen muistan, mutta en voi varmaksi sanoa. Jossain vaiheessa tajusin, ettei kaikki ole kohillaan. Yritin sanoa Neealle, että pakko mennä nukkumaan, että alkaa pää seota. Neea halus kuitenkin häärätä vielä jotain ja mäkin sit siinä samalla valvoin. Tila alko mennä siihen, että aloin luulla, että mun pitää jollain sukkulalla nousta avaruusalukseseen. Siitä mä pääsin jossain vaiheessa jotenkin pois. Mutta sit mä rupesin luulemaan, että Neea on raskaana niille avaruusolioille. Ainoa millä mä sain asian selvitettyä oli se, että Neean piti yskiä. Neea taas ei tajunnut mistä oli kysymys, kun se ei tajunnut että mä olin ihan psykoosissa. Pakotin Neean soittamaan mun mutsille ja Neean piti saada mutsi vakuuttamaan sille, että Neea on raskaana niille avaruusolioille. Mutsi ei tajunnut yhtään mistä oli kysymys, koska mä en ollut puhelimessa. Jossain vaiheessa mä päätin, että mun on avattava Neean vatsa leipäveitsellä, että sen olion saa sieltä vatsasta pois. Jossain vaiheessa myös olin näkevinäni et se vatsa on auki. Neea oli piilossa jossain siellä kämpässä ja mä etin sitä aivan sekopäisenä. Kuvittelin, et poliisit oli oven takana ja kävin niiden poliisien päälle.

Siis eihän siellä oikeesti mitään ollut, mä vaan luulin niin. Sitten seisoin alasti parvekkeen kaiteella käskemässä mun koko sukua painumaan vittuun, koska mun mielestä se koko mun suku oli siellä parvekkeen alla.

Mutsi tajus sitten soittaa fajapuolelle ja broidille, että meillä on tilanne päällä. Olin jemmaillut pitkin kämppää veitsiä, jotta pystyn tehdä Neealle veitsiabortin, kun se löytyy. Fajipuoli ja broidi vei mut väkisin Peijakseen, koska mähän olin aivan satavarma siitä, että Neea on raskaana ja abortoiminen oli ainoa vaihtoehto. Ne sai mut Peijakseen sillä, että anto kaljaa koneeseen eikä kertonu mihin ollaan menossa. Peijaksessa jouduttiin kuulemma joku hetki odottaa, mut äkkii ne tajus et oon ihan osastokamaa. Psykiatrille selitin olevani yks kolmesta veljeksestä joista yks oli tappanut toisen ja mun piti paljastaa se valeveli. Ja mähän en ollut mä, olin joku muu, näin kerroin.

Peijaksessa jouduin erityshuoneeseen ja sain perseeseen kaheksan piikkiä rauhottavaa ja jotain psykoosilääkettä ja sen jälkeen jossain vaiheessa oon sammunut siihen erkkaan. Seuraavana päivänä aloin tajuta mitä oli tapahtunut ja miten hemmetin sekasin oon ollut. Olin sairaalassa kaks vuorokautta ja muistaakseni puhuin itseni ulos. Ajan- ja paikantaju on kuitenkin ihan hakusessa eli ei nää ajat ehkä pidä paikkaansa. Ja muistan kyllä jälkikäteen noi tapahtumat. Ne on niin vitun todellisia sillä hetkellä. Tommosilla hetkillä sitä voi tapahtua itselle ja muille ihan mitä vaan. Kamapäissään on tässäkin maassa tehty tappoja ja pahoinpitelyitä ja kun siihen liittyy psykoosi niin ollaankin jo ymmärrystä vailla.

Kuten suurimmalla osalla suonensisäistä kamaa käyttävillä ja käyttäneillä niin mullakin on C-hepatiitti. Tiedän vielä mistä oon sen saanut. Mulla ei kerran ollut myydä bentsoja. Tää tyyppi jolle en voinut myydä enkä antaa niin sitä vitutti ilmeisesti sitten aika lailla. Mulla ei ollut omia värkkejä silloin mukana, en tiedä miks niitäkään ei ollut, niin mulle annettiin muka puhtaat värkit mutta ei ne olleetkaan puhtaat - tajusin sen vasta jälkikäteen. Pääosin olin omillani ja yritin siitä pitää huolen, ettei samoja värkkejä käytetty koskaan. Ihan peruskauraa siis. Älä käytä muiden värkkejä, pidä omat mukana. Vaihda ne tarpeeks usein äläkä luota kehenkään, jota et todella tunne. Se on nimittäin pienestä kii.

Onneks ei mitään muuta tullu, hiviä esimerkiks vaikka sitäkin pari kertaa joutu pelkäämään. Kaikista paras vaihtoehto on olla käyttämättä mitään ja muutenki suojautuu. Ei tarte tämmösii ongelmii pohtia.

Haiman vajaatoimintaan oon sairastunut myös ja siihen mulla on elinikäinen lääkitys. Diabeteksella on peloteltu. Kumpikin on päihteiden käytön seurausta. Jälkimmäistä en ole saanut eikä sitä siis ole tietty ees diagnosoitu. Nykyisillä elämäntavoilla sitä tuskin edes saan, mutta kolkuttaahan tieto siitäkin mahdollisuudesta jossain mielen sopukoissa.

Tota elämää en suosittelen kellekään. Voi olla olevinaan niin helvetin kivaa mutta se euforia ei kauas kannu. Ihmisen aivot muuttuu pysyvästi ja mielenterveysongelmat saattaa olla pysyviä. Seksi ei suju eikä tee ees mieli. Ja jos tekeeki ni ei seiso. Oo siinä sit naisen kanssa ja pidä se tyytyväisenä. Tai sitten menee henki jo todella nuorena. Kaman käytössä ei loppujen lopuks ole mitään hohtoa. Se elämä on yhtä säätöä ja juoksua. Ei voittajia, on vain häviäjiä. Ja häviäjän mukana häviää myös sun perhe ja muut läheiset.

10 ELÄMÄNTAPAMUUTOS

Asuin edelleen Neean kanssa vaikka olin ollut ilman kamaa jo toista vuotta. Jotenkin ajattelin, että mun tarvii pitää siitä toisesta huolta vaikka loppujen lopuks toisen naamataulu vitutti aika lujaa. Kamaa ja värkkejä oli kämppä täynnä ja kyllä se retkahtaminenkin kävi monta kertaa mielessä. Mitään tukea en saanut. Neea rahtasi piriä himaan ja varsinkin just ennen klinikan seulapäiviä se toi sitä ja ihan tahallaan. Neeaa vitutti se, että mä pystyin olemaan kuivilla ja meillä ei ollut mitään yhteistä. Vaikka se muka oli olevinaan niin huomaavainen, että veti vessassa tai kellarissa niin se tieto, et toinen käyttää, se oli tosi vaikeeta. Pysyinkin pääosin himasta pois aamusta iltaan, ettei tarttenut ajatella oman kontrollin menetystä. Se kun vaan on fakta, ettei pää kestä kahta kaaosta, sisästä ja ulkosta. Sisällä huudetaan lisää päihteitä ja ulkona toinen tekee mitä tahtoo.

Kämpä oli järkyttävässä kunnossa ja jatkuva paha olo niin kertakaikkisen läsnä etten tajua miten selvisin siitä. Rahat, lääkkeet, pankkikortit ja pankkitunnukset ja kaikki muu tärkeä ja arvokas - se vähä mitä mulla oli - ne oli mutsilla. Mä en voinu pitää himassa mitään, koska kaikki hävis.

Aamulla mä lähdin stadiin heiluu kavereitten kanssa ja aloin kaljan kittaamisen heti kun Alepa aukes ja klinikalla oli käyty. Palasin kotiin alkuillasta ja siinä vaiheessa oli viinapullokin jo mennyt. Opettelin lopettamaan niin, etten aamulla puhalla eikä jää lääkepäivät väliin. Olin aika helvetin sekaisin koko ajan, koska en halunnut, voinut enkä pystynyt olla himassa mutta en myöskään osannut tehdä ratkaisua, että olisin lähtenyt menee ja jättänyt kaiken jälkeeni. En tiennyt mihin olisi mennyt. Välillä olin kellarissa, missä mulla oli oma pikkuyksiö, jossa hengasin, kun en jaksanut kattoa sitä kodin sekamelskaa joka ei millään tavalla helpottanut mun pahaa oloa.

Yks päivä elokuun alussa 2015 hengailin taas stadissa hölmöilemässä ja kaljaa kittaamassa ja löysin taskusta jonkun lappusen tai lahjakortin, et Tallinnan risteily kaks euroo. Soitin mutsille, et hei lähetääks risteilee, tää olis hiukan ku äitienpäivälahja. Mutsihan oli ihan messissä ja varattiin meille sitten risteily 9.8.2015. Se oli se päivä mikä muutti mun tähänastisen elämän ja sen suunnan aika lailla kokonaisvaltasesti. Se oli se päivä, kun tapasin nykyisen vaimoni. Ihmisen, joka on mulle tärkeintä Fionan lisäksi.

Meillä oli mutsin kanssa hauska päivä Tallinnassa. Oltiin pitkästä aikaa koko päivä yhdessä ja tarkotushan ei mitenkään ollu mennä reissuun tapaa uusii ihmisii. Sattu siinä sit vaan hissistä ulos tullessa silmiin osumaan kaunis nainen joka näytti olevan vähän hukassa. Lähetin mutsin edeltä baariin ja menin juttelee tän naisen kanssa. Se lähti jutunheiton jälkeen istumaan meiän kanssa ja juomaan jokusen juoman. Karaokeekin lauloi. Ei me siinä juteltu mitään vakavampia. Heitettiin juttua ja vitsailtiin. Kyllä mä vähän siinä mietin, että mitähän neiti minusta ajattelee ihan toden teolla kun oltiin sillee eri kaliiperia. Tai ainakin eri maailmoista jos nyt ulkoisesti voi toisesta ja ittestä jotain päätellä.

Tai mitä mä nyt siinä ees taisin sen enempiä ajatella muuta ku et haluan tuon naisen puhelinnumeron. Juttu siirtyi jotenkin tatuointeihin, joita on joitain tullut tehtyä tän elämän aikana ja siinä sit olikin just hyvä keino kysellä numeroa jos vaikka kuvia tarttis korjailla. Kuulemma niitä tartti ja pelimiehenä tietty zekkasin et numero on se mikä oli sanottu. Botski lähesty stadia ja mentiin kannelle että sain röökattua. Seistiin siinä kannella, nainen selkä mun rintaa vasten ja katteltiin merelle eikä puhuttu mitään. Mulle tuli ihan uskomattoman rauhallinen tunne. Niinku sydämeen ja sieluun. Semmonen olo et mulla on hyvä olla, just tässä ja tän ihmisen kanssa. Olikohan se sit se rakastuminen joka iski?

Tarinahan kertoo, että vaimon ei edes pitänyt olla siinä laivassa missä me nähtiin. Sen piti olla jossain ihan muualla ja jotkut ihme sattumukset sen reissussa oli saattanut sen just siihen samaan Viikkarin laivaan missä mä olin. Mä väitän, et joskus kohtalolla on sormensa pelissä. Me erottiin sen risteilyn jälkeen mutta aattelin et otan yhteyttä mahdollisimman pian. Seuraavana päivänä tekstasin ja sovittiin jonkun päivän päästä treffit stadiin. Siis ei mihinkään ravintolaan tai mitään, en harrastanu siihen aikaan semmosta. Mutta siis ihan vaan steissille et istutaan ja höpistään. Sattu sitten niin et kun oltiin törmätty ja muutama sana vaihdettu niin siinä steissillä alko joku hässäkkä ja aikamoinen hulttioporukka siinä hääräs jotain, oli tappelua ja kännissä kaatuilua ja ties mitä. Kello oli jotain kaks päivällä. Treffikumppani siinä sit kysymään et mikä hemmetin porukka tässä sekoilee ja minä sit et kato nää on mun ihmisiä. Toinen katto mua hetken aikaa ja totes et me ei vissiin koskaan päästy siihen aiheeseen et mitä me kumpikin niinku ihan siviilielämässä puuhaillaan. On muuten aika monta naurua saatu keskenämme ja ystävien piirissä aikaseksi, kun sanottiin siinä kättäpäivää: ”narkkari” - ”sossutäti”. Voitte uskoo et aloin muuten mäki nikotella kun kuulin ton. Että aha, tää olikin tää tarina sitten tässä, ei tuu mitään, nyt on niin erinevät maailmat tällä parilla. Neiti siinä sitten toteemaan et jaa, tais muutama asia jäädä viimeks kertomatta mut siirrytään istumaan vaan hiukan syrjemmälle ku ei tässä metelissä mitään kuule.

Mä oon täs halunnu oikeestaan koko ajan et kirjojetaan vaimo. Kun niin siinä kävi et vaikka meiän elämät oliko siihen asti ollu ihan erilaisia niin joku maailmankaikkeus sit vaa halus te me päädytään yhteen.

Ja halusinhan mäki sitä ihan hirveesti. Toista kuukautta siinä meni et me vaan hengailtiin yhdessä. Puhuttiin, puhuttiin. Avoimilla korteilla lähetti alusta asti. Ei ole asiaa mitä en olis julki tuonut eikä ole tälläkää hetkellä asioita joita vaimo ei musta tietäisi. Ihan ne kaikkein pimeimmätkin. Ei me samaa mieltä kaikesta olla ja kumpiki on täs yhdessä olon aikana joutunu oppimaan myös niistä toisen ajatuksista. Mut kauheen varmalta tää on alusta asti vaa tuntunu. Vaikka siinä alkuvaiheessa varsinki oli ympäristössä ihmisii jotka naurellen katteli meitä et tosta ei tuu mitää. Ja vaimo sai varsinki tosi paljon negatiivista kuraa niskaan, et jättäis mut etten sekaa sitä mun elämään. En kyllä ihan tajunnu et mihin elämään ku itte pyristelin sieltä vanhasta kovaa vauhtia irti. Joitain ihmisii on molemmilla jääny matkan varrelle mut lähtökohta on se et jos joku ei halua et me ollaan onnellisii niin ei semmosia ihmisii tarvita meiän elämään. Yksinkertasta. Eiks tää elämä oo ittelle elettäväks eikä muille.

Mä olin joskus nuorena päättäny etten koskaa mee naimisiin. Aattelin silloin etten halua mun elämään ketään niin lähelle et uskaltaisin tai edes haluisin sitä. Kuitenki mä koin mun tunteet niin hirveen vahvoiks et ihan vaan pari kuukautta meiän tapaamisen jälkeen mä kosin ja mulle vastattiin myöntävästi. Tasan vuosi siitä, kun katseltiin merta laivan kannella, 9.8.2016 klo 14 Helsingin Tuomiokirkon käytävää asteli alttarille mua kohti mun elämäni rakkaus. Oltiin siellä yhdessä ystävien ja läheisten kanssa mutta mä näin vain vaimoni, joka oli ottanut mut elämänsä. Tämmösen hulttiomiehen, joka vasta opetteli elämään normien mukaisesti.

"Ei se miltä me näytämme, eikä se mitä me olemme olleet tai mitä me aikaansaamme, ole mitään sen rinnalla mitä olemme tänään toinen toisellemme." (Runo hääkutsusta)

Teinhän mä rumasti Neealle, myönnetään. Mulla ei vaan ollut pakokeinoja, en jaksanut enkä osannut lähteä siitä suhteesta. Jos mulla on puolustussanoja niin ei se ole suhteen perusta, että toinen on mukana kattomassa, ettei toinen osapuoli tapa itseään kaman kanssa. Ehkä mä tarvin siihen jonkun oikean syyn, että uskalsin lähteä. Enhän mä sitä ihan heti sitä päätöstä tehnyt, että mä lähen kokonaan pois. Mulla oli alkoholin kanssa omat ongelmani ja päätin, että uuteen elämään mä lähden katkon kautta. Puhuin tästä paljon vaimon kanssa. Hän oli tosi epäileväinen sen suhteen, että mä oikeasti pystyisin lähtemään Neean luota ja vaikka mä tiesin alusta asti et oon ihan tosissani ni kyl mä ymmärsin miks toinen oli epäileväinen. Tässä vaiheessa olin jo Neealle ilmoittanut, että jos ei pelleilyt lopu niin mä lähen ja se ero on sitten lopullinen. Että hoida muutakin kuin ittees, niinku vaikka eläimes, kissas ja koiras ja kerää värkkis täältä kämpästä, koska minä en jumalauta käytä enkä aio enää käyttää. Nopeesti Neea kyllä sitten tajus, että mulla on joku toinen. Tai se tais olla niin et mulle huudettiin jotain et onks mulla joku muu ja mä myönsin. En mä tahallani Neeaa loukannu mut joskus elämä vaan menee tällee. Jonkun on tehtävä päätöksiä oman elämän suhteen ja täs kohtaa se olin mä. Sanoin, että lähden katkolle ja haen tavarani sieltä pääsyn jälkeen. Olinhan mä antanut porkkanan et Neea vois muuttaa elämänsä suunnan siinä parissa viikossa mut kuka sitä usko? En ainakaan mä. Se ilta päätty hirveeseen riitaan. Aamulla Neea yritti suudella mua niinku mitään ei ois tapahtunut mutta mun tartti olla kova. Kysyin et mitä kohtaa et tästä erosta oo ymmärtäny. Annoin avaimet takaisin ja suoraan sanottuna lähdin tyhjän päälle. Koska siinä vaiheessa olin vaimon kanssa puhunut vain siitä, että lähden Neean luota ja etsin jonkun paikan, jossa olla rauhassa. Ajatus oli, että menen mutsille tai broidille vähäks aikaa. Ihan muuta mä silti mielessä toivoin.

VIIMEINEN KATKO

Toivottavasti viimeiselle katkolle kun lähdin oli mul tavoitteet selvät. Mut pelkil tavoitteilla ei saa mitään ellei tee niiden eteen töitä. Se oli kriisikatko jonne pääsin, kun kerroin, et nyt paljon pelissä ja tää kaikki on saatava nyt poikki.

Taisin ehkä vähän liiotella. Mä olin päättänyt et vanha suhde ja vanha elämä on pois koska se mitä mä tunsin tulevaa vaimoa kohdin oli jotain niin suurta ja osoittaakseni mitä tunnen oon valmis tekemään paljon ja lopettaa sen jokapäiväsen tissuttelun. Vaikka se kaljan lipittäminen oli saatava katki niin toinen asia oli et mun oli saatava mun tunteet ja ajatukset kuriin ja kasaan. Niinku selkeyttä kaikkeen. Tiesin ja tajusin sen, ettei vaimo tulisi kattomaan mun juomista eikä rakkauskaan loputtomiin semmosta elämää kestäis. Entisessä elämässä ei ollu velvollisuuksia, oli vaan asioita jotka piti tehdä. Vähän niinku tulevassakin elämässä mutta pelilikuvana. Ei ollu kyse vaan selviytymisestä. Mä halusin kokonaan uuteen alkuun. Se oli yks maanantai-aamu kun mä sinne katkollen menin, pelotti tosi paljon. Koska mä aattelin et nyt tää on viimeinen, ikinä. Vaimo saatto mut sinne.

Katkot on siitä paskoja paikkoja, koska siellä jengi kuivadogaa tai kuivanarkkaa. Päihteistä puhutaan koko ajan ja ne ryhmätkin on sitä et kuka on vetänyt mitä missä ja millon ja kuinka paljon. Ne on helvetin ahistavia paikkoja ja musta ei todellakaan olis istumaan jossain AA:ssa tai NA:ssa pitemmän päälle, koska se on just sitä jauhamista kuinka paljon tekee mieli mitäkin. Mä haluan tehdä sen yksin. Katkollen kulkee myös roinaa tosi paljon sisään. Jengi menee sinne lepäämään ja jos ne sinne jotain haluaa tuoda niin kyllä sinne sitä tuodaankin. Työntekijät voi sanoa ja väittää mitä tahansa mutta katkolla pysyy viina pois ja sitä kaikkee muuta siellä sit pyörii.

Ekat yöt oli pahimpia. Sitä hikoili ja kramppas ja joka paikkaan sattu. Tiesin et voisin pyytää yöhoitsulta jotain nappeja tiloihin mutta en halunnu. Mun piti vaan kärsiä sillä hetkellä ja keskittyä tulevaan. Mutta ku ei saanu nukuttua. Kroppa oli tottunu siihen et illalla sammu ja aamulla uuteen nouseen juomalla ettei kankkunen iske päälle. Nyt sitä ei pystyny tekemää. Ruoka ei menny alas. Karkkia sain syötyä ja röökii meni tuplasti se mitä normaalisti. Makeanhimo on ihan hirvee ja ilman en olis kestänyt. Onneks olin taas oppinu lukemaan kirjoja. Teki olemisesta siedettävämpää. Mitä enemmän viinaviekkarit kävi päälle ni tuli ajatuksii et leikkiikö toi toinen mun kaa ku se luulee et mäki vaan leikin sen kans. Tai et kääntääkö joku sen pään et sen pitää kelaa et mä oon ihminen joka voi tuhota sen elämän ja perheen.

Kyl mä itekki aattelin et onks mulla oikeus mennä sekottaa tätä perhettä jos mä vaikka retkahdan enkä osaakkaan olla tavallisesti. Mut sit mä aattelin et joskus riskit vaa kannattaa. Joka päivä kirjoitin runoja tai tunteita paperille. Siis ihan rakkaudesta ja pahasta olostä ja ikävästä ja elämästä. Eniten kirjoitin siitä ikävästä. Mä tein semmosii pienii vihkoi ja sinne kirjottelin kaikkee ajatuksii. Ja joka päivä kirjoitin yhen tekstarin vaimolle, kun puhelintahan mä en saanu pitää ku hetken päivässä. Kyl me soiteltiin joka päivä kans mut ne puheluajat oli tosi lyhyitä. Vaimo kirjotteli mulle kans päivänsä kulusta kaikenlaista, niistäki viesteistä tuli hyvä olo et ties ku joku aattelee mua ja tietää ne viestit tosi tärkeiks. Ne on muuten tallella kaikki, viestitki.

Mun huoneen ulkopuolella oli tikkaat ja mä suunnittelin et olisin karannu sieltä välillä hetkeks pois eikä kukaan ois varmaa ees huomannu. Oisin vaan hetken halunnu sitä toisen lämpöö. Saanu pusun tai ees tuoksutella toisen hiuksia. Mut pysyin vahvana ja aattelin kuin ihanaa ja kiihkeetä se sitten on kun pääsen pois. Piti siinä itteensä hoidella kerta jos toinenki. Ylipäätään sitten kun alko tuntee itteensä hiukan ihmismäisemmäksi ja pysty syömään ja ajattelemaan järkevästi, niin tulihan sitä monta kertaa mieleen et pärjäänkö mä ulkona. Ovet on auki, kukaan ei kyttää.

Sit oli ne tapaamispäivät. Kun ekan kerran vaimo tuli sinne ni mulla meinas sydän pysähtyy. Oon kysyny jälkikäteen et tajusko se kuinka paljon mä tärisin ja sydän hakkas, mutta ei ollu tajunnu. Se tapaaminen sai kestää max 15 minuttii ni siinä sit suudeltii ja puhuttii toistemme suuhun. Sain tuoksuttaa hiuksii ja halata tosi kovaa, tuntee sen toisen sydämen sykkeen ja läheisyyden. Se oli maailman lyhyin aika. Sillon mä olin ollu sisällä viikon verran. Sit siinä meni joku päivä ku vaimo sano mulle et jospa hän nyt tois kuitenkin kotiavaimen mulle. Että ei aleta mitään turhaa pelaamista, kun kumpikin haluaa olla yhdessä ja tavallaan mulla ei edes ollu kotia siinä kohtaa. Se ihanku jossain sivulauseessa sen totes ja sit seuraavana päivänä kävi tuomassa avaimen mulle, jätti sen ovelle jollekki ohjaajista. Iltapuhelussa vaimo sit sano et poika tietää et oon tulossa sit kun pääsen pois ja asia oli siellä kotipuolessaki ollut ok. Kun oli ne vaimon lapset nähny et oon tosissani ja meillä oli hyvä olla yhdessä.

Siinä meni joitain päiviä (olin siel katkolla 16 päivää yhteensä) ennen ku sain kerätty kamani ja tunsin itteni myös sen verran vahvaks et voin lähtee. Se hetki ku avain kolahti lukkoon ja ovi aukes, sain vaatteet pois ja rojahdin sänkyyn ja samalla vaimon aikuinen poika murahti moin. Kyl tuli onnen tippa silmiin ja tajusin olevani vihdoin kotona. Oli se niitten katko- ja muitten olojen väärtti. Koska olin niin onnellinen ja vapaa.

Viinapiru istuu orrella oottamassa vuoroaan ja nauramassa että sä et pysty tähän. Siellä se on mun loppuelämän ajan, mun on vaan pitäny alkaa toimia sen kanssa. Koska se pokaali ja se palkinto mikä mulla oli odottamassa ja minkä mä sain, niin se on ollut kaiken tän arvosta. Nykyään mä kirjotan, mä treenaan, käyn teatterissaki, jonka luulin olevani jotain rikkaiden huvitusta. Ja mettässä käyn yksin ja koirien kanssa. Siellä saa olla rauhassa, paineet heltiää. Voi vaikka itkeä ja huutaa tai sit vaan istua hiljaa. Joskus voi rakennella majoja ja onhan niistä hupia niillekin jotka ne löytää. Jokanen tavallaan. En mä alkoholia kokonaan oo jättäny mut voihan sitä juoda vaikka viiniä ruoan kanssa eikä sammua joka ilta sen alkoholin takia. Jokanen tavallaa. Aikaa tää kaikki vie ja raskasta on. Aattelen et kun alkuun on päässy niin loppu sujuu aina jotenkin.

ARKI, NYKYHETKI

Siitä lähtien, kun vaimon kanssa ruvettiin olemaan julkisesti yhdessä ja sain avaimet käteen, mulla oli oma koti. Haluan nyt toden teolla painottaa sanaa oma koti. Musta on aina tuntunut, ettei mulla ole lapsuuden jälkeen ja mutsin luona asumisen jälkeen ollut omaa kotia, vaan mulla on ollut kämppä, luukku, asunto. Mutta ei koti. Sitä ekaa pitkäaikasta yksiöö yritin tehdä kodiks, mut sit kamamaailma vei mennessään ja se oli kämppä missä majaili milloin ketäkin ja kävi milloin kukakin syrjäytynyt tyyppi tai kaveri ja aika ajoin myös poliisi. Ei se ollut koti.

Nyt mulla on ollut jo pitemmän aikaa oma koti ja ihana vaimo. Paikka jossa saan elää olla rauhassa. Paikka jossa oon opetellu arjen asioita, ihan niinkin yksinkertasia asioita kun siivoaminen ja pyykinpesu. Olinhan mä ennenkin siivonnu ja pyykänny mutta ei se ollu systemaattista ja semmosta et siivotaan säännöllisesti ja pestään pyykkiä monta kertaa viikossa. Tai vaikka et vaihdetaan lakanat usein. Että nukutaan puhtaassa sängyssä. Voi vaan kuvitella mitä kaikkea mä oon joutunut opettelemaan. Toisella on joku siivoussysteemi ja mä oon ihan kaaos koko jätkä. Että on tullut sanomista välillä. Mutta oon mä oppinut ja osaan paljon jo ihan tavallista arkea pyörittää. Siis kuka nyt oikeesti mun entisessä elämässä tietää ja tajuu et pyykit pestään värien mukaan tai pesukoneessa on monta ohjelmaa. Nyt mä tiedän senkin. Ja aina on kaapissa puhdasta vaatetta.

Oon mä joskus yöllä yksin itkenyt, että oon tosi vitun tyhmä, kun en osaa tehdä asioita normaalisti. Pyykit on väärin kuivumassa ja tiskikone täytetty omituisesti. Tai miks mun pitää laittaa lasit ja kartongit ja metallipurkit eri astioihin. En välillä tajua miten monimutkasta kaikki on. Mutta tässä mä opin koko ajan. Vaimo opettaa omia arkisia asioita ja minä omiani. Minä opetan vaimolle, ettei aina tarvi pingottaa siitä roikkuuko se huppari ihan suorassa kuivumassa tai haittaako se nyt maailmankaikkeutta jos se maitopurkki meni väärään roskikseen. Vaimo antaa mun oppia ja onneks ei se pidä mua tyhmänä jos en tajua jotain. Tai kai mä voisin sanoa, että mä jo aika paljon tajuan ja kyllä arjen pyörittäminen jo sujuu. Mä oon aina se joka imuroi. Vaimo pesee kylppäriin. Sillain meillä menee tasasesti. Muuten me tehään kaikki yhdessä, sopien ja niin, että molemmilla on omia ja yhteisiä hommia. Mutta kauppakassit ja muut painavat mä kannan aina. Naiset ei kannan painavia asioita eikä varsinkaan mun nainen.

*Taivas tuo tuulta rakkauden,
Joskus naamiossa tuulen joskus sateen.
Katse luontoon muistuttaa
Pitää kumppania helliä ja suukottaa
Eikä koskaan toista unohtaa.
Sulle suudelman lähetän ja
Muiston ihanan sydämmees siirrän.
(Marraskuu 2015)*

Yks arkeen harjottelun hetki oli se, kun vaimolla ja lapsilla oli koira, jonka isännäks mun sitten vähän niinku piti ryhtyä, kun tulin kuvioihin. Me ajateltiin molemmat, että siitä tulee aika vaikeeta, koska mummokoira on semmonen tapaus, ettei sitä huvita sietää ketä vaan ihmistä, vaan se on vaimoon ja lapsiin tosi kiintynyt. Mä jouduin yhden painin sen kanssa ottaa ja se oli siinä. Mutta se arki: vie aamulla, päivällä, illalla. Anna ruokaa, tee punkkitarkastus, harjaa, hoida haavoja, siivoa oksennuksia. Pakko olla kotona tietyn ajan jälkeen. Ei voi häärätä ja säätää monta tuntia jossain ja jotain, jos on koiravuoro. Ja koska vaimo on säännöllisessä päiväduunissa, niin silloinhan on selkeetä, että mulla on ainakin päivävuoro. Nythän koiria on kaksi. Nuorempi koira on katurakki Bulgariasta, joka viiletti meidän sydämiin kesällä 2016. Mulla on tämmönen hullunkurinen karvaperhe. Ja ette kyl usko et saan ihan oikeita kiksejä tästä tavallisesta arjesta. Ihan euforia päällä välillä kun heiluttaa imurii tai laittaa niitä pyykkejä väärin kuivumaan. Tai hakkaa mattoja ulkona. Oon ihan fiiliksissä välillä.

Fiona sitte. Fiona on nyt 15-vuotias nuori nainen. Asuu sijaisperheen kanssa mutta pidetään yhteyttä säännöllisesti. Ei oo tytöstä kieroön kasvanut vaan ihan tavallinen tyttö se on omine teinijuttuineen. Soitellaan puolin ja toisin viikottain ja Fiona käy meidän luona parin kuukauden välein, miten sovitaan. En ole tytön elämää pilannut ja on hienoa nähdä että Fiona tulee vaimon kanssa hyvin toimeen myös. Fiona on lisäks jo niin iso et saa päättää ite miten tapaa mua tai äitiinsä ja oon onnellinen siitä et tyttö kuitenkin halua olla yhteydessä, jutella asioistaan ja tehdä meiän kanssa kaikenlaista. Viihtyy meiän luona ja tykkää koirista.

Äitinsä kanssa pitää yhteyttä myös mutta se yhteydenpito on enemmän Fionan ja sijaisperheen varassa koska radattaminen ei siellä puolella oo loppunut ja tapaamisetki on valvottuja. Jotain paskanjauhantaa kuulen välillä siitä, että miksei hällä oo oikeutta tavata Fionaa enemmän kun Frankillakin on mut ihan on oma valinta. Mä en hänen ja mun väleistä Fionalle jauha mitään paskaa. Fiona tietää ettei olla tekemisissä ellei ole ihan pakko (sossun neuvottelut) ja joskus kerron Fionalle muutenkin kuinka kaikki on tapahtunut. Sitten kun tyttö on aikuinen ja (toivottavasti) kestää kaiken kuulla. Nyt ollaan tässä ja mä oon onnellinen ja tyytyväinen et asiat on näin.

Sit kans yks tärkeä asia mikä on pakko kertoa on se et, ku lopetti kaman käytön ja lääkkeet niin tunteet tuli esiin. Mä en aluks tajunnu et mitä ne on ja mikä mua vaivaa. Et alko niinku itkettää julkisilla paikoilla jostain et Iltiksessä lukee ku vauva on kuollu kolarissa. Ennen tommone ei tuntunu missään. Mut sit yhtäkkiä tuli kaikenlaisia tunteita: iloo, suruu, aggressioo eikä mitään aikaa tai paikkaa siihen et ne vaan tuli. Mä en mitenkään lyöny niitä kiinni vaikka osaan mä senkin vielä. En mä ennen tuntenu ees empatiaa. Oisinko esimerkiks ottanu kotiini katurakin vaan siks kun vaimon kanssa tunnetaan empatiaa kaiken maailman hylättyjä koirii kohtaan. No en niin olis ja oon kyllä muuttunu mä. Joskus voin vaimon sylissä itken et onks mulla ees lupa onnellinen kun oon aiheuttanu niin paljon pahaa aikanaan. On pelottavaa kun joku luottaa ja rakastaa ehdoitta ja pyyteettömästi ja antaa luvan olla tämmönen, välillä vahva ja välillä tunteissa heikko. En mä silti vaihtais hetkeäkään mun elämästä pois. Ja koska kaikki mitä oon tuntenu, ollu ja tehny niin se oon ollu mä. Ja nyt mä oon minä, tässä.

*Kun käyskentelen läpi vanhan maailman,
tulee muistoja hyvistä huonoihin.
Moni kulkee laitosten ovia ees ja taas,
jotkut oppii ja jotkut murtuu taas ja taas.
Välillä tulee paha mieli kun itse selkä suorana kulkee.
Ei olot paina mutta muistot esiin kirvonneet.
Vaikka auttaa tahtoo,
ei kelpaa puhe tai apukaan:
anna ongelmaan päihde
tai lähde muualle pätemään.
(Heinäkuu 2017)*

TULEVAISUUDEN SUUNNITELMAT

Kyllä, mä olen korvaushoidossa koko ajan. Moni kokonaan raitistunut pitää mua narkkarina vaikka kuinka olenkin lääkärin määräämässä hoidossa ja hoitoastekin ison luottamuksen tasolla. Ennen kuin pääsen kokonaan normaalien ihmisten kirjoihin, niin mun pitää lopettaa hoito, päästä eroon lääkkeestä. Joo ja tarkoitus on päästä eroon kokonaan mutta en tiä millä aikataululla sen uskallan luvata ees itelleni. En vielä. Korvaushoitoa lukuun ottamatta mun elämä on aika tavallista ja normaalia. Kaveripiirikin on vaihtunut mutta emmä oo kokonaan halunnu päästää kaikkia kamakavereita menemään, varsinkaan niitä, jotka kans yrittää olla selvin päin. En mä enää hengaa päivästä toiseen niitten kanssa mutta kyllä mä juttelen kadulla ja tunnistan tyypit.

Jos joku olis sanonu mulle joku 10 vuotta sitte et tulisin olee naimisissa ja olisin Fionan kanssa tekemisissä säännöllisesti ilman minkäänlaista valvontaa ja vielä omassa kodissani, ni olisin nauranu paskasesti. Tai että en olisi enää virkavallan kanssa tekemisissä tai että ylipäätään olisin hengissä, ni olis se nauru vaan jatkunu. Ei se huumormielessä se nauru olis tullu, varmaan hiukan katkerana ja surullisena. Mutta tässä sitä ollaan! Ei nyt ihan voittajaolo vielä ole ja mutkia täs matkassa tulee varmasti olemaan eikä elämä oo ongelmatonta.

Mut tää aika on lupaava. Taisteluvammoja on tullu eikä niistä pääse eroon kokonaan mut kuten on sanottu niin elämään kuuluu menetykset ja surut ja rataelämään ne kuuluu vielä enemmän.

Seuraava askel on niinkin pelottava ku työ. Saanko mä ikinä töitä? Oon tähän asti tehny vaan kaikkea ei päivänvalon kestäväää duunia ja ollut jossain kuntouttavissa jotka on oikeesti tarkotettu jollekin nuppiviikareille. Ihan loistava työkokemus hei: tästä on hyvä lähtee ettimään jotain tavallista. Jos joku päivä voisin tehdä duunia päihdenuorten kanssa niin ohan siinä tavoitetta. Mä haluisin et voisin omalla panoksella antaa jotain niille, joilla on vielä mahdollisuus eikä tää mun eletty elämä ois ollut ihan turhaa. Lähihoitajan koulutukseen mulla olis oppisopimuksella mahdollisuus. Jos se ois seuraava askel. Minnekään en lähe valehtelee mun taustoista tai hoidosta. Mä oon mikä oon nyt ja mun menneisyys on muokannut mut tämmöseks. On täs jotain virityksiä olemassa, Vinkkiä ja semmosta. Loppu on musta itestäki tietty kii.

Mut mä toivon et tää teksti tai tää tarina tai mikä tää nyt on, opinnäytehomma, ni et tää avais jonkun silmät ja sais ees jonkun nuoren tajuumaan ettei kannata. Tässä matkalla on kyl tullu avattua itellekki semmosii asioita ettei niitä ois halunnu ees ajatella. Kyllä täst jää jotain kertomattaki, kaikkeen en pysty enkä haluu julkisesti tuoda esiin, koska kylmä tiedän että oon tunnistettavissa tästä. Mä tiedän myös etten mä oo vaimolle mikään projekti vaik tää nyt ajallisesti saattaa jonkun silmiin sellaselta näyttää. Kyl nää tarina-keskustelut alko jo aikasessa vaiheessa, ennenku me oltiin pari. Tai ainakin ennen ku vaimo ties et me ollaan pari, ku mä tiesin sen heti.

Mä tiedän että mä en retkahda. Mutta mä tiedän senkin et jos mä retkahdan ni mulla on tosi upee tukiverkko täs ympärillä eikä mua hylätä. Virheet kuuluu elämään eikä meitä täällä oo kukaan virheittä elämässä. Nyt mä keskityn mun avioliittoon, Fionaan ja ympärillä olevaan perheeseen ja meidän kaikkien hyvinvointiin. Hoito jatkuu, elämä jatkuu.

Sulle mä haluan sanoa, et jos oot jo hoidossa tai oot sinne hakeutumassa; tee se ajan kanssa. Kiireessä tulee vaan kusipäisiä kakaroita kuten varmaan ootte huomannu. Kaikista meistä ei ole kertalaakista selviytymään ja monet meistä tarvii vuosien työn siihen, et me pystytään seisomaan omilla jaloilla. Sä et oo huonompi ihminen siks että sä käyt korvaushoidossa. Aina sun hoidossa on sinä itse tärkein. Hoito on sulle se kainalosauva, muu sun pitää ite hoitaa. Pyydä ja vaadi apua, kun sä sitä tarttet. Ei se ole helppoa mutta on se helpompi tie kuin hauta, linna tai pöpilä.

LOPPUSANAT

Siellä pyörit pilviporukoissa, ehkä on tullu kokeiltuu piriä jokusen kerran? Muutat omaan kämppään tai kaverin kanssa kimppaan. Ei huvita tehdä duunia tai oikeestaan sitä ei aina saa. Koulunkäyntikin alkaa vituttaa, siellä käydään pakosta ja vaan siks, ettei oo sossut mussuttamassa? Vaatteet jää pesemättä. Astiat ei oo fairyy nähny ja imurikin on ollu jo vuoden rikki. Ei oo mamma siinä hoitamassa sun arkisia asioita. Jymähdät siihen sohvalle, käytät kamaa, lipität kaljaa. Valvot yöt, nukut päivät. Tälleen kuluu kuukausia. Vuosia. Kamaa pitää saada useemmin ja useemmin. Ei oookaan enää niin kivaa. Alkaa olla koko elämä yhtä säätöä. Kukaan ei luota suhun tai jos luottaa niin ne on sitä samaa porukkaa missä sä pyörit. Sitä porukkaa jossa sun pitää loppujen lopuks selviytyä itekses. Usko mua, se on aikamoinen mankeli. Siitä et selviydyt noin vain. Yks päivä sä huomaat, että on kulunut viistoista vuotta sun elämästä ja sä et oo saanu mitään aikaseks. Elämä kulkee, sinä et.

Sun ei kannata ryhtyy siihen mitä sä kelaat nyt niin saatanan siistinä hommana ja olet niin helvetin kovaa mimmiä tai jätkää. Kama ottaa ja vie. Se antaa sulle paljon ja nopeasti ja joskus varmaan helpostikki mutta sille elämälle kun myyt sielus niin se ei päästä sua pois ehkä ku vasta sitten kun henki on mennyt. Vähän ku pokerissa. Talo voittaa aina. Sinä häviät.