

HUUMEIDENKÄYTTÄJIEN LÄHEISTEN VERTAISTUKI SALAISSA FACEBOOK-RYHMÄSSÄ

Pinja Rislakki
Opinnäytetyö, syksy 2017
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi (YAMK)

TIIVISTELMÄ

Rislakki, Pinja. Huumeidenkäyttäjien läheisten vertaistuki salaisessa Facebook-ryhmässä. Syksy 2017. 64 s., 2 liitettä. Diakonia-ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma, Päähteet ja syrjäytyminen, sosionomi (YAMK).

Suomessa huumeidenkäyttäjien läheisiä ei ole juuri tutkittu. Opinnäytetyöni on laadullinen tapaustutkimus, joka pyrkii lisäämään tietoa läheisten saamasta vertaistuesta. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, minkälaista tukea huumeidenkäyttäjien läheiset saavat ja jakavat Irti Huumeista ry:n salaisessa Facebook-ryhmässä. Viitekehyksenä tutkimuksessani on Camilla Granholmin (2016) esittelemä sulautuvan sosiaalityön käsite, jota voidaan käyttää lähtökohtana tulevaisuuden sosiaalityön palvelutarpeiden kehittämiseksi ja tutkimiseksi.

Aineistona oli Irti Huumeista ry:n huumeidenkäyttäjien läheisille tarkoitettuun salaiseen Facebook-vertaisryhmään 20.2.–19.3.2017 kirjoitetut viestit ja niihin tulleet vastaukset. Aineiston muodosti 119 aloitusviestiä ja 576 kommenttia.

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, mistä asioista ryhmässä keskustellaan, minkälaista vuorovaikutusta ryhmässä tapahtuu ja millä tavalla vertaistuki ryhmässä ilmenee, joten käytin aineiston keruumenetelmänä havainnointia. Analyysimenetelmänä käytin kvalitatiivista sisällönanalyysiä, luokittelua, teemoittelua ja tyypittelyä sekä pienessä määrin kvantitatiivista analyysiä. Aiheen arkaluontoisuuden takia on perusteltua olla käyttämättä suoria lainauksia ryhmän keskusteluista tutkimusraportissa.

Tulosten mukaan Huumeidenkäyttäjien läheisten tukiryhmässä jaettiin tietoa, kokemuksia ja mielipiteitä sekä kysyttiin neuvoja. Ryhmässä keskustelu oli aktiivista, monipuolista ja toisia kunnioittavaa. Ryhmässä esiintyi emotionaalista, tiedollista, omanarvontunnetta kohottavaa ja sosiaalisten verkostojen tuomaa vertaistukea.

Huumeidenkäyttäjien läheisten tukiryhmä auttoi tulosten perusteella keskustelijoita merkittäväällä tavalla. Osallistuminen ryhmään auttoi läheistä opettelemaan omien tunteiden ilmaisemista ja suhtautumaan elämään luottavaisesti. Verkkoryhmään osallistuminen auttoi myös häpeästä irrottautumisessa ja oman roolin määrittämisessä perheessä. Ryhmässä sai hyvin apua ja tukea omaan tilanteeseen.

Vertaistuki verkkoryhmässä oli samankaltaista kuin livevertaistukiryhmässä. Facebook-ryhmä soveltuukin hyvin sulautuvan sosiaalityön menetelmäksi. Palvelua kehitettäessä olisi kuitenkin pohdittava, kuinka ryhmästä voisi tiedottaa siten, että se olisi helpommin löydettävissä vaarantamatta jo ryhmässä olevien yksityisyyttä.

Asiasanat: huumeidenkäyttäjien läheiset; vertaistuki; vertaistuki verkossa; (salainen) Facebook-ryhmä; sulautuva sosiaalityö.

ABSTRACT

Rislakki, Pinja. Peer support within a private Facebook group for family members and next of kin of drug users. Autumn 2017. 64 p., 2 appendices. Diaconia University of Applied Sciences, Degree Programme in Social Services, Intoxicants and Social Exclusion. Degree: Master of Social Services.

In Finland, there has not been a lot of research on family members and next of kin of drug users. This thesis is a qualitative case study that aims to increase information on peer support that is available for those who live with and are close to drug users. The objective of the study was to examine what kind of peer support is available in a private Facebook group created by Irti Huumeistary. Blended social work presented by Camilla Granholm (2016) acts as the framework for the thesis. Granholm's presentation can be used as the starting point in improving and researching the service demands of future social work.

The research data for the thesis consists of posts and comments that were written in the private Facebook support group from 20 February to 19 March 2017. In total, the data includes 119 original posts and 576 comments.

The objective of the study was to examine all the various topics, types of interaction and ways of peer support that occurred within the Facebook group. Thus, the research data was gathered by observation. As its method of analysis, the thesis uses qualitative content analysis, classification and thematization, as well as quantitative analysis to a smaller extent. Due to the delicacy of the research data, it is justified not to use direct quotes from the support group discussions in the research report.

According to the results, the support group is used to share information and experiences, to offer opinions and to ask for advice. The discussion within the group is active, diverse and respectful to peers. The group features many forms of peer support, including emotional, informational, social and esteem building support.

The results reveal that the support group helps its members in a meaningful way. Participating in the group helps family members and next of kin to learn how to express their feelings and find confidence in dealing with their situation. Participation also helps members to define their own roles within their families as well as let go of their feelings of shame. Overall, help and support is widely available for members of the group.

Peer support in a Facebook support group is very similar to peer support in a live support group. A Facebook group is well suited for a method of blended social work. However, when further developing the service, it is worth considering how to inform more people about the group without endangering the privacy of those who are already members.

Keywords: family members and next of kin of drug users; peer support; online peer support; (private) Facebook group; blended social work

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 IRTI HUUMEISTA RY	8
2.1 Historia ja toiminta	8
2.2 Läheis- ja perhetyön keskus	8
2.3 Live- ja verkkovertaistukiryhmät läheisille	9
3 HUUMEET SUOMESSA	10
4 HUUMEIDENKÄYTTÄJIEN LÄHEISET	12
5 VERTAISTUKI JA SOSIAALINEN MEDIA	15
5.1 Vertaistuki kasvokkain ja verkossa	15
5.2 Sulautuva sosiaalityö ja sosiaalinen media	17
6 TUTKIMUSONGELMA JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	21
7 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	22
7.1 Aineisto ja verkkohavainnointi	22
7.2 Laadullinen analyysi	24
7.3 Aineiston ensimmäinen analyysi: aloitusviestit	25
7.4 Aineiston toinen analyysi: kommentit	29
8 TUTKIMUSTULOKSET	33
8.1 Keskustelun teemat	33
8.1.1 Tiedon jakaminen	33
8.1.2 Kokemuksen jakaminen	35
8.1.3 Neuvojen ja tiedon kysyminen	38
8.2 Vertaistuki	40
8.2.1 Emotionaalinen vertaistuki	41
8.2.2 Tiedollinen vertaistuki	45
8.2.3 Omanarvontunnetta kohottava vertaistuki	47
8.2.4 Sosiaalisten verkostojen tuoma vertaistuki	49

9 LUOTETTAVUUS JA EETTISET KYSYMYKSET	50
9.1 Tutkimuksen luotettavuus.....	50
9.2 Tutkimuksen eettisyys	51

10 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA.....	56
------------------------------------	----

LIITE 1: Tiedote ryhmään tutkimuksesta

LIITE 2: Suostumus osallistumisesta tutkimukseen

1 JOHDANTO

Alkoholinkäyttö ja siihen liittyvät ongelmat ovat Suomessa huomattavasti yleisempiä kuin huumeidenkäyttö ja siihen liittyvät ongelmat. Huumausaineiden käyttö on kuitenkin yleistynyt runsaasti viime vuosikymmeninä. Kannabista kokeilleita on 15–69-vuotiaista jopa 17 prosenttia. (Varjonen 2015, 29, 31.) Kuten alkoholinkäyttö, myös huumeidenkäyttö koskettaa aina käyttäjän lisäksi myös suurta joukkoa muita ihmisiä: vanhempia, lapsia, sisaruksia, sukulaisia, ystäviä ja tuttavvia. Päihteidenkäyttäjien läheiset ovat jääneet tutkimuksissa vähäiselle huomiolle, vaikkakin viime aikoina huomiota on alettu suuntaamaan myös alkoholistien läheisiin. Huumeidenkäyttäjien läheiset ovat varsinkin suomalaisissa tutkimuksissa yhä jääneet syrjään.

Suomessa huumausaineita koskeva tutkimus on keskittynyt pitkälti käyttäjille aiheutuviin terveydellisiin haittoihin eikä huumeidenkäyttäjien läheisiä ole juuri tutkittu. Ensimmäinen Suomessa tehty läheisiin kohdistuva kartoitus tehtiin vuonna 2008 ja sen tavoitteena oli kerätä perustietoa huumausaineiden käyttäjien lähipiiriin ihmisten kokemista haitoista ja selvittää, millaisia vaikutuksia huumeiden käytöllä on läheisten elämään. Tutkimuksessa ei kuitenkaan kysytty laajemmin läheisten saamasta tuesta, mikä olisi jälkikäteen ajateltuna ollut tutkimuksen tekijöidenkin mielestä hyödyllinen tieto. (Hakkarainen & Jääskeläinen 2013, 100–101, 108.) Oma opinnäytetyöni täydentää osaltaan tätä tietoa.

Irti Huumeista ry:llä on ollut vuoden 2014 lopusta lähtien Facebookissa huumeiden käyttäjien läheisille tarkoitettu keskusteluryhmä (Huumeidenkäyttäjien läheisten tukiryhmä), joka perustuu vertaistukeen. Aluksi ryhmä oli suljettu ryhmä, mutta joulukuussa 2016 ryhmä muutettiin salaiseksi yksityisyyden suojan varmistamiseksi. Ryhmässä on mukana myös Irti Huumeista ry:n Läheis- ja perheyön keskuksen työntekijöitä. Opinnäytetyöni tavoitteena oli selvittää, minkälaista tukea huumeidenkäyttäjien läheiset saavat ja jakavat salaisessa Facebookryhmässä. Idea ryhmän tutkimiseen tuli Irti Huumeista ry:ltä.

Opinnäytetyöni on laadullinen tapaustutkimus. Havainnoin Huumeidenkäyttäjien läheisten tukiryhmää kuukauden ajan helmi-maaliskuussa 2017. Pysin opinnäytetyölläni lisäämään tietoa läheisten saamasta vertaistuesta ja arvioimaan, miten verkkoryhmä soveltuu vertaistuen jakamiseen erityisesti huumeidenkäyttäjien kesken. Viitekehystenä käytin Camilla Granholmin (2016) esittelemää sulautuvan sosiaalityön käsitettä, jossa asiakkaan tarpeet määrittelevät tapahtuuko palvelu verkossa vai reaali maailmassa. Sulautuvan sosiaalityön mallia voidaan käyttää tulevaisuuden sosiaalityön palvelutarpeiden tutkimiseksi ja kehittämiseksi.

Aiheen arkaluonteisuudesta johtuen ja ryhmäläisten yksityisyyden suojelemiseksi raportissa käytetyt lainaukset eivät ole suoria lainauksia aineistosta. Lainauksia on muokattu enemmän yleiskielelle ja niistä on poistettu kaikki tunnistamista helpottavat tiedot. Lainaukset voivat myös olla yhdistelmiä useista kommentteista.

Tässä raportissa tarkoitan verkkovertaisryhmällä internetissä toimivaa vertaisryhmää, jossa jäsenten yhteydenpito tapahtuu kokonaan kirjoittamalla. Perinteisestä kasvokkain tapahtuvasta vertaisryhmästä, jossa jäsenet tapaavat toisiaan tiettyyn aikaan tietyssä paikassa, käytän käsitettä livevertaisryhmä.

2 IRTI HUUMEISTA RY

2.1 Historia ja toiminta

Irti Huumeista ry on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton valtakunnallinen ehkäisevän ja korjaavan päihdetyön kansalais- ja vapaaehtoisjärjestö. Irti Huumeista ry on toiminut vuodesta 1984 lähtien ja se tarjoaa sekä yksilölähtöistä että perhekeskeistä tukea ja apua huumeiden käyttäjille ja heidän läheisilleen. Toimintaa ohjaavia arvoja ovat ihmislähtöisyys, tasavertaisuus, ihmisarvon kunnioittaminen, välittäminen ja vastuullisuus. (Irti Huumeista ry. Yhdistys i.a.)

Irti Huumeista ry välittää tietoa huumeista ja riippuvuussairaudesta sekä kehittää perhekeskeistä työtä. Tavoitteena on huumeiden käytön ennaltaehkäisy ja huumeidenkäyttäjien tukeminen käytön lopettamiseksi sekä läheisten tukeminen. Irti Huumeista ry osallistuu huumeekysymyksiä käsittelevään yhteiskunnalliseen keskusteluun ja vaikuttamiseen ehkäisevän ja korjaavan huumetyön kehittämiseksi Suomessa sekä työskentelee rajoittavan huumausainepolitiikan säilyttämiseksi. Tarvittaessa Irti Huumeista ry toimii sekä käyttäjien että heidän läheisten edunvalvojana. (Irti Huumeista ry. Yhdistys i.a.)

Irti Huumeista ry:n verkkosivuilta (<http://irtihuumeista.fi>) löytyy tietoa ja apua sekä huumeidenkäyttäjille että heidän läheisilleen. Sivuille on koottu muun muassa tiivistetysti tietoa eri huumausaineista, linkkejä lainsäädäntöön sekä Irti Huumeista ry:n tapahtumakalenteri. Ajankohtaista tietoa toiminnasta päivitetään myös järjestön Facebook-sivuille (<https://www.facebook.com/irtihuumeista/>).

2.2 Läheis- ja perhetyön keskus

Irti Huumeista ry:n Läheis- ja perhetyön keskus tarjoaa tukea koko perheelle. Toiminta sai alkunsa vuonna 2002 Perheessä on voimaa -projektista, kun huumeidenkäyttäjien läheisille ja perheille ei ollut saatavilla riittäviä tukipalveluja. Toimintaan kuuluu tapaamisia, perheterapiajaksoja, puhelinneuvonta ja -tuki,

suljetut vertaistykymät, läheisten illat ja läheisleiritoiminta. Läheis- ja perhetyön keskus tuottaa yhteistyössä A-klinikkasäätiön Päihdelinkin kanssa myös huumeidenkäyttäjien läheisille suunnattua avointa keskustelualueita Vilpolaa, jonka toiminta perustuu vertaistukeen. Palvelut ovat asiakkaille maksuttomia, raittiutta ei edellytetä eikä lähetettä tarvita. (Irti Huumeista ry. Läheis- ja perhetyön keskus i.a.)

Läheis- ja perhetyön keskuksen järjestämistä tapahtumista ja toiminnasta löytyy ajankohtaista tietoa keskuksen Facebook-sivuilta (<https://www.facebook.com/laheistyonkeskus/>).

2.3 Live- ja verkkovertaistukiryhmät läheisille

Irti Huumeista ry:llä on livevertaistukiryhmiä huumeidenkäyttäjien läheisille ympäri Suomea. Ryhmää ohjaavat koulutetut vapaaehtoiset ja toiminnassa olennaisista on huumeidenkäyttäjän läheisen mahdollisuus jakaa huumeongelman herättämiä ajatuksia toisten samassa tilanteessa olevien kanssa. Ryhmän toiminta on aina luottamuksellista ja ryhmään voi tulla mukaan koska tahansa. (Irti Huumeista ry. Haluatko jutella? Vertaistukiryhmät i.a.)

Irti Huumeista ry:n Huumeidenkäyttäjien läheisten vertaistukiryhmä on salainen Facebook-ryhmä. Toiminnan perustana on vertaistuki samalla tavalla kuin livevertaistukiryhmissä. Ryhmän ylläpitäjät moderoivat keskustelua tarvittaessa eivätkä lähtökohtaisesti osallistu keskusteluun. Ryhmää ei mainosteta Irti Huumeista ry:n omalla Facebook-sivulla eikä se löydy Facebookin ryhmistä hakemalla. Jäseniä ryhmässä on noin 300 (tilanne lokakuussa 2017). Aikaisemmin tieto ryhmästä oli löydettävissä Läheis- ja perhetyön keskuksen verkkosivuilta, mutta sivujen uudistuksen myötä tietoa ei uusille sivuille enää tuotu. Ryhmään pääsee mukaan ottamalla yhteyttä Irti Huumeista ry:n henkilöstöön. (Katjaminna Hakasaari, henkilökohtainen tiedonanto 6.9.2016.)

3 HUUMEET SUOMESSA

Huumausaineita ovat aineet ja valmisteet, jotka luetellaan asetuksessa huumausaineina pidettävistä aineista, valmisteista ja kasveista (A543/2008). Suomessa huumeetrendit seuraavat kansainvälisiä virtauksia. Viimeisin suurempi huumeaalto ilmeni 1990-luvulla, jolloin huumeiden kokeilun ja käytön lisääntyminen oli 1960-luvun ensimmäisen suuren huumeaallon tapaan nuoris- ja sukupolvi-ilmiö. 1990-luvulla huumeaalto lähti voimakkaammin liikkeelle miesten keskuudessa, kun naisilla huumeekokeilujen kasvuvauhti kiihtyi vasta vuosikymmenen loppupuolella. (Varjonen 2015, 29.)

Huumeekokeilujen määrä kasvoi 1990-luvun loppuun asti. Tällä hetkellä huumeekokeilut ja huumeiden käyttötaso ovat huomattavasti 1990-luvun alkua korkeammalla tasolla. Jopa 17 prosenttia 15-69-vuotiaista suomalaisista on käyttänyt ainakin kerran elämässään jotain laitonta huumetta. Kokeilut keskittyvät kannabiksen käyttöön. Osittain korkeaa lukua selittää 1990-luvulla huumeekokeilunsa aloittaneen nuorisosukupolven osuuden kasvu väestökyselyjen otosjoukossa sekä huumeita käyttämättömien vanhempien ikäpolvien poistuminen otosjoukosta kokonaan. 2010-luvulla erityisesti 25–34-vuotiaiden ikäluokassa kokeilut ovat jälleen lisääntyneet, huumeidenkäytön ollessa entistä enemmän osa nuorten arkipäivää. Huumeiden käytöllä on aikaisempaa huomattavasti vahvempi asema nuorten kaupunkilaisten juhlintatavoissa sekä päihteiden ongelmakäytössä. (Varjonen 2015, 29.)

Vuoden 2010 väestökyselyn mukaan viimeisen vuoden aikana kannabista kokeilleita oli 4 prosenttia. Kannabiksen käytön kytkeytyminen vain nuorisokulttuuriin näyttäisi heikentyneen, sillä erityisesti 25–34-vuotiaiden miesten kannabiksen käyttö on lisääntynyt huomattavasti. Pitkäaikainen ja säännöllinen käyttö ei kuitenkaan vielä näytä levinneen laajemman väestöluokan ilmiöksi. Poikkeuksen muodostavat 2000-luvun vaihteessa huumeidenkäytön aloittaneet miehet, joilla käyttötottumukset ovat muuttuneen yhä pysyvämmäksi ilmiöksi. Kyseisestä ikäluokasta jopa 15 prosenttia oli käyttänyt kannabista kuluneen vuoden aikana ja viisi prosenttia kuukauden aikana. Sukupuolten välillä on selkeä ero

huumeiden käytöllä, sillä toisin kuin miehillä, naisilla kannabiksen viimeaikainen käyttö vähenee huomattavasti 25–34-vuotiaiden ikäluokassa. (Varjonen 2015, 30.)

Kannabiksen käytön lisääntymisellä on myös selkeä kytkeä kannabiksen kotikasvatuksen nopeaan lisääntymiseen. Kannabista kasvattavat nuoret ja nuoret aikuiset miehet, ja kasvattajakunnasta noin puolet on päivittäiskäyttäjiä. Ilmiö näkyy myös rikostilastoissa: 1990-luvulla kannabistakavarikkoja oli muutamia satoja vuodessa, kun vuonna 2010 määrä oli jo 15 000 kasvia. (Varjonen 2015, 32–34.)

Muiden huumausaineiden käyttötaso on ollut melko tasaista. Vuoden 2010 väestökyselyn mukaan muita aineita kuin kannabista kokeilleita oli alle yksi prosentti. Ekstaasi ja kokaiini ovat nousseet amfetamiinin rinnalle, ja buprenorfiinin ja muiden lääkeopioidien (tramadoli, fentanyyli, oksikodoni) käyttö on yleistynyt heroisiin sijasta. Suomalaiseen päihdekulttuuriin kuuluu huumausaineiden ja alkoholin sekakäyttö: jopa puolet huumausaineita vuoden aikana käyttäneistä kertoi käyttävänsä myös alkoholia riskialttiilla tavalla. (Varjonen 2015, 30, 34.)

Amfetamiinin ja opioidien ongelmakäyttäjien määrää käytetään arvioitaessa huumausaineiden ongelmakäyttäjien määrää, ja heitä arvioidaan olevan 18 000–30 000. Huumehoitoon hakeutuneista 59 prosentilla ensisijainen ongelmapäihde oli vuonna 2013 opioidit. 75 prosentilla huumehoidon asiakkaista oli opioidien käyttöä ja päihteiden sekakäyttö on yleistä. Yleisimmin väärinkäytetty opioidi oli buprenorfiini. Kannabiksen ongelmakäyttöä oli 57 prosentilla, stimulanttien 51 prosentilla, rauhoittavien lääkkeiden 47 prosentilla ja alkoholin 38 prosentilla asiakkaista. (Varjonen 2015, 29, 48.)

4 HUUMEIDENKÄYTTÄJIEN LÄHEISET

Huumeiden käyttö ei kosketa koskaan vain käyttäjää itseään. Hakkarainen ja Jääskeläinen (2013, 102) ovat arvioineet, että 13 prosenttia helsinkiläisistä oli kokenut usein tai ajoittain huolta henkilökohtaisesti tuntemansa henkilön huumeiden käytöstä viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana. Huumeiden käytön lisääntyessä myös läheisiin kohdistuvat haitat lisääntyvät. Läheiset voivat kärsiä muun muassa masennuksesta, psykosomaattisista vaivoista, ahdistuksesta ja unettomuudesta. (Tuomola 2012, 146, 150.)

Huumeidenkäyttäjän läheinen voi olla puoliso, vanhempi, sisarus, lapsi tai joku muu sukulainen tai ystävä tai tuttava. Huumeidenkäyttäjän vanhempi voi kokea tilanteen huomattavan eri tavalla kuin esimerkiksi huumeidenkäyttäjän puoliso tai lapsi. Kuitenkin yhden perheenjäsenen päihteenkäyttö vaikuttaa koko perheeseen aiheuttaen ongelmia, ja päihde on läsnä perheessä raittiidenkin jaksojen aikana. Perheenjäsenen päihderiippuvuus aiheuttaa muutoksia myös muissa perheenjäsenissä ja heidän käytöksessään. Elämä pyörii päihdeongelmaisen ympärillä, kun perheen vuorovaikutussysteemi järjestyy päihteen ympärille. Elämää määrittävät käyttäjän vaihteleva käytös, raittiit ajat ja käyttöjaksot, ja toisaalta usein kaikki jäsenet ylläpitävät käytöksellään ja vuorovaikutusmalleillaan päihteen käyttöä. Päihdeongelmainen on kuitenkin myös rakastettu läheinen, jonka hyvinvoinnista ja terveydestä koetaan suurta huolta ja surua. Läheinen tavoitteleeekin päihteenkäyttäjän päihteen käytön vähentämistä tai lopettamista, mutta usein läheisen yritykset eivät johda asioiden korjautumiseen. (Hyytinen 2009, 177–178; Tuomola 2012, 146–148.)

Päihdeperheessä ilmenee paljon kielteisiä tunteita ja epätoivo saa ne näyttämään loputtomilta. Huumeongelman paljastuminen on usein perheelle sokki, ja siitä koetaan häpeää ja syyllisyyttä. Huumeidenkäyttöä pidetään häpeällisenä ongelmana ja häpeää tunnetaan myös perheen erilaisuudesta. Perheenjäsenet saattavat tuntea vihaa ja inhoa päihdeongelmaisen fyysisestä ja moraalista alennustilasta. Huumeidenkäyttäjän arvaamaton käytös herättää pelkoa väkival-

lasta, ja toisaalta perheenjäsenet pelkäävät myös oman toiminnan hallinnan menettämistä. (Tuomola 2012, 147, 150–151.)

Päihdeperheessä vuorovaikutus voi olla ristiriitaista ja käyttäytymismallit haitallisia. Asioista ei puhuta esimerkiksi häpeän ja syyllisyyden tunteiden vuoksi tai siksi, koska pelätään väkivallan uhkaa, riitaa tai päihteidenkäytön aloittamista. Perheenjäsenet käyttävät usein pakkoon perustuvia muutosyrityksiä, kuten no-laamista tai nöyryytystä, mikä ei kuitenkaan johda tilanteen muutokseen. Perheenjäsenet saattavat myös kääntyä pois toisistaan ja jättää toisensa huomioimatta. Usein perheenjäsenet ajattelevat, että asiat perheessä paranevat pelkäämällä, että päihderiippuvainen paranee. Päihderiippuvuus kuitenkin harvoin on muiden ongelmien syy. Perheen toipumisen kannalta olennaista on, että läheinen opettelee toimivampia vuorovaikutustaitoja, kuten keskustelemaan, neuvottelemaan, ilmaisemaan tunteitaan ja suhtautumaan elämään luottavaisesti. (Hyytinen 2009, 178, 181; Tuomola 2012, 147–148.)

Huumeongelmaisen perhe yrittää usein suojella käyttäjää kieltämällä käytön tai peittelemällä tämän tekojen seurauksia. Selviytymiskeinoina voi olla eristäytyminen ja kulissien ylläpito. Perhe pyrkii pitämään päihdeongelman salassa ja saattaa karttaa hoitoa. Nämä ovat usein yrityksiä hallita tilanteen tuottamia kiipeitä tunteita ja häpeää. Toisaalta päihdeperhe voi vaatia runsaastikin erilaisia tukitoimia ja toimia häpeämättömästi tai epäsosiaalisesti. (Tuomola 2012, 150–151.)

Päihteidenkäyttäjän läheistä tukiessa tärkeää on keskustella häpeästä ja syyllisyydentunteista. Perheenjäsenten voi olla vaikea määritellä omaa rooliaan perheessä. Esimerkiksi osallistuminen keskusteluryhmiin on tärkeää roolin hahmottamiseksi ja häpeästä ja syyllisyydentunteesta irrottautumiseksi. (Hyytinen 2008, 180–181.) Perhe voi myös olla käyttäjälle suuri voimavara ja apu toimimisessa, mikäli läheiset oppivat toimimaan terveellä tavalla (Tuomola 2012, 151).

Irti Huumeista ry:n läheisten tukiryhmässä tarkasteleman ajankohtana kirjoittaneista suurimmalla osalla huumeita käyttävä läheinen oli oma lapsi. Suomalaisista tutkimuksista huumeidenkäyttäjien läheisten kokemuksista ja saamasta vertais-

tuesta ei ole juurikaan tehty. Opinnäytetöitä aiheesta löytyy jonkin verran (esimerkiksi Heimonen 2006; Pennanen 2007; Syrjäntikka 2012). Ulkomaista tutkimusta aiheesta on enemmän (esimerkiksi NACD 2007; Barnard 2005). Australiassa tehdyn haastattelututkimuksen tulosten mukaan nuoren huumeidenkäyttö vaikuttaa suuresti muihin perheenjäseniin. Tutkimukseen osallistuneet kokivat huumeita käyttävän nuoren vanhemmuuden monimutkaiseksi, vaativaksi, mursertavaksi ja erittäin stressaavaksi. Vanhemmat kokivat luottamuksen puutetta huumeita käyttävää kohtaan ja pitivät aluksi vaikeana uskoa, että aiemmin luotettavasta lapsesta oli tullut valheellinen. Vaikka vanhemmat ymmärsivät, että varastelu ja epärehellisyys johtuivat huumeidenkäytöstä, he eivät voineet sietää sellaista käyttäytymistä perheessään. Tutkimukseen osallistuneet pitivät asian perheen sisäisenä, ja väkivallan yhtäkkisyys ja arvaamattomuus tekivät mahdottomaksi vieraiden kutsumisen perheen kotiin. Tämä vaikeutti tukea antavien suhteiden kehittymistä. (Jackson, Usher & O'Brien 2007, 321–324, 327–328.)

5 VERTAISTUKI JA SOSIAALINEN MEDIA

5.1 Vertaistuki kasvokkain ja verkossa

Vertaistuki on kokemusten jakamista samassa elämäntilanteessa olevien kesken. Sitä voi saada ja antaa kahden henkilön välillä, ryhmissä tai erilaisissa verkostoissa. Vertaisryhmät voivat olla ammattityöntekijöiden, järjestöjen tai yksityishenkilöiden perustamia. Riippuvuusryhmät (esimerkiksi AA) ovat toimineet perinteisesti ilman ammattityöntekijää. Järjestötaustaisilla ryhmillä tietopohjana voi olla jossain määrin järjestön asiantuntijatieto, mutta keskeistä näissäkin ryhmissä on kokemuksellisuus. Vertaisryhmät eroavat toisistaan toiminnan, tapojen, tavoitteiden ja toiminnan keston mukaan. Vertaisryhmien tavoitteena voi olla esimerkiksi tuen saaminen ja jakaminen, tiedon jakaminen tai yhteistyön kehittäminen viranomaisten kanssa. Ryhmässä voidaan toimia nimettömästi tai nimen kanssa. Olennaista kaikissa ryhmissä on kuitenkin jäsenten halu jakaa kokemuksiaan ja tunteuksiaan keskenään. (Kuuskoski 2003, 31; Nylund 2005, 203; Nylund 1999, 129; Nylund 1996, 194, 198–201.)

Vertaistoiminta vahvistaa sosiaalista pääomaa ja siten suojaa yksilöä elämän vastoinkäymisissä. Erityisen suuri merkitys vertaistuella on muutostilanteissa ja silloin, kun elämäntilanne poikkeaa lähiympäristön elämäntilanteesta. Vertaistuen avulla on helpompi selvittää omaa elämäntilannettaan ja selviytyä muutoksesta ja sen aiheuttamasta stressistä. Vertaistuki ei kuitenkaan korvaa asiantuntija-apua erilaisissa kriisitilanteissa vaan toimii ammattilaisten tarjoaman tuen apuna ja tukena. Vertaistuki on aina vapaaehtoista ja vastavuoroista, se perustuu kokemustiedon jakamiseen ja arvopohjana ovat tasa-arvoisuus, avoimuus ja toisen kunnioittaminen. (Kuuskoski 2003, 31, 36; Nylund 1999, 130.)

Vertaisryhmän jäseniä yhdistää yhteinen ongelma ja samanlainen elämäntilanne sekä halu jakaa kokemuksiaan muiden kanssa. Kokemustieto auttaa hahmottamaan tilanteen kokonaiskuvaa ja soveltamaan asiantuntijatietoa omaan elämäntilanteeseen. Vertaisryhmässä on mahdollisuus oppia uutta ja hyödyllistä ja se voi auttaa yksilöä ratkaisemaan tai lieventämään henkilökohtaista ongel-

maansa. Usein jo tieto siitä, ettei ole yksin vaikeassa tilanteessa, on jäsenille helpottavaa. Vertaistuki voi parantaa itsetuntoa ja taitoa selviytyä erilaisista kriisitilanteista ja se lisää yksilön kykyä tehdä tietoisia ja harkittuja valintoja. Vaikka vertaisryhmässä olennaista on yhteiseen ongelmaan liittyvän elämäkokemuksen jakaminen, keskustellaan ryhmissä usein muustakin kuin ongelmista tai senhetkisestä elämäntilanteesta. (Kuuskoski 2003, 31–35; Nylund 2005, 203; Nylund 1999, 126; Nylund 1996, 194, 204.)

Venla Kuuluvainen (2016) tarkastelee väitöskirjassaan sosiaalisen tuen viestintää alkoholistien läheisille tarkoitetuissa Al-Anon-(live)vertaistukiryhmissä. Tutkimuksen tavoitteena oli muun muassa kartoittaa Al-Anonin ryhmäpalavereissa esiintyviä sosiaalisen tuen viestinnän tyyppisiä sekä ymmärtää Al-Anonin jäsenten näkemyksiä siitä, millaisista elementeistä hyödylliseksi koettu tuki muodostuu Al-Anonissa. Tutkimuksen tulokset osoittavat, että Al-Anonin palavereissa esiintyy *emotionaalista, tiedollista, sosiaalisten verkostojen tuomaa* sekä *omanarvontunnetta kohottavaa* tukea. Tulokset osoittivat myös, että Al-Anonin jäsenet arvioivat hyödyllisiksi positiivisen yhteisön tukea antavana verkostona, vertaiset tuen lähteenä ja kokemusten jakamisen sosiaalisen tuen viestinnän muotona.

Ari Haasio (2015) pyrkii väitöskirjassaan selvittämään muun muassa minkä tyyppistä tietoa sosiaalisesti vetäytyneet etsivät julkisella keskustelualueella ja mikä on vertaistuen merkitys kyseisellä keskustelualueella. Tulosten mukaan ryhmästä etsittiin vertaistuen lisäksi usein toimintaa ohjaavaa tai päätöksenteon tueksi tarvittavaa tietoa aihepiireistä, jotka yhdistivät keskustelijoita.

Jatta Pennanen (2007) on tutkinut pro gradu -työssään vertaistuen vaikuttavuutta Irti Huumeista ry:n huumeidenkäyttäjien läheisten (live)vertaistukiryhmässä. Hänen tulostensa mukaan vertaistukiryhmät ovat vaikuttaneet läheisiin neljällä tavalla: Ryhmistä saatu tieto ja tuki ovat tuottaneet *helpotusta* ja lisänneet *ymmärrystä* päihdeongelmaa kohtaan, ja läheisten *syyllisyydentunne on lieventynyt* ja he ovat oppineet *arvostamaan omaa elämäänsä* uudella tavalla. Pennanen tutkimuksen mukaan osallistuminen vertaistukiryhmään vähentää läheisen tunnetta poikkeavuudesta ja on lohduttavaa huomata, että muitakin on samassa

tilanteessa. Vertaisryhmissä on helppo olla, kun toiset ymmärtävät millaisen ongelman kanssa ollaan tekemisissä.

Heli Syrjäntikan (2012) pro gradu tarkastelee päihteidenkäyttäjän läheisen saamaa apua ja tukea läheisten kirjoitusten kautta. Kirjoituspyynnöllä pyrittiin tavoittamaan myös niitä, jotka eivät olleet vertaistuen piirissä, mutta monet kirjoittajista olivat osallistuneet vertaisryhmätoimintaan. Osa kirjoittajista oli kuitenkin kokenut, ettei saanut vertaisryhmästä kaipaamaansa apua ja tukea. Toisille vertaistuki taas on ollut korvaamatonta ja he olivat todella ymmärtäneet vasta vertaisryhmässä, mitä onkaan tapahtunut. Syrjäntikan tutkimuksen mukaan läheisillä on tarve puhua asiasta, mutta se voi olla vaikeaa.

5.2 Sulautuva sosiaalityö ja sosiaalinen media

Informaatio- ja kommunikaatioteknologia (IKT) on kehittynyt huimaa vauhtia ja virtuaalinen ulottuvuus on läsnä lähes kaikkialla. Erityisesti nuoret aikuiset käyttävät IKT:a sosiaalisen tuen ja voimaannuttavan vuorovaikutuksen lähteenä sekä osallistumisen areenana. Monet ikään kuin elävät yhtä aikaa kahdessa ulottuvuudessa ja näin ollen myös sosiaalityötä tulisi tehdä molemmissa (Granholm 2016, 21, 26, 57).

Camilla Granholm (2016, 13, 41) esittelee väitöskirjassaan sulautuvan sosiaalityön käsitteen lähtökohdaksi tulevaisuuden sosiaalityön palvelutarpeiden, odotusten ja suuntien hahmottamiseksi, kehittämiseksi ja tutkimiseksi. Sulautuva sosiaalityö ei pidä virtuaalisia välineitä ja käytäntöjä kasvokkaisia parempina. Ajatuksena on käyttää tilanteesta riippuen parhaita mahdollisia käytäntöjä ottaen huomioon sen, että tämän päivän ihmiset elävät kahdessa ulottuvuudessa.

Sosiaalityön virtuaalisen ulottuvuuden kehittämisen tarve nousee (mahdollisilta) asiakkailta, jotka ovat aktiivisia IKT:n käyttäjiä ja siten heillä on odotuksia tiedon ja palveluiden saavuttamiseen verkossa. Sulautuva sosiaalityö on jatkumo kasvokkaisen ja verkossa tapahtuvan käytännön välillä, se on yhtä aikaa sekä virtuaalisessa ulottuvuudessa että reaali maailmassa. (Granholm 2016, 58, 60.)

Keskeisiä periaatteita sulautuvassa sosiaalityössä on yhtenäiset oikeudet helppoon saavutettavuuteen, vastuullisuus ja erilaisuuden kunnioitus. Ottamalla huomioon yksilölliset tarpeet sulautuva sosiaalityö edistää hyvinvointia. (Granholm 2016, 63.)

Sulautuva sosiaalityö on käytännön idea tai malli, jossa asiakkaan tarpeet määrittelevät tapahtuuko palvelu verkossa vai reaali maailmassa. Välineiden ja menetelmien käyttö on joustavaa. Palvelu voi esimerkiksi alkaa kasvokkaisina tapaamisina ja vähitellen siirtyään käyttämään yhä enemmän verkkopalveluita (esimerkiksi työntekijän ja asiakkaan yhteydenpito). Palvelu voi myös alkaa aluksi verkossa ja sen jälkeen siirtyä kasvokkaiisiin palveluihin. Sulautuva sosiaalityö vaatii työntekijältä jatkuvaa reflektiota asiakkaan tilanteesta ja siitä, millä menetelmällä saavutetaan paras tulos. Työntekijällä on oltava joustavuutta vaihtaa menetelmää asiakkaan tilanteen kehittyessä. (Granholm 2016, 60–61.) Sosiaalityön keskeiset arvot (itsemääräämisoikeus, luottamuksellisuus, ihmisoi-keudet jne.) ovat hyvä lähtökohta arvioitaessa sulautuvan sosiaalityön soveltu- vuutta asiakkaalle (Granholm 2016, 65).

Granholmin mukaan virtuaalisten palveluiden etuja on matala kynnys, helppo saavutettavuus ja avoimuus. Uusi teknologia on joustavaa ja sitä voi soveltaa monin tavoin. Verkkopalveluita tarvitsevat esimerkiksi kaukana palveluista tai hankalien liikenneyhteyksien päässä asuvat, epäsäännöllisiä työaikoja tekevät sekä eri tavoin vammaiset henkilöt. Verkossa voidaan tarjota myös nopeasti kohdennettua palvelua esimerkiksi kriisitilanteissa. Vaarana verkkopalveluissa kuitenkin on muun muassa mahdollisten markkinaosapuolten kiinnostus sekä se, että käyttäjät paljastavat liian paljon arvioimatta virtuaalisen palvelun riskejä. (Granholm 2016, 46, 58.)

Informaatio- ja kommunikaatioteknologian tuominen sosiaalityön käytäntöihin luo monia mahdollisuuksia. Sen haasteet tulee kuitenkin ottaa huomioon. IKT tekee palveluista joustavampia ja esimerkiksi äänen, kuvien ja lyhyiden video- pätkien käyttö tekstin lisäksi on suositeltavaa. Tietoturvaan ja luottamuksellisu- teen on kiinnitettävä erityistä huomiota verkossa tapahtuvassa sosiaalityössä. Virtuaaliympäristö lisää riskiä siihen, että osallistujat kertovat liian paljon liian

aikaisin ja väärässä foorumissa. Sosiaalityöntekijöiden onkin tärkeää muistuttaa asiakkaita palvelun luonteesta ja sen riskeistä. (Granholm 2016, 63–65, 69.)

Facebook on yksi tämän hetken sosiaalisen median palveluista, joka tarjoaa sosiaalityölle uusia mahdollisuuksia. Facebookissa on mahdollista perustaa erilaisia ryhmiä omien tarpeiden ja toiveiden mukaisesti. Ryhmä voi olla *julkinen*, *suljettu* tai *salainen*. Julkiseen ryhmään voi kuka tahansa liittyä ja kaikki sen julkaisut ja siihen liittyvät tarinat ovat kaikkien nähtävillä. Salaista ryhmää ei pysty löytämään haulla, eikä siihen voi liittyä muut kuin ylläpitäjän kutsumat henkilöt. Salaisen ryhmän julkaisut näkyvät vain jäsenille. Suljettu ryhmä on tavallaan julkisen ja salaisen ryhmän välimuoto. Sen voi löytää haulla ja kuka tahansa voi pyytää liittymistä ryhmään, mutta ylläpitäjä tai moderaattori liittää (tai on liitämättä) jäsenet ryhmään ja keskustelut näkyvät vain jäsenille. (Facebook 2016.)

Camilla Granholm (2016, 26) tutki väitöskirjassaan muun muassa tuen hakemista osallistumalla verkkoryhmiin. Tutkimuksen mukaan toisille on helpompaa puhua aroista asioista verkossa kuin kasvokkain. Monet seuraavat keskustelua taustalta jonkin aikaa ennen kuin itse osallistuvat, ja saavat jo siitä apua tilanteeseensa. Koettaessa jotain hyvin vaikeaa monet pitävät helpompana kertoa tilanteesta samassa tilanteessa olevalle tuntemattomalle kuin sukulaiselle tai ystävälle. Jotkut kuitenkin kaipaavat lisäksi ammattilaista. Verkkoryhmät tarjoavat loistavan areenan kokemusten jakamiseen, keskusteluun ja ratkaisujen etsimiseen sekä tukea. Ammatillinen moderaattori tai valvoja saa ryhmän keskustelun pysymään paremmin aiheessa ja ehkäisee epäasiallista käytöstä ja loukkauksia. (Granholm 2016, 67–70.)

Pro graduja julkisilla keskustelualueilla (joilla toimitaan nimimerkeillä) esiintyvää vertaistuesta on tehty jo melko paljon. Elisa Hiltunen (2015) tarkastelee pro gradussaan äitien kokemaa vertaistukea julkisella keskustelupalstalla. Hänen tutkimuksensa mukaan anonyyminä kirjoittaminen mahdollistaa myös vaikeiden asioiden esiin tuomisen ja keskustelupalstaa pidetään hyväksyttävänä vertaistuen hakemisen ja antamisen paikkana. Osa kommenteista keskustelualueella

olivat negatiivisia, mutta usein ne aiheuttivat vastakomentointia muilta vastaajilta.

Päihteidenkäyttäjien läheisiä on tutkittu vähemmän ja usein tutkimus on keskittynyt alkoholistien läheisiin. Emma Vanhanen (2009) käsittelee pro gradussaan päihdeongelmaisten puolisoiden verkon vertaiskeskusteluja. Hänen havaintojen mukaan vertaistuki on ohjeistavaa ja jopa syyttävää silloin, jos autettava ei ilmaise oman vastuun ottamista tilanteessa. Vanhasen tutkimuksen mukaan julkisilla keskustelualueilla auttaja usein asettuu tietäjäksi ja autettava kohteeksi.

Keskustelupalstalla esiintyvää vertaistukea tarkastellessa on havaittu, että verkko toimii vertaistuen hakemisen ja antamisen paikkana huolimatta siellä toisinaan esiintyvistä negatiivisista kommentoinnista (Hiltunen 2015; Vanhanen 2009). Aikaisempien päihteidenkäyttäjien läheisiä koskevien pro gradujen mukaan läheiset ovat kokeneet vertaistuen tehokkaaksi tuen muodoksi (Äijö 2013; Heimonen 2006).

6 TUTKIMUSONGELMA JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Opinnäytetyöni on laadullinen tapaustutkimus. Idea opinnäytetyöhön tuli Irti Huumeista ry:ltä ja heidän toiveenaan oli, että huumeidenkäyttäjien läheisten Facebook-tukiryhmässä esiintyvää vertaistukea tutkittaisiin. Ryhmä on ollut toiminnassa vuodesta 2014 lähtien, mutta siellä käytyjä keskusteluja ei ole aikaisemmin analysoitu eikä tilastoitu. Huumeidenkäyttäjien läheiset kokevat usein häpeää. Tilannetta salaillaan, vaikka avoimuus voisi vähentää poikkeavuuden ja häpeän tunteita. Tämän tutkimuksen avulla on mahdollista tehdä näkyväksi huumeidenkäyttäjien läheisten tuen tarpeita ja verkkotukiryhmän toimintaa sekä saada tilastotietoa toiminnan jatkamisen perustelemiseksi. Ryhmän nykytilanteen kuvaaminen on olennaista myös sen kehittämisen arvioimiseksi.

Huumeidenkäyttäjien läheisiä tai heille suunnattuja palveluja ei ole juuri tutkittu Suomessa. Kuitenkin huumeidenkäyttö koskettaa aina myös käyttäjän läheisiä ja heidän tarpeensa tulisi ottaa huomioon päihdepalveluissa. Verkkokeskusteluiden merkitystä vertaistuessa ei myöskään ole vielä paljoa tutkittu Suomessa. Tutkimukseni tavoitteena oli selvittää, minkälaista tukea huumeidenkäyttäjien läheiset saavat ja jakavat salaisessa Facebook-ryhmässä. Tavoitteena oli myös arvioida, miten verkkoryhmä soveltuu välineeksi vertaistuen jakamiseen huumeidenkäyttäjien läheisille.

Tutkimuskysymyksiä ovat

1. Mistä teemoista ryhmässä puhutaan?
2. Miten vertaistuki näyttäytyy salaisessa Facebook-ryhmässä?

7 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

7.1 Aineisto ja verkkohavainnointi

Aineiston muodostaa Irti Huumeista ry:n huumeidenkäyttäjien läheisille tarkoitettuun salaiseen Facebook-ryhmään 20.2.–19.3.2017 kirjoitetut viestit ja niihin tulleet vastaukset. Tarkasteluajankohtana ryhmässä kirjoitti 86 ryhmäläistä. Aloitusviestejä ryhmään kirjoitettiin 138 ja kommentteja niihin tuli 659. Sain suostumuksen kirjoitusten käyttöön 72 ryhmän jäseneltä, joten lopullisen aineiston muodosti 119 aloitusviestiä ja 576 kommenttia. Yhteensä materiaalia tuli vajaat 90 sivua (fontti: Arial; koko: 12; riviväli: 1.15). Aineiston keruuvaiheessa tallensin aloitusviesteihin ja kommentteihin niiden kirjoittajien etunimet, jotta pystyin seuraamaan sitä, kuka on kommentoinut mitäkin ja mitkä ovat aloitusviestin kirjoittajan omia kommentteja. Analyysivaiheessa (tarkemmin luvussa 7.3) poistin aineistosta kirjoittajien nimet.

Aineiston keruumenetelmänä käytin havainnointia. Havainnointi on sopiva tutkimusmenetelmä silloin, kun halutaan tietää mitä todella tapahtuu tai jos tutkitavasta ilmiöstä ei tiedetä vielä juurikaan. Havainnoimalla voidaan tarkastella esimerkiksi käytöstä, tilanteita, tapahtumia ja ilmiöitä. (Holliday 2007, 62; Tuomi & Sarajärvi 2008, 81). Havainnoinnilla saadaan välitöntä, suoraa ja todellista tietoa esimerkiksi siitä, miten käyttäytyään, kun esimerkiksi haastattelussa tutkittavat saattavat kaunistella asioita. Tilanteet ovat aitoja, kun ilmiö tapahtuu luonnollisessa kontekstissaan. Havainnoinnilla nähdään asiat oikeissa yhteyksissään ja sillä saadaan monipuolista ja yksityiskohtaista aineistoa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara. 2007, 207–209; Kananen 2014a, 76; Kananen 2014b, 105.) Tarkoituksena oli selvittää, mistä asioista ryhmässä keskustellaan, minkälaista vuorovaikutusta ryhmässä tapahtuu ja millä tavalla vertaistuki ryhmässä ilmenee, joten havainnointi oli sopiva menetelmä.

Verkkohavainnointi tarkoittaa sekä verkkoilmiöiden että reaali maailman ilmiöiden havainnointia verkon (esimerkiksi web-kameran) välityksellä (Kananen 2014a, 75). Oma opinnäytetyöni tarkastelee verkkoyhteisöä, joten tarkoitan täs-

sä verkkohavainnoinnilla verkkoilmiöiden havainnointia. Reaalimaailmassa havainnointi on työläs ja aikaavievä menetelmä, mutta verkossa tilanne voi olla toinen. Verkossa havainnointi tapahtuu aina vähintään yhden teknisen ratkaisun kautta ja usein verkkohavainnointi tarjoaa tallennusmahdollisuuden. Verkkomateriaali voidaan helposti tallentaa ruutukaappauksina tai kopioimalla tekstit esimerkiksi Word-tiedostoon. Varsinaiset havainnoinnin menetelmät, edut ja haasteet ovat samat kuin perinteisessä (reaalimaailman) havainnoinnissa. (Kananen 2014a, 75–76; Kananen 2014b, 107.)

Verkkohavainnointi ei ole kuitenkaan pelkkää verkkovierailijoiden tuotosten (kirjoitukset tms.) keräämistä, vaan se vaatii verkkovierailijoiden reaktioiden tarkastelua. Tämä tarkoittaa esimerkiksi kävijöiden tuotoksiin tulleiden toisten kävijöiden kommenttien ja vastausten tarkastelua. (Kananen 2014a, 77–78.) Facebookissa on oleellista myös mahdollisuus ”tykätä” toisten viesteistä, joten merkitsin ylös myös viesteihin tulleet ”tykkäykset”.

Havainnointia voidaan tehdä monella tavalla ja se on aina subjektiivista toimintaa. Muun muassa tutkijan taidot, kokemus ja ennako-odotukset vaikuttavat siihen, mitä havaitaan ja mikä jää havaitsematta. (Eskola & Suoranta 1998, 103.) Havainnointi voi olla tarkkaan strukturoitua ja systemaattista tai täysin vapaata. Käytin tutkimuksessani strukturoitua havainnointia. Strukturoidussa havainnoinnissa havainnoitavat asiat määritellään tutkimusongelman yhteydessä, ja tutkimuksessa käytetään esimerkiksi valmiita listoja, joissa on lueteltu havainnoitavat asiat ja niihin merkitään, kuinka monta kertaa mikäkin asia esiintyy jonkin ajanjakson kuluessa. (Hirsjärvi ym. 2007, 209–210; Kananen 2014b, 110.) Havainnoitaviksi asioiksi määrittelin ryhmään kirjoitetut aloitusviestit, niihin tulleet kommentit sekä ns. tykkäykset (ks. luku 7.3 ja 7.4).

Havainnointi voidaan menetelmänä jakaa neljään eri muotoon, jotka määräytyvät havainnoijan roolin mukaan. Nämä muodot ovat piilohavainnointi, havainnointi ilman osallistumista, osallistuva havainnointi ja osallistava havainnointi eli toimintatutkimus. (Eskola & Suoranta 1998, 101.) Tutkimuksessani havainnoin ilman osallistumista. Tutkija jää ikään kuin ulkopuoliseksi ja vuorovaikutus tutkitavien kanssa on lähes olematonta tai ainakin vähäisempää kuin osallistuvassa

havainnoinnissa, jossa tutkija osallistuu tutkittavien toimintaan (Tuomi & Sarajärvi 2008, 82).

Luin ryhmään tulleet viestit tarkasteluajankohtana joka ilta ja kopioin ne tykkäyksineen Word-tiedostoon. Havainnoinnissa käytetäänkin usein havainnointipäiväkirjaa, johon kirjataan ylös havaitut asiat (Kananen 2014a, 79). Verkkoi-
neistot on helppo tallentaa täydellisinä ja tarkastella niitä myöhemmin. Aineis-
toon on helppo palata aina uudestaan. (Kananen 2014a, 78.)

7.2 Laadullinen analyysi

Analyysimenetelmänä käytin kvalitatiivista sisällönanalyysiä, luokittelua, teemoittelua ja tyypittelyä sekä pienessä määrin kvantitatiivista analyysiä. Aiheen arkaluontoisuuden takia on perusteltua olla käyttämättä suoria lainauksia ryhmän keskusteluista tutkimusraportissa.

Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, joka sopii moniin laadullisiin tutkimuksiin. Se soveltuu hyvin myös täysin strukturoimattoman aineiston analyysiin. Sisällönanalyysi on tekstianalyysiä, jossa etsitään tekstin merkityksiä. Sen avulla pyritään muodostamaan tiivistetty ja yleinen muoto tutkittavasta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2008, 91, 103–104.)

Laadullisessa analyysissä aineisto hajotetaan ensin osiin, käsitteellistetään ja kootaan uudestaan uudella tavalla loogiseksi kokonaisuudeksi. Ennen analyysiä määritetään analyysiyksikkö, joka voi olla esimerkiksi yksittäinen sana, lause tai ajatuskokonaisuus. (Tuomi & Sarajärvi 2008, 108, 110.) Tutkimuksessani määrittelin analyysiyksiköksi ensimmäisessä vaiheessa (ks. luku 7.3) aloitusviestit ja niihin tulleet tykkäykset ja toisessa vaiheessa (ks. luku 7.4) aloitusviesteihin tulleet kommentit.

Laadullinen analyysi voidaan jakaa kolmeen eri muotoon: aineistolähtöinen, teorialähtöinen ja teoriaohjaava analyysi. Omassa opinnäytetyössäni käytin aineistolähtöistä ja teoriaohjaavaa analyysiä. Aineistolähtöisessä analyysissä

analyysiyksiköt valitaan aineistosta tutkimuksen tarkoituksen mukaisesti ja tutkimusaineistosta luodaan teoreettinen kokonaisuus. Teoriaohjaavassa analyysissä teoria toimii analyysin apuna. Analyysiyksiköt valitaan aineistosta mutta aikaisempi tieto ohjaa tai auttaa analyysia. Analyysissä edetään siis aluksi aineistolähtöisesti, mutta teoria tuodaan ohjaamaan analyysia myöhemmässä vaiheessa. (Tuomi & Sarajärvi 2008, 95–97.)

7.3 Aineiston ensimmäinen analyysi: aloitusviestit

Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä on kolme vaihetta. Ensimmäinen vaihe on aineiston redusointi eli pelkistäminen. Siinä aineisto luetaan läpi useaan kertaan ja siitä etsitään tutkimuksen kannalta olennaisia ilmaisuja. (Tuomi & Sarajärvi 2008: 109.) Luin aluksi koko aineiston läpi kaksi kertaa. Aineisto kannattaa lukea läpi useaan kertaan, sillä se helpottaa aineiston pääteemojen löytymistä (Alston & Bowles 2013: 276). Tämän jälkeen numeroin aloitusviestit ja niihin tulleet kommentit. Ensimmäinen tarkasteluajankohtana ryhmään kirjoitettu aloitusviesti on siten 1. ja viimeinen 138. aloitusviesti. Ensimmäinen ensimmäiseen aloitusviestiin tullut kommentti on 1.1, toinen ensimmäiseen aloitusviestiin tullut kommentti 1.2, jne. Facebookissa oli aineiston keruuajana mahdollista kirjoittaa kommentti myös vastauksena jo tulleeseen kommenttiin. Näistä kommentteista käytin analyysivaiheessa aluksi käsitettä alakommentti ja numeroin ne siten, että esimerkiksi kolmannen aloitusviestin ensimmäiseen kommenttiin tullut toinen alakommentti on 3.1.2. Myöhemmin käytin myös alakommenteista käsitettä kommentti, mutta jätin numeroinnin selvyden vuoksi ennalleen.

Numeroinnin jälkeen poistin aineistosta ne viestit ja kommentit, joiden käyttöön tutkimuksessani en saanut kirjoittajilta suostumusta. Tein tämän vasta numeroinnin jälkeen, jotta pystyin tarkemman analyysin aikana huomioimaan, puuttuuko keskusteluista kommentteja väleistä. Esimerkiksi jos olen poistanut kommentin 5.5 pystyn arvioimaan, onko kommentti 5.6 jatkokeskustelua kommentille 5.5 vai itsenäinen kommentti aloitusviestiin 5. Tässä vaiheessa poistin aineistosta myös kirjoittajien nimet. Lisäsin kuitenkin merkintöihin huomiot siitä, mitkä kommentit ovat samojen ryhmäläisten kirjoittamia.

Aloitin aineiston varsinaisen redusoinnin numeroinnin jälkeen lukemalla pelkät aloitusviestit (119 kpl) läpi vielä kerran ja tiivistämällä jokaisen aloitusviestin ydinajatuksen muutama sanaan. Tarkastelin aloitusviesteistä sitä, mistä teemoista niissä kirjoitetaan tai mitä (linkkejä artikkeleihin tms.) niissä on jaettu. Analyysin apuna kannattaa käyttää muistioita, joihin voi kirjata esimerkiksi käytetyt koodit, heränneet kysymykset, ajatukset, ideat ja hypoteesit (Alston & Bowles 2013, 274). Kirjoitin jokaisen aloitusviestin tiivistykset muistioon, jonka jälkeen ryhdyin etsimään niistä yhtäläisyyksiä.

Sisällönanalyysin toinen vaihe on aineiston klusterointi eli ryhmittely. Siinä aineisto luokitellaan, teemoitellaan, tyytitellään tms. Klusteroinnissa pelkistetyt ilmaukset käydään tarkasti läpi ja samaa tarkoittavat käsitteet ryhmitellään ja yhdistetään luokaksi. Luokitteluyksikkönä voi olla esimerkiksi jonkin ominaisuus, piirre tai käsitys. (Tuomi & Sarajärvi 2008: 110.) Omassa työssäni klusterointi tapahtui osin samaan aikaan redusoinnin kanssa ja käytin luokitteluyksikkönä sitä, mitä aloitusviesteissä jaetaan tai pyydetään. Muodostin aloitusviesteistä yhteensä 13 alaluokkaa. Tässä vaiheessa jätin esimerkiksi eri aiheita käsittelevät (läheisiä, päihteidenkäyttäjiä, päihteiden vaikutuksia tai päihdepolitiikkaa) artikkelit omiksi alaluokikseen voidakseni tarkastella myöhemmin tarkemmin sitä, poikkeako kommentointi niissä toisistaan. Otin avukseni Excel-taulukon, johon kirjasin aloitusviestien numerot sekä toiseen sarakkeeseen luokan numerot. Tämä helpotti aineiston numeerista tarkastelua. Alaluokat ovat:

1. Ylläpidon tiedote ryhmistä/tapahtumista/jne.
2. Ryhmän jäsenen tiedote ryhmistä/tapahtumista/jne.
3. Artikkelit läheisistä
4. Artikkelit päihteidenkäyttäjistä
5. Artikkelit päihteiden vaikutuksista tai päihdetilanteesta Suomessa
6. Artikkelit päihdepolitiikasta
7. Muu tiedon jakaminen
8. Oman tilanteen kuvaus tai pohdinta
9. Lapsen/läheisen tilanteen kuvaus tai pohdinta
10. Neuvojen tai tiedon kysyminen
11. Tuen jakaminen tai kiitosviesti

12. Runo tai mietelause

13. Muu

Kolmas vaihe sisällönanalyysissä on abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen. Siinä luokittelua jatketaan luomalla alaluokista yläluokkia, yläluokista pääluokkia ja pääluokista lopulta yhdistävä luokka. Aineisto liitetään teoreettisiin käsitteisiin ja siitä muodostetaan esimerkiksi malli tai käsitejärjestelmä, jotka esitetään tuloksissa. (Tuomi & Sarajärvi 2008: 111–113.) Jatkoain aineistoni luokittelua yhdistämällä aluksi alaluokat 1 ja 2 yläluokaksi *tiedotteet*, alaluokat 3–6 yläluokaksi *artikkelit*, sekä alaluokat 7–9 yläluokaksi *kokemus*. Yhdistin tässä vaiheessa siis runot ja mietelauseet ryhmäläisten omien ja läheisten jaettujen kokemusten kanssa samaan yläluokkaan, sillä runot ja mietelauseet sisälsivät samalla tavalla kirjoittajien ajatuksia huumeiden käyttäjän läheisenä olemisesta kuin varsinaiset kuvaukset tilanteista.

TAULUKKO 1. Aloitustietien luokittelu.

Alaluokka	Yläluokka	Yhdistävä luokka
Ylläpidon tiedotteet ryhmistä ja tapahtumista Jäsenten tiedotteet ryhmistä ja tapahtumista	Tiedotteet	Tiedon jakaminen
Artikkeli läheisistä Artikkeli päihteenkäyttäjistä Artikkeli päihteisistä (tietoa päihteisistä tai päihdetilanteesta Suomessa) Artikkeli päihdepolitiikasta	Artikkelit	
Muu tiedon jakaminen	Muu tiedon jakaminen	
Oma tilanne (kuvaus, pohdintaa) Lapsen/läheisen tilanne (kuvaus, pohdintaa) Runo tai mietelause	Kokemus	
Tuen jakaminen ja kiitosviestit	Tuen jakaminen ja kiitosviestit	
Neuvojen tai tiedon kysyminen	Neuvojen ja tiedon kysyminen	Neuvojen ja tiedon kysyminen
Muu	Muu	Muu

Laadullisen sisällönanalyysin jälkeen käsitelin aloitustietoja määrällisesti. Varsinaisesta kvantitatiivisesta analyysistä ei ole kyse, vaan ennemminkin aineiston kuvaamisesta numeerisesti. Sen verran kvantitatiivista analyysia kuitenkin tein, että selvitin ristiintaulukoimalla aloitustietien ja niihin tulleiden kom-

menttien luokat, ja laskin keskiarvot muun muassa aloitusviesteihin tulleista kommenteista.

Tarkempaa tarkastelua varten erotin eri yläluokkiin luokittamani aloitusviestit omiksi tiedostoikseen. Koska ryhmän ydinajatuksena on vertaistuki ja se on myös omassa opinnäytetyössäni kiinnostuksen kohteena, keskityin tässä tarkastelussa aloitusviesteistä kokemuksen jakamiseen ja neuvojen ja tiedon kysymiseen. Tässä opinnäytetyössä ei ole oleellista perehtyä jaettujen tiedotteiden ja artikkeleiden sisältöön tarkemmin.

Lopuksi tarkastelin aloitusviesteihin tulleita niin sanottuja tykkäyksiä. Facebookissa on mahdollista ilmaista omaa tunnereaktiotaan viesteihin erilaisilla hymiöillä. Tutkimuksen ajankohtana valittavissa olevat hymiöt (jatkossa ”tykkäykset”) olivat seuraavat:

 Tykkää

 Ihastu

 Haha

 Vau

 Surullinen

 Vihainen

Merkitsin Excel-taulukkoon aloitusviestien kohdalle käytetyt tykkäykset ja niiden määrät, jonka jälkeen tarkastelin käytettyjen hymiöiden määrää suhteessa aloitusviestin aiheeseen. Ilman ryhmäläisten haastattelua en voi tietää mitä tykkäyksillä on tarkalleen tarkoitettu. Tutkimustuloksissa pitäydyn pääasiassa niiden määrän raportoimisessa, ja kaikki mahdolliset niistä tekemäni johtopäätökset ja tulkinnat ovat vain omia näkemyksiäni asiasta. Tulkintani olen kuitenkin perustanut keskustelun seuraamiseen sekä aineiston (kommenttien) syvälliseen perehtymiseen.

7.4 Aineiston toinen analyysi: kommentit

Tarkastelin ryhmään kirjoitettuja viestejä niissä esiintyvän vertaistuen kannalta. Kommentteja analysoin teoriaohjaavan sisällönanalyysin avulla luvussa 7.3 kuvattujen vaiheiden (aineiston redusointi, klusterointi ja abstrahointi) kautta. Kommenteissa esiintyvää vertaistukea kuvasin aluksi seuraavilla sanoilla:

Myötätunto

Myötäeläminen

Kannustus

Tsemppaus

Voimien toivotus

Toivon ylläpitäminen

Myötäily

Sanoittaminen

Samaistuminen

Oman kokemuksen jakaminen

Lohduttaminen

Rauhoittelu

Hymiöt

Ehdotukset

Käytännön neuvot

Faktatieto ja linkit

Näkemykset ja opetukset

Silmien avaaminen

Syällisyyden helpottaminen

Kehuminen

Kiittäminen kokemuksen jakamisesta, keskustelusta jne.

Lisäkysymykset

Kiinnostuksen osoittaminen tilanteeseen

Useissa viesteissä ilmaistiin myötätuntoa, mutta monissa tuki oli jopa enemmän kuin myötätuntoa. Niissä kommentoija asettuu enemmän toisen asemaan ja ikään kuin elää tilanteen yhdessä toisen kanssa. Mietin pitkään, kuinka kuvailla

tätä eroa, joka usein ei riippunut pelkästään käytetyistä sanoista vaan myös yhteydestä, joissa ne sanottiin. Päädyin käyttämään näistä käsitettä myötäeläminen.

Tämän jälkeen yhdistin kannustamisen, tsemppauksen ja voimien toivotuksen luokaksi ”kannustaminen”, myötäilyn, sanoittamisen ja samaistumisen luokaksi ”ymmärtäminen”, ja käytännön neuvot, faktatiedon ja linkit luokaksi ”käytännön neuvot”. Silmien avaamisen liitin yhteen näkemysten ja opetusten kanssa. Tässä vaiheessa lisäsin myös luokan ”ei vertaistukea”, jolloin luokkia muodostui kaiken kaikkiaan 17:

0. Ei vertaistukea
1. Myötätunto
2. Myötäeläminen
3. Kannustus (myös tsemppaus ja voimien toivotus)
4. Toivon ylläpitäminen
5. Ymmärtäminen (myötäily, sanoittaminen & samaistuminen)
6. Oman kokemuksen jakaminen
7. Lohduttaminen
8. Sanaton tuki, hymiöt
9. Ehdotukset
10. Käytännön neuvot (myös faktatieto ja linkit)
11. Näkemykset ja opetukset
12. Syyllisyyden helpottaminen
13. Kehuminen
14. Kiittäminen kokemuksen jakamisesta, keskustelusta jne.
15. Lisäkysymykset
16. Kiinnostus tilanteeseen

Kommentit, jotka luokittelin kuuluvaksi luokkaan 0 (ei vertaistukea) olivat esimerkiksi ryhmäläisten reaktioita ylläpidon tiedotteisiin. Myös keskustelut täysin ryhmän aiheesta poiketen (esimerkiksi lyhyt ajatustenvaihto kahden ryhmäläisen välillä koirista) olen luokitellut tähän luokkaan.

Kommenttien abstrahointivaiheessa otin avukseni Venla Kuuluvaisen (2016, 431–436) väitöskirjan tutkimustulosten mukaisen jaottelun vertaistuen eri muodoista. Kuuluvainen on luokitellut Al-Anonin (live)ryhmäpalavereissa esiintyvät sosiaalisen tuen viestinnän tyypit emotionaaliseen, tiedolliseen, omanarvontunnetta kohottavaan ja sosiaalisten verkostojen tuomaan tukeen. Emotionaaliseen tukeen Kuuluvainen luokittelee muun muassa sanattoman tuen, toivon ylläpitämisen, kannustamisen ja ymmärtämisen ilmaisemisen esimerkiksi omien kokemusten kautta. Tiedolliseen tukeen hän on luokitellut ehdotukset, käytännön neuvot, opetukset ja näkemykset. Omanarvontunnetta kohottavaan tukeen Kuuluvainen luokitteli syyllisyyden helpottamisen, kehumisen ja kiittämisen tarinan jakamisesta tai kuuntelemisesta. Sosiaalisten verkostojen tuomaan tukeen kuului muun muassa ryhmän jäsenten välinen vuorovaikutus ja ryhmän taustaideologian esiintyminen keskusteluissa.

Luokat 1–8 luokittelin kuuluvaksi *emotionaaliseen* vertaistukeen. Luokat 9–11 kuuluvat *tiedolliseen* vertaistukeen ja luokat 12–16 *omanarvontunnetta kohottavaan* vertaistukeen. Tähän saakka oli jättänyt luokittelematta kommentit, joissa puhuttiin vertaisryhmän tärkeydestä (sekä verkko- että livevertaisryhmistä puhuttiin), toivottiin yhteydenpitoa toisten ryhmäläisten kanssa tai ilmoitettiin laiteuista yksityisviesteistä. Nyt luokittelin nämä viestit kuuluvaksi *sosiaalisten verkostojen tuomaan* tukeen, jonka numeroin luokaksi 17. Esimerkiksi seuraavan kommentin olen luokitellut sosiaalisten verkostojen tuomaan tukeen:

Siinähan sinä olet. Olen monesti miettinyt sinua. Voisimmeko vaihtaa kuulumisia? (Kommentti 18.6.1)

Kommentteja käsittelin numeerisesti Excel-taulukon avulla samoin kuin aloitusviestejä. Jokaisen kommentin sisällön tiivistin muutamaan sanaan ja kirjasin tämän jälkeen taulukkoon kommenttien sisältämän vertaistuen luokan numeron. Yhdessä kommentissa saattoi esiintyä vertaistukea useasta eri luokasta. Esimerkiksi seuraavassa kommentissa on myötäelämistä, ymmärtämistä ja syyllisyyden helpottamista sekä sanatonta tukea (sydän-hymiö):

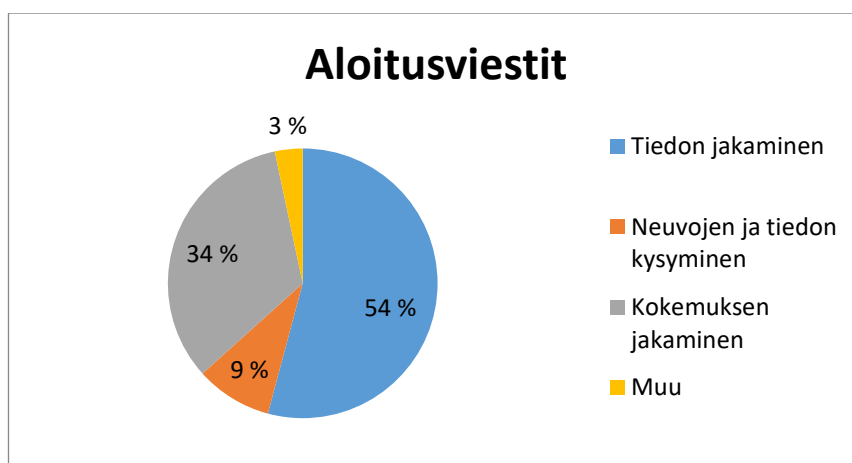
Ei ole kamalaa puhetta. Rajat tulevat vastaan meillä jokaisella. Toivon todella, että lapsesi pitäisi asunnostaan huolen ja pysyisi raittina. ♡ (Kommentti 121.6)

Kommenttien tykkäykset kirjasin havainnointivaiheessa ylös Word-tiedostoon, mutta en siirtänyt niitä analyysivaiheessa Excel-taulukkoon. Päätin rajata kommenttien tykkäysten analysoinnin pois tästä tutkimuksesta aineiston suuren määrän vuoksi sekä siksi, ettei minulla ole ilman ryhmäläisten haastattelua tietoa siitä mitä tykkäyksillä tarkoitetaan.

8 TUTKIMUSTULOKSET

8.1 Keskustelun teemat

Ryhmässä jaettiin tietoa, kokemuksia ja mielipiteitä sekä kysyttiin neuvoja. *Tiedon jakamista* oli erilaisten tiedotteiden ja artikkeleiden linkittäminen ryhmään, päihderiippuvuudesta kertovan videon jakaminen (yksi aloitusviesti) ja päihdeongelman läheisenä olemista käsittelevän televisio-ohjelman suosittelu (kaksi aloitusviestiä) sekä huumausaineiden hintatietojen jakaminen (yksi aloitusviesti). Yhteensä aloitusviestejä, joissa jaettiin tietoa, oli 65 kpl. *Kokemuksia jaettiin* sekä omista että läheisen tilanteesta. Kokemuksen jakamista olivat myös aloitusviestit, joissa aloittaja jakoi mietelauseen tai runon (viisi aloitusviestiä) tai kiitti toisia ryhmäläisiä vertaistuesta (neljä aloitusviestiä). Yhteensä kokemusta jaettiin 40 aloitusviestissä. *Neuvoja ja tietoja kysyttiin* 11 aloitusviestissä. Muita viestejä oli neljä: kirjoitus päihderiippuvuudesta; huumevelan perintä; viesti toiselle ryhmäläiselle; toive läheisryhmän perustamisesta.



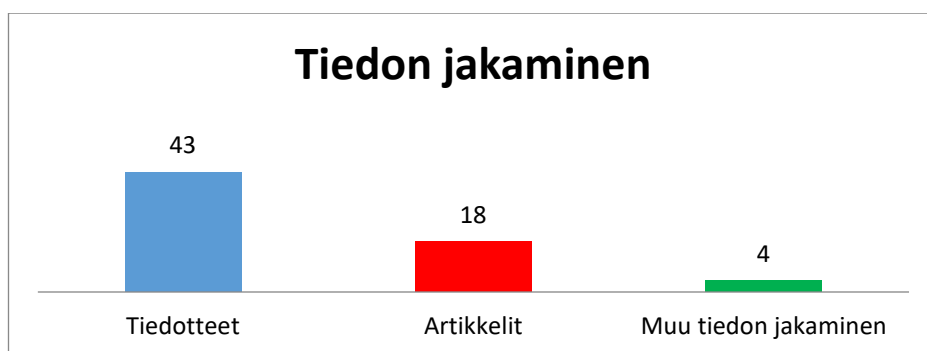
KUVIO 1. Aloitusviestin aihe (n=119).

8.1.1 Tiedon jakaminen

Eniten ryhmässä jaettiin tiedotteita. Ylläpidon tiedotteita läheisille tarkoitetuista ryhmistä tai tapahtumista oli yhteensä 26 aloitusviestiä. Muut ryhmän jäsenet

olivat jakaneet tiedotteita läheisryhmistä ja erilaisista tapahtumista 17 aloitusviestissä. Yhteensä tiedotteita oli 43 kpl.

Artikkeleita oli jaettu ryhmässä yhteensä 18 aloitusviestissä. Kuusi artikkelia käsitteli päihteidenkäyttäjän läheistä, neljä artikkelia päihteidenkäyttäjää, viides artikkelissa oli tietoa päihteiden vaikutuksista tai tämänhetkisestä päihdetilanteesta Suomessa, ja neljä artikkelia liittyi päihdepolitiikkaan (esimerkiksi artikkeli kannabiksen laillistamisesta).



KUVIO 2. Aloitusviesteissä jaettu tieto (n=119).

Jaetut tiedotteet eivät juuri keränneet kommentteja muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta. Yhteensä tiedotteita oli kommentoitu 32 kertaa. Tiedotteihin tulleet kommentit sisälsivät kiitosta ryhmään osallistumisesta tai liveryhmän tuoman tuen merkityksen jakamista (ks. luku 8.2.4).

Artikkeleita kommentoitiin hieman tiedotteita enemmän, erityisesti läheisiä ja päihdepolitiikkaa koskevat artikkelit herättivät keskustelua. Yhteensä artikkeleita kommentoitiin 100 kertaa, joista 72 kommenttia tuli läheisistä kertoviin artikkeleihin ja 26 päihdepoliittisiin artikkeleihin. Artikkeleihin tulleet kommentit eivät yleensä olleet vertaistukea vaan mielipiteitä artikkelista tai siinä kerrotuista aiheista. Poikkeuksena oli kuitenkin muutamat läheisartikkelit, joista keskustelu ajautui syvemmäksi mielipiteiden vaihdoksi ja näkemysten esittämiseksi ja luokittelun ne siten tiedolliseen vertaistukeen tai sosiaalisten verkostojen tuomaan vertaistukeen kuuluviksi (ks. luvut 7.4, 8.2.2 ja 8.2.4). Läheisistä kertovia artikkelia kommentoitiin myös kertomalla omista vastaavista tilanteista.

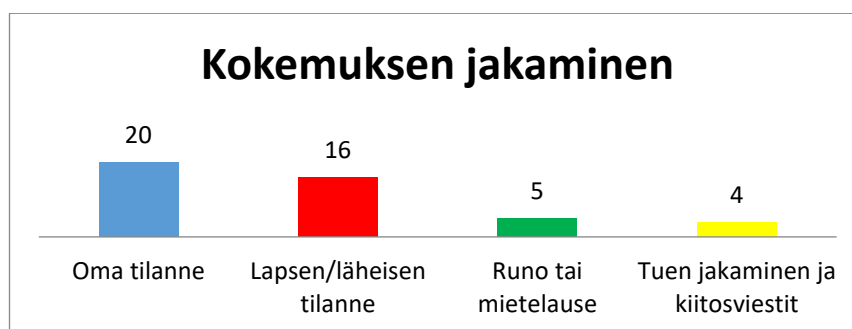
Tiedotteista tykättiin yhteensä 173 kertaa. Artikkeleista tykättiin 111 kertaa. Eri-tyisesti läheisistä kertovista artikkeleista oli tykätty (74 tykkäystä), kun taas yleistä päihdetietoutta käsittelevät artikkelit eivät olleet keränneet tykkäyksiä juuri lainkaan (viisi tykkäystä).

TAULUKKO 2. Tiedon jakaminen; kommentit ja tykkäykset.

Tiedon jakaminen	yht.	Kommentit	Kommentit ka	Tykkäykset	Tykkäykset ka
Ylläpidon tiedotteet ryhmistä ja tapahtumista	26	18	0.7	108	4.2
Jäsenten tiedotteet ryhmistä ja tapahtumista	17	14	0.8	65	3.8
Artikkeli läheisistä	6	72	12.0	74	12.3
Artikkeli päihteidenkäyttäjistä	4	2	0.5	18	4.5
Artikkeli päihteistä (tietoa päih-teistä tai päihdetilanteesta Suomessa)	5	0	0.0	5	1.0
Artikkeli päihdepolitiikasta	4	26	6.5	14	3.5
Muu tiedon jakaminen	4	14	3.5	18	4.5

8.1.2 Kokemuksen jakaminen

Tiedon jakamisen jälkeen aloitusviestit käsitelivät useimmiten *ryhmän jäsenen kokemusta*. Näissä viesteissä muun muassa pohdittiin omaa suhtautumista päihteitä käyttävän läheisen käytökseen ja purettiin tunteita ja ajatuksia. Yhteensä 20 aloitusviestissä kuvattiin tai pohdittiin omaa tilannetta ja 16 aloitusviestissä käsiteltiin huumeita käyttävän läheisen tilannetta. Runoja tai mietelauseita huumeidenkäyttäjän läheisenä olemisesta oli viidessä aloitusviestissä. Neljässä aloitusviestissä kiitettiin toisia ryhmäläisiä tai jaettiin tukea.



KUVIO 3. Kokemuksen jakaminen aloitusviesteissä (n=119).

Omaa tilannetta kuvaavat aloitusviestit olivat usein tunteiden purkamista tai jakamista. Läheisen tilanne oli aiheuttanut ahdistusta, surua ja huolta, joita viesteillä purettiin:

Pitäisi olla rauhallinen ja hyvä olo, mutta ei ole. Epäilykset jylläävät vaikka joka päivä ollaan oltu yhteydessä ja nähtykin. Kerran kysyin ja sanoi, ettei ole käyttänyt. Nyt viikonloppuna ei ole nähty, mutta se vain lisää huolta. Onneksi lähdettiin mökille, niin voi hieman rentoutua, vaikka tämä on mielessä koko ajan. En tiedä missä mennään. (Aloitusviesti 134.)

Läheinen soitti ja kyseli rahoista. Puhuin asialinjalla hänen entisistä veloistaan minulle. Hän ei kuunnellut, väitti ja vänkäsi. Pyysin puhumaan asialinjalla, vastaukseksi sain "pala helvetissä" ja hän lopetti puhelun. Tämähkö minä olen ansainnut? (Aloitusviesti 27.)

Läheisen tilanteesta myös iloittiin ja se haluttiin jakaa muiden ryhmäläisten kanssa:

Olipa kiva viikonloppu. Läheinen kävi syömässä ja oli niin hyvinvoinva. On ollut jo alkuvuodesta, mutta tuntuu menevän koko ajan parempaan suuntaan. Ilman huumeita menty tämä vuosi. Näin siis tänään... nyt hymyillään ja otan vähän rennommin. (Aloitusviesti 72.)

Kun huomaan läheiseni suunnittelevan vähänkin tulevaisuutta, iloitsen. On kuin hänen näkökykynsä alkaisi kirkastua. (Aloitusviesti 100.)

Läheisen tilannetta kuvaavissa aloitusviesteissä kirjoittaja usein kertoi jostain konkreettisesta tapahtumasta. Viesteissä kerrottiin esimerkiksi läheisen saaneen vankeusrangaistuksen, soittaneen kirjoittajalle, päässeen opiskelemaan tai tehneen jotain, mitä ei ole vuosikausiin tehnyt. Näihin viesteihin liittyi usein myös tunteiden purkamista tai jakamista, kuten iloitemista läheisen raittiista kaudesta:

Läheinen kävi eilen kalastamassa ensimmäistä kertaa yli vuoteen. Huumeet ovat olleet tärkeämpiä kuin kalastus, vaikka ennen huumeita kalasti melkein joka päivä. Pieni asia, mutta ainakin hän yrittää tavallista elämää. (Aloitusviesti 136.)

Aloitusviesteissä käsiteltiin myös sitä, minkälaista on olla huumeiden käyttäjän vanhempi:

Eräs keskustelu sai minut muistelemaan omia alkuaikojani ja sitä, kuinka häärasin auttamassa. Tai mahdollistamassa, mutta ei sitä silloin ainakaan halunnut myöntää. Tavallaan kannamme sairasta lastamme, vaikka emme tiedä mikä hänellä on. Vanhempana koemme, että meidän pitää kannatella. Kannamme, kun lapsen omat jalat eivät kosketa kunnolla maata. Voimamme alkavat ehtyä, mutta yritämme silti yhä uudelleen. Riennämme auttamaan, ostanne ruokaa, maksamme sakkoja ja laskuja, puolustamme lastamme ottamatta edes selvää mitä on todella tapahtunut. Haluamme uskoa lastamme. Etsimme uuden asunnon hädän tullessa, uudestaan ja uudestaan. Niin kauan kuin kannamme, autamme käyttäjäämme, hänen ei tarvitse itse ottaa vastuuta. Sama toistuu aikuisuuteen saakka. --- Meidän pitäisi kyetä näyttämään lapsellemme totuus ja auttaa häntä huomaamaan se itse. Ulkopuolelta emme voi auttaa tajuamaan. (Aloitusviesti 7.)

Tunnen vanhempia, joiden lapsilla on sama ongelma. Olen huomannut, kuinka arka ja salailtava asia tämä on. Pelätään maineen puolesta ja hävetään. Varjellaan omiaan ja pelätään velkoja. Itse olen avoimuudellani saanut monet uskaltautumaan puhumaan minulle. En ole salaillut tätä hirvittävää asiaa. Joskus se on kostautunut, mutta useimmiten saan olla avuksi muille. (Aloitusviesti 69.)

En ole ollut pariin kuukauteen yhteydessä lapseen ja hyvä niin. --- Nyt tuli viesti pystynkö auttamaan ja antamaan rahaa. Onnistuin olemaan laittamatta! Sanoin, ettei minullakaan rahaa ole. --- Olen itsestäni tällä hetkellä ylpeä, kun en lähde tuohon roskaan taas mukaan. (Aloitusviesti 125.)

Runoissa puhuttiin pelosta, retkahduksesta ja äidin tunteista huumeita käyttävää lastaan kohtaan. Mietelauseissa käsiteltiin päihdeongelmaisen läheisenä olemista ja esimerkiksi päihteiden vaikutusta:

”Pahinta helvettiä on nähdä, kun huumeet ja alkoholi muuttavat rakastamasi läheisen ihmiseksi, jota et enää edes tunne.” (Aloitusviestin 120 mukana jaettu kuva.)

Kiitosviesteissä kiitettiin ryhmäläistä saadusta avusta ja livetapaamisen onnistumisesta. Tukea jaettiin toivottamalla esimerkiksi hyvää yötä:

Rauhallisia unia toivottelen kaikille! ♥ (Aloitusviesti 99.)

Aloitusviestejä, joissa on jaettu kokemuksia, kommentoitiin yhteensä 243 kertaa. Näistä vain kahdeksan kommenttia tuli runoihin, mietelauseisiin tai kiitosviesteihin, joten lähes kaikki näiden aloitusviestien kommentteista tuli ryhmäläisten omaa tai läheisen tilannetta kuvaaviin viesteihin. Kommenteissa kerrottiin pääasiassa omista vastaavista tilanteista tai osoitettiin ymmärrystä kirjoittajan tilannetta kohtaan (ks. luku 8.2.1). Huomattavaa oli, että läheisen tilannetta kuvaavia aloitusviestejä oli aloitusviestin kirjoittajan omaa tilannetta kuvaavia aloitusviestejä useammin kommentoitu kertomalla omia näkemyksiä ja mielipiteitä. Kannustusta taas oli aloitusviestin kirjoittajan omaa tilannetta kuvaaviin viesteihin tullut enemmän. Huomattavaa oli myös, että kirjoittajan omaa tai läheisen tilannetta kuvaavia aloitusviestejä oli usein kommentoitu sanattomasti hymiöillä.

Kokemuksen jakavista aloitusviesteistä tykättiin yhteensä 645 kertaa, siis huomattavasti enemmän kuin muista aloitusviesteistä. Oma tilannetta kuvaavista aloitusviesteistä oli tykätty 282 kertaa, läheisen tilannetta kuvaavista aloitusviesteistä 252 kertaa, runoista tai mietelauseista 53 kertaa ja kiitosviesteistä 58 kertaa. Positiivisia aloitusviestejä käytiin tykkäämässä negatiivisia aloitusviestejä enemmän. Esimerkiksi aloitusviesti 136, jossa kerrottiin läheisen raittiista kaudesta, keräsi 44 tykkäystä.

TAULUKKO 3. Kokemuksen jakaminen; kommentit ja tykkäykset.

Kokemuksen jakaminen	yht.	Kommentit	Kommentit ka	Tykkäykset	Tykkäykset ka
Oma tilanne (kuvaus, pohdintaa)	20	146	7.3	282	14.1
Lapsen/läheisen tilanne (kuvaus, pohdintaa)	16	122	7.6	252	15.8
Runo tai mietelause	5	7	1.4	53	10.6
Tuen jakaminen ja kiitosviestit	4	1	0.3	58	14.5

8.1.3 Neuvojen ja tiedon kysyminen

Neuvoja tai tietoa kysyttiin yhteensä 11 aloitusviestissä. Neljässä aloitusviestissä pyydettiin neuvoja omaan tilanteeseen ja kolmessa kysyttiin tietoa ja kokemuksia päihdehoidosta. Jostain muusta aiheesta kysyttiin neljässä kysymyksessä ja näistä yksi ei liittynyt huumeisiin tai läheisenä olemiseen.

Omaan tilanteeseen pyydettiin neuvoa pelottavissa tilanteissa:

Nyt saa antaa vinkkejä mitä tehdä. Huumevelkoja perivä läheisen tuttu on kuuleman mukaan tulossa jututtamaan minua. Apua, mitä teen? Soitanko poliisille vai odotanko kotona pippurisuihkeen kanssa? (Aloitusviesti 17.)

Miten voin tuntea oloni turvalliseksi kotona? Onko ideoita tai vinkkejä? (Aloitusviesti 38.)

Neuvoja pyydettiin myös itselle uudessa tilanteessa:

Osaisiko joku neuvoa rikosilmoituksen tekemisessä netissä? (Aloitusviesti 12.)

Läheinen onnistui saamaan asunnon ja työpaikan, ja on pari viikkoa tehnyt töitä. Nyt oli ensimmäiset vapaapäivät ja tuli käymään. Oli kuulemma kavereita nähnyt. Katsoin häntä ja tunnistin käyttäjän hänessä taas. Kysynkin nyt neuvoa, miten minun tulisi toimia? Puutunko taas asiaan ja muistuttelen vanhasta? (Aloitusviesti 70.)

Tietoa ja kokemuksia kysyttiin korvaushoidosta ja Minnesota-hoidosta:

Läheisellä on jatkuvaa oheiskäyttöä ja nyt korvaushoito uhkaa loppua, jos hän ei sitoudu hoitoon. Onko muilla ollut samanlaista tilannetta? Miten on käynyt? (Aloitusviesti 67.)

Osaako joku kertoa Minnesota- tai avominnehoidosta? Minkälaisia maksusitoumuksia sinne voi saada? (Aloitusviesti 78.)

Minkälaisia kokemuksia ja mielipiteitä teillä on kuntouttavasta korvaushoidosta? (Aloitusviesti 122.)

Muita kysymyksiä oli ryhmän kirjoitusten näkyminen ryhmän ulkopuolisille, bittimaksu, seuraavan livevertaisryhmän ajankohta ja kokemukset luottotietoyhtiöstä.

Näitä aloitusviestejä, joissa kysyttiin neuvoja omaan tilanteeseen tai päihdehoidosta, on kommentoitu ryhmässä eniten (ka/aloitusviesti). Yhteensä kommentteja tuli 152. Suurin osa kommentteista oli ryhmäläisten omia kokemuksia (62 kommenttia), mutta myös käytännön neuvoja (27 kommenttia) ja omia näkemyksiä (24 kommenttia) jaettiin. Tarkemmin näistä kommentteista luvussa 8.2.2.

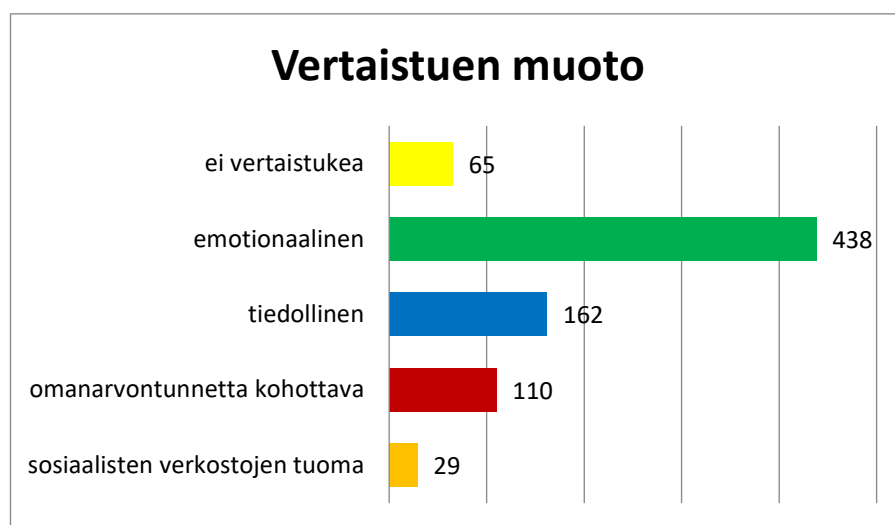
Tykkäyksiä ei juuri tullut neuvojen kysymisiin. Viiteen aloitusviestiin ei tullut yhtään tykkäystä, muihin 1–4 tykkäystä/aloitusviesti. Yhteensä neuvojen kysymisiin tuli 15 tykkäystä.

TAULUKKO 4. Neuvojen ja tiedon kysyminen; kommentit ja tykkäykset.

	yht.	Kommentit	Kommentit ka	Tykkäykset	Tykkäykset ka
Neuvojen ja tiedon kysyminen	11	152	13.8	15	1.4

8.2 Vertaistuki

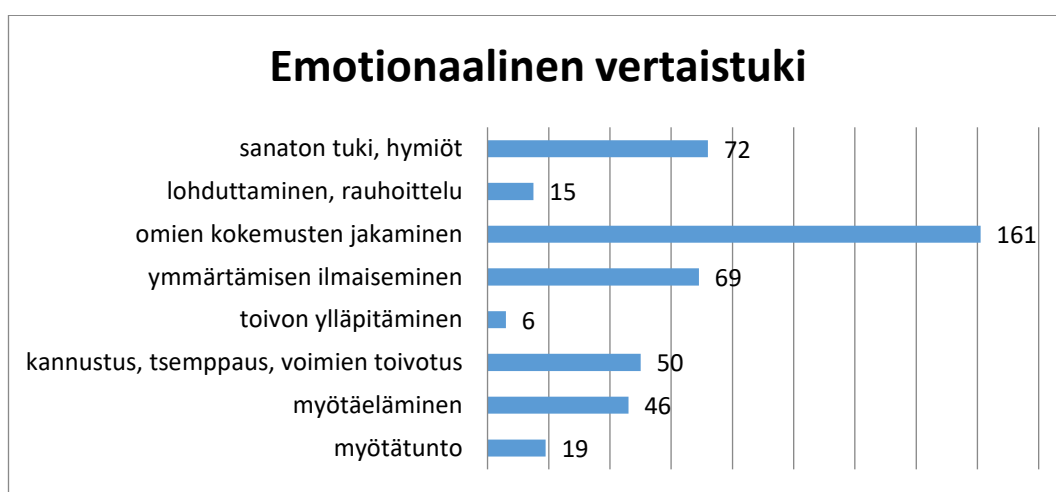
Ryhmässä esiintyy emotionaalista, tiedollista, omanarvontunnetta kohottavaa ja sosiaalisten verkostojen tuomaa vertaistukea (kuvio 4). Jopa $\frac{3}{4}$ kommenteista sisälsi emotionaalista vertaistukea, kun taas tiedollista vertaistukea oli vain reilussa neljäsosassa kommentteja. Omanarvontunnetta kohottavaa tukea oli alle viidesosassa kommentteja. Vähiten kommenteissa oli sosiaalisten verkostojen tuomaa vertaistukea. Harvat kommentit olivat puhtaasti vain yhtä näistä vertaistuen muodoista vaan sisälsivät elementtejä kahdesta tai useammasta luokasta. 65 kommenttia ei ollut vertaistukea vaan esimerkiksi reaktioita ylläpidon laittamiin tiedotteisiin.



KUVIO 4. Vertaistuki ryhmän kommenteissa (n=576).

8.2.1 Emotionaalinen vertaistuki

Suurimmassa osassa kommentteja vertaistuki oli emotionaalista (yhteensä 438 kommenttia). Niissä emotionaalinen vertaistuki oli sanojen kautta ymmärtämisen ilmaisemista, myötäelämistä ja kannustamista, mutta myös sanatonta (hymiöt). Eniten emotionaalista tukea ilmaistiin kuitenkin kertomalla omista vastaavista kokemuksista (161 kommenttia). Emotionaalinen vertaistuki oli myös myötätuntoa, lohduttamista ja toivon ylläpitämistä, mutta näitä kommentteissa oli selvästi vähemmän. Tarkemmin kuviossa 5.



KUVIO 5. Emotionaalinen vertaistuki ryhmän kommentteissa (n=576).

Ymmärrystä ilmaistiin monin eri tavoin. Kommentoija saattoi sanoa saman asian omin sanoin tai vain lyhyesti kommentoida ”ymmärrän” tai ”tiedän tunteen”. Yhteensä ymmärrystä ilmaistiin 69 kommentissa. Kommentissa 41.5 ryhmäläinen kertoi lopettaneensa huolehtimasta ja murehtimasta läheisensä raittiina pysymisestä näin:

Ei ole minun vastuullani, pysykö hän ilman aineita. Nyt hyväksyn epätietoisuuden ja itselläni on helpompi olla. (Kommentti 41.5.)

Tähän toinen ryhmäläinen kommentoi kannustaen ja osoittaen ymmärrystä seuraavasti:

Irtipäästäminen on rakkautta itseäsi ja läheistäsi kohtaan. On hienoa, että et enää mahdollista hänen käyttöönsä. (Kommentti 41.5.1.)

Keskusteluissa eriävät mielipiteet ja näkemykset olivat pääosin sallittuja. Usein toiset ryhmäläiset kuitenkin tulivat tukemaan keskustelussa vallalla ollutta näkemystä. Esimerkiksi aloitusviestissä 17 ryhmäläinen kysyi muilta neuvoja pelottavaan tilanteeseen. Aloittaja pelkäsi huumeita käyttävän läheisensä tuttujen tulevan perimään tämän läheisen kaverin huumevelkoja häneltä. Yksi kommentoijista ihmetteli tilannetta ja kysyi, miksei läheinen itse ole ottanut yhteyttä poliisiin. Tähän aloittaja vastasi, ettei läheinen halua sekoittaa poliisia mukaan. Muutama muu ryhmäläinen osoitti ymmärtävänsä aloittajan tilannetta kommentoimalla näin:

Käyttäjät eivät yksinkertaisesti ota yhteyttä poliisiin vaikka heitä itseään uhkailtaisiin. Heidän piirissään vasikka on alimmaista pohjasakkaa ja saavat pelätä henkensä edestä. Tämä on karua mutta totta. (Kommentit 17.4.2 ja 17.4.3.)

Sanatonta tukea oli 72 kommentissa. Yleensä käytetty hymiö oli sydän, jota käytettiin yksinään ilman muuta kommentointia. Sydän-hymiötä käytettiin usein myös esimerkiksi iloitessa toisen hyvästä hetkestä tai voimientoivotuksen yhteydessä:

Ihana uutinen! ♥♥ (Kommentti 72.4.)

Olen onnellinen sinun puolestasi ♥ (Kommentti 98.3.)

Voimia ♥ (Kommentti 10.17.)

Tsemppiä! ♥ (Kommentti 38.2.2.)

Myötäelämistä ja myötätuntoa oli yhteensä 65 kommentissa. Kommenteissa oli enemmän myötäelämistä (46 kommenttia) kuin ”pelkkää” myötätuntoa (19 kommenttia). Myötätuntoa ja myötäelämistä osoitettiin tilanteissa, joissa aloittaja kertoi omasta tai läheisensä tilanteesta. Jonkin verran myötätuntoa ja myötäelämistä oli myös kommenteissa, jotka olivat vastauksia suoriin neuvojen tai kokemusten kysymiseen.

Myötätuntoa osoitettiin kommenteissa esimerkiksi seuraavilla ilmaisuilla:

Onpa ikävä tilanne. (Kommentti 17.1.)

Voi ei. 😞 (Kommentti 128.1.)

Surullista kuultavaa. (Kommentti 82.8.)

Olen todella pahoillani. (Kommentti 82.10.)

Myötäelämistä kuvasivat kommenteissa esimerkiksi seuraavat ilmaisut:

Rukoilen puolestanne. (Kommentti 39.1.3.)

Toivon, että läheisesi saisi asunnon ja tilanteensa muutenkin selvitettyä. (kommentti 42.5.)

Olen onnellinen sinun ja läheisesi puolesta. (Kommentti 98.3.)

Niin surullista, etten uskalla sitä edes oikein ajatella. (Kommentti 128.3.3.)

Kannustusta tai voimien toivotusta oli yhteensä 50 kommentissa, ja nämä olivat vastauksia lähes yksinomaan aloittajan omaa tilannetta kuvaaviin viesteihin. Kannustusta tuli erityisesti viesteihin, joissa aloittaja kertoi omasta edistymisestään huumeongelmaisen läheisenä olemisessa:

Oletpa kirjoittanut hienon ja vaikuttavan tekstin! Ja kuinka pitkälle oletkaan jo päässyt toipumisessasi. Hyvä Sinä! (Kommentti 7.8.)

Irtipäästäminen on rakkautta itseäsi ja läheistäsi kohtaan. Jo se, että et enää mahdollista hänen käyttöönsä on hieno suoritus ja suuren ponnistelun takana. Vaikka sitä et itse aina huomaakaan. (Kommentti 41.4.1.)

Voimia toivotettiin vaikeissa ja surullisissa tilanteissa:

Ei huumeongelma katso sosiaalista statusta. Toivon meille kaikille voimia ja jaksamista. (Kommentti 58.4.1.)

Tsemppiä ja voimia teille taisteluun! ♥ (Kommentti 73.4.)

Surullista kuultavaa. Voimia! ♥ (Kommentti 82.8.)

Toivoa ylläpidettiin kuudessa kommentissa. Aloittaja kertoi usein tuntevansa, ettei tilanteesta (läheisen huumeongelma) ole ulospääsyä ja ettei jaksaisi ras-

kasta arkea. Toivoa ylläpitävissä kommentteissa luotiin uskoa siihen, että vielä asiat paranevat:

Olen pahoillani puolestasi. Vielä koittavat paremmat ajat, olen siitä varma. Kyllä tästä selvitään, vaikka vaikeaa aina välillä on. (Kommentti 28.1.2.)

Tiedän sen epätoivon tunteen, kun ei enää jaksaisi. Muista, että tämä paha hetki menee ohi. Vielä tulee päivä, jolloin toteat, että tiukalle otti mutta selvisin. Älä anna periksi. Luota huomisen uuteen mahdollisuuteen. (Kommentti 28.2.)

Olo helpottaa, kun tilanne on ohi ja huomaat, että voit hengittää. Ajoittain tulee niitä vaikeita hetkiä, mutta joka kerta hieman helpommin yli mentäviä. (Kommentti 77.1.2.)

Lohduttamista tai rauhoittelua oli yhteensä 15 kommentissa. Lohdutusta tai rauhoittelua oli kommentteissa, jotka olivat vastauksia aloittajan surressa läheisen tilannetta tai epäröidessä oman käytöksensä oikeutusta:

Eikä sinun tarvitse [olla rohkea]. Me olemme jokainen erilaisia. (Kommentti 91.10.1.)

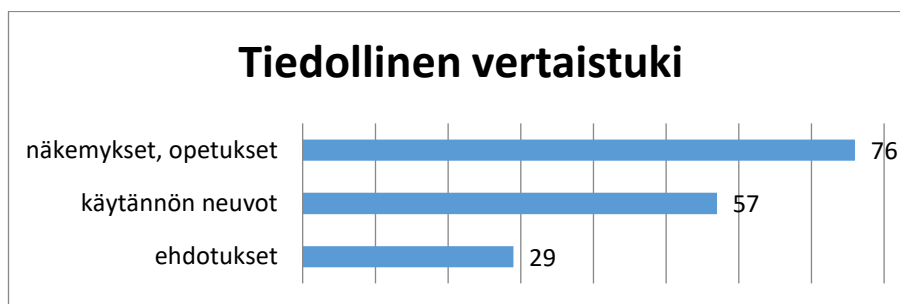
Nämä yömajoitukset rasittavat sinua valtavasti. Voisit vaikka ajatella, että seuraavan yöpymispyynnön tullessa toimit toisin. Kokemukseni perusteella käyttäjät kyllä löytävät yösijan kavereilta, yömajasta tai jostain muualta. (Kommentti 114.1.)

Toimit ihan niin kuin jokainen vanhempi samassa tilanteessa. (Kommentti 114.2.)

Emotionaalinen vertaistuki oli siis ryhmässä hyvin monimuotoista. Emotionaalinen vertaistuki ilmeni erityisesti niissä kommentteissa, jotka olivat vastauksia ryhmäläisen omaa tai läheisen tilannetta kuvaaviin aloitusviesteihin (luku 8.1.2). Ryhmässä uskallettiin kertoa avoimesti hyvinkin aroista ja kipeistä tunteista ja tapahtumista. Toisten ryhmäläisten tilanteet koskettivat ja niiden herättämiin tunteisiin samaistuttiin. Huumeitakäyttäjille läheisille toivottiin hyvää, mutta ryhmäläiset kannustivat toisiaan keskittymään oman hyvinvoinnin parantamiseen.

8.2.2 Tiedollinen vertaistuki

Tiedollista vertaistukea ovat erilaiset käytännön neuvot ja ehdotukset mutta myös kommentoijien omat näkemykset ja käsitykset asioista. Yhteensä tiedollista vertaistukea oli 162 kommentissa.



KUVIO 6. Tiedollinen vertaistuki ryhmän kommentteissa (n=576).

Näkemyksiä tai opetuksia oli yhteensä 76 kommentissa, ja niitä esitettiin erityisesti läheisen tilannetta kuvaaviin aloitusviesteihin ja suoriin kysymyksiin. Usein näkemykset olivat aloitusviestin kirjoittajalle tarkoitettu ”silmien avaamiseksi”:

Yksi kiellon muoto on myöntää osa [huumeiden käytöstä]. Tuohon ei kannata luottaa. (Kommentti 70.6.2.)

Käytön vähättely on yksi läheisten manipuloinnin peruspilari. Se toimii aikansa. (Kommentti 70.6.3.)

Kyllähän he aina keksivät noita erittäin hyviä syitä olla lähtemättä hoitoon. Milloin katko ei ole heille oikea paikka koska eivät omasta mielestään ole ihan narkkeja, milloin hoitopaikka on kuuleman mukaan huono jne. Se on vain pelkoa päihteettömästä elämästä. Osoittaa, ettei ole vielä valmis muutokseen. (Kommentti 78.10.1.)

Näinhän he sanovat ja tekevät. Niin tuttua käytöstä... Tekosyitä löytyy niin kauan kunnes löytyy oma vilpitön halu lopettaa käyttö. Kuulostaa ikävältä, mutta se on tosi. (Kommentti 78.16.)

Minä vain ihmettelen, että milloin sinun pohjasi tulee vastaan? Kannattaako olla tuossa jatkuvassa vedätyksessä mukana? (Kommentti 137.4.3.)

Käytännön neuvoja oli yhteensä 57 kommentissa. Lähes kaikki käytännön neuvot tulivat aloitusviesteihin, joissa kysyttiin neuvoa tai tietoa. Käytännön neuvoja annettiin esimerkiksi rikosilmoituksen tekoon ja pelottavissa tilanteissa:

Rikosilmoituksen voi tehdä netissä. Suosittelen tekemään sen pian! Oman luottokieltomerkinänkin voit tehdä itse asiakastietoon, eikä sen jälkeen kukaan voi käyttää sinun henkilötietojasi. (Kommentti 10.14.)

https://www.poliisi.fi/rikkokset/sahkoinen_rikosilmoitus (Kommentti 12.5.)

Älä avaa ovea tuntemattomille äläkä ehkä tutuillekaan. Soita poliisille nyt etukäteen. (Kommentti 17.2.)

Oletko puhunut poliisille pelostasi? Tallenna pikanumero poliisille lyhytvalintaan ainakin. (Kommentti 38.2.2.)

Ehdotuksia oli yhteensä 29 kommentissa. Niitä annettiin usein tilanteissa, joissa aloittaja pohti kuinka toimia huumeitakäyttävän läheisen kanssa:

Rehellinen ja asiallinen keskustelu läheisesi kanssa. Enempää et voi. (Kommentti 70.5.)

Kysyt, miten sinun tulisi toimia. Mitä jos vain päästäisit irti? Jättäisit vastuun läheisellesi, jolle se kuuluu? Itse ainakin kokeilisin jotain muuta toimintatapaa kuin mitä olet tähän saakka käyttänyt läheisesi suhteen. (Kommentti 70.6.)

Mietin tuota velanperintää sinulta. Missä vaiheessa ilmoitus poliisille? Sinuna en epäröisi hetkeäkään. (Kommentit 110.1 ja 110.2.)

Useimmat tiedollista vertaistukea sisältävistä kommentteista olivat vastauksia aloitusviesteissä esitettyihin kysymyksiin tai pyyntöihin neuvoista (luku 8.1.3). Näkemyksiä esitettiin myös vastauksena läheisistä kertoviin artikkeleihin sekä aloitusviesteihin, joissa kuvattiin huumeita käyttävän läheisen tilannetta. Ryhmäläisen omaa tilannetta kuvaavia aloitusviestejä oli kommentoitu usein kannustamalla, kun taas huumeitakäyttävän läheisen tilanteeseen uskallettiin helpommin kertoa oma mielipide varsin suoraan. Toisia ryhmäläisiä haluttiin siis tukea ja kannustaa, mutta toisaalta autettiin hyväksymään huume-elämän raa-kuus pyrkimällä "avaamaan silmiä".

8.2.3 Omanarvontunnetta kohottava vertaistuki

Omanarvontunnetta kohottava vertaistuki oli ryhmän kommentteissa lisäkysymyksiä, kiinnostuksen osoittamista toisen tilanteeseen, kokemuksen jakamisesta kiittämistä, toisen ryhmäläisen kehumista ja syyllisyyden tunteen helpottamista. Yhteensä omanarvontunnetta kohottavaa vertaistukea oli 110 kommentissa.



KUVIO 7. Omanarvontunnetta kohottava vertaistuki kommentteissa (n=576).

Lisäkysymyksiä oli yhteensä 44 kommentissa. Lisäkysymyksillä kommentoija halusi selvittää aloittajan kertomaa tai varmistaa ymmärtäneensä oikein:

Sanoiko poliisi, että voit tehdä rikosilmoituksen netissä? Vai onko sinun mentävä asemalle tekemään se? (Kommentti 12.7.1.)

Miten saitte selville, että se olikin vain psykoosin aiheuttamaa harhaa? (Kommentti 17.8.)

Meidän kaikkien on voitava tuntea olevamme turvassa kotonamme. Mikä tilanteesi on? Asutko kerros- vai omakotitalossa? (Kommentti 38.1.)

Nuori aloittanut päihteilyn, jos oikein ymmärsin, jopa työnsä menettäen. Paljonko hänellä on ikää? Toisia nuoria on myös perheessä, vai? On totta, että ns. loppoaika altistaa huonoihinkin asioihin. --- En tiedä tilannettanne, mutta kirjoituksesi muodostaman mielikuvan pohjalta kirjoitan. Oikaise, jos vastaukseni meni mönkään. (Kommentti 73.1.2.)

Tarkentavien lisäkysymysten lisäksi 13 kommentissa osoitettiin kiinnostusta aloittajan tilannetta kohtaan. Aloittaja saattoi kertoa jonkin itselleen tai läheisel-

leen tapahtuneen asian, joka ei edellyttänyt lisätietoa. Kommentoijat kuitenkin halusivat tietää, kuinka tilanne oli jatkunut:

Miten läheisen kanssa meni kotona? (Kommentti 50.1.)

No voi... =/ Mikä oli postilaatikon hajottamiseen syy? Ihan mielenkiinnosta vain kysyn. (Kommentti 128.1.)

17 kommentissa aloittajaa keuhuttiin. Yleensä keuhuttiin aloittajan kirjoittamaa tekstiä ja usein siihen liittyi myös kiittäminen kokemuksen jakamisesta:

Kiitos! Tuo oli upeinta tekstiä mitä olen pitkään aikaan näistä asioista lukenut. (Kommentti 7.2.)

Hyvä kirjoitus! (Kommentti 68.6.)

Hieno teksti! Kiitos että jaoit sen! ♥ (Kommentti 107.1.)

Syällisyyden helpottamista oli viidessä kommentissa. Syällisyyden helpottaminen oli usein hyvin samankaltaista kuin rauhoittelu (ks. luku 8.2.1), mutta aloitusviesteissä kirjoittaja kuvasi enemmän omia (ahdistuksen ja syällisyyden) tunteita ja näitä kommentoijat yrittivät helpottaa:

Et ole julma. Huumeita ei pidä hyväksyä ja jokainen vetää omat rajansa elämässään. (Kommentti 71.2.)

Hyvä, että soimit poliisille jo uhkailuista. Et todellakaan tehnyt väärin, kun et päästänyt häntä kotiisi! (Kommentti 82.3.)

Suuri osa omanarvontunnetta kohottavasta vertaistuesta oli kommentteissa, jotka olivat vastauksia suoriin kysymyksiin (luku 8.1.3) tai aloittajan oman tilanteen kuvauksiin (luku 8.1.2). Kysymällä lisätietoja tai tarkentavia kysymyksiä ryhmäläiset osoittivat kiinnostusta toistensa elämää kohtaan, ja viestittivät näin siis toisten tilanteilla olevan merkitystä.

8.2.4 Sosiaalisten verkostojen tuoma vertaistuki

Sosiaalisten verkostojen tuoma vertaistuki ilmeni ryhmässä keskusteluina vertaistukiryhmien merkityksestä, toiveina yhteydenpidosta toisten ryhmäläisten kanssa ja ilmoituksina laitetuista yksityisviesteistä. Yhteensä sosiaalisten verkostojen tuomaa vertaistukea oli 29 kommentissa.

(Verkko)ryhmän tuen tärkeydestä kommentoitiin esimerkiksi seuraavasti:

Rakkaat ystävät. Jos läheinen taas lähtee radalle, turvaudun teihin. (Kommentti 7.5.)

Tähän ryhmään uskaltaa kirjoittaa, kun ei näy kirjoitukset muualla. Tämä on henkireikä minulle. (Kommentti 57.3.)

Meillä jokaisella on omat toimmemme, eikä kaikille aina sama. Eikö tämän ryhmän tarkoitus ole juuri se, että vapaasti voi kertoa tunteensa? (Kommentti 27.7.)

Ryhmän jäsenistä ainakin osa osallistuu tukiryhmiin myös reaali maailmassa. Ryhmässä jaetaan tiedotteita liveryhmien ajankohdista ja niihin tulleet kommentit olivat usein liveryhmän tuen merkityksen jakamista verkkoryhmässä:

Eilisessä ryhmässä purettiin tuskaa ja surua ja välillä naurettiin. Itku ja nauru kulkivat käsi kädessä. Kiitos kaikille osallistujille. (Kommentti 44.1.)

Lämpimästi suosittelen (läheisten leiriä). Olin viime kesänä ja muistelen lämmöllä niitä ihania ihmisiä, joihin sain tutustua. ♥ (Kommentti 18.2.)

Toisin kuin muut kommentit, nämä tulivat pääasiassa tiedotteisiin (ks. luku 8.1.1). Vaikka ryhmällä vaikuttaisi olevan suuri merkitys ryhmäläisille, he eivät kovin usein tuoneet sitä ilmi.

9 LUOTETTAVUUS JA EETTISET KYSYMYKSET

9.1 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuus riippuu muun muassa aineiston keruun ”oikeellisuudesta” ja tutkimuskohteeseen ja -aiheeseen sopivista menetelmistä. Tutkittavia tulee kunnioittaa ja aineistoa tulee olla riittävästi. Luotettavuutta lisää aineiston keruu- ja analyysiprosessien kuvaukset raportoidessa niin hyvin, että tutkimus olisi mahdollista toistaa samalla tavalla uudestaan. Tämä on haasteellista ja luonnollisesti mahdotontakin aiheissa, joissa inhimillinen toiminta on suurta. Menetelmien kuvauksilla pyritäänkin usein vakuuttamaan lukija tutkimuksen luotettavuudesta. (Puuronen 2007, 116–117.)

Tutkittavilta on pyydettävä lupa tutkimukseen ja heille on kerrottava tutkimuksesta riittävästi, jotta he voivat tehdä harkitun päätöksen osallistumisesta tutkimukseen (Alston & Bowles 2013, 26). Kuitenkin luvan pyytäminen ja tieto tutkijan läsnäolosta saattaa muuttaa tutkittavien toimintaa. Havainnointi esimerkiksi nauhoittamalla voi auttaa tutkittavia toimimaan ”luonnollisesti”. (Puuronen 2007, 104, 109.) En itse osallistunut ryhmän keskusteluihin ja kaikki kommunikointi tapahtui sähköisesti, mikä saattoi helpottaa ryhmäläisiä jatkamaan keskustelua kuten ilman tutkijan läsnäoloakin. Kuitenkin, koska kerroin tutkimuksen ajankohdan, on mahdollista, että keskustelu ryhmässä tuona aikana poikkesi ”normaalista”. Normaalisti aktiivisetkin osallistujat saattoivat olla kirjoittamatta ryhmään tutkimuksen aikana, mikäli eivät halunneet osallistua tutkimukseen. On myös mahdollista, että tutkimuksen ajankohtana ryhmäläiset pitäytyivät kirjoittamasta kaikista yksityisimmistä ja arimmista asioistaan. Riskinä oli, ettei tutkimuksen ajankohtana ryhmään kertyisi riittävästi aineistoa. Tämä huoli osoittautui kuitenkin turhaksi, sillä aineistoa kertyi runsaasti. Toisaalta, määrällisesti runsaskin aineisto voi olla sisällöllisesti köyhä eikä riitä vastaamaan tutkimuskysymyksiin (Puuronen 2007, 111).

Ryhmän tarkkailu ulkopuolelta ei välttämättä tuota riittävän syvällistä ja ymmärrettävää kuvaa kohteesta (Puuronen 2007, 111). Olen toiminut moderaattorina ja

ylläpitäjänä päihteidenkäyttäjien läheisille tarkoitetulla avoimella keskustelupalstalla useita vuosia, joten läheisten toiminta (tosin avoimessa) verkkoryhmässä on entuudestaan minulle jo tuttua. Pelkkä arkikokemus ei kuitenkaan riitä, vaan tutkimuksen luotettavuutta lisää perehtyneisyys asiaan myös aikaisemman tutkimuskirjallisuuden kautta (Puuronen 2007, 117). Tämä oli luonnollisesti olennainen osa opinnäytetyön tekemistä.

Tutkimuksen onnistuminen riippuu tutkittavien ja tutkijan välisestä luottamuksesta, jota voi rakentaa avoimuudella (Puuronen 2007, 110). Myös tutkijan ja tutkittavien välinen vuorovaikutus sekä tutkijan asema (esimerkiksi kuuluuko tutkija henkilökuntaan) vaikuttavat tutkimuksen luotettavuuteen (Rauhala & Vironkannas 2011, 240, 244). Kun pääsin ryhmän jäseneksi, esittelin itseni ja kerroin roolistani ryhmässä avoimesti. Kerroin myös tutkimuksesta kaiken tarpeellisen sekä annoin yhteystietoni, jotta ryhmäläiset pystyivät ottamaan minuun yhteyttä kaivatessaan lisätietoa tutkimuksesta. Kaikessa yhteydenpidossa ryhmäläisiin pyrin kunnioittavaan, ymmärtävään ja myötätuntoiseen asennoitumiseen.

Tutkimustuloksia tulkittaessa on pitäydyttävä siinä, mitä keskustelussa tulee ilmi. On varottava tulkitsemasta sellaista, mitä keskusteluissa ei ole nähtävillä. Esimerkiksi jonkin näkökannan poissaolo voi johtua keskustelun poukkoilevasta luonteesta tai siitä, ettei kenelläkään todella ollut keskustelussa sellaista näkökantaa. (Hakala & Vesa 2013, 223–234.) Aineistoa analysoidessa varoin tekevästä perusteettomia tulkintoja keskustelusta, vaikkakin erityisesti kommenttien luokittelu oli haastavaa niiden tilannesidonnaisuuden vuoksi. Yritin raportoidessa kuvata mahdollisimman tarkasti perusteluitani luokittelulle, vaikka monien kommenttien luokittelun ymmärtäminen olisikin vaatinut kokonaisten keskusteluketjujen lukemista.

9.2 Tutkimuksen eettisyys

Tutkimuseettiset periaatteet on jaettu tutkimuseettisen neuvottelukunnan mietinnössä (2009) kolmeen osa-alueeseen: 1. tutkittavien itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, 2. vahingoittamisen välttäminen ja 3. yksityisyys ja tietosuojat

(Rauhala & Virokannas 2011, 239). Alston & Bowles (2013, 26) jakavat eettiset kriteerit neljään osa-alueeseen: 1. tutkittavien itsemääräämisoikeus (sis. luottamuksellisuus), 2. vahingoittamisen välttäminen, 3. tutkittavien hyödyttäminen ja 4. tutkimuksen oikeutus. Tutkittaessa arkoja aiheita eettisyyttä tulee pohtia erityisen tarkasti. Tutkittavien itsemääräämisoikeutta ja loukkaamattomuutta on kunnioitettava ja heidän oikeutensa on muistettava läpi koko tutkimusprosessin. (Pohjola 2007, 18, 26; Rauhala & Virokannas 2011, 251.)

Eettisesti kestävä tutkimus ei ole ainoastaan väärin toimimisen ehkäisemistä ja välttä vahingon aiheuttamista vaan pyrkii olemaan hyödyllistä ja rakentavaa siihen osallistuville. Tutkimuksesta ei siis saa olla haittaa tutkittaville, mutta yhtä tärkeää on, että siitä on hyötyä tutkittaville. Tutkimuksen oikeutusta on pohdittava tarkkaan, mikäli siitä aiheutuva hyöty on epävarmaa. Tutkijan tulee pohtia tietoisesti tekemiään ratkaisuja ja perustella ne. Jos ihmiset eivät halua tulla tutkituiksi, ei tutkijalla ole oikeutta tutkimuksen tekemiseen. Tutkimuksesta mahdollisesti saatava yhteiskunnallinen hyöty ei saa mennä tutkittavien etujen edelle. (Alston & Bowles 2013, 26; Pohjola 2007, 12; Puuronen 2007, 109; Rauhala & Virokannas 2011, 238, 246.)

Pyysin lokakuussa 2016 ryhmän vertaisohjaajaa tiedustelemaan ryhmäläisten ajatuksia siellä mahdollisesti tehtävästä tutkimuksesta. Vertaisohjaajan mukaan tiedusteluun vastasivat lähinnä ne, jotka pääsääntöisesti ryhmässä kirjoittavatkin. Vastanneet olivat tyytyväisiä siitä, että ryhmää tultaisiin tutkimaan. Myös henkilökohtaisia tutkimuslupia pyytäessä monet ryhmäläiset toivat esille tyytyväisyytensä tutkimuksen tekemiseen.

Omassa opinnäytetyössäni eettisiä asioita oli mietittävä huolellisesti. Tutkimassani ryhmässä ollaan omalla nimellä ja aihe on hyvin arkaluonteinen. Lupa tutkimukseen tarvittiin sekä instituutiolta että tutkittavilta henkilöiltä (Puuronen 2007, 109; Rauhala & Virokannas 2011, 240). Tutkimusluvan opinnäytetyölleni sain Irti Huumeista ry:ltä tammikuussa 2017. Ryhmässä on jäseniä noin 300, eivätkä läheskään kaikki ole aktiivisia tai edes käy ryhmässä säännöllisesti, joten suostumuksen saaminen kaikilta ryhmäläisiltä oli mahdotonta. Tutkimuksessa ei kuitenkaan ollut tarkoitus tarkastella yksittäisiä henkilöitä ja heidän sano-

misiaan, vaan muodostaa laajempi kuva siitä, mistä ryhmässä keskustellaan ja minkälaista tukea ryhmässä esiintyy. Tutkimuksesta on informoitava kaikkia osapuolia avoimesti ja rehellisesti (Pohjola 2007, 20), joten laitoin tutkimusta aloittaessani ryhmään informaatioviestin, jossa kerroin oleelliset tiedot tutkimuksesta ja roolistani ryhmässä. Keskustelu ryhmässä tarkasteluajankohtana oli niin runsasta, että kävin viikoittain nostamassa informaatioviestiäni ryhmässä ylemmäs. Tällä pyrin varmistamaan sen, että mahdolliset uudetkin keskustelijat olisivat tietoisia tutkimuksesta.

Mietin pitkään, kuinka saada suostumus kaikilta tutkittavilta. Päädyin siihen, että tarkastelen ryhmän viestejä vain ilmoittamanani aikana ja pyydän vielä suostumuksen kirjoitusten tutkimuskäyttöön tuona aikana ryhmään kirjoittaneilta henkilökohtaisesti. Tutkittavilla on oikeus kieltää itseään koskevien aineistojen käyttö, keskeyttää osallistuminen missä vaiheessa tahansa tutkimusta eikä kieltäytymisellä saa olla tutkittavalle negatiivisia seurauksia (Alston & Bowles 2013, 26; Puuronen 2007, 105; Rauhala & Virokannas 2011, 240), joten kerroin jo informaatioviestissä ryhmäläisille, että he voivat minulle ilmoittamalla kieltäytyä tutkimuksesta missä vaiheessa tahansa. Jätin jo aineistonkeruuvaiheessa tutkimuksesta kieltäytyneiden tekstit keräämättä. Joskus luvan pyytäminen voi aiheuttaa tutkittaville haittaa, jos he esimerkiksi kokevat paineita osallistua tutkimukseen (Rauhala & Virokannas 2011, 240). Painotin sekä informaatioviestissä että suostumuksessa tutkimukseen myös sitä, että tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista.

Tutkittavilla on oltava mahdollisuus tarkistaa tehdyt tulokset ja puuttua siihen, mitä ja miten heistä kirjoitetaan (Puuronen 2007, 105; Rauhala & Virokannas 2011, 241). Saatuaani tutkimukseni alustavat tulokset valmiiksi, laitoin ryhmään viestin, jossa kerroin lähettäväni ne kaikille halukkaille ryhmäläisille luettavaksi ja kommentoitavaksi. Yhteensä 36 ryhmäläistä pyysi alustavia tuloksia luettavakseen. Kuitenkin vain yksi kommentoi alustavia tuloksia. Hän kommentoi näin: *”Myötäeläminen ja samanlaisten kokemusten ja tunteiden jakaminen tosiaan näkyy viesteissä. Se on parasta vertaistukea. Luulen, että koontisi kertoo vertaistuen tärkeyden!”*. Tutkittavien on saatava valmis tutkimus nähtäväkseen

(Rauhala & Virokannas 2011, 241), joten valmiin opinnäytetyöni olen jakanut ryhmässä ja toimittanut myös Irti Huumeista ry:lle.

Eettinen mietintä kuuluu myös tutkimustulosten julkaisemiseen. On pohdittava jo ennakkoon, mitä tutkimus tuottaa, mitä varten ja keiden hyödyksi, ja tulosten mahdollisia vaikutuksia on arvioitava (Pohjola 2007, 24; Rauhala & Virokannas 2011, 239). Tässä pohdinnassa on otettava huomioon myös tutkittavien perheenjäsenet, omaiset yms. kolmannet osapuolet (Rauhala & Virokannas 2011, 239). Oman opinnäytetyöni tarkoituksena on lisätä tietoa huumeidenkäyttäjien läheisten verkkovertaistuesta. On mahdollista, että tutkimusraportin lukee myös huumeidenkäyttäjiä, joille läheisten keskustelut vertaisryhmässä voivat tulla yllätyksenä. Tästä voi seurata riitojakin huumeidenkäyttäjän ja läheisen välille. Osin tästä syystä on äärimmäisen tärkeää huolehtia tutkittavien yksityisyydensuojasta (Pohjola 2007, 20–21). Kuitenkin, jos tutkittava ryhmä on pieni, ei ole takuita siitä, että tutkittavien yksityisyys säilyisi (Rauhala & Virokannas 2011, 242). Tämä on yksi perustelu sille, miksi en tutkimusraportissani käytä suoria lainauksia keskusteluista.

AoIR (the Association of Internet Researchers) on laatinut suosituksia internetissä tehtävän tutkimuksen eettisyydestä. Keskustelualueiden ja ryhmien tutkimuksessa huomiota tulisi kiinnittää muun muassa aineiston saatavuuden ja löytymisen helppouteen (löytyykö alkuperäinen keskustelu laittamalla sitaatin hakukoneeseen?) ja siihen, mitä seurauksia sillä voi tutkittaville olla sekä siihen, kuinka julkisiksi tai yksityisiksi kirjoittajat tekstinsä mieltävät. (Markham & Buchanan 2012.) Huumeidenkäyttäjien läheisten tukiryhmä on salainen ryhmä, joten jäsenten voidaan olettaa pitävän keskusteluista yksityisinä. Keskustelut eivät tule näkyviin laittamalla sitaatin hakukoneeseen. Ryhmään kuitenkin pääsee mukaan kuka tahansa, joka liittymistä pyytää. On teoriassa mahdollista, että joku liittyisi ryhmään vain nähdäkseen, kuka on sanonut käyttämäni sitaatit. Vaikka pidän tätä melko pienenä riskinä, tämä on toinen syy miksi en käytä opinnäytetyöni raportissa suoria lainauksia ryhmän keskusteluista.

Verkkokeskusteluista tutkittaessa on ymmärrettävä verkkokeskusteluille yleisesti ja tutkimuskohteena olevalle yhteisölle erityisesti tyypilliset puhettavat ja käytän-

nöt (Turtiainen & Östman 2013, 54). Osallistun Facebookissa useisiin suljettuihin ryhmiin, joten niissä toimiminen on minulle tuttua ja luontevaa. Oman työni kautta (A-klinikkasäätiön Päihdelinkki-verkkopalvelun koordinaattorina ja keskustelualueen ylläpitäjänä) taas päihderiippuvaisten läheisten keskustelukulttuuri julkisella keskustelualueella on tullut minulle tutuksi. Osin näistä syistä myös kiinnostuin mahdollisuudesta tehdä opinnäytetyöni liittyen päihderiippuvaisten läheisille tarkoitettuun sähköiseen palveluun.

Tutkimuksen vaikutuksia pohdittaessa tulee huomioida se, minkälaista todellisuuskuvaa tutkimus rakentaa. Tutkimuksessa mukana olevien loukkaamattomuudesta ja kunnioittamisesta on huolehdittava. Tämä tarkoittaa muun muassa sitä, että on mietittävä kriittisesti mitä käsitteitä ja ilmaisuja esimerkiksi tutkittavista ja tyypittelyssä ja teemoittelussa käytetään. On muistettava, että valituilla käsitteillä saatetaan uusintaa vallitsevia ennakkoluuloja tai asenteellisia suhtautumistapoja. Omien asenteiden ja taustojen vaikutusta on myös pohdittava, erityisesti yhteiskunnallisesti ristiriitaisia (esimerkiksi väkivaltarikollisuus) aiheita tutkittaessa. (Pohjola 2007, 19, 23, 25–27, 29.) Opinnäytetyössäni puhun tutkimuksen kohteena olevista ryhmän jäseninä ja huumeidenkäyttäjien läheisinä. Nämä ovat mielestäni neutraalimpia ilmaisuja kuin esimerkiksi huumeongelmaisen läheinen. Vaikka ryhmässä suurin osa on huumeidenkäyttäjän vanhempia, käytän heistä ilmaisua läheinen. Kommentteja olen muokannut myös niin, että olen korvannut tarvittaessa sanan ”lapsi” sanalla ”läheinen”. Näin ne muutamat, joilla huumeita käyttävä läheinen on joku muu kuin oma lapsi, eivät erotu raportissa.

Eettisesti kestävässä tutkimuksessa oleellista on prosessien läpinäkyvyys ja perusteltavuus sekä altistaminen kritiikille. Tutkimuksen tulee tuottaa muun muassa uutta tietoa ja ymmärrystä päätöksenteon ja toiminnallisten ratkaisujen tueksi. (Pohjola 2007, 28.) Oman opinnäytetyöni yhtenä tarkoituksena oli tuottaa ryhmästä tietoa, jonka avulla toimintaa ylläpitävät ja rahoittavat tahot voivat arvioida toiminnan kannattavuutta.

10 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Huumeidenkäyttäjien läheisten tukiryhmä auttoi tulosten perusteella keskustelijoita merkittävällä tavalla. Ryhmässä keskustelu oli aktiivista, monipuolista ja toisia kunnioittavaa. Päihdeperheissä toipumisen kannalta olennaista on, että läheinen opettelee ilmaisemaan tunteitaan ja suhtautumaan elämään luottavasti (Hyytinen 2008, 181). Osallistuminen tutkimaani läheisten ryhmään auttoi tässä, sillä ryhmäläiset jakoivat ajatuksiaan aroistakin tilanteista ja saivat runsaasti tukea toisilta ryhmäläisiltä. Uskoa tulevaisuuteen luotiin silloin, kun toinen tunsu kaiken toivon menneen.

Aloitusviesteissä purettiin ahdistusta, surua ja huolta, joita läheisen tilanne oli aiheuttanut. Toisaalta läheisen parantuneesta tilanteesta myös iloittiin. Ryhmässä pohdittiin huumeidenkäyttäjän läheisenä olemista ja kerrottiin omasta edistymisestä asian käsittelyssä. Häpeästä irrottautumiseksi ja oman roolin määrittelymiseksi perheessä osallistuminen keskusteluryhmiin on tärkeää (Hyytinen 2008, 180–181), ja tämä näyttäisi toteutuvan verkkoryhmässäkin. Pienistäkin edistysaskeleista iloittiin yhdessä ja niissä kannustettiin.

Vanhasen (2009) tutkielman mukaan julkisilla keskustelualueilla auttaja usein asettuu tietäjäksi ja autettava kohteeksi. Huumeidenkäyttäjien läheisten vertaistukiryhmässä ei ihan näin selkeästi ollut. Ryhmässä eriävät mielipiteet olivat sallittuja ja niistä keskusteltiin asiallisesti. Neuvoa kysyvä aloitusviestin kirjoittaja usein osallistui keskusteluun aktiivisesti kertomalla lisää tilanteestaan ja omista näkemyksistään, eikä siten ollut vain passiivinen avun kohde. Neuvoja ja ehdotuksia antavat toiset ryhmäläiset toivat myös selvästi esille sen, että tiedot pohjautuivat heidän omiin henkilökohtaisiin kokemuksiinsa ja että tilanteet voivat vaihdella riippuen henkilöstä. Facebook-ryhmä eroaa julkisista keskustelualueista muun muassa siinä, että siellä keskustelijat toimivat omalla nimellään eikä ryhmässä olla samalla tavalla anonyymeja kuin julkisilla keskustelualueilla. Salaisen Facebook-ryhmän keskustelut myös näkyvät vain ryhmään kuuluville. Julkisilla keskustelualueilla voi siten ehkä olla helpompi asettua nimimerkin suojassa tietäjäksi kuin ryhmässä, jossa ollaan omalla nimellä.

Osallistuminen vertaistukiryhmään vahvistaa huumeidenkäyttäjän läheisen sosiaalista pääomaa ja siten suojaa elämän vastoinkäymisissä (Nylund 1996, 294). Myös Huumeidenkäyttäjien läheisten tukiryhmässä esiintyi sosiaalisten verkostojen tuomaa vertaistukea, joten verkkoryhmällä voi olla yhtäläinen merkitys osallistujan voimavaroihin kuin livevertaisryhmälläkin.

Ryhmän tuki oli suurelta osin emotionaalista: ymmärtämistä, myötäelämistä ja kannustamista. Eniten vertaistukea ilmaistiin kertomalla omista vastaavista kokemuksista. Vertaisryhmien keskeisiä teemoja onkin juuri kokemusten ja tiedon jakaminen (Nylund 2005, 198). Vertaistukea osoitettiin ryhmässä paljon myös ”tykkäyksillä”. Liveryhmissä erityisesti sanattomalla tuella (hymyt, nyökkäykset jne.) on suuri merkitys (Kuuluvainen 2016, 431) ja näin vaikuttaisi olevan myös tutkimassani verkkoryhmässä. Lähes poikkeuksetta aloitusviesteistä, joissa jaettiin kokemuksia, oli tykätty huomattavasti enemmän kuin muista aloitusviesteistä. Positiivisiin aloitusviesteihin oli helppo reagoida pelkällä tykkäyksellä ja siten osoittaa tukea. Vakavampiin ja negatiivisempiin aloitusviesteihin sen sijaan usein kommentoitiin enemmän eikä vain tykätty (huom. tykkäykset sisältävät myös vihastumista ja surua ilmaisevat hymiöt, ks. luku 7.3). Huomattavaa on, että sydän-hymiö on Facebookissa nimetty ”ihastu”, mutta ryhmässä sitä käytettiin ennemminkin myötätunnon ja voimientoivotuksen osoituksena.

Ryhmässä sai hyvin apua ja tukea omaan tilanteeseen. Aloitusviestejä, joissa kysyttiin neuvoja tai kokemuksia, oli kommentoitu eniten. Vain yhteen kysymykseen ei tullut tarkasteluaikana yhtään vastausta, mutta kyseinen kysymys ei liittynytkaan suoraan ryhmän aiheeseen. Ryhmäläiset jakoivat tietoa lähtökohteisesti omien kokemustensa kautta, joten tiedon paikkansapitävyyden tarkistaminen jäi neuvojen kysyjän vastuulle. Verkkovertaisryhmän ongelmia onkin muun muassa epätarkan informaation saaminen (Nylund 2005, 205). Usein ryhmäläiset kuitenkin kommentoivat toistensa neuvoja, mikäli heillä oli eriävä kokemus aiheesta. Irti Huumeista ry:n työntekijät myös seuraavat keskusteluita, joten ylläpitäjien on mahdollista puuttua keskusteluihin, jos ryhmässä jaetaan selvästi virheellistä tietoa. Tarkasteluaikana ryhmässä ei esiintynyt tilanteita, joissa ylläpidon puuttumista olisi tarvittu.

Huumeidenkäyttäjien läheisten tukiryhmää käytettiin suurelta osin liveryhmistä ja tapahtumista tiedottamiseen. Jotkut ryhmäläiset eivät ole kertoneet läheisensä huumeongelmasta perheen ulkopuolisille, jolloin aihetta käsitteleviä artikkeleita ei myöskään haluta jakaa omalla Facebook-sivulla. Näin ollen on luontevaa jakaa huumeidenkäyttäjien läheisiä käsittelevä artikkeli ryhmässä, jossa siitä voi keskustella samassa tilanteessa olevien kanssa. Mielenkiintoista sen sijaan on, että verkkoryhmässä jaetaan runsaasti tietoa livevertaistukiryhmien ajankohdistusta ja houkutellaan ryhmäläisiä osallistumaan keskusteluryhmiin reaali maailmassa. Pidetäänkö verkkoryhmän tukea riittämättömänä? Vai nähdäänkö ryhmä vain sopivana kanavana liveryhmistä tiedottamiseen? On tietysti hyvä, että verkkoryhmän jäseniä kannustetaan hyödyntämään vertaistukea myös reaali maailmassa. Riittäisikö kuitenkin liveryhmistä tiedottaminen Irti Huumeista ry:n julkisella Facebook-sivulla?

Toisaalta sulautuvassa sosiaalityössä asiakkaan tarpeet määrittelevät, tapahtuuko palvelu verkossa vai reaali maailmassa (Granholt 2016, 60). Tämä puoltaa livevertaistukiryhmistä tiedottamista salaisessa ryhmässä. Asiakkaan tilanne saattaa muuttua, ja tieto livevertaistukiryhmistä on helppo saada salaisen ryhmän kautta ilman erillistä tiedon etsimistä. Työntekijöiden olisi myös pyrittävä huomaamaan keskustelijat, jotka voisivat hyötyä enemmän livevertaistuksesta tai asiantuntija-avusta ja ohjattava heitä sopivamman palvelun pariin.

Sulautuvassa sosiaalityössä olennaista onkin työntekijän kyky arvioida, soveltuuko virtuaalinen palvelu asiakkaalle kasvokkaista palvelua paremmin (Granholt 2016, 61). Tällä hetkellä verkkoryhmästä tiedottaminen tapahtuu asiakkaan ottaessa yhteyttä Irti Huumeista ry:n työntekijöihin sekä livevertaistukiryhmissä. Työntekijästä siis riippuu, millä tavalla verkkoryhmää markkinoidaan asiakkaalle. Entä jos tieto verkkoryhmästä olisi helposti löydettävissä ilman työntekijää? Voisiko vastuun Facebook-ryhmän soveltuvuuden arvioinnista jättää asiakkaalle? Toisaalta verkkoryhmään saattaa osallistua henkilöitä, joille kasvokkainen asiantuntija-apu voisi olla hyödyllisempää kuin verkkovertaistuki. Tarkasteluajankohtana työntekijät eivät juuri osallistuneet keskusteluihin eivätkä aktiivisesti ohjanneet ryhmäläisiä asiantuntija-avun piiriin. Työntekijöiden rooli verk-

koryhmässä tulisi olla tarkkaan pohdittu ja selkeä sekä työntekijöille että ryhmän keskustelijoille.

Facebook-ryhmä soveltuu hyvin sulautuvan sosiaalityön menetelmäksi. Keskeisiin periaatteisiin on kuitenkin kiinnitettävä huomiota. Sulautuvan sosiaalityön keskeisiä periaatteita on helppo saavutettavuus, vastuullisuus ja erilaisuuden kunnioittaminen (Granholm 2016, 63). Myös tietosuojasta ja osallistujien yksityisyyden suojelemisesta on huolehdittava. Kun toimintaa ohjataan ja/tai moderoidaan ammatillisesti, vastuullisuuden ja erilaisuuden kunnioittamisen on mahdollista toteutua (Granholm 2016, 67–70). Huumeidenkäyttäjien läheisten tukiryhmässä keskustelua valvovat Irti Huumeista ry:n työntekijät, eikä keskusteluissa tarkasteluajankohtana ilmennyt asiattomuuksia. Lähtökohtaisesti Facebook-ryhmä on myös helposti saavutettavissa.

Tieto tarkastelemastani läheisryhmästä on kuitenkin monen mutkan takana, eikä siten aivan se matalimman kynnyksen palvelu. Kun läheisen huumeidenkäyttö paljastuu, moni etsii apua internetistä. Ryhmä ei kuitenkaan löydy internetin hakukoneilla. Melko nopeasti apua hakeva päätyy todennäköisesti Irti Huumeista ry:n verkkosivuille, mutta sieltäkään tietoa Facebook-ryhmästä ei löydy. Palvelua kehitettäessä olisi pohdittava, kuinka ryhmästä voisi tiedottaa siten, että se olisi helpommin löydettävissä vaarantamatta kuitenkaan jo ryhmässä olevien yksityisyyttä.

Julkisilla keskustelualueilla, suljetuissa/salaisissa Facebook-ryhmissä ja livevertaisryhmissä esiintyvä vertaistuki vaikuttaisi olevan monilta osin samankaltaista, mutta myös eroja löytyy. Jatkotutkimusaiheena voisi olla liittyykö Facebook-ryhmän vertaistukeen joitain erityispiirteitä, joita ei julkisilla keskustelualueilla tai livevertaisryhmissä ilmene. Viestejä tarkastellessa esimerkiksi huomasin, että usein samat henkilöt toimivat samalla tavalla. Yhden tapana on jakaa mietelauseita, kun toinen taas kertoo omista tapahtumistaan. Joku kysyy usein neuvoja ja toinen jakaa niitä mielellään. Julkisilla keskustelualueilla näin voisi kuvitella myös tapahtuvan, mutta entä livevertaisryhmissä?

Vertaisverkot muodostuvat usein spontaanisti internetissä ja niihin osallistutaan joustavasti oman kiinnostuksen ja aikataulun mukaisesti (Nylund 2005, 203). Irti Huumeista ry:n läheisten tukiryhmä on perustettu varta vasten huumeidenkäyttäjien läheisiä varten, mutta myös siihen osallistuminen tapahtuu jäsenten ehdoilla. Ryhmässä keskusteltiin kuitenkin vain vähäisessä määrin verkkoryhmän vertaistuen vaikutuksista. Mielenkiintoinen jatkotutkimusaihe olisi, kokevatko ryhmäläiset vertaistuen samalla tavalla verkkoryhmässä kuin live-ryhmässä.

Kommenttien tykkäyksiä en analysoinut. Havainnointivaiheessa muodostunut käsitykseni kuitenkin on, että kommenttien tykkäyksellä aloitusviestin kirjoittaja halusi usein ilmaista lukeneensa kommentin. Muut ryhmäläiset taas osoittivat tykkäyksellä olevansa samaa mieltä kommentin kirjoittajan kanssa. Tämä on kuitenkin vain oma tulkintani asiasta ja sen varmistaminen vaatisi kommenttien tykkäysten tarkempaa analyysia sekä ryhmäläisten haastattelua siitä, mitä he tykkäyksillä tarkoittavat. Tykkäysten merkitys vertaistuen muotona voisikin olla myös jatkotutkimuksen aihe.

Tutkimuksen tulokset eivät ole yleistettävissä, vaan ne kuvaavat tätä kyseistä ryhmää. Tutkimuksen rajoitteita ovat tietty ajankohta ja tietyt keskustelijat, joten toisena ajankohtana tulokset voisivat olla toisenlaiset. Tutkimus antaa kuitenkin hyvän kuvan tarkastelemastani läheisryhmästä, ja sen tuloksia voidaan käyttää esimerkiksi kyseisen ryhmän markkinoimiseen, työn perustelemiseen rahoittajille sekä pohjana verkkovertaisryhmän kehittämiseksi.

LÄHTEET

- A 543/2008. Valtioneuvoston asetus huumausaineina pidettävistä aineista, valmistamista ja kasveista. Saatavilla
<http://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2008/20080543>
- Alston, M. & Bowles W. (2013). *Research for Social Workers. An introduction to methods*. Milton Park, Abingdon, Oxon: Routledge.
- Barnard, M. (2005). *Drugs in the family: the impact on parents and siblings*. Saatavilla 5.10.2017 <https://www.jrf.org.uk/report/drugs-family-impact-parents-and-siblings>
- Eskola, J. & Suoranta, J. (1998). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.
- Facebook (2016). *Mitä yksityisyysasetuksia ryhmille on valittavissa? Ohje- ja tukikeskus*. Saatavilla 27.11.2016
<https://www.facebook.com/help/220336891328465#What-are-the-privacy-options-for-groups>
- Granholm, C. (2016). *Social work in digital transfer – blending services for the next generation*. (Väitöskirja, Helsingin yliopisto, Sosiaalitieteiden laitos). Saatavilla 23.10.2017
http://www.fskompetenscentret.fi/Site/Data/2067/Files/C_Granholm_DR_avhd_2016_PDF_version.pdf
- Haasio, A. (2015). *Toiseus, tiedontarpeet ja tiedon jakaminen tietoverkon "pienessä maailmassa": Tutkimus sosiaalisesti vetäytyneiden henkilöiden informaatiokäyttäytymisestä*. (Väitöskirja, Tampereen yliopisto, Informaatiotieteiden yksikkö). Saatavilla <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-44-9878-7>
- Hakala, S. & Vesa, J. (2013). Verkkokeskustelut ja sisällön erittely. Teoksessa S-M. Laaksonen, J. Matikainen & M. Tikka (toim.). *Otteita verkosta. Verkon ja sosiaalisen median tutkimusmenetelmät*. (s. 216–244). Tampere: Vastapaino.
- Hakkarainen, P. & Jääskeläinen, M. (2013). Huumeiden käytön haitat muille ihmisille. Teoksessa K. Warpenius, M. Holmila & C. Tigerstedt

- (toim.) *Alkoholi- ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle.* (s. 100-109). Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Heimonen, P. (2006). *Nyt uskallan olla minä – Päihdeongelmaisten läheisten elämäntarinoita ja identiteettejä.* (Pro gradu-tutkielma, Tampereen yliopisto, Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos). Saatavilla <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-15782>
- Hiltunen, E. (2015). *Verkkovertaistukea uupuneelle äidille.* (Pro gradu-tutkielma, Tampereen yliopisto, Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö). Saatavilla <http://urn.fi/URN:NBN:fi:uta-201512312585>
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2007). *Tutki ja kirjoita.* (13. uudistettu painos). Helsinki: Tammi.
- Holliday, A. (2007). *Doing and Writing Qualitative Research.* London: Sage Publications.
- Hyytinen, R. (2008). Päihteenkäyttäjän perhe ja läheiset. Teoksessa M. Havio, M. Inkinen & A. Partanen (toim.). *Päihdehoitotyö.* (s. 177–181). Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Irti Huumeista ry (i.a). Haluatko jutella? Vertaistukiryhmät. Saatavilla 1.8.2017 irtihuumeista.fi
- Irti Huumeista ry (i.a). Läheis- ja perhetyön keskus. Saatavilla 4.12.2016 http://www.irtihuumeista.fi/laheis-_ja_perhetyon_keskus
- Irti Huumeista ry (i.a). Yhdistys. Saatavilla 4.12.2016 <http://www.irtihuumeista.fi/yhdistys>
- Jackson, D., Usher, K. & O'Brien L. (2007). *Fractured families: Parental perspectives of the effects of adolescent drug abuse on family life.* Contemporary Nurse, 23:2. (s. 321–330). Saatavilla 3.10.2017 <http://dx.doi.org/10.5172/conu.2006.23.2.321>
- Kananen, J. (2014a). *Verkkotutkimus opinnäytetyönä. Laadullisen ja määrällisen verkkotutkimuksen opas.* Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 187. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kananen, J. (2014b). *Netnografia. Verkkoyhteisöjen tutkiminen opinnäytetyönä.* Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 182. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kuuluvainen, V. (2016). *Supportive Communication in Al-Anon Mutual-aid Groups.* (Väitöskirja, Tampereen yliopisto, Viestinnän, median ja

- teatterin yksikkö). Saatavilla <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-0128-6>
- Kuuskoski, E. (2003). Vertaistoiminta osana ihmisyyttä. Teoksessa J. Niemelä & V. Dufva (toim.). *Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat. Sosiaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituhanalla.* (s. 30–39). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Markham, A. & Buchanan, E. (2012). *Ethical Decision-Making and Internet Research: Recommendations from the AoIR Ethics Working Committee (Version 2.0).* Saatavilla 25.11.2016
<http://aoir.org/reports/ethics2.pdf>
- NACD (2007). *The Experiences of Families Seeking Support in Coping with Heroin Use.* Saatavilla 5.12.2016
<http://www.drugs.ie/resourcesfiles/research/2007/FamilyStudyFinal.pdf>
- Nylund, M. (1996). Suomalaisia oma-apuryhmiä. Teoksessa A. Matthies, U. Kotakari & M. Nylund (toim.). *Välittävät verkostot.* (s. 193–205). Tampere: Vastapaino.
- Nylund, M. (1999). Oma-apuryhmät välittäjinä arjessa. Teoksessa L. Hokkanen, P. Kinnunen & M. Siisiäinen (toim.). *Haastava kolmas sektori. Pohdintoja tutkimuksen ja toiminnan moninaisuudesta.* (s. 116–134). Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.
- Nylund, M. (2005). Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa M. Nylund & A. Yeung (toim.). *Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus.* (s. 195–213). Tampere: Vastapaino.
- Pennanen J. (2007). *Vertaistuen vaikuttavuus Irti Huumeista ry:n huumeiden käyttäjien läheisille tarkoitetuissa vertaistukiryhmissä.* (Pro gradu-tutkielma, Jyväskylän yliopisto, Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos). Saatavilla <http://urn.fi/URN:NBN:fi:juu-2007476>
- Pohjola A. (2007). Eettisyyden haaste tutkimuksessa. Teoksessa L. Viinamäki & E. Saari (toim.). *Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen.* (s. 11–31). Helsinki: Tammi.
- Puuronen, V. (2007). Etnografinen tutkimus. Teoksessa L. Viinamäki & E. Saari (toim.). *Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen.* (s. 101–120). Helsinki: Tammi.

- Rauhala, P-L. & Virokannas, E. (2011). Sosiaalityön tutkimuksen etiikka, opettaminen ja tietoarvo. Teoksessa A. Pehkonen & M. Väänänen-Fomin (toim.). *Sosiaalityön arvot ja etiikka*. (s. 235–255). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Syrjäntikka, H. (2012). *Avun ja tuen neljä ulottuvuutta päihteen käyttäjän läheisen kertomana*. (Pro gradu-tutkielma, Tampereen yliopisto, Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö). Saatavilla <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-23272>
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2008). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.
- Tuomola, P. (2012). Läheiset ja huume- ja lääkeriippuvuus. Teoksessa K. Sepä, M. Aalto, H. Alho & K. Kiiänmaa (toim.). *Huume- ja lääkeriippuvuudet*. (s. 145–151). Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Turtiainen, R. & Östman S. (2013). Verkkotutkimuksen eettiset haasteet: Armi ja anoreksia. Teoksessa S. Laaksonen, J. Matikainen & M. Tikka (toim.) *Otteita verkosta. Verkon ja sosiaalisen median tutkimusmenetelmät*. (s. 49–67). Tampere: Vastapaino.
- Vanhanen, E. (2009). *Riippuvuuden hallintaa. Puolisoiden verkkokeskustelua päihdeongelmasta*. (Pro gradu-tutkielma, Tampereen yliopisto, Sosiaalityön tutkimuksen laitos). Saatavilla <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-19866>
- Varjonen, V. (2015). *Huumetilanne Suomessa 2014*. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 1/2015.) Saatavilla https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125568/THL_RAPO1_2015_web%20%281%29.pdf?sequence=1
- Äijö, N. (2013). *"Mistä tunnet sä ystävän?" Tutkimus alkoholiongelmaisten läheisten kokemuksista, sosiaalisista suhteista ja sosiaalisesta tuesta*. (Pro gradu-tutkielma, Tampereen yliopisto, Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö). Saatavilla <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-23305>

Tiedote ryhmään tutkimuksesta

Hyvä Irti Huumeista ry:n Läheisten vertaistukiryhmän jäsen.

Huumeidenkäyttö koskettaa aina käyttäjän lisäksi myös suurta joukkoa muita ihmisiä: vanhempia, lapsia, sisaruksia, sukulaisia, ystäviä ja tuttavvia. Suomessa huumeidenkäyttöä koskeva tutkimus on kuitenkin keskittynyt pitkälti käyttäjille aiheutuviin terveydellisiin haittoihin eikä huumeidenkäyttäjien läheisiä ole juuri tutkittu.

Suoritan Diakonia-ammattikorkeakoulussa sosionomi YAMK-tutkintoa. Tutkintoon liittyvän opinnäytetyöni tavoitteena on selvittää, minkälaista tukea huumeidenkäyttäjien läheiset saavat ja jakavat salaisessa Facebook-ryhmässä. Tarkastelen tähän ryhmään lähetettyjä viestejä ajalla 20.2.-19.3.2017. En osallistu itse keskusteluihin.

Ryhmäläisten osallistuminen tutkimukseen on vapaaehtoista, eikä kieltäytymisellä ole mitään seurauksia. En tutki muita kuin ilmoittamani aikana ryhmään tulleita viestejä ja niiden kommentointia. Kopioin viestit Word-tiedostoon, jonka tallennan kotitietokoneelleni salasanan taakse. Tietoja käsitellään nimettöminä, niitä ei luovuteta ulkopuolisille ja niitä käytetään vain tähän tutkimukseen. Tutkimuksen valmistuttua tuhoan tallentamani aineiston. Opinnäytetyöni tutkimusraportissa en käytä suoria lainauksia ja käsittelen aineistoa siten, ettei yksittäisiä henkilöitä voi tunnistaa. Valmiin raportin tulen toimittamaan myös tänne ryhmään.

Jokaiselta ajalla 20.2.-19.3.2017 ryhmään kirjoittaneelta tulen pyytämään henkilökohtaisesti suostumuksen kirjoitusten tutkimuskäyttöön. Sinun on myös mahdollista kieltäytyä jo etukäteen tutkimuksesta ilmoittamalla siitä minulle, jolloin rajaan kirjoittamasi viestit tutkimuksen ulkopuolelle. Osallistumisen voi myös keskeyttää missä vaiheessa tutkimusta tahansa.

Tutkimuksesta on sovittu Irti Huumeista ry:n kanssa ja olen saanut siihen tutkimusluvan.

Lisätietoja voit kysyä minulta sähköpostitse tai laittamalla viestiä Facebookin kautta.

Ystävällisin terveisin,
Pinja Rislakki
(etunimi.sukunimi@student.diak.fi)

Suostumus tutkimukseen

Annan Pinja Rislakille luvan käyttää 20.2.-19.3.2017 välisenä aikana Irti Huumeista ry:n Huumeidenkäyttäjien läheisten tukiryhmään kirjoittamiani viestejä ja kommentteja hänen tutkimuksessaan. Annan hänelle luvan kopioida ja tallentaa viestini ilman henkilötietojani (esim. nimi) salasanalla suojattuun Word-tiedostoon.

Tietoja käsitellään luottamuksellisesti ja niitä käytetään vain tässä tutkimuksessa. Tutkimuksen valmistumisen jälkeen tallennettu aineisto tuhoaan. Minulla on anonymiteettisuoja eikä minua voida tunnistaa tutkimustuloksista.

Osallistumiseni tähän tutkimukseen on vapaaehtoista ja minulla on oikeus keskeyttää osallistuminen milloin vain, eikä siitä koidu minulle minkäänlaisia seurauksia. Tämä suostumus on annettu sähköisesti Facebookin kautta.