

**Tomi Lampi**  
**Kristillinen päihdetyö ja**  
**Uskon merkitys raitistumisprosessissa**

**Opinnäytetyö**  
**Syksy 2011**  
**Sosiaali- ja terveysalan yksikkö**  
**Sosiaalialan koulutusohjelma**



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Koulutusohjelma: Sosiaalialan koulutusohjelma

Suuntautumisvaihtoehto: Sosionomi

Tekijä: Tomi Lampi

Työn nimi: Kristillinen päihdetyö ja uskon merkitys raitistumisprosessissa

Ohjaaja: Hemminki Arja

Vuosi: 2011

Sivumäärä: 51

Liitteiden lukumäärä: 1

---

Opinnäytetyöni tutkii uskon ja kristillisen päihdekuntoutuksen vaikutusta päihdeongelmaisten raitistumisessa, sekä uskon ja kristillisen päihdekuntoutuksen vaikutusta elämänhallinnan eheydessä ja raittiina pysymisessä, unohtamatta kristillisen päihdetyön kuvaamista. Laadin tutkimukseni laadullisen tutkimuksen menetelmin ja tein haastattelut teemahaastatteluna, joita tein seitsemän kappaletta.

Teorian osalta, käyn läpi suomalaista alkoholikulttuuria ja riippuvuuden syntyä sekä vaikutuksia. Tästä jatkan sekulaarisen päihdehuollon kuvailemiseen ja josta jatkan kristillisen päihdetyön, sen historian, KAN-työn sekä menetelmien kuvailemiseen. Tuon sitten esille tutkimuskysymykset ja voimaantumisen teorian ja käsitteen. Tästä siirryn tutkimuksen toteuttamisen kuvailemiseen, tutkimuksen tuloksiin, johtopäätöksiin ja viimeisenä työn pohdintaan.

Tutkimus toi esille nuorena aloitetun päihdeongelmaisen elämän tyhjyyden, jota päihteellä täytettiin. Monta vuotta päihdeongelman kestänyt, alkoi löytää motivaatiota päihdeongelman voittamiseen. Kristillinen päihdekuntoutus ja kääntymyksen kokemus toimi, viiden tutkimukseen osallistuneen kohdalla auttavana tekijänä päihteistä raitistumiseen. Kahdella tutkimukseen osallistuneella pelkkä kääntymys toimi raitistumisen käännekohtana. Kuntoutuksen ja kääntymyksen jälkeen, hengellistä elämää jatkettiin ja elämän sisältö etsittiin uskonnon kautta.

Kääntymyksen eli uskoontulo oli voimakas kokemus, joka täyttää voimaantumisen ehdot, ja näin vaikuttaa raitistavalla tavalla päihdeongelmaisen elämässä. Kääntymys oli yksi tärkeimmistä menetelmistä kristillisessä päihdetyössä, ja myös kristillisen päihdetyössä oleva avoin välittäminen ja arvostaminen nousivat tutkimuksessa esiin. Usko auttoi kääntymyksen kautta myös elämänhallinnan eheyttämisessä ja uskonnolliset rituaalit edesauttoivat kääntymyksen kokenutta pysymään raittiina.

Avainsanat: Kristillisuus, päihdehuolto, usko, voimaantuminen.

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## **Thesis abstract**

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Social Services

Specialisation: Bachelor of Social Services

Author/s: Tomi Lampi

Title of thesis: Christian substance abuse treatment and meaning of faith in abstinence process

Supervisor(s): Hemminki Arja

Year: 2011    Number of pages: 51    Number of appendices: 1

---

This thesis deals with the impact of faith and Christian substance abuse rehabilitation for substance abusers, and the impact of faith and substance abuse rehabilitation in life management skills and durability of abstinence. Not forgetting to illustrate the Christian substance abuse rehabilitation. I made my research on qualitative research methods, and I did the interviews in theme interviews, which I did seven.

In the theory part, I go through the Finnish alcohol culture, and the cause of addiction, and its effects. From this I continue to the secular substance abuse rehabilitation, and which I continue to describe the Christian substance abuse rehabilitation, its history, KAN-work and the methods. Then to the research questions and empowerment, its theory and the concept. For this I go to describe the implementation, the study's findings, conclusions, and the at the last, reflection.

The study showed that in young age many life's are full of emptiness, which is often filled with substance abuse. When the problem persistent many years the substance abuser began to find the motivation to overcome substance abuse problem. Christian drug rehabilitation and conversion experience worked for five people in my research. There were two people who only went through conversion to overcome substance abuse. After rehabilitation and conversion, spiritual life continued in life, and the content of life were found in religion.

Conversion experience is a powerful experience that meets the conditions for empowerment, and thus affects the substance abusers problems in life. The study highlights that conversion was one of the most important methods of the christian substance abuse rehabilitation, and in the christian rehabilitation the openness and love were unique. Faith helps the life skills-building and religious rituals contributed to the conversion experienced to stay abstinence.

**Keywords:** Christianity , substance abuse treatment, faith, empowerment

# SISÄLTÖ

Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ .....	4
1 JOHDANTO .....	6
2 PÄIHTEET JA RIIPPUVUUS.....	7
2.1 Päihteet Suomessa .....	7
2.2 Riippuvuus.....	8
3 PÄIHDEHUOLTO .....	10
3.1 Palvelujärjestelmä .....	10
3.1.1 Avohuolto .....	11
3.1.2 Laitoshuolto .....	11
3.2 Päihdehuollon historia .....	12
3.3 Päihdehuoltolaki .....	13
4 KRISTILLINEN PÄIHDETYÖ .....	15
4.1 Kristillisen päihdetyön historia ja nykypäivä.....	15
4.2 Kristillisen päihdetyön erityispiirteitä.....	16
4.2.1 Kääntymys .....	17
4.2.2 Sielunhoito .....	17
4.2.3 Rukous.....	18
4.3 Kristillinen alkoholisti- ja narkomaanityö (KAN) ry .....	19
4.3.1 KAN-työn historia, tavoitteet ja toimintaperiaate .....	19
4.3.2 KAN-työn asiakas ja hoito.....	20
4.3.3 Hoitoketju.....	21
5 VOIMAANTUMINEN JA ELÄMÄNHALLINTA.....	22
5.1 Voimaantumisen määritelmä .....	22

5.2 Voimaantumisen teoria .....	23
5.3 Elämänhallinta.....	26
6 TUTKIMUKSEN TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	28
7 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN .....	29
7.1 Tutkimusmenetelmä .....	29
7.2 Tutkimuksen kohderyhmä.....	29
7.3 Aineiston keruu.....	30
7.4 Analyysimenetelmä .....	31
7.5 Eettisyys, luotettavuus ja yleistettävyys.....	32
7.5.1 Eettisyys .....	32
7.5.2 Luotettavuus .....	32
7.5.3 Yleistettävyys.....	33
8 TUTKIMUKSEN TULOKSET .....	34
8.1 Päihdeongelma .....	34
8.2 Kristillinen päihdekuntoutus.....	35
8.3 Elämänhallinta ja voimaantuminen.....	37
8.4 Usko raittiutta ylläpitävänä voimana .....	39
9 JOHTOPÄÄTÖKSET .....	42
9.1 Uskon vaikutus raitistumisprosessissa .....	42
9.2 Kristillisen päihdetyön vaikutus raitistumisprosessissa.....	44
9.3 Usko ja kristillinen päihdekuntoutus elämänhallinnan tukijana ja raittiutta ylläpitävänä .....	45
10 POHDINTA.....	47
LÄHDELUETTELO .....	50
LIITTEET .....	52

# 1 JOHDANTO

Sain idean tutkimukseeni kuullessani voimaantumisen teorian syntyneen kristillisen kääntymyksen kokemuksesta. Voimaantuminen on minulle uusi käsite ja minua kiinnosti, miten tiede on selittänyt kääntymyskokemusta. Halusin voimaantumisen näkyvän tutkimuksessani, ja siksi otin tutkimukseni kohderyhmäksi entiset päihdeongelmaiset, jotka ovat päässeet eroon päihdeongelmastaan uskon ja kristillisen päihdetyön avulla. Tutkimukseni näkökulmaksi otin uskon ja kristillisen päihdetyön vaikutukset raitistumisprosessissa sekä elämänhallinnan eheytymisessä. Päihdenäkökulman kautta myös kiinnostus kristillistä päihdetyötä kohtaan heräsi ja halusin tietää siitä lisää. Kohdistin tutkimukseni kristillisen päihdetyön kuvailmiseen ja erityispiirteiden löytämiseen.

Aloitan tutkimukseni kertomalla suomalaisesta päihdekulttuurista ja riippuvuudesta. Siinä käyn läpi suomalaisten päihteiden käyttöä ja riippuvuuksien vaikutuksia ja syntyä. Tästä siirryn kuvailemaan päihdehuoltoa, sen historiaa, lakia sekä avo- ja laitospalveluita. Kristillisestä päihdehuollosta kerron menetelmiä, historiaa sekä kristillistä narkomaanityötä eli KAN-työtä. Tutkimustavoitteet tulevat esille seuraavaksi, josta siirryn voimaantuminen käsitteeseen. Voimaantumisessa tuon esiin sen teorian peruspiirteitä sekä elämänhallinnan käsitettä. Tutkimuksen toteuttamisen kuvailen seikkaperäisesti. Tärkeimpänä osiona työssäni ovat tutkimuksen tulokset, johtopäätökset ja tietysti koko työtä koskeva pohdinta on viimeisenä.

Tutkimuskysymykseni olivat seuraavat; miten usko ja kristillinen päihdetyö tukee raitistumista päihteistä? Millaista kristillinen päihdetyö on? Miten usko ja kristillinen päihdetyö voimaannuttaa asiakasta ja auttaa elämänhallinnassa? Tutkimuksen tein teemahaastattelua ja laadullista tutkimusmenetelmää käyttäen. Tutkimukseni antaa tietoa siitä millä tavoin kääntymyksen teko auttaa päihdeongelmaista, ja myös mitkä ovat kristillisen päihdetyön erityispiirteitä. Kääntymyksen voi selittää myös voimaantumisen teorialla, ja siksi voimaantuminen tulee esiin tutkimuksessani.

## 2 PÄIHTEET JA RIIPPUVUUS

Päihteet ovat Suomessa suurin riippuvuuden kohde. Tämän vuoksi tuon esille millainen päihdekulttuuri Suomessa vallitsee ja sen jälkeen keskityn kuvailemaan riippuvuutta ja sen vaikutuksia päihdeongelmaiseen.

### 2.1 Päihteet Suomessa

Suomalainen yhteiskunta on päihteiden osalta hyvin vahvasti alkoholipainotteinen. Lääkkeiden ja laittomien huumeiden käyttö on kyllä lisääntynyt, mutta alkoholi nousee silti tilastoissa ensimmäiseksi. Muita yleisiä päihteitä ovat rauhoittavat, uni- ja kipulääkkeet, liuottimet ja erilaiset huumeet. (Inkinen ym. 2000, 37.)

Vuonna 2010 alkoholia käytettiin 44 miljoonaa litraa. 100 % alkoholina se on 10,0 litraa asukasta kohden (Alkoholien kulutuksen ennakkotiedot 2010, [Viitattu: 13.11.2011]). Suomessa 93 % aikuisväestöstä käyttää alkoholia. Suomalaisen alkoholikulttuurin erityispiirteet ovat humalahakuinen juominen sekä alkoholin harvinaisen käyttö aterioiden yhteydessä. (Päihdetilastollinen vuosikirja 2006, 17-19.)

Alkoholia käyttävät eniten nuoret aikuiset ja keski-ikäiset. Sukupuolten välinen ero alkoholin käytössä on enää vähäinen. Vuoden 2005 tutkimuksen mukaan 12% miehistä ja 13% naisista oli raittiita. Runsaasti alkoholia käyttäviä on arvioitu muuta 250 000-500 000 henkeä, eli noin 6-12 prosenttia aikuisväestöstä. 13 prosenttia miehistä käytti alkoholia vähintään neljä kertaa viikossa, naisista noin neljä prosenttia. (Päihdetilastollinen vuosikirja 2006, 19.)

Vuonna 2004 suomalaisista miehistä 14 prosenttia ja naisista 11 prosenttia ilmoittivat käyttäneensä tai kokeilleensa joskus elämässään huumausaineita. Vuonna 2004 noin 12 prosenttia suomalaisista 15–69-vuotiaista ilmoitti kokeilleensa joskus kannabista. Yllättäen silti nuorten kannabis-kokeilut ovat laskusuunnassa, vaikka huumeita käytetäänkin vielä enemmän kuin 1990-luvun alussa. Ongelmakäyttäjiä

on 15-69-vuotiaista koko maassa noin 0,4-0,6 prosenttia. Eniten käytetty huume ongelmakäyttäjien keskuudessa on amfetamiini. (Päihdetilastollinen vuosikirja 2006, 23-24.)

## 2.2 Riippuvuus

Ihmiselle voi kehittyä riippuvuus ihan mihin vain. Riippuvuus voi syntyä aineeseen, asiaan tai toimintaan, jota tehdään ensin kiinnostuksen takia, mutta se voi ihmisen persoonan vaikutuksesta muuttua vähitellen pakkomielteeksi. Riippuvuus voi olla myös, ei vahingollista toimintaa jolloin se usein jää täysin huomaamatta. Yleensä esim. päihderiippuvuus näkyy silti helposti lähiympäristölle ja ongelma havaitaan. (Taitto 1998, 11.)

Riippuvuudet ovat ihmisen hyvinvoinnin kannalta välttämättömiä. Lapsuudessa ihmisten tuoma hoiva ja läsnäolo ovat oiva esimerkki myönteisistä riippuvuuksista. Myönteinen riippuvuus synnyttää onnistumisen kokemuksia ja luottamusta sisäiseen turvallisuuden tunteeseen. Kielteinen riippuvuus on epärealistinen tai tilanteeseen epäsopiva selviytymistapa vaikeassa elämäntilanteessa. Kielteinen riippuvuus syntyy asioihin, jotka tuottavat ihmisille mielihyvää, ja peittävät alleen muita haitallisia ilmiöitä kuten surua, häpeää, vihaa, epätietoisuutta jne. (Holmberg 2010, 37-38.)

Kielteisen riippuvuuden hoidon kannalta on löydettävissä kolme vallitsevaa hoitoajattelumallia. Riippuvuus voidaan nähdä epämoraalisena piirteenä, sairautena tai opittuna tapana. (Thombs 1999.)

Riippuvuuden näkeminen epämoraalisena asettaa vastuun käyttäjälle, jolla on vapaus valita tekonsa. Tämän vuoksi käyttäjiä voidaan syyttää, rangaista ja asettaa vastuuseen riippuvuuksistaan. Hyvä puoli tässä näkökulmassa on sen suorapuheisuus, kun riippuvuus nähdään suoraa pahana asiana ilman mitään vastaväitteitä. Huonona puolena on sen kapeakatseisuus, joka ei ota huomioon riippuvuuden synnyn biologisia, psykologisia ja sosiaalisia tekijöitä. Toisena huonona puolena on tutkittu näyttö, että rangaistukset eivät vähennä riippuvuuksia ihmisryhmissä.



(Thombs 1999, 4-6.)

Riippuvuuden näkeminen sairautena viittaa siihen, että riippuvuus ei synny ilman geneettistä alttiutta, vaikka tekisi mitä tahansa, kuinka paljon tahansa. Sairausnäkökulma tekee riippuvuuksista kärsivistä uhreja. Tämä näkökulma lievittää ihmisten häpeän tunnetta riippuvuuksistaan. Yhteiskunta on myös alttiimpi auttamaan riippuvaisia, jos heidät luokitellaan sairaaksi eikä epämoraalisiksi. Riippuvuus voidaan nähdä myös opittuna tapana. Silloin se on ongelmakäyttäytymistä, joka syntyy ympäristön, perheen, ja sosiaalisen vaikutuksista. Hoitona nähdään käyttäytymisterapia, jolla estetään riippuvuuksien ongelmakäytös. (Thombs 1999, 7-9.)

Riippuvuus päihteiden osalta vaikuttaa niin fyysisesti kuin psyykkisesti. Fyysisellä puolella syntyy vieroitusoireita ja muuta terveydellisiä haittoja. Vieroitusoireet voivat aiheuttaa pelko- ja masennustiloja, tai jopa hengenvaarallisia ruumiillisia reaktioita. Muut terveydelliset haitat ovat ruumiilliset vauriot, jotka syntyvät, kun riippuvuuden kohtaamisen pelon takia vältetään lääkäreitä. Joskus myös ruumiilliset vauriot voivat edesauttaa hoidon hakemista. (Giesekus 1999, 28-30.)

Päihderiippuvuuden psyykkisiä vaikutuksia ovat sosiaalinen eristyneisyys, pelot ja kieltäminen. Riippuvuuden pahentuessa eristyneisyys lisääntyy, kontaktien katkessa kaikkiin muihin kuin paitsi niihin joiden kanssa yhdessä aineita käyttää. Eristyneisyys johtaa yleensä tilanteen pahenemiseen. Riippuvuus aiheuttaa myös pelkoa ja epävarmuutta. Koska riippuvuutta ei myönnetä pelot ja epävarmuus ilmenevät aggressiivina, masennuksena, ärtyneisyytenä jne. riippuvuus myös yleensä kielletään eikä myönnetä, että tilanteen hallinta on menetetty. Jos riippuvuus kohdataan, siihen reagoidaan aggressiivisesti, ylimielisesti tai "huvittuneesti". (Giesekus 1999, 30-32.)

### 3 PÄIHDEHUOLTO

Kristillinen päihdehuolto toimii yhteistyössä sekulaarisen päihdehuollon kanssa. Haluan tuoda ilmi miten sekulaarinen päihdehuolto on muodostunut ja millaisia palveluita se tarjoaa. Tuon esiin, kuinka valtion ohjauksessa oleva päihdehuolto on alkanut ja muuttunut, sekä kuinka järjestöjen toiminta on muuttunut päihdehuollossa. Kerron palvelujärjestelmän rakenteesta sekä avo- ja laitoshuollon eri palveluista, joihin myös kristilliset palvelut kuuluvat. Luvun lopuksi tuon esille päihdehuoltolakia, joka ohjaa päihdehuollon toimintaa.

#### 3.1 Palvelujärjestelmä

Nykyään Suomessa on monipuolinen ja monitasoinen sekä ajanmukainen päihdehuoltopalvelujärjestelmä. Päihdeongelman yhteiskunnallisen vaikutuksen takia 2000-luvulla päihdetyö laajeni osaksi laajaa terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen kokonaisuutta. Päihdehuollon tueksi tehtiin päihdetyön laatukriteerit ja julkaistiin päihdepalveluiden laatusuositukset, joiden avulla mm. lisättiin palveluiden saataavuutta ja parannettiin laatua. Päihdetyö voidaan jakaa ehkäisevään päihdetyöhön, varhaisvaiheen päihdetyöhön sekä päihdehoitoon. (Saarelainen, Stengård, Annala & Vuori-Kemilä 2007, 41.)

Päihdepalvelut jaetaan yleis- ja erityispalveluihin. Terveyspuolen yleisiin palveluihin kuuluvat terveyskeskukset, sairaalat, mielenterveystoimistot, äitiys- ja lastenneuvolat, kouluterveydenhuolto, työterveyshuolto ja yksittäiset terveydenhuoltopalvelut. Sosiaalihuollon yleispalveluihin kuuluvat mm. sosiaalityö, lastensuojelu, lasten päivähoito, kasvatus- ja perheneuvonta, vanhustenhuolto ja kotipalvelut. Erityispalvelut jaetaan avo- ja laitospalveluihin. Myös kolmannen sektorin toimijat kuten kansalaisjärjestöt, päihdejärjestöt, kristilliset kirkot ovat mukana palvelujärjestelmässä. (Saarelainen, Stengård, Annala & Vuori-Kemilä 2007, 42.)

### 3.1.1 Avohuolto

Avohuollon palvelut ovat tarkoitettu niiden asiakkaiden tarpeisiin, jotka eivät tarvitse ympärivuorokautista tukea. Avohuollossa keskitytään tuen jatkuvuuteen, mikä tarkoittaa asiakkaan tukiverkon tiivistämistä. Näin tukiverkko voi auttaa asiakasta arkipäivän valinnoissaan. Avohuollon palveluita ovat esimerkiksi A-klinikat, huumeepoliklinikat, nuorisoasemat ja päivätoiminta. Kyseiset palvelut tarjoavat asiakkaille arvioita hoidon tarpeesta, neuvontaa, terapiapalveluita, hoitoonohjausta, konsultaatioapua, ammatillista tukea ja vertaistukea, työtoimintaa, harrastustoimintaa, oma-apuryhmiä ja päivätoimintaa tarjoamaan mielekästä tekemistä päihteidenkäytön tilalle. (Mönkkönen 1999, 19-20.)

A-klinikka tarjoaa terapiaa, keskusteluhoitoa sekä avokatkaisuhoitoa ja siellä hoidetaan vieroitusoireita sekä krapulaa. Asiakkaina ovat päihde- ja riippuvuusongelmista kärsivät tai heidän läheisensä. Työmuotoina on mm. yksilö-, pari-, perhe-, ja verkostotyö. Myös terveyskeskukset tekevät avokatkaisuhoitoja. Nuorisoasemat ovat tarkoitettu alle 25-vuotialle ja heidän läheisilleen. Nuorisoasemat tarjoavat apua päihde- ja riippuvuusongelmiin tai muihin nuoruusikään liittyviin kriiseihin. (Saarelainen, Stengård, Annala & Vuori-Kemilä 2007, 42.)

Terveysneuvontapisteet ovat pistoshuumeita käyttäville kontakti sosiaali- ja terveydenhuollon palveluihin. Palveluina annetaan huumeiden käytön terveystietoa. Asiakkaat voivat saada myös rokotteita ja laboratoriokokeita sekä vaihtaa vanhat neulat uusiin. Korvaushoitoklinikat ovat opiaattiriippuvaisten avohoitoyksiköitä, joista saa korvaushoitolääkityksen ja psykososiaalista tukea. Päivä- ja toimintakeskukset tarjoavat päihteetöntä päivätoimintaa päihteidenkäytön tilalle. Keskuk- sissa on mahdollisuus erilaisiin harrastuksiin, yhdessäoloon, keskusteluihin sekä pienimuotoiseen työskentelyyn. (Saarelainen, Stengård, Annala & Vuori-Kemilä 2007, 42-43.)

### 3.1.2 Laitoshuolto

Laitoshuolto on tarkoitettu asiakkaille, joiden päihteidenkäyttö on ollut suhteellisen

pitkää tai asiakas tarvitsee ympärivuorokautista tukea. Hoitoon voi kuulua myös voimakkaita lääkkeitä, koska asiakkaiden yleiskunto voi olla heikko tässä vaiheessa, ja siksi lääketieteellistä ja sairaanhoidollista asiantuntemusta tarvitaan. Laitoshuollon palveluita ovat esimerkiksi, terveyskeskuksen vuodeosastot, päihde/huumehoitoyksiköt, psykiatriset sairaalat, nuorten turvatalot, katkaisuhuoltoasemat/kuntoutuslaitokset. Kyseiset palvelut tarjoavat asiakkaille pitkäkestoista kuntoutusta, vieroitushoitoa, hoitoonohjausta, laitосkatkaisuhoidoa niille, joilla esim. fyysisiä oireita sekä lyhytaikaista yöpymismahdollisuuksia sekä katkaisuhoidoa niille joilla ei ole psykiatrisen hoidon tarvetta ja huumevieroitushoitoa (Mönkkönen 1999, 20-21.)

Selviämishoitoasemat ovat tarkoitettu päihtyneelle suojaksi ja mahdollisuudeksi saada ammattihenkilökunnan kanssa suunnitella mahdollista jatkohoidoa. Katkaisuhuoltoasemilla asiakkaan päihdekierre katkaistaan, lääkehoidon, keskustelun ja levon rinnalla kulkiessa. Aina on myös mahdollisuus suunnitella jatkohoidoa. Somaattisen ja psykiatrisen erikoissairanhoidon päihdeyksiköt toimivat katkaisuhoidona huume- ja lääkeriippuvaisille asiakkaille. Kuntoutusyksiköt ja hoitoyhteisöt toimivat pitkäaikaisena kuntoutuspalveluna, asiakkaille joille avohoidon palvelut eivät riitä. (Saarelainen, Stengård, Annala & Vuori-Kemilä 2007, 43.)

### **3.2 Päihdehuollon historia**

1950-luvulta lähtien päihdehuollon palvelut jakautuivat Suomessa. Köyhille oli pakkohoitoja laitoksissa sekä virallista valvontaa. Paremmiin toimeentuleville oli tarjolla vapaaehtoista terapiaa, esim. A-klinikkasäätiön moderneissa avopalveluissa. Järjestöt toimivat aina 1970-luvulle saakka päihdehuollon ihmisläheisempänä vaihtoehtona tarjoten vapaaehtoisuuteen perustuvan vaihtoehdon valtion viranomaislähtöiselle ja pitkälti pakkoihin perustuvalla hoidolla. (Kaukonen 2002, 148-149.)

1970-luvulta lähtien palvelujärjestelmä alkoi kasvaa ja alettiin kehittää koulutusammattitehoja päihdehuoltoon. Ammatillistuessaan päihdehuolto alkoi irtautua järjestöjen arvoista ja järjestöjen palvelut alkoivat harvinaistua, valtion verovaroin

tehtävän päihdehuollon rinnalla. Järjestöiltä alettiin odottaa asiakaspalvelun sijaan päihdehuollon palveluiden kehittämistä. (Kaukonen 2002, 150.)

1980-luvulla järjestöt kehittivät paljon uusia kuntoutus- ja terapiamalleja. Sen aikainen palvelupolitiikka antoi tällä tilaa, ja päihdehuollon käytössä oli paljon erilaisia menetelmiä. 1980-luvun puolessa välissä asiat muuttuivat, kun päihdehuoltoon tuli suoriteperusteinen käytäntö vanhan kustannusperusteisen tilalle. Tämä laittoi palvelut kilpailuasemaan rahoituksesta ja olemassaolostaan. Asiakkaan hyvinvoinnin kannalta vuoden 1986 päihdehuoltolaki selkeytti pakkohoidon rajoja ja sen seurauksena pakkohoidot alkoivat nopeasti vähentyä. (Kaukonen 2002, 151.)

1990-luvulla valtion ”korvamerkitty” raha päihdehuollon menoihin lakkautettiin ja vastuu palveluiden rahoituksesta ja toteuttamisesta annettiin kunnille. 90-luvulla ollut lama jälkeen ja kuntien valta palveluiden järjestämisestä aiheuttivat paljon leikkauksia sosiaalihuollon palveluissa ja erityisesti päihdehuollon erityispalvelut saivat kokea leikkauksia. Tämä aiheutti suuren tarpeen järjestöpohjaisille päihdepalveluille. Järjestöt alkoivat lisätä asiakaspalvelua ja RAY-rahoituksen avulla järjestöt ovat tulleet isoksi osaksi palvelujärjestelmää. (Kaukonen 2002, 153-154.)

Nykyään RAY:n rahoitukseen on tullut muutoksia kilpailulainsäädännön sekä rahoitusten myöntämiskriteerien kasvamisen kautta. Tarkoituksen on, että RAY ei rahoita toimintoja, joiden katsotaan kuuluvan kunnan rahoitettavaksi tai vääristävät alan kilpailua. RAY aikoo lopettaa rahoituksen kymmeniltä järjestöiltä, sekä käydä läpi kaikki yli 700 avustuskohdettaan, ja se aikoo myös tarkastaa niiden rahoituksen myöntämiskriteerit. (Leivonniemi 2010.)

### **3.3 Päihdehuoltolaki**

Suomen nykyinen päihdehuolto pohjautuu 1987 voimaan tulleeseen päihdehuoltolakiin. Laissa kunnat velvoitettiin järjestämään ja rahoittamaan tarvittavat päihde-työn palvelut päihdeongelmaisille ja heidän läheisilleen. Laki varmistaa hoitojen sisällön sekä laadun, mutta ensisijaisesti päihdeongelmaisen ja läheisten edun se laittaa ykköspaikalle. Päihdehuoltolaki sekä kansanterveyslain muutokset, jotka

tulivat voimaan 1987, muuttivat riippuvuushoitojen käytännöt sosiaali- ja terveys-  
huollon yhteiseksi toiminnaksi. Tämä toi kummatkin osapuolet tasavertaiseen  
asemaan riippuvuus hoidoissa. (Saarelainen 2007, 40.)

Lain tarkoituksena nähdään ongelmakäytön ja siitä aiheutuvien terveydellisten se-  
kä sosiaalisten ongelmien ehkäisy ja vähentäminen, sekä ongelmakäyttäjien ja  
heidän läheisten turvallisuuden sekä toimintakyvyn edistäminen. Suuri muutos  
laissa oli ennaltaehkäisevän työn korostaminen. Lain tarkoituksena on vaikuttaa  
ehkäisevästi päihteiden ongelmakäytön suosivia elämänoloja sekä estää elämän-  
tapojen syntyminen. (Saarelainen 2007, 40.)

Sosiaali- ja terveyslautakunta hoitaa kunnassa päihteiden ongelmakäytön syntyyn,  
ehkäisyyn ja hoitoon liittyvää tiedottamista. Lisäksi se toimii asiantuntija-apuna  
kunnan asiakkaille ja viranomaisille. Päihdehuoltolaki tukee asiakkaan oma-  
aloitteista hoitoon hakeutumista sekä asiakkaan itsenäistä hoitoa tuetaan. Laki  
antaa valmiudet tahdonvastaiseen hoitoon, päätöksen tekee sosiaalihoitaja tai  
lääkäri. Alaikäisetkin voidaan ottaa tahdonvastaiseen hoitoon mielenterveyshäiriön  
perusteella, jota nuoren päihteiden käyttö katsotaan olevan. (Huoponen 1997, 41-  
42.)

## 4 KRISTILLINEN PÄIHDETYÖ

Kristillisen päihdetyön osalta keskityn kuvailemaan hiukan historiaa ja nykypäivää sekä erityisesti kristillisen päihdetyön erityispiirteitä, kääntymystä, rukousta ja sielunhoitoa. Tärkeimpänä asiana näin kääntymyksen ymmärtämisen, joka on yksi suurin erityispiirre kristillisen päihdetyön prosessissa. Kristillisiä päihdepalveluita on monia erilaisia, mutta keskityn vain KAN-työhön, koska melkein kaikilla tutkimukseen osallistuneilla oli siitä kokemusta.

Niemelän (1999, 159) mukaan kristillinen päihdetyö perustuu diakoniaan. Alkuseurakunnan aikana diakonit pitivät huolen, että kaikki seurakunnan jäsenet saivat riittävän tuen ja avustuksen. Diakonia oli alun perin köyhien auttamista, nälkäisten ruokkimista, janoisten juottamista jne. mutta diakonia oli myös sairaiden, kodittomien, yksinäisten ja vankien auttamista. Helin, Hiilamo ja Jokela (2010, 19) katsovat kristinuskon levinneen laajasti juuri diakonityön takia.

### 4.1 Kristillisen päihdetyön historia ja nykypäivä

Kristillisen päihdetyön juuret Suomessa juontuvat amerikkalaisesta ja englantilaisesta raittiusliikkeestä, joiden vaikutus ulottui Suomeen 1830-luvulla. Vapaakirkollinen liike sekä raittiusliike saivat 1880-luvulla päihdetyön nousuun. Erilaiset kristilliset järjestöt, liikkeet ja seurakunnat perustivat läpi vuosikymmenien erilaisia asuntoloita ja laitoksia. 1970-luvun loppupuolella alkoi kristillisen päihdetyön yhteistyö lisääntyä toisten kristillisten järjestöjen kanssa. Tällöin Sininauhaliitto muuttui kristillisen päihdetyön keskusliitoksi. (Niemelä 1999, 162-163.)

1980-luvulla järjestöt lakkauttivat asuntoloita ja siirtyivät palvelu- ja tukiasuntotoimintaan. Myös Ruotsista saatu malli päiväkeskuksista toi tuulta purjeisiin, ja niitä perustettiin ympäri Suomea. 1990-luvulla kristilliset järjestöt kehittivät toimintaansa, luomalla erityispalveluita vaikeasti päihtyneille, kehittämällä päihdeongelmaisten työllistämistä ja nuorisotoimintaa sekä peliongelmaiset otettiin mukaan päihde-

hoidon rinnalle, lisäksi perustettiin vankeinhoitoon toipumisryhmätoimintaa. (Niemelä 1999, 164-165.)

Kaikista eniten Suomessa kristillisen päihdetyön palveluita järjestää Sininauhaliitto jäsenyhteisöineen. Vuonna 1998 Sininauhaliittoon kuului 68 järjestöä. Siihen kuului 129 palveluyksikkö ja -muotoa sekä 30 yksiköistä irrallaan olevaa ryhmää. Niemelän (1999, 164, 166-167) mukaan Sininauhaliiton jäsenyhteisöt ylläpitävät avohuollon palveluita kuten:

- päiväkeskuksia
- kontaktikoteja
- teetupia
- nuorisokahviloita
- toipumisryhmätoimintaa
- varhaisvaiheen päihdekuntoutuskursseja
- päihdekuntoutusleirejä
- huumeambulanssia
- tukiasuntoja
- palveluasumisyksiköitä
- selviämisasema- ja ensisuojatoimintaa
- työllistämispalveluja

#### **4.2 Kristillisen päihdetyön erityispiirteitä**

Kristillisen päihdetyön erityispiirteillä tarkoitan kolmea menetelmää, joita yleisesti käytetään kristillisessä päihdetyössä. Tarkoitan kääntymystä, rukousta ja sielunhoitoa. Nämä kolme asiaa nousevat esiin tärkeimpinä tekijöinä kristillisessä päihdetyössä. Kristillisessä päihdetyössä käytetään paljon muitakin menetelmiä, esim. työterapia, vertaistuki, motivoiva haastattelu, palveluohjaus, yhteisöhoito, ryhmäkeskustelu, kognitiiviset ja ratkaisukeskeiset työmenetelmät, mutta yllä mainitut kolme menetelmää eroavat siitä, mitä muut päihdehuollon palvelut tarjoavat.



### 4.2.1 Kääntymys

Uskonnollisella kääntymyksellä on monta nimeä: parannuksen teko, uskoontulo, uudestisyntyminen, Jeesuksen vastaanottaminen pelastajana, herätys, pelastus, armon vastaanottaminen, mielenmuutos, ratkaisu jne. Vaikka sanoilla onkin hiukan eri merkityksiä, kuvaavat ne silti samaa asiaa. Kääntymys nähdään Jumalan lahjana ihmisille, jonka ihmisen pitää uskon kautta vapaaehtoisesti ottaa vastaan. Kääntymys voi tapahtua niin kokous- tai sielunhoitotilanteessa kuin yksinäisyydessä. Kääntymyksen toteutustapa vaihtelee uskonnollisten perinteiden mukaan. (Lappalainen 2005, 22.)

Kääntymys voi muuttaa ihmisen elämää hyvinkin radikaalisti. Kääntymyksessä ihminen yleensä kokee erilaisia ilon tunteita, mutta tunnekokemukset ovat yksilökohtaisia, eivätkö millään lailla pakollisia kääntymyksen kannalta. Kääntymyksen kokenut ihminen saa yleensä uudenlaisen käsityksen elämästä. Hän kokee olevan hyväksytty ja rakastettu ihmisenä, hän saa suunnan, tarkoituksen, järjestyksen ja mielekkyyden elämäänsä. Kääntymyksessä tapahtuu arvojärjestyksen muuttuminen, joka ohjaa esim. päihteiden ongelmakäyttäjät yhteiskunnan normien sisäistämiseen, pois epäsosiaalisesta käyttäytymisestä. Seurakuntaan liittymällä kääntymyksen kokenut kokee olevansa osa ryhmää, joka tukee, välittää ja jossa hän kokee olevansa hyödyllinen ja tarpeellinen. (Lappalainen 2005, 23.)

### 4.2.2 Sielunhoito

Sielunhoito on avointa ja auttavaa keskustelua. Siinä kuuntelija on kokonaisvaltaisesti välittämässä ja myötäelämässä toisen elämää. Kuuntelija auttaa kärsivällisesti kuuntelemalla sekä positiivista palautetta antaen, että myös ottamalla toisen vakavasti, käymään läpi ihmisten kysymyksiä ja tunteita, joita hänellä on. Aidosti läsnä olevana hän rohkaisee tunteiden ilmaisuun ja yhdessä auttajan kanssa asioita voidaan käydä läpi asia kerrallaan. (Lappalainen 2005, 20-21.)

Sielunhoitaja antaa ihmiselle henkistä ja hengellistä tukea esim. keskustelun, rukouksen tai uskonasioihin liittyvien kysymyksiin vastaamalla. Sielunhoidossa ih-

mistä autetaan löytämään toivoa ja ratkaisuja elämänsä ongelmiin Jumalan läsnäolosta sekä Raamatun ohjeista, joiden avulla ihminen voi elämänsä suuntaa valita. (Lappalainen 2005, 20-21.)

#### 4.2.3 Rukous

Rukous on ihmisen ja Jumalan välistä keskustelua. Ihminen tuo omat tai toisen ihmisen tarpeet Jumalalle ja jos ihminen hiljentyy kuuntelemaan, myös Jumala keskustelee ihmiselle. Rukoillessa toisen ihmisen puolesta, toivotaan Jumalan koskettavan ihmistä ja kokevan Jumalan rakastava armollinen läsnäolonsa. Rukoksessa kannetaan ihmisen kuorma armollisen Jumalan eteen. (Lappalainen 2005, 21.)

Rukoilla voi niin yksin kuin yhdessä. Yksinäinen rukous on rukouksen perusmuoto, mutta yhdessä tapahtuva rukous auttaa ihmisiä kantamaan toistensa taakkoja ja luo yhteenkuuluvuutta. On olemassa erilaisia rukouksen sisältöjä esim. pyynnöt, kiitos, ylistys, esirukous, siunaus ja synnintunnustus. Rukous voi antaa helpotuksen tunteen, kun rukoilija tietää, että on joku, joka pitää huolen ja tietää mitä rukoilija tarvitsee. Rukoillessa ihminen voi kokea vapauden tunteen, kun rukoilee syntiensä anteeksi saamisen puolesta ja kokee Jumalan armon ja anteeksiannon. (Lappalainen 2005, 21.)

Rukous tuo myös turvallisuuden tunnetta, sen tiedon kautta, että on joku, joka pitää huolen. Turvallisuuden tunteen kaipuu korostuu erityisesti päihdetaustan omaavilla, joilla on elämä voinut olla hyvin rikkinäistä. Synninpäästö eli ripittäytyminen on myös tärkeä rukousmuoto. Siinä henkilö pyytää esim. sielunhoitajalta apua ripittäytymiseen, jossa hän kertoo kaikki arkaluontoiset asiansa ja pyytää saada niitä anteeksi Jumalalta. Tällöin esim. sielunhoitajan kanssa rukoillaan yhdessä ja julistetaan täydellinen anteeksiantamus. (Lappalainen 2005, 22.)

### **4.3 Kristillinen alkoholisti- ja narkomaaniryö (KAN) ry**

Keskityn kuvailemaan tässä luvussa kristillisestä päihdetyöstä KAN ry:n toimintaa, koska tutkimukseen osallistuneilla oli eniten kokemusta KAN ry palveluista. Tuon esiin kuinka KAN-työ on lähtenyt liikkeelle ja millaisia palveluita se järjestetään sekä keitä siihen otetaan asiakkaiksi.

#### **4.3.1 KAN-työn historia, tavoitteet ja toimintaperiaate**

KAN-työ on lähtenyt liikkeelle helluntaiherätyksen kautta, ja on nykyään valtakunnallinen yhdistys. Toiminta alkoi 1972, kun ensimmäinen KAN-koti avattiin. KAN ry liittyi myös Sininauhaliittoon vuonna 1982. Tärkeänä vaikuttajana toiminnan syntyyn toimi yhdysvaltalainen pastori David Wilkerson. (KAN-historia, [Viitattu: 11.10.2011]). Wilkerson perusti Teen Challenge järjestön New Yorkiin vuonna 1958. Teen Challenge järjestää alkoholisteille ja narkomaaneille 12-18 kuukauden hoitoa, jossa heille tarjotaan järjestön kristillisiä palveluita esim. Raamatun tutkimista, itsehillintä harjoittelua, työtehtäviä jne. Teen Challenge on tänä päivänkin kuuluisin ja eniten tuloksia saava kristillistä päihdehoitoa tekevä järjestö. (Teen Challenge historia, [Viitattu: 11.10.2011].)

KAN-työn tavoite on auttaa alkoholista ja huumeista kärsiviä pysyvään raittiuteen ja yhteiskuntaa hyödyntävään elämään. KAN-palveluihin pyritään luomaan elinympäristö, jossa harrastukset, opetus ja terapiatyö antavat uuden elämän suuntaan. Hoitotyössä kiinnitetään erityistä huomiota kristillisiin arvoihin ja kristilliseen ihmiskäsitykseen. Kristillisessä ihmiskäsityksessä ihmisen perusongelma on syntisyys ja syntiinlankeemus. Syntinen ihminen saa aloitettua eheytyksen, kun hän saa Jumalalta syntinsä anteeksi yksin uskosta ja yksin armosta. (KAN toimintaperiaate, [Viitattu: 11.10.2011].)

KAN ry toimii yhteistyössä kristillisten seurakuntien, sosiaalitoimistojen, terveyskeskusten, katkaisuhuitoasemien, A-klinikoiden ja muiden kristillisten päihdejärjestöjen kanssa. Käytännössä seurakunnat ovat KAN-toiminnan välttämätön tuki. Seurakunnat katsotaan osaksi KAN-työn hoitoketjua, eri puolella maata, seura-

kunnissa olevien yli 200 yhdys henkilön takia. (KAN toimintaperiaate.) Toiminnan rahoituksen KAN ry hoitaa hoitomaksuilla, jäsenmaksuilla, keräystuotoilla, myyntituotoilla ja lahjoituksilla yksityishenkilöiltä. (Lappalainen 2005, 24.)

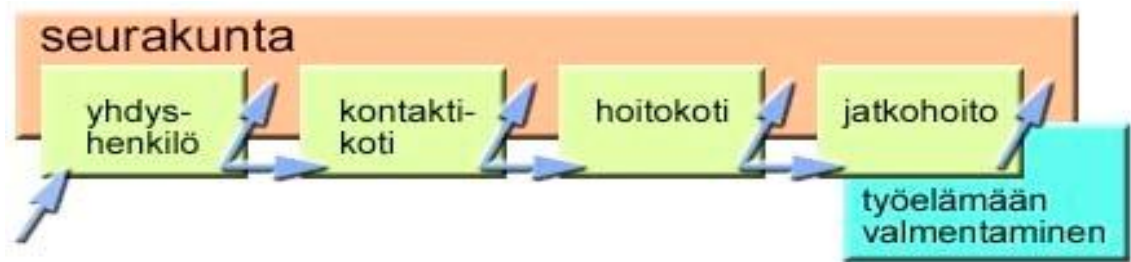
#### **4.3.2 KAN-työn asiakas ja hoito**

KAN ry palveluihin otetaan asiakkaiksi erilaisissa avuntarpeissa olevia päihdeongelmaisia. Hoitomenetelminä ovat yleiset ammatillisen terveyden- ja sosiaalihoitoon menetelmät, yhteisöllisyys, hengellisyys, psykososiaalisuus, sielunhoidollisuus, terapeutitiset työtöteet ja vertaisryhmämalli. Hoitojakson pituus on yksilöllistä ja yleensä asiakkaalle nimetään henkilökohtainen työntekijä, joka on yhteydessä asiakkaaseen myös paikallishoidon jälkeen. (KAN-hoitoketju, [Viitattu: 11.10.2011].)

Asiakkaat, jotka tarvitseva katkaisuhoidoa pakonomaisen käytön katkaisemiseksi, ohjataan ensin katkaisuasemille, joiden jälkeen KAN-kodit ja hoitokodit toimivat vieroitushoitoyksikköinä. Katkaisu-, korvaus- tai vieroituslääkehoidossa olevat asiakkaat pääsevät myös mukaan palveluihin, mutta KAN toimii lääkkeettömällä periaatteella, ja neuvottelee lääkärin kanssa lääkkeen alasajon. Tarkoituksena on ilman lääkkeitä turvallisessa ympäristössä oppia aidosti elämään elämänsä. (KAN hoidontarve, [Viitattu: 11.10.2011].)

Kaksoisdiagnoosin omaaville asiakkaille on myös palveluita, mutta ainoastaan jos mielenterveysongelma on syntynyt päihteistä. Vakavissa mielenterveysongelmissa asiakas ohjataan psykiatriseen hoitoon. Asunnottomille päihdeongelmaisille ja vangeille on mahdollisuus saada asumispalveluita sekä apua asunnon hankkimisessa. On myös avohoidon palveluita niille, jotka tarvitsevat raittiin ympäristön ja toimintaa päivänsä keskelle. (KAN hoidontarve, [Viitattu: 11.10.2011].)

### 4.3.3 Hoitoketju



Kuvio 1. KAN hoitoketju. (KAN hoitoketju, [Viitattu: 11.10.2011].)

Hoitoketju KAN palveluissa alkaa yhdyshenkilöstä, joka on yleensä paikallisseurakunnan toiminnassa mukana. Yhdyshenkilö on asiakkaan tukena hoitoon mentäessä ja myös asiakkaan sieltä palatessa. Yhdyshenkilö auttaa asiakasta pääsemään KAN-palveluiden äärelle ja samalla tuo esille KAN-työtä omassa seurakunnassaan. (KAN hoitoketju, [Viitattu: 11.10.2011].)

Päiväkeskukset ovat avopalveluita, joissa asiakas on usein pitkään käynyt ennen hoitoon siirtymistä. Päiväkeskukset ovat vastikkeettoman avohuollon palveluita, joissa yksikön ohjaaja auttaa asiakasta siirtymään KAN-kotiin tai hoitokotiin. KAN-kodit ovat hengellisiä koteja, joissa autetaan toipumaan lyhyestä- tai pitkästäkin päihdekiisistä. KAN-kodit tarjoavat turvallisen, kodinomaisen ja hengellisen ilmapii-rit jossa keskustelujen avulla tuetaan asiakasta. KAN hoitokodit ovat tehostettuja asumispalveluita. Pitkäaikainen asuminen on niissä mahdollista, poiketen siten KAN-kodeista. Jatkuhoito ja sen kustannukset katsotaan asiakkaan ja sosiaalitoimen kanssa yhdessä. Se voi olla työ kuntoutusyksikkö, avohoitoyksikkö tai asiakas voi neuvotella KAN-koteihin työn painotteisempaa jaksoa. (KAN hoitoketju, [Viitattu: 11.10.2011].)

## 5 VOIMAANTUMINEN JA ELÄMÄNHALLINTA

Voimaantumisen käsitteen tuon esiin, koska vapaakristillisessä päihdetyössä uskon tärkein ilmiö on kääntymys eli uskoontulo. Kääntymys on voimakas kokemus, joka voi täyttää voimaantumisen kriteerit, ja siten voimaantumisen käsite auttaa ymmärtämään, mitä kääntymys vaikuttaa ihmisessä. Tuon ensin esiin voimaantumisen määrittelyä ja teoriaa, että tulee lukijalle ymmärrys mitä voimaantuminen tarkoittaa. Tuon hiukan esille myös elämänhallintaan, joka on päihdeongelmaisella usein järkkynyt. Uskonnollinen kääntymys usein vaikuttaa elämänhallintaan positiivisesti.

### 5.1 Voimaantumisen määritelmä

Voimaantumiselle ei ole vielä toistaiseksi laadittu mitään tarkkaa määritelmää, mistä kaikki voisivat olla samaa mieltä. Voimaantumisen määrittellessä perusajatus ohjautuu aina ideaan, että "Voimaantuminen lähtee ihmisestä itsestään – voimaa ei voi antaa toiselle." Tämän vuoksi on vaikeaa laatia voimaantumisteoriaa, joka osoittaisi mitkä asiat aiheuttavat voimaantumisen, sen eri asteet, sekä mitä ominaisuuksia voimaantuneella ihmisellä on. (Siitonen 1999, 91.)

Siitonen määrittelee voimaantumisen prosessiksi, joka lähtee ihmisestä itsestään. Voimaantuminen on henkilökohtainen ja sosiaalinen prosessi johon ympäristön olosuhteet esim. valinnanvapaus vaikuttaa myönteisesti. Ihminen, joka on voimaantunut on löytänyt omat voimavaransa ja on itse itseään määräävä ja ulkoisista pakoista vapaa. Tarkkoja kausaliteetteja ei voida osoittaa, koska jokainen ihminen voimaantuu itse, mutta voimaantumisen osaprosessit pystytään määrittelemään. (Siitonen 1999, 93.)

Räsänen (2006) määrittelee voimaantumisen eri lailla kuin Siitonen (1999), mutta määritelmät eivät ole ristiriidassa keskenään. Räsäsen mukaan havahtuminen on tärkeässä osassa voimaantumista. Havahtumisella tarkoitetaan, että asian, tapah-

tuman, muutoksen tai oivalluksen kautta tapahtuu havahtuminen siihen, että ihmisen elämän pitää muuttua. Havahtumisessa ihminen vapautuu omista ajatuksistaan, harhoistaan, uskomuksistaan tai omasta sielunelämästään. Havahtunut ihminen näkee itsensä osana kokonaisuutta. Siinä ihminen näkee todellisen olemuksensa. Havahtuminen voi tapahtua yksilölle tai yhteisöille. Havahtuminen voidaan nähdä yhtenä tekijänä voimaantumisen prosessissa. (Räsänen 2006, 14, 91, 102, 226.)

Räsänen mukaan toinen tekijä voimaantumisen prosessissa on valtaistuminen. Valtaistuminen tapahtuu yksilölle tai yhteisölle sosiaalisen tuen ja vallan antamisen kautta, tarkoituksena on, että päätösvalta ja voimavarat lisääntyisivät. Voimaantumiseen ihmisellä tulee olla valtaa ulkoiseen maailmaan, että itseensä nähden. Valta viittaa yksilön tai yhteisön mahdollisuuksiin vaikuttaa ympäristöönsä ja saavuttaa teollaan yksilön tai yhteisön haluamia tuloksia. (Räsänen 2006, 77-78, 81.)

Kun jatkuvasti rikotaan ihmisen itsemääräämisoikeutta, toiveita ja tahtoa vastaan voi hän joutua voimattomuuden tilaan. Se näkyy esim. masennuksena, elämänhallinnan menettämisenä ja loppuun palamisena. Voimattomuus on näkyvässä kaikilla samoilla osa-alueilla, kuin voimaantuminenkin, eli yksilö-, yhteisö- ja yhteiskunta -tasolla. Voimaantuneeksi ei synnytä, eikä se tapahdu itsestään, vaan se tapahtuu tietoisesta ajattelusta ja valintojen kautta. (Räsänen 2006, 92-93.)

## 5.2 Voimaantumisen teoria

Siitosen voimaantumisteoria on empiiristen löydösten ja teoreettisen integraation kautta syntynyt näkemys, siitä mitkä ovat voimaantumisen lähtökohdat. Lähtökohdista on viisi. Tämä on muodollinen teoria, jonka ydin on **sisäinen voimaantunne = voimaantuminen**. Tämä teoria ei rajoitu mihinkään lähestymistapaan, ammatti- tai ihmisryhmään eikä näkökulmaan. (Siitonen 1999, 116-117.)

Ensimmäinen voimaantumisen lähtökohta: "Voimaantuminen on henkilökohtainen ja sosiaalinen prosessi; voimaa ei voi antaa toiselle." Voimaantuminen tapahtuu ihmisestä itsestään, mutta se tapahtuu helpommin ympäristössä jossa ihminen

esimerkiksi kokee ympäristön turvalliseksi ja itsensä hyväksytyksi. Vaikka sosiaalinen puoli kuuluu voimaantumiseen pitää ihmisen löytää itse omat voimavaransa voimaantuakseen. (Siitonen 1999, 161-162.)

Toinen voimaantumisen lähtökohta: "Voimaantuminen on ihmisestä itsestään lähtevä prosessi, jota jäsentävät päämäärät, kykyuskomukset, kontekstiuskomukset ja emootiot sekä näiden sisäiset suhteet." (Siitonen 1999, 162.)

Taulukko 1. Voimaantumisen osaprosessit (Siitonen 1999, 158).

Päämäärät	Kykyuskomukset	Kontekstiuskomukset	Emootiot
Toivotut tulevaisuuden tilat	Minäkäsitys	Hyväksyntä	Säätävä ja energisoiva toiminta
Vapaus	Itseluottamus	Arvostus, luottamus ja kunnioitus	Positiivinen lataus
Arvot	Tehokkuus- uskomukset ja itsesääntely	Ilmapiiri	Toiveikkuus
	Vastuu	Toimintavapaus	Onnistuminen ja epäonnistuminen
		Autenttisuus	Eettisyys
		Yhteistoiminta, kollegiaalisuus ja tasa-arvoisuus	

Henkilökohtaisten päämäärien asettaminen ja niitä edellyttävien välipäämäärien saavuttaminen toimii voimavarana, ja on siksi yhteydessä voimaantumiseen. Päämäärien asettamiseen tarvittava voimantunne on silti yhteydessä ympäröivän kontekstin tarjoamista mahdollisuuksista, uskomuksista omiin kykyihinsä ja emootioiden arvioista vuorovaikutuksessa, ongelmassa ja mahdollisuuksissa. Päämäärien asettamisessa on tärkeää, että tulevaisuus nähdään poikkeaviksi nykyisiin oloihin. Päämäärissä keskeisintä on haastavuus mutta silti niiden saavutettavuus, ja että ne ovat selkeitä ja konkreettisia ja ne koetaan läheisiksi, mutta silti arvokkaiksi tulevaisuuden kannalta. (Siitonen 1999, 119-121.)

Motivaatio päämäärien pitämiseen tulee esimerkiksi valinnanvapaudesta ja va-



paaehtoisuudesta. Voimaantumiseen siis vaikuttaa vapauden tunne, joka tulee mahdollisuudesta valita vapaasti ja itsenäisesti. Arvot taas vaikuttavat siihen, minkälaisia tavoitteita ihminen itselleen asettaa. (Siitonen 1999, 124-128.)

Sitoutuminen päämääriin on tärkeää, että ne saavutettaisiin. Sitoutuminen ohjaa asenteita ja tekoja, jotta päämäärä saavutettaisiin. Voimaantumisen eri asteet vaikuttavat sitoutumisen vahvuuteen, esimerkiksi vahva voimaantuminen luo vahvan sitoutumisen. (Räsänen 2006, 116.)

Positiiviset kykyuskomukset ovat yksi ehto ihmisen voimaantumiseen. Ihmisen minäkäsitys on voimaantumisen kannalta tärkeää, erityisesti ihmisen omat uskomukset itsestään ja kyvyistään. (Siitonen 1999, 129-130.) Uskomuksilla tarkoitetaan yleensä ihmisten näkemyksiä asioista, jotka perustuvat kokemuksiin tai tunteisiin, ohittaen perusteltavissa olevan tiedon. Uskomukset itsestään ovat itse toteutuvia, kuten uskomus, että omaa huonon kielipään, on hyvä matikassa jne. Uskomukset ohjaavat ihmisten valintoja, ja siksi ne voivat rajata erilaisia mahdollisuuksia elämästä pois. (Räsänen 2006, 118.)

Kontekstiuskomukset antavat ihmisille arvion millainen toimintaympäristö ihmisellä on ympärillään, ja onko se positiivinen vai negatiivinen. Positiivinen toimintaympäristö koetaan päämäärien saavuttamiseksi turvallisena, luottamuksellisena, arvostavana ja ennakkoluulottomana. Positiivisen toimintaympäristön vuoksi ihmisen voimavaroja vapautuu, ja tämä edesauttaa voimaantumisen syntyä. (Siitonen 1999, 142-143.)

"Emootioilla on keskeinen vaikutus sekä päämäärien, että kyky- ja kontekstiuskomusten alkuunpanossa ja muodostamisessa." Emootioilla ihminen arvioi omia mahdollisuuksiaan saavuttaa päämääränsä. Kontekstin ollessa positiivinen, ja emootioiden osoittavan onnistumiseen, ihminen todennäköisesti löytää voimavaroja saavuttaakseen päämääränsä. (Siitonen 1999, 151.) Elämykset kuten, pelko tai iloisuuden kokeminen, määritellään emootioksi. Emootiot ovat yhteydessä päämäärien asettamisessa ja siksi ne ovat osat voimaantumisteoriaa. (Räsänen 2006, 129-130.)

Kolmas voimaantumisen lähtökohta: "Voimaantuminen vaikuttaa katalyytin tavoin sitoutumisprosessiin: vahva katalyytti (empowerment) johtaa vahvaan sitoutumiseen ja heikko katalyytti (disempowerment) johtaa heikkoon sitoutumiseen." (Siitonen 1999, 162.)

Neljäs voimaantumisen lähtökohta: "Voimaantuminen on yhteydessä ihmisen hyvinvointiin." Hyvinvoinnin katsotaan koskevan niin yksilö- ja ryhmätason hyvinvointia, koska voimaantumisteorian ensimmäisen lähtökohdan mukaan voimaantuminen on sosiaalinen prosessi. Yksilön hyvinvointi ja voimaantuminen vaikuttavat ryhmän voimaantumisen ja hyvinvoinnin kokemiseen. Hyvinvointi nähdään voimaantumisteorian näkökulmasta kokonaisvaltaisena hyvinvointina, eikä jakoa fyysisen, psyykkisen tai sosiaalisen hyvinvointiin tehdä. (Siitonen 1999, 162-164.)

Viides voimaantumisen lähtökohta on: "Voimaantuneisuus ei ole pysyvä tila." Fyysinen tai psyykinen muutos ihmisen elämässä, sekä muutokset toimintaympäristössä, kykyuskomuksissa, päämäärien asettamisessa tai/ja emootioiden osalta vaikuttavat, että voimaantuminen ei ole pysyvä tila. (Siitonen 1999, 164-165.)

### **5.3 Elämänhallinta**

Suominen määrittelee (1996, 84, 81) elämänhallinnan sateenvarjokäsitteenä, jonka alle kuuluu laaja epäyhtenäinen käsitejoukko, koskien esimerkiksi hyvinvointia, terveyttä, stressinsietoa, kontrollintunnetta, hallinnantunne, selviytymistä. Räsänen (2006, 79) näkee, että voimaantuminen lähestyy elämänhallinta käsitettä, voimaantumisen valtatekijän kautta. Voimaantumisen yksi osatekijä on yksilön kokemus vallastaan vaikuttaa olosuhteisiin ja päämääriin.

Sosiaalitieteissä elämänhallinta on jaettu sisäiseen ja ulkoiseen elämänhallintaan. Ulkoisella elämänhallinnalla tarkoitetaan ihmisen kykyä ohjata elämänsä luotettavuutta, ihmisestä itsestä riippumattomien asioiden siihen liiksi vaikuttamatta. Sisäisellä elämänhallinnalla tarkoitetaan sopeutumiskykyä sopeutua elämän tapahtumiin, se ei tarkoita alistumista elämän tilanteisiin, vaan järkevää toimintaa kykyjen ja resurssien mukaan. Itsehallinnan avulla ihminen sopeutuu muuttuneeseen

elämäntilanteeseen. Ihmisten elämänhallinnan ongelmat ovat useimmin sisäisen elämänhallinnan alueella. (Rusanen 1996, 77-78.)

Suomisen mukaan (1996, 82) sosiaalipoliittisia keinoja elämänhallinnan parantamiseksi on sosiaalisten vuorovaikutuksien lisäämisellä niille, jotka ovat eristäytyneitä tai passiivisten ryhmien rohkaiseminen harrastusten äärelle. Raitasalo (1995, 67) näkee, että sosiaalipoliittiset keinot edistävät ulkoista elämänhallintaa, mutta toimilla toivotaan olevan myös kokemusten kautta vaikutusta sisäiseen elämänhallintaan.

Ulkoisen elämänhallinnan järkkymistä saattaa tapahtua esimerkiksi, jos henkilö poikkeaa siitä, mitä kulttuuri arvostaa ja mihin yhteiskunnassa pyritään. Sisäinen elämänhallinta voi estää järkkymisen, jos on kehittynyt voimakas itsetunto ja selkeä positiivinen minäkuva. Kun taas päinvastoin kehittynyt henkilö voi kokea elämänhallinnan järkkymisen jo pienestä vastoinkäymisestä. Myös sisäinen elämänhallinta voi järkkyyä ulkoisen vaikutuksesta. Hietaniemi (2005, 28) katsoo, että nykyinen postmoderni yhteiskunta on täynnä epävarmuutta ja satunnaisuutta esim. työelämä, mikä aiheuttaa perinteisen työelämän arvostaville kasvavaa epävarmuutta, joka voi johtaa sisäisen elämänhallinnan murtumiseen. Myös erittäin ankarissa ja äärimmäisissä oloissa esim. sodassa, ihmiset voivat menettää kyvyn sisäiseen elämänhallintaansa ja voidaan puhua jopa regressiosta. (Riihinen 1996, 30.)

## 6 TUTKIMUKSEN TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tutkimukseni kohteeksi olen valinnut tutkivani kristinuskon ja kristillisen päihdetyön vaikutusta raitistavana tekijänä. Tutkin millä tavalla usko on mahdollisesti voimaannuttavaa, ja miten se auttaa pääsemään irti päihderiippuvaisuuksista. Kolmannella sektorilla toimivien, kristillisten päihdehuollon palveluiden tarjotessa hengellisyyttä apuna raitistumisen, näin hyväksi tutkia miten usko auttaa raitistumaan, ja millä lailla se tapahtuu, se miten kristillinen päihdetyö näkyy asiakkaiden näkökulmasta.

Tutkimuskysymykset:

- Miten usko ja kristillinen päihdetyö tukevat raitistumista päihteistä?
- Millaista kristillinen päihdetyö on?
- Miten usko ja kristillinen päihdetyö voimaannuttavat asiakasta ja auttavat elämänhallinnassa?

## 7 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

### 7.1 Tutkimusmenetelmä

Valitsin empiiriseen tutkimukseeni osaan laadullisen tutkimusmenetelmän koska sen avulla voi tutkia vaikeita teemoja, kuten uskon vaikutusta ihmisiin. Vaikka puhunkin laadullisesti tutkimuksesta yhtenä kokonaiskäsitteenä, on laadullinen tutkimus käsitteenä hyvin hajanainen ja sen selitys on kiinni siitä tutkijasta, joka sen selittää. Yleensä se selitetään tutkimusmenetelmäksi, jota käytetään, kun numeroaineistollisia tai tilastollisia menetelmiä ei käytetä. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 16.)

Laadullinen tutkimuksen aineistokeruumenetelmiä ovat esim. haastattelu, kysely, havainnointi ja asiapapereihin liittyvä tieto. Valitsin haastattelun menetelmäkseen sen joustavuuden ansiosta. Haastattelun avulla tiedon saanti on parempaa, siinä tapahtuvan keskustelun kautta. Väärinkäsityksiä ei pääse niin helposti syntymään, kun voi toistaa kysymyksen, selittää sen toisin sanoin jne. Haastattelu muodoista valitsin teemahaastattelun. Katson sen tuovan parhaiten esiin haastateltavien omat näkemykset ja tulkinnat teemoihin. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 73,75 & 77.)

Ennen haastattelutilannetta muotoillut teemat ohjaavat haastattelun kulkua ja näiden teemojen varassa toimii koko haastattelun kulku. Tätä haastattelumuotoa kutsutaan teemahaastatteluksi. Teemahaastattelussa korostuu ihmisen tulkinta asioista ja se minkä merkityksen ihminen antaa asioille. Teemahaastattelun kysymykset perustuvat jo valmiiksi määritettyyn tutkimuskysymykseen, pyrkien näin löytämään vastauksia tutkimuskysymyksiin. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 77-78.)

### 7.2 Tutkimuksen kohderyhmä

Kohderyhmäni tutkimuksessa olivat entisiä päihteiden ongelmakäyttäjiä, joilla oli kokemusta päihdehuollon palveluista, ja jotka olivat uskon avulla päässeet irti päihdeongelmastaan. Tutkimukseen hain noin kymmentä haastateltavaa, mutta

loppujen loppuksi löysin seitsemän. Haastatteluotoksessa oli kuusi miestä ja yksi nainen. Haastateltavat löytyivät Seinäjoen helluntaiseurakunnan pastorin kautta. Pastori otti yhteyttä henkilöihin, joiden katsoi olevan kohderyhmään kuuluvia, ja pyysi heiltä lupaa antaa yhteistietonsa minulle.

Kaikki suostuivat antamaan yhteystietonsa. Soitin haastateltaville, ja kerroin heille tutkimuksen tarkoituksen ja aiheen. Kaikki, joiden yhteistiedot sain, olivat halukkaita ilomielin osallistumaan tutkimukseen. Sovimme siinä sitten haastattelupäivän ja paikan missä haastattelu tehdään. Keskimääräisesti haastattelujen pituus oli 45 minuuttia. Kaikki haastateltavat olivat oman paikallisen helluntaiseurakuntansa jäseniä, suurin osa Seinäjoen helluntaiseurakunnan.

### **7.3 Aineiston keruu**

Tutkimuksen haastattelut suoritin yksilöhaastatteluna, ja ne olivat teemahaastatteluja, jotka nauhoitin. Haastattelut tein kaikki Seinäjoen helluntaiseurakunnan tiloissa. Olin haastateltavia vastassa, joko ulko-ovella tai toimistossa. Tavatessamme esittelin itseni ja ohjasin heidät haastatteluhuoneeseen. Käytössäni oli hiljainen ja rauhallinen sielunhoituhuone, johon ei ääntä kuulunut ja muutenkin haastattelut tehtiin sellaisena aikana, kun seurakunnalla ei ollut toimintaa.

Sielunhoituhuoneessa oli mukavat nojatuolit, johon istuuduttuamme kerroin tutkimuksestani tarkemmin ja vastasin siihen liittyviin kysymyksiin. Ilmaisin haastattelujen tulevan nauhalle, ja vakuutin tietojen olevan luottamuksellisia ja kerroin, että nauhat tyhjätkään litteroinnin jälkeen, sekä litteroinnit tuhotaan analyysin jälkeen.

Teemahaastattelun loin neljän teeman ympärille. Päihdeongelman ilmeneminen, päihdekuntoutus, elämäntilanteen ja voimaantuminen sekä usko ja hengellisyys. Teemahaastattelurunko toimi hyvänä runkona haastattelulle, jossa haastateltava sai vapaasti ilmaista itseänsä ja näkemyksiään. Teemahaastattelun kautta olin myös vapaa esittämään lisäkysymyksiä, jotka tarkensivat vastauksia ja liittyivät haastateltavan elämäntilanteeseen. Erityisesti haastattelun luonteen takia pystyin esittämään tarkentavia kysymyksiä, kun huomasin, että itse kysymykseen ei oltu-

kaan vastattu. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 77.)

#### 7.4 Analyysimenetelmä

Alasuutari (1995, 30-31) näkee laadullisen analyysin olevan kaksiosaista. Osat ovat havaintojen pelkistäminen ja arvoituksen ratkaiseminen. Havaintojen pelkistäminen on aineiston tarkastelua tietystä metodinäkökulmasta käsin. Aineistosta tarkastellaan vain olennaiset asiat, jotka ovat teorian viitekehysissä. Pelkistämisen toinen vaihe on karsia havaintojen määrää yhdistämällä havainnot pienemmäksi joukoksi. Tämä onnistuu etsimällä havaintojen yhtenäinen piirre.

Alasuutarin (1995, 34,43) mukaan arvoituksen ratkaisemisvaihe eli tulosten tulkin-ta, on seuraava vaihe laadullisessa tutkimuksessa. Arvoitus ratkaistaan, kun tehdään merkitystulkinta tutkittavasta ilmiöstä johtolankojen avulla. Luodaan siis selitys havainnoille pohjautuen esim. muihin tutkimuksiin, kirjallisuuteen, aikaisempiin hypoteeseihin jne.

Analyysimenetelmäksi otin tutkimukseeni aineistolähtöisen sisällönanalyysin. Aineistolähtöinen analyysi koostuu kolmesta prosessista, aineiston pelkistämisestä, ryhmittelystä ja käsitteiden luomisesta. Pelkistäminen on tutkimukseen liittyvän epäolennaisen karsimista pois, ja tärkeät asiat nostetaan esille. Ryhmittelyssä aineiston samankaltaisuudet ja/tai eroavaisuudet ryhmitellään luokiksi. Luokittelu voi olla esim. ilmiön ominaisuus, piirre tai käsitys. Käsitteet luodaan luokittelun avulla ja luodaan yleinen yhdistävä luokka, joka käsittää kaikki muut luokat. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 110-115.)

Haastattelut olin litteroinut heti haastattelun jälkeen, mutta analyysin tein niistä monta kuukautta myöhemmin. Aloitin analysoinnin lukemalla kaikki haastattelut läpi ja alleviivaamalla teemat, jotka nousivat esiin. Ilmiöiden tultua esiin, tutkin mitkä asiat ilmenet kaikissa haastatteluissa ja ryhmittelin esiin tulleet ilmiöt. Teema-haastattelurungon mukainen luokittelu auttoi minua ryhmittelyvaiheessa erittäin paljon. Tämän jälkeen katsoin luokkien yhdistelyssä, suurempaa luokkaa eli käsi-tettä, joka tuli analysoinnin jälkeen ilmi.

## 7.5 Eettisyys, luotettavuus ja yleistettävyys

### 7.5.1 Eettisyys

Tutkimuksissa eettisyys on tärkeää ottaa huomioon. Ilman moraalista valvontaa tutkimuksen tuloksia voidaan käyttää esim. ihmisoikeuksien rikkomiseen. Yleisesti tieteellisessä ympäristössä katsotaan, esim. kohderyhmän vapaaehtoisuuden tuovan totuudellisempia tuloksia, kuin pakotetun kohderyhmä. Pakotettu kohderyhmä voi vastata tutkijalle valheellisesti, koska kohderyhmä yrittää miellyttää tutkijaa esim. rangaistuksen pelossa. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 122-130.)

Tutkimuksessani otin huomioon haastateltavien tunnistettavuuden. Liian helpon tunnistettavuuden takia, en tuo tutkimukseni tuloksissa ilmi haastateltavien sukupuolta, koska vain yksi haastateltavista oli nainen. Haastattelut olivat vapaaehtoisia, ja olin paikalla kun helluntaiseurakunnan pastori soitti ja kysyi lupaa antaa yhteystiedot minulle. Näin tiedän, ettei minkäänlaista painostusta haastatteluun osallistumiseen ollut. Puhelinsoittoni haastateltaville oli neutraalin sävyinen, jossa kerroin tutkimuksestani ja haastattelun teemoista. En tuo myöskään ilmi haastateltavien nimiä suorissa lainauksissa, vaan käytän yhden ja seitsemän väliltä sattumavaraista numeroa, kuvaamaan tiettyä haastateltavaa.

### 7.5.2 Luotettavuus

Tuomi ja Sarajärvi (2002, 133-134) tuo esiin, että tutkimuksen luotettavuutta mitataan tutkimuksen puolueettomuudella, sekä sillä että tutkimus todella tutkii sitä, mitä on luvattu. Tietyn luotettavuuden tason tutkimus säilyttää jos tutkija tuo esille seuraavia tekijöitä:

- Mitä tutkii ja miksi
- Miksi tutkimus on omasta mielestä tärkeä



- Aineistonkeruu prosessin kuvaus
- Kohderyhmän kuvaus ja valintaprosessin kuvaus
- Tutkimuksen kesto
- Miten aineisto analysoitiin
- Tutkimuksen eettisyys
- Tutkimuksen tulosten raportointi

Mielestäni olen tutkimukseni kohdalla vastannut yllä oleviin kohtiin, mutta puolueettomuuden nostan esiin. Uskovaisena ja Seinäjoen helluntaiseurakunnan jäsenenä, epäilen näiden asioiden vaikuttavan tutkimustuloksiini. Epäilen vaikutuksen näkyvän liian positiivisina tuloksina ja että tuon vain parhaat mahdolliset tulokset esiin, jättäen kritiikin vähäiseksi. Uskoni takia voin olla sokea näkemään missä kohdissa olen liian kapeakatseinen. Yritän olla tutkimustuloksissani mahdollisimman puolueeton, mutta tällaisen havainnon halusin tuoda esille tutkimuksen eettisyyden vuoksi.

### **7.5.3 Yleistettävyys**

Yleistettävyydellä tarkoitetaan tutkimustulokset samanlaisuuden saamista, toisessa samanlaisessa tutkimuksessa. Yleistettävyys käsitteenä on tarkoitettu lomaketutkimuksiin, eikä ole laadullisen tutkimuksen tulokset ole tilastollisesti yleistettävissä. (Alasuutari 1995, 206-207 & 222.)

Samanlainen tutkimus tulos saadaan jos tutkitaan monta vuotta uskossa olleita helluntailaisia, jotka ovat käyttäneet päihteitä yli viisi vuotta, ja he ovat kristillisen kääntymyksen sekä kristillisen päihdekuntoutuksen kautta saaneet voimia jättää päihteet pois elämästä ja ovat alkaneet elää elämäänsä kristillisen arvojen ja asenteiden mukaan.

## 8 TUTKIMUKSEN TULOKSET

### 8.1 Päihdeongelma

Haastateltavilla oli päihdeongelma alkanut hyvin nuorena. Suurimmalla osalla ennen 18-vuoden ikää. Päällimmäisenä nousi esille viinan ongelmakäyttö mutta osa käytti myös huumeita, jopa suonensisäisiä. Kaikki olivat päihdeongelmaisia olleet vähintään neljä vuotta, osa kymmeniä vuosia. Elämä pyöri silloin päihteiden ympärillä. Päihteitä käytettiin aina kun oli mahdollista, eniten sitä rajoitti rahan puute tai oma fyysinen kunto. Kun ei ollut mahdollista käyttää päihdettä, päihteen seuraavaa käyttöä jo suunniteltiin tai haaveiltiin.

#### Haastateltava 6

Joo mulla se päihdeongelma lähti tosi niin kun jyrkästi, että tavallaan jyrkkään laskuun hyvin nopeasti, ja tosi nuorena, että mä oon ollu vasta 14, kun ensimmäisen kerran niin suonensisäisesti ottanut ainetta että mulla tietysti alkoholi oli kans osa sitä ongelmaa, mutta niin kun näkisin että se ei ollut pääasiallinen ongelma vaan se sitten se lähti sinne huumepuolelle tosi nopeesti, eli se alkoi alkoholin lisäksi rauhoittavilla lääkkeillä.

#### Haastateltava 7

Että ei sitä koko aikaan ei pystynyt niin kun juomaan, että kyllähän mulla on jos ajattelee että mikä olis pitkin aika ku olis juonu niin sanotaan että puoli vuotta tulee niin kuin muistaakseni kun puoli vuotta oli juonut yhteen menoon.

#### Haastateltava 2

Arki pyöri hyvin pitkälti päihteiden ja rikosten parissa, oikeastaan jos sanotaan, näin kun mä yritin koulu juttuja tehdä tai joskus työjuttuja, niin kaikkien sen ulkopuolinen aika tavalla tai toisella liitty liitty sinne päihde ja rikosmaailmaan, et jos ei nyt suoranaista alkoholinkäyttöä ollu tai mitään rikollista toimintaa, niin sitten mä makasin kämpällä katkerana miettimässä miten mä saan jonku jutun kostettua tai mitä vois tehdä että sais rahaa taas päihteisiin, eli koko elämä pyöri, pyöri päihteiden ympärillä.

Päihdeongelman aikana suhteet läheisiin katkesivat tai kärsivät. Luottamus läheisten ja päihdeongelmaisen välillä meni. Läheiset pelkäsivät, eivätkä voineet luottaa päihdeongelmaisen sanaan. Koulut oli jäänyt kesken tai heidät oli erotettu koulusta. Töitä ei tehty ollenkaan tai korkeintaan lyhyitä patkätöitä, potkut olivat yleisiä.

Kun lähipiiriin meni välit poikki, löytyi tilalle kohtalotovereista seuraa.

#### Haastateltava 7

Että tietysti kaikki seuralaiset mitä mulla on ollut niin on käyttänyt viinaa. Että siinä hän on miesystävät juoppoja, ja kaverit on ollu, no kaikki on ollut.

#### Haastateltava 2

Perhe, perhesuhteet vanhempiin välit huononeni, siskoihin välit huononeni, itseasiasissa pienemmän pikkusiskon kanssa olen päässyt tutustumaan vasta raitistuttuani, siskot eivät halunneet olla mun kanssa tekemisissä, kun mä olin päihteiden vaikutuksen alaisena, koska mä olin hyvin arvaamaton ja äkkipikainen silloin, luottamus vanhempiin, tai siis vanhempien luottamus minuun meni, ja välit kiristy, paljon ystävyysuhteet kärsi, kärsi seurustelusuhteet kärsi, oikeastaan suhteet kaikkiin muihin paitsi niihin toisiin päihteidenkäyttäjiin niin kärsi, ja siinä omassakin porukassakin oli kaikkea takua, eli erittäin negatiivinen vaikutus kaikkiin suhteisiin.

#### Haastateltava 4

Ei, mitään, ei kyllä mä tein mulla oli semmonen työ, että mä olin baarimikkona ja sitten mä juonsin karaoke juttuja että se sopi oikein vaikka pienessä pöhnässä olinkin että siinä pilvipäissään niin juontelin karaokejuttuja ja muuta että, niitä oli ravintolatöitä, mutta ei oikeastaan muuta, että niillä pysy aika hyvin rahoittamaan ja sitten siinä huumemyynnillä sitten osittain.

## 8.2 Kristillinen päihdekuntoutus

Kaikilta löytyi silti halua lopettaa päihteidenkäyttö. Ihmiset ymmärsivät, ettei elämä voi jatkua päihdeongelman kanssa, mutta ensiksi käyttöä haluttiin rajoittaa, muttei lopettaa. Usealla oli kokemusta sekulaarisesta päihdekuntoutuksesta, mutta minikäänlaisia pysyviä tuloksia, ei siitä tullut. Syynä nähtiin ettei oltu valmiita lopettamaan käyttöä ja todella muuttamaan elämäänsä.

Haastateltavista viisi oli ollut KAN-kodissa tai hoitokodissa kuntoutuksessa, kaksi oli ollut vain sekulaarisessa kuntoutuksessa. Kristillisen päihdekuntoutuksen vastaisuus tai minkä tahansa kuntoutuksen tuoma ahdistus oli syy näillä kahdella. Kristillinen päihdekuntoutus kesti haastateltavilla 2-8 kuukautta. KAN-kodit ja hoitokodit nousivat aineistosta esiin auttavana voimana päihdeongelmaisen elämässä. Kuntoutuksessa ollessaan asiakkaat saivat pysähtyä elämässään, ja miettiä mihin suuntaan se heillä on menossa. Kuntoutuspaikan avoimuus ja aito lämmin vastaanotto, loivat heille hyvän ilmapiirin keskusteluille kuntoutujan elämästä sekä

tuli tilanteita pohtia omaa elämäänsä. Asiakkaille annettiin tiettyyn pisteeseen asti luottamusta ja vastuuta, joka kohotti itsetuntoa. Itsetunto kohosi koska päihdeongelmainen harvoin saa osaksi luottamusta tai aitoa välittämistä, kun ongelma tarpeeksi kauan jatkuu.

#### Haastateltava 7

Siellä Upsalassa oli niin ihana olla, heti kun sinne tuli niin halattiin, ja se oli sellanen lämmin, siellä oli oma huone ja sai tehdä siellä no yleensä vaikka mitä, tietysti ei nyt juoda, siellä oli niin kuin oli selvät pelisäännöt, ei ne huuda siellä, että etsä osaa mitään, se on sellaista rakkautta kuitenkin, näissä Kannin kodeissa.

#### Haastateltava 5

Aika paljon sillä että ihmiset kuunteli, oli sun kanssa mutta ymmärsi sitä ongelmaa, kyllä ihmiset ymmärsi sitä päihteidenkäyttöä ja tälläisiä ja tuota, niin, sitä kautta ja tietty se hengellisyys tuli siihen aika vahvana

Rukous, hartaudet ja seurakunnalla käynnit nousivat tärkeiksi tekijöiksi kuntoutuksessa. Nämä toimivat raamina päivän ohjelmille ja keskusteluille, jotka tästä johtuen tapahtuivat aina hengellisestä näkökulmasta. Ajanvietto kuntoutuksessa oli kodinomainen ja kodinaskareet jaettiin asiakkaiden kesken, ja sillä tavoin opittiin uudestaan elämään elämäänsä. Ympäristönä esim. KAN-kodit olivat erittäin avoimia ja asiakkaaseen kohdistuva aito välittäminen nousi erittäin paljon esiin, tämä välittäminen oli yksi avaintekijä aitoon haluun miettiä elämäänsä uudelta näkökantilta. Rikokset, velat, asunnottomuus ja vastaavat ongelmat hoidettiin työntekijöiden kanssa kuntoon, tai edes eteenpäin. Kuntoutuspaikan kaukainen sijainti kotipaikkakunnasta antoi mahdollisuuden erottautua vanhasta päihteidenkäyttäjäporukastaan, joka antoi mahdollisuuden luoda uusia ystäviä, ilman päihteitä.

#### Haastateltava 3

Se oli vähän sitä, sitä rutiinin opettelua, et se oli aamulla herättiin oli, oli se aamuhartaus, sitten siinä tehtiin erinäköisiä pihatöitä ja sun muuta, sai syödä, se oli niin kuin, syötiin säännöllisesti, ja, ja hoidettiin yleensä asioita, semmosia mitä nyt sitten oli solmussa, kaikki velat ja juuri nyt nämä kun oli poliisit perässä, niin mä hoidin sitten näitten ihmisten kanssa näitä ja kaikki tämmöset, vähän elämän kuntoon laittamista, plus sitten tietenkin käytiin kokouksissa. Ja ne, Raamatun lukuhetket ne, ja rukoushetket, ei siellä oikeen semmoista niin kuin, tietenkin siellä sai keskustella, mutta niin kun ei semmosta varsinaista ollu, että silloin keskusteltiin kun rukoiltiin ja luettiin Raamattua ja keskusteltiin siitä mitä se herättää ja siitähän se meni yleensä moni kerto kaikkee.

#### Haastateltava 5

No semmosta ihan tavallista olemista, tee vähän jotakin perus kotiaskareita, pientä työntekoa, ja sitten tuota niin sitten yhdessäoloa, iltahetki, Raamattuhetki ja jotain pientä tekemistä, että, että oikeastaan Kankodit on sellaisia paikkoja, missä ihminen saa tuota niin huilata ja tuota niin opetella uudelleen sitä elämää.

Kuntoutuksen katsottiin auttavan päihteiden ongelmakäytössä. Kaikilta paitsi yhdeltä loppui päihteiden käyttö kokonaan. Yhdelle jäi rauhoittavien lääkkeiden ongelmakäyttö, joka loppui uskon ja lähipiirintuella vuoden kuluttua kuntoutuksesta. Kuntoutuksen avoin ja rauhallinen ilmapiiri auttoi ihmisiä pysähtymään miettimään elämänsä suuntaa, ja pohtimaan mikä sen tuleva suunta olisi.

Kaikki toivat esille, että vaikka he olivatkin osallistuneet kuntoutukseen ja se auttoi heidän elämänsä kuntoon laittamisessa. Tuotiin ilmi silti kääntymyksen eli uskonnollon ratkaisevaa roolia päihdeongelman voittamisessa. Kristillisen päihdetyön yksi tärkein vaikuttava tekijä on kääntymyksen kokemus. Kääntymys laittaa liikkeelle halun elää päihdeettömästi ja halun laittaa elämänsä kuntoon. Sisimmän korjautuksessa kääntymyksessä, alkavat ulkoisetkin asiat korjaantua.

### 8.3 Elämänhallinta ja voimaantuminen

Kuntoutuksen koettiin auttavan elämänhallinnassa ja voimaantumisen kokemuksia koettiin myös. Periaatteessa KAN-kodit ovat suurelta osin elämänhallinnan opettelua. Ohjaajan kanssa käydään läpi elämäntilanne ja kartoitetaan mitä pitää tehdä eri viranomaisten kanssa. Opetellaan asumaan ikään kuin omassa kodissa, jossa on tietyt pelisäännöt, kuten elämässä yleensä on. Muutama haki tukea elämänhallintaan käymällä vapaaehtoisesti KAN-kodilla kuntoutuksen jälkeenkin, ja tämä on täysin sallittua KAN-kodin toiminnassa. Myös sisäinen elämänhallinnan tunne kohosi avoimen ja rakastavan ilmapiirin ansiosta.

#### Haastateltava 3

No siis se, sehän oli silleen että mä pääsin käymään siellä kaiken päivää Kankodilla ja se käytännössä jatku se hoito koska mähän oli siellä päivittäin hyppäsin vaikka mulla oli oma asunto, no ne autto huomattavan paljon, ne auttoi kaikissa perusasioissa, ruokaa sai hakea, silloin tällöin kun ei ollut

ruokaa, ja työpaikkaa etittiin, asunnot ne kaikki autettiin, ja kokouksiin haettiin, ja niin edespäin että se oli hyvinkin paljon auttoi, niin kuin tämmösissä perusjutuissa, perusjutuissa ja olihan se sellanen tukikohta että jos yksin olis jäänyt tuohon niin en tiä, en tiä sitten miten olis käyny, se oli aina sitten aina niin kuin sai mennä johonkin silloin, kun alkoi yhtään ahistaan, ja oli uskavaisia ihmisiä.

#### Haastateltava 7

On vahvempi luonteesta, siis elämä muuttuu silloin aina, siis mulla on aina ollut että kun on niin kuin juomatta niin itsetunto nousee, sitä ite oon monille sanonut että kun on ollut sellanen että aina mollattu ja on sellanen että kaikki ihmiset on, että kukaan ei ymmärrä mua, ja sitten kun on kuivilla, on niin kun juomatta niin itsetunto kohenee aika huomattavasti, että se on niin kun, voi sanoa että ei, ei tarte sanoa, että joo, joo kokeilen ja tuun teen niin kuin sä haluat, niin, niin ja mullahan se oli sellanen se että itsetunto kohos aika paljon sen jälkeen.

Voimaantuminen sanana oli haastateltaville outo, ja vasta tulosten analysointivaiheessa huomasin, että minun olisi pitänyt haastattelussa avata sitä sanaa paremmin. Voimaantuminen nähtiin itsetunnon kohoamisena ja luottamuksena omiin voimiinsa. Näin tapahtui kuntoutuksen aikana monelle. Monella tuli myös oman elämäntilanteen katsomista uudesta näkökulmasta, ja se johti usein kääntymyksen. Yhdeltä haastateltavista tuli myös ilmi valheellisia voimaantumisen kokemuksia, joiden aikana luultiin olevan selviä päihteistä ja ettei kuntoutusta tai muuta apua enää tarvita.

#### Haastateltava 6

Ei kyllä se laitto ajattelemaan, sanotaan näin, että se aika siellä, mä tajusin, että mä oon näin nuori ja muut menee tänään kouluun, ja mä oon täällä, että mikä on pielessä, mä muistan joskus yhdelle henkilölle juttelevani että ei tää, ei hyvänen aika, että mä oon 16, ei tää todellakaan ole normaalia nuoren elämää, kyllähän mä sen tiesin, että ei se muutenkaan oo.

#### Haastateltava 2

Joo montakin kertaa ja suurin osa niistä oli valheellisia eli huomasin jo ensimmäisinä kerroilla että jo viikon hoidossa olon jälkeen tuli yleensä semmonen fiilis että nyt mä voin kaiken ja nyt mun ei enää tarvi. Se on muuten yleisin syyn tutkitusti minkä takia hoidot menee pilalle, niin se että ihmiselle tulee tämä, sitten kun pidemmällä aikavälillä miettii niin se oli huonoin sitä että tuli noita voimaantumisen fiiliksiä ja sitten yhtä äkkiä vedettiin taas siihen että musta ei oo mihinkään ja tästä ei tuu mitään, tietysti elimistö tottunut ja hermosto siihen että on päihteitä ja sitten onkin erossa niistä vielä moninkertaisti tommosen tunnevyöryn ja isot niin kun psykologiset prosessit siinä samassa mutta kyllä tietysti mitä enemmän tuli semmosia raittiita päi-

viä niin sen myötä oli aina vaan semmonen vanhempi olo ja luottamus niin kun omaan voimaan ja omiin mahdollisuuksiin lisäänty, milloin ne oli sitten vanheellisiä milloin tietysti ihan todellisia, mutta sen verran mitä enemmän raittiutta tuli.

#### 8.4 Usko raittiutta ylläpitävänä voimana

Kaikki haastateltavat kokivat uskonnon tärkeimmäksi asiaksi elämässään. Kaikki kuuluivat myös omaan paikalliseen helluntaiseurakuntaan. Kaikki kertoivat, että kuntoutusta ennen, tai sen aikana, tai pian sen jälkeen tapahtunut kääntymys, eli uskoontulo nähtiin erittäin suurena auttajana raitistumisessa. Uskoontuloa kuvailtiin tarkasti ja sen vaikutuksia arvomaailmaan, moraaliin ja asenteisiin. Kokemus oli kaikille hyvin voimakas, ja suuremmalla osalla päihteiden käyttö jäi heti kääntymyksen jälkeen, toisilla raitistuminen tapahtui muutaman viikon tai kuukauden kuluttua kääntymyksestä. Kääntymyksen kokemuksessa tuotiin esille, kuinka sisäisen arvomaailman muutoksen vuoksi, alkoi olla voimaa ja halua taistella päihdeongelman kanssa.

##### Haastateltava 7

No me sitten rukoiltiin mun puolesta, sen uskonrukouksen, ja mä lähdin pois, ja se nappas mut ja sano, että tuu takasi, ja sitten hän rukoili, että viina lähtee, ja viina lähti siinä, mä näin että käsi tuli tuohon mun rinnan päälle ja se lähti. Ja se oli siinä, ja siihen maahan kaaduin ja en mä sitten muista siitä muuta. Että seuraavana päivänä mä vaan tiesin, että mun ei tarte juoda, tänä päivänä voin sanoa, että olen täysin vapaa.

##### Haastateltava 2

Yks aamu mä vaan olin sitten niin voimien tunnossa mä pomppasin sängystä ylös. Mä kaadoin monta pulloa viinaa lavuaarista alas ja lähdin vanhempien kesämökille makaamaan huonoa oloa ja ajattelin, että tämä niin kuin ei enää vain ei pysty jatkamaan. Ja mä itte asiassa siinä sitten, kun mä monta päivää tuli verta pihalle kaikista paikoista mistä se vaan pääsee, mietin, mietin niitä elämän tilanteita, niin mä päädyin siinä tota itsemurhaan sitten, että mä en jaksa elää päihteiden kanssa, mutta en osaa elää ilmankaan. Ja siinä tuli sellanen hengellinen ymmärrys asioihin sitten kun mä tein päätöstä itsemurhasta niin koin kun Jumala puhu mulla suoraan, että jos mä teen sen niin mun paikkani on kadotuksessa. Ja mä en ollut näihin hengellisiin asioihin paljon huomiota kiinnittänyt, mutta mä ymmärsin että se pitää paikkansa, en tullut uskoon ja en ollut valmis selvittämään vielä mistä on kysymys, mutta mä ymmärsin että mä en voi itteäni tappaa. Ja, ja siitä lähti

semmonen prosessi, mä yritin omassa voimassa taas aloittaa kaiken alusta, mä muutin Etelä-Suomeen asumaan Keravalle, ja mä haen hain tuota peruutuspaikalle kouluunkin, ja mä ajattelin, että mä en kenellekään kerro että kuka (oma nimi) todellisuudessa on, että mä vaan niinkuin jätän kaiken vanhan ja yritän uudestaan, ja kävin taas AA ja NA ryhmissä ja sitä ja py-syinkin siinä raittiina. Mutta sitten alko semmonen ahdistus tulemaan ja mä tiesin että tää johtaa siihen, että kohta mä taas siellä oon siellä kentällä ja mulla ei kestä elimistö, eikä mulla kestä puunuppi kestä sitä, että mä joko kuolen tai tapan itteni, sitten jos siihen vielä lähdetään. Ja tuota sitten mä tulín näitten uskonasioiden kanssa läheisemmäksi, mulla nousi, mä olin vankilassa lukenut KK-kuoleman kauppias ja Kure yksinäinen susi kirjat ja ne alkoi tulla mieleen siitä, että niitten ihmiset elämä muuttui uskoon tuloon myötä, siellä koulussa mulla oli uskovainen kaveri, jonka mä en kyllä antanut puhua uskonasioista itelleni, mutta, mutta mä tuota kadehdin sen elämää sen elämäniloa ja hyvää asennetta ja mä tajusin, että joko ne uskonjutut pitää paikkansa ja puheet Jeesuksesta pitää paikkansa, ja Jumala voi auttaa muakin tässä mun päihdeongelmassa ja yleensäkin elämässä, tai sitten ne ei pidä paikkaansa ja mä meen ennen aikaseen hautaan. Ja näitten pohdintojen seurauksena mä hakeuduin pastorin juttusille, joka mulle puhu Jeesuksesta ja lopuksi sitten käännyin henkilökohtaisesti Jeesuksen puoleen pyysin syntiä anteeksi ja vapautta riippuvaisuuksista ja uutta elämää, ja näihin vastattiin ja sitä se oli, sitten se missä mä vaikka mä olin taas ollut ulkonaisesti irti päihteistä taas joitain aikoja, niin minkä mä koen, että katkas mun päihdeongelman ne siteet sinne päihdemaailmaan ja silloin mä olin valmis luopumaan muusta mikä sinne päihde ja rikosmaailmaan kuuluu.

#### Haastateltava 6

Ja se että tuntee, aletaan tuntemaan Jumalaa ja opetellaan tuntemaan Jumalaa, jos vain päässä tapahtuu jotakin, mutta tavallaan ei sydämissä tapahdu mitään, siitä voi muodostua, muodostua sellanen pelkästään uskonto, joka sitten ei välttämättä kestä pidemmällä tähtäimellä, että ei Jeesusta, ei Jeesus ole vaan sellainen, että mulla on nyt päihdeongelma, että vapauta mut tästä, vaan kysymys on siitä että ihmisen sisin muuttuu ja ihminen uudesti syntyy ja tulee uskoo, ja sitten kun se sisin muuttuu alkaa muuttuu ulkoisetkin asiat.

Kääntymyksen jälkeen, kaikilla alkoi uskonnollinen elämä, johon kuului ahkera Raamatun lukeminen, rukoileminen, seurakunnan kokouksissa käynti. Arvomaailma muutoksen vuoksi, toisten ihmisten auttaminen nousi erittäin paljon esille. Kaikilla oli pyrkimys päivittäisissä elämänsä valinnoissa noudattaa Raamatun ohjeita. Erityisesti ohjetta rakastaa lähimmäistä niin kuin itseäsi.

#### Haastateltava 1

No onhan siinä eihän meillä oo siis yhtään sen helpompaa kuin kellään muullakaan, on meilläkin vaikeudet ja taistelut ym. muut, kyllähän se näkyy, en mä silloin kauheesti käytä, kieli on muuttunut, en kiroile nykyään enää, tai sen, sen jälkeen kun uskoon tulín, en ole paljoo kiroillut, joskus tietenkín



sattuu, jos sie lyöt vasaralla peukolaan, siinä voi vähän ärräpäitä saattaa päästä, mutta sen kuitenkin ku se alkaa tulemaan, niin sitä saman tien kääntää sen asian toisella lailla, ettei se mitä on tarkoittanut se sana vaan kääntää sen sanan toiseksi, kuitenkin niitä ärräpäitä pääsee, totta kai ihmisiä mekin ollaan. Ja sitten tietysti sen että on paljon lempeämpi ja ystävällisempi tuolla kun liikkuu ja ei sillä ota mistään niin suuria asioita vaikka onhan meilläkin paineet tietenkin, työttömyys painaa päälle ja niin pois päin ja onhan siinä tietysti erilaiset valinnat että minne menee ja mitä tekee.

### Haastateltava 3

Joo, valintoihin ja moraaliiin, ööö vaikeita kysymyksiä. Siis no joutuu paljon miettimään, että mitä saa tehdä ja mitä ei saa, että ja kyllähän se moraalii. Moraalimaailma heitti häränpyllyä siinä vaiheessa kun tulin uskoon, ja se koko ajan vahvistuu totta kai, elikkä se mitä mä aiemmin tehnyt ennekuin olin uskossa oli normaalia, mutta nyt se epänormaalia, ja se mitä mä aiemmin olen pitänyt epänormaalia on nyt mulle normaalia, elikkä jos mulle tulis valinta eteen, että vedänpö sauhut vai en, niin kyllähän se on mulle päivän selvää että ei, se jo tulee sieltä Raamatusta, no uskosta se kyllä tulee ihan täysin, ja kaikki muukin, no valintoihin yleensä, että mitä voi tehdä ja mitä ei, tai mitä kannattaa tehdä.

Haastateltavat kokivat vapautusta päihteiden käytöstä. Kukaan ei kokenut mitään tarvetta vältellä kimmokkeita päihteisiin tai pelätä, että pian alkaisi taas käyttö. Kaikki korostivat kuinka heillä on syvä luottamus Jumalaan, joka auttaa heitä pitäytymään irti päihteistä. Uskoa pidettiin yllä rukouksilla, Raamatun lukemisella sekä seurakunnan kokouksissa käynneillä. Jumala nähtiin elämän ykkösasiana ja oli nähtävissä myös tietynlaista tervettä riippuvuutta Jumalasta, avun ja turvan antajana.

## 9 JOHTOPÄÄTÖKSET

### 9.1 Uskon vaikutus raitistumisprosessissa

Tutkimuksessa tuli ilmi päihdeongelmaisen sisäinen tyhjyyden tunne. Nuorena koettu elämän tarkoituksettomuus alkoi näkyä runsaana päihteiden käyttönä, joka lisääntyi ja lähti täysin hallinnasta käytön jatkuessa pitkään. Usein tyhjyyden tunteeseen liittyi kapinallisia asenteita vallitsevaa yhteiskuntaa kohti ja rikollisiakin tekoja. Kun päihdeongelma alkoi aiheuttaa fyysisiä, psyykkisiä tai sosiaalisia ongelmia, alkoi käyttäjälle tulla pohdintoja päihteidenkäytön hillitsemisestä. Tässä vaiheessa pienet elämänmuutokset olivat liian pieniä tekoja, ja hyvin nopeasti päihteiden käyttö palasi itsetuhoiseen käytökseen.

Sekulaarisesta kuntoutuksesta oli joillakin haastateltavista kokemusta, mutta se ei tuonut apua kuin fyysiseen tai psyykkiseen ongelmaan. Sisäinen tyhjyyden ja tarkoituksettomuuden tunne silti säilyi, vaikka raittiita kausiakin oli. Kristillisessä kuntoutuksessa ollessa, ihminen saa mahdollisuuden pysähtyä rauhalliseen ympäristöön, jossa hän pystyy miettimään elämän suuntaa ja oppii elämään elämäänsä uudestaan. Kuntoutuksessa ollessaan asiakas kuulee Jumalan tarjoamasta avusta ja syntyy mahdollisuus kääntymykselle.

Kääntymys ei aina tapahdu kuntoutuksessa ollessa, vaan se voi tapahtua niin kuin kahdella tutkimukseen osallistuneella keskellä arkielämää. Erilaisten elämäntilanteiden kautta alkoi usko syntyä Jumalan tuomaan apuun. Tämä edellytti oman tahdon murtumista ja nöyrytystä Jumalan edessä. Uskon tuoma apu löytyi kääntymyksen eli uskoontulon kokemuksesta, joka oli yksi raitistumisen avaintekijä.

Kääntymys koettiin erittäin voimakkaasti ja siitä seurannut arvojen ja asenteiden muutos poisti tyhjyyden tunteen ja toi rauhan elämään. Tämä voimakas kokemus toi myös kiitollisuuden Jumalaa kohtaan ja halun ruokkia tätä kääntymyksessä tapahtunutta rauhan olotilaa rukouksella, Raamatun lukemisella ja jumalanpalvelukseen osallistumalla. Rauhan tunteen avulla koettiin mahdolliseksi pyrkiä irti päihteis-

tä. Vaikka tutkimuksessa nousikin esille erittäin iso painoarvo kääntymyksen kokemukselle, saivat kuntoutuksessa olevat apua myös kristillisestä päihdekuntoutuksesta. KAN-kodin herätyskristillisen ilmapiirin vuoksi, epäilen kääntymyksen toimivan yhtenä päämenetelmänä KAN-työssä, juuri kääntymyksen aikaansaaman voimakkaan sisäisen eheytyksen ja voimantumisen takia.

Niemelä (1999, 92-95, 152-157) tuo esiin samat tulokset ihmisten tyhjyyden tunteesta ja siitä johtuvasta kääntymyksen halusta. Samoin Niemelä tuo esiin kääntymyksen voimakkaan kokemuksen, vaikka hän lisääkin, että niin ei aina tapahdu kääntymyksessä, eikä voimakas kokemus ole kääntymyksen ehto. Tärkeinä asioina nousivat esille arvojen, moraalien ja asenteiden muutokset kääntymyksen jälkeen. Niemelä näkee tämän uuden sisäisen eheyden olevan juuri se vaikuttava tekijä, joka auttaa päihdeongelmaiset pääsemään irti päihteistä.

Sisäinen eheyden korjaamisessa syyllisyyden tunne on avaintekijä. Päihteidenongelma käyttäjä oli joutunut usein elämässään tekemään asioita, joita koki vääräksi. Esimerkiksi seksuaalisuuden puolella, päihteiden käyttö vaikutti irtosuhteiden ja hyväksikäytön mahdollisuuteen, rikoksia jne. unohtamatta. Näistä koettiin usein syyllisyyttä. Kääntymyksessä ihmiset kokivat saavansa tekonsa anteeksi ja se vapautti heidät häpeästä ja syyllisyydestä. (Niemelä 1999, 154-155).

Moraalinen muutos kääntymyksen kokeneelle, on Niemelän (1999, 155) mukaan jotain enemmän, kuin uudet opitut säännöt seurakunnalta tai Raamatusta. Niemelän tutkimuksessa olleet, eivät osanneet kuvata sitä, kuin että ”jossain syvemmällä” muuttui jotain. Ihmiset katsoivat, etteivät pysty moraalia täyttämään ja luovutautuvat Jumalan varaan. Tällöin ristiriita syyllisyyden ja riippuvuuden kohdalta paradoksaalisesti oli kunnossa, kun ei enää itse yritetty, vaan luotettiin johonkin suurempaan.

Kaikki tutkimukseeni osallistuneet olivat raitistuneet yllättävän helposti. Raitistuminen kääntymyksen ja kuntoutuksen avulla ei silti aina helppoa ole. Niemelän (1999, 156) tutkimuksessa, noin puolet olivat kokeneet päihteidenkäytön loppuneen kääntymys kokemuksessa. Osalla ongelma oli poistunut vuosien myötä, joillakin taistelu päihteiden ongelmakäyttöä vastaan oli päivittäistä. Retkahduksen

estämiseksi käytettiin hengellisiä keinoja kuten rukous, Raamatun lukeminen, seurakunnan kokouksissa käynti.

Näen kääntymyksen kokemuksen myös voimaantumisen kokemuksena. Ainoa ero tapahtuu tulkinnan tasolla. Kääntymyksen kokenut kokee voimaantumisen, ei kokonaan itsensä kautta, vaan sen takia, että hän uskoo olevansa nyt osa jotain suurempaa persoonaa, joka auttaa häntä. Näin ollen kääntymyksen kokenut ei usko omiin voimavaroihinsa, vaan Jumalan, joka on auttaa häntä elämässä. Tulkinta-erosta huolimatta, voimaantumisen viisi osatekijää täyttyvät kääntymyksessä.

## **9.2 Kristillisen päihdetyön vaikutus raitistumisprosessissa**

Kaikki kristilliseen päihdekuntoutukseen osallistuneet kokivat saavansa apua kuntoutuksesta. Monella oli kokemusta sekulaarisesta päihdekuntoutuksesta, mutta siihen osallistuminen oli tapahtunut pakonalaisena tai vähäisen motivaation kanssa. Tämä siksi koska ihmiset eivät olleet valmiita lopettamaan päihteidenkäyttöä ainoastaan vähentämään. Yksi haastateltavista oli saanut apua sekulaarisesta kuntoutuksesta, ja hän eroaakin joukosta, koska oli motivoitunut sekulaarisessa kuntoutuksessa. Muut olivat vasta kristillisessä kuntoutuksessa motivoituneet kuntoutuksen pyrkimyksiin.

Kristillistä kuntoutusta kuvailtiin kodinomaiseksi paikaksi, jossa oli tiukat säännöt, mutta lämmin ilmapiiri. Kuntoutuksesta nousi esille ilmapiiri, yhteisöllisyys, vertaistuki, uuden ystävät ja toivo. Ilmapiiri koettiin vapauttavana, ei tarvinnut jännittää tai esittää mitään. Yhteisöllisyys koettiin toisten kuntoutuksessa olevien avulla, kun kaikilla oli samanlaisia ongelmia, ja ohjaajalla oli oma menneisyys päihdeongelmaisena. Arjen rutiinit aamupala, päivällinen, työnteko, rukous, Raamattupiiri ja seurakunnassa käynti pitivät yllä uutta ”runkoa” elämälle. Tämän turvallisen rungon ympärille oli helppoa rakentaa uusia elämänhallinnan keinoja, sekä oppia uudestaan normaalia elämistä.

Uusia ystäviä tuli kuntoutuksessa ollessa, koska vanhat juoppokaverit olivat kaukana, niin uuden sosiaalisen piirin rakentaminen teki kaikille hyvää. Yleensä ilma-

piirin ansiosta, kuntoutuspaikalla käytiin kuntoutuksen jälkeenkin ihan vain viettämässä aikaa siellä olevien ystävien kanssa, tai tapaamaan uusia ystäviä. Kristillisen sanoman ansiosta kuntoutukseen kuului myös toivon ilmapiiri. Kuntoutujat kuulivat henkilöistä, jotka uskon kautta olivat raitistuneet, ja he tästä he tiesivät että heilläkin on toivoa raitistumisesta.

Lappalainen (2005, 38-40) tuo esiin samanlaisia näkökulmia, mutta korostaa kristillisen kuntoutuksen ilmapiirin osuutta. Lappalaisen tutkimuksessa monet olivat kokeneet pettymyksiä sekulaarisessa kuntoutuksessa, ja korostivat kuinka vapaa ilmapiiri kristillisessä kuntoutuksessa oli. Ei tarvinnut pelätä mitään ja keskustelu muiden kuntoutuksessa olevien kanssa oli luontevaa, sekä oli hyvä yhteishenki, jossa kaikki pyrkivät kohti raitistumista.

Lappalainen (2005, 41-43) näkee kuntoutuksen olevan erittäin suuri tekijä raitistumisprosessissa. Vaikka joillakin oli kokemusta ilman mitään kuntoutusta kääntymyksen kautta kertaheitolla raitistumisesta, on suurin osa kääntymyksenkin kokeneista silti kuntoutuksen tarpeessa, ja tarvitsee tukea raitistumisprosessissa. Lappalainen (2005, 44-47) tuo myös esiin, kuinka kuntoutuksen päivittäinen rytmi auttaa kuntoutujaa rakentamaan uuden elämänrytmin ilman päihteitä. Kääntymys korjaa sisäisen maailman, mutta ulkoisten asioiden korjausta silti tarvitaan. Tässä ulkoisessa avussa ovat yhteisön tuki, uudet ystävät ja kristillisen sanoman toivo paremmasta elämästä

### **9.3 Usko ja kristillinen päihdekuntoutus elämänhallinnan tukijana ja raittiutta ylläpitävänä**

Sisäisen itsehallinnan järkkäminen viittaa usein elämänhallinnan menettämiseen. Tällöin ihminen voi alkaa ”korjata” elämänhallinnan järkkymistä päihteidenkäytöllä. Tutkimuksessa tuli esiin ihmisen kokema tyhjyyden tunne, jota täytettiin päihteillä. Kääntymys poisti tämän tunteen, ja näin korjasi kyvyn hallita elämäänsä eli elämänhallinta korjautui.

Niemelä (1999, 155) tuo esiin, kuinka kääntymyksen kokeneet korostivat että hei-

dän elämäntilannetta eivät ole parantuneet heidän omien tekojen kautta. Vaan he kokivat, että se on parantunut koska elämäntilannetta on luovutettu Jumalalle.

Uskon kautta tapahtuneen kääntymyksen seurauksena, sisäinen arvojärjestys muuttuu ja elämäntilannetta keinoja löytyy uskosta. Pitääkseen elämäntilannetta ehjänä, uskoa harjoitetaan esim. rukouksella, Raamatun lukemisella ja Jumalanpalveluksissa käymällä. Harjoittaminen auttaa pitämään sisäisen elämäntilannetta tunteen ja tämän vuoksi uskon kautta löytyy apukeinoja raittiina pysymiseen, koska ne kasvattavat henkisesti ihmistä kestämaan kiusaukset palata takaisin päihdemaailmaan.

Olen Lappalaisen (2005, 47) kanssa samaa mieltä siitä, että sisäisen elämäntilannetta eheytymistä tukivat erityisen paljon myös kuntoutuksen ulkoiset puitteet. Kaikilla kuntoutujilla oli pyrkimys päästä irti päihdekäytöstä, ja yleensä kuntoutuksen tullessa fyysinen kuntokin on jo romahtanut, vuosien käytön takia. Fyysisien ja henkisen kunnon hiljainen paraneminen antoi uusia voimia kohdata haasteita. Monilla ei ollut asuntoa tai elättiin ”juoppokämpässä” nyt kuntoutuksessa elämän puitteita korjattiin, hommattiin asunto, puhelin, töitä ja mielekästä tekemistä. Uusi en ystävien ja seurakunnan avulla, kuntoutuja sai uudet sosiaaliset piirit, ja vanhat juoppokaverit jäivät vähemmälle huomiolle.

## 10 POHDINTA

Tutkimuksessani tuli ilmi kääntymyksen tärkeys kristillisessä päihdetyössä, kääntymyksen voimaannuttava ja elämänhallintaa eheyttävä vaikutus. Lisäksi mainittiin kristillisen päihdetyön tärkeä tuki kääntymyksen kokeneelle päihdeongelmaiselle. Mielestäni, olen saanut hyvät vastaukset tutkimuskysymyksiin. Ainut mitä mietin että kysymykset olisivat voineet jakaa alakysymyksiin. Olisin voinut kysyä esimerkiksi miten suhteet ystäviin tai läheisiin ovat parantuneet, tai miten työpaikan hakeminen tai yksin asuminen onnistui.

Aineistonkeruu meni mielestäni hyvin. Haastattelu tilanteessa oli vain kokemuksen puutetta, siksi minun olisi pitänyt kirjoittaa valmiiksi sanatarkkaan kysymykset ja harjoitella niiden esittämistä. Nyt muutamassa haastattelussa kysyin kysymyksen hyvin töksähtävästi. Kysymykset itsessään olivat silti hyviä ja olen tyytyväinen ettei mitään tärkeää kysymystä jäänyt puuttumaan, jonka olisin analyysivaiheessa vasta huomannut. Voimaantumisen -osion vastauksiin olen hiukan pettynyt. Vastauksien huonoon tasoon vaikutti käsitteen huono tunnettavuus, sekä se etten selittänyt käsitettä haastateltaville. Olisin myös halunnut johtopäätöksissä tuoda paremmin esille voimaantumista, mutta siitä olikin yllättävän vaikeaa löytää materiaalia, joka olisi tukenut johtopäätöstäni.

Kirjoittamisessa koin suunnatonta vaikeutta saada tekstiä paperille. Epätietoisuus siitä, mitä voisin kirjoittaa ja mitä kirjoittaisin tietystä aiheesta, oli hyvin hankalaa minulle. Vasta löydettyäni kaksi aihettani sivuavia opinnäytetyötä, pystyin niistä katsomaan, miten tekstiä voisi kirjoittaa ja millaisista aiheista. Huomasin myös erittäin heikon stressinsietokykyäni kirjoittamista kohtaa, ja nyt tiedän etten voi ”tutkimuspuolelle” ammatissani ainakaan suuntautua, koska elämäni aikana en ole koskaan tehnyt mitään näin raskasta koulutehtävää. Hirvittää ajatus siitä, että työelämä voisi olisi tämänkaltaisten tehtävien tekemistä. Avartava kokemus koko prosessi, nyt ainakin tiedän mitä en aio tehdä tulevaisuudessa.

Tutkimukseni tuloksista kääntymyksen vaikutuksista, sekä kristillisen päihdetyön

ihmisläheisestä aidosta välittämisestä, on hyötyä päihdesektorilla. Sosionomin ja kenen tahansa päihdesektorilla olevan työntekijän olisi hyvä tietää kristillisen päihdetyön ilmapiiristä ja sen mahdollisuudesta vaikuttaa voimakkaasti päihteidenkäyttäjään. Tietysti menetelmät eivät toimi ilman vapaaehtoisuutta, mutta se nousi silti esiin, että peruspäihdepalveluissa ilmapiiri on liian virallista, jolloin aito välittäminen ei välity ollenkaan. Tämän vuoksi ilmapiiriin vaikuttaviin tekijöitä pitäisi kiinnittää enemmän huomiota, kuin myös olla valmis tarjoamaan myös kristillisiä päihdepalveluita asiakkaille, jotka siihen olisivat halukkaita.

Mielestäni voisi vielä enemmän tutkia kääntymyksen kokemusta siltä kannalta, miten se täyttää ihmisen sisimmän. Kun päihdehuollossa autetaan päihdeongelmaisia, pitäisi keskittyä päihdeongelmaisen sisäisen maailman täyttämiseen, eikä ainoastaan ulkoisten asioiden korjaamiseen. Auttaessa ihmistä katkaisuhoidon avulla raittiiksi, ongelmakäyttäjä vain jatkaa pian uudestaan päihteiden käyttöä jos ei sisimpään ole tullut mitään muutosta, joka tukisi uusien arvojen kautta halua erilaiseen elämään. Myös kristillisen päihdetyön aito välittäminen voitaisiin sisäistää paremmin kaikissa päihdehuollon palveluissa. Jos välittämistä löytyykin, niin sitten pitää löytää keinot miten murtaa se viranomaisen roolista pois. Tai ehkä se on vain ajan myötä tullutta kyynisyyttä päihdeongelmaista kohtaan, ettei työntekijä enää välitä.

Itse uskovana ja Seinäjoen helluntaiseurakunnan jäsenenä pelkäsin tutkimuksen tuloksieni olevan vain pelkkää uskon ylistämistä ja sokeaa optimismia. Mielestäni sain ainakin johonkin pisteeseen asti hillittyäni itseäni. Myönnän että näkemykseni uskon loistavista vaikutuksista elämässäni, voi heijastua kirjoitustyyliini ja tutkimukseeni tuloksiin. Itselleni aihe oli hyvin mielenkiintoinen valinta. En ollut ennen tutustunut minkäänlaiseen kristilliseen päihdehoitoon ja nyt ajatus työskentelystä sellaisessa paikassa tuntuu hyvältä ajatukselta. Minulla ei myöskään ollut kokemusta minkäänlaisesta päihdehoidosta, ja opin tärkeää tietoa avoimuudesta tämän tutkimuksen kautta.

Tutkimuksen aikana opin arvostamaa kristillistä aitoutta ja pyrin olemaan oma itseni tulevissa töissäni, enkä pelkkä virkamies. Aito välittäminen ja kohtaaminen, ne ovat oikeita tapoja auttaa lähimmäistä. Raskasta se aivan varmasti on, kestää



ihmisten murheet ja todella tehdä jopa yli viranomaissääntöjen auttamistyötä, mutta voin uskovana luottaa Jumalaan, että Jumala antaa voiman olla aito välittävä ihminen lähimmäisten keskellä.

## LÄHDELUETTELO

- Alasuutari, P. 1995. Laadullinen tutkimus. 3. painos. Tampere: Vastapaino.
- Alkoholien kulutuksen ennakkotiedot 2010. Julkaistu: 15.2.2011. [Verkkosivu]. [Viitattu: 13.11.2011] Saatavana: [http://www.stakes.fi/FI/tilastot/aiheittain/Paihteet/alkoholijuomienkulutus\\_ennako.htm](http://www.stakes.fi/FI/tilastot/aiheittain/Paihteet/alkoholijuomienkulutus_ennako.htm)
- Gieseckus, U. 1999. Kun riippuvuus ajaa umpikujaan: Miten auttaa päihderiippuvaista? Suomentaja: Hannu Väisänen. Kauniainen: PerusSanoma Oy.
- Hietaniemi, E. 2004. Aktivointia – elämäntilannetta – sosiaalista pääomaa: Tutkimus ikääntyvien työttömien elämäntilannetta tekijöistä ja syrjäytymistä torjuvien toimenpiteiden vaikutuksista. Helsinki: Työministeriö.
- Helin, M., Hiilamo, H. & Jokela, U. 2010. Diakoniatyö. Asiakkaan palveluksessa. Helsinki: Edita Publishing oy.
- Holmberg, J. 2010. Päihderiippuvuudesta elämäntilannetta. Helsinki: Edita Publishing oy.
- Huoponen, K. 1997. Irti huumeista! Mitä jokaisen on hyvä tietää huumeista. Helsinki: Irti huumeista ry.
- Inkinen, M., Partanen, A., Sutinen, T., Arvela, M., Strömberg, A., Mattila, R., Havio, M., Sinnemäki, T. & Sysmeri, L. 2000. Päihdehoitotyö. Helsinki: Tammi.
- KAN historia. [Verkkosivu]. [Viitattu: 11.10.2011]. Saatavana: [http://www.kan.fi/visio\\_2/historia](http://www.kan.fi/visio_2/historia)
- KAN hoitoketju. [Verkkosivu]. [Viitattu: 11.10.2011]. Saatavana: [http://kan.helluntaiseurakunta.fi/visio\\_2/hoito/hoitoketju](http://kan.helluntaiseurakunta.fi/visio_2/hoito/hoitoketju)
- KAN hoidontarve. [Verkkosivu]. [Viitattu: 11.10.2011]. Saatavana: [http://kan.helluntaiseurakunta.fi/visio\\_2/hoito/hoidontarpeen\\_arviointi](http://kan.helluntaiseurakunta.fi/visio_2/hoito/hoidontarpeen_arviointi)
- KAN toimintaperiaate. [Verkkosivu]. [Viitattu: 11.10.2011]. Saatavana: [http://www.kan.fi/visio\\_2/toimintaperiaate](http://www.kan.fi/visio_2/toimintaperiaate)
- Kaukonen, O. 2002. Päihdepalvelupolitiikan ja hyvinvointivaltion muutos. Teoksessa: Kaukonen, O., Hakkarainen, P (toim.) Huumeiden käyttäjä hyvinvointivaltiossa. Helsinki: Gaudeamus, 137-163.
- Lappalainen, T. 2005. Tie uuteen: kristillisen päihdeyhteisön merkitys päihdeikäyttäjälle. Kortesjärvi: KAN ry.
- Leivonniemi, H. Julkaistu: 2.5.2010. RAY siirtää vastuun päihdeäitien tukirahoista

kunnille - kuolonisku ensikodeille? [Verkkosivu]. [Viitattu: 29.9.2011]. Saatavana: <http://suomenkuvalehti.fi/jutut/talous/ray-siirtaa-vastuun-paihdeaitien-tukirahoista-kunnille-kuolonisku-ensikodeille>

- Mönkkönen, K. 1999. Solmusta kiinni: Nuorten päihdetyön opetusmoniste. Kuopio: Pohjois-Savon ammattikorkeakoulu.
- Niemelä, J. 1999. Usko, hoito ja toipuminen: Tutkimus kääntymyksestä ja kristillisestä päihdehoidosta. Helsinki: Stakes.
- Päihdetilastollinen vuosikirja 2006: Alkoholi ja huumeet. Sosiaaliturva 2006. Stakes.
- Raitasalo R. 1995. Elämänhallinta sosiaalipolitiikan tavoitteena. Helsinki: Kansaneläkelaitos. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 1.
- Riihinen, O. 1996. Elämänhallinta-käsitteen erittely ja ongelmia. Teoksessa: R. Raitasalo (toim.) Elämänhallintaa etsimässä. Helsinki: Kansaneläkelaitos. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 13, 16-34.
- Rusanen, T. 1996. Mitä tutkia elämänhallinnasta. Teoksessa: R. Raitasalo (toim.) Elämänhallintaa etsimässä. Helsinki: Kansaneläkelaitos. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 13, 77-78
- Räsänen, J. 2006. Voimaantumisen mahdollistaminen ja ratkaisut: Yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön valtaistaminen. Järvenpää: Julkiviestintä Oy.
- Siitonen, J. 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulu: Oulun yliopisto.
- Suominen, S. 1996. Elämänhallinta – luottamusta vai voimavarojen hallintaa? Teoksessa: R. Raitasalo (toim.) Elämänhallintaa etsimässä. Helsinki: Kansaneläkelaitos. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 13, 80-83
- Taitto, A. 1998. Kuka minä sitten olen? Riippuvuus ja siitä toipuminen. Saarijärvi: Gummerus.
- Teen Challenge historia. [Verkkosivu]. [Viitattu: 11.10.2011]. Saatavana: <http://teenchallengeusa.com/program/history.php>
- Thombs, D. 1999. Introduction to addictive behaviors. New York: The Guilford Press.
- Tuomi, J. Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Vuori-Kemilä, A., Stengård, E., Saarelainen, R., & Annala, T. 2007. Mielenterveys- ja päihdetyö: yhteistyötä ja kumppanuutta. 4. painos. Porvoo: WSOY.

## LIITTEET

### Liite 1. Haastattelu kysymykset

#### 1) Päihdeongelman ilmeneminen

Millainen päihdeongelma sinulla oli?

Mitä käytit?

Kuinka usein?

Missä määrin?

Kauanko käytit?

Miten päihdeongelma vaikutti läheisiin ihmisiin?

Miten päihdeongelma vaikutti muuhun elämään (työ, talous, yleinen elämäntilanne).

#### 2) Päihdekuntoutus

Jos et ollut päihdekuntoutuksessa niin miksi et

Millaisessa tilanteessa hakeuduit päihdekuntoutukseen?

Minkälaisessa päihdekuntoutuksessa olit?

Mitä hoito piti sisällään? (arki, terapia, hoitomuodot...)

Jos et ollut päihdekuntoutuksessa, niin miksi et?

Kauanko kuntoutus kesti?

Miten hoito vaikutti päihteiden käyttöösi?

Jos siitä ei ollut hyötyä, mistä luulet sen johtuvan?

Miten kristillinen päihdekuntoutus poikkeaa muusta kuntoutuksesta. (Kysytään vain jos on ollut kummassakin)

#### 3) Elämänhallinta ja voimaantuminen

Koitko, että päihdekuntoutus tuki/auttoi elämänhallintaasi

Jos tuki, niin miten?

Voimaannuitko päihdekuntoutuksessa?

Miten?

#### **4) Usko ja hengellisyys**

Koetko uskonnon tärkeäksi asiaksi elämässäsi?

Miten se näkyy päivittäisessä elämässäsi?

Kuulutko johonkin seurakuntaan / uskonnolliseen yhteisöön?

Miten uskonto auttoi/auttaa sinua päihdeongelmasta kuntoutumisessa?

Millainen merkitys uskonnolla on raittiina pysymisessä?

Mitä muuta haluat sanoa aiheesta?