

ASUKKAIDEN AJATUKSIA JA KOKEMUKSIA
PELASTUSARMEIJAN ASUNTOLAN
KRISTILLISYYDESTÄ SEKÄ HENGELLISYYDEN
VAIKUTUKSESTA ELÄMÄNHALLINTAAN

Veera Niemenoja

Opinnäytetyö, kevät 2012

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Länsi

Pori

Sosiaalialan koulutusohjelma

Diakonisen sosiaalityön suuntautumis-
vaihtoehto

Sosionomi (AMK) + diakoni

TIIVISTELMÄ

Niemenoja Veera. Asukkaiden ajatuksia ja kokemuksia Pelastusarmeijan asuntolan kristillisyydestä sekä hengellisyyden vaikutuksesta elämänhallintaan. Diak Länsi, Pori, kevät 2012. 45 sivua, 3 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto, sosionomi (AMK) + diakonin virkakelpoisuus.

Tämä opinnäytetyö on tehty yhteistyössä erään Pelastusarmeijan asuntolan kanssa. Asuntola tarjoaa tuettua asumispalvelua oman paikkakuntansa päihdeongelmista kärsiville henkilöille ja toimii kristillisten arvojen pohjalta. Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää Pelastusarmeijan asuntolan asukkaiden kokemuksia ja ajatuksia asuntolan kristillisyydestä. Työssä selvitettiin myös hengellisyyden vaikutusta asukkaiden elämänhallintaan. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa asukkaana näkökulmasta tutkittua tietoa Pelastusarmeijan asuntolan kristillisyydestä sekä hengellisyyden vaikutuksesta elämänhallintaan. Opinnäytetyössä etsittiin vastauksia kahteen tutkimuskysymykseen: Mikä merkitys asuntolan kristillisyydellä on asukkaiden elämässä sekä minkälaista vaikutusta hengellisyydellä on asukkaiden elämänhallintaan?

Työn teoreettisina lähtökohtina käytettiin aiheeseen liittyvää kirjallisuutta. Muun muassa päihdeiden käytöstä, hengellisyydestä ja elämänhallinnasta. Tutkimus toteutettiin kvalitatiivisena tutkimuksena ja aineisto sitä varten kerättiin haastattelemalla neljää Pelastusarmeijan asuntolan asukasta. Tutkimukseen osallistuneilta vaadittiin kahta kriteeriä: kristillistä vakaumusta tai vähintään kiinnostuneisuutta hengellisiin asioihin. Haastattelut tapahtuivat yksilöteemahaastatteluina helmi-maaliskuun 2012 aikana. Haastatteluaineisto analysoitiin teemoittelun avulla.

Tutkimuksen tulokset osoittavat, että Pelastusarmeijan asuntolalla ja sen kristillisellä sanomalla on ollut merkitystä asukkaiden arkielämässä. Talon hengelliseen toimintaan osallistuminen antaa asukkaille hyvää oloa ja voimia jatkaa eteenpäin. Asuntolan kristillisuus antaa pohjaa asukkaille päihdeettömänä pysymiseen. Hengellisyydellä on myös elämänhallinnallisia ulottuvuuksia asukkaiden elämässä. Asukkaiden arvot saivat uuden tärkeysjärjestyksen. Asukkaiden henkilökohtainen uskonelämä tukee raittiutta ja on voimavara arjessa selviämässä. Uskon myötä asukkaat ovat saaneet myös uudenlaista tyytyväisyyttä elämäänsä.

Asiasanat: hengellisyys, päihdeongelma, elämänhallinta, kvalitatiivinen tutkimus

ABSTRACT

Niemenoja Veera. Influence of Resident's Experiences and Thoughts About Christianity and Spirituality on Their Coping in Salvation Army Residential Home. 45 pages, 3 appendices. Language: Finnish. Pori, Spring 2012.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services, Option in Diaconal Social Work. Degree: Bachelor of Social Services + Deacon.

This thesis was done in collaboration with one of Salvation Army Residential Home, which provides supported accommodation based on Christian values for persons within the local community suffering from substance dependence. The aim of this study was to record experiences and thoughts of the residents about Christianity in the residential home. Furthermore, this study aimed at documenting how the residents felt Christianity and spirituality in the residential home influenced their coping. The two research questions were: What significance does Christianity in the residential home have for the residents and does spirituality have an influence on their coping?

The theoretical basis included relevant scholarly literature concerning substance dependency, spirituality and coping. The research was conducted as a qualitative research for which data were got by interviewing four residents in the residential home. The criteria for the interviewees were that they needed to have either a Christian conviction or they at least needed to express an interest in spiritual matters. The interviews took place in February and March 2012 as individual theme interviews. The data were analysed by the themes.

The study showed that the Christian message of the Salvation Army residential home had had an influence on the resident's daily lives. Taking part in spiritual activities in the residential home gave the residents good feeling and strength needed to carry on. Christianity in the residential home provided a stable basis for the sobriety of the residents. Furthermore, spirituality had influenced the coping of the residents. Falling into faith changed the everyday lives and routines of the residents. The gained values were thus incorporated into the priorities of the residents. The personal spirituality of the residents supported their sobriety and was regarded as a valuable asset in coping in everyday life. Along the faith, the residents had received newfound satisfaction in their lives.

Keywords: spirituality, substance dependence, coping, qualitative research

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 PELASTUSARMEIJA JA SEN HISTORIA	8
2.1 Pelastusarmeijan tehtävä ja oppi	8
2.2 Soppaa, saippuaa ja sielunhoitoa	9
2.3 Pelastusarmeija tänään	9
2.4 Armeijan asuntolatoiminta	10
3 PÄIHTEIDEN KÄYTTÖ JA HENGELLISYYS	11
3.1 Suomalainen kulttuuri ja päihteet	11
3.2 Päihdehaitat ja yhteiskunta	12
3.3 Päihdeongelman luonne – riippuvuus	13
3.4 Kristillinen ihmiskäsitys, hengellisyys ja kääntymys – käsitteiden määrittelyä ...	15
3.4.1 Hengellisyys.....	15
3.4.2 Kristillinen ihmiskäsitys	16
3.4.3 Kristillinen kääntymys	18
4. ELÄMÄNHALLINTA	20
4.1 Elämönhallinnan määritelmä	20
4.2 Ulkoinen ja sisäinen elämönhallinta	21
5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	23
6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	24
6.1 Kvalitatiivinen tutkimus	24
6.2 Teemahaastattelu	24
6.3 Tutkimusjoukko.....	25
6.4 Tutkimuksen kulku ja aineiston hankinta.....	26
6.5 Aineiston analyysi	27
7 TUTKIMUKSEN TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET	28
7.1 Asuntolan kristillisyyden ja sen merkitys	28
7.1.1 Kristillisyyden näkyminen asuntolan arjessa	28
7.1.2 Asuntolan kristillisyyden antama pohja	29
7.2 Hengellisyysvaikutus elämönhallintaan	30

7.2.1 Hengellisyys tukee päihteettömyyttä.....	31
7.2.2 Hengellisyys voimavarana arjessa selviämässä	33
7.2.3 Uskon myötä tyytyväisyyttä ja uusia ystäviä.....	36
8 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS	38
9 POHDINTA	40
LÄHTEET.....	43
Liite 1	KUTSU HAASTATTELUUN
Liite 2	LUPA HAASTATTELUA JA SEN NAUHOITTAMISTA VARTEN
Liite 3	TEEMAHAASTATTELURUNKO

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni on tehty yhteistyössä erään Pelastusarmeijan asuntolan kanssa. Työn eettisyyden säilyttämisen vuoksi ei asuntolan paikkakunta ilmene työssäni. Asuntola tarjoaa tuettua asumispalvelua oman kaupunkinsa päihdeongelmista kärsiville henkilöille ja toimii kristillisten arvojen pohjalta. Työssäni on tarkoituksena selvittää asuntolan asukkaiden kokemuksia ja ajatuksia asuntolan kristillisyydestä. Tutkimuksessa selvitetään myös minkälaista vaikutusta hengellisyydellä on asukkaiden näkökulmasta heidän elämänhallintaansa.

Mielenkiinto opinnäytetyöni aihetta kohtaan syntyi osaltaan omasta kristillisestä vakaumuksestani. Näin ollen kiinnostukseni hengellisiin asioihin ja niiden ulottuvuuksiin on luonnollinen. Myös päihdetyö on opiskelujeni ajan ollut kiinnostukseni kohteena. Uskovaisia ystäviäni ja perheenjäseniäni seuranneena olen huomannut, että hengellisyys ja usko saavat aikaan muutosta ihmisten elämässä monella saralla. Uskon muuttavista vaikutuksista voi lukea myös monista hengellisistä elämäkertakirjoista. Löytyy paljon todistuksia, kuinka entisen ”huumeveikon” ja ”linnakundin” elämä muuttui radikaalisti. Tänäpäin sama mies on evankelista ja perheen isä ja kiertää Suomea kertomassa tarinaansa.

Opinnäytetyöni aihe on ollut jo pitkään ajankohtainen ja on edelleen. Alkoholiriippuvuus voidaan yleisyytensä perusteella määritellä kansansairaudeksi. Suomalaisista aikuisista miehistä alkoholiriippuvaisia on 8 % ja naisista 2 %. (Aalto 2010, 7.) Alkoholin käyttö on lisääntynyt Suomessa huomattavasti viimeksi kuluneiden vuosikymmenten aikana. Vuonna 2009 alkoholin kulutus asukasta kohden oli noin nelinkertainen 1960-luvun alkuvuosiin verrattuna. Myös viime vuosina kulutus on lisääntynyt merkittävästi. Kokonaiskulutus sataprosenttisena alkoholina asukasta kohden on yli kymmenen litraa. Suomalaisista aikuisista yli 90 % käyttää alkoholia, ja vähintään kerran viikossa alkoholia juovien osuus on miehillä 27 ja naisilla 17 prosenttia. (Aalto 2010, 11.)

Valtaosalle juominen ei aiheuta haittoja ja riski haitoista on suhteellisen vähäinen. Alkoholin ongelmakäyttö on kuitenkin hyvin yleistä. Suomessa on riskikäyttönä pidetty

usein sitä, jos mies juo vähintään 24 alkoholiannosta viikossa tai vähintään 7 annosta kerralla. Vastaavat luvut ovat naisille 16 ja 5 annosta. Voidaan arvioida, että Suomessa on 500 000 – 600 000 henkilöä, jotka käyttävät alkoholia liiallisesti. (Aalto 2010, 10 - 11.)

Kansansairauteen liittyvien aiheiden tutkiminen lienee paikallaan aina. Tietoa ei voi olla liikaa, sillä päihdeongelmien lisääntymistä ei olla onnistuttu pysäyttämään. Päihdeongelmista vapautumista kristillisen kääntymyksen myötä on tutkittu jonkin verran. Suomessa laajan tutkimuksen aiheesta teki Jorma Niemelä vuonna 1999 väitöskirjallaan Usko, hoito ja toipuminen – tutkimus kääntymyksestä ja kristillisestä päihdehoidosta. Niemelän tutkimus toimii opinnäytetyössäni yhtenä keskeisenä teoriapohjana. Hänen tutkimuksensa osoitti, että osa uskon kautta päihderiippuvuudesta toipuneista koki päihteiden käyttötarpeen tai -pakon kadonneen hengellisen elämän elpymisen myötä. Osa kehitti itselleen retkahduksentorjuntakeinoja, jotka löytyivät pääasiassa hengellisestä elämästä. (Niemelä 1999.)

Opinnäytetyöni teoriaosuudessa käsittelen muun muassa suomalaista päihdekulttuuria, päihderiippuvuutta sekä elämänhallintaa käsitteenä. Selitän myös muita opinnäytetyöni kannalta keskeisiä käsitteitä, kuten hengellisyyttä, kristillistä ihmiskäsitystä ja kääntymystä.

2 PELASTUSARMEIJA JA SEN HISTORIA

Pelastusarmeijan toiminnan voidaan katsoa alkaneen vuonna 1865 Lontoon East Endissä herätysliikkeenä, jonka juuret olivat metodismissa ja pyhitysliikeperinteessä. Jo toimintansa alkuvaiheessa Pelastusarmeija alkoi levitä ympäri maailmaa ja on nykyään osa maailmanlaajuista kristillistä kirkkoa. Pelastusarmeijalla on toimintaa yli 120 maassa, 175 eri kielellä ja sen ominaispiirteet ja toimintatavat tunnetaan kaikkialla. Pelastusarmeijan perusti metodistisaarnaaja William Booth. Suomessa pelastusarmeijan toiminta alkoi vuonna 1889. Pelastusarmeija ei ole Suomessa rekisteröity kirkkokuntana eikä uskonnollisena yhdyskuntana. Se on silti täysivaltainen jäsen ekumeenisissa yhteyksissä, esimerkiksi Suomen ekumeenisessa neuvostossa ja Suomen vapaakristillisessä neuvostossa. (Krommenhoek, Kleman & Puotiniemi 2011, 6, 8; Pelastusarmeija 2010.)

2.1 Pelastusarmeijan tehtävä ja oppi

Pelastusarmeijan tehtävä on ollut alusta saakka selvä. Eversti Karl Larsson osasi kiteyttää sen hyvin: Pelastusarmeijalla ei ole koskaan ollut kuin yksi tehtävä, ja se on hädän ja onnettomuuden, hengellisen ja aineellisen, lieventäminen ja torjuminen, missä se on ilmennytkään, kysymättä kansalaisuutta, yhteiskuntaluokkaa, uskontoa tai poliittisia mielipiteitä. (Salminen 2008, 9.)

Pelastusarmeijalaiset pitävät kaikkialla kiinni samasta opista, julistavat samaa sanomaa, sitoutuvat samaan tehtävään ja jakavat samantyyllisen jumalanpalvelusmuodon (Krommenhoek ym. 2011, 6). Pelastusarmeijan tärkein opillinen sanoma voidaan tiivistää muutamaaan lauseeseen: Raamattu on Jumalan sanaa ja Jumala on luonut kaiken ja hallitsee kaikkea. Jeesus Kristus, Jumalan Poika, tuli ihmiseksi ja eli ihmisenä maan päällä sekä antoi ristillä henkensä, jotta kaikki ihmiset saisivat syntinsä anteeksi. Jeesus on ylösnoussut ja jokainen, joka tunnustaa syntinsä ja uskoo Häneen pelastuu. Kristityn on Pyhän Hengen ohjauksessa ja voimassa mahdollista elää pyhityselämää. Ne, jotka uskovat Jeesukseen, saavat iankaikkisen elämän. (Pelastusarmeija 2010.)

2.2 Soppaa, saippuaa ja sielunhoitoa

Pelastusarmeija syntyi Englannin Itä-Lontoossa vuonna 1865 kun metodistikirkon Pastori William Booth perusti yhdessä vaimonsa Catherinen kanssa Kristillisen lähetyksen, halunaan auttaa erityisesti köyhiä ja hädänalaisia. Kristillisen lähetyksen toiminta järjestäytyi vuonna 1878 sotilaallisesti ja samalla nimi muutettiin toiminnan mukaan Pelastusarmeijaksi. Boothin evankelioivien kokousten myötä syntyi herätys: yhä useammat tulivat uskoon ja heistä tuli Pelastusarmeijan sotilaita. Päämääränään sotilaat kokivat auttaa kohtalotoveitaan löytämään usko. (Pelastusarmeija 2010.)

Pelastusarmeijan evankeliointiin kytkeytyi alusta asti myös sosiaalinen puoli. Booth ymmärsi, että on vaikeaa saada vilua ja nälkää kärsivät ihmiset uskomaan Jumalan rakkauteen. Booth perusti aluksi myymälöitä, joista sai edullisesti ruokaa, sekä asuntoloita kodittomille. Tämä oli sen sosiaalisen ohjelman alku, josta tuli pysyvä ja näkyvä osa Pelastusarmeijan toimintaa. Boothin johdolla armeija aloitti taistelun nälkää, likaa, kurjuutta ja toivottomuutta vastaan. Armeijan tunnuslause ”soppaa, saippuaa ja sielunhoitoa” oli siis hyvin kuvaava. Sama sanoma on voimassa vielä tänäkin päivänä. (Pelastusarmeija 2010.)

2.3 Pelastusarmeija tänään

Yksi Pelastusarmeijalaisten päätavoitteista on vaikuttaa siinä ympäristössä, missä he asuvat. Pelastusarmeijalaiset haluavat auttaa ihmisiä mahdollisuuksien mukaan monenlaisissa elämän ja arjen vaikeuksissa. Toimintaan kuuluvat myös kaikille avoimet hengelliset tilaisuudet, kuten sunnuntain jumalanpalvelukset. Toimintaan mukaan meneminen ei edellytä jäsenyyttä tai sitoutumista. (Pelastusarmeija 2010.)

Näkyvä ja tunnettu osa Pelastusarmeijan toimintaa ovat upseerit. Upseerit työskentelevät kokopäiväisesti Pelastusarmeijan kristillisessä työssä. Upseerivihkimyksen saa kaksi – neljä vuotisen upseerikoulutuksen käyneet kristityt. Heidän tehtäviinsä kuuluu johtaa jumalanpalveluksia ja vastata oman osastonsa toiminnasta. Osasto on Pelastusarmeijan vastine paikallisseurakunnalle ja näitä Pelastusarmeijalla on useita koko Suomen alueella. Upseerit työskentelevät monipuolisella työkentällä

esimerkiksi kodeissa, sairaaloissa, vankiloissa, vanhainkodeissa ja kouluissa. (Pelastusarmeija 2010.)

Suomessa Pelastusarmeija on jäsenmäärältään pieni, mutta toiminnaltaan näkyvä. Palkattuja työntekijöitä on n. 450, kun varsinaisia jäseniä on vain noin puolet enemmän. Erilaisten hengellisten palveluiden ohella Pelastusarmeija tekee monenlaista sosiaalityötä ja ennen muuta tarjoaa apua huono-osaisille kansalaisille. Kristillisten arvojen ja elämäkatsomuksen esiin tuomista pidetään liikkeen sosiaalityössä tärkeänä, koska sillä katsotaan olevan suuri merkitys elämänhallintaa tukevana tekijänä. Tutuimpia työmuotoja ovat ruuanjakelu ja joululahjakeräys vähäosaisille. Pelastusarmeijalla on myös muun muassa päiväkoteja, vanhusten keskuksia ja päihdehoitopaikkoja ympäri Suomen. Suomen Pelastusarmeijan palveluja käyttävät vuosittain tuhannet ihmiset niin Suomessa kuin Virossakin. (Laine 2010, 18; Pelastusarmeija 2010.)

2.4 Armeijan asuntolatoiminta

Pelastusarmeija tunnetaan joulupadoistaan, kirpputoreistaan sekä ruoka- ja vaateavustaan. Paljon vähemmän tunnettua on Pelastusarmeijan työ asunnottomien parissa. Pelastusarmeijan järjestämien sosiaalipalveluiden yhtenä pitkäaikaisimpana toimintamuotona on majoitustoiminta. Tätä työtä Pelastusarmeija on tehnyt Suomessa jo yli 100 vuotta. Ensimmäinen Pelastusarmeijan miesten yömaja Suomessa avasi ovensa kodittomille miehille vuonna 1908. Majoituspalvelun tehtävänä on tarjota asunto niille yksinäisille miehille ja naisille, joilta puuttuu vakinainen asunto. (Salminen 2008, 11, 201.)

Myös asumispalvelutoiminta niin kuin muukin Pelastusarmeijan toiminta pohjautuu kristillisiin arvoihin. Hengellistä sanomaa ei kuitenkaan erityisellä tavalla tuoda asuntolatyössä esille. Asuntoloihin ovat tervetulleita kaikki uskontokuntaan katsomatta. (Laine 2010, 19.) Pelastusarmeijalla on Suomessa yksi sekä miesten että naisten asuntola. Asumispalvelutoimintaan kuuluu myös yksi vastaanotto ja tukiasumisyksikkö vastikään asunnottomiksi jääneille miehille ja yksi asumispalveluyksikkö

pitkäaikaisasunnottomille naisille ja miehille sekä Inkeri-koti paluumuuttajia varten. (Pelastusarmeija 2010.)

3 PÄIHITEIDEN KÄYTTÖ JA HENGELLISYYS

3.1 Suomalainen kulttuuri ja päihteet

Päihteitä ja niiden merkitystä ei voi tarkastella irrallaan yhteiskunnasta ja kulttuurista, jossa päihteitä käytetään. Eri päihteillä on eri kulttuureissa erilainen asema. Esimerkiksi alkoholinkäyttö vaihtelee eri maissa suuresti. Päihteiden sosiaalinen asema riippuu mm. päihteiden käytön hyväksyttävyydestä eri kulttuureissa, niiden tuotannosta ja siitä saatavasta hyödystä sekä niiden merkityksestä sosiaalisessa elämässä. Alkoholi on länsimaisen yhteiskunnan valtapäihde. (Peltoniemi 2009, 11; Partanen 2006, 84.)

Suomen Päihdehuoltolain mukaan päihteellä tarkoitetaan alkoholijuomaa ja muuta päihtymistarkoituksessa käytettävää ainetta. Alkoholin lisäksi päihdetarkoitukseen käytetään erilaisia rauhoittavia, uni- ja kipulääkkeitä, huumausaineita sekä muita päihdyttäviä aineita kuten erilaisia liuottimia. (Päihdehuoltolaki 1986/41.)

Alkoholin käyttö on hyväksytty suomalaisessa kulttuurissa rentoutumis- ja vapaa-ajanvieton muodoksi. Alkoholilla on suomalaisessa kulttuurissa vahva sosiaalista elämää tukeva rooli. Vaikka monissa tilanteissa, kuten ansiotyössä, autolla ajettaessa tai raskauden aikana vaaditaan raittiutta, alkoholin käyttöä pidetään normaalina ja alkoholista kieltäytymistä poikkeuksellisena käytöksenä suomalaisten aikuisten vapaa-ajan vietossa. Suomalainen alkoholinkäyttö on usein humalahakuista, alkoholin sietokykyä ihannoivaa juomista. Käyttäjärühmät ovat laajentuneet ja alkoholin käyttö on arkipäiväistynyt. (Partanen 2006, 85.)

Vaikka sekä alkoholin ja huumeiden käytöllä pyritään päihtyneeseen tilaan, suomalaisten suhtautuminen huumeiden käyttöön poikkeaa täysin suhtautumisesta

alkoholin käyttöön. Suomalaiset unohtavat helposti, että kaikki ne haitat – ainekuolemat, rikollisuus, krooniset sairaudet – jotka liitetään huumeisiin, ovat usein vielä vahvemmin alkoholiin kytkeytyviä asioita. Jos alkoholi keksittäisiin nyt, se joutuisi lääketieteellisten kokeiden perusteella nopeasti kokonaan kiellettyjen aineiden listalle. (Partanen 2006, 85; Peltoniemi 2009, 43.) Tähän ajattelutapaan vaikuttaa myös se, että Suomessa alkoholi on laillista ja huumausaineet eivät. Se, mikä on laillista, on usein myös kunniallista ja arvostettavaa, kun taas se, mikä on laitonta, nähdään paheksuttavana. (Weckroth 2001, 35.) Huumeiden käyttö nähdään yksinomaan kielteisenä ja haitallisena ja usein ensisijaisesti rikollisena toimintana. Huumeiden käyttöä pidetään usein alakulttuuriin rajoittuvana ilmiönä, jonka ei haluta nähdä koskevan valtakulttuurin normaaleja jäseniä. Nuorisokulttuurissa asenteet huumeita kohtaan eroavat jokseenkin valtakulttuurin aikuisten asenteista, vaikkakin suurimmalla osalla nuorista on kielteinen asenne huumeita kohtaan. (Partanen 2006, 85.)

3.2 Päihdehaitat ja yhteiskunta

Suomalaisten päihteiden käytössä tapahtui muutos 1990-luvun lopussa. Tällöin taloudellinen noususuhdanne vaikutti niin, että alkoholijuomien kulutus kääntyi kasvuun. Suomalaiset ja kansainväliset tutkimukset tuovat esille alkoholin kokonaiskulutuksen ja alkoholihaittojen vahvan yhteyden toisiinsa. Monia ongelmia esiintyy alkoholia käyttävien joukossa laajasti eikä vain suurkuluttajilla. (Lappalainen 2005, 10 - 11.)

Suomen alkoholiveroja alennettiin 1.3.2004 keskimäärin 33%. Alkoholin kokonaiskulutus oli heti vuonna 2004 lähes 10 % suurempi kuin vuonna 2003. Huumausaineiden kokeiluja ja käyttöä koskevat väestökyselyt osoittavat väestön huumausainekokeilujen kaksinkertaistuneen 1990-luvulla. Alkoholijuomien ja huumausaineiden kulutuksen kasvaessa näkyvät myös niiden aiheuttamat haitat. (Lappalainen 2005, 11.)

Päihteet vaikuttavat ihmisen psyykkisiin ja fyysisiin toimintoihin ja tajunnan tasoon. Päihteen vaikutukset ovat yksilöllisiä. Niillä on farmakologisia sekä fyysisiin että psyykkisiin toimintoihin kohdistuvia vaikutuksia. Aineiden käyttöön liittyy

käyttäytymisen muutoksia, jotka vaikuttavat monin tavoin käyttäjän elämään. Alkoholin ja huumeiden käyttöä voidaan tarkastella monesta eri näkökulmasta. Kansanterveyden ja terveydenhuollon näkökulmasta katsottuna päihteiden käyttö on riskikäyttäytymistä. Pitkäaikainen päihteiden käyttö aiheuttaa runsaasti monenlaisia terveysongelmia. (Lappalainen 2005, 11 - 12 & Partanen 2006, 87.)

Varsinkin alkoholin suurkuluttajien ryhmä aiheuttaa kansantaloudellisesti mitattuna merkittäviä haittoja. Sosiaaliset ongelmat, työelämän haitat, toimeentulovaikeudet, läheisten kärsimykset ja perheväkivalta tuovat ongelman myös lähellä sosiaalityön kenttää. Huumeiden käyttöön liittyvä rikollisuus työllistää poliisia, oikeuslaitosta ja vankeinhoitolaitosta. (Lappalainen 2005, 11 - 12 & Partanen 2006, 87.)

Tilastojen valossa tarkasteltuna päihdehaitat ovat yhteydessä rikollisuuteen. Suuri osa tapoista tehdään päihtyneenä. Suomessa henkirikoksen tekijöistä 85% ja uhreista 75% on ollut alkoholin vaikutuksen alaisena. Väkivaltarikosten lisäksi monet omaisuusrikokset tehdään päihtyneenä, etenkin huumausaineiden käyttöön liittyy usein omaisuusrikollisuutta. Aineet ovat kalliita ja niiden saamiseksi ollaan usein valmiita tekemään mitä vain. (Partanen 2006, 89.) Päihteet ovat myös kasvava riski Suomen tieliikenteessä. Nykyään sanomalehdet sisältävät päivittäin otsikoita alkoholin alaisena ajaneista rattijuopoista.

3.3 Päihdeongelman luonne – riippuvuus

Väitetään, että yksi ihmisen olemassaolon vallitsevista ominaisuuksista on tavoitella mielihyvää ja toisaalta pyrkiä eroon mielipahasta. Ihmisellä on taipumus toistaa erilaisia elämänkulkunsa aikana oppimiaan keinoja, jotka hän on kokenut toimiviksi elämäntilanteissaan. Tämän vuoksi päihteiden käytöstä saattaa syntyä erälle ihmisille keino tyydyttää tarpeet, lääkityä syällisyyttä, huonoutta tai masennusta silloin kun muut keinot eivät riitä vaikeuksien käsittelemiseen. (Sutinen, Partanen & Havio 2006, 27.)

Alkoholin liikkäytöstä on kysymys silloin, jos juomiseen liittyy jokin haitta tai huomattava riski sellaisesta. Alkoholin käyttö voi siis olla liiallista, vaikka siihen ei liittyisi riippuvuutta. Liikkäytöstä jaetaan kolmeen luokkaan: 1) riskikäytöstä 2) haitallinen

käyttö ja 3) alkoholiriippuvuus. Riskikäytössä ylittyvät niin sanotut suurkulutuksen rajat - miehillä yli 24 alkoholiannosta viikossa tai vähintään 7 kerralla ja naisilla 16 viikossa ja 5 kerralla, mutta merkittäviä alkoholihaittoja tai riippuvuutta ei vielä esiinny. Riskikäyttäjällä ei siis varsinaisesti ole alkoholiongelmia, mutta hän kuitenkin juo liikaa. Riskikäytön jatkuessa henkilöllä voi ilmetä alkoholin aiheuttamia fyysisiä tai psyykkisiä haittoja, jotka ovat selvästi määriteltävissä ja tunnistettavissa. Jos henkilö ei ole alkoholiriippuvainen ja haittojen ilmettyä ei vähennä alkoholin käyttöönsä siinä määrin, että haitta häviää, kyse on alkoholin haitallisesta käytöstä. Jos alkoholinkäyttäjä ei yrityksistään huolimatta pysty hallitsemaan alkoholin käyttöönsä ja estämään siitä aiheutuvia haittoja, on kyse alkoholiriippuvuudesta. (Aalto & Seppä 2009, 12 - 13.)

Alkoholiriippuvuus on asteittain kehittyvä, itse aiheutettu aivojen sairaus. Alkoholiriippuvuudessa alkoholin käytöstä tulee elämää ohjaava tekijä. Riippuvuus voi olla sekä psyykkistä että fyysistä. Alkoholin käytön ensisijaisena syynä pidetään sen virkistäviä, positiivisia tunnetiloja ja mielihyvää tuottavia vaikutuksia. Alkoholin toistuvassa käytössä ihmisen alkoholin sietokyky kehittyy. Toleranssin seurauksena alkoholin humalluttava vaikutus vähenee, mutta samanaikaisesti tapahtuva toleranssille käänteinen ilmiö, herkistyminen, teorian mukaan korostaa riippuvuuden kehittymisen kannalta keskeisiä mielihyvävaikutuksia. Sopeutumislmiöt yhdessä vaikuttavat yhä suurenevien alkoholimäärien nauttimiseen ja alkoholiriippuvuuden kehittymiseen. (Kiianmaa 2010, 23 - 24.)

Psyykkisesti riippuvaiselle on ominaista juomishimo, pakonomainen halu saada alkoholia ja kykenemättömyys pidättäytyä alkoholista huolimatta terveydellisistä ja muista vakavista seurauksista sekä runsaan alkoholin käytön myötä kehittyvä toleranssi ja fyysinen riippuvuus. Fyysinen riippuvuus ilmenee vieroitusoireina juomisen katketessa. Vieroitukseen liittyvä huonovointisuus ja negatiiviset tunnetilat saattavat edistää alkoholin käytön aloittamista. Kykenemättömyys pidättäytyä alkoholista johtaa katkenneen juomisen uuteen aloittamiseen, retkahtamiseen. (Kiianmaa 2010, 25.)

3.4 Kristillinen ihmiskäsitys, hengellisyys ja kääntymys – käsitteiden määrittelyä

Seuraavissa alaluvuissa kerron käsitteiden hengellisyys, kristillinen ihmiskäsitys ja kääntymys merkityksistä. Edelliset käsitteet ovat tärkeitä opinnäytetyöni ymmärtämisen kannalta. Käsitteet tulevat esiin muun muassa tutkimustulosten ja johtopäätösten yhteydessä. Hengellisyys ja kristillinen ihmiskäsitys ovat myös Pelastusarmeijan asuntolassa esillä toiminnan perustana. Tämän vuoksi käsitteitä ei voi olla sivuuttamatta.

3.4.1 Hengellisyys

Kautta historian eri kulttuurien filosofioissa on esiintynyt käsityskantoja, joiden mukaan jokin osa ihmisestä jatkaisi olemassaoloaan kuoleman jälkeen. Uskonnoissa tämä ajatuskanta on keskeinen, niin myös meille tutussa kristillisessä uskossa. (Niemelä 1999, 45.) Auraniemen ym. (1996, 13) mukaan henkisyys ja hengellisyys tai spiritualiteetti inhimillisenä ulottuvuutena koostuu uskonnollisista ja psykologisista tekijöistä. Henkisyys on kiinnostusta elämän perustarkoitukseen ja arvoihin. Hengellisyys eli tämän ulottuvuuden uskonnollinen puoli voi näyttää elämän suunnan hengellisesti orientoituneille ihmisille. Hengellisyyden tarve tarkoittaa ihmisen syvällistä toivetta olla dynaamisessa, persoonallisessa yhteydessä Jumalaan ja saada pyhiä, aineellisen maailman ylittäviä ilon, rauhan ja turvallisuuden kokemuksia.

Kulttuurisidonaisuus liittyy uskonnollisuuteen. Perinteet, lapsuuden kokemukset, vanhemmat, koulu ja yhteiskunta kokonaisuudessaan vaikuttavat yksilön uskonnollisuuteen. Tottumus tiettyyn traditioon kasvaa elämän aikana. Traditioiden merkityssisällöt jäävät kuitenkin usein pohtimatta. On selvää, että ihminen syntyy tiettyyn uskontoon, mutta uskonnollisiksi kehitytään elämän aikana. Ihmisen hengellinen luonne ei tule ihmiselle automaattisesti. Hengelliseen kehitykseen vaikuttavat aika ja ympäristö. (Auraniemi ym. 1996, 15.)

Hengellinen ja uskonnollinen kehitys tulee erottaa toisistaan. Hengellistä kasvua voi kuvata prosessina, jossa ihminen tulee tietoiseksi elämän tarkoituksesta, päämäärästä ja arvoista. Prosessi lisää yksilön tietoisuutta tuonpuoleisista arvoista, jotka kuuluvat

kaikkiin ihmissuhteisiin ja elämäntoimintoihin. Se vie yksilöä läheisempään suhteeseen Jumalan kanssa. Uskonnollinen kehitys kuvaa ihmisen sitoutumista tiettyyn usko-, arvo- ja rituaalijärjestelmään. Ihminen saattaa pitää tiukasti kiinni jostakin uskonnollisesta traditiosta, kuitenkin koskaan sisäistämättä toimintansa takana olevaa syvempää tarkoitusta. Tästä huolimatta parhaimmillaan uskonnollinen kehitys johtaa hengelliseen kehittymiseen. (Auraniemi ym. 1996, 15 - 16.)

Hellsten (2003, 104 - 105) näkee myös hengellisyyden ja uskonnollisuuden erillään toisistaan. Eron hän ilmaisee siten, että ihmisellä on luonnollinen hengellisyyden tarve ja kyky, kun taas kaikilla ei näy olevan tarvetta ilmentää hengellisyyttään jonkin järjestäytyneen ja muodollisen uskonnon kautta. Hengellisyys on ihmisen kykyä uskoa ja tarvetta kokea olevansa jonkin itseään suuremman kokonaisuuden osa. Se on yhteyden kokemista tähän itseä suurempaan. Hengellisyys on myös oman voimattomuuden tajuamista ja halua tarvita itsensä ulkopuolella olevaa voimaa. Tätä voimaa voi joku nimittää Jumalaksi ja joku toinen joksikin muuksi, nimitys on merkityksetön. Oleellista on sen sijaan, että tähän suurempaan voimaan on elävä yhteys ja, että yhteyden kokeminen muokkaa ihmisen tekoja, ajatuksia ja tunteita.

Usko on ihmisen tietoista etsiytymistä kohti parempaa elämää. Uskossa ei ole kyse perille tulemisesta tai paremmaksi muuttumisesta. Kyse on siitä, että ihminen ymmärtää ja oivaltaa oman yhteyden- ja avuntarpeensa ja sen vuoksi uskaltaa heittäytyä elämän virran vietäväksi asettamatta ehtoja. Hengellisessä elämässä ihminen luottaa elämän kantaviin voimiin. (Hellsten 2003, 106.)

Tässä työssä termit hengellisyys ja usko kulkevat pitkälti käsi kädessä.

3.4.2 Kristillinen ihmiskäsitys

Jokaisella ihmisellä on oma ihmiskäsityksensä. Siihen miten ihminen kokee hengellisiä tarpeita, vaikuttaa hänen käsityksensä elämänperuskysymyksistä. Kristillinen ihmiskäsitys määritellään yleensä 1. Moos. 1:27 mukaan, jossa Raamattu kertoo Jumalan luoneen ihmisen omaksi kuvakseen. Ihmisen hengellinen ulottuvuus antaa hänelle mittaamattoman arvon verrattuna muihin luotuihin olentoihin esimerkiksi

eläimiin. Kristillinen ihmiskäsitys näkee ihmisen jakamattomana kokonaisuutena. Hänessä on henki, sielu ja ruumis. Jumalan kuvana oleminen antaa ihmiselle loukkaamattoman ja luovuttamattoman arvon ja ihminen on Jumalan rakkauden kohde. Tällöin ihminen ei ole itse ansainnut arvoaan, vaan se on jo annettu hänelle lahjana. Tämä arvo lienee monen kristillisen päihdejärjestön taustarvoja. (Lappalainen 2005, 8; Auraniemi ym. 1996, 30; Valkoniemi 2006, 12.)

Auraniemi ym. (1996, 29 - 30) kirjoittavat, että kristillisessä ihmiskäsityksessä ihmisessä voidaan nähdä ruumiillinen, henkinen, sielullinen sekä sosiaalinen ulottuvuus. Tällöin ruumiillinen tarkoittaa ihmisen biologiaan ja fysiikkaan liittyviä toimintoja, henkinen ihmisen mieltä ja psyykkisiä prosesseja ja sosiaalinen ihmisen vuorovaikutusta ympäröivän yhteiskunnan ja toisten ihmisten kanssa. Tarkastelun kohteeksi nostetaan ihmisen henkinen ja siihen sisältyvä hengellinen ulottuvuus, johon kuuluvat ihmisen hengelliset ja uskonnolliset kokemukset. Lähtökohtana on, että ihmisen kaikki ulottuvuudet vaikuttavat toisiinsa. Yksilön fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen ulottuvuus muodostaa vuorovaikutuksellisen kokonaisuuden, jolle hengellinen ulottuvuus antaa syvyyden yltäen kattamaan kaikki kolme samalla mahdollistaen kyselemisen ja elämäntarkoituksen etsimisen.

Kristillisen ihmiskäsityksen mukaan ihminen on ainutkertainen ja arvokas. Kristillinen ihmiskäsitys korostaa jokaisen ihmisen arvoa Jumalan luomana. Jumalan edessä jokainen on yhtä arvokas – oli hän sairas tai terve, vanha tai nuori, masentunut tai iloinen, itseään häpeävä tai itseensä tyytyväinen. (Hanhirva & Aalto 2009, 10 - 11.) Jokainen ihminen on luotu Jumalan kuvaksi. Tämä tarkoittaa Lindqvistin mukaan sitä, että laadustaan riippumatta ihminen on Jumalan yhteyteen kutsuttu, luovuuteen kykenevä, vapaa ja vastuullinen persoona. Hänellä on omatunto, joka muistuttaa hänen velvollisuuksistaan sekä sitoo hänet moraaliseen vastuuseen ympäristöstään ja lähimmäisistään. Vaikka ihminen on kutsuttu Jumalan työtoveriksi, hän kuitenkin poikkeaa luotuna radikaalisti luojastaan. (Lappalainen 2005, 9.)

Kristillinen ihmiskäsitys perustuu oppiin lunastuksesta. Ihmisen synnit ansaitsevat tuomion ja rangaistuksen, mutta Kristus on kärsinyt tuomion jokaisen ihmisen puolesta ristillä. Ihminen kykenee sekä hyvään että pahaan. Pahuutta ei voida sijoittaa toisiin, vaan sekä hyvä että paha ovat jokaisessa ihmisessä. Paha eli synti erottaa ihmisen

Jumalasta ja vie syyllisyyteen. Langennut ihminen pyrkii elämään itseriittoaisti, välittämättä Jumalasta, lähimmäisistä tai luonnosta. Ihmiselle kuuluu oikeus uuden alkamisen mahdollisuuteen, armoon. Armo on kuin lahja, se saadaan ansaitsematta. Vanha pyyhitään pois ja sijaan tulee uusi. (Lappalainen 2005, 9; Hanhirova & Aalto 2009, 10 - 11.)

3.4.3 Kristillinen kääntymys

Kristillisellä kääntymyksellä on monta ilmaisua: uskoontulo, parannus, herätys, mielenmuutos, Jeesuksen vastaanottaminen, pelastus, ratkaisu, uudestisyntyminen, armon vastaanottaminen jne. Termit korostavat tapahtumassa eri merkityksiä, mutta ne kuvaavat samaa tapahtumaa. Kristillinen kääntymys on päihdehuollossa yleisesti tunnettu sekä tunnustettu päihderiippuvuutta parantava ilmiö. Uskoontulo ei läheskään aina paranna päihdeongelmaa kertahetvillä, mutta sillä on usein ratkaiseva osuus raitistumisprosessissa. (Lappalainen 2005, 22; Lehikoinen 1997, 61.)

Niemelä (1999, 84 - 85) nimittää kääntymyksen ydintä voi hengelliseksi oivallukseksi tai oivallusten sarjaksi. Kääntymyksellä tarkoitetaan uskonnollista itsesuhteen muutosta. Muutos voi tapahtua äkillisesti tai vaihteittain, nopeasti tai hitaasti. Uskonnollinen kääntymys on yleensä merkittävä tapahtuma ihmisen elämässä. Sen myötä ihmisen elämän merkityssuhteet organisoituvat uudelleen. Aluillaan olevat suhteet vahvistuvat ja jotkin vanhat merkityssuhteet saattavat menettää merkitystään tai niiden vaikutus suoranaisesti lakkaa.

Lehikoinen (1997, 61) viittaa Mäkelään, jonka mukaan äkillinen päihderiippuvuudesta ”parantuminen” perustuu usein siihen, että ihmisen eksistentiaalinen suhde itseen muuttuu. Ihmisen suhtautuminen itseen ja ympärillä olevaan maailmaan kokee mullistuksen, jolloin koko maailmankuva muodostuu uudella tavalla. Uskoontulon yhteydessä muuttuu suhde itseen, maailmaan sekä lisäksi kuvioon tulee mukaan suhde Jumalaan. Tällöin maailmankuva muodostuu suhteista Jumalaan ja ympäröivään maailmaan. Ihminen kohtaa itsensä täysin uudesta näkökulmasta.

Niemelä (1999, 97) tyypittelee kristillinen kääntymyksen kolmella tavalla. Ensimmäisessä herätystyyppisessä kääntymyksessä henkilö on kokenut ratkaisevan herätyskriisin. Tähän kääntymykseen liittyy elämänasenteen muutos, synnintuntoa sekä myös tunteen tasolla koettu kriisi ja sen laukeaminen. Toisena on ratkaisutyyppi, jossa uskonnollinen kehitys on ollut kauan kestävä, mutta uskonnollisessa kasvussa on ollut vaihe, joka on muodostunut lähtökohdaksi tietoiselle uskonnolliselle asenteelle. Kypsymistyyppissä on vaikea määrittää erityistä kääntymyksen hetkeä. Uskonnollisuus ja uskonnollinen tietoisuus ovat tasaisesti ja rauhallisesti kasvaneet.

4. ELÄMÄNHALLINTA

4.1 Elämönhallinnan määritelmä

Elämönhallinta tarkoittaa ihmisen kykyä selviytyä niistä haasteista, joita kulttuuri, yhteiskunta, luontoympäristö ja hänen oma olemuksensa hänelle asettavat. Elämönhallinnalla tarkoitetaan toiminnallista kapasiteettia, joka sisältää yksilölle kehittyvät fyysiset, psyykkiset, sosiaaliset sekä henkiset ja hengelliset voimavarat. (Niemelä 1999, 125.)

Elämönhallinnan yleisessä tulkinnassa lähtökohtana on ihmisen ymmärtäminen tavoitteellisena olentona, joka toteuttaa elämänsä eri vaiheissa elämäntehtäviään, henkilökohtaisia projektejaan tai pyrkimyksiään (Raitasalo 1996, 44). Elämönhallinnan tunne on ihmisen ja hänen sosiaalisen maailmansa vuorovaikutuksen seurausta. Hyvän elämönhallinnan tunne merkitsee sitä, että ihminen ja ympäristö ovat keskenään sopuissa - ympäristö vaatii sopivasti, mutta samalla se myös tarjoaa mahdollisuuksia. Elämönhallinnan tunteen omaavalle ihmiselle on luonteenomaista elämän arvostus ja toiminta elämän ylläpitämiseksi. (Raitasalo 1996, 50.)

Tarja Kauppila (1999) on selvittänyt tutkimuksessaan suomalaisten miesvankien turvattomuutta ja elämönhallintaa. Elämönhallinnassa ihmisen ajattelu- ja toimintatavat ovat olennaisia selviytymisen kannalta. Elämönhallinnan lähikäsitteenä voidaan pitää mm. itseohjautuvuutta. Elämönhallintaan vaikuttavat Kauppilan mukaan mm. turvattomuus, ahdistuneisuus, avuttomuus, tulevaisuuden kohtaaminen, ympäristön ja sen tapahtumien ymmärtäminen, ympäristön kokeminen hallittaviksi, elämän tarkoituksen mukaisuus ja mielekkyys, tyytyväisyys elämään, terveys sekä sosiaalinen tuki. Elämönhallinnasta pyritään Kauppilan mukaan edelleen elämäntilanteiden hallintaan. (Kauppila 1999, 41 - 48.)

4.2 Ulkoinen ja sisäinen elämänhallinta

Elämänhallinta jaetaan usein ulkoiseen ja sisäiseen hallintaan. Roosin mukaan ulkoinen elämänhallintana on yksinkertaisimmillaan sitä, että odottamattomat, elämäkulkua järkyttävät tekijät on kyetty torjumaan. Monimutkaisimmillaan elämänhallinta on puolestaan sitä, että ihminen on kyennyt toteuttamaan elämälleen asettamansa tavoitteet ja tarkoitusperät jokseenkin katkeamattomina. (Raitasalo 1996, 29.) Ulkoisella elämänhallinnalla tarkoitetaan ihmisen kokemusta henkisestä ja taloudellisesti turvatusta asemasta. Toinen ihminen näkee ihmisen ulkoisen elämänhallinnan selvemmin kuin sisäisen elämänhallinnan. Ihminen voi näyttää pärjäävän elämässä ulkoisten statusten tarjoamasta näkökulmasta: perheen, ammatin ja tietyn yhteiskunnallisen aseman johdosta. Ulkoisessa elämänhallinnassa ihminen on kyennyt ohjaamaan elämänsä kulkua ilman, että sen vaiheisiin olisivat vaikuttaneet kovin monet hänestä itsestään riippumattomat tekijät. Vaikuttaviin tekijöihin ei kuitenkaan lasketa kaikkien ihmisten elämään vaikuttavia yhteiskunnallisia ja biologisia tekijöitä, kuten esimerkiksi sitä onko henkilö mies tai nainen. Ihmisen tulisi kuitenkin pystyä ohjailemaan elämäänsä sukupuolen, sukupolven, koulutuksen ja ammatin sekä sosiaalisen statuksen avulla. Ulkoista elämänhallintaa omaava ihminen tekee esimerkiksi suunnitelmia tulevaisuuteensa ja kouluttaa itseään tietyn aikataulun mukaan sekä hakeutuu työhön, josta on kiinnostunut. (Ruth 1998, 320; Roos 1988, 206–208; Roos 1985, 41–42.) Jos ulkoinen elämänhallinta on heikko ja ihminen kokee olevansa niin sanotusti tuuliajolla, hän voi tuntea epäonnistuneensa ihmisenä. On selvää, että kaikkea ei kuitenkaan elämässä voi etukäteen suunnitella. On realistista ajatella, että elämässä tulee eteen itsestä johtumattomia vastoinkäymisiä ja kriisejä. Hyvä sisäinen elämänhallinta auttaa niistä selviämässä. (Roos 1988, 206–208; Roos 1985, 41–42.)

Sisäinen elämänhallinta Roosin mukaan taas merkitsee, että ihminen, riippumatta siitä, mitä hänelle elämässä tapahtuu, kykenee sopeutumaan ja katsomaan asioita parhain päin (Raitasalo 1996, 29). Sisäisellä elämänhallinnalla kuvataan elämään tyytyväisyyttä ja sisäistä tasapainoa. Siinä on kysymys lähinnä henkisten, eettisten ja uskonnollisten päämäärien toteutumisessa. Sisäisellä elämänhallinnalla tarkoitetaan ihmisen kykyä sopeutua uusiin yllättäviinkin tilanteisiin. Hyvällä sisäisellä elämänhallinnalla ihminen selviytyy kriiseistä, oppii niistä ja kehittää uusia tapoja niistä selviytymiseen. Hänen maailmankatsomuksensa säilyy positiivisena vastoinkäymisistä huolimatta. Sisäinen

elämänhallinta on aina ihmisen oma kokemus, koska ulkopuolisen katsojan mielestä se voi olla heikkoa, mutta ihminen itse tuntee sen hyväksi. Ihminen voi tuntea hallitsevansa elämäänsä vaikka ulkoinen elämä tuntuisikin olevan kaottisessa tilassa. Vahvalla sisäisellä elämänhallinnalla kriisitilanteissakin jaksaa ylläpitää ja parantaa ulkoista elämänhallintaa eli pyrkiä päämääriinsä elämässä. Sisäistä elämänhallintaa voi myös oppia elämän haastavissa tilanteissa. (Roos 1985, 41–42; Ruth 1998, 320–321.)

5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää asuntolan asukkaiden kokemuksia ja ajatuksia asuntolan kristillisyydestä. Työssä selvitetään myös hengellisyyden vaikutusta asukkaiden elämänhallintaan. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa asukkaan näkökulmasta tutkittua tietoa Pelastusarmeijan asuntolan kristillisyydestä sekä hengellisyyden vaikutuksesta elämänhallintaan. Tutkimuksen ansiosta asuntolan henkilökunta saa arvokasta tietoa, jonka avulla he voivat mahdollisesti kehittää työtään. Myös muut hengellisyyden ulottuvuuksista kiinnostuneet ihmiset, voivat saada opinnäytetyöstä tietoa. Opinnäytetyössä etsitään vastauksia seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

1. Mikä merkitys asuntolan kristillisyydellä on asukkaiden elämässä?
2. Minkälaista vaikutusta hengellisyydellä on asukkaiden elämänhallintaan?

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tässä luvussa kerron tutkimuksen toteutuksesta. Aloitan kertomalla laadullisesta tutkimuksesta sekä käyttämästäni aineistokeruumenetelmästä. Kuvaan lisäksi tutkimusjoukkoa, tutkimukseni kulkua ja aineiston hankintaa sekä analyysin tekoa.

6.1 Kvalitatiivinen tutkimus

Valitsin tutkimukseni tutkimusmenetelmäksi laadullisen tutkimuksen, sillä menetelmä mahdollistaa vaikeidenkin teemojen tutkimisen. Laadullisessa tutkimuksessa lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen siitä lähtökohdasta käsin, että todellisuus on moninainen, pirstomatta todellisuutta kuitenkaan osiin, vaan huomioiden kohde kokonaisvaltaisesti. Laadullisessa tutkimuksessa tutkija luottaa enemmän omiin havaintoihinsa ja keskusteluihin tutkittavien kanssa kuin puhtaasti mittausvälineillä saatavaan tietoon. Lisäksi kohdejoukko on tarkoituksen mukaisesti valittu ja jokaista tapausta tarkastellaan ainutlaatuisena, johon myös tulkinta perustuu. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 151 - 156.)

6.2 Teemahaastattelu

Aineisto tutkimukseen kerättiin teemahaastattelun avulla. Teemahaastattelu oli tutkimusaiheittani ajatellen luonteva vaihtoehto. Koin, että kyseisen menetelmän avulla saisin parhaiten tietoa suoraan asukkailta. Teemahaastattelulle on ominaista käsitellä tiettyjä teemoja, joista haastateltavan kanssa keskustellaan. Tämä tuo tutkijalle vapautta haastatteluun ja antaa mahdollisuuden haastateltavan kuulemiselle. Teemahaastattelun antavan vapauden vuoksi väärinkäsityksiä ei synny niin helposti, koska voi toistaa kysymyksen, selittää sen toisin sanoin sekä esittää tarkentavia kysymyksiä. Teemahaastattelussa otetaan huomioon ihmisten tulkinnat asioista ja heidän antamansa merkitykset sekä huomioidaan merkitysten syntyminen vuorovaikutuksessa. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 47 - 48.)

Teemahaastattelu on puolistrukturoitu haastattelu. Sen aihepiirit eli teema-alueet ovat kaikille haastateltaville samat ja ne on etukäteen määritelty. Teemahaastattelussa puuttuu kysymysten tarkka muoto ja järjestys. Yksityiskohtaisen kysymysten sijaan haastattelu etenee tiettyjen teemojen mukaan, ja haastateltava saa vastata omin sanoin. Haastattelija pitää huolen, että kaikki teema-alueet käydään läpi, mutta niiden järjestys ja laajuus voivat vaihdella haastattelujen kesken. Tutkittavan ääni tulee tällä tapaa paremmin kuuluviin. Teemojen pohjalta haastattelijan on mahdollista jatkaa ja syventää keskustelua niin pitkälle, kuin haluaa ja kiinnostus riittää. Teemahaastattelu ottaa huomioon sen, että ihmisten tulkinnat asioista ja asioille antamansa merkitykset ovat keskeisiä. (Aaltola & Valli 2007, 27; Hirsjärvi & Hurme 2008, 43,48, 66 - 67.) Teemahaastattelu luo haastattelutilanteelle avointa haastattelua tiukemmat rajat teemojen avulla, ja toisaalta mahdollistaa haastateltavalle strukturoitua haastattelua laajemmat mahdollisuudet omien näkökulmien ja tulkintojen ilmaisemiseen (Eskola & Suoranta 1998, 89.)

6.3 Tutkimusjoukko

Tutkimushaastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina ja niihin osallistui neljä eri-ikäistä asuntolan asukasta. Haastatteluun osallistuvilta vaadittiin kahta kriteeriä: haastateltavilla tuli olla päihdetausta sekä kristillinen vakaumus tai hengellinen kiinnostuneisuus. Kaikki haastatteluun osallistuneet sanoivat olevansa omien sanojensa mukaan uskossa. Haastatteluun osallistujat olivat päätyneet asuntolaan erilaisista syistä. He olivat hakeutuneet asuntolaan joko itsenäisesti, ystävän tai sosiaalivirkailijan ohjaamana. Haastateltavat olivat asuneet eripituisen jakson asuntolassa. Jokainen tutkimusjoukosta oli kuitenkin asunut asuntolassa korkeintaan reilun vuoden ja lyhimmillään asuntolassa oli asuttu noin kaksi kuukautta. Vain yksi haastateltavista asui ensimmäistä kertaa pelastusarmeijan asuntolassa, muut haastateltavat asuivat toista kertaa asuntolassa.

Tutkimukseen osallistuneilla oli päihdetausta jo useiden vuosien takaa. Suurimmalla osalla päihdeongelma oli kestänyt useita vuosikymmeniä. Moni heistä oli elämänsä aikana asunut erilaisissa päihdehoitolaitoksissa. Kaikilla osallistuneilla oli kehittynyt päihdeongelma alkoholin käytöstä. Lääkkeisiin tai huumeisiin eivät haastateltavat olleet

sekaantuneet. Jokaisella osallistuneella oli halu pysyä raittiina, ja he olivat haastattelutilanteessa olleet ilman alkoholia yhdestä viikosta yhteentoista kuukauteen.

6.4 Tutkimuksen kulku ja aineiston hankinta

Kävin ensimmäisen kerran Pelastusarmeijan asuntolassa lokakuussa 2011 tapaamassa asuntolan johtajaa. Kerroin tuolloin valmiin aiheideani, joka ilokseni nähtiin mielenkiintoiseksi ja hyödylliseksi asuntolassa toteutettavaksi. Hyväksynnän aiheelle saatuani lähdin työstämään tutkimuksen teoriaosuutta. Helmikuun 2012 alussa kävin seuraavan kerran asuntolalla sopimassa tulevista haastatteluista, joista toteutin kolme saman kuun aikana. Neljäs haastattelu tapahtui maaliskuussa. Asuntolan johtaja valitsi kriteereihini sopivia asukkaita, joilta kävin itse henkilökohtaisesti kysymässä halukkuutta osallistua haastatteluun. Koin tämän tavan hyväksi sekä itseäni että myös asukkaita ajatellen. Tässä tapauksessa itse haastattelutilannetta ei tarvinnut enää jännittää niin paljon, sillä olimme kasvotuttuja asukkaiden kanssa ennen varsinaista haastattelutilannetta. Tällä tavoin asukkaat saivat myös itse esittää toiveensa haastattelun ajankohdasta, mikä varmisti haastattelun toteutumista. Annoin samassa tilanteessa haastatteluun halukkaille kutsun (liite 1), jossa toin esiin lyhyesti tutkimukseni tarkoituksen sekä sen, että haastattelumateriaali käsitellään luottamuksellisesti ja nimettömästi.

Kaikki muut paitsi yksi halukkaista haastatteluun osallistuvista pitivät sovitusta aikatauluista kiinni ja olivat paikalla sovittuna ajankohtana. Haastattelusta estyneen henkilön tilalle saatiin toinen asuntolan asukas. Ennen haastattelutilanteen alkamista pyysin haastateltavilta allekirjoituksen haastatteluun osallistumisesta ja sen nauhoittamista varten (liite 2). Kaikki haastateltavat suostuivat haastatteluun nauhoittamiseen. Nauhurin käyttö ei myöskään näyttänyt häiritsevän ketään asukkaista, vaan kaikki keskustelivat ihailtavan avoimesti. Haastattelut toteutettiin asuntolassa asukkaiden omissa huoneissa. Mielestäni haastattelujen toteutuspaikka oli hyvä, sillä tutuissa huoneissaan asukkaiden oli helpompi ottaa rennosti ja olla jännittämättä liikaa haastattelua. Haastattelutilanteen rentoutta vahvistaakseni en antanut haastateltaville haastattelurunkoa nähtäväksi. Koin haastattelun olevan tällä tavoin mahdollisimman luonnollinen, keskustelunkaltainen tilanne. Pyrin muotoilemaan kysymykseni

mahdollisimman helposti ymmärrettäviksi ja käytännönläheisiksi. Aukkaiden haastattelut kestivät 33, 65, 69 ja 82 minuuttia. Helmi-maaliskuun aikana purin ja analysoin haastattelut.

6.5 Aineiston analyysi

Jotta haastatteluaineistoa pääsee työstämään eteenpäin, se täytyy ensin kirjoittaa puhtaaksi eli litteroida. Litterointi voidaan tehdä koko haastatteludialogista tai tehdä valikoiden esimerkiksi vain teema-alueista tai haastateltavan puheesta. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 138.) Puhtaaksi kirjoitin koko haastattelun jättäen pois vain mielestäni täysin epäolennaiset tutkimusaiheeseeni liittymättömät kommentit. Litteroitua aineistoa oli lopulta koossa 48 sivua. Litterointi tapahtui pian haastattelujen jälkeen, jolloin haastattelutilanteet olivat vielä tuoreessa muistissani.

Aineistoa ei voi analysoida, ellei ensin lue sitä. Siitä, kuinka hyvin aineisto on tullut tutuksi, riippuu myös se, kuinka hyvin voi analysoida sitä. Tämän seikan vuoksi perehdyin aineistoon hyvin. Aineiston tullessa minulle riittävän tutuksi, ryhdyin analysoimaan sitä teemoittelun avulla. Teemoittelussa aineistosta nostetaan esiin tutkimusongelmaa valaisevia teemoja. Ryhdyin tarkastelemaan sellaisia aineistosta nousevia piirteitä, jotka ovat yhteisiä usealle haastateltavalle. (Hirsjärvi & Hurme 143, 173.)

Tein analyysin Word-tekstinkäsittely ohjelmaa apuna käyttäen. Erotin haastatteluun osallistujien vastaukset eri väreihin toisistaan. Analyysivaiheessa teemahaastattelun valmiit teemat nousevat myös aineistosta esiin, mutta sen lisäksi tulee tavallisesti esille lukuisia muita teemoja, jotka ovatkin usein lähtöteemoja mielenkiintoisempia. Näin syntyviin teemoihin voivat luonnollisesti kuulua myös alkuperäisten teemojen väliset yhteydet. Pääteemojen hahmotuttua minulle, keräsin niiden alle kaikkien haastateltujen vastaukset. Tällä tapaa aineisto jäsenyi itselleni selkeäksi kokonaisuudeksi, jolloin tulosten ja johtopäätösten tekeminen helpottui. (Hirsjärvi & Hurme 143, 173.)

7 TUTKIMUKSEN TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä luvussa esitän tutkimustulokseni ja johtopäätökseni analyysivaiheessa esiin nousseiden teemojen mukaisesti. Tulokset ovat otsikoitu teemojen mukaan. Käytän tutkimustulosten ja johtopäätösten esittelyssä suoria lainauksia haastateltavien puheista. Koin, että tällä tavoin lukija saa mahdollisimman totuudenmukaisen kuvan tuloksista, sillä haastateltavat itse osasivat parhaiten ajatuksensa ja kokemuksensa kertoa.

7.1 Asuntolan kristillisuus ja sen merkitys

Tämän otsikon alla on esitelty ensimmäiseen tutkimuskysymykseen liittyvät tulokset.

7.1.1 Kristillisuus näkyy asuntolan arjessa

Asukkaat osasivat nimetä erilaisia konkreettisia asioita, joista asuntolan kristillisuus tulee esiin. Kaikki asukkaat sanoivat hengellisen toiminnan kertovan asuntolan kristillisyydestä. Hengellisenä toimintana he nimesivät asuntolassa viikottain torstai-iltaisina pidettävän hartauden. Kodin ilta -nimellä kulkevaan hartaustilaisuuteen saapuu asuntolan ulkopuolelta eri seurakunnista puhujia. Tilaisuuksien sisältö vaihtelee pitäjän mukaan, mutta yleisesti ottaen niissä lauletaan, luetaan Raamattua ja rukoillaan. Hengellisiä hetkiä saatetaan pitää välillä myös torstai-illan ulkopuolella. Joku ulkopuolinen henkilö saattaa tulla puhumaan kristillisistä asioista ja lisäksi asuntolan johtaja saattaa toisinaan pitää asuntolassa hartauden riippumatta ajankohdasta.

Asukkaiden mukaan kristillisuus näkyy asuntolassa henkilökunnan kautta. Vaikka suurin osa nostikin esiin henkilökunnan, olivat kaikki sitä mieltä, että henkilökunta ei tyrkytä asukkaille kristinuskoa. Hengellisistä asioista ei puhuta paasaamalla eikä ketään yritetä pakottaa kiinnostumaan niistä. Kuitenkin kristillisuus näkyy henkilökunnassa. Etenkin muutama henkilökunnan jäsenistä nousi esiin keskusteluun. Asukkaiden mielestä he olivat uskovaisia, ja heidän elämästään ja käyttäytymisestään huomasi

tämän. Muutkin henkilökunnan jäsenet, jotka eivät asukkaiden mielestä välttämättä olleet tunnustuksellisia kristittyjä, kunnioittavat asuntolan kristillistä perustaa.

Mut tuo ei sitä täällä sillai julisteta muulla tavalla muut ku se sillo ko tääl käy joku puhumas ni kuunnellaan ja sit jokainen saa omis oloissas tietysti sit perehtyy siihe asiaa nii paljo ku tykkää.

Ne on ihan tunnustuksellisia uskovaisia, kristittyjä tai miten sen nyt ilmasekaan ja heidän elämästään... ihan näkee elämästä että on ja kyllä kaikki muutkin jotka ei nyt välttämättä sitaateissa uskovaisia oo kuitenkin käyttäytyy sillai et.. kyllä sen huomaa... henkilökunnasta.

Asukkaat kertoivat, että asuntolassa myös tuetaan heitä osallistumaan asuntolan ulkopuolisiin hengellisiin tilaisuuksiin. Asuntolasta saa autoa lainaan mennessään kauempana sijaitsevaan tilaisuuteen. Asukkaille oli selvää, että kristillisyyden on yksi tärkeä osa asuntolan toimintaa, vaikka osalle sen selittäminen konkreettisilla esimerkeillä oli vaikeaa. Kristillisyyden näkyi arjessa ja sen läsnäolon tunsi, vaikka esimerkkejä ei osattukaan erikseen kertoa.

7.1.2 Asuntolan kristillisyyden antaa pohjaa

Asuntolan kristillisyyden merkitys asukkaille tuli esiin heidän puheissaan. Kolme neljästä haasteltavasta oli asunut asuntolassa ennenkin. Parille heistä asuntolaan toistamiseen hakeutumisen yhtenä syynä oli asuntolan kristillinen arvopohja. Asukkaat pitivät asuntolan kristillisyyttä pohjana päihitteettömänä pysymiseen.

Mä tuln ihan itsekkäistä syistä, mul ei ollu välttämättä asunnon puutetta. Mulla meni sanotaan nyt tammi- helmi ja osa maaliskuustaki suht koht lujaa ja mä halusin rauhoittuu, ku se ei kuulu mun elämäntapoihin ni ni ja mä tiesin et täällä onnistuu ja niin on onnistunutkin. Kyllä mä tiesin, että on.. on kristillisyyttä ja se vaikutti. Kyllä mä kunnioitan tietysti kaikkiaikin ajattelusuuntia, mut ei mun mielest... ei oo kun se yks totuus tai sitten kaikki ollaan muut väärässä.

Yksi asuntolassa toistamiseen asuvista oli tehnyt edellisen kerran asuntolassa asuessaan uskonratkaisun paikan päällä. Uskonratkaisun tekeminen oli tapahtunut viikkohartaudessa, jossa puhuja oli kysynyt haluaako joku paikalla olijoista uudistaa uskonsa Jeesukseen. Tämän kautta asuntolan kristillisyyks oli saanut erityisen vahvan merkityksen hänen elämässä. Uskonratkaisulla oli kauaskantoisia vaikutuksia haastateltavan elämään, joista enemmän tutkimustulosten muissa teemoissa.

Asuntolan hartaudet nousivat esiin myös tämän teeman sisällä. Hartauksiin osallistuminen oli monille tärkeää; niiden jälkeen oli hyvä olo ja niistä sai voimaa jatkaa eteenpäin. Eräs asukas piti erityisen tärkeänä myös sitä, että henkilökunnan kanssa pystyy keskustelemaan kaikenlaisista asioista, kuten myös hengellisistä asioista. Henkilökuntaa saa mennä ottamaan hihasta kiinni ja mennä toimistoon sekä pistää ovi perässä kiinni, jolloin keskustelu toteutuu rauhassa.

7.2 Hengellisyden vaikutus elämäntalintaan

Seuraavissa alaluvuissa esitellään tuloksia toisesta tutkimuskysymyksestä. Kysyin haastateltavilta, mitä heidän mielestään käsite elämäntalinta tarkoittaa. Useimmat näkivät elämäntalinnan olevan sitä, että on sinut itsensä kanssa ja ihmisellä on rauha itsensä kanssa. Elämäntalinta nähtiin myös laajana asiana, joka käsittää monia eri asioita. Elämän ollessa hallinnassa koettiin, että oli selvät säännöt, rutiinit, velvollisuudet, oikeudet, joiden mukaan eletään. Ihmisellä oli myös oltava toimivat ihmissuhteet. Elämäntalintaan liittyi se, että asiat hoituvat ja asukkaiden mielestä oli selvää, että alkoholin kanssa pelatessa hommat eivät hoidu.

7.2.1 Hengellisyys tukee päihteettömyyttä

Kaiken kaikkiaan haastatteluun osallistujien kokemuksen mukaan hengellisyydellä ja uskolla on vaikutusta heidän päihdekäyttäytymiseensä. Useampi asukkaista pohti juomisen lopettamisen olevan monen tekijän summa. He kokivat, että raittiina pysymiseen vaikutti juomiseen kyllästymisen ja terveydellisten tekijöiden lisäksi yhtenä osatekijänä usko Jumalaan. Uskon myötä oli korkeampi motivaatio pysyä raittiina, sillä asukkaat kokivat toimivansa Jumalaa vastaan, tehdessään tietoisesti syntiä juodessaan alkoholia. Toisaalta myös uskon myötä sai voimaa pysyä raittiina. Rukoilemalla, käymällä hengellisissä tilaisuuksissa ja lukemalla Raamattua asukkaat kokivat saavansa Jeesukselta tukea päihteettömyyteensä.

Rukoillessaan Jumalalta voimaa ilman alkoholia pysymiseen, osa asukkaista koki saaneensa myös konkreettisia rukousvastauksia. Yksi asukas oli myös haastanut Jumalaa luvaten pysyä raittiina mikäli hänen toiseen rukouspyyntöönsä vastattaisiin.

H: Sitä mä toivoin ku mä olin ollu pari kuukautta raittiina ennen ku mä tänne tulin ja mä halusin et että mä pysyisin raittiina ja.. Ku voihan tästä lähtee juomaan. Niin mä nyt sanon semmosen asian sulle vielä, sekin on rukousvastaus mulle et tota. En mä voi tätä sanoo et tää raittius olis niinku mun ansioo mitenkään. Mun ei oo kertakaikkiaan ei oo tehny viinaa mieli. Ei mielessäkään oo käyny.

Tutkija: Jeesus on ottanut pois sen sun mielestä?

H: Sitä mä pyysin ja. No se on semmosta ihmisen raukkamaisuutta, ko ensin juo ja rypee ja sit on kauhee krapula ja sit rukoilee et... mut näin mä tein. Näin mä toimin ja tein ja.. Kyllä mä sain siihen vastauksen.

Ensimmäinen lapsenlapsi syntyi ja siinä oli jotain pientä hämminkiä siinä raskauden loppuvaiheessa ja mä rukoilin ihan suoraan, että mä pysyn raittiina jos Ville pysyy terveenä. Silloin mä olin yli kaks vuotta raittiina, ei tehny ees viinaa mieli. Viä semmonen kävi vie sit siinä tilantees, tyttären rakennuksilla mä olin remontissa. Kauhee jano ja kuuma kesäpäivä ja mä en ollu puoleentoista vuoteen ottanu yhtään mitään. No siel oli olutta ja mä*

join puolipulloa ja eiku oksentamaan. Mä ajattelin, että elimistö ei vielä hyväksynyt ja koitin uudestaan, mut ei sama juttu. Raittius jatku.

*Nimi muutettu

Toisaalta keskusteluista haastateltavien kanssa kävi ilmi, että viinanhimo on usein niin kova, että hengelliset asiat jäävät siinä hetkessä taka-alalle. Uskonasiat muistuvat mieleen taas palatessa ryyppyreissulta, jolloin pyydetään Jumalalta anteeksiantoa.

Mut jos mä nyt täst lähde juomaa, ni kyl se jää taka-alalle, et se tulee sitte ku mä tule sielt ryyppyreissultani, pyydän anteeks ja taas tuli tehty tämä ja tuli poikettuu Häne polultas ja.. Niinku Raamatussaki sanotaa jossai kohtaa, et että ku himo iskee ni kyllä Herra kulkee rinnalla silti. Et jos tulee niinku joku polulta poikkeamine, ni kyllä Herra ohjaa sit oikealle tielle. Et tämä o mun näkemykseni ainaki, et. Ainaki minu kohdallani Hän o ohjannu sit, ettei oo menny allikkoo asti, et o tuo noussu sielt kummiski omil jaloi ja ja päässy sielt sit sillai, ettei oo tarvinnu mitää sairaalahoitoi se enempää.

Uskon myötä kykenee rauhoittumaan, joka auttaa osaltaan pysymään alkoholittomalla tiellä. Usko Jumalaan saa myös pohtimaan elämässä tärkeitä asioita. Eräs asukas kertoi ymmärtävänsä, että juomista jatkamalla elämän tärkeät asiat jäävät väistämättä taka-alalle. Juominen on lopetettava, jos haluaa pitää tärkeistä asioista kiinni.

On se vaikuttanut kyllä ja nimenomaan nyt ku mä on ollut sen viimisen sairaalareissun jälkeen ilman alkoholia. Mut en mä pelkästään sen sairaalareissun takia ole ilman alkoholia, vaan kyl se vaikuttaa, mä saan omal tavallani siit voimaa, ku mä pystyn rauhoittumaan, ku mietin noit uskonasioit, se rauhoittaa kummasti. Ei rupee tuo alkoholihammas naksumaa. Mul kulkee aika pitkäl täl hetkel, mikä antaa mul voimaa ni, on se, siis siihen, etten mä sorru alkoholiin on se, että mul pysyy terveys kunnossa ja se et mä saan niinko, uskonasiat rauhoittaa mua siinä, ni ei tee mieli ja mä.. Ne saa pistää mut miettimään elämänarvoi ja muita, mitkä on tärkeitä ja mikä ei. Ja sit nimeomaa mikä tulee varmaa joskus liian harvoinki sanottuu, mul on nimenomaan niinko lapset, mä haluan nähdä kun ne kasvaa. Sillo ne ei oo mieles, ko sää ryyppäät, se on aivan sama ku

ne asuu äitis tykön ja muuta mut et tällai ko oot selvispäi, rupeet järkevästi ajattelee ni kyl sitä niinku huomaa, et on se kiva nähdä ku lapset kasvaa tos vierel ja on siinä mukana. Ne antaa aikapaljo elämänhaluu.

7.2.2 Hengellisyys voimavarana arjessa selviämisessä

No kyl Hän minuu o sillai ainaki auttanu. Mää ole aamusti rukoillu ni se päivä o lähteny käyntii, ni siinä ja kävellessä, ko yksin tuolla kävelee, käy aamulenkillä ni, et kiitos Herra, et saan vielä kävellä omilla jaloilla ja sillo ko niit viinakrampejaki sain sillo aikanas, niit ei oo tullu hetkee aikaa ni kiitos Herra et autoit minu ylös taas täältä ja sitte ku tulen tänne ni polvistun sängyn viereen ja kiitos, et pääsin taas kotii lämpimää.

Kuten edellisessä myös tässäkin teemassa rukous on isossa osassa. Keskustelin haastateltavien kanssa siitä, millaisena he kokevat Jumalan avun elämässään. Osa heistä koki saaneensa arjen keskellä rukousvastauksia niin arkisiin ongelmiinsa kuin suurempiinkin taistoihin.

Mä oon saanut niin lukemattomat määrät rukousvastauksia, et se riittää mulle. Ei ne tuu heti. Välttämättä. Tämä ei oo mun keksintö, mä oon jostain luku tai kuullu, että jos pyytää Jumalalta jotakin niin Jumala saattaa sanoa: okei, se järjestyy tai sit toine vaihtoehto: venttaa vähä tai sitte että: tee ite!

Sillon oikee mä rukoilin, mä oon työeläkkeellä, kohtuullinen eläke, mut sit ku tää poika on nyt siinä iässä, et kaikenmoista tarttis ja mä haluan auttaa hänt taloudellisesti. Rukoilin sitä, mä sitä sanonu, et tartten rahaa, mut järjestäs töitä, et mä saisin toimeentuloo viel lisää. No kuinka ollakkaa mä oon nyt ollu elokuusta asti niin lähes joka päivä töissä.

Keskusteluista kävi keskeisenä tuloksena ilmi, että asukkaat kokivat uskon myötä saaneensa sisäisen rauhan elämäänsä. Hengellisyyden harjoittamisella, rukoilemisella

tai hiljentymisellä uskonasioiden äärelle, oli monelle rauhoittava vaikutus. Ahdistuksen tai muiden paineiden käydessä koviksi, he saivat rauhan hengellisyydestä. Kolme neljästä haastatelluista pohti myös saavansa hengellisyydestä tukea virkeyteensä ja jaksamiseensa. Uskon myötä asukkaat kokivat, että heillä on henkisesti turvallisempi olo. Usko valaisi ja auttoi näkemään asioita eteenpäin. Yksi kertoi lopettaneensa kokonaan mielialalääkkeidensä syönnin ja pärjäävänsä hyvin ilman niitä. Hän pohti, että millään muulla ei voinut olla vaikutusta asian kanssa, kuin Jumalalla, sillä hänen elämänolosuhteensa eivät olleet muuten muuttuneet.

H: Päivällä jos tulee semmose ahdistava olotila ni eikä tääl satu ole semmost henkilöö kene saa keskustel niist asioista ni sit se menee siihen et määh mee tonne huoneeseen, suljen oven ja otan Raamatun ja luen siitä tai sit vaa rukoilen omin sanoin.

Tutkija: Ja sää koet et se auttaa?

H: Kyl se auttaa. Sit määh tulen niinku uutena miehenä tuolta huoneesta ja taas.. tupakkaa kyllä menee, sanotaa aika paljonki, mut.. yhtäkkii tulee se, et määh haluan men omaan rauhaan, Herran rauhaan sinne niinsanottuu. Määh voi vaikka mennä selälleni sänky ja ristii kädet ja sulkee silmäni ja siin ajatuksissani rukoilla ja.. sit kattoo yhtäkkii kelloo, et jaa se o noi paljo, et ruoka aika lähestyy. Et.. se o semmone niinku rauhottumine. Niit tulee jokaiselle et kauhee kiire ja sit yhtäkkii tuleeki se stoppi, et nyt mennää liia lujaa. Se auttaa minuu eteenpäi päiväs.

Sit mul o, mitä määh en ois ittestäni uskonu, niinku joskus mennää vaik kymmene vuot karkeesti taaksepäi, et määh voi niinku lukee Raamattuu iha yksinäni omal ajatuksel täällä ja miettii näitä uskonasioita. Se on, määh saa siit jonkinnäköse semmose, ku mä syvennyyn siihe uskoasioihi, ni se rauhottaa kummasti.

Eräs asukas kertoi elämänarvojensa muuttuneen uskoontulon jälkeen. Hän kertoi saaneensa rauhan ja löytävänsä nykyään positiivisia asioita ilman kaljapulloakin. Hän kertoi elämän olleen ennen suppeaa; hän heräsi krapulassa ja ensimmäisenä mietti mistä saa alkoholia. Nyt hän on kiitollinen Jumalalle siitä, että hän on saanut uutta

perspektiiviä elämäänsä. Aukkaan mielestä usko tukee arjessa selviämistä monella tapaa. Vaikeista hetkistä pääsee helpommin yli turvautumalla Jumalan apuun.

Aukkaat kertoivat uskonasioiden äärellä hiljentymisen tuottavan itselle henkistä hyvää oloa. Tässä asukas kuvaa keskustelua Jumalan kanssa näin:

Mää ajattelen sen asian monta kertaa ko mä pistän kädet ristii, mä suoraan niinko puhun yläkerran kans, ni mä rauhotun sil et mä on yksi tääl huonees, pistän kädet ristii. Mä melkei niinku juttele, vaik ei sielt suora mitää vastaust yleensä tuu, niinku juttelis suora toise ihmise kans. Se rauhottaa mua kummasti. Mää saa siit ittel hyvä olo henkisesti. Se o vähä niinko psykiatril olis, mut se o ykspuolist tietysti, sillai ykspuolist äänee niinko. Mut sil pystyy niinko avautumaa. Se o vaikee mille pystyy avautumaa. Emmä tiä oikee, sillai usko piireis, et sanotaanko, et avautuuko Jumalalle vai Jeesukselle, mä sano yleensä vaa niinko yläkertaan. Ni mä tarkotan sil sitä, ja kyl sen varmaa ymmärtääki ihmiset.

Sama asukas kertoo myös, miten usko on häntä muuttanut:

Kyyyllä, kyl se merkittee, mut se o kyl nii laaja käsite mut et, et millais mä sen ny sanosin.. No tietysti se nyt on selvää, et elämäntavat o muuttunu, sit tua..millais mä sen nyt selittäsin.. hirvee vaikee.. oonhan mä ny ihmisenä muuttunut. Mää oon jokatapauksessa, mä oon hirveesti muuttunut siitä mitä mä oon ollu. Rauhottunu tietysti monestakin syystä, mut et uskoasiat minkä kans mä oo niinku sinut se saa mua olee vie rauhallisempi eikä oo liia kiire, ja sit negatiiviset asiat poies ja monet asiat just niinko alkoholi. Emmää osaa oikee selittää millai se. Mää olen ajatellut sen asian niin, et sen kans pärjää parempi ku ilman. Mut ei väkisi uskoon tulla, kyl se täytyy ittest lähtee. Mää luulen, et aika monta kertaa just tommone pysäytyskin saa, jos sää oot ollu kauhee, no mä en oo ollu ateisti koskaa, mut kyl monet niinku tulee uskoo siin kohtaa ku tulee sairauksii tai jotai mitä mitä oon kuullu, et se pysättää. Mut kyl sitä tietysti voi monel muullaki taval uskoo tulla tai olla. Mut en mä sitä ainakaa yhtää kadu, enkä mä sitä häpee,

mut mä en niinku mä sanoi, en mä sitä sillai julista, et mä en oo semmone julistava uskovaine, mul riittää et mä saa itte siit se mielerauha.

7.2.3 Uskon myötä tyytyväisyyttä ja uusia ystäviä

Kaksi neljästä koki olevansa haastatteluhetkellä tyytyväisiä elämäänsä. Yksi kertoi saaneensa uskon myötä uudenlaista sisältöä elämäänsä. Elämänarvojen muuttumisen myötä elämän oikeasti tärkeät asiat olivat saaneet uuden merkityksen. Tyytyväisyyden yhteydessä puhuttiin myös tulevaisuudesta. Tulevaisuuden suunnitelmissaan moni halusi muuttaa omaan asuntoon. Osalla muuttaminen oli tulossa jo ajankohtaiseksi. Yksi pohti muuttamista, mutta totesi, ettei kiirettä ollut, vaan eletään päivä kerrallaan. Kuitenkin tulevaisuus nähtiin kohtuullisen valoisana eikä ainakaan pelottavana. Tulevaisuuteen liittyi myös töiden tekeminen. Kaikki asukkaat pitivät töiden tekemistä tärkeänä ja toivoivat pystyvänsä vielä jonkinlaista työtä tekemään.

Tutkija: Ootko tyytyväinen sun elämäs tällä hetkellä?

H: Olen joo. Olen siis, monellakin tavalla tai melkein kaikella tavalla. Olen tyytyväinen, mut sit taas jos mä ajattele tulevaisuutee mikä ei oo ny kyllä ajankohtasta, mutta mulla mut tämä just, et asunko mä tässä kui kaua, en mä todellakaa pid kiirettä täältä lähtemisellä. Mut kyllähä sitä mieltii, jos jossai kohtaa asuis yksin... ...Ja sit taas mä oo kuitenkin nii vähä aikaa ollu ilman alkoholiä vielä, et en mä pid senkää takii mitää kiiret lähtee täältä, ku tääl o kummiski valvottuu se toiminta, ettei tuu niit houkutusii siä helpol, et vaik mä olen ilman ja mä tykkään ol ilma ja muut kaikkee, mut ne houkutukset on sitko sä lähdet ton ulkopuolelle eikä oo mitään ns. rajoituksii. Siin voi käydä huonosti. Tääl o nii helppo noudattaa sääntöi, et se o ittest kii jossei niit noudata.

Kolme tutkimusjoukosta kertoi saaneensa uusia ystäviä hengellisistä piireistä. Ystävien ja etenkin uskovaisten ystävien saanti koettiin tärkeäksi. Ystävät olivat olleet monelle tukena. Yksi kertoi, kuinka hän oli uskovaisen ystävänsä avustuksella hakenut apua päihdeongelmaansa. Hengellisissä piireissä tavatut ystävät koettiin erilaisiksi kuin muut:

Joo itseasias paljonkin ja todella huomannu todella mukavaa ryhmää on nämä jotka käy näis uskonnollisis piireis, nuorta porukkaa ja vanhempaa porukkaa, eikä siel puhut pelkästää uskoasioist, kyl näkee, et ne on paljon enemmän henkisesti sinut ittensä kanssa ja tasapainosii, ko on vahvasti uskovaisii ihmisii tai vähemmän, mut kuiteski. Ni niitte kans keskustelu o jollai tapaa antosampaa ja helpompaa ja semmost iha pelkkää positiivista. Se on jollai tapaa, vaik on täysi ventovierait ihmisii toisillensa, mut et kuiteski löytyy se yhteine sävel niist keskusteluist helposti.

Uskon myötä asukkaiden arjen kulku myös muuttui. Vapaa-aikaa käytetään hengellisten asioiden äärellä olemiseen. Aukkaat lukevat Raamattua ja muuta hengellistä kirjallisuutta, kuuntelevat hengellistä musiikkia sekä hiljentyvät keskusteluun Jumalan kanssa. Kaikki asukkaat käyvät myös hengellisissä tilaisuuksissa asuntolan ulkopuolella vapaa-aikanaan.

8 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS

Tutkimuksissa pyritään välttämään virheiden syntymistä. Tämän vuoksi on tärkeää pyrkiä arvioimaan tehdyn tutkimuksen luotettavuutta. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 226.) Opinnäytetyötä työstäessäni olen pyrkinyt tarkastelemaan asioita mahdollisimman objektiivisesti tuomatta liikaa omia mielipiteitä esille. Olen halunnut tuoda mahdollisimman paljon asiakkaiden ääntä kuuluviin työssäni, minkä vuoksi olen käyttänyt runsaasti sitaatteja haastatteluista. Kerron tutkimuksessa totuudenmukaisesti tutkimuksen toteutuksesta ja haastatteluihin osallistujista. Hirsjärven ym. (2007, 227) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuutta parantaa tarkka selostus tutkimuksen toteuttamisesta. Ennen haastatteluiden tekemistä olen varmistanut haastateltavien suostumuksen haastatteluaineiston käyttöä ja nauhoittamista varten erillisellä lupalomakkeella (liite 2). Lisäksi olen käyttänyt monipuolista teoriakirjallisuutta kirjoittaessani opinnäytetyöni teoriaosuutta ja selvittänyt työni kannalta tärkeitä käsitteitä.

Haastattelujen perusteella kerätty aineisto oli riittävä, koska tutkimuksen tarkoitus ei ollut tuottaa tilastollista tietoa. Tämän vuoksi haastateltavien määrä ei ollut tutkimuksen olennaisin osa. Tutkimuksen luotettavuus ei kärsinyt siitä, että rajasin haastateltavien määrän neljään henkilöön. Haastateltavien määrän ratkaisin käytettävissä olevan ajan ja tutkimuksen laajuuden perusteella. Haastateltavat valittiin sillä perusteella, että heillä on aiheesta mahdollisimman paljon tietoa ja kokemuksia, siksi haastatteluun osallistuvilla piti olla kristillinen vakaumus tai vähintään kiinnostuneisuus hengellisiin asioihin. (ks. Tuomi & Sarajärvi 2003, 87–89.)

Minulla ei ollut aikaisempia yhteyksiä Pelastusarmeijan asuntolaan, joten näin ollen en vaikuttanut haastateltavien asuntolaan liittyviin vastauksiin luomalla odotuksia vastauksista tai luomalla ennakkoluuloja ja -käsityksiä. Pyrin myös esittämään hengellisyyteen ja elämänhallintaan liittyvät kysymykset mahdollisimman puolueettomasti. Toisaalta on kuitenkin mahdollista, että oma kristillinen vakaumukseni ja oma näkemykseni hengellisyyden moninaisista vaikutuksista paistoi läpi haastattelujen aikana.

Haastatteluista saatu aineisto on konteksti- ja tilannesidonnaista eli haastateltava saattaa haastattelutilanteessa vastata samaan kysymykseen eri tavalla kuin jossain toisessa tilanteessa. Tämä vaikuttaa siten, että tulosten yleistettävyyteen tulee suhtautua kriittisesti. Toisaalta myös tutkimustani ei voida yleistää eikä siitä voida vetää suuria johtopäätöksiä, koska otanta oli suppea ja se rajoittui ainoastaan Pelastusarmeijan asuntolan asukkaisiin.

Saturaatiopiste tarkoittaa tilannetta, jossa vastaukset alkavat toistaa itseään eli aineisto kyllääntyy. Tällöin haastateltavat eivät anna enää uutta tietoa tutkimukseen. (Tuomi & Sarajärvi 2003, 89.) Huomasin, että saturaatiopiste tuli saavutettua asuntolan kristillisyyteen liittyvissä kysymyksissä. Asukkailta ei tullut enää niihin teemoihin mitään uutta annettavaa vaan vastaukset alkoivat toistua. Elämänhallintaan liittyvät teemat olivat erittäin laajoja ymmärtää, ja asukkaat ymmärsivät ne kukin omalla tavallaan, joten en voi väittää, etteikö haastattelujen korkeampi määrä olisi tuonut vielä lisää ulottuvuuksia niihin teemoihin. Tutkimuksen luotettavuutta lisää kuitenkin seikka, että saturaatiopiste tuli osittain saavutettua.

Opinnäytetyötä tehdessäni otin myös tutkimuksen eettisyyden huomioon. Kerroin haastattelujen alussa avoimesti opinnäytetyöstäni ja sen tarkoituksesta sekä siitä mihin tarkoitukseen tulen tietoja käyttämään. Haastatteluun osallistumisen vapaaehtoisuus ja luottamuksellisuus kävi myös ilmi asukkaiden allekirjoittamassa Lupa haastattelua ja sen nauhoittamista varten –lomakkeesta (liite 2). Kohtasin asiakkaat kunnioittavasti ja asiallisesti sekä kunnioitin heidän yksityisyyttään. Pyrin tekemään opinnäytetyön niin, ettei haastateltavia pysty tunnistamaan. Tämän vuoksi en esimerkiksi maininnut Pelastusarmeijan asuntolan paikkakuntaa välttääkseni asukkaiden leimautumisen riskin.

9 POHDINTA

Tutkimustulosten mukaan Pelastusarmeijan kristillisyyden näkyminen asuntolassa erilaisin konkreettisilla tavoin. Osalla asukkaista oli vaikeuksia nimetä konkreettisia esimerkkejä, mistä asuntolan kristillisyyden huomaa, vaikka he olivatkin sitä mieltä, että kristillisyydellä on selvä läsnäolo asuntolassa. Hengelliset asiat ovat asioita, joita ei välttämättä näe. Usko on uskonasia, eikä sitä näe silmillään. Ehkä asukkaat aistivat kristillisyyden asuntolan tunnelmasta. Kristinuskon perusta on Jeesus sekä hänen rakkautensa ja armonsa. Kenties asuntolan ilmapiiri välittää asukkaisiin henkilökunnan kautta Jeesuksen lämpöä ja rakkautta.

On selvää, että asuntolan kristillisyyden merkitys on merkityksellinen asukkaille. Ilman sitä eivät kaikki haastateltavat olisi edes hakeutuneet koko asuntolaan. Merkittävin asia asukkaille oli varmasti asuntolassa päihteettömänä pysyminen. Kolme neljästä haastateltavasta oli pysynyt koko asuntolassa oloaikansa raittiina. Päihteettömyyden ansiosta elämässä oli tapahtunut myös paljon uusia positiivisia asioita lyhyenkin ajan sisällä. Elämä näytti selkeytyneen ja tulleen taas merkitykselliseksi.

Tässä tutkimuksessa ei Niemelän (1999) väitöskirjan tapaan ilmennyt vastaavia äkillisiä ”ihmeparantumisia”. Tutkimustulokset osoittivat kuitenkin selvästi, että uskolla on vaikutusta päihdekäyttäytymiseen. Päihteistä irtautuminen vaati asukkaiden kohdalla myös muunlaista ”herätystä”. Vuosikymmenten alkoholinkäyttö alkoi näkyä haastateltavien terveydessä. Fyysisen kunnon menettäminen toimi myös motivaattorina jättämään päihteet. Toisaalta asukkaat kertoivat uskoontulon myötä elämänarvojen muuttuneen. He oppivat jälleen arvostamaan läheisiään, terveyttään ja ylipäätään elämäänsä. Näin ajateltuna usko oli kuitenkin koko raitistumisprosessin alkuunpanija. Ilman elämänarvojen uudelleen järjestäytymistä ei oma terveydentilanne olisi hetkauttanut.

Teoriaosuudessa esitetyn Kauppilan elämänhallintatulkinnan (ks. s. 20) valossa Pelastusarmeijan asuntolan asukkaiden hengellisyydellä on vaikutusta heidän elämänhallintaansa. Useampi Kauppilan esittelemä elämänhallintaan vaikuttava tekijä tuli esiin tutkimusaineistoista, kuten esimerkiksi turvattomuus, ahdistuneisuus, tulevaisuuden kohtaaminen, ympäristön kokeminen hallittaviksi, tyytyväisyys elämään, terveys ja sosiaalinen tuki.

Eräs asukkaista mainitsi tuntevansa uskon myötä olonsa henkisesti turvallisemmaksi. Haastateltavista useampi koki saavansa ahdistukseensa apua hiljentymällä hengellisten asioiden äärellä. Myös tulevaisuudesta puhuttiin, mutta terveessä mielessä. Tulevaisuus kohdattiin ja sitä pohdittiin, mutta sitä ei pelätty. Asukkaat totesivat, että ”elämänhallintaan kuuluu se, että hommat hoituvat ja on selvää, että alkoholilla pelatessa hommat eivät hoidu”. Tästä näkökohdasta katsoen isoin hengellisyyden elämänhallintaan vaikuttava tekijä oli se, että asukkaiden mielestä hengellisyydellä oli vaikutusta heidän päihdekäyttäytymiseensä. Raittiina pysyminen paransi asukkaiden elämänhallintaa monella eri tapaa. Asukkaiden ollessa raittiina asiat tuntuivat olevan paremmin heidän hallittavissaan. Osa haastateltavista koki olevansa tyytyväinen elämäänsä ja koki myös, että hengellisyydellä oli tekemistä asian kanssa. Elämänarvot järjestäytyivät uudella tavalla uskon myötä ja terveyden ylläpito nousi tärkeäksi asukalle. Uskoon tulonsa jälkeen he kertoivat saaneensa uusia uskovaisia ystäviä, jotka olivat tukemassa heidän raittiuspäätöstään.

Elämähallintateoriaa (Ks. s. 21 - 22) silmällä pitäen uskolla on vaikutusta eritoten asukkaiden sisäiseen elämänhallintaan. Ulkopuolisen ihmisen katsoessa heidän elämäänsä se ei välttämättä näyttäisi olevan hallinnassa. Kaikilla asukkailla ei ollut työtä, taloudellinen tilanne oli huono, eikä heillä ollut omaa asuntoa vaan he asuivat päihdeasiakkaille suunnatussa asuntolassa. Äkkiseltään vain ulkoiselta kantilta katsottuna olisi voinut tuomita heidän elämänhallintansa olevan huonolla mallilla. Sisäisellä elämähallinnalla kuvataan elämään tyytyväisyyttä ja sisäistä tasapainoa. Näitä kahta asiaa asukkaat kertoivat omaavansa. He olivat selvinneet monista vastoinkäymisistä ja niistä huolimatta he katsoivat tulevaisuuteen. Yksi sisäisen elämähallinnan määre on nimenomaan se, että maailmankatsomus säilyy positiivisena vastoinkäymisistä huolimatta.

Roosin mukaan ihminen voi tuntea hallitsevansa elämäänsä vaikka ulkoinen elämä olisikin vaikeasti hallittavissa. Vahvalla sisäisellä elämänhallinnalla kriisitilanteissakin jaksaa ylläpitää ja parantaa ulkoista elämänhallintaa eli pyrkiä päämääriinsä elämässä. Asukkaat olivat tehneet suunnitelmia tulevaisuuden varalle, he olivat asettaneet itselleen erilaisia päämääriä, kuten muiden muassa raittiina pysymisen. Uskon vahvistaessa heidän sisäistä elämänhallintaansa myös ulkoinen elämänhallinta pääsee kasvamaan.

Tutkimusaiheeni ei ole puhki tutkittu. Sen vuoksi aiheelle löytyy jatkotutkimusaiheita. Elämänhallinta on erittäin laaja kokonaisuus. Sen ulottuvuuksia olisi mahdollista lähestyä monelta eri kantilta. Jatkotutkimusaiheena voisi elämänhallintaa rajata johonkin tiettyyn näkökulmaan lähdetessä tutkimaan hengellisyyden vaikutusta siihen. Hengellisyyden vaikutuksia ihmisen elämään voisi lähteä myös tutkimaan rajaamatta sen vaikutusalueita mitenkään, jolloin voisi löytyä uusia näkökantoja siihen mihin hengellisyys ihmisessä ja ihmisen elämässä vaikuttaa.

LÄHTEET

- Aalto, M. & Seppä, K. 2009. Alkoholin liikakäyttö. Teoksessa Terveyden hyvinvoinnin laitos (toim.) Mielenterveys- ja päihdeongelmien varhainen tunnistaminen – opas ennaltaehkäiseään työn ammattilaisille. Helsinki: Yliopistopaino, 11-21.
- Aalto, M. 2010. Alkoholin ongelmakäyttö. Teoksessa Kaija Seppä, Hannu Alho ja Kalervo Kiiänmaa (toim.) Alkoholiriippuvuus. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 7-16.
- Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) 2007. Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Metodien valinta ja aineistonkeruu. Juva: WS Bookwell Oy.
- Auraniemi, M., Eerikäinen, S., Holopainen-Jänis, S., Iivarinen, M., Ketolainen, E., Kolehmainen, V., Piippo, M., Svahn, H. & (toim.) Valopaasi, M. 1996. Uskonnollisuus hoitotyön arjessa. Näkökulmia hengelliseen hyvinvointiin ja pahoinvointiin. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Finlex. Päihdehuoltolaki. Viitattu 4.1.2012.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041>
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus.
- Hanhirova, M. & Aalto, K. 2009. Ihmisen hengelliset tarpeet. Teoksessa Kirsti Aalto ja Raili Gothoni (toim.) Ihmisen lähellä. Hengellisyys hoitotyössä. Helsinki: Kirjapaja, 9-24.
- Hellsten, T. 2003. Virtahepo olohuoneessa. Jyväskylä: Gummerus.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Keuruu: Tammi.

Kauppila, T. 1999. Vankeudesta vapauteen: suomalaisten miesvankien turvattomuus ja elämäntilanteiden hallinta. Helsinki: Tietosanoma.

Kiianmaa, K. 2010. Alkoholien vaikutusmekanismit, riippuvuuden syntyminen ja perinnöllisyys. Teoksessa Kaija Seppä, Hannu Alho ja Kalervo Kiianmaa (toim.) Alkoholiriippuvuus. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 17-30.

Krommenhoek, V., Kleman, J. & Puotiniemi, A. 2011. Sakramentaalinen armeija. Helsinki: Suomen Pelastusarmeijan säätiö.

Laine, K. 2010. Aukkaiden kokemuksia ja kehittämisehdotuksia miesten asuntolaelämästä. Opinnäytetyö, Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Etelä, Helsinki.

Lappalainen, T. 2005. Tie uuteen – kristillisen päihdeyhteisön merkitys päihteenkäyttäjälle. Kortesjärvi: Kristillinen alkoholisti- ja narkomaaniryö.

Lehikoinen, T. 1997. Ex-käyttäjän ekspertiisi – kokemuksellinen asiantuntijuus kristillisessä päihdetyössä. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Pro gradu -tutkielma.

Niemelä, J. 1999. Usko, hoito ja toipuminen. Tutkimus kääntymyksestä ja kristillisestä päihdehoidosta. Stakes. Tutkimuksia 96. Jyväskylä: Gummerus,

Partanen, A. 2006. Päihteet ja yhteiskunta. Teoksessa Maria Inkinen, Airi Partanen ja Tiina Sutinen (toim.) Päihdehoitotyö. Helsinki: Tammi, 84-97.

Pelastusarmeija 2010. Viitattu 16.1.2012.

<http://www.pelastusarmeija.fi/index.php?id=362>

- Peltoniemi, T. 2009. Terassilta tiputukseen – puheenvuoroja päihteistä. A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 56. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.
- Raitasalo, R. 1996. Kansaneläkelaitos Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 13. Elämänhallintaa etsimässä. Helsinki: Kelan omatarvepaino.
- Roos, J. P. 1985. Elämäntapaa etsimässä. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.
- Roos, J. P. 1988. Elämäntavasta elämänkertaan. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.
- Ruth, J.-E. 1998. Elämänhallinta ikäännyttäessä. Teoksessa Roos, J. P. & Hoikkala, T. (toim.). Elämänpolitiikka. Helsinki: Gaudeamus, 314–326
- Salminen, M. 2008. Sadan vuoden inhimillisyys. Pelastusarmeija kovaosaisten miesten auttajana. Helsinki: Suomen Pelastusarmeijan säätiö.
- Sutinen, T., Partanen, A. & Havio, M. 2006. Ihmisen riippuvuusikäyttäytyminen. Teoksessa Maria Inkinen, Airi Partanen ja Tiina Sutinen (toim.) Päihdehoitotyö. Helsinki: Tammi, 26-36.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2003. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 1.-2. painos. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.
- Weckroth, A. 2001. Päihteestä huumeeksi – huumeongelman kulttuuriset tulkinnat. Teoksessa Ritva Piisi (toim.) Huumetyö. Helsinki: Tammi, 30-47.

Liite 1

KUTSU HAASTATTELUUN

Hei!

Olen kolmannen vuoden sosionomi-diakoniopiskelija Porin Diakonia-ammattikorkeakoulusta. Teen opinnäytetyötä yhteistyössä xxxxxx Pelastusarmeijan asuntolan kanssa. Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää asuntolan asukkaiden kokemuksia ja ajatuksia asuntolan kristillisyydestä. Selvitän työssäni myös hengellisyyden vaikutusta asukkaiden elämänhallintaan.

Haluaisin haastatella Teitä kokemuksistanne ja ajatuksistanne. Haastattelu on keskustelun kaltainen tilanne, joka toteutetaan Pelastusarmeijan asuntolan tiloissa. Kaikki haastattelumateriaali käsitellään luottamuksellisesti ja nimettömästi. Haastattelu tapahtuu Pelastusarmeijan asuntolalla _____ klo _____. Tervetuloa!

Osallistumisesi haastatteluun on tärkeää ja olisin siitä erittäin kiitollinen! Vastaa myös mielelläni mahdollisiin kysymyksiin koskien opinnäytetyötäni ja haastatteluja.

Porissa 2.2.2012

Ystävällisin terveisin

Veera Niemenoja

puh. xxx-xxxxxxx

veera.niemenoja@student.diak.fi

Liite 2

LUPA HAASTATTELUA JA SEN NAUHOITTAMISTA VARTEN

Hei arvoisa haastatteluun osallistuja!

Haastattelu nauhoitetaan myöhempää käsittelyä varten. Kaikki haastattelumateriaali käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti ja nimettömästi. Haastatteluista saatavia tietoja käytetään vain ja ainoastaan kyseisessä opinnäytetyössä. Haastattelunauhut tuhoetaan asianmukaisesti, kun ne on purettu tekstiksi.

Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista ja voitte halutessanne keskeyttää sen milloin tahansa.

Kiitos osallistumisestasi haastatteluun!

Ystävällisin terveisin

Veera Niemenoja

Osallistun haastatteluun ja annan luvan nauhoitukseen sekä nauhoitetun materiaalin käyttöön opinnäytetyössä.

xxxxxx _____

Allekirjoitus _____

Nimenselvennys _____

Liite 3

TEEMAHAASTATTELURUNKO

I TAUSTATIEDOT

- Ikä?
- Miten päädyit Pelastusarmeijan asuntolaan?
- Kuinka kauan olet asunut asuntolassa?
- Oletko asunut asuntoloissa tai hoitolaitoksissa aikaisemmin? Minkälaisissa?
- Millaisia päihteitä käytit/käytät?
- Kuinka kauan?
- Mikä on suhteesi päihteisiin nyt?

II ASUNTOLAN KRISTILLISYYS

- Miten asuntolan kristillinen arvopohja näkyy asuntolan arjessa? Mitkä tekijät viestittävät kristillisyydestä?

III ASUNTOLAN KRISTILLISYYDEN MERKITYS

- Miten koit hengellisyyden ennen asuntolaan tuloa?
- Osallistutko asuntolan hengelliseen toimintaan?
- Oletko uskossa? Tulitko uskoon asuntolassa asumisesi aikana?

IV HENGELLISYYDEN VAIKUTUS ELÄMÄNHALLINTAAN

- Miten koet Jumalan avun elämässäsi?
- Onko uskoontulo vaikuttanut päihdekäyttäytymiseesi? Millä tavoin hengellisyys tukee päihteettömyyttäsi?
- Miten hengellisyys tukee arjessa selviämistäsi?
- Millainen elämäntilanteesi oli ennen uskoontuloasi? Miten elämäntilanteesi on muuttunut uskoontulosi jälkeen?
- Miten hengellisyys käytännössä vaikuttaa elämääsi?
 - onko se saanut muutosta aikaan
 - miten muutos on näkynyt
- Mitä hengellisyys merkitsee sinulle tällä hetkellä arjen keskellä?