



Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteen päiväkeskustoiminnan merkitys päihdekuntoutujille

Petri Alkio & Antti Hämäläinen



Laurea-ammattikorkeakoulu

**Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteen
päiväkeskustoiminnan merkitys päihdekuntoutujille**

Petri Alkio & Antti Hämäläinen
Sosionomikoulutus
Opinnäytetyö
Huhtikuu, 2021

Petri Alkio, Antti Hämäläinen

Stop Huumeille ry:n päiväkeskustoiminnan merkitys päihdekuntoutujille

Vuosi

2021

Sivumäärä

42

Opinnäytetyömme laadullisen tutkimuksen tavoite oli tutkia avoimien haastatteluiden kautta ja valitsemillamme teemoilla Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteen päivätoiminnan merkitystä sen kävijöille. Lisäksi keräsimme Stop Huumeille ry:n toiveesta kehitysideoita päivätoiminnan kehittämiseen ja tietoa väliaikaisen sulkemisen vaikutuksista kävijöiden päihdeettömänä pysymiseen.

Stop Huumeille ry on Helsingin Itä-Pasilassa toimiva kolmannen sektorin yhdistys, joka tarjoaa apua, tukea ja päivätoimintaa päihdekuntoutujille. Stop Huumeille ry:n päivätoiminnan tarkoitus on tukea ja edistää päihdekuntoutujien päihdeettömää elämää. Stop Huumeille ry:n toiminta muodostuu mm. Fattaluuta ja Radalta Himaan -hankkeista ja itse yhdistyksen päivätoiminnasta. Stop Huumeille ry tarjoaa muun muassa päivätoiminnan lisäksi bänditoimintaa ja viikonloppuisin urheilumahdollisuuksia halukkaille. Olemme rajanneet opinnäytetyössämme Fattaluuta -hankkeen ulkopuolelle, koska se ei kuulu päivätoimintaan vaan Fattaluuta -hanke on virastoasioihin keskittynyt vertaispalveluohjaajakoulutus.

Opinnäytetyömme teemoina olivat päiväkeskustoiminnan vaikutus yhdistyksen kävijöiden elämään ja arjenhallintaan, yhteiskuntaan osallistava vaikutus sekä vertaistuen merkitys. Opinnäytetyössämme selvitimme myös mikä toiminto päiväkeskustoiminnassa tuki Stop huumeille ry:n asiakkaiden päihdekuntoutumista parhaiten. Tietoperustaksi avasimme opinnäytetyömme tutkimuksen teemojen käsitteet arjen hallinta, sosiaalinen kuntoutus, osallisuus ja vertaistuki.

Opinnäytetyömme tulokset on analysoitu kymmenestä Stop Huumeille ry:n vakituisen kävijän haastattelusta. Haastattelut tehtiin heinä - ja elokuun 2020 aikana. Kaikki haastateltavat olivat Stop Huumeille ry:n vakituisia kävijöitä ja määrittivät itse itsensä päivätoiminnan vakituisiksi kävijöiksi. Kymmenen haastattelua on asianmukainen määrä laadulliseen tutkimukseen. Litteroimme haastatteluiden tulokset siten, että kaikki ylimääräiset sanat on jätetty pois, kirjoitettu puhtaaksi ja abrahamoitu opinnäytetyön tutkimuskohde huomioon ottaen.

Asiasanat: päivätoiminta, vertaistuki, päihdeettömyys, osallisuus

Antti Hämäläinen, Petri Alkio

Stop Huumeille registered association's influence on customers of drug rehabilitation

Year	2021	Pages	42
------	------	-------	----

The aim of this qualitative thesis was to investigate the significance of the day-to-day activities of the Stop Huumeille association's Helsinki office for its visitor through open interviews. In addition, at the request of Stop Huumeille, development ideas were collected for day activities and information on the effect of the temporary closure.

Stop Huumeille is a third sector registered association located in eastern Pasila, Helsinki, which offers help, support and day activities for alcohol and drug rehabilitation. In Finland, there are not many other places to seek support from after rehabilitation besides different kinds of conversation groups and organizations who support rehabilitation in their own ways. The purpose of Stop Huumeille's day activities are to support and advance the substance-free life of its'-clients. Its activity is built on projects like Fattaluuta and Radalta Himaan and its day activities. Other than day activities, it offers things like band-activity and on weekends sport opportunities to customers interested in them. We have removed Fattaluuta project from our thesis because it is not included in day activities, but it is a project focused on bureau level peer-to-peer service instructor training.

The themes of this thesis were the influence of day activities on the clients' day to day lives, their participatory effect to society and the importance of peer support. The thesis identified what clients thought were the best practices for helping their rehabilitation offered by Stop Huumeille. The theoretical framework included the themes of the thesis managing everyday life, social rehabilitation, involvement and peer support.

The results of this thesis were analyzed based on interviews with ten clients who defined themselves as regular of Stop Huumeille. The interviews took place between July and August 2020. Ten interviews are an acceptable amount for conducting quality research. The interviews were transcribed so all unnecessary words were omitted and summarised relevantly to subject..

Keywords: day activities, peer support, drug-free, involvement

Sisällys

1	Johdanto.....	7
2	Toimipaikan esittely	8
2.1	Stop Huumeille ry tarjoaa vertaistukea päihdekuntoutujille	10
2.2	Stop Huumeille ry:n asiakas- ja henkilökunta	11
2.3	Virtuaalinen Stop Huumeille ry:n ympäristö julistetun poikkeustilan alla	11
2.4	Fattaluuta ja Radalta Himaan - hankkeet	11
2.5	Stop Huumeille ry:n yhteiskunnallinen merkitys.....	12
2.6	Päihdepalvelut ja huume politiikka Suomessa	12
2.7	Kansainvälisistä yleissopimuksista	13
2.8	Suomen huumausainelainsäädännön perusta.....	14
3	Opinnäytetyön teoriaosuus.....	14
3.1	Arjen hallinta ja sosiaalinen kuntoutus	15
3.2	Osallisuus.....	16
3.3	Vertaistuki	17
4	Tutkimuksen tausta	19
4.1	Tutkimuksen tavoite	20
4.2	Käytetyt tutkimusmenetelmät	21
4.3	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys.....	22
4.4	Aineiston analysointi.....	23
5	Tutkimustulokset	24
5.1	Päiväkeskustoiminnan vaikutus elämään ja arjenhallintaan	24
5.2	Yhteiskuntaan osallistava vaikutus	26
5.3	Vertaistuen merkitys	28
5.4	Stop Huumeille ry:n päivätoiminnassa parhaiten tukeva toiminto.....	28
5.5	Stop Huumeille ry:n väliaikaisen sulkemisen vaikutukset vakituisille kävijöille ..	29
5.6	Kehitysideat Stop Huumeille ry:n päivätoiminnan kehittämiseksi	29
6	Yhteenveto tutkimustuloksista	30
7	Pohdinta	31
	Kuviot	37

1 Johdanto

Opinnäytetyössämme tutkimme opinnäytetyömme tilaajan Stop Huumeille ry:n päivätoiminnan merkitystä päihdekuntoutujille kymmenen avoimen haastatteluiden kautta. Stop Huumeille ry on päihdekuntoutujille päivätoimintaa järjestävä ja päihdekuntoutujia vertaistuellla tukeva yhdistys. Yhdistyksen toiveena oli, että sen Helsingin toimipisteen päivätoiminnan merkitystä tutkittaisiin ja sitä ei olla aikaisemmin tutkittu opinnäytetyön muodossa. Stop Huumeille ry halusi myös, että tutkisimme toimipaikan väliaikaisen sulkemisen merkitystä päihdekuntoutujien elämään ja selvittäisimme kehitysideoita päivätoimintaan liittyen.

Stop Huumeille ry on STEA-rahoituksella toimiva yhdistys ja toimintaedellytyksenä on rahallisen tuen saaminen, jotta yhdistyksen toiminta voisi jatkua vuodesta toiseen. Yhdistyksellä on oma lehti nimeltään Stop Huumeille, joka ilmestyy 4 kertaa vuodessa. Stop Huumeille-lehteä myydään puhelinmyynnin kautta. Lehden myyminen on osa yhdistyksen varainhankintaa, jolla rahoitetaan sen toimintaa.

Rajasimme yhdistyksen toiminnoista pois Fattaluuta -koulutuksen ja Radalta Himaan -hankkeesta kaiken muun paitsi Radalta Himaan keskusteluryhmän, jotta saimme opinnäytetyöstämme tarkan ja hyvän tutkimuskokonaisuuden koskemaan juuri päivätoiminnan merkitystä päihdekuntoutujille. Radalta Himaan keskusteluryhmä pidetään perjantaisin klo 13.30-15 Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteen tiloissa. Maailmalla levinneen koronaviruksen takia Suomen hallitus asetti välittömästi maaliskuun 16. päivä eteenpäin julkisten tilojen rajoituksia ja ulkona liikkumisen rajoituksia (Valtioneuvosto, 2020), jonka takia Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipiste suljettiin maaliskuun 16. päivä väliaikaisesti kesäkuun 7. päivä asti. Päivätoimintaa käynnistettiin vähitellen kesäkuun 7. päivästä alkaen. Tilanteeseen reagoitiin Suomen hallituksen linjausten mukaisesti ja Suomen lakin mukaan huomioiden. (Stop Huumeille ry, 2020.)

Stop Huumeille ry:n tilojen väliaikainen sulkeminen poikkeuslain nojalla mahdollisti tutkia opinnäytetyössämme Stopin toiveesta yhdistyksen väliaikaisen sulkemisen vaikutuksia päihdekuntoutujan elämään. Tämä tutkimuksen kohde tuki päivätoiminnan merkitystä ja kertoi yhdistyksen todellisesta merkityksestä kävijöille päihdetyön kentällä. Tämä oli ainutlaatuinen ja poikkeuksellinen tilaisuus tutkia toimipisteen sulkemisen vaikutuksia, koska tällainen yleismaailmallinen tilanne oli jo tapahtunut ja siihen oli reagoitu sulkemalla yhdistyksen Helsingissä sijaitseva toimipiste.

Puhumme opinnäytetyössämme haastateltavista sanoilla ”kävijät”, ”vakituiset kävijät” ja ”päihdekuntoutujat” sillä hetkellä, miten se on sopiva asiayhteyteen. Stop huumeille ry:stä käytämme ”yhdistys”, ”Stoppi” tai ”Stop Huumeille ry”. Stopin päivätoimintaan viittamme ”päivätoiminta” tai ”päiväkeskustoiminta”.

Avoimen haastattelun teemoina olivat arjen hallinta, osallisuus ja vertaistuki, jotka sitovat hyvin yhteen päiväkeskustoiminnan merkityksen tutkimisen sen kävijöille. Opinnäytetyömme avoimen haastattelun kysymykset vakituisten kävijöiden päihteettömänä pysymisestä ja retkahduksilta välttymiseltä toimipaikan sulkeutumisen aikana, vakituisten kävijöiden käyntikerrat viikoittain ja vuosikäynnit Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteessä antavat lisätukea kuinka tärkeänä ja merkittävänä Stoppi on paikkana päihdekuntoutujille. Myös kuinka hyvin Stopin päivätoiminta tukee päihdekuntoutujia.

Päivätoiminnan merkitystä voidaan mielestämme mitata parhaiten rajaamalla haastatteluun osallistuminen siten, että opinnäytetyön yksilöhaastatteluun osallistumisen kriteerinä on, että yksilöhaastatteluun osallistuja määrittelee itse itsensä yhdistyksen vakituiseksi kävijäksi.

Päivätoiminnan pitäminen mahdollisimman samankaltaisena Stoppi siirtyi toiminaan väliaikaisen sulkemisen myötä Facebookiin suljettuun ryhmään, johon lisättiin päivätoiminnan kävijöitä. Virtuaalisen toimintaympäristön ideana oli mahdollistaa päihdekuntoutujille Stopin päivätoimintaa virtuaalisesti, vaikka se ei korvannut fyysisen toimipisteen päivätoimintaa.

2 Toimipaikan esittely

Stop Huumeille ry on päihdekuntoutujia varten perustettu yhdistys ja se on keskittynyt tarjoamaan vertaistuellista apua päihdekuntoutujille. Yhdistys perustettiin vuonna 2000. Nykyinen toimipiste avattiin vuonna 2004 ja se sijaitsee Helsingin Itä-Pasilassa Pakkamestarinkatu 2:ssa. Stop Huumeille ry:n kävijöille tarjottiin aluksi päihteettömiä tapahtumia, erilaisia harrastemahdollisuuksia ja osallistuvaan draamaan perustuvia infoja. Itä-Pasilan suuremmat toimitilat antoivat yhdistykselle mahdollisuuden laajemman päivätoiminnan aloittamiseen. Stop Huumeille ry on uskonnollisesti, poliittisesti ja aatteellisesti sitoutumaton. Yhdistyksen tarkoitus on tukea päihdekuntoutujia päihteettömissä elämäntavoissa. Stop Huumeille ry:tä rahoittaa pääasiassa STEA ja sen oma varainhankinta, jossa työskentelee yksi ihminen. (Stop Huumeille ry, 2018, 4.)

Stop Huumeille ry:n perusarvoihin kuuluu omana itsenään ihmisten kunnioittaminen, tasa-arvo, yhteistyö ja oikeudenmukaisuus. Stop Huumeille ry:ssä ihmisen taustoja kunnioitetaan ja niitä ei kysellä. Stop Huumeille ry:ssä jokainen saa kertoa itsestään sen minkä itse haluaa ja pitää välttämättömänä. Stopissa jokaista kävijää tuetaan hänen omien henkilökohtaisten tarpeidensa ja halujensa mukaisesti. Toiminnan tarkoituksena on pyrkiä parantamaan päihdekuntoutujien elämäntilannetta. Toiminta perustuu läsnäoloon, vertaistukeen, päihteettömiin vaihtoehtoihin ja vapaaehtoisuuteen. Stop Huumeille ry edellyttää toimintaan osallistujilta ainoastaan päihteettömyyttä. Stop Huumeille ry:n missiona on tukea päihdekuntoutujia huonoina ja hyvinä päivinä sekä tarjota päihteettömiä vaihtoehtoja niitä haluaville (Stop Huumeille ry 2018, 6).

Toiminta-ajatuksena Stop Huumeilla ry:llä on tukea päihdeettömyyttä tarjoamalla mahdollisuuden saada maksutonta, vertaistukeen perustuvaa päihdeetöntä tekemistä aikuisille päihdekuntoutujille. Toiminta ajoittuu arkisin päiväkeskukseen. Toimintaa on myös iltaisin ja viikonloppuisin erilaisten harrastuksien ja päihdeettömien tilaisuuksien muodossa. Stop Huumeille ry pyrkii myös auttamaan sosiaalialan työntekijöitä ja opiskelijoita tutustuttamalla heitä päihdekuntoutujien kohtaamiseen tarjoamalla työharjoittelupaikkoja ja vierailuja Helsingin toimipisteeseen. Kaikki ovat tervetulleita Stop Huumeille ry:n toimitiloihin. (Stop Huumeille ry 2018, 6).

Usein ensikosketus Stop Huumeille ry:n uusiin asiakkaisiin saadaan Radalta Himaan toiminnan kautta, jossa työpari vertaisten kanssa kiertää eri päihdehoitoyksiköissä järjestämässä erilaisia infoja, toiminnallisia ryhmiä ja keskusteluja. Tämän toiminnan tarkoitus on auttaa päihdekuntoutujia päihdekuntoutusjakson jälkeisten asioiden suunnittelussa ja järjestelyssä. Radalta Himaan toiminnassa kartoitetaan päihdekuntoutujien erilaisia tuen tarpeita, kuten asunnon tarvetta ja virastoasioiden hoitoa. Tarpeen vaatiessa esitellään eri tukimuotoja siirryttäessä päihdeettömään elämään. Näitä suunnitelmia tehdessä yleensä tutustutaan asiakkaaseen ja asiakkaat tutustuvat vertaisiin sekä Radalta Himaan toiminnan työntekijöihin. Tämä on omiaan alentamaan kynnystä lähteä mukaan Stop Huumeille ry:n muihin toimintoihin, kuten olohuonetoimintaan. Tätä kautta päihdekuntoutujan on mahdollista saada apua erilaisiin arjen ongelmiinsa Stop Huumeilta ry:ltä. (Stop Huumeille ry, 2018, 6-7.)

Järjestöt ja yhdistykset, jotka tuottavat päihdetyön päiväkeskustoimintaa ovat merkittäviä yhteiskunnallisia vaikuttajia toiminnallaan ja tuottavat toiminnallaan hyvinvointia. Monille päihdeongelmalliselle nämä järjestöt ja yhdistykset rakentavat areenan, jolla he voivat kokea yhteisöllisyyttä ja antavat mahdollisuuden päihdeongelmallisille saada voimavaroja itselleen yhteisestä sosiaalisesta pääomasta. (Päiväkeskus mahdollisuutena 2007, 18.)

Stop huumeille ry järjestää erilaisia toimintoja, jotka haluavat viettää aikaansa päihdeettömästi. Stoppi on avoinna arkipäivisin maanantaista torstaihin klo 9-15 ja perjantaisin klo 9-20. Stop huumeille ry:ssä kävijät voivat saada vertaistukea ja siellä päivystää maanantaista perjantaihin klo 9-15 koulutettu Fattaluuta, jolta voi saada apua erilaisten lomakkeiden täyttämiseen ja muun muassa Kansaneläkelaitoksen asioiden hoitamisessa.

Stop Huumeille ry:n tiloissa on mahdollista pelata biljardia ja muita pelejä. Yhdistys tarjoaa päivittäin välipalaa, lounasta ja kahvia. Lähellä Stoppia sijaitseva K-market Pasaatin kanssa on sopimus hävikkiruuan ja muiden tuotteiden saamisesta lahjoituksena. Lahjoitukset haetaan joka arkipäivä klo 9 jälkeen. Useimmiten lahjoitukset sisältävät erilaisia leipiä, muita paistopisteen tuotteita ja makeisia. Stopin kävijät voivat halutessaan tullessaan tai lähtiessään ottaa mukaansa näitä lahjoituksia. Yhdistyksen tiloissa on mahdollisuus myös peseytyä ja pestä

pyykkiä. Stopissa kävijöiden on myös mahdollista käyttää Stop Huumeille ry:n toimitilojen kanssa samassa kiinteistössä sijaitsevaa kuntosalia.

Stop Huumeille ry:llä on myös yhteistyösopimus Finnbody Vallila kuntosalin kanssa, jossa sen kävijät voivat käydä harjoittelemassa kolme kertaa viikossa henkilökunnan kanssa. Stopin tiloissa on myös tietokoneita, internet ja puhelin vapaassa käytössä. Kaikki toiminta Stop Huumeille ry:ssä on kävijöille maksutonta. Yhdistyksellä on myös vaihtuva viikko-ohjelma, jossa kerrotaan kävijöille erilaisista tapahtumista joita se järjestää, mutta jotka eivät sisälly normaaliin vakituiseen viikko-ohjelmaan. Tällaisia tapahtumia Stop Huumeille ry:ssä ovat muun muassa syntymäpäivät, vappu, jouluaatto, tempaukset, elokuvaillat, keilailu, näyttelyt, liikuntapäivät ja kisastudiot.

Stop Huumeilla ry:stä voi myös saada työkokemusta työskentelemällä siellä vapaaehtoisena, työkokeilussa ja kuntouttavassa työtoiminnassa. Työtehtävät Stopissa rakentuvat suurelta osin yhdistyksen päiväkeskustoiminnan ylläpitämiseen. Stopissa on myös mahdollista suorittaa koevapautta, yhdyskuntapalvelua tai opintoihin liittyvää työharjoittelua, jotka ovat yleensä sosiaali- ja terveyden alan opiskelijoiden suosiossa.

2.1 Stop Huumeille ry tarjoaa vertaistukea päihdekuntoutujille

Vertaistuki on yksilön omiin aikaisempiin kokemuksiin nojaavaa yksilöiden välistä keskeistä tukea, jota tehdään tai toteutetaan yhdessä (Terveyskylä, 2019). Yhdistyksenä Stop Huumeille ry on tärkeä niille päihdekuntoutujille, jotka haluavat viettää aikaa selvinpäin erilaisten päihdeettömien viikko-ohjelmien ja toimintapäivien merkeissä. Stopissa on tapana järjestää juhlapyhinä tapahtumaa ja juhlia. Monille päihdekuntoutujille juhlapäivät ovat vaikeita, koska juhlapäivien viettoon assosioidaan hyvin helposti ja usein päihteiden käyttöä.

Päihdeettömät tapahtumat mahdollistavat kävijöiden keskinäiset tapaamiset ja antavat näin mahdollisuuden kävijöiden välillä tapahtuvaan vertaistukeen. Stop Huumeille ry tarjoaa myös kävijöilleen mahdollisuuden osallistua vapaaehtoisena yhdistyksen toimintaan, työkokeiluun tai kuntouttavaan työtoimintaan. Näin on mahdollista, että entiset ja jo paremmin kuntoutuneet päihdekuntoutajat pääsevät antamaan vertaistukea uudemmille kävijöille. Stop Huumeille ry:ssä muodostuu ympyrä, jossa vanhemmat kävijät antavat vertaistukea uusille kävijöille.

Erilaiset retket, tapahtumat, toimintapäivät, bänditoiminta, harrastukset ja liikuntatoiminta ovat Stop Huumeille ry:n tarjoamaa vertaistukea mahdollistavaa toimintaa. Erilaiset infot yhdistyksestä ja yhdistyksen olemassaolosta, pidetään Radalta Himaan -toiminnan yhteydessä. Infossa kerrotaan yhdistyksen toiminnasta ja, että tällainen paikka on olemassa päihdekuntoutujille esimerkiksi katkaisuhoidon jälkeen. Infoja pidetään katkaisuhoido- ja päihdekuntoutusyksiköiden lisäksi Metropolian ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijoille ja erilaisissa tapahtumissa (Stop Huumeille ry 2018, 14).

Stop Huumeille ry:ssä osalla työntekijöistä on omaa entistä päihdetaustaa, joka edesauttaa työntekijöitä niin, että kävijät tuntevat olevansa vertaisia työntekijöidenkin kanssa. Yhteistä asiakkailla ja henkilökunnalla voi olla muun muassa päihteiden käyttöhistoria, mutta tarinat ovat erilaiset. Henkilökunnan tarjoama vertaistuki on täten laadukasta, koska tuki nojautuu henkilökunnan omakohtaisiin kokemuksiin ja koulutukseen. Kun päihdekuntoutuja lopettaa päihteiden käytön, on hänen toipumisensa ja päihhteettömänä pysymisensä kannalta tärkeää saada riittävästi vertaistukea.

2.2 Stop Huumeille ry:n asiakas- ja henkilökunta

Stop Huumeille ry:n asiakaskunta on kirjavaa ja siihen mahtuu monenlaisia kävijöitä. Suurinta osaa asiakkaista yhdistää päihdetausta ja -historia. He ovat sattuman kautta tulleet yhdistyksen toimintaan mukaan ja tykättyneet yhdistyksen toimintaan. Stopin kävijät ovat suurimmaksi osaksi päihdekuntoutujia. Stop Huumeille ry:n kävijän taustoilla ei ole väliä, koska kaikkia kävijöitä pyritään tukemaan eteenpäin. Yhdistyksen kävijät ja Stop Huumeille ry kuvailevatkin yhdistystä aikuisten nuorisotalona (Stop Huumeille ry 2018, 6). Stop Huumeille ry:n tiloihin on tervetullut jokainen täysi-ikäinen yksilö, jolla on takanaan vähintään yksi päivä selvinpäin oloa.

Stop Huumeille ry:n henkilökunta on vaihtuvaa sen henkilöstörakenteiden takia. Henkilökuntaan kuuluu vakituiset työntekijät, palkalliset määräaikaiset työntekijät ja työharjoittelijat ja työkokeilijat, jotka ovat kuntouttavassa työtoiminnassa tai työkokeilussa. Stopissa on erillinen hallinto, joka hoitaa järjestön kirjanpidon ja palkanlaskennan. Henkilöstön työnimikkeitä ovat muun muassa päihdetyöntekijä, vertaistoiminnan koordinaattori ja muut koordinaattorit, vertaistyöntekijä, hallintosihteeri ja varainhankkija.

2.3 Virtuaalinen Stop Huumeille ry:n ympäristö julistetun poikkeustilan alla

Yleismaailmallisen poikkeustilan vuoksi Stop Huumeille ry joutui sulkemaan Helsingin toimipisteensä väliaikaisesti maaliskuussa 2020 ja siirtyi ns. virtuaaliseen Stoppiin, joka on suljettu Facebook-ryhmä ja sinne kutsuttiin vain sen hetkisiä yhdistyksen aktiivikävijöitä. Jos muilla yhdistyksen päihdekuntoutujilla on ollut tarve päästä virtuaaliseen Stoppiin, on heidät lisätty sinne heidän omasta pyynnöstään myöhemmin. Stoppi yritti pitää toimintansa mahdollisimman normaalina ja samanlaisena kuin fyysisessä Helsingin toimipisteessä, mutta virtuaalisesti toteutettuna. Virtuaalisessa Stop Huumeille ry:ssä pidettiin joka arkipäivä tapahtumia, jossa pystyi keskustelemaan muiden vakituisten kävijöiden ja henkilökunnan kanssa esimerkiksi aamukahvien merkeissä.

2.4 Fattaluuta ja Radalta Himaan - hankkeet

Radalta Himaan on 2013 Stop Huumeille ry:n perustama hanke, jota rahoittaa STEA eli Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. Radalta Himaan hanke on päihdekuntoutukseen

tarkoitettu hanke. Hankkeessa Stop Huumeille ry pyrkii tarjoamaan tarvittavaa tukea ja apua päihdekuntoutujille siirtymisessä päihdelaitoshoidosta eteenpäin. Nykyään Radalta Himaan -toiminta on osana STEA:n rahoittamaa vertaistukitoimintaa. Radalta Himaan -toiminnassa työskentelevät vertaistyöntekijät, jotka toimivat työparina toiminnassa. Radalta Himaan kohteita ovat erilaiset päihdehoitoyksiköt, joissa tapaamiset työparin ja päihdekuntoutujien ryhmien välillä ovat keskustelevia ja toiminnallisia. Stop Huumeille ry:n kanssa yhteistyössä toimivissa päihdehoitoyksiköissä kuten Laakson sairaalassa käydään tietyn välein pitämässä Radalta Himaan -ryhmiä. Radalta Himaan -ryhmissä pyritään ottamaan tilannekohtaisesti ryhmä huomioon, että sinne pyritään tuomaan sovelias vapaaehtoinen henkilö mukaan, joka palvelisi parhaalla mahdollisella tavalla sen kertaisen päihdehoitoyksikön ryhmän asiakkaita. Päihdehoitoyksiköiden ryhmien pitämisen idea on haastaa sen yksilöitä jo hoidon alku vaiheessa suunnittelemaan jatkoa omalle elämälle.

Stop Huumeille ry:n Fattaluuta-toimintaa on kehitetty päihdekuntoutujien ajatuksien ja tarpeiden pohjalta vuodesta 2011. Fattaluuta on koulutus, jossa vertaisia koulutetaan vertaispalveluohjaajiksi eli yhteiskuntamme palvelujärjestelmien ja virastoasiointien osajiksi muun muassa kelahakemuksien täyttämiseen. Niin kutsutut Fattaluudet auttavat muita päihdekuntoutujia kela-asiointien kanssa ja päivystävät Fattaluudet tekevät kelapäivystyksiä, joissa autetaan Kansaneläkelaitoksessa asioivia muita asiakkaita. Fattaluudet lähtevät tarvittaessa mukaan asiakkaiden virastokäynnille auttamaan. (Stop Huumeille ry 2018, 8-21.) Nykyään on mahdollista hoitaa virastoasioitaan Fattaluudan kanssa puhelimitse suoraan viraston asiointipalvelusta.

2.5 Stop Huumeille ry:n yhteiskunnallinen merkitys

Stop Huumeille ry on paikka, jossa voi vain viettää aikaa, jos niin haluaa. Asiakkaan jääminen vakituiseksi kävijäksi vuosien ajaksi kertoo yhdistyksen yhteiskunnallisesta merkityksestä, koska yhdistyksen palveluja ja tiloja käytetään jatkuvasti. Näin kävijä itse luo yhdistykselle yhteiskuntaan merkityksen. Jos Stop Huumeilla ry:llä ei olisi kävijöitä tai paikkaa, jossa kävijät pääsisivät viettämään vertaistuen merkeissä aikaa, ei sillä olisi yhteiskunnallista merkitystä. Suurimpana yhteiskunnallisena merkityksenä Stop Huumeille ry on päihdekuntoutujaa tukevana toimintona erilaisten palvelujärjestelmien viidakossa. Yhdistyksen yhteiskunnallinen merkitys yksilön päihdehoidon jälkeen on merkittävä. Stoppi tarjoaa mahdollisuuden ja tilaisuuden kuntoutumisen jatkumiseen vertaistuen muodossa näille yksilöille, jotka kokevat tarvitsevansa apua päihdehoidon jälkeen.

2.6 Päihdepalvelut ja huume politiikka Suomessa

Suomessa päihdepalveluiden kehittämisen suuntaviivat määrittelee Sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveysministeriö myös valmistelee lainsäädännön ja ohjaa uudistuksia ja niiden toteutusta. Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto Valvira ja

aluevirastot valvovat palveluiden laatua. Päihdepalvelujen järjestämisestä vastaavat kunnat ja niitä on järjestettävä kunnassa siinä määrin, kuin niille on tarvetta. Kunta voi tuottaa halutessaan palvelut itse tai yhdessä toisten kuntien kanssa. Kunnalla on myös mahdollisuus ostaa palveluita niitä tuottavilta yksityisiltä palveluntarjoajilta tai järjestöiltä. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2020.)

Päihdepalvelujen eri muotoja ovat avohuolto, laitostuntoutus, katkaisuhuolto ja näiden lisäksi on vielä olemassa niitä tukevia palveluita, kuten erilaiset asumispalvelut, sosiaalinen kuntoutus sekä päiväkeskukset, johon myös Stop Huumeille ry kuuluu. Kunnan päihdepalveluissa on pyritty huomioimaan päihdekuntoutujien lisäksi päihdekuntoutujien läheiset, joille on tarjolla vertaistukea erilaisissa vertaistukiryhmissä ja klinikoissa. Järjestöt ja moni yhdistys antavat tukea päihdekuntoutujille ja heidän läheisilleen. Päihdekuntoutujille vertaistukea antavat muun muassa A-killat, AA-ryhmät ja NA-ryhmät. Heidän läheisilleen tarkoitettuja palveluita ovat muun muassa Al-Anon ja Alateen ryhmät. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2020.)

Politiikka tarkoittaa aatesuuntaistatoimintaa ja vaikuttaa näkemyksiin kokonaisvaltaisesti. Kielitoimiston mukaan politiikan tarkoitus on vaikuttaa ”valtiollisiin, valtion välisiin ja yhteiskunnallisiin asioihin.” (Kielitoimiston sanakirja, 2020.) Suomessa huume politiikka noudattaa Suomen lainsäädäntöä ja kansainväliä yleissopimuksia. Huume politiikkaa on pyrkimys toteuttaa strategisesti kansallisesti ja kansainvälisesti. Taas huume politiikan ydin muodostuu strategioista. (Soikkeli 2001, 9.)

2.7 Kansainvälisistä yleissopimuksista

YK eli Yhdistyneet kansakunnat ovat määritelleet vuonna 1961 huume aineista yleissopimuksia ja joita Suomi on asettanut voimaan maan sisäisesti. Vuonna 1972 Huume aineiden yleissopimuksen lisäpöytäkirjassa Yhdistyneiden Kansakuntien maat, joihin kuuluu lähes kaikki maailman valtioista (Yhdistyneiden kansakuntien alueellinen tiedotuskeskus, 2009). ”Sopimuksella tarkoitetaan” huume aineiksi luokiteltuja aineita (Soikkeli 2001, 9), jotka on luetteloidu ja luetteloa päivitetään lakien ja säädösten mukaan.

Yleissopimuksia on tehty useampina vuosina kuten 1961 ja 1971. Yleissopimuksilla kontrolloidaan aineita, jotka ovat huume aineita ja lääke aineiksi luokiteltuja eli esimerkiksi rauhoittavat aineet. (Soikkeli 2001, 9). Huume aineet voidaan jakaa keskushermostoa kiihdyttäviin, niitä lamaannuttaviin ja hallusinogeenisiin eli aistiharjoja tuottaviin aineisiin. (Päihdelinkki).

Yleissopimuksien ansiosta Yhdistyneisiin Kansakuntiin kuuluvien maiden väleille on tehty yhteinen valvontajärjestelmä, jolla kontrolloidaan huume aineiden ja lääke aineiden käyttöä, kaupankäyntiä ja laitonta tuotantoa. Yleissopimuksissa on kuitenkin turvattu tieteellinen kokeilu ja aineiden mahdollinen lääkinnällinen tarkoitus. Sopimusmaan ei tarvitse säätää

huumausaineiden ja lääkeaineiden käyttöä ja hallussapitoa rangaistavaksi, koska yleissopimuksien tarkoitus on vain kontrolloida ja kontrolloimista ei tulkinnan mukaan aseteta rangaistavaksi. (Soikkeli 2001, 9-10.)

2.8 Suomen huumausainelainsäädännön perusta

Yhdistyneet Kansakunnat on vastannut maailman huumeongelmaan kolmella huumausaineyleissopimuksella vuosina 1961, 1971 ja 1988 (Drug Trafficking). Suomessa ensimmäinen huumausainelaki astui voimaan 1966. Huumausainelaki pohjautui Yhdistyneiden Kansakuntien vuonna 1961 huumausaineyleissopimuksessa lueteltuihin päätöksiin ja aineisiin. Lain tarkoituksena oli vahvistaa kielteisiä asenteita huumausaineita kohtaan, eikä käyttäjien rankaiseminen. (European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction, 2012.) Tämän jälkeen lakia on täsmennetty lukuisia kertoja ja pidetty tarpeen mukaan ajan tasalla.

Huumausainelaki 3 §:n mukaan huumausaineella tarkoitetaan vuonna 1961 solmitussa huumausaineyleissopimuksessa mainittuja aineita ja valmisteita sekä 1971 yleissopimuksessa mainittuja aineita ja valmisteita. Euroopan parlamentin ja neuvoston direktiiveillä määritelmään on tehty lisäyksiä koskien mm. psykoaktiivisia aineita, kat-kasvia, kaktuskasveja, jotka sisältävät meskaliinia ja Psilosybe-sieniä. Huumausaineeksi voidaan yksinkertaisesti laskea myös sellaiset aineet, joita käytetään huumaantumistarkoituksessa. Valtioneuvosto voi halutessaan asetuksillaan antaa tarkempia säännöksiä kielletyistä aineista tai lisätä aineita huumausaineiksi luokiteltavien aineiden listalle. (Huumausainelaki 934/218.)

3 Opinnäytetyön teoriaosuus

Opinnäytetyössämme teoreettisena viitekehystenä ovat arjen hallinta, osallisuus ja vertaistuki, joiden pohjalle Stop Huumeille ry:n toiminta on rakennettu. Teoreettinen viitekehys yhdistää Stopin toiminnan arvopohjan ja samalla meidän opinnäytetyömme tutkittavan aiheen keskenään. Yhdistyksen omasta visiosta, missiosta ja toiminta-ajatuksesta ilmenee, että he ovat lisäämässä osallisuutta, tukemassa arjen hallintaa ja tarjoamassa vertaistukea nivelvaiheen päihdekuntoutujille. Kohderyhmänä ovat omalla toipumisen tiellä olevat päihdekuntoutujat, jotka käyvät Stop Huumeille ry:n päivätoiminnassa mukana. Teoriaosuutemme tukee Stop Huumeille ry:n vakituisten kävijöiden haastatteluja, joiden teemoina ovat arjen hallinta, osallisuus ja vertaistuki. Teoriaosuutemme sisältää myös tietoa Suomen huume politiikasta, tietoa huumausaineiden kansainvälisistä yleissopimuksista ja Suomen huumausainelainsäädännön perustasta.

3.1 Arjen hallinta ja sosiaalinen kuntoutus

Arjen hallinta on, että yksilö osaa hoitaa omat asiansa luodakseen itselleen arkirytmien, jotta elämä pysyy järjestyksessä eikä ole sekavaa ja kaoottista. Elämännhallinnassa on kyse muun muassa arjen perusasioiden hoitamisesta kuten riittävästä unen saannista, unirytmistä, peseytymisestä, hygieniasta, hyvistä sosiaalisista suhteista, vuorovaikutustaidoista, omasta toimeentulosta ja pärjäämisestä yhteiskunnassa tuen kanssa tai ilman tukea. Arjen hallinta muodostaa elämän hallinnan kokonaisuuden. Arjen hallinta mahdollistaa, että yksilö voi elää itse ihmisarvoista elämää. Kun nämä asiat ovat kunnossa, yksilön elämän hallinta on myös kunnossa.

Kaikki puutokset arjen hallinnassa voivat aiheuttaa syrjäytymistä. Kun yksilö syrjäytyy, on riski, että ihminen kokee yksinäisyyttä, masentuneisuutta ja näiden kaikkien ongelmien kasaantuessa yksilö saattaa lääkittää päihteillä itseään ja paha oloaan. Pidempiaikainen itsensä lääkitseminen päihteillä johtaa useimmiten vaikeisiin päihdeongelmiin. Pitkään jatkuneessa päihteiden käytössä yksilöllä ei ole enää arki hallinnassa. Täten toipumista voidaan hoitaa helpommin ja siitä toipumista, jos elämän hallinta saadaan kuntoon. (Lahti & Pienimäki 2007, 138.)

Sosiaalisessa kuntoutuksessa on tarkoitus edistää yksilön arjenhallintaa ja elämännhallintaa. Päihdeongelmissa sosiaalinen kuntoutus keskittyy elämäntilanteiden parantamiseen, tukemiseen, sosiaalisten suhteiden ja vuorovaikutustaitojen palauttamiseen. Sosiaalista tukea voidaan toteuttaa yksilöllisesti tai ryhmämuotoisena tukena.

Sosiaalinen kuntoutus ennaltaehkäisee ongelmia ja tukee ongelmista ja täten voidaan puhua ennaltaehkäisevästä toiminnasta. Sosiaalinen kuntoutus nähdään myös kuntouttavana ja ongelmia ratkaisevana arjen ja elämän hallinnallisissa asioissa. Terveiden ja Hyvinvoinnin laitoksen tutkimusten mukaan sosiaalisen kuntoutuksen tehtävänä on toimintakyvyn ja osallisuuden vahvistaminen ja lisääminen yhteiskunnassa. (Terveiden ja Hyvinvoinninlaitos, 2017.)

Sosiaalisen kuntoutuksen perustana on sosiaalinen toimintakyky eli toimiminen omassa elämässä ja yhteiskunnassa. Sosiaalinen toimintakyky voidaan luokitella aineellisiin, sosiaalisiin ja henkisiin resursseihin. Sosiaalisiin resursseihin kuuluvat ihmissuhteet ja aineellisiin resursseihin vaatteet, asunto ja ruoka. Henkisiin resursseihin kuuluvat oman arjen hahmotuskyky ja kuinka hallita sitä arkea. Huolehtiminen omasta henkisestä hyvinvoinnista kuuluu myös henkisiin resursseihin. Sosiaaliset resurssit käsittävät yksilön sosiaalisen verkoston ja kyvyn hoitaa omia ihmissuhteita. (Lahti & Pienimäki 2007, 138.)

Päihdeongelmista toipumisesta on paljon tutkimustietoa. Tutkimustieto osoittaa, että sosiaalisen tuen merkitys päihderiippuvuuksista toipumisessa on tärkeää toipumisprosessissa. Sosiaalisten suhteiden luonteen mukaan ne joko tukevat päihteiden käytön lopettamista tai

eivät tue. (Lahti & Pienimäki, 2007, 143). Päihdeongelmaisten huonon itsetunnon takia päihdeongelmaista täytyy kunnioittaa ja arvostaa ihmisenä muutakin kuin päihdehoidon aikana. Kun ihmistä arvostetaan lähtökohdista riippumatta, kokee hän oman arvontunnetta. Muun muassa vertaistuen ei tarvitse keskittyä päihdeongelmaan vaan vertaistuki voi olla laajempaa tukea. Vertaistukiongelmassa voidaan keskustella muistakin arkeen liittyvistä ongelmista eikä pelkästään yksilön päihdeongelmasta. (Lahti & Pienimäki 2007, 144). Voidaan pitää itsestään selvyytensä, että sosiaalisten suhteiden tai ystävyysuhteiden laatu vaikuttaa päihteiden käyttöön. Jos sosiaaliset suhteet tai ystävyysuhteet perustuvat päihteiden käytölle on vaikutus negatiivinen toipumiselle.

3.2 Osallisuus

Osallisuus ymmärretään moni- ja laaja-alaisena käsitteenä, jota voidaan luokitella tieteellisten tutkimusten mukaan oman elämän osallisuuteen, yhteisöiden osallisuuteen ja vaikuttaminen erilaisissa prosesseissa sekä yhteisen hyvän osallisuutena. Osallisuus mahdollistaa yksilön ja yhteisöjen yhteenkuuluvuuden yhteiskunnassa. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2019.) Jotta sosiaalialan ammattihenkilö voi toteuttaa oman tehtävänsä työssä eli auttaa ihmistä hänen sen hetkisen tarpeiden mukaan, vaatii se asiakkaan osallisuutta (Kohti yhdessä tekemisen kulttuuria, 2016, 15). Asiakkaat, kävijät tai ihmiset hakeutuvat avun piiriin yleensä sitä tarvittaessa joko itsenäisesti tai ohjattuna. Apua tarvitsevan on tärkeää kokea, että häntä kunnioitetaan ihmisenä toisten asiakkaiden ja henkilökunnan osalta. Kun kyseessä on päiväkeskustoiminta, on yksilön subjektiivisen kokemuksen muista paikan asiakkaista ja henkilökunnan oltava myös myönteisiä, koska myönteinen kokemus vauhdittaa esimerkiksi kuntoutusta ja kuntouksen aluille pääsemistä.

Osallisuudella tarkoitetaan sitä, että henkilö liittyy ja kuuluu yhteisöön sekä toimii siinä. Henkilö kokee voivansa vaikuttaa toimintaan ja tämän myötä syntyy sitoutumista. Osallisuuteen liittyy henkilön oikeus saada tietoa itseään koskevista asioista. Lisäksi hänellä on mahdollisuus mielipiteen ilmaisuun ja sen kautta hän pystyy vaikuttamaan terveyttä ja hyvinvointia määrittäviin tekijöihin. On oleellista, että henkilö on osallinen, sillä osallisuus on keskeinen hyvinvointia ja terveyttä edistävä tekijä. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2019.)

Erilaisissa laeissa kuten sosiaalihuollon asiakaslaissa korostetaan asiakkaan kanssa tehtävää yhteistyötä ja ”häntä on informoitava eri vaihtoehtoista ja annettava hänen osallistua kykyjensä ja voimavarojensa mukaan itseään koskevaan päätöksen tekoon” (Kohti yhdessä tekemisen kulttuuria, 2016, 16). Osallisuus lähtee aina asiakaslähtöisyydestä siitä, että tiedostetaan asiakasryhmän lähtökohdat, jotta voidaan lähteä tekemään yhdessä sen pohjalta.

Osallisuus on paljon enemmän mitä ymmärretään. Kuulemisen tärkeys ja mukana olemisen tunne on osallisuutta. Osallisuutta saadaan aikaiseksi toiminnan, vaikuttamisen ja osallistumisen myötä (Kohti yhdessä tekemisen kulttuuria, 2016, 16). Ihminen kokee

osallisuuden tunnetta, kun hän voi vaikuttaa yhteiskunnassa ja yhteisöissä kuten päivätoiminnassa.

Päivätoiminta voi muodostua kävijöille vertaistuen lisäksi pitkäkestoiseksi tukipilariksi osana kuntoutusta, mutta yhtä lailla lyhyeksi aikaa. Osallisuuden kannalta tärkeää on, että päiväkeskustoiminnassa on väyliä kuntouttavaan työtoimintaan, työelämään tai harraste-, liikunta- ja seuratoimintaan, jotta elämässä päästään eteenpäin ja voidaan osallistuttaa ihmisiä tarjoamalla erilaisia vaihtoehtoja. Elämässä eteenpäin meneminen edellyttää normaaleja elämänhallinnan taitoja. (Päiväkeskus mahdollisuutena, 2007, 44-45.) Päiväkeskustoiminnan osallisuuteen keskittyvä toiminta tukee asiakkaan elämänhallintaa ja voimaantumista.

Osallisuuden edellytys on voimaantuminen, joka muodostuu arvostuksen ja tuen kokemuksista tunneperäisesti. Voimaantuminen pohjautuu yhteenkuuluvuuden tunteeseen sekä osana yhteisössä ja yhteiskunnassa olemiseen (Kohti yhdessä tekemisen kulttuuria, 2016, 16). Osallisuuden edistäminen on yksi Euroopan Unionin tavoitteista, joita Suomen hallitus edistää Suomessa (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2019). Osallisuutta edistämällä vähennetään ihmisten eriarvoisuutta. ”Yhteiskunnassa osallisena oleminen tarkoittaa sitä, että jokaisella ihmisellä on mahdollisuus hyvään terveyteen, koulutukseen, toimeentuloon, asuntoon, työhön ja sosiaalisiin suhteisiin. Se, että ihminen kokee osallisuutta, toimii suojaavana tekijänä hyvinvointivajeita ja syrjäytymistä vastaan.” (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2015.)

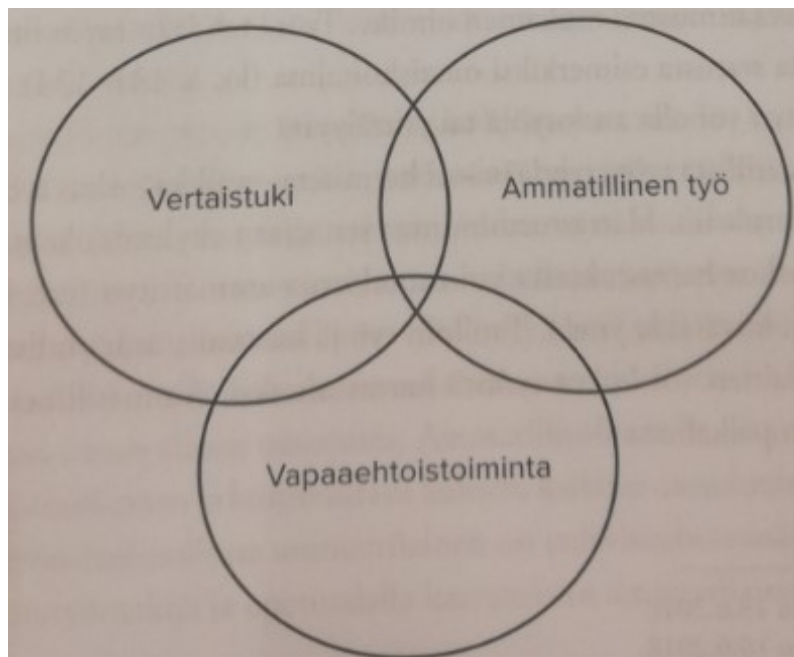
3.3 Vertaistuki

Vertaistuki on ihmisten keskinäistä tukea, joka perustuu kokemukseen ja on ratkaiseva tekijä ihmisen kriiseistä selviytymisessä. Sen merkittävyyttä ei voida tukimuotona väheksyä. (Vertaistuki Sosiaali- ja terveysalalla 2018, 7). Vertaistuki on terminä otettu käyttöön vasta 90-luvulla, mutta sitä on tutkittu aikaisemmin muun muassa raittiutta tukevinä sosiaalisina suhteina. Aikaisemmin vertaistukea kutsuttiin oma-aputoiminnaksi. (Vertaistuki Sosiaali- ja terveysalalla 2018, 31.) Mutta nykyään se ymmärretään voimaannuttavan kokemuksena ihmisten elämässä ja tarjoaa siihen osallistuville osapuolille ymmärretyksi ja kuulluksi tulemisen mahdollisuuden. Vertaistuessa kaksi tai useammat henkilöt jakavat elämästään ajatuksia, tunteita ja kokemuksia, jotka voivat auttaa toista ihmistä selviytymään ja pääsemään eteenpäin omassa elämässä. Vertaistuen voimaantumisen kautta vertaistukea saava saa lisää itseluottamusta omaan elämään. (Heta Liitto, 2020.)

Ensimmäiset uudenaikaiset oma-apuryhmät perustettiin Yhdysvalloissa, kuten Nimettömät alkoholistit vuonna 1935. Vuonna 1948 AA-ryhmien toiminta aloitettiin Suomessa. (Vertaistuki Sosiaali- ja terveysalalla 2018, 9.) Oma-aputoiminta hyväksyttiin poliittisella tasolla ja ammattilaisten kesken 90-luvulla monissa maissa. (Vertaistuki Sosiaali- ja terveysalalla 2018, 12.) Vertaistuki voi toimia yhdessä ammatillisen työn ja vapaaehtoistyön kanssa tai yksinään. Vapaaehtoistoiminnan, ammatillisen työn ja vertaistuen tehtäväkentät limittyvät keskenään.

(Vertaistuki Sosiaali- ja terveysalalla 2018, 15.) Ennen vertaistukea on pidetty epätieteellisenä maallikkotietoa käyttävänä toimintana, mutta nykyään sitä pidetään kokemuksellisuuteen perustuvana asiantuntijuutena. (Vertaistuki Sosiaali- ja terveysalalla 2018, 31.)

Vertaistuesta voidaan käyttää termejä vertaistoiminta, vertaisuus ja vertainen samassa tarkoituksessa, joka on vähintään kahden ihmisen välinen suhde, jotka ymmärtävät toisiaan ilman puhetta. Vertaistoiminta käsittää vertaistukeen sisältyvän toiminnan, jonka pohjalle vertaistuki rakentuu. Vertaisuus voidaan määrittää kahden ihmisen väliseksi asiantuntijuudeksi. (Vertaistuki Sosiaali- ja terveysalalla 2018, 20).



Kuvio 1 Vertaistoiminnan kokonaisuus

Tarkasteltaessa ammattihenkilön ja vertaistoiminnan eroja, niin voimme huomata ammattilaisten edistävän ihmisten hyvinvoinnin tukemista, kun taas vertaiset lisäävät keskenään itsensä ja muiden vertaistensa hyvinvointia. Vertaisten toiminta on kokemukseen pohjautuvaa apua ja vuorovaikutusta. (Vertaistuki Sosiaali- ja terveysalalla 2018, 29.)

Vertaistuen parhaan mahdollisen hyödyn takaamiseksi ammatillinen yhteistyö vertais- ja ammattihenkilöiden välillä vertaistukea tarvitsevalle on tärkeää. Yhdessä nämä muodostavat ihmiselle kokonaisuuden, jolla voi parhaiten auttaa vertaistukea tarvitsevaa. Ammattihenkilön taidot auttavat vertaistukea tarvitsevaa esimerkiksi kannustamalla hakemaan apua tai konkreettisesti järjestää vertaistukea tarvitsevan asioita ja vertaishenkilön taidot käsittelemään kokemaansa jakamalla samaa kokenutta asiaa vertaistukea tarvitsevalle. Näin vertaistukea tarvitsevalle syntyy kokemus, että häntä autetaan. (Vertaistuki Sosiaali- ja terveysalalla 2018, 30.)

Suomessa on tutkittu sosiaalisten suhteiden merkitystä, ja tulokset ovat kaikissa tutkimuksissa olleet samansuuntaisia. 1992 Järvenpään sosiaalisairaalassa Anja Koski-Jännes tutki retkahduksien ehkäisyohjelman tehokkuutta ja totesi, että selviytymisen kannalta laitoshoidon jälkeen oli ratkaisevin tekijä, että päihdekuntoutujalla oli raittiutta tukevia sosiaalisia suhteita. (Kuntoutus kanssamme - Ihmisen toimijuuden tukeminen, 2007, 144.) Sosiaaliset suhteet vaikuttavat päihteiden käyttöön. Suhteet voivat jopa luoda vaihtoehdon päihteiden käytölle. Yhdysvalloissa kokaiinikäyttäjien ryhmää tutkineet Bell ynnä muut (1996), totesivat tulosten viittaavan siihen, että hyvät ja laadukkaat sosiaaliset suhteet saivat käyttäjät vähentämään huumeiden käyttöä sitä enemmän, mitä paremmista ystävyys-suhteista oli kyse. (Kuntoutus kanssamme - Ihmisen toimijuuden tukeminen, 2007, 145.)

4 Tutkimuksen tausta

Opinnäytetyömme yhteistyökumppani on Stop Huumeille ry, jossa tutkimme Stop Huumeille ry:n päivätoiminnan merkitystä vakituisille kävijöille. Yhteistyökumppanimme valittiin sattumalta työharjoittelumme kautta, koska Antti Hämäläinen suoritti 2. työharjoittelunsa Stop Huumeille ry:llä. Olimme myös tehneet aikaisemmin opiskelun aikana työelämäprojektin Stopin kanssa. Ehdotimme Stop Huumeille ry:lle sen päivätoiminnan merkityksen tutkimista yhdistyksen vakituisille kävijöille. Linjauksina Stopin puolesta olivat, että selvittäisimme myös toimitilojen väliaikaisen sulkeutumisen vaikutuksia yleismaailmallisen poikkeustilan vuoksi liittyen päihdekuntoutujien päihteettömänä pysymiseen ja retkahduksilta välttymiseen. Toimitilojen sulkeutuminen johtui COVID-19 viruksen leviämisestä maailmalla. Stop Huumeille ry:n päivätoimintakeskus suljettiin 3 kuukaudeksi ajalle 16.3.2020-7.6.2020. Toisena linjauksena oli, että keräisimme avoimessa haastattelussa vakituisten kävijöiden kehitysideoita päivätoimintaan liittyen, jotta päivätoimintaa voitaisiin kehittää paremmaksi.

Haastattelimme opinnäytetyöhömmme avoimen haastattelun pohjalta 10 Stop Huumeille ry:n vakituista kävijää, jotka olivat iältään 25-66-vuotiaita ja joiden keski-ikä oli 44,3 vuotta. Haastateltavista 3 oli naisia ja 7 miehiä. He ovat käyneet yhdistyksen Helsingin toimipisteessä puolesta vuodesta yhteentoista vuoteen ja käyvät keskimäärin Stopin toimipisteessä 3 kertaa viikossa. Haastateltavat oli valittu opinnäytetyömme haastatteluun, sillä perusteella, että haastateltavat määrittelivät itse itsensä Stop Huumeille ry:n vakituiseksi kävijäksi.

Stoppi oli meille jo ennestään tuttu paikka ennen opinnäytetyömme tutkimista järjestämämme toiminnallisen hyvinvointipäivän ja sosiaalialan ammatillisten työmenetelmien työharjoittelun kautta. Olimme järjestäneet toiminnallisen hyvinvointipäivän osana Laurean ammattikorkeakoulun sosiaalialan palvelujärjestelmän ja sosiaalilainsäädännön opintojaksoa syksyllä 2019 Stop Huumeille ry:n kanssa. Stop Huumeille ry lupasi mainostaa tapahtumaa yhteistyökumppaneilleen. Toiminnallisena hyvinvointipäivänä pelasimme lentopallo-ottelun

Helsingin urheilutalolla. Tapahtuma oli kaikille avoin, päihteetön ja järjestettiin Stopin tiloissa. Lisäksi Stoppi lupasi järjestää ruokailun tapahtumapäivänä.

Toinen meistä oli alkuvuodesta 2020 työharjoittelussa Stop Huumeille ry:ssä. joka keskeytyi väliaikaisesti koronapandemian takia ja jatkui toimitilojen uudelleen avaamisen jälkeen. Koronapandemian aiheuttamat sulkutilat saivat meidät miettimään sillä hetkellä käsillä olevaa opinnäytetyön aihetta ja mikä vaikutus toimipaikkojen sulkemisella saattaisi olla näiden paikkojen asiakasryhmiin. Jo keskeytyneestä Stopin työharjoittelupaikasta oli helppo kysellä mahdollista työelämäyhteistyökumppania opinnäytetyöllemme.

Stop Huumeille ry:n toiveena oli, että Helsingin toimipisteen päivätoiminnan merkitystä tutkittaisiin, koska sitä ei olla aikaisemmin tutkittu opinnäytetyön muodossa. Yhdistys halusi myös, että tutkisimme toimipaikan väliaikaisen sulkemisen merkitystä päihdekuntoutujien elämään ja selvittäisimme kehitysideoita päivätoimintaan liittyen.

4.1 Tutkimuksen tavoite

Opinnäytetyömme tutkimuksen tavoite oli tutkia avoimien haastatteluiden kautta valituilla teemoilla Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteen päivätoiminnan merkitystä sen kävijöille ja kerätä tietoa Stopin omasta toiveesta kuinka väliaikainen sulkeminen yleismaailmallisen poikkeustilan vuoksi vaikutti Stop Huumeille ry:n kävijöiden päihdeettömänä pysymiseen ja retkahduksilta välttymiseen. Opinnäytetyömme tutkimuksen teemat olivat Stop Huumeille ry:n arjen hallinta, osallisuus ja vertaistuki. Mistä tavoite?

Opinnäytetyömme avoimen haastattelun teemat olivat Stop Huumeille ry:n päivätoiminnan merkityksen tutkimiseen seuraavat:

1. Miten Stop Huumeille ry:n päiväkeskustoiminta on vaikuttanut haastateltavan elämään?
2. Mikä yhteiskuntaan osallistava vaikutus Stop Huumeille ry:n päivätoiminnalla on ollut haastateltavalle?
3. Kokeeko haastateltava, että oli saanut vertaistukea ja mikä merkitys Stop Huumeille ry:stä saadulla vertaistuella on ollut?
4. Mikä Stop Huumeille ry:n päivätoiminnassa on tukenut haastateltavaa parhaiten?

Meillä oli Stop Huumeille ry:n puolesta 2 toivetta:

1. Selvittää väliaikaisen sulkemisen vaikutuksia päihteettömyyteen ja retkahduksilta välttymiseen
2. Kerätä avoimessa haastattelussa vakituisten kävijöiden kehitysideoita päivätoimintaan liittyen,

jotta Stop Huumeille ry voisi tulevaisuudessa ennakoida ja valmistautua paremmin retkahduksien ennaltaehkäisemiseen ja päihteettömyyden tukemiseen poikkeusoloissa. Kehitysideoita kerättiin, jotta Stop Huumeille ry:ssä voitaisiin tarvittaessa uudistaa ja parantaa päiväkeskustoimintaa tai muuta Stop Huumeille ry:ssä.

4.2 Käytetyt tutkimusmenetelmät

Opinnäytetyömme on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus avoimen haastattelun muodossa, joka on toteutettu äänittämällä haastattelut, joihin haastateltavat olivat antaneet kirjallisen suostumuksen. Haastattelut toteutettiin opinnäytetyömme yhteistyökumppanin toimitiloissa Pasilassa 2020 heinä- ja elokuun aikana. Äänitteet ovat litteroitu siten, että kaikki äänitteet ovat jätetty pois ja kirjoitettu puhtaaksi tutkimuskysymys huomioon ottaen. Litteroitua materiaalia oli yli 40 sivua eli 4 sivua haastattelijaa kohden.

Haastattelut kestivät 20 minuutista yhteen tuntiin. Opinnäytetyön tutkimukseemme on kerätty teoreettista perustietoa niistä asioista, joita tutkimukseemme on tullut esille, jotta niistä kertyvälle pohjalle voidaan mahdollisimman tarkasti analysoida haastatteluista kerätty tieto. Laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimukseemme keskityimme siihen, että meillä ei ole ennakkoon mitään ennako-olettamuksia tai hypoteesia joihin päätyisimme opinnäytetyön tutkimukseemme. (Alasuutari 1995, 19.)

Opinnäytetyömme tutkimustulokset on jaettu teemojen mukaan. Opinnäytetyön avoimen haastatteluiden pääkysymysten teemoina olivat Stop Huumeille ry:n päiväkeskustoiminnan vaikutus elämään ja arjen hallintaan, yhteiskuntaan osallistava vaikutus ja vertaistuki, jotka muodostavat päivätoiminnan tuen merkityksen päihdekuntoutujalle. Stop Huumeille ry:n vakituisten kävijöiden avoimet haastattelut pitivät lisäksi sisällään vakituisten kävijöiden kehitysideoita Stop Huumeille ry:n päivätoiminnan kehittämiseksi ja Stop Huumeille ry:n väliaikaisen sulkemisen vaikutuksia vakituisille kävijöille.

Keräsimme tutkimustuloksista Stop Huumeille avoimen haastatteluiden pohjalta ne mielenkiintoiset asiat, jotka korostavat yhdistyksen päivätoiminnan merkitystä päihdekuntoutujille. Nämä merkitystä korostavat asiat eivät ole olleet opinnäytetyömme tutkimuksen kohteena, mutta ne oli hyvä nostaa esille. Päivätoiminnan merkitystä vakituisille

kävijöille voidaan todentaa muillakin asioilla kuin opinnäytetyössämme rajatuilla teemoilla, koska vakituiselle kävijälle Stop Huumeille ry:n konkreettinen merkitys rakentuu omakohtaiselle kokemukselle. Omakohtainen kokemus rakentuu Stop Huumeille ry:n tarjoamasta päivätoiminnasta ja kuinka kävijöitä arvostetaan ihmisinä Stop Huumeille ry:n sisällä.

4.3 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tutkimusta tehdessämme olemme ottaneet eettiseltä kannalta huomioon muun muassa kuinka kunnioitamme yksityisyyttä ja tutkimukseen osallistuvia henkilöitä. Olemme parhaiden kykyjemme mukaan käyttäneet tutkimuksessamme laadullisen tutkimuksen menetelmiä tulosten saamiseen saadaksemme mahdollisimman luotettavia tuloksia (Etiikka, 2021). Talentia on listannut sosiaalialan eettisiä toimintatapojen periaatteita. Näihin periaatteisiin kuuluu esimerkiksi oikeus ilmaista omia tunteita, arvostava vuorovaikutus ja erilaisuuksien hyväksyminen. Näitä jo aikaisemmin opittuja periaatteita on noudatettu tehdessämme tätä tutkimusta. (Arki, arvot ja etiikka, 6, 2017.)

Kysyimme Stopin omasta toiveesta yksilohaastattelussa haastateltavien kehitysideoita Stop Huumeille ry:n päivätoimintaan liittyen, jotta yhdistys voisi kehittää tulevaisuudessa päivätoimintaansa paremmaksi päihdekuntoutujille. Stop Huumeille ry halusi, että opinnäytetyön tutkimuksessa selvitetään, että oliko väliaikaisella sulkemisella yleismaailmallisen poikkeustilan vuoksi vaikutuksia sen Helsingin toimipisteen kävijöiden päihdeettömänä pysymiseen ja retkahduksilta välttymiseen. Toiveena oli myös kehitysideoiden selvittäminen päivätoimintaan liittyen.

Opinnäytetyömme luotettavuutta voidaan mitata siten, että laadullisessa tutkimuksessamme oli 10 haastateltavaa ja niistä kertynyttä tutkimusaineistoa oli riittävästi laadullisen tutkimuksen toteutumiseksi. Tämä täyttää laadullisen tutkimuksen kriteerit. Laadullista tutkimusta tehtäessä on noudatettu laadullisen tutkimuksen eri menetelmiä. Tutkimuksessa käytetyt menetelmät ovat peräisin laadullisen tutkimuksen kirjallisuuden eri oppaista. On myös epätodennäköistä, että haastateltavat eivät olisi kertoneet totuutta tutkimuksen haastatteluiden aikana, koska on kyse heille tärkeästä tutkimuskohteesta.

Opinnäytetyömme on eettinen, koska olemme halunneet kunnioittaa haastateltavien anonymiteettiä siten, että heitä ei voi tunnistaa mitenkään opinnäytetyön sisällöstä tai tutkimustuloksista. Eettisyys on ollut meille tärkeää, koska tämänkaltaiset haastattelut sisältävät arkaluontoisia asioita ja henkilökohtaisia tietoja. Laadimme haastateltaville suostumuslomakkeen opinnäytetyön avointa haastattelua varten. Kaikilla haastateltavilla oli mahdollisuus kieltäytyä haastattelusta ennen haastattelua, haastattelun aikana tai haastattelun jälkeen kertoa, että haastattelua ei saa käyttää opinnäytetyössä.

Jokaiselle haastateltavalle kerrottiin ennen haastattelua, että osallistuminen on vapaaehtoista ja haastattelun voi keskeyttää milloin tahansa. Haastattelu äänitetään ja nauhoitteet tuhoataan viimeistään, kun opinnäytetyö on julkaistu. Haastateltavien Tietoturvallisuuden takaamiseksi käytimme VeraCrypt salausohjelmaa, jolla salasimme haastattelun nauhoitteet ja niihin liittyvät kirjalliset materiaalit. Opinnäytetyön haastattelut olivat salasanalla suojattu niiden sisältämien henkilökohtaisten tietojen ja mielipiteiden vuoksi, jotka eivät ilmene suoraan opinnäytetyön sisällössä. Näin toimittaessa ei kukaan ulkopuolinen voinut päästä haastatteluiden tarkkaan sisältöön käsiksi.

Toimintamme oli eettistä, koska toimenpiteemme pitivät huolen Stop Huumeille ry:n haastattelijoiden anonymiteetistä ja tietoturvasta. Näin takasimme myös luottamuksellisuuden haastateltaviin. Luottamuksellisuus on sidoksissa etiikkaan ja sitä kautta eettisyyteen ja moraaliin. Opinnäytetyötä tehtäessä ei ole painostettu tai johdateltu haastateltavia tai haastatteluun osallistujia, jotta tutkimus ja sen tulokset olisivat mahdollisimman todenmukaisia ja tarkkoja. Haastateltaville oli tiedotettu haastattelun sisällöstä antamalla kirjallinen tiedote haastattelukysymyksistä, haastattelun toteutuksen ajankohdasta ja käyttötarkoituksesta tutkimuksessa.

4.4 Aineiston analysointi

Tutkimuksen haastatteluihin valittiin kymmenen vapaaehtoista niin, että haastateltavissa olisi eri ikäisiä miehiä ja naisia. Yritimme saada haastateltaviksi erityisesti sellaisia henkilöitä, jotka mielsivät itsensä vakituisiksi kävijöiksi ja joilla olisi pitempiaikaista kokemusta ja tuntemusta Stopin päivätoiminnan merkityksestä, jotta saisimme mahdollisimman kattavia vastauksia haastatteluihimme.

Avointen haastatteluiden aikana varmistimme, että haastateltavat ymmärsivät käytetyt käsitteet ja termit oikein, kuten esimerkiksi mitä tarkoitetaan arjen hallinnalla, osallisuudella ja vertaistuella. Kaikkien haastatteluiden jälkeen nauhoitteet litteroitiin ja litteroinnin jälkeen tulostettiin, jotta haastatteluaineistosta voisi tehdä havaintoja kätevämmiin, haastatteluaineistoa pystyisi pelkistämään ja syntyneitä tuloksia olisi helpompi analysoida. Yksi tärkeä laadullisen tutkimuksen peruste on havaintojen teoriapitoisuus. Sarajärven (2011) mukaan ”havaintojen teoriapitoisuudella tarkoitetaan sitä, että se, millainen yksilön käsitys ilmiöstä on, millaisia merkityksiä tutkittavalle ilmiölle annetaan tai millaisia välineitä tutkimuksessa käytetään, vaikuttaa tutkimuksen tuloksiin” (Sarajärvi & Tuomi 2011, 20.)

Opinnäytetyömme tutkimustulosten sisällön analysoimiseen olemme käyttäneet luokittelua, teemoittelua ja tyypittelyä. Olemme tehneet haastatteluiden yhtäläisyyksien vertaamista ja tiivistäneet aineistoa tutkittaviin teemoihin ja pyrkineet vastamaan sen mukaan tutkimuskysymyksiin. Tätä kutsutaan Alasuutarin mukaan kaksivaiheiseksi havaintojen pelkistämiseksi eli teemoitteluksi ja tulosten tulkinnaiksi (Alasuutari 1995, 39). Aineistoa

purettiin teemojen kautta pieniin osiin koodaamalla, jotta saataisiin oikeanlaisia ja vastaavia tuloksia tutkimusongelmaan eli tutkittavaan aiheeseen (Eskola & Suoranta 1998, 154). Edellä mainitulla tavalla saadusta aineistosta on laadullisessa analyysissä rakennettu tutkimustuloksia, jotka liittyvät opinnäytetyössämme tutkittavaan aiheeseen, joka on Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteen päiväkeskustoiminnan merkitys päihdekuntoutujille.

5 Tutkimustulokset

Haastattelimme opinnäytetyöhömmme avoimen haastattelun pohjalta 10 Stop Huumeille ry:n vakituista kävijää, jotka olivat iältään 25-66-vuotiaita ja joiden keski-ikä oli 44,3 vuotta. Haastateltavista 3 oli naisia ja 7 miehiä. He ovat käyneet yhdistyksen Helsingin toimipisteessä puolesta vuodesta 11:sta vuoteen ja käyvät keskimäärin Stopin toimipisteessä 3 kertaa viikossa. Haastateltavat oli valittu opinnäytetyömme haastatteluun, sillä perusteella, että haastateltavat määrittelivät itse itsensä Stop Huumeille ry:n vakituiseksi kävijäksi. Avoimet haastattelut toteutettiin opinnäytetyömme yhteistyökumppanin toimitiloissa Pasilassa 2020 heinä- ja elokuun aikana. Haastattelut kestivät 20 minuutista yhteen tuntiin.

5.1 Päiväkeskustoiminnan vaikutus elämään ja arjenhallintaan

Haastateltavistamme Stop Huumeille ry:n vakituksilla kävijöillä oli erilaisia reittejä, miten he ovat päätyneet Stop Huumeille ry:lle, ja syitä mikä on saanut heidät jäämään Stop Huumeille ry:n vakituksiksi kävijöiksi. Useimmat haastateltavat kertoivat syitä, miksi he alkoivat käymään Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteessä. Syiksi he kertoivat muun muassa, että heidän piti korvata päihteiden käytön aiheuttama tyhjiö muilla aktiviteeteillä.

”Rupesin käymään Stopissa oli, että halusin pysyä erossa huumeista ja lähdin hakemaan vertaistukea mun päihteettömyydelle.” - Haastattelu 10

”Suurin syy miks aloin käymään Stop Huumeille ry:llä oli päihteettömyyden aloittaminen ja päihteiden käyttö piti korvata muilla tekemisillä ja aktiviteeteillä. Stopissa käyminen tarjosi täytettä päihteiden käytön jättämisestä jääneeseen tyhjiöön. Lisäksi päihdeongelman kanssa painiva tarvitsee vertaistukea, jota Stoppi tarjoaa erinomaisella tavalla.” - Haastattelu 1

He halusivat saada vertaistukea päihteettömänä pysymiseen ja vaihtaa päihteiden käyttäjistä koostuvan kaveripiirin uusiin ystäviin, jotka ovat selvin päin. Tämä edistää ja helpottaa päihteettömänä pysymistä. Monelle oli päihdekuntoutuksen jälkeen tärkeää, että on paikka mihin voi tulla ja missä saa vertaistukea uuden elämän vaiheen aloittamiseen. Tällaisia kolmannen sektorin paikkoja ei ole monia järjestökentällä, varsinkaan pienemmällä

paikkakunnilla, joka on vakava ongelma. Haastatteluiden mukaan Stop Huumeille ry on vaikuttanut monen haastateltavan elämään monilla eri tavoin tarjoamalla päivätoiminnassaan erilaisia ja monipuolisia aktiviteetteja päihteiden käytön tilalle ja monet haastateltavat pitivät Stop Huumeille ry:n päivätoimintaa itselleen merkityksellisenä. Kokemukset ovat olleet Stop Huumeille ry:stä sen kävijöille ainoastaan positiivisia.

Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteen merkityksen kannalta oli tärkeää selvittää syitä, miksi Stop Huumeille ry:n vakituiset kävijät aloittivat käymään Stop Huumeille ry:ssä ja mitkä asiat ovat saaneet haastateltavat jäämään Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteen kävijöiksi. Stop Huumeille ry:n päiväkeskustoiminnan vaikutus elämään ja arjenhallintaan

Kaikki haastateltavat kertoivat, että Stop Huumeille ry:n päivätoiminnalla oli tärkeä merkitys heidän elämäänsä, koska päivätoiminta antoi kävijöille säännöllisen päivärytmin valmiin päiväohjelman avulla. Stop Huumeille ry:n päiväkeskustoiminta on päihdekuntoutujalle osa arjen hallintaa, joka koostuu yhdistyksen tarjoamista erilaisista aktiviteeteistä, kuten vertaistuesta, avusta perustarpeisiin ja henkilökohtaisten asioiden hoitamisen auttamisessa.

Kaikki haastateltavat kokivat päivän aikatauluttaminen alkaa, kun Stop Huumeille ry:n päivätoiminta aukeaa. Stop Huumeille ry:n tarkoituksena on tarjota valmis päiväohjelma päihdekuntoutujalle. Valmis päiväohjelma auttaa päihdekuntoutujaa keskittymään täysillä omaan toipumiseen, koska oman päiväohjelman miettiminen toisi stressiä, joka saattaisi vaikuttaa päihdekuntoutujan toipumiseen. Stop Huumeille ry tukee toipumista myös sillä, että siellä päihdekuntoutujat pääsevät päihteettömään ympäristöön.

Stop Huumeille ry:ssä käynti päiväkeskustoiminta vaikuttaa jokaisen haastateltavan elämään positiivisesti ja voimaannuttavasti. Stoppi tukee päiväkeskustoiminnallaan päihdekuntoutujia, jossa käymällä he voivat parantaa vuorovaikutustaitoja. Stop Huumeille ry:n päivittäiset toiminnot luovat positiivista mielialaa, kun päihdekuntoutujat pääsevät tekemään itselleen mieluisia asioita erilaisissa rooleissa. Näin päihteettömän elämän ja puhtaalta pöydältä aloittaminen on päihdekuntoutujille helpompaa. Yhteenkuuluvuuden tunne ja vertaistuen helppo saatavuus auttavat päihdekuntoutujia pysymään jatkossakin päihteettömänä.

Haastateltavat pitävät tärkeänä omia päihteettömiä vuosipäiviä ja syntymäpäiväjuhliiaan juhlimalla näitä juhlia vertaisten kanssa. Stop Huumeille ry:ssä vietetyt päihteettömät juhlit, kuten joulu ja juhannus liitetään päihdemaailmassa helposti alkoholin ja huumeiden käyttöön. Stoppi helpottaa päihdekuntoutujien arjen hallintaa tarjoamalla helpon vaihtoehdon näiden juhlien viettämiseen päihteettömänä.

5.2 Yhteiskuntaan osallistava vaikutus

Stop Huumeille ry:n osallistava vaikutus yhteiskuntaan tuli selkeästi esiin samalla tavalla jokaiselta haastateltavalta. Kaikki haastateltavat kokivat, että Stopissa käydessä olivat omat sosiaaliset kanssakäymisen taidot parantuneet, jotka olivat haastateltavilta unohtuneet ja hukassa pitkään jatkuneen päihteiden käytön vuoksi. Pitkään jatkunut päihteiden käyttö yleensä supistaa sosiaalisen piirin pieneksi ja sellaiseksi, missä lähes kaikki asiat liittyvät päihteiden käyttöön ja ne ihmiset kenen kanssa ollaan tekemisissä käyttävät päihteitä. Päihteiden ongelmakäyttäjien sosiaalisessa ympyrässä keskustelut rajoittuvat usein päihteisiin ja niiden käyttämiseen.

Pitkään jatkuessaan päihteiden käyttäjät syrjäytyvät helposti normaaleista arjen sosiaalisista kanssakäymisistä ja kuntoutuessaan niihin palaaminen koetaan vaikeaksi. Stop Huumeille ry on madaltanut näiden haastateltavien kohdalla tätä kynnystä palata normaaleihin sosiaalisiin tilanteisiin, koska yhdistyksen kävijöistä suuri osa koostuu päihdekuntoutujista, joiden kesken vertaistuen voimalla on opittu vuorovaikutustaitoja uudelleen ja sosiaaliset taidot ovat palanneet jälleen normaaliksi. Haastateltavat ovat kokeneet erityisesti tämän seikan tärkeäksi, koska se on ollut ensimmäisiä askeleita kohti paluuta takaisin yhteiskunnan työmarkkinoille. Osallistuminen Stop Huumeille ry:n päiväkeskustoimintaan tavalla tai toisella edesauttaa päihdekuntoutujaa kiinnittymään uudelleen tai palaamaan yhteiskuntaan.

”Yhteiskuntaan osallistava vaikutus ilmeni minulle työtoiminnan kautta. Pitkään jatkuneen päihteiden käytön takia olin menettänyt sosiaaliset taidot, jotka palautuivat käydessäni Stopissa kuntouttavassa työtoiminnassa.” - Haastattelu 3

Stop Huumeille ry tarjoaa kuntouttavaa työtoimintaa päihdekuntoutujille. Päihdekuntoutujan työskenneltäessä vertaistensa kanssa kuntouttaa se samalla sosiaalisen kanssa käymisen taitoja ja ohjaa päihdekuntoutujaa takaisin yhteiskunnan työmarkkinoille. Sosiaalisen kanssa käymisen vahvistaminen voimaannuttaa päihdekuntoutujaa ja vahvistaa täten päihdekuntoutujan mahdollisuuksia yhteiskunnalliseen osallisuuteen. Vaikka päihdekuntoutuja ei olisi työkykyinen, voi hän kuitenkin tehdä vapaaehtoisena töitä. On erittäin hyvä, että Stoppi tarjoaa mahdollisuuksia, kuten vapaaehtoisuutta ja voi päihdekuntoutuja kokea osallisuutensa tätä kautta yhteiskuntaan.

”Jos Stop Huumeille ry:tä ei olisi, olisin ollut yksin ja mulla ei olisi ollut paikkaa minne mennä. Stopilla on ollut yhteiskuntaan osallistava vaikutus, koska Stoppi mahdollisti mun yhteiskuntapalveluksen suorittamisen Stopin Helsingin toimipisteessä. Stopin bänditoiminta mahdollisti minun lapsuuden haaveeni, jota en koskaan toteuttanut ja sitä kautta oma häpeä ja ei omana itsenä oleminen korostui. Stopin ansiosta aloin olemaan oma itseni, joka

auttoi myös yhteiskuntaan uudelleen kiinnittymisessä. Bänditoiminnan ja oman valokuvanäyttelyn takia on auttanut toteuttamaan itseäni ja auttanut kiinnittymään yhteiskuntaan. Näihin projekteihin kannustaminen Stopissa on lisännyt kiinnittymistä yhteiskuntaan. Stopista saamani kannustuksen ansioista lähdin opiskelemaan urheiluhierojaksi. Kokonaisuudessaan oma itsetuntoni ei ole ollut koskaan näin hyvällä tasolla ja kiitos kuuluu Stopin silloisen henkilökunnalle mahtavasti tuesta ja uskomisesta mun onnistumiseen.” - Haastattelu 2

Stop Huumeille ry:n yhteiskuntaan osallistava vaikutus näkyy myös siten, että yhdistys tarjoaa mahdollisuuden osallisuuteen antamalla päihdekuntoutujille hyvän paikan tehdä jotain yhteiskunnan hyväksi. Tämä tarjoaa mahdollisuuden päihdekuntoutujien omanarvon tunnon lisääntymiseen, koska tätä kautta päihdekuntoutuja kokee yhteiskunnallista hyödyllisyyttä yksilönä.

Päihdekuntoutajat ovat yhteiskunnassamme syrjäytymisriskissä ja heikossa asemassa olevia. On hyvä, että Stop Huumeille ry lisää toiminnallaan yhteiskunnallista osallisuutta. Varsinkin niin, että sen kävijät kokevat yhdistyksen agendan henkilökohtaisesti. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan kolmannen sektorin toimijat täydentävät yhteiskuntamme hyvinvointijärjestelmää osallisuuden kautta. Osallisuutta voi lisätä juuri nimenomaan Stop Huumeille ry:n tavalla, kuten työllistämällä ihmisiä työkokeiluun, tarjoamalla vapaa-ajan viettotapoja päihteettömässä ympäristössä ja sosiaalista tukea päihdekuntoutujan elämään ja edistää terveellistä elämää. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2020.)

”Ilman Stop Huumeille ry:tä käyttäisin vieläkin päihteitä.” - Haastattelu 7

Yhteiskuntaan osallistavan vaikutuksena Stop Huumeille ry vähentää huumehaittavaikutuksia yksilölle ja yhteiskunnalle. Yksilölle huumehaittavaikutuksien vähentyminen näkyy Stopissa siten, että Stop Huumeille ry vaatii asiakkailtaan vähintään yhden päivän päihteettömyyttä ennen kuin voi osallistua päivätoimintaan. Yhteiskunnallisella tasolla Stop Huumeille ry vähentää huumehaittavaikutuksia yksilöllisten huumehaittavaikutuksien kautta. Päihdekuntoutujan halutessa osallistua yhdistyksen järjestämään toimintaan on hänen ensin oltava yksi päivä päihteettömänä. Tämä saa asiakkaan olemaan vähintään yhden päivän selvinpäin päästäkseen Stopin tarjoamaan päihteettömään ympäristöön edistämällä omaa päihteettömyyttä. Yksi päivä selvinpäin voi poikia pidempi aikaista päihteettömyyttä.

Stop Huumeille ry:n yhteiskuntaan osallistava vaikutus näkyy myös niin, että yhdistys jarruttaa entisten päihdekuntoutujien ajautumista takaisin päihteiden käyttäjiksi. Stop Huumeille ry:n vaatimukset siitä, että kuinka voi osallistua sen päivätoimintaan lisäävät päihdekuntoutujan sosiaalista painetta pysyä päihteettömänä. Sosiaalinen paine yleensä linkitetään yhteisön sisälle, että yksilö hyväksytään yhteisöön ja yksilö kokee yhteenkuuluvuuden tunnetta.

5.3 Vertaistuen merkitys

Haastatteluista ilmeni, että Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteessä vertaistuki on merkityksen kannalta ylitse muiden päiväkeskustoiminnassa haastateltaville. Haastateltavat kokivat, että yhdistyksen päiväkeskustoiminta luo mahdollisuuden vertaistuelle. Päiväkeskustoiminta itsessään mahdollistaa vertaistuen helpon saatavuuden, koska päiväkeskustoiminta tuo vertaiset Stoppiin samoihin tiloihin toistensa kanssa. Haastateltavien kokema vertaistuki on omien asioiden jakamista vertaisten kesken. Keskusteluissa jaetaan omia kokemuksia, joilla on ollut positiivisia vaikutuksia toipumiseen. Vaikka haastateltavat ovat lopettaneet päihteiden käytön niin vertaistuella on edelleen iso merkitys muun muassa päihteettömänä pysymiseen.

”Koen, että olen saanut vertaistukea Stopista ja sillä on ollut itselleni suuri merkitys, sillä en usko, että olisin raittiina tai rikoksettomana tänä päivänä, jos en olisi löytänyt Stop Huumeille ry:tä.” - Haastattelu 6

Vertaistuen merkitys ilmeni siten, että kävijät käyvät edelleen Stopissa vertaistuen vuoksi, jota paikka tarjoaa kävijöilleen. Stop Huumeille ry luo olemassaolollaan paikan vertaistuelle, jossa kävijät antavat vertaistukea toisilleen. Vertaistuki voi myös olla muuta kuin päihteiden käyttöön liittyvää vertaistukea. Vertaistuki tukee vahvasti päihteettömänä pysymistä. Päihdekuntoutujan saama vertaistuen merkitys ilmeni haastatteluissa yksinäisyyden ja syrjäytymisen riskin vähentymisellä, rikoksettomana ja raittiina pysymisenä. Haastatteluista ilmeni, että yhdistävänä tekijänä vertaistuen merkitykselle oli elämän haasteista selviytyminen. Myös moni haastateltava yhdisti Stop Huumeille ry:n Radalta Himaan -hankkeessa vedettävän keskusteluryhmän vertaistukeen.

5.4 Stop Huumeille ry:n päivätoiminnassa parhaiten tukeva toiminto

Haastateltavien mukaan Stop Huumeille ry:n päivätoiminnassa päihdekuntoutumista on tukenut Radalta Himaan hankkeessa oleva Radalta Himaan -keskusteluryhmä parhaiten. Tämä ilmeni jokaisen haastateltavan vastauksista, joka linkittyi vertaistukeen.

”Parasta antia on ollut minulle joka kuukausittainen talon tunti, jossa käsitellään edeltävän kuukauden tapahtumat ja ideoidaan kävijöiden ja henkilökunnan kanssa mitä voitaisiin jatkossa tehdä yhdessä. Parhaiten minua on tukenut perjantaisin pidettävä Radalta Himaan ryhmä, joka pohjustaa kivasti viikonlopun viettoa, jota voi viettää myöskin päihteitä käyttämättä. Radalta Himaan ryhmään kokoonnutaan jakamaan tarinoita rehellisesti, joka on mielestäni vertaistukea parhaillaan.” - Haastattelu 5

Päihdekuntoutujat pääsevät Radalta Himaan -keskusteluryhmässä jakamaan omia kokemuksiaan muiden päihdekuntoutujien kanssa keskustelun muodossa. Toisin kuin muut vertaistukea tarjoavat vertaisryhmät, Stop Huumeille ry:n Radalta Himaan -keskusteluryhmät rakentuvat sen hetkisen keskusteluryhmän osallistujien tarpeiden mukaan ja sopivan aiheen ympärille. Radalta Himaan ryhmässä keskustelun aiheena voi olla esimerkiksi mielenterveys, koska osalla päihteiden käyttäjistä on päihdeongelman lisäksi mielenterveydellisiä ongelmia. Keskusteluryhmän aiheet rakentuvat tukemaan päihdekuntoutumista. Monet haastateltavat kertoivat, että Radalta Himaan -keskusteluryhmän eri aiheet tukevat päihteettömyyttä, koska aiheina esimerkiksi mielenterveys, arjen hallinta ja tunteet ovat päihteettömyyden ydintä. Niin kuin missä tahansa asiassa, ei päihteettömänä pysymiseen liity pelkästään olla ilman päihteitä.

5.5 Stop Huumeille ry:n väliaikaisen sulkemisen vaikutukset vakituisille kävijöille

Stop Huumeille ry:n väliaikainen sulkeminen valmiuslailla julistetun poikkeustilan vuoksi hankaloitti haastattelijoiden päihteettömänä pysymistä, koska vertaistuen saaminen vaikeutui ja yksinäisyys lisääntyi eristäytymisen takia. Kukaan haastateltavista ei retkahtanut eli ei käyttänyt päihteitä yhdistyksen toimipaikan sulun aikana. Haastateltavat kertoivat tietävänsä, että Stop Huumeille ry:n toimitilan väliaikainen sulkeminen vaikutti muiden kävijöiden päihteettömänä pysymiseen ja retkahtamiseen. Haastateltavat perustelivat päihteettömänä pysymisen olleen vaikeampaa, koska Stopin ollessa kiinni ei ollut tuttua ja normaalia päivärytmiä saatavilla, johon haastateltavat olivat tottuneet. Toimipaikan väliaikainen sulkeminen sotki päivärytmin täysin ja moni haastateltava koki tämän takia, että he tippuivat tyhjän päälle. Haastateltavat eivät kokeneet virtuaalista Stop Huumeille ry:tä yhtä hyväksi kuin fyysistä käyntiä Stopin Pasilan toimitiloissa. Monen kävijän elämään vaikutti myös se, että heillä ei ollut enää paikkaa mistä saisi ilmaiseksi syötävää.

5.6 Kehitysideat Stop Huumeille ry:n päivätoiminnan kehittämiseksi

Haastatteluissa ilmeni, että haastateltavat haluaisivat, että heiltä kysyttäisiin useammin uusia kehitysideoita Stop Huumeille ry:n päivätoiminnan kehittämiseksi. Haastatteluiden mukaan Stoppi on kehittynyt ja luonut monipuolisen toiminnan, josta jokainen voi löytää itselleen mieleistä tekemistä.

”En näe Stop Huumeille ry:n päivätoiminnassa mitään kehitettävää. Arvostan Stop Huumeille ry:n työntekijöitä kaikesta heidän tekemästään työstä päihdekuntoutujien parissa. Kuitenkin Stop Huumeille ry kehittää kokoaika toimintaan asiakkaiden haluamaan suuntaan.”

Haastateltavat ehdottivat, että enemmän liikuntaa sisältäviä aktiviteetteja ja erilaisia liikunnallisia vaihtoehtoja lisättäisiin, jotka mahdollistaisivat halukkaille enemmän

liikuntamahdollisuuksia. Haastateltavat toivoivat, että Stopin toimintaa kehitettäisiin niin, että Stop Huumeille ry olisi auki myös viikonloppuisin. Syyksi viikonloppuaukiolo toiveelle kerrottiin, että silloin viikonloppuisin olisi muutakin tekemistä kuin viettää aikaa kotona. Haastateltavat toivoivat, että yhdistyksen asioista tiedottamista parannettaisiin. Haastateltavat halusivat myös enemmän keskusteluryhmätoimintoja ja toivoisivat, että henkilökunnasta muutkin ihmiset ottaisivat yhdistyksen kävijät paremmin huomioon.

6 Yhteenveto tutkimustuloksista

Tutkimuksemme mukaan Stop Huumeille ry edistää kävijöiden osallisuutta, antaa vertaistukea, edistää arjenhallintaa ja elämän hallinnallisia taitoja. Stop Huumeille ry kertoo omasta toiminnastaan niin, että se tarjoaa vertaistukea ja jokainen voi tulla mukaan yhdistyksen toimintaan omana itsenään. Yhdistyksen toiminta on kaikille kävijöille vapaaehtoista. Tutkimuksen tulosten perusteella voimme todeta, että Stop Huumeille ry on lunastanut lupauksensa yhdistyksen toimintatavoista saatujen tutkimustulosten perusteella.

Stop Huumeille ry on ainutlaatuinen ja korvaamaton paikka päihdekuntoutujille. Yhdistys pyrkii auttamaan erityisesti nivelvaiheessa olevia päihdekuntoutujia muita silti unohtamatta. Stoppi luo positiivista mielialaa kaikille sen kävijöille. Yhdistys tekee erityisen kokonaisuuden eri osa-alueilla sen vakituisten kävijöiden elämässä niin yksilöllisesti kuin yhteiskunnallisesti. Stop Huumeille ry lisää yhteiskunnallisesti yksilöiden toimintakykyä toimia yhteiskunnassa ja omassa elämässä. Stoppi vähentää yksilön tuntemaa yksinäisyyttä, nostaa itsetuntoa ja oman arvon tunnetta.

Stopin työtoiminta on laskenut päihdekuntoutujien kynnystä palata elämän normaaleihin sosiaaliin tilanteisiin kuten täysipäiväiseen tai osa-aikaiseen työhön, koska näitä on voinut harjoitella järjestön kuntouttavassa työtoiminnassa tai toimia vapaaehtoisena järjestön tehtävissä. Normaaliin sosiaaliin tilanteisiin palaaminen on edellyttänyt työtoimintaa, koska työtoiminnassa päihdekuntoutujan sosiaaliset taidot ovat palautuneet ja parantuneet päihteiden käytön lopettamisen myötä. Päihteiden käytön lopettamisen taustalla on ollut halu lopettaa päihteiden käyttäminen, ja Stopin päivätoiminta on ollut vahvistamassa päihdekuntoutujaa tässä prosessissa.

Yhdistys tarjoaa vertaistukea ja muita toimintojaan nivelvaiheen päihdekuntoutujille. Tällä nivelvaiheella tarkoitetaan päihteettömyyden alkutaipaleessa olevia päihdekuntoutujia. Yhdistyksen tarjoama tuki ja vertaistuki on pitkä kestoista ja läsnä olevaa, oli päihdekuntoutujan päihteettömyyttä takana minkä aikaa tahansa ja oli yksilön päihdekuntoutuminen missä vaiheessa tahansa. Stopin kävijöiden vuosikäyntikerrat ja viikoittaiset käyntikerrat eivät kerro päihdekuntoutujan tuen tarpeesta päihdekuntoutumiseen

vaan, että he kokevat saavansa pitkäkestoista tukea elämään ja elämän eri osa-alueille päivätoiminnasta.

Tutkimuksessamme huomasimme, että ympäristönä Stop Huumeille ry:n päivätoiminta tarjoaa otollisen tilaisuuden yksilöille tutustua toisiinsa ja jakaa keskenään samoja asioita mitä ovat itse kokeneet eli antamalla vertaistukea toisilleen. Vaikeista asioista puhuminen toiselle ihmiselle parantaa sosiaalisia suhteita ja luo ystävyyssuhteita. Päihdekuntoutujille vahvat ja oikeanlaiset ystävyyssuhteet tukevat Stopin päihdekuntoutujia pysymään päihteettömänä. Stoppi voi vaikuttaa päihdekuntoutujan elämään jokaisella elämän osa-alueella jo pelkästään järjestön olemassaolollaan.

7 Pohdinta

Johtopäätöksenä tutkimuksestamme voimme todeta, että Stop Huumeille ry:n päivätoiminta vahvistaa päihdekuntoutujien päihteettömänä pysymistä ja tukee retkahduksilta välttymistä. Stop Huumeille ry tarjoaa mahdollisuuden puitteillaan ja toiminnoillaan luoda näitä tärkeitä ja laadukkaita ystävyyssuhteita sekä muita sosiaalisia suhteita. Hyvät ja monipuoliset sosiaaliset suhteet edesauttavat vertaistuen saamista. Monet julkaistut tutkimukset osoittavat hyvien sosiaalisten suhteiden vähentävän päihteiden käyttöä.

Yksilöllisiä ominaisuuksia, joita Stop Huumeille ry on vahvistanut haastelluissa ilmi tulleiden seikkojen perusteella olivat omanarvon tunteen nousu ja itsetunnon nousu. Haastatteluiden perusteella jokaisella Stopin Helsingin toimipisteen haastateltavista oli päihdetausta. Yhdistys on päivätoiminnallaan onnistunut vähentämään haastateltavien päihteiden käyttöä ja auttanut osaa lopettamaan päihteiden käytön kokonaan. Yli puolet haastatteliijoista on kokenut, että he ovat saaneet tukea päihteettömyydelle Stop Huumeille ry:n päivätoiminnasta. Yhdistys tarjoaa aktiivista ja monipuolista toimintaa koko päiväksi korvaamaan aikaisempaa päihteiden käyttöön käytettyä aikaa.

Koemme, että Stop Huumeille ry:ssä päihteettömänä pysymisen onnistumisprosentti päihdekuntoutujien kohdalla on suuri. Yhdistyksen vetonaulana on asiakkaidensa perustarpeista huolehtiminen, kuten ruoan tarjoilu joka arkipäivä sekä yhdistyksen tarjoamat mielekkäät tekemiset. Nämä estävät yhteiskunnallista syrjäytymistä ja täyttävät päihdekuntoutujan arkea päihteiden käytöstä jääneestä tyhjiöstä.

Päihteiden käyttäjillä ei välttämättä ole minkäänlaista arkirytmää, säännöllistä ruokailua tai mielekästä tekemistä. Päihteiden käytön voi käyttäjän silmin nähdä rankkana työnä, jonka eteen päihteiden käyttäjä joutuu tekemään kovasti töitä. Ensimmäisenä päihderiippuvainen joutuu miettimään mistä ja miten hän saa rahaa päihteisiin. Toiseksi hän joutuu miettimään mistä ja miten hän saa rahalla päihteet. Päihderiippuvuuden takia kaikki muu arjessa on

toissijaista. Päihteiden käyttäjän elämästä puuttuu yleensä aikataulu ja arkirytm. Stop Huumeille ry:stä ja sen toiminnasta huomaa sen, että yhdistys yrittää parhaimpansa mukaan ylläpitää ja parantaa päihdekuntoutujien arkirytmia ja elämää erilaisilla mielekkäillä tekemisillä ja virikkeillä.

Parhaimpia asioita on Stop Huumeille ry:ssä, että päihdekuntoutuja on aina tervetullut uudelleen omana itsenään, vaikka hän olisi epäonnistunut pyrkimyksessään pysyä päihteettömänä. Stoppi on vahvistanut päihdekuntoutujia integroitumaan takaisin yhteiskuntaan kaikkien yksilöä vahvistavien tekijöiden kautta. Yhdistys pyrkii kohottamaan itsetuntoa ja palauttamaan arkielämän toimintoja järjestämällä normaalin päivärhythmin. Kun yksilön perusasiat ovat kunnossa, voi päihdekuntoutuja lisätä omaa osallisuuttaan yhteiskunnassa.

Haastateltavien mukaan Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteen väliaikainen sulkeminen ei lisännyt haastateltavien omaa päihteiden käyttöä, mutta heillä oli epäilyksensä muiden toimipaikan kävijöiden päihteiden käytön lisääntymisestä. Haastateltavien epäilykset eivät olleet välttämättä vailla totuutta. Muun muassa Ylen uutisoinnin ja Terveiden ja Hyvinvointilaitoksen jätevesitutkimuksien mukaan koronakevään 2020 ajanjaksolla päihteiden käyttö lisääntyi, joka näkyi jätevedestä otetuista näytteistä ja jalkautuvien päihdetyöntekijöiden asiakasmäärien lisääntymisestä. (Yle 2020 & Terveiden ja Hyvinvoinnin laitos 2020). Stop Huumeille ry:n sulkeutumisella pandemian aikana oli haastateltavien mukaan kohtalokkaita vaikutuksia monen päihdekuntoutujan päihteettömänä pysymiseen ja suuri merkitys retkahtamisiin. Nämä asiat eivät kuitenkaan olleet haastattelujen kautta tutkimuksen kohteena tai tulleet niissä tarkemmin ilmi.

Vakituiset kävijät muodostavat keskenään tiiviin yhteisön, jossa lähes jokainen on tietoinen toistensa päihteettömänä pysymisestä. Stop Huumeille ry:n vakituisten kävijöiden haastatteluissa moni kertoi, että ei itse ole retkahtanut, mutta tietää jonkun toisen retkahtaneen. Poikkeusolojen vuoksi riski aloittaa päihteiden käyttö uudelleen nousi ja ”ratavaihe” oli jäänyt retkahtamisen myötä monelle päälle.

Ensisijainen osallisuus yhteiskunnassa on työnteko ja tätä kautta osallistuminen yhteiskuntaan jäsenenä. Haastateltavien mielestä Stop Huumeille ry:ssä ei ollut paljon kehitettävää, joka kertoo siitä, että yhdistys on luonut toimivan kokonaisuuden päihdekuntoutuksen nivelvaiheeseen.

Viikonloppu aukioloaikoja ja pidempiä aukioloaikoja arkisin kannattaisi harkita, koska päihteiden käyttö keskittyy usein pyhäpäiville ja viikonloppuihin. Pidemmällä aukioloajoilla voisi myös tavoittaa suuremman asiakaskunnan. Mielestämme Stop Huumeille ry:n moniammatillista yhteistyötä tulisi lisätä muilla osa-alueilla, kuin päihteisiin liittyvissä asioissa. Verkostoitumalla ja tekemällä enemmän yhteistyötä esimerkiksi eri oppilaitosten kanssa olisi

mahdollista lisätä ja keksiä uusia kävijöille suunnattuja aktiviteetteja sekä parantaa niitä. Näin voisi saada aikaiseksi liikuntaan, taiteeseen ja ravintoon liittyviä mielenkiintoisia jatkuvia projekteja. Uusien kumppaneiden ehdotuksista voisi muokata erilaisia uusia päivittäisiä tapahtumia ja muita uusia toimintoja. Suuren asiakasmäärän vuoksi Stop Huumeille ry voisi mahdollisuuksien mukaan harkita sellaisen ammattilaisen palkkaamista työyhteisöön, joka toisi taloon muutakin osaamista kuin päihdetyön osaamista.

Opinnäytetyö oli mielenkiintoinen, vaativa ja opettava prosessi. Vaativuutta lisäsi muun muassa, että vertaistuen lisäksi on olemassa iso määrä vertaistukeen liittyviä saman kaltaisia termejä, jotka kaikki piti sisäistää, jotta oli helpompi tutkia Stop Huumeille ry:n päivätoiminnan merkitystä. Laadullisen tutkimuksen ja sisältöanalyysin tekeminen oli haastavaa, koska moni aihetta käsittelevä kirja, joita saimme luettua, oli jopa vuosikymmeniä vanhoja ja sen vuoksi vaikeaselkoista ymmärtää. Koronapandemia vaikeutti tiedonhankintaa ja aiheutti muutamia viivästyksiä tutkimuksen tekemiseen. Mielestämme tutkimus onnistui kuitenkin hyvin, koska emme olleet rajanneet tutkimuksen tekemiseen käytettävää aikaa mitenkään.

Tutkimustamme voi tulevaisuudessa käyttää näyttämään, kuinka tärkeää vertaistuki on tarjolla olevien muiden tukimuotojen joukossa. Usein päiväkeskukset tarjoavat erilaisia toimintoja tukeakseen päihdeongelmaisia, mutta vertaistuen merkityksen tärkeyttä ei välttämättä tiedosteta tarpeeksi. Mielestämme nykytiedon valossa on väärin, että joissain päihdeongelmaisia tukevissa päivätoiminnan paikoissa on niiden omissa säännöissä rajattu mahdollisuutta keskustella päihdeistä riittävän avoimesti, vaikka paikalla olisi työntekijä pitämässä huolen, että keskustelu pysyy asiallisena. Stopissa asioista keskustellaan avoimesti, jolloin ammattilaisille avautuu mahdollisuus tarttua tilanteeseen ja auttaa, kun asioista puhutaan suoraan ja ongelmat tuodaan esille. Stop Huumeille ry on selvästi edelläkävijöiden joukossa vertaistuen mahdollistajana ja heidän toiminnastaan voivat muutkin toimijat ottaa mallia vertaistuen hyödyntämisessä päivätoiminnassa ja päihdekuntoutuksessa. Niin kuin haastattelutkin osoittivat, on Stoppi mielestämme hyvä paikka elämänhallinnan tapojen opettelulle.

Lähteet

Painetut

Alasuutari Pertti 1995. Laadullinen tutkimus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Eskola J & Suoranta J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Heimonen Päivi 2007. Päiväkeskus mahdollisuutena. Päiväkeskus mahdollisuutena. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy

Karjalainen V & Vilkkumaa I. 2007. Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy

Mikkonen I & Saarinen A. 2018. Vertaistuki sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tietosanoma

Mäkisalo-Ropponen Merja. 2016. Kohti yhdessä tekemisen kulttuuria. Tampere: Suomen Yliopistopaino Oy

Pohjala A, Matthies A-L, Jokiranta H, Karvinen S & Granfelt R. 1993. Monisärmäinen sosiaalityö. Helsinki: Sosiaaliturvan keskusliitto

Sarajärvi A & Tuomi J. 2011. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Vantaa: Hansaprint Oy

Soikkeli Markku 2001. Huumetyö. Tampere: Tammer-Paino Oy

Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry. 2017. Arki, arvot ja etiikka. Helsinki: Punamusta Oy

Stop Huumeille ry 2018. Vuosikertomus.

Sähköiset

European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction. Country legal profiles. 2012.

Viitattu 25.05.2020

https://www.emcdda.europa.eu/html.cfm/index5174EN.html%3FpluginMethod=eldd.country_profiles&country=FI&language=fi?LayoutFormat=print

Henkilökohtaisten avustajien työnantajien liitto ry. 2020. Vertaistuki. Viitattu 07.12.2020.

<https://heta-liitto.fi/vertaistuki/>

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2021. Päihdepalvelut. Viitattu 09.01.2021.

<https://stm.fi/paihdepalvelut>.

Stop Huumeille ry. Päivitetty tiedote koronaan liittyen: Stoppi palvelee virtuaalisesti. 2020.

Viitattu 22.05.2020 <https://stophuumeille.fi/paivitetty-tiedote-koronaan-liittyen-stoppi-palvelee-virtuaalisesti/>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2015. Osallisuutta edistämällä vähennetään eriarvoisuutta.

Viitattu 01.12.2020.

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/128983/Osallisuus_final_17.11.2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Terveyden ja Hyvinvoinnin laitos. 2017. Sosiaalinen kuntoutus käytännössä. Viitattu

09.01.2021 <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalinen-kuntoutus/kuntakysely/kaytanto>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019. Keskeisiä käsitteitä. Viitattu 01.12.2020.

<https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/keskeisia-kasitteita>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2020. Jätevesitutkimus: Huumeiden käyttö

ennätyslukemissa maaliskuussa lähes koko maassa, notkahti loppukevästä ja jatkoi kasvuaan kesällä. Viitattu 23.10.2020. <https://thl.fi/fi/-/jatevesitutkimus-huumeiden-kaytto-oli-ennatyslukemissa-maaliskuussa-lahes-koko-maassa-notkahti-loppukevaasta-ja-jatkoi-kasvuaan-kesalla?fbclid=IwAR2boMCqeF3p11vLSVnbiA5SiLLnOW-LVtVxvAnp30QDAodJUyszcZ1t2Nc>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2020. Osallisuuden edistämisen mallit. Viitattu 10.11.2020.

<https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit>

United Nation and the rule of law. Drug Trafficking. Viitattu 25.05.2020.

<https://www.un.org/ruleoflaw/thematic-areas/transnational-threats/drug-trafficking/>

Yle. 2020. Kadulla kerrotaan ”huumezombien” piikittävän poliisiauton lähellä, ja neulat päätyvät kukkapuskiin - reportaasi Helsingistä paljastaa koronan vaikutukset käyttäjiin.

Viitattu 23.10.2020. [https://yle.fi/uutiset/3-](https://yle.fi/uutiset/3-11579214?fbclid=IwAR3ZZQKluSZ9GeWtuyNosYQPHn-uJcdeNYQndhMo_jn01Ev8tJz0fBj2csg)

[11579214?fbclid=IwAR3ZZQKluSZ9GeWtuyNosYQPHn-uJcdeNYQndhMo_jn01Ev8tJz0fBj2csg](https://yle.fi/uutiset/3-11579214?fbclid=IwAR3ZZQKluSZ9GeWtuyNosYQPHn-uJcdeNYQndhMo_jn01Ev8tJz0fBj2csg)

Valtioneuvosto. Poikkeusolojen toteaminen. 2020. Viitattu 22.05.2020

<https://valtioneuvosto.fi/paatokset/paatos?decisionId=0900908f8068ec10&fbclid=IwAR1Z6WH>

[FLACSBqcE4iqbjUzxQjH89PH1q8bAScQH9XgdJvSfCGddg49bRo](https://valtioneuvosto.fi/paatokset/paatos?decisionId=0900908f8068ec10&fbclid=IwAR1Z6WH)

Kielitoimiston sanakirja. Poliitiikka. 2020. Viitattu 24.04.2020.

<https://www.kielitoimistonsanakirja.fi/#/politiikka>

Huumausainelaki. 2018. Viitattu 25.05.2020.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2008/20080373>

Päihdelinkki. Perustietoa huumausaineista. Viitattu 25.05.2020.

<https://paihdelinkki.fi/sgn/tietopankki/tietoiskut/perustietoa-huumausaineista>

Terveyskylä. Mitä on vertaistuki?. 2019. Viitattu 25.05.2020.

[https://www.terveyskyla.fi/vertaistalo/tietoa-vertaistuesta/mit%C3%A4-on-](https://www.terveyskyla.fi/vertaistalo/tietoa-vertaistuesta/mit%C3%A4-on-vertaistuki?fbclid=IwAR2xK2WFi0Yw7OrntRUyA6r7qMZPPAmNHZUoTW53uxi72Sj1NWn7zCUeRcQ)

[vertaistuki?fbclid=IwAR2xK2WFi0Yw7OrntRUyA6r7qMZPPAmNHZUoTW53uxi72Sj1NWn7zCUeRcQ](https://www.terveyskyla.fi/vertaistalo/tietoa-vertaistuesta/mit%C3%A4-on-vertaistuki?fbclid=IwAR2xK2WFi0Yw7OrntRUyA6r7qMZPPAmNHZUoTW53uxi72Sj1NWn7zCUeRcQ)

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2019. Osallisuus. Viitattu 01.12.2020.

<https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>

Yhdistyneet Kansakunnat. Perustietoa YK:sta. 2009. Viitattu 24.05.2020

<https://unric.org/fi/perustietoa-yksta/>

Etiikka. Tutkimusetiikka. 2021. Viitattu 10.04.2021. <https://etiikka.fi/tutkimusetiikka/>

Kuviot

Kuvio 1 Vertaistoiminnan kokonaisuus.....	18
---	----

Liitteet

Liite 1: Tutkimuslupa	39
Liite 2: Saatekirje	40
Liite 3: Avoimen haastattelun kysymykset	41
Liite 4: Suostumuslomake	42

Liite 1: Tutkimuslupa

TUTKIMUSLUPA

Olen antanut Laurea ammattikorkeakoulun opiskelijoille Antti Hämäläiselle ja Petri Alkiolle luvan tutkia ja haastatella Stop Huumeille ry:n kävijöitä opinnäytetyötä varten. Opinnäytetyö on suunnattu Stop Huumeille ry:lle. Tutkimusluvasta on tehty (3) kolme kappaletta yksi kullekin osapuolelle.

Aika ja paikka _____

Antti Hämäläinen

Petri Alkio

Mirva Suutarinen

Stop Huumeille ry:n koordinaattori

Liite 2: Saatekirje

Saatekirje

Hei, olemme sosionomiopiskeijat Antti Hämäläinen ja Petri Alkio Laurea ammattikorkeakoulun Vantaan Tikkurilan kampukselta. Olemme tekemässä opinnäytetyötä Stop Huumeille ry:lle. Tutkimme Stop Huumeille ry:n päivätoiminnan merkitystä, Opinnäytetyön aiheenamme on alustavalla nimellä: ”Stop Huumeille ry:n päivätoiminnan merkitys päihdekuntoutujille.

Tarkoituksemme on tutkia avointen haastattelujen pohjalta mikä merkitys Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteen päivätoiminnalla on kävijöiden elämään, päihteettömänä pysymiseen ja retkahduksilta välttymiseen. Tavoitteenamme on ensisijaisesti tutkia näiden pohjalta Stop Huumeille ry:n toimipisteen merkitystä. Lisäksi keräämme Stopin toiveesta kehitysideoita päivätoiminnan kehittämiseen ja tietoa keväällä 2020 toimitilan väliaikaisen sulkemisen vaikutuksista kävijöiden päihteettömänä pysymiseen ja retkahduksista välttymiseen.

Toivoisimme, että osallistuisit haastatteluun. Haastattelut ovat tietosuojalain puitteissa siten, että haastateltavia ei voida tunnistaa haastattelun vastauksista. Haastattelut tullaan toistaiseksi toteuttamaan puhelimitse toimipaikan väliaikaisen sulkemisen vuoksi ja yleisen ohjeistuksien nojalla. Haastattelut äänitetään ja kun haastattelut ovat käsitelty, kaikki äänitetty materiaali haastatteluihin liittyen tuhoetaan asianmukaisesti. Opinnäytetyön voi lukea sen valmistuttua osoitteessa www.theseus.fi.

Yhteydenotot sähköpostilla:

Antti Hämäläinen: antti.p.hamalainen@student.laurea.fi

Petri Alkio: petri.alkio@student.laurea.fi

Liite 3: Avoimen haastattelun kysymykset

1. Ikäsi?
 2. Sukupuoli?
 3. Kuinka usein käyt Stop Huumeille ry:ssä?
 4. Kuinka pitkään olet käynyt Stop Huumeille ry:ssä?
 5. Miksi aloitit käymään Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteessä?
 6. Mikä on saanut sinut jäämään Stop Huumeille ry:n vakituiseksi kävijäksi?
-
5. Miten Stop Huumeille ry:n päiväkeskustoiminta on vaikuttanut sinun elämääsi?
 6. Mikä yhteiskuntaan osallistava vaikutus Stop Huumeille ry:n päivätoiminnalla on ollut?
 7. Mikä merkitys Stop Huumeille ry:stä saamallasi vertaistuellalla on ollut?
 8. Mikä Stop Huumeille ry:n päivätoiminnassa on tukenut sinua parhaiten?
 9. Vaikuttiko Stop Huumeille ry:n väliaikainen sulkeminen valmiuslailla julistetun poikkeustilan vuoksi sinun elämääsi, jos vaikutti niin millä tavalla?
 - Hankaloittiko Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteen väliaikainen sulkeminen päihteettömänä pysymistäsi?
 - Jos Stop Huumeille ry:n toimitilojen väliaikainen sulkeminen hankaloitti päihteettömänä pysymistä, niin miten se ilmeni ja mitkä asiat korostuivat?
 - Jos Stop Huumeille ry:n toimitila tulisi olemaan pidempään suljettuna, nostaako se sinulla riskiä retkahtaa?
 - Luuletko, että toimipaikan sulkemisella oli valmiuslailla julistetun poikkeustilan vuoksi vaikutusta muiden kävijöiden päihteettömänä pysymiseen?
 10. Millä tavalla kehittäisit Stop Huumeille ry:n päivätoimintaa tai haluaisit, että sitä kehitettäisiin?

Liite 4: Suostumuslomake

SUOSTUMUSLOMAKE OPINNÄYTETYÖN HAASTATELUTUTKIMUKSEEN

Antti Hämäläinen Petri Alkio Helsinki

Minua on pyydetty osallistumaan yllämainittuun Laurea ammattikorkeakoulun opiskelijoiden Antti Hämäläisen ja Petri Alkion opinnäytetyön laadullisen tutkimuksen haastatteluun, joka käsittelee ja tutkii Stop Huumeille ry:tä. Haastattelun järjestävät Laurea ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat Antti Hämäläinen ja Petri Alkio. Olen lukenut ja ymmärtänyt saamani tämän kirjallisen tiedotteen koskien opinnäytetyön haastattelututkimusta. Opinnäytetyön haastattelututkimuksen sisältö on kerrottu minulle myös suullisesti, minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut nähdä haastattelun tutkimuskysymykset ennakkoon, harkita tai kieltäytyä osallistumistani kyseiseen opinnäytetyön haastattelututkimukseen. Tiedän, että osallistumiseni on vapaaehtoista ja voin halutessani keskeyttää milloin tahansa opinnäytetyön haastattelututkimukseen osallistumisen.

Opinnäytetyön haastattelut äänitetään ja muutetaan muodoltaan vastaamaan opinnäytetyön vaadittavaa sisältöä. Haastattelut ovat täysin anonyymejä ja niistä ei voida tunnistaa haastateltavaa. Haastattelu ja sitä koskevat materiaalit (äänitteet, kirjaamiset yms.) ovat luottamuksellisia ja ne tuhoataan, kun haastattelut ovat muutettu vastaamaan opinnäytetyön vaadittavaa sisältöä. Vaadittava sisältö tarkoittaa yksinkertaisuudessaan äänitetyn haastattelun muuntamista tekstimuotoon.

Tiedot antoivat Antti Hämäläinen ja Petri Alkio. Olen saanut riittävät tiedot tutkimuksesta ja oikeuksistani, tutkimuksen tarkoituksesta ja sen toteutuksesta.

Ymmärrän, että osallistumiseni on vapaaehtoista. Tietojani käsitellään luottamuksellisesti ja niitä ei luovuteta ulkopuolisille tai sivulliselle. Tätä suostumuslomaketta on tehty kolme (3) kappaletta, yksi jokaiselle osapuolella.

Paikka ja aika

Haastateltavan allekirjoitus

Antti Hämäläinen

Petri Alkio