

YHDESSÄ KOHTI PÄIHTEETTÖMYTTÄ

Stop Huumeille ry:n asiakkaiden ja työntekijän kokemuksia päivätoiminnasta

Susanna Huttunen -Merilin Myyrsepp

Opinnäytetyö, syksy 2009

Diakonia-ammattikorkeakoulu/Lahden
ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysala

Hoitoalan koulutusohjelma

Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto

Sairaanhoitaja (AMK)

Sairaanhoitaja (AMK) +

diakonissan virkakelpoisuus

Huttunen, Susanna & Myyrsepp, Merilin. Yhdessä kohti päihdeettömyyttä. Stop huumeille ry:n Helsingin toimipisteen asiakkaiden ja työntekijän kokemuksia päivätoiminnasta. Lahti, syksy 2009. 46 s. 5 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu/ Lahden ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma, hoitotyön suuntautumisvaihtoehto, sairaanhoitaja (AMK), sairaanhoitaja (AMK) +diakonissan virkakelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Tutkimuksessa tutkittiin Helsingissä sijaitsevaa päivätoimintakeskusta, joka tarjoaa matalan kynnyksen päivätoimintaa päihdekuntoutujille. Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa Helsingin Stop Huumeille ry:n asiakkaiden ja työntekijöiden kokemuksia päivätoiminnasta ja vertaistuesta, sekä kokemuksia siitä miten ne tukevat asiakkaiden päihdeettömyyttä. Lisäksi haluttiin myös selvittää päivätoiminnan mahdollisia kehittämistarpeita. Tavoitteena oli saada mahdollisimman monipuolista tietoa päivätoiminnan tarjoamasta tuesta.

Tutkimus toteutettiin kvalitatiivisella eli laadullisella otteella. Aineisto koottiin teemahaastatteluilla ja analysoitiin sisällönanalyysimenetelmällä. Tutkimusaineisto koottiin haastattelemalla Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteen työntekijää ja seitsemää asiakasta. Haastattelut tapahtuivat kyseisen järjestön tiloissa, kahdessa rauhallisessa, vain haastatteluille varatuissa huoneissa. Nauhoitetut haastattelut litteroitiin ja analysoitiin sisällönanalyysimenetelmällä.

Tutkimustulosten perusteella Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteen päivätoiminta tukee asiakkaiden päihdeettömyyttä tarjoten paikan, jossa viettää aikaa päihdeettömästi päihdeettömässä seurassa. Asiakkaat saavat tukea toisiltaan ja toiminnanohjaajilta, saaden myös konkreettista tukea arjen asioiden hoitamiseen. Asiakkaiden mielestä positiivista toiminnassa oli turvallinen ja hyväksyvä ilmapiiri, päihdeettömät vertaiset, mielekäs tekeminen sekä mukava ja ymmärtävä henkilökunta. Toimintaa kaikki vastanneet kehittäisivät pidentämällä aukioloaikoja. Tutkimus antoi monipuolista tietoa tutkitun yhdistyksen tarjoamasta tuesta. Se koettiin positiivisena ja toiminnasta on selkeästi hyötyä suhteessa asiakkaiden päihdeettömyyden ylläpitämiseen.

Asiasanat: kvalitatiivinen tutkimus, vertaistuki, päivätoiminta, päihdeet

Huttunen, Susanna & Myyrsepp, Merilin. Together towards substance free life. Stop huumeille ry, Helsinki office's customers and an employee experiences of dayactivity. Lahti, Fall 2009. 46 pages, 5 appendices.
Diakonia University of Applied Sciences/ Lahti University of Applied Sciences/Faculty of social and health care/Degree program in nursing, Specialization in registered nursing.

ABSTRACT

The objective of this study was to explain Stop Huumeille facility's customers' and employees' experiences of day activity and peer support, and how they support the customers' substance free life. The objective was also to survey activity's needs for development, as well as to provide versatile and useful information for the organization.

This study is a qualitative study and the research material is based on the interviews of eight people, one employee and seven customers. The research material was gathered by means of thematic interview. The results were formed by means of thematic interview framework including other themes that occurred during the interview process. The interviews were implemented in a quiet room, without distractions.

Based on the results of this study, Stop Huumeille ry's day activity supports customers' substance free life, by giving a place where you spent time without substance and at the same time have substance free friends. The customers get peer support from the other customers and official support from the employees. The customers feel that activity is safe and the atmosphere is wellcoming. They get support for taking care of everyday life tasks, for example using phone or computer. Customers also felt that it is nice to find out that life can be fun also without substance. All customers felt that activity can be developed by extending the opening hours. The study showed that the organization offered diverse support for the customers, especially by supporting their substance free life.

Keywords: peer support, day activity, substance

SISÄLLYS	
TIIVISTELMÄ	2
ABSTRACT	3
JOHDANTO	6
2 PÄIHTEET SUOMALAISESSA YHTEISKUNNASSA	8
2.1 Suomalaisten juomakulttuuri	8
2.2 Huumeet Suomessa	9
2.3 Päihdehaitat yhteiskunnassamme	11
3 PÄIHDERIIPPUUUS	11
3.1 Riippuvuuskäyttäytyminen	12
3.1.1 Riippuvuuden ilmeneminen	12
3.1.2 Riippuvuudesta irtautuminen	13
3.2 Kohti päihteetöntä arkea	14
3.3 Päihdekuntoutujien palveluita	14
4 STOP HUUMEILLE RY	16
4.1 Tukea ja apua päivätoiminnasta	16
4.2 Vertaistuki päivätoiminnan kantavana voimana	17
4.3 Stop Huumeille ry:n toiminnan tarkoitus ja tavoitteet	19
5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUTEHTÄVÄT	19
6 TUTKIMUKSEN FILOSOFISET LÄHTÖKOHDAT JA METODOLOGIA	20
7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	22
7.1 Aineiston analyysi	23
8 TUTKIMUKSEN TULOKSET	24
8.1 Kokemuksia päivätoiminnan tarjoamasta tuesta	24
8.2 Kokemuksia vertaistuen tarjoamasta tuesta	25
8.3 Kokemuksia toiminnan vaikutuksista päihteettömyyteen	26
8.4 Kokemuksia toiminnan kehittämisen tarpeesta	27
9 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	28
9.1 Tutkimuksen eettiset lähtökohdat	28
9.2 Tutkimuksen luotettavuus	29
10. JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	31
10.1 Tutkimuksen tulokset	31

10.2 Kristinuskon merkitys päihteenkäyttäjälle	33
10.3 Tutkimuksen hyödynnettävyys ja jatkotutkimusehdotuksia.....	34
LÄHTEET:.....	35
LIITE 1: Teemahaastattelun runko Stop Huumeille ry:n asiakkaille	39
LIITE 2: Tutkimuslupa anomus	41
LIITE 3: Tutkimusta koskien haastateltaville lähetetty saatekirje	42
LIITE 4: Suostumuslomake haastatteluihin osallistumisesta.....	43
LIITE 5 Aineiston analyysi.....	Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.

JOHDANTO

Tulevina hoitoalan ammattilaisina tulemme kohtamaan päihdetyötä päivittäin. Päihteiden käytön aiheuttamia ongelmia ilmenee kaikissa ikäryhmissä. Sairaanhoitajat ovat päihdetyön käytännön toteuttajia ja heillä on oltava valmiuksia ymmärtää ja ohjata päihteiden käyttäjiä. Päihdehuoltoa pidetään yhtenä sosiaali- ja terveydenhuollon merkittävimmistä haasteista sekä kehittämisalueista tulevaisuudessa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008).

Päihteetön elämä pitkän huumeiden käytön jälkeen on vaativaa ja monet sallivat itselleen edelleen päihteitä sisältävän epäsäännöllisen elämän. Elämä muiden ihmisten parissa voi olla vaikeaa, koska käyttäjät ovat usein perhepiirissä epäilyksen alaisina ja uusia ystäviä voi olla vaikea löytää. Kuntoutus arkeen palaaminen päihteiden käytön lopettamisen, ja ehkä jopa päihdekatkaisun jälkeen olisi tärkeää, ja jää usein unohduksiin. Huumevieroituksesta tullut henkilö voi olla elämässään täysin suojaton ilman sosiaalista verkostoa ja ilman asuntoa (Lund 2006, 56–59).

Tutkimukset osoittavatkin, että käyttäjät usein hyväksyvät retkahdukset osaksi prosessiaan kohti päihteetöntä elämää. Retkahduksella tarkoitetaan ajoittaisia päihteidenkäyttö jaksoja kuntoutumisen yhteydessä (Weckroth 1987, 58–59; Toiviainen 1997 97–104). Retkahdukset ja ehkä huumeiden käytön uudelleen aloitus ovat kalliita asioita yhteiskunnallemme ja niitä tulisi pystyä ennaltaehkäisemään. Alun perin Helsingissä perustettu Stop Huumeille ry on yksi paikoista, joka tarjoaa huumeiden käyttäjille konkreettista apua arkeen palaamiseen ja avaimia huumeista irti pääsemiseen. Se on matalankynnyksen päivätoimintakeskus, jossa on mahdollista saada vertaistukea ja yksinkertaista ohjausta arjen ongelmissa. Juuri tällaisen tuen määrän tarve on viime vuosina kasvanut ja sen tärkeys on ymmärretty (Kaukonen 2001, 120).

Tutkimuksemme tarkoituksena on selvittää Stop huumeille ry:n asiakkaiden ja työntekijöiden kokemuksia Helsingin alueen toimipisteen toiminnasta. Tutkimme heidän kokemuksiaan päivätoiminnasta ja vertaistuesta, sekä kokemuksia niiden merkityksestä päihteettömyyden ylläpitämiseen. Toivomme että tutkimuksesta on jatkossa hyötyä niin toiminnan kehittämisen kuin asiakkaiden kannalta.

2 PÄIHTEET SUOMALAISESSA YHTEISKUNNASSA

Päihteillä tarkoitetaan aineita, jotka vaikuttavat väliaikaisesti ihmisen käytökseen, havainnointiin, mielialaan ja tietoisuuteen. Laajassa merkityksessään ne ovat sekä laillisia, että laittomia päihdyttäviä aineita. (Mönkkönen 1999, 6.) Niiden käyttöä esiintyy useimmissa kulttuureissa ympäri maailmaa, mutta käytetyt aineet, niiden haitat sekä päihteisiin liittyvät sosiaaliset normit ja yhteiskunnan sääätelytoimenpiteet kuitenkin vaihtelevat eri kulttuureissa. Suomessa alkoholi ja tupakka ovat laillisia, mutta huumausaineiden käyttö ja hallussapito ovat laissa kiellettyjä. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 50)

Suomalainen yhteiskunta mielletään edelleen vahvasti alkoholikulttuurina, vaikka alkoholin käytön rinnalla lääkkeiden ja erilaisten laittomien huumausaineiden käyttö on lisääntynyt tasaisesti. (Havio ym. 2008, 50.) Huumeongelma onkin yhteiskunta- ja kulttuurisidonnainen ongelma, joka koskee meitä kaikkia (Weckroth 2001, 39). Päihdyttävän aineen käytöstä aiheutuu eri käyttötilanteissa ja käyttöasteissa niin yksilöllisiä, yhteisöllisiä kuin yhteiskunnallisia ongelmia. (Havio ym. 2008, 50). Suomessa 1990-luvun jälkeen puhjennut huumeilmiö on 2000-luvun edetessä tilastojen mukaan rauhoittunut, mutta ongelman luonne jatkaa kuitenkin muuttumistaan. Käyttötavat, käyttöryhmät ja itse huumausaineet muuttuvat edelleen ja ilmiöiden tunnistaminen muuttuu yhä vaikeammaksi. (Seppälä 2003, 12.)

2.1 Suomalaisten juomakulttuuri

Alkoholi on suomalaisessa kulttuurissa hyväksytty ja laillinen, laajasti käytetty päihde. Suomessa raittiiden osuus aikuisväestöstä on noin 12 prosenttia. Alkoholia käytetään arjessa ja juhlissa, sekä sen avulla haetaan positiivisia kokemuksia ja rentoutusta. Suurin osa alkoholin käyttäjistä on kohtuukäyttäjiä, mutta peräti 5–10 prosenttia (250 000–500 000) suomalaisista on alkoholin suurkuluttajia. Toisaalta juomista ihannoidaan ja toisaalta se tyrmätään tiukasti. Suomalaisten asenteet ovat alkoholipolitiikan suhteen hiljalleen tiukentuneet ja alkoholi-

lipoliittisia rajoituksia toivottaisiin enemmän kuin 2000-luvun alussa. (Päihdetilastollinen vuosikirja 2007, 17–21.) Myös nuorten keskuudessa tehtyjen tutkimusten mukaan nuorten raittius ja suhtautuminen päihteisiin on 2000-luvulla lähtenyt parempaan suuntaan. (Havio ym. 2008, 53–55.)

Usein tuodaan esille suomalainen juomakulttuuri juoppokulttuurina. Suomalaiset juovat humaltuakseen, paljon kerralla ja nopeasti, kun taas esimerkiksi Keski-Euroopassa juodaan seuran vuoksi, vähän ja hitaasti. Suomessa käyttökertojen ja juodun alkoholin kokonaismäärä suhteessa muihin Euroopan maihin on vähäistä, mutta humaltumiskertoja ja kerralla juotua alkoholimäärää kysyttäessä suomalaiset ovat Euroopan kärkeä. (Weckroth 2001, 32–33.)

Suomalaisten tyyli käyttää alkoholia on omiaan luomaan riippuvuutta. Lisääntynyt sietokyky lisää alkoholinkulutusta ja saattaa johtaa fyysisen riippuvuuden syntymiseen. Tämän vuoksi riskiehkäisyyn piiriin kuuluvat niin suurkuluttajat kuin kohtuukäyttäjät. Lisäksi portti-teorian mukaan yhden päihteen käyttö alentaa kynnystä siirtyä vahvempiin päihteisiin, kuten esimerkiksi huumeisiin. Sekakäyttö onkin alkoholin käytön jälkeen yleisin päihteiden käytön muoto. (Havio ym. 2008, 55,65.)

2.2 Huumeet Suomessa

Suomessa huumeilla tarkoitetaan niitä huumaavia aineita, jotka Suomen huumausainelaki (1993/1289) määrittelee. Etenkin nuorten keskuudessa lisääntynyt huumeiden käyttö on johtanut siihen, että huumausaineet halutaan, niihin liittyvien erityiskysymyksien ja riskien takia, erottaa esimerkiksi alkoholin käytöstä. (Mönkkönen 1999, 6.) Huumeiden käytössä kohdataan eri aineiden käytön lisäksi aineiden eriasteista käyttöä. Heinosen (1989) ja Hakkaraisen (1987) mukaan päihteiden käyttö voidaan jakaa kokeiluihin, satunnaiskäyttöön, hallittuun käyttöön, sekä ongelmakäyttöön tai hallittuun, holtittomaan ja pakonomaiseen käyttöön. (Kontula & Koskela 1992, 6.) Käyttö voidaan jakaa myös käytön tiheyden mukaan, kokeiluun, satunnaiseen käyttöön, ajoittaiseen käyttöön ja

säännölliseen käyttöön (Havio ym. 2008, 60). Huumeidenkäytön kaikkiin tasoihin liittyy kuitenkin ongelmia, oli se sitten satunnaista tai säännöllistä.

Suomessa suurin osa huumeiden käytöstä on tällä hetkellä kannabistuotteiden käyttöä. 16 prosenttia miehistä ja 11 prosenttia naisista oli kokeillut joskus kannabista vuonna 2006. Ekstaasin, opiaattien ja amfetamiinin käyttö on Suomessa lisääntynyt, mutta se on kuitenkin kansainvälisesti verraten vähäistä. (Weckroth 2001, 39–40.) Amfetamiinia oli kokeillut 2 prosenttia ja ekstaasia 1,5 prosenttia aikuisväestöstä. Kokaiinia, sieniä ja LSD:tä on kokeillut noin yksi prosentti väestöstä. Vuoden 2005 arvio amfetamiinin ja opiaattien ongelmakäyttäjistä 15–54-vuotiaiden keskuudessa on koko maassa 0,5–0,7 prosenttia ja pääkaupunkiseudulla 0,9–1,4 prosenttia. (Päihdetilastollinen vuosikirja 2007, 24.)

Huumeiden käyttöön vaikuttavat hyvin monet tekijät, kuten huumeiden saatavuus, elinolosuhteet, väestön ikärakenne, päihde-, juhlimis- ja nuorisokulttuurit. Nämä kaikki vaihtelevat niin maittain kuin paikkakunnittain. (Seppälä 2003, 15.) Syitä siihen miksi joku ajautuu käyttämään tai kokeilemaan huumeita on vaikea määrittää. Monet kokevat, että päihteet ovat keino hakea positiivisia kokemuksia ja sulkea pois negatiivisia kokemuksia kuten surua, henkistä pahoinvointia tai epätasapainoa. (Mäkelä 1999, 13).

Vain harvat kokeilevat huumeita ja vielä harvemmat aloittavat huumeiden säännöllisen käytön. Kokeilijat ja käyttäjät valikoituvat elämäntilanteensa mukaisesti, ja jokaisella on omanlaiset syyt käytölleen. Käytön syitä ymmärtämällä voimme ymmärtää koko huumeilmiötä ja ehkä jopa löytää keinoja niiden käytön ennaltaehkäisyyn. Huumeiden käytön syihin vaikuttavat niin psykologiset sosiaaliset kuin yhteiskunnalliset syyt. (Kontula 1988, 88–89.) Täydelliseen päihteettömyyteen yhteiskunnassamme on enää turha pyrkiä, mutta päihteiden haittakäyttöä voimme pyrkiä vähentämään. Yhtenä suurimpana vaikuttajana huumeiden käyttöön on kuitenkin yhteiskunnassamme vallitseva päihdekulttuuri. (Hakkarainen 2001, 73–75; Kontula 1988, 88; Seppälä 2003, 14.)

Opinnäytetyössä tutkimme päihdetaustaisia henkilöitä, jotka ovat päässeet johonkin eroon päihteisistä tai käyttävät niitä edelleen. He ovat olleet joko huumeidenkäyt-

täjiä tai sekakäyttäjiä. Huume-käsitteeseen sisällytetään klassiset huumeet kuten kannabis, amfetamiini ja opiaatit, lääkkeiden väärinkäyttö ja teknisten liuotimien imppaus (Kontula & Koskela 1992, 6).

2.3 Päihdehaitat yhteiskunnassamme

Kansanterveyden ja terveydenhuollon näkökulmasta katsottuna päihteidenkäyttö on riskikäyttäytymistä. Etenkin pitkäaikainen päihteiden käyttö aiheuttaa runsaasti monenlaisia ongelmia. Kansantaloudellisesti etenkin alkoholin suurkuluttajat aiheuttavat mittavia haittoja. (Havio ym. 2008, 97.) Vuonna 2005 alkoholin käyttö aiheutti 0,7–0,9 miljoonan euron välittömät kustannukset ja 3,1–5,7 miljardin välilliset kustannukset. Myös huumehaittakustannukset yhteiskunnallemme ovat mittavat. (Päihdetilastollinen vuosikirja 2007, 22,26.) Päihteiden käyttö vaikuttaa käyttäjän työelämään, sosiaaliseen elämään, lisää riskiä väkivaltaiseen käyttäytymiseen ja rikollisuuteen muutenkin. Varsinkin huumeaineiden käyttöön liittyy usein rikollisuutta, koska aineet ovat hyvin kalliita. (Havio ym. 2008, 97–99.)

Huumeiden aiheuttamiin haittoihin suhtaudutaankin erilailla kuin alkoholin aiheuttamiin. Huumeongelmat näkyvät tilastollisesti pienempinä, ja usein huumeista puhuttaessa tehdäänkin yleistyksiä nimenomaan ongelmakäyttäjien pohjalta. Tosiasiassa ongelmakäyttäjät ovatkin vain minkä tahansa päihteiden käyttäjäjoukon ”jäävuoren huippu”. Kokeileva käyttö ja satunnainen käyttö ovat yhteiskuntamme uhkia ja ne ovat vain sysäyksen päässä siirtymisestä riippuvuuteen ja ongelmakäyttöön. (Weckroth 2001, 40–41.)

3 PÄIHDERIIPPUUUS

Riippuvuus viittaa ihmisen fyysisesti, henkisesti ja sosiaalisesti vaikuttavan aineen tai toiminnon jatkuvaan ja pakonomaiseen väärinkäyttöön (A-klinikkasäätiö 2000, 8). Riippuvuus voidaan ajatella prosessina, joka etenee nautinnon tavoittelusta kohti riippuvuutta. Huumeiden ja alkoholin aiheuttama nautinto on ensin käytön pääasia, kunnes käytön ja toleranssin kasvaessa ai-

neesta tulee ihmiselle itsetarkoitus. (Heikkilä 1995, 16–17.) Lääketieteellisenä käsitteenä riippuvuudella viitataan näkökulmaan, jossa päihdeongelman nähdään etenevän ikään kuin omaa rataansa. Sosiaalipsykologisessa näkökulmasta riippuvuuden tiedostaminen saattaa johtaa itseään toteuttavaan ennusteseen, jolloin päihdeongelmainen alkaa hyväksyä retkahdukset osaksi ongelmaansa. (Mönkkönen 1999, 11.)

3.1 Riippuvuuskäyttäytyminen

Jokaisella ihmisellä on varmasti taipuvuutta riippuvuuteen, mutta riippuvuuden kohde ja luonne vaihtelevat. Riippuvuuden kehitys juontaa juurensa syvälle lapsuuteen ja onkin erilaisia kehitysteorioita siitä miten riippuvuus suhteet syntyvät (Himberg, Laakso, Näätänen, Peltola & Vidjeskog 2000, 21–25, 66–67.) Ajatellaan, että yksi ihmisen perusominaisuuksista on tavoitella mielihyvää ja näin päästä eroon mielihyvähästä. Ihminen oppii elämänsä aikana joko positiivista tai negatiivista riippuvuuskäyttäytymistä, jota hän toistaa elämänsä vaiheesta toiseen. Tämän vuoksi päihteiden käytöstä voi muodostua keino tyydyttää tarpeitaan. Objektiiivisesti ihmisen riippuvuus ilmenee hänen käyttäytymisensä suhteessa riippuvuuden kohteeseen. Positiivisesta riippuvuuskäyttäytymisestä on helpompi päästä eroon kuin negatiivisesta. Negatiiviseen riippuvuuskäyttäytymiseen liittyy usein syyllisyyttä ja häpeää ja sen luonne on lähtökohdiltaan jo vaikeampi. Negatiiviseen riippuvuuskäyttäytymiseen liittyy usein voimakas taipumus aloittaa toiminta lopettamisen jälkeen uudelleen. (Havio ym. 2008, 40–42.)

3.1.1 Riippuvuuden ilmeneminen

Päihderiippuvuudesta voidaan puhua kun ihmisellä on pakonomainen tarve saada päihdettä jatkuvasti tai ajoittain. Riippuvainen ei enää hallitse suhdettaan riippuvuuden kohteeseen. Päihderiippuvuus määritellään krooniseksi ja relapsoivaksi sairaudeksi ja se voi olla luonteeltaan fyysistä, psyykkistä tai sosiaalis-

ta, sekä näitä kaikkia yhdessä. Fyysisessä riippuvuudessa on muodostunut toleranssia päihdettä kohtaan, ja elimistö reagoi vieroitusoirein, jos päihdettä ei saada. (Havio ym. 2008, 42–43.)

Yksinkertaisimmillaan eroa sairaan ja terveen riippuvuuden välillä kuvaa se, miten kukin ilmaisee omaa suhdettaan ympäröivään maailmaan. Terve ihminen myöntää vajaavaisuutensa ja kykenee tukeutumaan muihin ihmisiin ja järjestelmiin. Kun taas sairas ihminen on ulospäin hyvin omavoimainen ja pyrkii salaamaan riippuvuutensa. Riippuvaisella ihmisellä on vain muutama keino joihin turvaututaan tarvittaessa, olivat ne sitten haitallisia tai toimivia. Terve riippuvuus tukee elämää, kun sairas riippuvuus eristää ja vahingoittaa elämää. (Heikkilä 1995, 16–17.)

3.1.2 Riippuvuudesta irtautuminen

Riippuvuudesta irti pääseminen on paljolti ihmisestä itsestään kiinni ja samalla riippuvuuden luonteesta. Monesti kuullaan todettavan, että ymmärryksen on lähdeittävä ihmisestä itsestään ja suurin askel kohti raittiutta on riippuvuuden myöntäminen. Tämä teoria ei ole täysin väärässä, mutta riippuvaiselle ihmiselle voi antaa suuntaa ja syitä motivaation kasvattamiseksi. Tiellä pois päin riippuvuudesta on monia vaiheita ja jokaisessa tarvitaan tukea. Ihmisen motivaatio alkaa usein herätä tilanteessa jolloin alkaa kyseenalaistaa omaa käytöstään (Havio ym. 2008, 44.)

Riippuvuudesta pois oppimisen vaiheita ovat myös retkahdukset, jotka kuuluvat osaksi prosessia. Retkahduksen tapahtuessa tulee osata antaa oikeanlaista tukea ja ymmärrystä. Häpeä ja syyllisyys ovat tunteita joille tulee antaa tilaa. Voimakkaiden ja kielteisten tunteiden hyväksyminen osaksi prosessia kohti päihteettömyyttä, mahdollistaa niistä vapautumisen. Ihminen voi myös oppia tiedostamaan tunnetilojaan ennen retkahduksia ja näin välttämään niitä. Näissä vaiheissa tarvitaan kuitenkin usein ulkopuolista tukea. (Havio 2008, 47–49.) Heikkilä (1995) toteaa, että oivalluksen muutoksen välttämättömyydestä on tul-

tava riippuvaisesta itsestään. Sitten uudella tiellä kohti päihteettömyyttä, on koh-
talotoverin ja asiantuntijan tuki kullan arvoinen.

3.2 Kohti päihteetöntä arkea

Päihdekierteen ja siihen liittyvien ongelmien katkaisu ei ole koskaan helppoa, sillä ihminen on saattanut juurtua tiettyyn kaveripiiriin, tiettyyn kulttuuriin ja tietynlaisiin ongelmanratkaisumalleihin. Elämä onkin joskus aloitettava täysin tyhjän päältä ja kaivettava esiin ne voimavarat ja kokemukset, jotka vallitsivat ennen päihteiden käyttöä. (Mönkkönen 1999, 26.) Arjen tavalliset asiat kuten asunto, raha, ystävät jne. saattavat puuttua kokonaan ja niiden takaisin hankkimiseen tarvitaan usein ulkopuolista apua. On löydettävä mielekästä tekemistä, turvallinen ympäristö, sekä mahdollisuus vaikuttaa omaan elämään, jotta päih-
teestä koettu mielihyvä osoittautuisi tarpeettomaksi. Arjen aidot asiat ovatkin usein omiaan, keinotekoisien mielihyväkokemusten rinnalla. On pyrittävä torju-
maan toivottomuutta ja syrjäytymistä ja autettava päihteiden käyttäjiä takaisin arkeen. (Lund 2006, 56–59.) On muistettava, että riippuvuudesta ei voi paran-
tua, mutta siitä voi toipua ja ihminen voi muuttua ja kasvaa. (Heikkilä 1995, 164).

Päihdehuoltolain (1986/41) mukaan päihdehuollon tavoitteena onkin ehkäistä ja vähentää päihteiden ongelmakäyttöä, sekä siihen liittyviä sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja, sekä edistää päihteiden käyttäjien ja heidän läheistensä toimin-
takykyä ja turvallisuutta. Normaalissa arjessa tukevien palveluiden määrä on Suomessa pikkuhiljaa lisääntynyt, ja niiden tärkeys on ymmärretty (Kaukonen 2001, 120) Tuskin kukaan kiistää hyvän hoidon ja kuntoutuksen merkitystä riip-
puvaisen kuntoutuksessa, tosin hyväkin hoito voi olla riittämätöntä. Lund (2006) toteaa arjen hallinnan olevan avain päihdeongelmasta kuntoutumiseen.

3.3 Päihdekuntoutujien palveluita

Huumehoito on osa päihdehuoltoa, ja hoitomallin peruskuvio on sama kuin muussakin päihdehuollossa. Huumeongelmaisten hoitoon liittyy kuitenkin joitakin muusta päihdehuollosta eroavia piirteitä, kuten huumeongelmallisille suunnatut erityispalvelut (Hakkarainen ym. 2000, 13–14.) Hoidon tarkoituksena on henkilön päihdekierteen pysäyttäminen, asioiden, kuten perhesuhteiden, taloudellisen tilanteen ja asumisen selvittäminen, sekä mahdollisesti niiden paremmaksi muuttaminen. Tutkimuksien mukaan lyhytaikainen tahdosta riippumaton hoito toimisi ainoastaan katkaisuhoidon tapaan, fyysinen kunnon parantajana. Katkaisuhoidon jälkeen käyttäminen saattaa kuitenkin vain jatkua pian uudelleen. Yhteiskunnan tulisi tarjota pitkäaikaisempaa ja kokonaisvaltaisempaa hoitoa päihdekuntoutujille. (Malinen 2007, 90–91.)

Huumeriippuvuudesta toipumisen ennusteet ovat alkoholismia huonommat. Huumeiden käyttöön olisikin tärkeää puuttua mahdollisimman aikaisessa vaiheessa, ja hoidon tulisi olla mahdollisimman laaja-alaista ja oivaltavaa. Perinteinen hoito ei välttämättä toimi, vaan tarvitaan yksilön tarpeita vastaavia palveluita, koska huumeongelmaisten kokemukset jo nuorellakin iällä voivat olla todella kattavat. Tarpeen vaatiessa tulisi käyttää pakkohoitoa, joka tosin ei yleensä toimi pitkällä tähtäimellä huumeriippuvuuksia hoidettaessa. Etenkin nuoret ovat kaikesta kokemastaan huolimatta yksin ja tarvitsevat tukea ja ohjausta päästäkseen pois huumemaailmasta. (Heikkilä 1995, 175–176.) Väyrysen (2007) tutkimuksessa huumeiden käyttäjät kuvaavat huumemaailman elämäntavan siirtävän osaksi minäkäsitystä. Riippuvuudesta eroon pääsemiseen ja minäkäsitykseen muuttamiseen tarvitaan monesti erilaisten päihdepalveluiden apua.

Erilaisten päihdepalvelujen käyttö vaihtelee väestöryhmästä, alueesta ja ajankohdasta toiseen. Huumeiden käytön haitat seurailevat huumeiden käytön levinneisyyttä ja palveluita tulisi tarjota niiden mukaisesti. Päihdepalveluilla tarkoitetaan arkipuheessa päihdehuollon erityispalveluja: A-klinikoita ja vastaavia avohuoltoyksiköitä, katkaisuhoidoasemia ja kuntoutusyksiköitä, asumispalveluja, sekä ensisuoja ja päivätoimintakeskuksia. Erityispalveluiden yhtenä ideana on se, että niissä tarjottu tuki, hoito tai kuntoutus soveltuu paremmin päihdeongelmaisten auttamiseen, kuin sosiaali- ja terveydenhuollon yleiset palvelut. (Kaukonen 2001, 91, 108.)

4 STOP HUUMEILLE RY

Stop huumeille ry on vuonna 2000 perustettu päihdekuntoutujille suunnattu, vertaistukeen keskittynyt yhdistys, jonka tarkoituksena on tukea päihdekuntoutujia sekä tarjota päihteettömiä vaihtoehtoja. Yhdistys on poliittisesti, uskonnollisesti ja aatteellisesti sitoutumaton, ja sen tarkoituksena on tukea päihdekuntoutujia heidän pyrkimyksessään kohti päihteetöntä elämäntapaa. Toiminta on lähitöisin Helsingistä, jossa ensin järjestettiin päihteettömiä tapahtumia, harraste-toimintaa ja osallistuvaan draamaan perustuvia infoja. Vuonna 2004 muutto suurempiin tiloihin Itä-Pasilassa mahdollisti päiväkeskustoiminnan aloittamisen. Siitä lähtien päiväkeskus on toiminut kohtaamispaikkana kaikille, jotka ovat halunneet viettää aikaansa päihteettömästi vertaistuellisessa seurassa. Stop Huumeille ry:n toimipisteitä on Helsingin lisäksi Kotkassa, Porvoossa, Lahdessa ja Seinäjoella. (Stop huumeille ry:n toimintasuunnitelma 2007.)

4.1 Tukea ja apua päivätoiminnasta

Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteessä toimintaa on arkisin päiväkeskuk-sessa 9-15, sekä joinain arki-iltoina ja viikonloppuisin harrastevuorojen ja päih-teettömien tapahtumien muodossa. Yhdistys järjestää päihdeinfoja myös nuoril-le ja heidän läheisilleen. Perusarvoina toiminnassa ovat ihmisen kunnioittami-nen omana itsenään, oikeudenmukaisuus, tasa-arvo ja yhteistyö. (Stop huu-meille ry:n toimintasuunnitelma 2007.) Tässä tutkimuksessa kartoitetaan lähin-nä kokemuksia yhdistyksen Helsingin tiloissa tapahtuvasta päivätoiminnasta.

Päivätoimintakeskus tarjoaa ammatillista tukea ja vertaistukea sekä päivätoi-mintaa henkilöille, jotka tarvitsevat mielekästä toimintaa päihneiden käytön tilal-le. Siihen kuuluu myös usein työtoimintaa, oma-apuryhmiä ja harrastustoimin-taa. (Mönkkönen 1999, 20.) Päiväkeskustoiminnassa etsitään kosketuspintoja ja tilaa kohtaamiselle. Kävijät voivat olla satunnaisia kävijöitä tai he saattavat

olla toiminnassa mukana päivittäin. Päiväkeskus onkin usein ensimmäinen kontaktin paikka, matalin kynnyksellä. Työntekijöillä on oltava myös erityistä silmää, heidän on ohjattava, kannustettava ja rohkaistava asiakkaita keskinäiseen kanssakäymiseen. (Salo 2003, 23, 37.) Stopin päihteettömiin olohuoneisiin voitulla ruokailemaan, siellä voi tavata vertaisia ja työntekijöitä, katsoa televisiota, lukea lehtiä tai vain olla ja viettää aikaa päihteettömästi. Apua saa tarvittaessa hoitoon hakeutumisessa, virastoasioiden hoitamisessa, esim. työhakemuksen tekemisessä ja muissa arjen ongelmissa. Stopissa on myös tietokone ja nettiyhteys asiakkaiden käytettävissä. Stopin toiminnan puitteissa toteutetaan myös erilaisia työelämäharjoitteluja päihdekuntoutujille. Kuntoutujat käyvät päivittäin toiminnassa, auttaen askareissa, kuten ruuan laitossa ja siivouksessa. (Stop Huumeille ry:n toimintasuunnitelma 2007.)

4.2 Vertaistuki päivätoiminnan kantavana voimana

Stop huumeille ry:n tarkoituksena on tukea päihteettömyyttä tarjoamalla maksutonta, vertaistukeen perustuvaa päihdeettöä toimintaa täysi-ikäisille päihdekuntoutujille. (Stop huumeille ry:n toimintasuunnitelma 2007.) Vertaistuen merkityksestä kertovat monet päihdetyön piirissä toteutetut tutkimukset. Jokinen (2003) toteaa tutkimuksensa tuloksissa kuinka vertaistuki kohtalotoverilta auttaa saavuttamaan tunteen ymmärretyksi tulemisesta ja ryhmähoito koettiin tukea antavaksi.

Siekinen (2008) on tutkimuksessaan todennut kuinka vertaistuki vaikuttaa aktiivisuuden positiivisesti ja auttaa selviytymään päihdekierteestä. On tutkittu vankilasta vapautuneita vaikeassa päihdekierteessä olleita henkilöitä. Pennanen (2007) on tutkimuksessaan tutkinut vertaistuen merkitystä huumeiden käyttäjien omaisille toteutetussa tutkimuksessa. Tutkimuksen tuloksissa vertaistuen vaikuttavuus ilmenee neljällä tavalla: helpotuksen tunteena, uutena ymmärryksenä, syyllisyydentunteen lievenemisenä ja jopa itsensä syyllistämisen poistumisena sekä oman elämän uuden arvostuksen löytämisenä.

Yhteisöllinen kuntoutusmalli tarkoittaa, että koko yhteisöä käytetään tietoisesti muutosta eteenpäin vievänä tekijänä ja vertaisryhmän merkitys on suuri. Tutkimuksissa on noussut esiin miten kuntoutujan suhtautuminen ihmisiin on hoidon aikana muuttunut. Muita ihmisiä ei koeta enää uhkana, vaan voimavarana ja kuntoutujat suhtautuvat jopa itseensä lempeämmin. Jokainen tosin suhtautuu yhteisöhoitoon omalla tavallaan, toiset kokevat sen myönteiseksi ja toiset hieman negatiivisemmin. Yhteisö toimii sosiaalisena peilinä, joka kuntoutuksen aikana määrittää elämisen tapaa ja yksilö omaksuu ja muokkaa tätä mallia omalla persoonallisella tavallaan. (Ruisniemi 2006, 146–156.) Viholainen (2003) on työssään tutkinut naisten kokemuksia yhteisöhoidosta. Tutkimus tukee aikaisemmin mainittuja tuloksia, eli suhtautuminen itseensä muuttui, ja naiset ymmärsivät päihteettömän elämän merkityksen ja ennen kaikkea oppivat selviytymiskeinoja kriisitilanteisiin.

Vertaistuen ja vapaaehtoistoiminnan tulee aina olla ammatillista ja hyvin koordinoitua. Toipuvia voidaan kuntouttaa toimintaan mukaan, eikä kukaan ole liian heikko auttaakseen, mutta köyhää ei saa jättää auttamaan toista köyhää. Yhteisöhoidossa on oltava selvät suunnat ja koordinaattorit, jotta siitä seuraa todellista kohtaamista ja kuntoutusta. On muistettava, että vertaistuki ei yleensä yksinään paranna vaan sen rinnalle ja toteuttamiseen vaaditaan ammattitaitoa. (Lund 2007, 131.)

Stop Huumeille ry:n toiminta on tarkasti määriteltyä ja sitä toteuttavat ylläpitävät alan ammattilaiset. Helsingin toimipisteessä toimintaa ylläpitävät osaavat päihdetyöntekijät ja toiminta on määriteltyä ja suunniteltua. Tutkimuksessaan Jokinen (2003) toteaa kuinka ammattiauttajien tuki ja apu olivat tärkeä osa päihdekuntoutujien sosiaalista verkostoa. Asiakkaat arvostivat hoitajiaan ja näin ollen avoimuus hoitosuhteessa lisääntyi. Vuorovaikutuksellinen tuki koettiin siis merkittäväksi myös ammattiauttajien taholta. Myös Kotovirta (2009) on tutkimuksessaan Nimettömien narkomaanien huumeista toipumisesta todennut vertaistuen hyvin merkitykselliseksi, mutta toteaa sen kuitenkin tulosten pohjalta tarvitsevan rinnalleen myös virallisen hoitojärjestelmän.

4.3 Stop Huumeille ry:n toiminnan tarkoitus ja tavoitteet

Stop Huumeille ry:n toiminnan tarkoituksena on auttaa asiakkaita pääsemään päihdekatkaisuun, tukea vankilasta ja päihdekuntoutuksesta kotiutuvia sekä tarjota päihteetön kohtaamispaikka, sekä muiden toipuvien asiakkaiden kautta päihteetön, uusi sosiaalinen verkosto. Tarkoituksena on myös tukea asiakkaita uuden päihteettömän elämän rakentamisessa ja olemassa olevien ongelmien ratkaisemisessa. Toiminnan tarjotessa asiakkaille tukea päihteettömyyteen, harrastemahdollisuuksia ja aktiivista päivätoimintaa, edesautetaan päihteettömyyttä ja ehkäistään retkahduksia. Näin tuetaan sekä säilytetään kuntoutuksessa saavutettuja tuloksia ja samalla vähennetään hukkaan menneiden kuntoutusjaksojen määrää. (Stop huumeille ry:n toimintasuunnitelma 2007.)

Tavoitteena on tarjota riippuvuussairaille päihdeongelmaisille päihteetön ja turvallinen kohtaamispaikka, vertaistukea sekä ammatillista osaamista toipumisen ensiaskelilla. Tarkoituksena on luoda sekä säilyttää turvallinen paikka, jonne on helppo tulla ja josta aktiivisen tekemisen kautta saa voimavaroja ja eväitä toipumiseen. Pyrkimyksenä on auttaa asiakkaita arjen asioiden hoidossa ja samalla antaa heille eväitä itsenäiseen ja tasapainoiseen elämään. Projektin päämääränä on auttaa asiakkaita muuttamaan aikaisempi epäsosiaalinen elämäntapa ja päihdepainotteinen menneisyys yhteiskuntamyönteiseksi ja itsenäiseksi sekä raittiiksi elämäntavaksi. Toiminta pyritään järjestämään ja toteuttamaan asiakkaiden tarpeiden ja toiveiden mukaisesti. Toimipisteen toiminnalla tavoitellaan asiakkaiden hyvinvointia ja toiminta on täysin asiakaslähtöistä. (Stop huumeille ry:n toimintasuunnitelma 2007.)

5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUTEHTÄVÄT

Opinnäytetyömme tarkoituksena on kartoittaa Stop huumeille ry:n Helsingin toimintaa, niin asiakkaiden kuin työntekijöiden näkökulmasta. Haluamme tietää kuinka asiakkaat kokevat vertaistuen ja päivätoiminnan vaikuttaneen heidän päihteettömyyteensä. Saadaksemme laajempaa näkökulmaa kysymme myös

työntekijöiden näkökulmaa samasta asiasta. Projektin kehittämisen kannalta koemme myös tärkeäksi selvittää toiminnan mahdollisia kehitystehtäviä. Tutkimus on rajattu koskemaan Helsingin toimipisteessä kokemuksia saaneita asiakkaita. Päivätoiminta ja vertaistuki ovat toiminnan tukipilareita, joten luonnollista tutkia niiden yhteyksiä asiakkaiden päihteettömyyteen.

Tutkimuksen tavoitteena on saada tietoa, jonka avulla Stop Huumeille ry:n toimintaa voidaan kehittää. Tavoitteena on myös saada uutta tietoa päivätoiminnan ja vertaistuen merkityksestä suhteessa päihteettömän elämän ylläpitämiseen. Tutkijat kokevat aiheen tärkeäksi ja ajankohtaiseksi, koska päihteet ovat yhteiskuntaa kuormittava kansanterveydellinen ongelma.

Tutkimustehtävät:

1. Minkälaisena Stop huumeille ry:n Helsingin toimipisteen asiakkaat ja projektityöntekijät kokevat päivätoiminnan ja vertaistuen tarjoaman tuen?
2. Miten Stop huumeille ry:n Helsingin toimipisteen asiakkaat ja työntekijät kokevat vertaistuen ja päivätoiminnan vaikuttavan asiakkaiden päihteettömyyteen?
3. Miten työntekijät ja asiakkaat kehittäisivät Stop huumeille ry:n Helsingin toimipisteen toimintaa?

6 TUTKIMUKSEN FILOSOFISET LÄHTÖKOHDAT JA METODOLOGIA

Tutkimus on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Tarkoituksena on kartoittaa tutkittavaa ilmiötä mahdollisimman monipuolisesti. Kokonaisvaltaisuus ja pyrkimys tutkittavan ilmiön ymmärtämiseen ovat pohjana kvalitatiivisessa tutkimuksessa. Tarkoituksena on löytää tai paljastaa tosiasioita ennemmin kuin todentaa olemassa olevia väittämiä. Lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen. Tapahtumat muovaavat toinen toisiaan ja niistä on mahdollista löytää monen-

suuntaisia suhteita. Tutkijan arvolähtökohdat muovaavat sitä miten pyrimme ymmärtämään tutkimaamme ilmiötä (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 157).

Metodina tutkimuksessa käytettiin aineiston keräämiseen teemahaastattelua. Tutkijat kokivat sen sopivan kohderyhmälle parhaiten ja kuvaavan parhaiten tutkittavaa ilmiötä. Kokemuksia tutkittaessa teemahaastattelu on menetelmänä tutkittavan näkökulman ja äänen esiintuoja (Hirsjärvi ym. 2007, 160). Haastattelu on ennalta suunniteltua päämäärähakuista toimintaa ja haastattelija on tutustunut tutkimuksen kohteeseen ja teoreettiseen taustaan etukäteen. Tutkimuksessa ihminen luo merkityksiä ja on aktiivinen osapuoli. Lisäperusteluna haastattelulle metodina ovat myös tutkittavan aiheen tuntemattomuus. Kokemuksia aiheesta ei ole aikaisemmin kartoitettu, lisäksi aihe on arka ja varmasti monelle vaikea. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 34–35.)

Haastattelun runko on luotu tutkimustehtävien mukaisesti ja sen myötä toivotaan saatavan mahdollisimman monipuolisesti tutkittavaa ilmiötä kuvaavia vastauksia. Tutkimuksen pääkohdat on jaettu kolmeen eri teemaan ja rakennettu niiden pohjalta aiheita kuvaavat alakysymykset. Kolme pääteemaa tutkimusessamme muodostavat päivätoiminta, vertaistuki ja toiminnan kehittäminen.

Teemahaastattelu on puolistrukturoitu menetelmä, joka antaa vapautta muokata haastattelun edetessä kysymysten muotoa ja järjestystä. Kielellinen valmius ja kommunikaatiotyylit vaihtelevat eri sosiaaliluokissa ja ihmistenkin välillä suuresti, joten teemahaastattelu antaa niin haastattelijalle kuin haastateltavalle vapauksia ja enemmän mahdollisuuksia ilmaista itseään ja ajatuksiaan aiheeseen liittyen. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 53; Ruusuvuori & Tiittula 2005, 29.) Tutkimuksen teemahaastattelu runko (LIITE 1) on luotu tutkimustehtävien pohjalta niin että, tutkittavasta ilmiöstä saataisiin mahdollisimman monipuolista ja ilmiötä vastaavaa tietoa.

7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tutkimus toteutettiin syksyllä 2009 Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteen tiloissa. Tutkimuslupa (LIITE 2) oli hankittu ennen tutkimuksia yhdistyksen järjestösihteeriltä. Myös asiakkaille oli lähetetty toimipisteeseen etukäteen tutkimuksesta tiedottavat saatekirjeet (LIITE 3) tutkimukseen liittyen. Kohdejoukoksi valittiin asiakkaita, jotka olivat osallistuneet päivätoimintaan ja olivat halukkaita osallistumaan tutkimukseen. Stop Huumeille ry:n työntekijät olivat myös informoineet asiakkaita ja osa oli jo allekirjoittanut etukäteen lähetetyt suostumuslomakkeet (LIITE 4). Suurin osa allekirjoitti sopimuksen ja luki saatekirjeen vasta haastatteluiden yhteydessä.

Tutkimukseen osallistuminen oli täysin vapaaehtoista ja asiakkaita informoitiin haastattelujen yhteydessä, että heillä on täysi oikeus missä tutkimuksen vaiheessa tahansa kieltäytyä vastaamasta ja vetäytyä tutkimuksesta. Asiakkaat olivat myös tietoisia siitä, että haastattelut ovat täysin luottamuksellisia, ja että haastatteluaineista käsitellään ja tuhoetaan salassapitosäännöksen mukaisesti. Vielä erikseen ennen haastattelua tutkittavilta varmistettiin, että heitä saa haastatella ja että haastattelun saa nauhoittaa. Haastattelut suoritettiin rauhallisessa huoneessa, jossa ei ollut läpikulkua ja ovi oli suljettu. Tutkijat haastattelivat kaiken kaikkiaan kahdeksaa henkilöä, yhtä työntekijää ja seitsemää asiakasta. Haastattelut kestivät 15 min-30 min haastateltavan puheliaisuuden mukaan. Haastatteluiden edetessä alkoivat samat asiat toistua henkilöiden kuvauksissa, joten tutkijat kokivat tutkittavan joukon olevan riittävä.

Haastattelutilanteiden aikana ei syntynyt häiriötekijöitä. Haastatteluissa käytettiin apuna nauhuria. Haastattelujen jälkeen haastattelijat kuuntelivat aineiston muutamaa otteeseen läpi ja jäljensivät sen sanasta sanaan paperille. Litterointi oli haastavaa ja aikaa vievää työtä ja kaiken kaikkiaan tekstiä syntyi 25 sivua. Haastavuutta aineiston lukemiseen ja analysoimiseen toi puhekieli, jonka tukena toimivat kuitenkin haastattelijoiden tekemät muistiinpanot elekielestä ja reagoineista kysymyksiin. Haastattelutekstin sisällön jatkokäsittely toteutettiin sisällön analyysia käyttäen.

7.1 Aineiston analyysi

Analyysissa on pyrittävä systemaattisuuteen ja objektiivisuuteen. Aineisto tulisi käsitteellistää ja pelkistää niin, että se kuvaa mahdollisimman luotettavasti tutkittavaa ilmiötä. (Alasuutari 1999, 39–40; Hirsjärvi ym. 2007, 218–220.). Tutkijat aloittivat aineiston analysoinnin syksyllä 2009. Auki kirjoitetut haastattelut luettiin vielä useaan kertaan ja pohdittiin samalla tutkimuksen tavoitteita ja tarkoitusta, sekä tietenkin tutkimustehtäviä. Suurin osa haastateltavista vastasi samanhenkisesti kysymyksiin. Persoonasta riippuen asiakkaat löysivät toiminnasta erilaisia, juuri itselleen sopivia tukimuotoja. Haastattelujen aikana selvisi, että jokainen haastateltavista omasi päihdehistorian ja koki Stop Huumeille ry:n toiminnan itselleen sopivaksi. Osa haastateltavista oli todella lyhytsanaisia, joten kysymyksiä jouduttiin ajoittain tarkentamaan ja johdattelemaan. Tutkijat käyttivät analyysissään kaikkia kahdeksaa haastattelua.

Aineiston pelkistysvaiheessa tutkijat poimivat teksteistä suoria lainauksia, jotka tutkijoiden mielestä antoivat vastauksia tutkimuskysymyksiin. Tämän jälkeen pelkistetyt ilmaukset ryhmiteltiin. Ryhmittely tarkoittaa sitä, että aineistosta etsitään eroavaisuuksia ja/tai samaa asiaa kuvaavia käsitteitä. Nämä samankaltaiset käsitteet ryhmitellään ja yhdistetään, ja tämä yhdistetty luokka eli kategoria nimetään sen sisältöä kuvaavaksi. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 112.) Kyngäs ja Vanhasen (1999, 6, 10) mukaan yhtenä sisällön analyysin haasteena pidetään sitä, kuinka aineisto saadaan pelkistettyä ja kategoriat muodostettua kuvaamaan tutkittavaa ilmiötä luotettavasti

Analyysi eteni pelkistettyjen ilmausten yhdistämiseen ja luokkien muodostamiseen. Asiakkaiden vastauksissa näkyivät selkeät yhtäläisyydet. Luokista tuli muodostaa johdonmukaisia ja vastauksia antavia niin, että ne kuvaisivat tutkittavaa ilmiötä mahdollisimman monipuolisesti. Tutkijat yhdistivät alakategoriat yläkategorioiksi. Kaiken kaikkien yläkategorioita syntyi kuusi, kolme kuvaamaan tuen muotoja ja kolme kuvaamaan toiminnan kehittämiseen liittyviä asioita. Pääkategoriat luotiin tutkimustehtävien mukaisesti.

8 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Analyysin lopputuloksena syntyi kolme pääluokkaa, joiden mukaan tutkimuksen tuloksia on kuvattu. Niitä ovat kokemukset päivätoiminnan tarjoamasta tuesta, kokemukset vertaistuesta, sekä kokemukset toiminnan kehittämisestä ja sen luonteesta. Tutkimuksen tulokset näkyvät kokonaisuudessaan liiteosiossa abstrahointikaavakkeiden yhteydessä (LIITE 5).

8.1 Kokemuksia päivätoiminnan tarjoamasta tuesta

Päivätoiminnasta saatu tuki oli monelle vastanneelle hyvin konkreettista ja elämänlaatua parantavaa. Aamuisin on paikka johon mennä viettämään aikaa. Monet totesivat, että elämä olisi laadultaan huonompaa ja yksinäisempää, eikä heillä olisi päivisin muuta paikkaa johon mennä. Ruokailun mahdollisuus ja monet muut päivätoiminnan tarjoamat konkreettiset asiat kuten puhelimen ja tietokoneen käyttö tekevät haastateltavien mielestä elämän helpommaksi. Eräskin asiakas totesi, ettei edes omista tällä hetkellä puhelinta, nykyaikana asioiden hoitaminen ilman sitä tuntuu melkein mahdottomalta.

Onpahan paikka mihin voi mennä aamulla.

Täällä on mahdollisuus käyttää puhelinta

..saa edes yhden lämpimän ruuan päivässä.

Työntekijöiltä saa tukea ja apua esim. virastoasioiden toimittamisessa, esim. Kelan papereiden täytössä ja lähettämisessä. Muutama asukas totesi hankki-neensa asunnon työntekijöiden ja toiminnan turvin, osa kertoi myös saaneensa apua työnhankintaan. Myös työntekijöiltä saatavat keskusteluapu koettiin arvokkaaksi.

..mun kämppä on hankittu tätä kautta, tai siis täältä saadulla avulla.

työntekijät on mahtavia ja niitten kanssa voi puhua ihan kaikesta.

Harrastaminen on mahdollista biljardia pelatessa ja televisiota katsellessa. Toiminnan puitteissa oli myös mahdollista päästä esim. teatteriin tai jääkiekkopeliin. Haastateltavat kokivat Stop Huumeille ry:n tilojen olevan turvallinen ja helposti lähestyttävä paikka, jossa on mukavia viettää aikaa. Osa haastateltavista kertoi käyvänsä päivätoiminnassa päivittäin, suurin osa kuitenkin totesi käyvänsä ajoittain, esim. töistä, opiskelusta tai retkahduksista johtuen. Kaikki haastateltavat kuitenkin kokivat saavansa toiminnasta tukea, ja moni mainitsi enemmän kuin yhden edellä mainituista tuen muodoista.

..voi alkaa harrastaa asioita, vaikka biliksen peluuta.

ei mun muuten varmaa tulis käytyä missää teatterissa

8.2 Kokemuksia vertaistuen tarjoamasta tuesta

Vertaistuen asiakkaille tarjoama tuki oli monipuolista ja sillä oli haastateltaville suuri merkitys. On mukava jakaa kokemuksia jonkun kanssa, joka todella ymmärtää. Monet kertoivat käyvänsä mielenkiintoisia keskusteluja muiden asiakkaiden kanssa, asioista, jotka tuntuvat tärkeiltä. Päihteistä ei tarvitse puhua suoraan, vaan voidaan puhua kokemuksista, mitä niiden kanssa on ollut ja millaista elämä on ilman niitä. Monet asiakkaat kokivat myös, että on mukavaa, kun on muitakin puheenaiheita kuin päihteet.

..täällä ei tartte puhua huumeista vaa on muuta asiaa, tai mä en ainekaa halua puhua niistä.

Suurin osa asiakkaista nosti esiin hyväksynnän ja ymmärryksen. On mukava toimia ihmisen kanssa, joka ymmärtää ilman, että tarvitsee selittää. Asiakkaat kokivat, että samankaltainen elämänkoulu helpotti kanssakäymistä ja lisäsi ymmärrystä. Menneisyyden koetut kokemukset koettiin yhdistäväksi tekijäksi. Päivätoiminnassa ei haastateltavien mukaan tarvitse selitellä itseään eikä tekemisiään, eikä hävetä omaa menneisyyttään.

...pystyy kattoo muita silmiin kaikesta huolimatta.

...ei tarvii tuntee sellasta alemmuuden tunnetta

Vertaisen tuki auttaa jaksamaan, kun näkee että toinenkin jaksaa ja pystyy olemaan ilman päihteitä ja nauttimaan elämästä. Eräs asiakas totesi, että on helpottavaa nähdä kuinka muutkin kärsivät samanlaisesta ”hölmöydestä” kuin hän itse. Kaikki haastateltavat kokivat, että toiminnassa saa olla mukana omana itsenään, eikä kukaan arvostele, vaan heidät hyväksytään juuri sellaisenaan menneisyyksineen, ongelmineen päivineen.

... kukaan ei kysy mitä tein eile ja miks.

ku kuulee ku joku kaveri on kuollu kadulla ni on kiva nähä nää täällä hyvässä jamassa

8.3 Kokemuksia toiminnan vaikutuksista päihteettömyyteen

Tuki päihteettömyyteen oli pääluokista kolmas ja kuvasi asiakkaiden kokemuksia toiminnan tuesta päihteettömyyteen. Monet asiakkaat totesivat olevansa aika varmoja, että eivät olisi ilman päihteitä jos päivätoimintaa ei olisi. Jo se, että on jokin paikka mihin mennä aloittamaan päivä päihteittä, on merkityksellistä. Toiminnan päihteettömyys ja säännöllisyys helpottaa päihteettömän päivän viettämistä. On tekemistä ja seuraa, jonka kanssa on oltava päihteittä. Eräs haastateltava mainitsi myös, että ei halunnut tuottaa pettymystä muille asiakkaille ja työntekijöille retkahtamalla. Hän tosin jatkoi myös, ettei retkahduksien sattuessa kukaan syyllistänyt, vaan asiasta sai keskustella rakentavasti työntekijöiden tai muiden asiakkaiden kanssa, jos halusi. Uudet päihteettömät *ystävät*, ja se, ettei kukaan tarjoa päihteitä ovat jo asioita, jotka jo itsessään nostavat päihteiden käytön kynnyksiä. Monet haastateltavista kertoivat hankkineensa aikanaan seuraa lähinnä vain baareista ja kuppiloista, eikä heillä ollut muutenkaan muuta paikkaa mihin mennä.

jos retkahtaa ni... kyl tänne voi silti tulla takasin, mut kyl se nolottaa, siit voi kuitenkin puhuu ja saada apua

...ku kaikki muutki on selvin päin on tietty itekki.

Ei tartte ettiä seuraa baareista.... tai kapakoista..

Toiminnan helposti lähestyttävyyys ja osallistumisen yhteydessä pakollinen päiheteettömyys olivat haastateltaville tärkeitä ja merkityksellisiä asioita. Monet haastateltavista kertoivat päihteiden käyttönsä alkaneen jo nuorella iällä, eikä ystäväpiiriin kuulu muita, kuin päihteiden käyttäjiä. Ennen nautintoa on saatu vain päihteistä ja nyt haastateltavat totesivat kuinka mukavaa on huomata, että hauskaa voi olla myös selvin päin ja saada aitoja kokemuksia. Eräskin asiakas totesi, että hänen elämässään on jopa kuukausien pituisia vaiheita, joista hän ei muista mitään. Toiminta on antanut monille uusia tavoitteita ja syitä olla päihteittä.

En ois ikinä tehny näitä juttuja selvin päin ennen, aina oon ollu lätkäpelissäkin kännissä...

8.4 Kokemuksia toiminnan kehittämisen tarpeesta

Suurin osa tutkittavista vastasi lyhyesti ja ytimekkäästi kaikkeen, kun kysyttiin mikä Stopin toiminnassa on positiivista. Asiakkaat kehuivat vertaisten ja työntekijöiden toimintaa ja työntekijä taas koki asiakkaiden antaman palautteen hyvin positiiviseksi asiaksi työssään.

Ihana nähdä miten ihmiset oikeesti saa tästä toiminnasta jotain ja oppii jotain..

Tutkimuksen mukaan asiakkaat kokivat toiminnan hyvin positiiviseksi. Toimintaa kaikki vastanneet kehittäisivät pidentämällä aukioloaikoja kohti iltaa ja viikonloppua. He olivat kuitenkin tietoisia resurssipulasta, mutta monet totesivat iltojen

ja viikonloppujen olevan monesti vaikeimpia aikoja pysyä kuivilla. Harva asiakas keksi toiminnasta mitään muuta negatiivista sanottavaa. Eräs totesi välillä olevan häiriintynyt metelistä ja toivoisi mahdollisuutta mennä johonkin rauhoittumaan.

Kyl must kaikki on positiivista, etenki nää tyypit täällä.

..illat on mulla pahimpia ni vois olla auki iltasin.

9 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Tutkijat refleктоivat omaa tutkimustaan ja sen eettisyyttä sekä luotettavuutta läpi työn. Työn vaiheet on toteutettu teoriakirjallisuuden ohjeiden mukaisesti ja niissä on kunnioitettu niin tutkittavan organisaation kuin haastateltavien oikeuksia. Myös lähdemerkinnät on tehty totuudenmukaisesti ja teoriakirjallisuutta tutkiesaan tutkijat ovat olleet kriittisiä.

9.1 Tutkimuksen eettiset lähtökohdat

Tieteen ja tutkivan ammattikäytön etiikka on haasteellinen alue etenkin ihmistieteissä. Opinnäytetyön eettisyyden periaatteina tulisi olla ihmisen kunnioittaminen, tasa-arvoinen vuorovaikutus ja oikeudenmukaisuuden korostaminen. Tutkijoiden on myös oltava kriittisiä työtä rakentaessaan. (Kivirinta, Kuokkanen, Määttänen & Ockenström 2005, 30.) Tutkimuksessa pyritään noudattamaan tieteellisen tutkimuksen eettistä normistoa. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu rehellisyys, yleinen huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyössä, eettisesti kestävät menetelmät, avoimuus, asianmukainen suunnittelu, toteutus ja raportointi sekä muiden tutkijoiden työn kunnioitus (Hirvonen 2006, 31).

Laadullisessa tutkimuksessa korostuvat tutkijan arvot, sillä ne muovaavat lähtökohdan jolla pyritään ymmärtämään tutkittavaa ilmiötä. Tutkijan objektiivisuutta ei ole mahdollista saavuttaa, vaan tutkijan kokemukset ja tieto kietoutuvat väistämättä tutkimukseen. (Hirsjärvi ym. 2007, 157.) Tutkija vaikuttaa tutkimuksen eri vaiheissa, käsitteiden tulkinnessa, aineistonkeruussa, analysoinnissa ja ra-

portoinnissa. Tutkijat toimivat siis yhtenä tutkimusvälineenä. On tärkeää, että tutkija reflektoi ajatuksiaan suhteessa tutkittavaan ilmiöön, koska tarkoituksena on pyrkiä heijastamaan tutkittavien maailmaa niin, että tulkinta saa tukea tutkitavassa yhteisössä. (Alasuutari 1999, 91; Hirsjärvi & Hurme 2000, 18.)

Tämä tutkimus käsittelee arkaa aihetta ja tutkimuksen kohteena ovat ihmisten henkilökohtaiset kokemukset. Yksityisyyden kunnioittaminen on yksi tärkeimpiä tutkimuseettisiä normeja. Tutkittavia ei tulisi pystyä tunnistamaan tutkimusteisteistä ja tutkimusaineisto pysyy ainoastaan tutkijoiden käytössä. Henkilötietolain (1999/523) mukaan yksi tavoite on turvata ihmisille oikeus tietää heitä koskevien tietojen käytöstä. Heillä on myös oikeus päättää, mitä haastattelussa kertovat ja jättävät kertomatta. Tutkimuksen yhteydessä tulisi kertoa tutkittaville aineiston käyttäjät, käyttötarkoitukset, aineiston käsittely ja säilyttäminen ja tehdä myös kirjallisen sopimus haastateltavan kanssa, jossa tutkittava antaa suostumuksensa ja nämä edellä mainitut tiedot ilmaistaan. (Rolin 2006, 124–131.)

Tutkijat reflektoivat toimintaansa tutkijoina ja pyrkivät toimimaan mahdollisimman objektiivisesti tutkimusta toteuttaessaan. Ennen tutkimusta oli asiaan kuuluvasti hankittu Stop Huumeille ry:n yhdistyksen toimintasihteeriltä tutkimuslupa (LIITE 2) haastattelujen toteuttamiseen. Haasteltavia informoitiin tutkimuksesta sekä tutkimuksen kulusta ja he allekirjoittivat kirjallisen sopimuksen haastattelun yhteydessä. Tutkijat kokevat että tutkimus on hyödyllinen yhteisölle, eikä sen toteuttamisessa kukaan loukannut tai pahoittanut mieltään. Tutkimuksen tulokset on raportoitu niin, että tutkittavien anonymiteetti säilyy ja luottamuksellisuus pysyy mukana tutkimuksen loppuun asti. On muistettava, että tutkittava ei ole pelkkä passiivinen kysymyksiin vastaaja, vaan tärkein ja kallisarvoisin osa tutkimusta.

9.2 Tutkimuksen luotettavuus

Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuuden määrittämiseen ei ole luotu tarkkoja kriteereitä. Osa tutkijoista kokee, että laadullinen tutkimus voidaan arvioida

määrällisen tutkimuksen tapaan validiteetin ja reliabiliteetin avulla, mutta antavat niille laadullisen tutkimuksen yhteydessä käsitteille määrällisestä poikkeavan sisällön. Validiteettiongelma saattaa syntyä siitä, että tutkimus ei anna vastauksia tutkimuskysymykseen, tai että aineiston keräämisessä on puutteita ja tutkimusaineisto ei ole edustava. Reliabiliteetti ongelmat taas saattavat syntyä analyysin aikana tehdyistä virheistä. Tosin monet tutkijat kokevat, että määrällisen tutkimuksen arviointikriteerit eivät ole lainkaan sovellettavissa laadulliseen.

Denzin (1994) totesi, että laadullisessa tutkimuksessa tuotettu tulkinta on aina tutkijan persoonallinen näkemys, joten tulkinta ei ole toistettavissa eikä siirrettävissä toiseen kontekstiin. (Paunonen & Vehviläinen-Julkunen 1997, 215–217.)

Haastatteluaineiston luotettavuus riippuu sen laadusta. Jos vain osaa haastatteluvista on haastateltu, tai tallenteiden kuuluvuus on huonoa, tai jos litterointia ei ole tehty säännönmukaisesti, haastatteluaineisto ei voida sanoa luotettavaksi. Tutkimuksessa on pyrittävä paljastamaan tutkittavien käsityksiä ja heidän maailmaansa niin hyvin kuin mahdollista. Tutkijan on pystyttävä dokumentoimaan, miten hän on päätenyt luokittamaan ja kuvaamaan tutkittavien maailmaa juuri niin kun hän on sen tehnyt. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 185, 189.) Tässä tutkimuksessa pyrittiin noudattamaan näitä laadun kriteerejä ja toteuttamaan tutkimuksen vaiheet niiden mukaisesti.

Tutkimus toteutettiin vähäiselle määrälle, joten tutkimustulokset eivät ole yleistettävissä. Tutkijat kuitenkin kokevat, että saivat tältä joukolta vastauksen tutkimustehtäviin. Aineiston keräämisessä oltiin huolellisia, mutta haastatteluissa kysymyksillä jouduttiin ajoittaan ohjaamaan haastateltavia takaisin aiheeseen, tai selittämään joitain käsitteitä ”kansankielelle”. Haastattelutilanteet olivat rauhallisia, ja tutkijat pitivät haastattelupäiväkirjaa, johon kirjattiin kokemuksia haastattelun kulusta. Näistä oli tukea sisällönanalyysia tehdessä, sillä ilmeet ja eleet eivät kuulu välttämättä nauhalta. Tutkijat kokivat, että tutkittavat olivat suurimaksi osaksi avoimia ja rehellisiä vastauksia antaessaan. Teemat eivät olleet liian henkilökohtaisia, eivätkä käsitelleet ns. arkoja aiheita, vaikka monet intoutuivatkin kertomaan enemmän elämästään.

Luottamusta lisää se, että haastattelijat tekijät haastattelut itse, ja materiaalin tulkinta on tehty siltä pohjalta. Aineisto litterointiin sana sanalta, joten tutkijat saivat autenttisen kuvan haastateltavien kokemuksista, mielipiteistä ja ajatuksista. Havainnointia tapahtui myös haastattelutilanteessa, tutkija pani merkille naurut, vaivaantuneisuuden tai turhautuneisuuden. Tutkijat käyttivät sisällönanalyysejä perustellusti analyysikeinonaan, mutta ovat tutkijoina kokemattomia, joka osaltaan vähentää luotettavuutta. Sisällön analyysiä tehdessä tutkijat kuitenkin noudattivat parhaansa mukaan teorian tiedon antamia ohjeita, ja reflektoivat ajatuksiaan suhteessa tuloksiin. Sisällön analyysin lopullinen abstrahointikaavio (LIITE 1) on liitetty tutkimukseen nähtäväksi ja analyysin vaiheet on käyty tutkimuksessa tarkoin läpi.

10. JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Tutkimuksen tarkoituksena oli saada monipuolista tietoa Helsingissä sijaitsevan Stop Huumeille ry:n päivätoiminnan päihdekuntoutujille tarjoamasta tuesta. Tutkimuksen yhteydessä haastateltiin kahdeksaa henkilöä, yhtä työntekijää ja seitsemää asiakasta. Aineisto kerättiin teemahaastattelun avulla ja analysoitiin sisällön analyysia hyväksikäyttäen. Seuraavissa kappaleissa pohditaan tutkimuksen tuloksia ja hyödynnettävyyttä, sekä mahdollisia jatkotutkimus ehdotuksia.

10.1 Tutkimuksen tulokset

Tutkimuksen tulokset osoittivat toiminnan vaikuttavan positiivisesti tutkittavien elämänlaatuun ja tukien heitä elämän eri osa-alueilla. Tiloissa tarjottavien apuvälineiden kuten puhelimen ja tietokoneen avulla asiakkaat voivat hoitaa asioitaan, ja saavat apua tarvittaessa työntekijöiltä. Haastateltavat kehuivat työntekijöitä, kertoen saavansa heiltä monipuolista tukea niin keskustelujen kuin ohjauksen muodossa. Ammattiauttajien tuki ja ovat tärkeä osa päihdekuntoutujien sosiaalista verkostoa (Jokinen 2003, 37.) Päiväkeskustoiminnassa etsitään kosketuspintaa kohtaamisille, ja se on usein ensimmäinen kontaktin paikka. Työntekijöiden on osattava ohjata ja kannustaa asiakkaita keskinäiseen kanssa

käymiseen. (Salo 2003, 23, 37.) Vertaistuellisen toiminnan rinnalle ja sen toteuttamiseen tarvitaankin aina ammattitaitoa. (Lund 2006, 131.)

Haastateltaville oli tärkeää, että heillä on turvallinen paikka, johon mennä aamuisin aloittamaan päivä päihteettömästi, päihteettömässä seurassa. Monet mainitsivat löytäneensä mielekästä tekemistä toiminnan puitteissa, kuten biljardin peluu. Haastateltavat totesivat kuinka mukavaa on, huomata kuinka tekeminen voi olla mukavaa myös selvin päin. Arjen aidot asiat ovatkin usein omiaan, keinotekkoisten mielihyvähäkökemuksien rinnalla. On löydettävä mielekästä tekemistä, turvallinen ympäristö, sekä mahdollisuus vaikuttaa omaan elämään, jotta päihteistä koettu mielihyvä osoittautuisi tarpeettomaksi. (Lund 2006, 56–59.)

Monet asiakkaista ovat löytäneet juuri Stop Huumeille ry:n toiminnasta itselleen sopivan tukimuodon. He kokivat toiminnan olevan helposti lähestyttävää ja auttavan heitä pysymään irti huumeista ja poissa entisten ystävien luota. Vertaistuen merkitystä tiedusteltaessa asiakkaiden kokemukset olivat erilaisia, toiset arvostivat keskustelua, toiset sanatonta viestintää ja toiset molempia. Yhteisö toimii sosiaalisena peilinä ja jokainen toimii siinä omalla persoonallisella tavallaan (Ruisniemi 2006, 146–156.) Haastateltavat kokivat saavansa olla tiloissa omana itsenään, eikä kukaan arvostellut tai kysellyt menneisyydestä. Samankaltaiseksi koetut elämäkokemukset yhdistivät haastateltavia ja tekivät yhdessä olon mutkattomaksi. Kuten Jokinenkin (2003) tutkimuksessaan toteaa, vertaistuki auttaa saavuttamaan tunteen ymmärretyksi tulemisesta. Monet haastatelluista arvostivat toiminnassa ihmisten kesken vallitsevaa ns. sanatonta ymmärrystä.

Retkahduksien yhteydessä asiakkaat totesivat saavansa tukea etenkin työntekijöiltä. Retkahdukset kuuluvat tielle kohti päihteetöntä elämää, ja näissä tilanteissa on osattava antaa oikeanlaista tukea ja ymmärrystä. Työntekijöiden tuen turvin voi asiakas oppia tiedostamaan tunnetilojaan ennen retkahduksia ja näin välttämään niitä. Kielteiset tunteet, kuten häpeä, kuuluvat prosessiin kohti päihteettömyyttä. (Havio 2008 47–49.) Haastateltavat totesivat retkahduksia kuitenkin olevan toiminnan vaikutuksesta vähemmän, koska he eivät halunneet tuottaa yhteisölle pettymystä.

Tutkimuksessa haastateltavilta tiedusteltiin myös heidän yleisiä kokemuksiaan toiminnasta. Suurin osa asiakkaista totesi kaiken olevan positiivista, ja nostivat esiin etenkin työntekijöiden ja vertaisten tarjoaman tuen, ja sen että tällaista toimintaa on ylipäättänsä tarjolla. Työntekijä koki hyvin palkitsevana asiana asiakkailta saamansa positiivisen palautteen toiminnasta ja sen kuinka konkreettisesti näkee, miten asiakkaat hyötyvät toiminnasta Toiminnan kehittämisestä löytyi kaikkien haastateltavien keskuudesta yhtenäinen ajatus siitä, että toimintaa voisi olla myös viikonloppuisin sekä aukioloaikoja voisi pidentää iltaa kohti. Illat ja viikonloput koettiin vaikeiksi ajoiksi olla ilman päihteitä. Kaikki haastateltavat totesivat kuitenkin olevansa tietoisia resurssipulasta ja olivat kiitollisia siitä, että toimintaa oli niinkin paljon. Eräs asiakkaista oli välillä hieman tyytymätön tilojen melutasoon ja toivoisikin, että tilojen yhteydessä olisi yksi huone rauhoittumista varten. Muuten asiakkaat olivat hyvin tyytyväisiä toimintaan ja sen laatuun.

10.2 Kristinuskon merkitys päihteenkäyttäjälle

Toinen tutkimuksen tekijöistä valmistuu sairaanhoitajan ammatin lisäksi myös diakonissan ammattiin, joten tässä kappaleessa pohditaan kristinuskon merkitystä päihteiden käyttäjille. Kristillisessä työssä tärkeää on julistus ja sielunhoito, joka tähtää kokonaisvaltaiseen elämän uudistumiseen. Kristillisen sielunhoidon lähtökohtana on kristillinen ihmiskäsitys, jossa ihminen nähdään Jumalan luomana, hänen kuvanaan. Sielunhoitajana toimiva henkilö tarjoaa päihteidenkäyttäjälle, sekä henkistä, että hengellistä tukea rohkaisemalla, hyväksymällä ja auttamalla päihteidenkäyttäjää löytämään toivoa elämäänsä. Sielunhoitajan kanssa voi keskustella hengellisistä asioista, selvittää uskoa ja Raamattua koskevia kysymyksiä, sekä rukoilla yhdessä autettavan kanssa. Ihmisiä autetaan löytämään toivoa ja turvaa Jumalan läsnäolosta, sekä arvoista ja maailmankatso-
muksesta, joiden perustalle voi elämänsä rakentaa. Kristinuskosta päihteidenkäyttäjää voi saada selityksiä joihinkin ongelmiinsa, vaikka ratkaisua niihin ei heti löytyisikään. (Lappalainen 2005, 17–20.)

10.3 Tutkimuksen hyödynnettävyys ja jatkotutkimusehdotuksia

Koska aineisto tässä tutkimuksessa on melko suppea ja keskittyi ainoastaan Stop Huumeille ry:n Helsingin toimipisteeseen, ei tämä tutkimus ole yleistettävissä muihin matalankynnyksen paikkoihin. Tutkijat kokivat, että tämä tutkimus selvitti päivätoiminnan tarjoamia tukimuotoja ja antaa viitteitä siitä kuinka suuri merkitys päivätoiminnalla ja vertaistuella on asiakkaiden päihteettömyyteen. Positiiviset kokemukset ja konkreettiset kokemukset toiminnan vaikutuksista asiakkaiden päihteettömyyteen antavat syytä toiminnan ylläpitämiselle ja kehittämiselle edelleen.

Stop Huumeille ry:n toimintaa voidaan kartoittaa myös tutkimalla muiden toimipisteiden asiakkaiden kokemuksia. Muita jatkotutkimusehdotuksia voisivat olla myös pitkittäistutkimukset asiakkaiden kuntoutusprosesseista, miten toiminnassa käynti näkyy suhteessa retkahduksiin, tai miten työelämäjakson päätyminen vaikuttaa päihdekuntoutujan elämään. Samalla tekniikalla voitaisiin myös tutkia sitä miten päihdekuntoutajat ovat toiminnan piiriin ajautuneet ja miten kaatavahoidon aikaisempi hoitohistoriansa on. Tutkijat kokevat myös, että jos päiväkeskuksen aukioloajat joskus pitenevät, tulisi tämän vaikutuksia tutkia. Myös erilaisia hankkeita voisi järjestää asiakkaille. Arkeen tukea antavat esim. liikunta-, ruuanlaitto-, tietotekniikkatunnit voisivat tulla tarpeeseen. Ne tukisivat arkea ja antaisivat eväitä itsenäiseen selviytymiseen. Myös asiakkaiden tukeminen henkilökohtaisesti erilaisissa arjen toiminnoissa voisi antaa tuloksia arjen toimivuuden suhteista päihdekuntoutujan päihteettömyyteen.

LÄHTEET:

- Alasuutari, Pertti 1999. Laadullinen tutkimus. 3. uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.
- A-klinikkasäätiö 2000, A-klinikkasäätiön julkaisuja, kolmas painos. Helsinki: A-klinikkasäätiö
- Hakkarainen, Pekka 2001. Huumeiden käytön sosiaaliset kehykset. Teoksessa Ritva Piisi (toim.) Huumetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 73-98.
- Hakkarainen, Pekka, Kekki, Tuula, Mustalampi, Saini, Muuri, Anu, Yrjö, Nuorvala, Airi, Partanen, Virtanen, Ari & Virtanen, Päivi 2000. Huumehoidon nykyiset tarpeet ja edellytykset. Helsinki: Stakes.
- Havio, Marja-Liisa, Inkinen, Maria & Partanen, Airi 2008. Päihdehoitotyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Heikkilä Antti 1995. Riippuvuus –Valheiden verkko. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Henkilötietolaki 1999/523. Finlex. Viitattu 23.9.2008.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990523> Tuloste tekijän hallussa.
- Himberg, Lea, Laakso, Juhani, Näätänen, Risto. Peltola, Ritva & Vidjeskog Jan 2000. Kehittyvä ihminen. Porvoo: WSOY
- Hirsjärvi, Sirkka & Helena, Hurme 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Hirvonen, Ari 2006. Eettisesti hyvä tutkimus. Teoksessa Jaana Hallamaa, Veikko Launis, Salla Lötjönen ja Irma Sorvali, Etiikkaa ihmistieteille. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura, 31-49.
- Huumauslainelaki 1993/1289. Finlex. Viitattu 21.9.2008.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1993/19931289>. Tuloste tekijän hallussa.
- Janhonen, Sirpa & Nikkonen, Merja 2003. Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Helsinki: WSOY.

- Jokinen, Päivi 2003. Huumeperheiden sosiaalinen verkosto ja sosiaalisen tuen kokemuksia päihderiippuvuudesta toipumisen alkuvaiheessa. Pro gradu. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Kaukonen, Olavi 2001. Sosiaali- ja terveydenhuollon päihdepalvelujärjestelmä. Teoksessa Ritva Piisi (toim.) Huumetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 106-131.
- Kiviranta, Mervi, Kuokkanen, Ritva, Määttänen Jukka & Ockenström Leena 2005. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Kontula, Osmo 1988. Huumeet Suomessa. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Kontula, Osmo & Koskela, Kaj 1992. Huumeiden käyttö ja mielipiteet Suomessa. Suomi ja Eurooppa vertailussa. Helsinki: Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus.
- Kotovirta, Elina 2009. Huumeriippuvuudesta toipuminen Nimettömien narkomaanien toveriseurassa. Väitöskirja. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Kyngäs, Helvi & Vanhanen Liisa 1999. Hoitotiede Vol. 11, no 1/-99. Sisällön analyysi.
- Käytännön vertaisohjaus ehkäisevässä päihdetyössä 2000. A-klinikkasäätiön raportti nro. 35. Helsinki: A-klinikkasäätiö.
- Lappalainen, Tarja 2005. Tie uuteen. Kristillisen päihdeyhteisön merkitys päihdeikäyttäjälle. Vaasa; Ykkös- Offset Oy
- Lund, Pekka 2006. Torjuttu toivottomuus. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Malinen, Anette 2007. Pakko ja autonomia. Päihteidenkäyttäjä sosiaali- ja päihdehuollossa. Järvenpää: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Mäkelä, Rauno 1999. Verso-projektin taustaa ja aiempien projektien kokemuksia. Teoksessa Airi Partanen ja Marja Warmemaa (toim.) Päihteet puheeksi varhemmin. Verso-projektin (1996-1998) loppuraportti. Helsinki: A-klinikkasäätiö, 12-21.
- Mönkkönen, Kaarina 1999. Solmusta kiinni. Nuorten päihdetyön opetusmoniste. Kuopio: Pohjois-Savon ammattikorkeakoulu.
- Paunonen, Marita Vehviläinen-Julkunen, Katri 1997. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Helsinki: WSOY

- Pennanen, Jatta 2007. Vertaistuen vaikuttavuus –Vertaistuen vaikuttavuus Irti Huumeista ry:n huumeiden käyttäjien läheisille. tarkoitettu ver taistukiryhmässä. Pro-gradu. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Päihdehuoltolaki 1986/41. Finlex. Viitattu 25.9.2008.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/1986/19860041> Tuloste tekijän hal lussa.
- Päihdetilastollinen vuosikirja 2007. Alkoholi ja huumeet. Helsinki: Stakes.
- Rolin, Kristiina 2006. Humanistisen ja yhteiskuntatieteellisen tutkimuksen peri aatteet. Teoksessa Jaana Hallamaa, Veikko Launis, Salla Lötjnen ja Irma Sorvali, Etiikkaa ihmistieteille. Helsinki: Suomalaisen kirjalli suuden seura, 108-123.
- Ruisniemi, Arja 2006. Minäkuvan muutos päihderiippuvuudesta toipumisessa. Väistöskirja. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa 2005. Tutkimushaastattelu ja vuorovaiku tus. Teoksessa Johanna Ruusuvuori ja Liisa Tiittula, Haastattelu, ti lanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 22-56.
- Salon, Riku (toim.) 2003. Pidä minusta kiinni. Tukiasumisen päivakeskustoiminnan ja työllistämisen kehittämisen opas. Helsinki: Sininauhaliitto.
- Sarajärvi, Anneli & Tuomi, Jouni 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki: Tammi.
- Seppälä, Pauliina 2003. Havaintoja huumeista. Tutkimus uusien huumeilmiöiden varhaisena tunnistajana. Raportteja 275. Helsinki: Stakes.
- Siekinen, Ari 2008. Elämän hallintaa ja selviytymiskeinoja vertaistuen avulla– Kris-järjestö vapautuvien ja vapautuneiden vankien tukena. Pro gradu. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2008. Arviointi selvitys vuosina 2002-2007 toteute tusta kansallisesta terveyshankkeesta. Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusraportti. Viitattu 25.9.2008. <http://www.stm.fi/15840/indx.htm> Tuloste tekijän hallussa.
- Stop Huumeille ry:n toimintasuunnitelma 2007. Helsinki: Stop Huumeille ry.
- Toiviainen, Seppo 1997. Kantapöydän imu. Juoppokulttuuri valintana ja pakko

- na. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Viholainen, Niina 2003. Nainen yhteisöllisessä huumehoidossa. Pro-gradu. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Väyrynen, Sanna 2007. Usvametsän neidot. Tutkimus nuorten naisten elämästä huumevideoissa. Väitöskirja. Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Weckroth, Antti 2001. Päihteestä huumeeksi –huumeongelman kulttuuriset tulokset. Teoksessa Ritva Piisi (toim.) Huumetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 30-47.
- Weckroth, Klaus 1987. Ajatuksia ihmisen toiminnasta ja sen tulkisemisesta. Tampere: Tampereen yliopisto.

LIITE 1: Teemahaastattelun runko Stop Huumeille ry:n asiakkaille

1. Minkälaisena koet päivätoiminnan tarjoaman tuen?

- Kuinka usein käyt päivätoiminnassa?
- Millaista kuvittelisit tämänhetkisen elämäsi olevan ilman päivätoimintaa?
- Minkälaista tukea olet saanut päivätoiminnasta?
- Oletko saanut mielestäsi riittävästi tukea?
- Miten koet päivätoiminnan tukeneen päihteettömyyttäsi?

2. Minkälaisena koet muiden asiakkaiden tarjoaman tuen?

- Minkälaista vertaistukea saat päivätoimintakeskuksessa?
- Miten merkitykselliseksi koet vertaistuen?
- Miten koet vertaistuen vaikuttaneen päihteettömyytesi?

3. Miten kehittäisit Stop Huumeille Ry:n toimintaa Helsingin toimipisteessä?

- Mikä on toiminnassa mielestäsi positiivista?
- Mikä on toiminnassa mielestäsi negatiivista?
- Miten kehittäisit toimintaa?

Teemahaastattelun runko Stop huumeille ry:n työntekijöille

Taustatiedot:

Ammatti, koulutus, työnkuva

1. Minkälaisena koet päivätoiminnan asiakkaille tarjoaman tuen?

- Minkälaista tukea asiakkaat päivätoiminnasta saavat?
- Miten koet päivätoiminnan vaikuttavan asiakkaiden elämään?
- Miten koet päivätoiminnan tukeneen asiakkaiden päihteettömyyttä?

2. Minkälaisena koet vertaistuen asiakkaille tarjoaman tuen?

- Minkälaista vertaistukea asiakkaat saavat?
- Miten koet vertaistuen tukevan asiakkaita?

- Miten koet vertaistuen vaikuttavan asiakkaiden päihteettömyyteen?

4. Miten kehittäisit Stop Huumeille Ry: toimintaa Helsingin toimipisteessä?

- Mikä on toiminnassa mielestäsi positiivista?
- Mikä on toiminnassa mielestäsi negatiivista?
- Miten kehittäisit toimintaa?

LIITE 2: Tutkimuslupa anomus

LIITE 3: Tutkimusta koskien haastateltaville lähetetty saatekirje

Hei!

Olemme kaksi sairaanhoitajaopiskelijaa Susanna Huttunen ja Meri Myyrsepp Lahden ammattikorkeakoulusta. Olemme tekemässä opinnäytetyötä liittyen Helsingin Stop Huumeille ry:n toimintaan. Tarkoituksena olisi tutkia kokemuksia päivätoiminnasta ja tarvitsisimme siihen sinun apuasi. Haluaisimme haastatella sinua aiheeseen liittyen ja kysyä kokemuksia vertaistuesta, päivätoiminnasta ja niiden vaikutuksista päihteettömään elämään. Haastattelu on täysin luottamuksellinen, eikä henkilöllisyytesi tule esille missään muodossa tutkimuksen kuluksa tai aineiston julkaisun yhteydessä. Aikaan haastatteluun kuluisi korkeintaan tunti. Olemme tulossa suorittamaan haastattelumme keskiviikkona 2.9.09 Stopin Helsingin toimipisteeseen.

Mikäli suostut haastateltavaksi, voit ilmoittaa halukkuutesi oheisella suostumuslomakkeella. Lomakkeen voit palauttaa haastattelun yhteydessä haastattelijalle. Apusi on erittäin kallisarvoista ja kertomalla mielipiteesi voit vaikuttaa Stop Huumeille ry:n toiminnan kehittämiseen.

LIITE 4: Suostumuslomake haastatteluihin osallistumisesta

SUOSTUMUS

Olen halukas osallistumaan tutkimukseen koskien Stop Huumeille ry:n toimintaa. Olen saanut tarpeeksi tietoa kyseisestä opinnäytetyöstä ja tiedän, että tietojani käsitellään luottamuksellisesti, eikä henkilöllisyyteni tule esiin tutkimuksen missään vaiheessa. Aineisto käsitellään ja tuhoetaan salassapitosäännöksen mukaisesti. Suostun haastateltavaksi syksyllä 2009.

Helsingissä ___/___2009

Allekirjoitus ja nimenselvennys

Terveisin Susanna Huttunen ja Meri Myyrsepp
huttsusa@lpt.fi

LIITE 5 Aineiston analyysi

Pelkistämistä ohjasi tutkimuskysymys: Miten asiakkaat ja työntekijät kokivat päivätoiminnan tarjoaman tuen?

Yhdistävä kategoria: Haastateltavien kokemuksia siitä, mihin asioihin päivätoiminta tukea tarjoaa

Alkuperäinen ilmaisu goria

"joka päivä yritän käydä"

"paikka mihin voi mennä aamulla"

"Täällä on mahdollisuus käyttää puhelinta"

saa katsoa telkkaa

vaik kelan papeissa"

"mun kämppä on hankittu tätä kautta,
tai siis täältä saadulla avulla

"saa ilmasta ruokaa"

"saa edes yhden lämpimän ruuan päivässä

"safka on aika tärkeä juttu mulle täällä käymises

"työntekijät on mahtavia ja niitten kanssa

voi puhua ihan kaikesta

"voi alkaa harrastaa asioita, vaikka biliksen peluuta"

"ei mun muuten varmaa tulis käytyä missää teatterissa"

"tykkään lätkästä ja tääl pääsee niihin peleihin

"retket mitä ollaan välillä tehty aika mahtavia

Pelkistetty ilmaisu

Käynti päivittäin

Paikka johon mennä

Puhelimen käyttö

Television katselu

Apu papereiden täytössä Kelaan

-Apu asunnon hankinnassa

Ilmainen ruoka

Lämmin ruoka

Ruuan tärkeys

Työntekijöiden kanssa keskustelu

Mahdollisuus pelata biljardia

Mahdollisuus käydä teatterissa

Jääkiekkopeleissä käynti

Mahtavia retkiä

Alakategoria

Säännöllisyys

Asioiden hoito

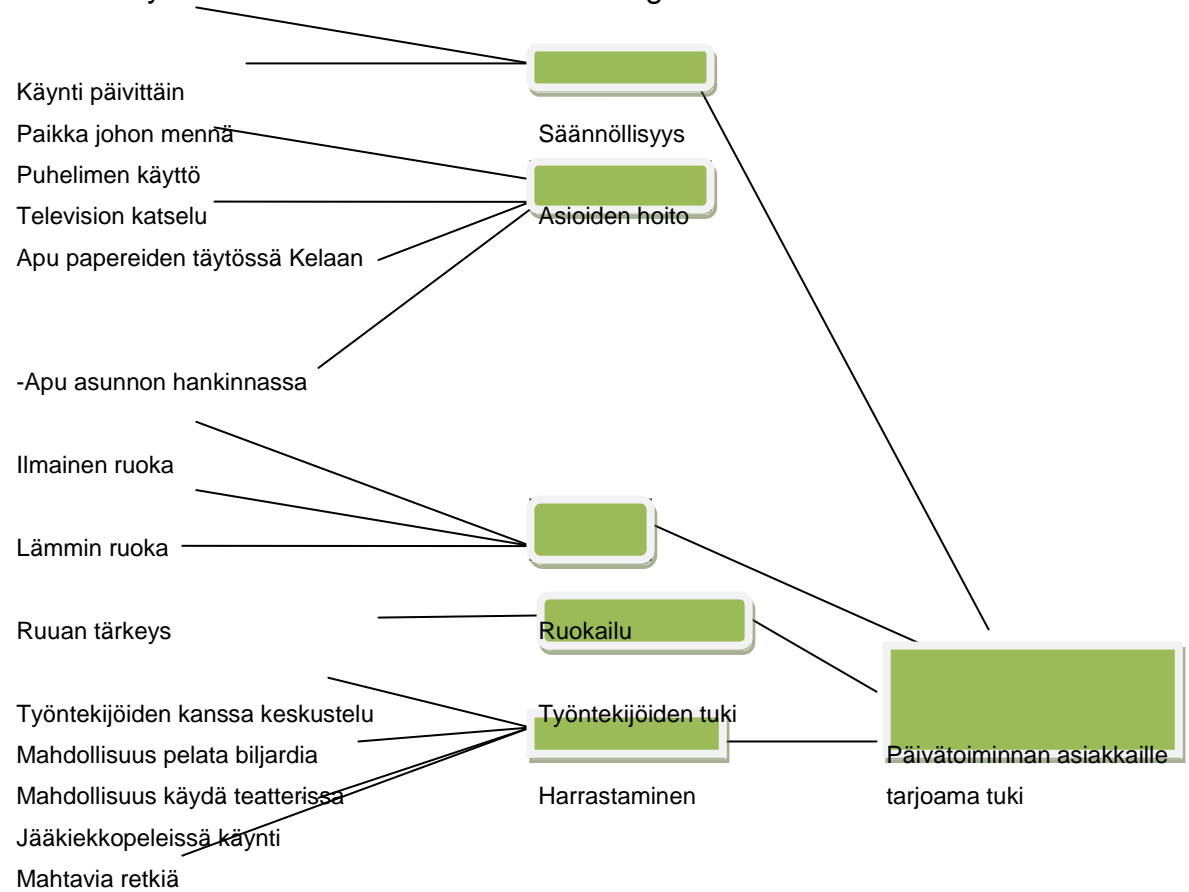
Ruokailu

Työntekijöiden tuki

Harrastaminen

Yläkate-

Päivätoiminnan asiakkaille
tarjoama tuki



"elämä vois olla kovaa, kaikki kaverit
kuitenki käyttää, täällä mun ei tarvii sitä sillee aatella"

"en usko.....että olisinko enää edes tässä

"elämä olisi varmasti kylmää kyytiä, voisin olla
kadulla ilman tätä"

olis yksinäisempää"

"tavannu uusia kavereita,ni ei tarvi

"olla vanhojen kans kadulla

"oisin varmaa aika yksin

"mua auttaa jo vaa seura"

"tulis oltua liikaa itekseen ilman tätä

Kokemus siitä, että elämä olisi kovaa

Kokemus siitä, että ilman toimintaa
ei olisi enää olemassa

Kokemus siitä että elämä olisi
kylmempää ja kadulla asuminen mahdollista

Elämä olisi yksinäisempää

Uusia ystäviä

Yksinäisyys

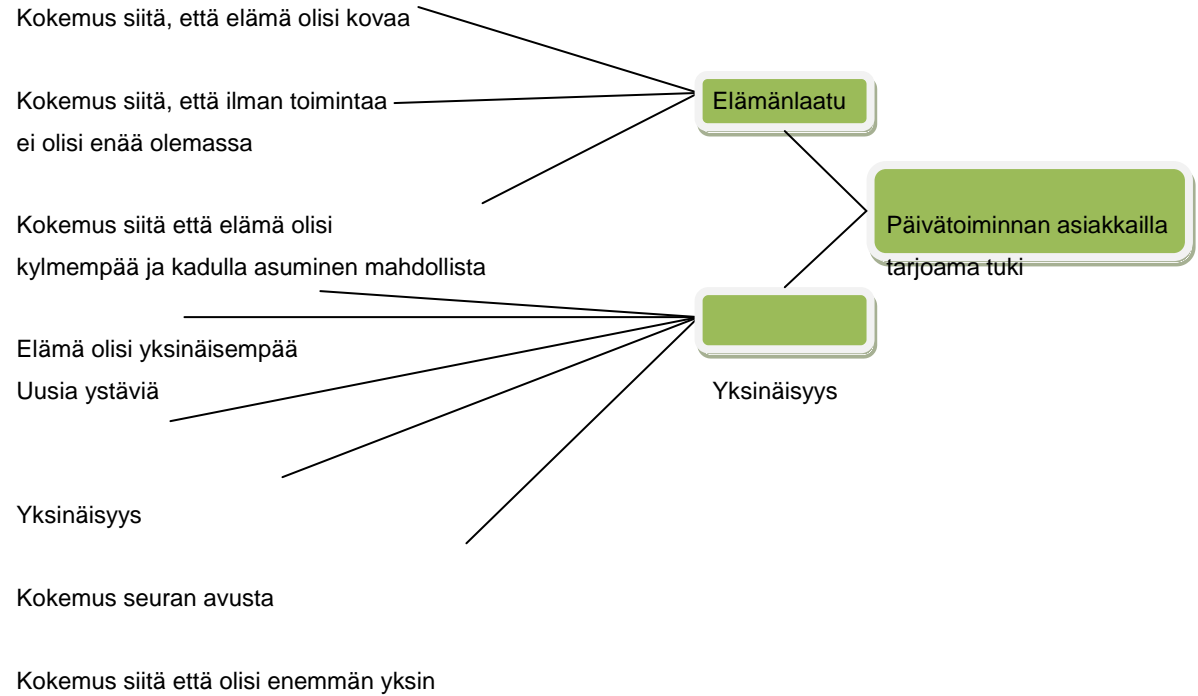
Kokemus seuran avusta

Kokemus siitä että olisi enemmän yksin

Elämänlaatu

Päivätoiminnan asiakkailla
tarjoama tuki

Yksinäisyys



Pelkistämistä ohjasi tutkimuskysymys: Miten haastateltavat kokivat vertaistuen asiakkaille tarjoaman tuen?

Yhdistävä kategoria: Miten haastateltavat kokivat vertaistuen tukevan asiakkaita.

Alkuperäinen ilmaisu
goria

"helppoa olla paikassa jossa kaikki hyväksyy sut Kokemus hyväksynnästä

"saan olla itteni täällä"

"ketään ei arvostella

"ei tarvii tuntee sellasta alemmuuden tunnetta"

"kaikki on samalla viivalla"

"meist täällä joku on hölmöily joskus"

"luulisin et kaikki tääl on aineki joskus

käyttäny aineita.. sellanen oletus"

pystyy kattoo muita silmiin kaikesta huolimatta"

"kukaan ei kysy mitä teki eile ja miks"

"jos ei halua ei tarte puhua ku täällä kaikki niinku.. ymmärtää ilman puhetta kans..

"kaikki varmaan tietää mitä mä oon käyny läpi"

"toisaalta mukava nähä ku jotku on

pystyny tosi pohjalt nousee"

-ku kuulee ku joku kaveri on kuollu kadulla ni on kiva nähä nää täällä hyvässä jamassa

"hyviä keskusteluja on ollu muitten kanssa"

"kyl mul on ollu hyvää juttuseuraa täällä"

Pelkistetty ilmaisu

Kokemus hyväksynnästä

Kokemus siitä, että saa olla oma itsensä

Kokemus siitä, ettei arvostella

Ei alemmuuden tunnetta

Samankaltaiset lähtökohdat

Kokemus siitä, että kaikilla samankaltainen menneisyys

Oletus siitä, että muut käyttäneet päihteitä

Kokemus, että voi katsoa muita silmiin

Kokemus siitä, että kukaan ei kysele

Kokemus siitä, että muut ymmärtävät ilman puhetta

Kokemus siitä, että muut ymmärtävät

Positiivinen kokemus toisen onnistumisesta

Positiivinen kokemus muiden hyvästä kunnosta

Hyviä keskusteluja

Juttuseura

Alakategoria

Hyväksyntä

Menneisyys

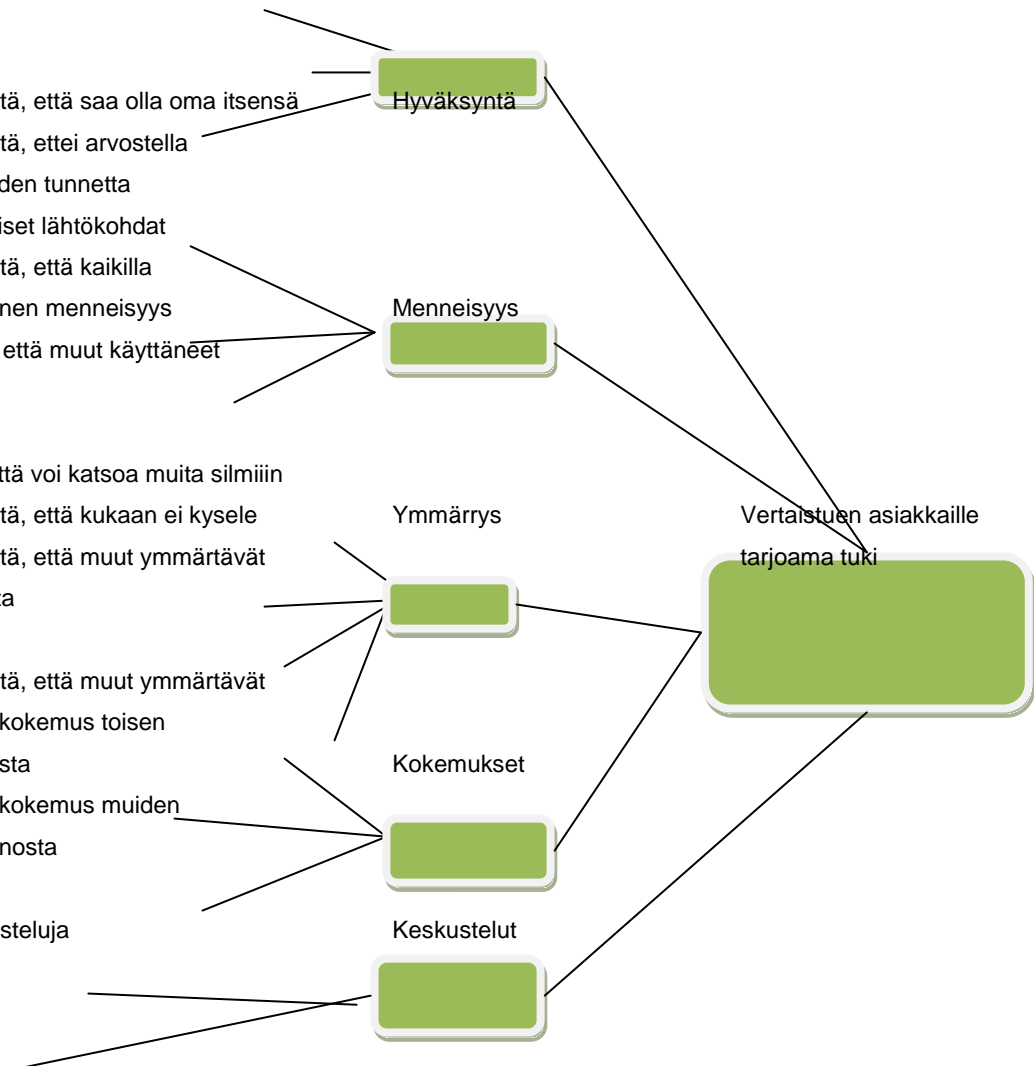
Ymmärrys

Kokemukset

Keskustelut

Yläkate-

Vertaistuen asiakkaille
tarjoama tuki



Pelkistämistä ohjasi tutkimuskysymys: Miten haastateltavat kokevat, että toiminta tulee asiakkaiden päihteettömyyttä?

Yhdistävä kategoria: Haastateltavien kokemukset siitä, miten toiminta tukee asiakkaiden päihteettömyyttä

Alkuperäinen ilmaisu goria

"ku aamulla tulee ni, iltaki menee paremmin ilman kaljaa tai muuta"

"aamu lähtee ilman päihteitä täällä käyntiin

-tääl on pakko olla selvin päin

"täällä saa tavata ihmisiä ilman päihteitä"

"kukaan ei oo täällä sekasin

"ku kaikki muutki on selvin päin on tietty itekki"

"ei mulla oo ketään kavereita ketkä ei käyttäis, paitsi täällä"

"oon alottanu käytön jo murrosiässä ni ei mul oo oikee semmosia ystäviä ketkä ei käyttäis"

"ei tartte ettiä seuraa baareista.... tai kapakoista"

-täällä ei tartte puhua huumeista vaa on muuta asiaa, tai mä en ainekaa haluu puhua niistä"

Pelkistetty ilmaisu

Päivän aloitus, ilta ilman kaljaa

Päivä alkaa päihteittä

Pakko olla ilman päihteitä

Päihteetön seura

Ihmisten selvänä olo

Muiden ollessa selvin päin, on itsekin

Ei muita päihteettömiä ystäviä

Vanhojen ystävien huumeiden käyttö

Seuran etsintä alkoholin parista

Huumeista puhumattomuus, haluttomuus puhua huumeista

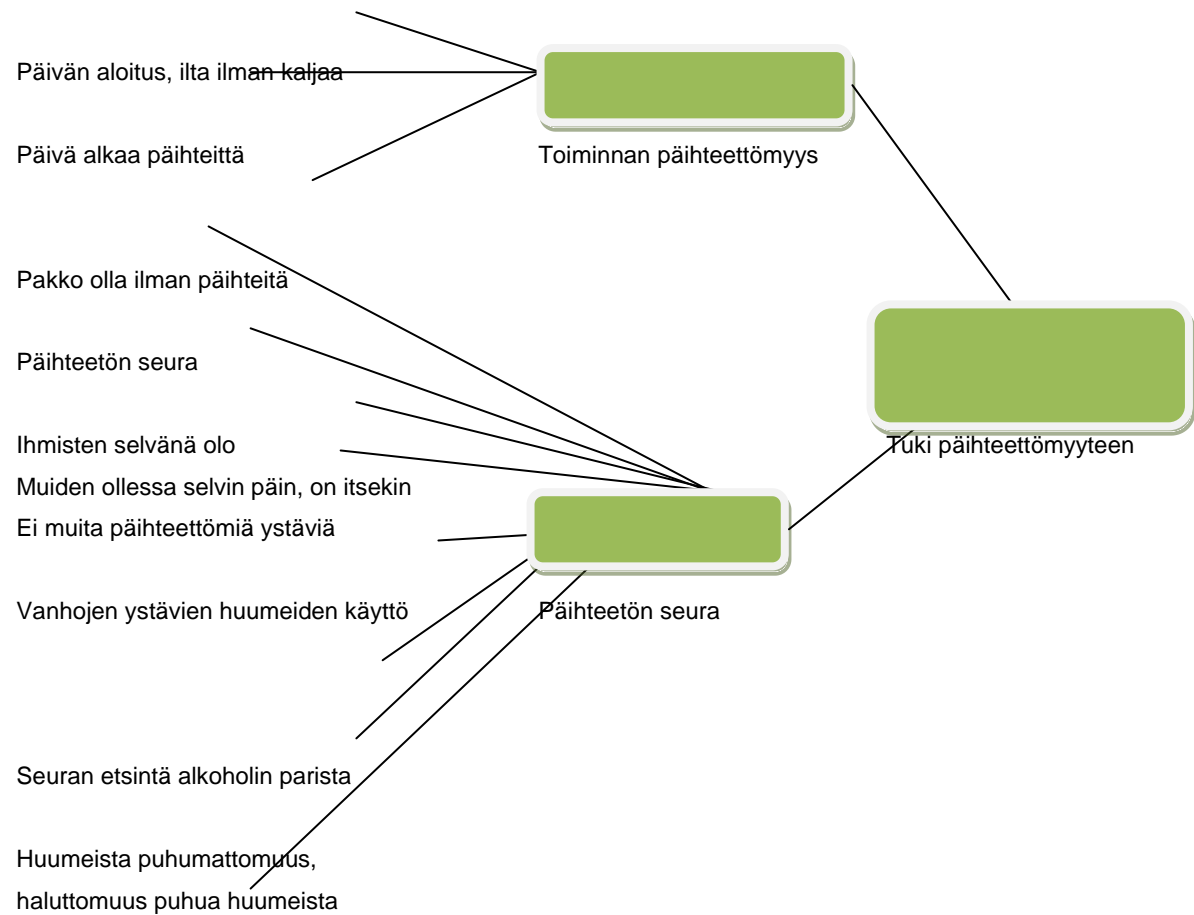
Alakategoria

Toiminnan päihteettömyys

Päihteetön seura

Yläkate-

Tuki päihteettömyyteen



"kukaan ei tuu tarjoo mitää..
ainekaa ei mulle oo tultu

Huumeita ei tarjota

"joskus käyn harvemmin,ku vaikka
retkahtaa, muuten yritän käyä joka päivä,
ku en tän takii haluu retkahtaa

-jos retkahtaa ni... kyl tänne voi silti
tulla takasin, mut kyl se nolottaa, siit voi
kuitenki puhuu ja saada apua
en haluu tuotta näille pettymystä sillee,
et taas ottasin jotain
retkahuksen jälkee voi jutella et miks
näin, ja et ei uudestaa"
olla myös selvin päin
-en ois ikinä tehny näitä juttuja selvin päin
ennen, aina oon ollu lätkäpelissäkin kännissä
-ei mulla ennen oo ollut selvänä tällästä,
oon oppinu nauttimaan siitä"
ei mul kai ennen ollu mitään syytä olla selvin päin

Käynti retkahdusten yhteydessä
harvemmin, halu pysyä päihteittä

Kokemus siitä että voi tulla
takaisin vaikka retkahtaa

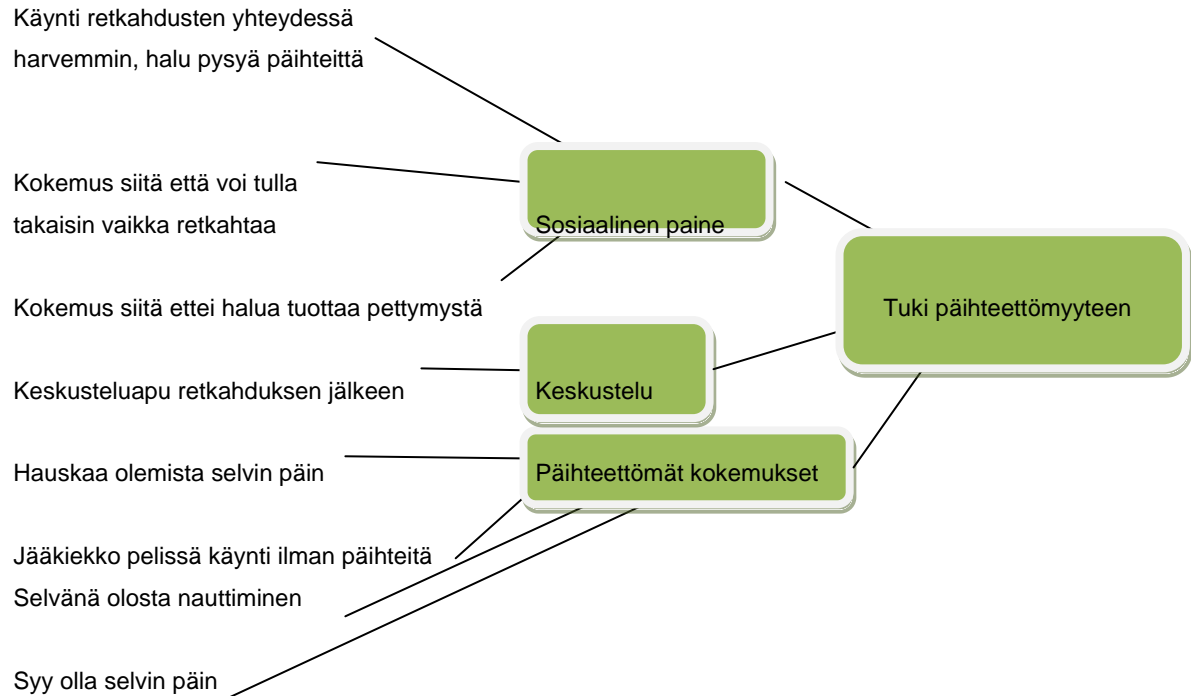
Kokemus siitä ettei halua tuottaa pettymystä

Keskusteluapu retkahduksen jälkeen

Hauskaa olemista selvin päin

Jääkiekko pelissä käynti ilman päihteitä
Selvänä olosta nauttiminen

Syy olla selvin päin



Pelkistämistä ohjasi tutkimuskysymys: Miten toimintaa tulisi kehittää, ja mikä siinä on positiivista ja mikä negatiivista.

Yhdistävä kategoria: Kokemuksia toiminnan positiivisuudesta ja siitä miten sitä tulisi kehittää.

Alkuperäinen ilmaisu
goria

-kyl must kaikki on positiivista,
etenki nää tyypit täällä”

-en keksi toimintaa mitää negatiivista
sanottavaa kai

-on ihanaa kun asiakkaitten kommentit
aina niin positiivisia

-ihana nähdä miten ihmiset oikeesti
saa tästä toiminnasta jotain ja oppii jotain

-must kaikki on parasta vois olla auki vaa pitempää

kyl tää vois olla auki viikonloppuna ja iltasin myös

-illat on mulla pahimpia ni vois olla auki iltasin

-kyl mä toivon et ois pitempää auki,
mut tiiän nää resurssit

- vois olla joku paikka mihin voi mennä
rauhottumaan, ku välillä liian kova meteli

Pelkistetty ilmaisu

Kaikki positiivista

Ei negatiivista sanottavaa

Asiakkaiden positiiviset kommentit

Kokemus siitä, että asiakkaat hyötyvät

Kaikki parasta, aukiolo
aikojen pidentyminen

Aukiolo iltaisin ja viikonloppuisin

Illat vaikeita, aukiolo iltaisin

Toive aukiolo aikojen pidentymisestä,
tietoisuus resursseista

Meteli, paikka johon
mennä rauhoittumaan

Alakategoria

Toiminnan positiivisuus

Aukioloajat

Meteli,
rauhottumispaikka

Yläkate-
goria

Toiminnan positiivisuus

Aukioloajat

Meteli, hiljaisuuden
mahdollisuus

