



# **Päihdetyöhön kouluttautuneiden entisten käyttäjien kokemuksia ammatissa toimimisesta**

Suvi Paulavirta

Opinnäytetyö  
Elokuu 2014  
Sosionomi (AMK)  
Sosiaalinen kuntoutus

## TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu  
Sosionomi (AMK)  
Sosiaalinen kuntoutus

SUVI PAULAVIRTA

Päihdetyöhön kouluttautuneiden entisten käyttäjien kokemuksia ammatissa toimimisesta

Opinnäytetyö 48 sivua, joista liitteitä 1 sivu  
Elokuu 2014

---

Haastatteleamalla toipumistaustaisia työntekijöitä tutkin, mitä hyötyä ja mitä haittaa päihdetyössä on sillä, että työntekijällä itsellään on toipumistausta. Tutkin asiaa, koska ilmiö on yleinen ja aihe nousee usein esille esimerkiksi sosiaalialan palveluita tarjoavien yritysten internetsivuilla. Selvitin, täytyykö päihdetyöhön hakeutuvan entisen päihteiden käyttäjän ottaa jotain erityistä huomioon ennen koulutukseen hakeutumista. Selvitin myös, millaisia ennakkoluuloja he kohtaavat työkavereiden ja sidosryhmien edustajien suunnalta.

Päihdetyön vaikuttavuudesta on tärkeää käydä keskustelua, koska se on väestön hyvinvoinnin kannalta ajateltuna iso asia ja samalla suuri taloudellinen kysymys. Selvitin, onko entisissä käyttäjissä sellaisia piirteitä, jotka ovat eduksi päihdetyössä.

Tutkimus on laadullinen ja suoritin sen tekemällä kolme haastattelua. Jokainen haastattelu oli noin tunnin mittainen, eli aineisto oli haastateltavien määrään suhteutettuna melko laaja. Työ perustuu haastatteluissa saatuun tietoon, jonka tukena on teorian tietoa.

Hyötynä nähtiin se, että asiakkaiden on helpompi lähestyä ja tuttuuden tunne lisääntyy. Kun on elänyt samantyyppisessä maailmassa, on helpompaa ymmärtää sitä maailmaa, jossa päihteiden käyttäjät elävät. Aito välittäminen ja empaattisuus nousivat esille hyötyinä. Puolestaan haittoina nousi mustavalkoinen ajattelu, jonka uskottiin muuttuvan ajan mittaan monisävyisemmäksi. Raitista aikaa ennen työhön hakeutumista olisi hyvä olla useita vuosia ja tavallista elämää elettyinä. Koulutuksen merkitys nousi tärkeäksi.

---

Asiasanat: päihdetyöntekijä, entiset päihderiippuvaiset, empaattisuus

## **ABSTRACT**

Tampereen ammattikorkeakoulu  
Tampere University of Applied Sciences  
Bachelor of Social Services  
Social Rehabilitation

SUVI PAULAVIRTA

Social Work Professionals with Drug User Background - Experiences of Professional Drug Counselling

Bachelor's thesis 48 pages, appendices 1 page  
August 2014

Aim of the study was to find out what benefits and drawbacks do the drug counsellors own recovery of drugs have. The study was conducted by interviewing the drug counsellors that have been former drug users. This theme was explored because the phenomenon is common and can often be seen on web pages of the companies that provide rehabilitation services. Aim was to find out are there any questionable facts that have to be taken into consideration before former drug user applies for studying social services and drug counselling. Aim was also to find out the possible prejudices they meet from their colleagues and professional reference groups.

Effectiveness of the drug counselling needs to be on public discussion, because the drug issue is welfare and financial issue. The study examined also the possible positive features for professional work the former drug users might have.

The Study is qualitative research and it has been conducted by doing three interviews. All three interviews lasted about an hour and the data was rather comprehensive considering the only three interviewees. The study is based on the information from the data and the theoretical background.

Benefits from the workers drug user background were the approachable professional personality, good understanding of the world and surrounding where the abusers live and real empathy and care. Challenge was black-and-white thinking, which might become more

diverse in the long run. Before starting the drug counselling it would be beneficial to be sober and hands on normal life for several years. Education for the drug counselling was seen as important.

---

Key words: drug counsellor, former drug users, empathy

## SISÄLLYS

JOHDANTO .....	5
1 PÄIHDETYÖN VAATIMUKSET .....	7
1.1 Auttajan oman toipumiskokemuksen vaikutukset työhön .....	7
1.2 Millainen on hyvä päihdetyöntekijä? .....	8
1.3 Millainen on hyvä asiakassuhde .....	9
1.4 Ammatillisuus .....	10
1.5 Käytännön läheinen suhtautuminen työhön .....	10
2 TUTKIMUSTEHTÄVÄ .....	11
3 TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN .....	12
3.1 Aineiston analyysi .....	13
4 HAASTATELTAVIEN TAUSTATIETOJA .....	14
5 TULOKSET .....	15
5.1 Ammattilaisten ennakoasenteet entisiä päihteiden käyttäjiä kohtaan .....	15
5.2 Päihderiippuvuuden ymmärtäminen .....	16
5.3 Sairauskäsitelmä .....	18
5.4 Asiakkaiden suhtautuminen työntekijään, joka on toipunut päihderiippuvuudesta .....	20
5.5 Työntekijän merkitys päihdetyössä .....	22
5.6 Hyödyt työntekijän toipumistaustasta .....	23
5.7 Epärehellisyys osana riippuvuutta ja siitä herättelemine .....	26
5.8 Haittapuolet työntekijän omassa toipumistaustassa .....	29
5.9 Neuvoksi päihdetyöhön hakeutuvalle entiselle päihteiden suurkuluttajalle .....	32
5.10 Kokemusasiantuntijuus .....	36
6 YHTEENVETO .....	39
7 JOHTOPÄÄTÖKSET .....	42
8 POHDINTA .....	44
LÄHTEET .....	46
LIITTEET .....	48
Liite 1. ....	48

## JOHDANTO

Opiskellessani sosionomiksi (AMK) on useassa eri tilanteessa tullut esille, että monissa päihderiippuvaisia kuntouttavassa paikassa työskentelee henkilöitä, jotka itse ovat toipuneet päihderiippuvuudesta ja sen jälkeen opiskelleet ammatin, jonka avulla ovat päässeet itse tekemään työtä päihteiden suurkuluttajien kanssa. Usein kuitenkin on jäänyt epäselväksi ne perustelut siitä, miksi erikseen mainitaan, että osa tai kaikki työntekijät ovat itse toipuneet riippuvuudesta. Halusin alkaa tutkia, onko olemassa jotain näyttöä siitä, että oma kokemus yhdistettynä ammattitaitoon olisi hyvä yhdistelmä. Hyvien puolien lisäksi halusin selvittää, onko mahdollisesti jotain huonoja puolia sillä, että työntekijällä on oma kokemus päihteiden käytön lopettamisesta. Tutkimuskysymyksenä opinnäytetyössäni on selvittää; mitä hyötyä ja mitä haitta työntekijän omalla toipumistaustalla on päihdetyössä.

Selvitin, millaisia ennakkoasenteita riippuvuudesta toipuneet päihdetyötä tekevät henkilöt kohtaavat työssään esimerkiksi sidosryhmien tai työkavereidensa taholta. Pyysin haastateltaviani pohtimaan, onko oletuksena se, että heidän oletetaan ymmärtävän riippuvuutta paremmin, kuin sellaisen työntekijän, jolla itsellään ei ole kokemusta päihderiippuvuudesta, joka rajautui haastateltavieni käyttötaustan vuoksi huumeriippuvuuteen. Olen usein asiakkaiden suunnalta kuullut toiveen siitä, että työntekijöillä olisi itsellään omakohtaista kokemusta riippuvuudesta ja siksi halusin selvittää, tietävätkö haastateltavieni asiakkaat heidän taustastaan ja miten he suhtautuvat siihen.

Jotta opinnäytetyöstäni voisi joskus olla jollekin hyötyä, pyysin haastateltaviani kertomaan, mihin asioihin heidän mielestään täytyisi kiinnittää erityisesti huomiota sellaisen ihmisen, jolla on itsellään kokemus päihderiippuvuudesta toipumisesta ja haluaisi hakeutua päihdetyöhön. Minua kiinnosti myös se, kauanko päihteettömyyttä täytyisi olla takana ennen, kuin on valmis hakeutumaan alalle ja mitkä seuraukset sillä on, jos siirtyy asiakkaasta työntekijäksi liian lyhyessä ajassa.

Kokemusasiantuntijat ovat kovaa vauhtia yleistyneet päihdetyössä ja heidät usein sekoitetaan entisiin päihderiippuvaisiin, jotka ovat kouluttautuneet päihdetyöhön. Selvitin millaiseen rooliin he sopivat ja miten kokemusasiantuntijuuteen valmistelevalle kurssille valmistaa heitä siihen tehtävään, jota he alkavat tehdä.

Haluan kiittää suuresti kaikkia haastateltaviani siitä ainutlaatuisesta aineistosta, jonka sain haastatteluista. Ilman niitä tästä työstä olisi tullut todella suppea, koska teoreettista tietoa aiheesta oli vaikea löytää. Haastateltavat kertoivat kokemuksiaan hyvin avoimesti.

# 1 PÄIHDETYÖN VAATIMUKSET

## 1.1 Auttajan oman toipumiskokemuksen vaikutukset työhön

Päihdeongelmaiset ovat jo pitkään auttaneet toisiaan päihdeongelman selättämisessä, eli se ei ole mikään uusi ilmiö. AA-kerho (Alcoholics Anonymous) vertaistukeen perustuva toveriseura perustettiin vuonna 1935 ja se oli keino auttaa niitäkin alkoholisteja, jota pidettiin mahdottomina hoitaa. Heroinistit perustivat Amerikassa 1960-luvulla oman liikkeen, koska kokivat, ettei psykiatrisista hoitolaitoksista ollut heille apua. Liike oli nimeltään SYNANON-liike ja se perustui toveritukseen ja –kuriin. Nykypäivänä kuitenkin useat yhteisöt ovat hyväksyneet ajatuksen moniammatillisesta auttajaporukasta, eli enää ei niin vahvasti ajatella, että ainoastaan addikti voi auttaa toista addiktia. Nykyään päihdehoitopaikoissa edellytetään ammatillista suhtautumista asiakkaisiin. (Saarelainen, Stengård & Vuori-Kemilä 2004, 161)

Ammattilaisen liiallinen luulo siitä, että hän ymmärtää riippuvuutta täydellisesti voi olla jopa nöyryyttävää asiakkaalle. Kaikki riippuvuudesta pois pyrkivät eivät käy läpi samoja vaiheita, eikä ainakaan samassa järjestyksessä tai samalla aikavälillä ja se työntekijän on uskottava ja ymmärrettävä. (Saarelainen ym. 2004, 161) Oma kokemus riippuvuudesta irtautumiseen ei siis tarkoita sitä, että ymmärtäisi kattavasti, mitä taistelua asiakas käy läpi.

Pitkään jatkunut päihteiden suurkulutus tuo usein mukanaan paljon vastoinkäymisiä ja pettymyksiä, sekä hylkäämisiä. Tämän seurauksena ihmisen on vaikea samaistua ihmisiin, joiden arvot ja asenteet ovat yhteiskuntamyönteisiä. Moni riippuvainen kokee olevansa erilainen kuin muut ihmiset ja vahvasti erilainen, kuin niin sanotusti tavalliset ihmiset. Työntekijän tulisi tukea asiakasta siihen suuntaan, että hän voisi hiljalleen alkaa omaksua selviytyjille ominaisia arvoja. (Saarelainen ym. 2003, 162) Samaistuminen toipuneeseen addiktiin voi olla helpompaa ja sitä kautta auttaminen takaisin tavalliseen arkeen helpottuu. Oman menneisyyden hyväksyminen nähdään usein voimavarana. Entinen päihteiden käyttäjä ajattelee usein, että hänestä ei olisi tullut sellaista ihmistä ilman näitä kokemuksia ja siten ei ymmärtäisi elämää yhtä laajasti, kuin nyt. Menneisyyden näkeminen voimavarana on suunnannut entisiä käyttäjiä auttamaan mielenterveys- ja päihdeongelmaisia.

## 1.2 Millainen on hyvä päihdetyöntekijä?

Ammatillisuus vaatii sen, että on valmis ammatilliseen ja henkiseen kasvuun. Ne puolestaan kulkevat käsi kädessä ja tukevat toisiaan. Ammatillinen kasvu vaatii herkkyyttä ja tiettyä persoonallista eheyttä. Järkeä ja sydäntä täytyy käyttää sopivassa suhteessa. Jos työn suorittaa ainoastaan järjellä, työntekijä suojautuu ammattirooliinsa ja on etäinen. Työt tulee hoidettua teknisesti hyvin, mutta työ on rutinoitunutta. Liikaa sydämellä auttava puolestaan palaa helposti loppuun ja loukkaantuu asiakkaiden sanomisista. Empaattisuus on mahdollista silloin, kun työntekijä ei ole omien tunteidensa vallassa, vaan hyödyntää tunteitaan, jotta voisi ymmärtää asiakkaita paremmin ja syvemmin. (Saarelainen ym. 2003, 202-203)

Tullakseen hyväksi päihdetyöntekijäksi, on itsereflektio välttämätöntä eli omaa työtä ja toimintaa tulee pohtia kriittisesti, jotta voi tapahtua muutosta parempaan. Tarkoitus ei ole murehtia virheitä, vaan tietoisesti kiinnittää huomiota omiin työskentelytapoihin. Reflektoidulla työntekijä tarkastelee, onko hänen työllään myönteinen vaikutus. (Saarelainen ym. 2003, 203)

Sekä mielenterveys-, että päihdetyössä voidaan pitää eettisyyden perustana kykyä eläytyä toisten ihmisten asemaan ja tunnetasolla käydä asiakkaiden maailmassa. Samaistumisen taitoa voidaan pitää tärkeänä osana ammatillisuutta. Kuitenkin samaan aikaan on pysyttävä ammatillisella tasolla ja tuntea ammattipätevyyden rajoitukset. (Saarelainen ym. 2003, 205)

Voidakseen auttaa muita, täytyy huolehtia omasta jaksamisesta. Työuupumus voi johtua monista tekijöistä ja työntekijän persoonalliset piirteet määrittävät paljon, kuinka hyvin sietää stressiä. Työuupumuksesta voi seurata kyyninen asenne asiakkaita kohtaan, kun ei jaksakaan enää tuntea empatiaa ja läheisyyttä. Sitä kautta myös ammatillinen itsetunto romahtaa. Usein liian suuret odotukset suhteessa liian matalaan koulutukseen ja olemattomaan työnohjaukseen aiheuttavat riskin jaksamiselle. (Saarelainen ym. 2003, 206-207)

Tarpeettoman korkea ammatti-ihanne jossa työntekijä nähdään aina positiivisena, toimintavalmiina ja objektiivisena vaikuttaa osaltaan siihen, että on vaikea käsitellä ristiriitaisia tunteita ja omaa avuttomuutta. (Saarelainen ym. 2003, 75)



### 1.3 Millainen on hyvä asiakassuhde

Auttamissuhteen lähtökohtana on aina ihmisarvo ja ihmisen kunnioittaminen. Asiakasta tulee arvostaa ihmisenä riippumatta hänen käytöksestään, sosiaalisesta asemastaan tai historiastaan. Haasteita siihen tuo erityisesti tilanteet, joissa asiakasta joudutaan rajoittamaan ja hänen toiveensa eivät toteudu. Asiakkaan omanarvontunnetta on suojeltava loukkauksilta. Auttamistyössä pyritään ymmärtämään asiakasta ja hänen käyttäytymisen mielekkyyttä. (Saarelainen ym. 2003, 69)

Työntekijän on pyrittävä ymmärtämään asiakkaan elämäntilanteen ja käyttäytymisen taustalla olevia tekijöitä, joka on yhteydessä työntekijän kykyyn tuntea myötätuntoa ja samaistua. Empatia on toisen ihmisen tunteiden tavoittamista omassa itsessä ja se syntyy, kun työntekijä on avoin toiselle ihmiselle ja omille tunteilleen. (Saarelainen ym. 2003, 70)

Yksi keskeisimmistä asioista asiakassuhteessa on toivo ja muutoksen mahdollisuus. Työntekijä ei voi luvata, että vaikeasta riippuvuudesta paranee hetkessä, mutta on annettava toivoa siitä, että elämä voi mennä parempaan suuntaan. Työntekijän tehtävänä on ylläpitää toivoa ja muutoksen mahdollisuutta silloin, kun asiakas ei itse jaksa niihin uskoa. Aina työntekijän ei ole helppoa nähdä mahdollisuutta muutokseen ja lisäksi työntekijän itselleen asettamat tavoitteet voivat aiheuttaa turhautumista. Kun työntekijä tuntee itsensä toivottomasti, hän usein vetäytyy tunnetasolla asiakassuhteesta, jolloin työntekijän epätoivo lisää asiakkaan epätoivo. (Saarelainen ym. 2003, 71)

Työntekijälle voi olla imartelevaa, kun huomaa asiakkaan olevan riippuvainen asiakassuhteesta ja kun asiakas kiittelee työntekijää ja kehuu tätä auttajana. Päihderiippuvaiset usein ripustautuvat auttajiin, jolloin he itse passivoituvat. Päämääränä asiakassuhteessa on kuitenkin se, että asiakas pystyisi jatkamaan muutostyöskentelyään omatoimisesti, joten riippuvuus auttajasta ei ole hyväksi. Päihdetyötä tekevän on tunnistettava tarpeettomat riippuvuutta aiheuttavat tekijät itsessään ja asiakkaassaan ja tarvittaessa säädeltävä intensiivisyyttä ja läheisyyttä ja vähennettävä asiakkaan liiallista riippuvuudentarvetta. Asiakkaalle painotetaan hänen oman aktiivisuutensa merkitystä. (Saarelainen ym. 2003, 72-73)

## 1.4 Ammatillisuus

Auttaminen voi olla työnä itsetuntoa kohottava ja työntekijää palkitseva. Hoidollisuuden kannalta on välttämätöntä, ettei työntekijä ala auttamissuhteessa tyydyttää omia itsetuntoon ja tunteisiin liittyviä tarpeitaan. Esimerkkinä tarvetta olla aina oikeassa, tai tarvetta saada ihailua osakseen, tai tarvetta tulla hyväksytyksi. (Saarelainen ym. 2003,75)

Moraaliset ja kulttuuriset asenteet eivät saa näkyä työssä. Jos työntekijällä ja asiakkaalla on hyvin vahvasti toisistaan poikkeavat mielipiteet jostain moraalisesta asiasta, se haittaa auttamistyötä. Moralistisesta asenteesta on pidättäydyttävä asiakassuhteessa myös, koska työntekijä on jo valmiiksi valta-asemassa. (Saarelainen ym. 2003, 75)

Päihdetyössä auttajalta usein odotetaan valmiita vastauksia asiakkaan ongelmiin. Joskus myös työntekijät itse luulevat tietävänsä asiakasta paremmin, mikä tämän ongelman ydin on. Dialogin avulla, eli kysymällä avoimia kysymyksiä ja olemalla ohjailematta asiakasta voidaan saada paras käsitys asiakkaan tilanteesta. Työntekijän on oltava olettamatta asioita, vaan sen sijaan on selvitettävä asiat kysymyksillä. (Saarelainen ym. 2003, 85)

## 1.5 Käytännön läheinen suhtautuminen työhön

Sosiaalialalla kuntoutus perustuu suurelta osin kokemuksen tuomaan tietoon ja perinteisiin tapoihin toimia. Sosiaalialalla tarvitaan kokemustietoa ja käytännön viisautta. Puhekielellä voisi sanoa, että maalaisjärkeä täytyy käyttää voidakseen tehdä sosiaalialan työtä. (Ahokas 2004, 220) Päihdehoidossa käytetään tutkittujen menetelmien lisäksi monia menetelmiä, jotka perustuvat kokemukseen ja joilla ei ole tieteellistä näyttöä. Lisäksi hyödynnetään kokemuksellista tietoa. Hoitotapahtumassa on lähes aina osa-alueita, jotka eivät perustu minkäänlaiseen tieteelliseen tutkimukseen, eikä tutkimukselle edes nähdä erityistä tarvetta. Hoitotapahtuman sisältö voi vapaasti muokkautua ja kehittyä tilanteen ja asiakkaan tarpeiden mukaan. (Ahokas 2004, 220)

## 2 TUTKIMUSTEHTÄVÄ

Tämän opinnäytetyön tutkimustehtävä on selvittää; mitä hyötyä ja mitä haitta työntekijän omalla toipumistaustalla on päihdetyössä. Haen vastauksia esittämällä seuraavat tutkimuskysymykset:

1. Ovatko työntekijät kohdanneet itseensä kohdistuvia ennakkoluuloja työssään?
2. Odotetaanko heidän ymmärtävän päihderiippuvuutta paremmin, kuin muiden työntekijöiden?
3. Tietävätkö asiakkaat heidän taustastaan ja miten se vaikuttaa työhön?
4. Missä tilanteissa omasta kokemuksesta on hyötyä?
5. Missä tilanteissa omasta kokemuksesta on haittaa?
6. Millaisessa roolissa näet kokemusasiantuntijat päihdetyössä?

Jotta opinnäytetyöstäni voisi olla konkreettista hyötyä, pyysin lisäksi haastateltaviani kertomaan oma mielipiteensä siihen, millaisiin asioihin sosiaalialalle hakeutuvan entisen päihderiippuvaisen tulisi heidän mielestään kiinnittää erityistä huomiota.

Työssä on teoriaa myös päihderiippuvuudesta, koska se on kokonaisuutena niin merkityksellinen ja suuri vastausten ja koko aiheen ymmärtämisen kannalta. Mielestäni on aiheellista hetkeksi pysähtyä miettimään, mitä riippuvuus oikeastaan on, jotta voi alkaa pohtia itse asiaa, eli että mitä hyötyä ja mitä haittaa työntekijän omalla toipumistaustalla on päihdetyössä. Tämä siksi, että ei voida ymmärtää, mistä työntekijä on toipunut ja mistä hän yrittää tukea asiakkaitaan toipumaan, ellei olla pohdittu ollenkaan sitä, mitä riippuvuus oikeastaan on ja mitä siitä ajatellaan tutkimuksessa. Kaiken tämän lisäksi vielä se tärkeä pointti, että mielipiteitä riippuvuudesta on useita, enkä lähtenyt rajaamaan pois niitä käsityksiä, joita en koe omikseni.

Teorian sijaan haastatteluista saatu aineisto on pääroolissa ja teorian tieto on sitä tukemassa. Tärkein tehtävä tällä opinnäytetyöllä on herättää alalle hakeutuvien entisten riippuvaisten ajattelua ja sitä ajatellen kokemukseen perustuva tieto on arvokasta ja merkityksellistä.

### 3 TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN

Saadakseni haastateltavia, otin yhteyttä useisiin päihdetyötä tekeviin toimijoihin Pirkanmaalla. Ajattelin, että aihe on sellainen, että haastateltavia on helppo saada, koska aihe on tärkeä niille työntekijöille, jotka kuuluvat kohderyhmääni. Sain kuitenkin huomata, että vaikka luvattiin olla yhteydessä minuun päin, niin ei koskaan tapahtunut. Olin odottanut, että haastateltavia tulisi liikaakin ja joutuisin siksi haastattelemaan lyhyesti, ettei aineisto kasvaisi hallitsemattoman isoksi. Sain lopulta kolme haastateltavaa, mutta ne olivatkin sen kaiken työn arvoisia aivan ehdottomasti. Hain tutkimuslupaa A-klinikkasäätiöltä haastatteluja varten ja koska haastatteluissani oli myös A-klinikkasäätiön henkilökuntaa, sopimukseen kuuluu, että valmis opinnäytetyö menee A-klinikkasäätiön omille intranetsivuille.

Sovin jokaisen haastateltavan kanssa haastatteluajan ja annoin heille mahdollisuuden saada haastattelukysymykset etukäteen, jotta voivat niihin tutustua. Vain yksi haastateltava halusi nähdä kysymykset etukäteen, jotta osaa valmistautua haastattelutilanteeseen. Haastattelut tapahtuivat heidän omilla työpaikoillaan työaikana ja rauhallisessa huoneessa, jossa ei ollut muita ihmisiä, eikä taustahälyä. Jokaisen haastattelun aluksi kerroin haastateltaville saman, kuin haastattelua pyytäessäni, että nauhoitan haastattelut ja litteroin ne, eikä litterointeja näe minun lisäksi kukaan muu, kuin mahdollisesti opinnäytetyötäni ohjaava opettaja. Opinnäytetyön valmistuttua lupasin hävittää litteroinnit. Lupasin myös, että kerron opinnäytetyössäni ainoastaan sen, että haastateltavat ovat Pirkanmaalla työskenteleviä henkilöitä, mutta en nimeä työpaikkoja. Haastattelun arvioitu kesto oli noin tunti.

Kerroin ennen kysymysten aloittamista, että ensin on hieman kevyempiä kysymyksiä ja sitten siirrytään hieman haastavampiin kysymyksiin ja että haastateltava saa kertoa sen verran asioista, kuin itsestä tuntuu hyvältä ja muutenkin saa itse päättää, mitkä asiat kokee tärkeiksi ja sen mukaan vastata kysymyksiin joko suppeasti tai laajemmin. Olin miettinyt kysymyksiä pitkään ja ne tuntuivat itsestäni merkityksellisiltä. Siksi sainkin yllätyksekseni kokea, että oli jotenkin vaikeaa alkaa kysyä kysymyksiä, koska pohdin samalla, onko ne haastateltavien mielestä lainkaan hyviä ja merkityksellisiä. Jokaisen haastattelun kohdalla tunne meni kuitenkin nopeasti ohi, koska haastateltavani kertoivat hyvin avoimesti ajatuksistaan pitkillä puheenvuodoilla, eikä vastauksia tarvinnut niin

sanotusti lypsää keneltäkään. Haastattelut olivat todella mielenkiintoisia ja tunti meni nopeasti. Vastauksissa oli paljon yhteneväisyyksiä, mutta myös paljon eroavaisuuksia. Välillä oli haastavaa pysyä aiheessa, koska keskustelut ajautuivat mielenkiintoisille sivuraiteille.

Tutkimus on kvalitatiivinen, eli laadullinen. Suoritin teemahaastattelun, eli kysymykset olivat samat jokaisella haastateltavalle, mutta ei samassa järjestyksessä, vaan sen mukaan, miten keskustelu eteni. En myöskään esittänyt kysymyksiä aivan samassa muodossa, vaan kerroin, mistä asiasta haluaisin kuulla haastateltavan mielipiteen ja kokemuksia. Haastateltavat saivat vastata kysymyksiin omin sanoin, jolloin vastaukset olivat keskenään erimittaisia. (Eskola & Suoranta 1998, 87)

### **3.1 Aineiston analyysi**

Litteroin jokaisen haastattelun ennen seuraavan haastattelun tekemistä. Yhden haastattelun litteroimisessa minulla meni aikaa lähes kahden kokonaisen työpäivän verran aikaa. Ensin litteroin koko haastattelun alusta loppuun siten, että kuuntelin lyhyen pätkän kerrallaan ja kirjoitin sen. Välillä jouduin palaamaan takaisinpäin, mutta jokaista sanaa en tässä vaiheessa tarkistanut. Kun koko haastattelu oli käyty läpi, aloitin alusta ja sanatarkasti korjasin koko haastattelun. Näin toimin jokaisen haastattelun kohdalla. Tulostin kaikki haastatteluni ja luin jokaisen läpi paperiversiona ja näin sain paremmin kokonaiskuvan siitä, mitä haastatteluissa oli sanottu. Tämän jälkeen ja aloin kysymys kerrallaan lukemaan jokaisen vastauksen siten, että ensin kysymyksestä yksi luin kaikki kolme vastausta ja tein niistä yhteenvedon. Näin toimin kaikkien kysymysten kohdalla. Kun olin saanut kaiken aiheeseen liittyvän tekstin kirjoitettua siirtelin pääotsikoiden alle keskitetysti kutakin asiaa koskevat vastaukset. Tämän jälkeen aloin selaamaan aiemmin kirjoittamaani teoriaa ja yhdistin teoriakappaleet haastatteluista saamaani aineistoon. Tässä vaiheessa luovuin joistakin kirjallisuuslähteistä, koska ne eivät enää tuntuneet merkityksellisiltä. Litteroin kaikki haastattelut samalla tarkkuudella. En kirjoittanut jokaista yskähdystä, mutta naurahdukset kyllä. Luotettavuuden kannalta on tärkeää, että koko aineisto on käsitelty samalla tarkkuudella. (Hirsjärvi & Hurme 2004, 185)

#### 4 HAASTATELTAVIEN TAUSTATIETOJA

Jokainen haastateltavani on entinen huumeiden käyttäjä. Käyttötaustat vaihtelivat muutamasta vuodesta ylöspäin. Tarkemmin en kysynyt käyttöhistorian pituutta tai mihin aineeseen olivat addiktoituneita, koska mielestäni se ei ollut oleellista. Haastateltavat kertoivat, että lopetettuaan huumeiden käytön, lopettivat samalla myös alkoholin käytön. Kaikille se oli itsestäänselvyys ja jokainen viittasikin jossain vaiheessa haastattelua käyneensä oma-apuryhmissä, joissa päihteettömyys tarkoittaa sitä, että myös alkoholin käyttö lopetetaan. Lyhimmän uran tehnyt haastateltava oli kouluttautumassa työn ohella lähihoitajaksi ja kahdella muulla haastateltavalla oli alalle soveltuvat korkeakouluopinnot kesken.

Kaikki haastateltavani raitistuivat oma-apuryhmien ja ammatillisten interventioiden avulla. Yksi haastateltavistani kertoi raitistumisen halun syntymisestä näin:

*Sitten ku mä heräsin rundista, ni mä ihmettelin, että miks mä oon niinku aina täällä. Sitten, että nyt saa riittää. Siitä sitten lähdin eteneen.(H3)*

Kaksi muuta haastateltavaa kertoivat, että hoitoon hakeutuessaan eivät olleet vielä siinä pisteessä, että olisivat olleet valmiita kokonaan luopumaan huumeista tai ainakaan alkoholista. Päihteiden käytön lopettaminen oli ajatuksena jalostunut hoidossa oloaikana ja oma-apuryhmissä. Yksi haastateltavista kertoi, että alku oli niin vaikea, että sitä muistelemalla sai sivuutettua mielestään myöhemmin tulleet mieliteot huumeita kohtaan. Amfetamiinipsykoosit ja siitä aiheutuneet pelkotilat ja harhat olivat olleet niin kauheita kokemuksia, että niitä ei halunnut kokea enää koskaan. Harhoista puhuttaessa hän kuvasi niitä näin:

*Kyllä kai musta tuntu aina niinku, että ne alitajunnan semmoset niinku pimeimmät sopukat aina lähti niinku liikkeelle... tosi ahdistavia ne harhat oli ja semmosia.(H1)*

Pyysin haastateltavia kertomaan omasta toipumisprosessistaan, koska ajattelin että jos ne ovat kovin erilaiset keskenään, voi sillä olla merkitystä siinä, miten he vastaavat muihin kysymyksiin.

## 5 TULOKSET

### 5.1 Ammattilaisten ennakkoasenteet entisiä päihteiden käyttäjiä kohtaan

Kysyin haastateltaviltani, ovatko he kokeneet ennakkoasenteita työssään taustastaan johtuen. Lisäkysymyksenä kysyin, että onko esimerkiksi työkavereiden ollut vaikeaa luottaa päihteettömyyden jatkumiseen. Kaikki kokivat nykyisessä työpaikassaan olevansa luotettuja työntekijöitä. Vastuuta he saavat samalla tavalla, kuin ne työntekijät, joilla ei ollut taustalla päihteiden runsasta käyttöä ja siitä toipumista. Kaksi haastateltavista kertoi, etteivät he ole koskaan edes ajatelleet, että joku työpaikalla suhtautuisi heihin jotenkin epäileväisin ennakko-oletuksin. Yksi haastateltava kertoi, että kun työpaikalla on ollut epäselviä tilanteita lääkkeisiin liittyen, hänen sisällään on herännyt pelko siitä, että epäillänsäköhän häntä nyt lääkkeiden varastamisesta. Hän kuitenkin uskoi, että tunne nousi ainoastaan hänestä itsestään, eikä sillä ollut mitään tekemistä työkavereiden tai esimiehen ajatusten kanssa. Vastapainona yksi haastateltavista koki olevansa täysin epäilysten ulkopuolella ja sanoi työkavereidensa tutustuneen rahtiiseen, rehelliseen ihmiseen. Tästä syystä työkavereiden on vaikea ylipäätään uskoa hänen eläneen sellaista elämää, jota on kertonut eläneensä aikana, jona on käyttänyt runsaasti päihteitä.

Työssään haastateltavat toimivat myös erilaisten sidosryhmien edustajien kanssa, kuten sosiaalityöntekijöiden ja vankilaviranomaisten kanssa. Yksi haastateltava arveli, että ehkä sellaiset henkilöt, joiden kanssa ei ole ennen tavannut, saattavat olla hieman varovaisia kun kuulevat hänen olevan niin sanottu kokemusasiantuntija. Kuitenkin pidemmät yhteistyösuhteet ovat sujuneet hyvin. Vankilaviranomaiset ovat tulleet tutuiksi oman vankeuden ja sen jälkeisten valvontatapaamisten yhteydessä. Nykyään hän tapaa samoja ihmisiä työntekijän roolissa ja se on sujunut hyvin.

Kaikki kokemukset eivät olleet pelkästään positiivisia. Yksi haastateltavista oli kohdannut työharjoittelupaikassa omien sanojensa mukaan suorastaan vihamielistä asennetta sen jälkeen, kun oli käynyt ilmi, että hän on toipunut päihderiippuvuudesta. Siinä vaiheessa hän ei ollut vielä täysin käsitellyt asiaa edes itsensä kanssa ja siksi

puolustautuminen tuntui mahdottomalta ja oleminen harjoittelupaikassa epämiellyttävältä. Tosin hän oli sitä mieltä, että jos joku on ennakkoluuloinen häntä kohtaa, ei hän koe tarvetta kenenkään asenteita alkaa muokkaamaa.

Yksi haastateltavista koki ennakkoasenteiden olevan sen tyyppisiä, että luullaan entisillä päihteiden käyttäjillä olevan jokin etulyöntiasema päihdetyössä tai joku valttikortti, jota muilla ei ole. Odotukset ovat olleet sen tyyppisiä, että ajatellaan riippuvuudesta toipuneen työntekijän näkevät hetkessä, onko asiakas päihtynyt ja siten sysätään vastuu päihtymyksen arvioinnista tämän harteille. Asenteet eivät ole olleet häntä kohtaan vähätteleviä, vaan päinvastoin odotetaan jopa liikoja. Siitä roolista hän on pyrkinyt tietoisesti pois, koska ei halua olla sellainen työntekijä, joka ratkaisisi haastavat tilanteet yksin.

Kun työntekijällä itsellään on oma toipumiskokemus, se vaikuttaa siten, että samaistumisen mahdollisuus lisää toipumisen mahdollisuutta. Vaikkakin ammattilainen haluaa olla ensisijaisesti ammattilainen ja kokemusasiantuntijuus on ainoastaan taustalla vaikuttava tekijä. Oma kokemusta ei usein haluta korostaa, koska ei haluta asiakkaan leimaa. Samalla kuitenkin pääsee vaikuttamaan ammattilaisten ennakkoluuloihin, joissa on parantamisen varaa. Tämä siksi, että pääsee lähemmäksi ammattilaisia, kuin asiakkaat ja pääsee kertomaan siitä maailmasta, josta asiakkaat tulevat. Jokaisella hyvällä ammattilaisella pitää olla omakohtaisia kokemuksia selviytymisestä. Ei tarvitse olla kokemusta selviytymisestä nimenomaan päihderiippuvuudesta. (Keskustelua kokemusasiantuntijuudesta ja vertaisuudesta 2013 )

## **5.2 Päihderiippuvuuden ymmärtäminen**

Kysyin haastateltaviltani, odotetaanko heidän ymmärtävät päihderiippuvuutta paremmin, kuin niiden ammattilaisten, joilla ei ole toipumistaustaa. Lisäsin siihen vielä kysymyksen, että jos odotuksia on, niin luoko se paineita. Kaksi haastateltavaa oli kokenut, että heidän on toivottu huomaavan asiakkaiden päihtymyksen, koska heillä itsellään on kokemusta päihteistä. Molemmat ovat pyrkineet ja päässeet eroon siitä roolista, koska haluavat olla ihan samanlaisia työntekijöitä, kuin muutkin. Yksi haastateltavistani ei ollut kokenut mitään paineita sen suhteen. Hän totesi ainoastaan,



että hänet on hyväksytty työyhteisössä sellaisena, kuin hän on. Riippuvuuden ymmärtäminen hänen kohdallaan korostuu enemmänkin siinä, että asiakkaat suhtautuvat häneen eri lailla, koska hänellä on samantyyppinen tausta, kuin heillä.

Päihderiippuvaisia ja raittiita entisiä käyttäjiä yhdistää päihteiden tuoma kokemusmaailma ja riippuvainen suhde päihteisiin. Käyttävä riippuvainen ymmärtää sisimmissään raitistunutta ja toisinpäin, paljon paremmin ja syvemmin, kuin mitä monet päihdealan ammattilaiset tajuavatkaan. (Koskela 2013, 25) Tulosten mukaan tie alkoholismista tai huumeiden käytöstä on pitkällisen prosessin tulos. Siihen vaikuttaa merkittävästi ympäristötekijät, merkityksellisten ihmisten tuki ja vaatimukset, sekä toipujan omat persoonalliset ja sosiaaliset tekijät, sekä erilaiset ammattilaisten väliintulot. (Blomqvist 2004, 169) Lähteiden perusteella herää ajatus, että vaikka joidenkin tahojen käsityksen mukaan raitistuneilla työntekijöillä ja asiakkailla on jokin elämää suurempi yhteys, on huomioitavaa, että raitistumiseen vaaditaan useita tekijöitä, joiden täytyy olla samaan aikaan kohdallaan. Vaikka työntekijällä olisikin samantyyppinen elämäntarina, ei voida olettaa, että henkilökemiat toimisivat tai että he muutenkaan olisivat kokeneet asioita samalla tavalla.

Päihderiippuvuus käsitetään nykyään monitahoiseksi yksilölliseksi ja yhteisölliseksi ilmiöksi, jonka hallitsemiseksi tai lieventämiseksi yhdelläkään tieteenalalla tai tieteellä ylipäänsä ei yksinään ole hallussaan ratkaisun avaimia. (Oinas-Kukkonen 2013, 33) Päihderiippuvuudet syntyvät vaivihkaa, eikä päihteiden kokeiluvaiheessa ole tavoitteena päätyä narkomaaniksi, vaan esimerkiksi pitää hauskaa kavereiden kanssa. Riippuvuuden syntyyn vaikuttaa tietoisten ja tiedostamattomien valintojen lisäksi myös sattuma. Kun ihminen valitsee jossain tilanteessa päihteen käytön, hän ei valitse päihderiippuvuutta, vaan nimenomaan päihteen käytön siinä kyseisessä tilanteessa, jossa se tuntuu tilanteeseen sopivalta. (Särkelä 2011, 113)

Epäterve riippuvuus saa aikaan sen, että elämä kapeutuu ja vääristyy siten, että riippuvainen näkee enää vain päihteisiin ja käyttömaailmaan liittyvät asiat ja pitää elämän tärkeimpänä asiana päihdettä ja sen hankkimista. Riippuvuuden synnyn seurauksena alkaa valheellinen selittely ja puolustelu. (Häkkinen 2013, 27) Puhuminen ja muu vuorovaikutus vähenee riippuvuuden edetessä siten, että kontaktit muihin ihmisiin vähenevät tai ainakin kohdistuvat pääasiassa pelkästään toisiin käyttäjiin. Tuttavapiiri vaihtuu toisiin käyttäjiin, koska elämä pyörii päihteiden ympärillä. Tämän

seurauksena riippuvuudesta irtautuminen vaikeutuu. (Häkkinen 2013, 28) Vaikka päihde onkin elämän keskeisin asia ja ainut asia, mitä tavoitellaan, sitä usein myös vihataan samanaikaisesti. Käytön alkuvaiheessa on tehty valinta käyttää päihdettä, mutta riippuvuuden edetessä ei enää nähdä vaihtoehtoja ja käytöstä tulee pakonomaista (Häkkinen 2013, 34) Päihteen muuttuessa elämän keskipisteeksi, tulee nuukuus kaikkea muuta kohtaan. Kaikki muut hankinnat tuntuvat kalliilta ja kaikesta muusta ollaan valmiita tinkimään. Riippuvuus on kuin huppu päässä tai suomet silmillä; asiat vääristyvät ja enää ei näe ulospääsyä riippuvuudesta. Samalla ennen tärkeät asiat tuntuvat mitättömiltä ja se vahvistaa riippuvuutta. Ajattelu muuttuu mustavalkoiseksi. (Häkkinen 2013, 34)

Kaikki eivät pidä riippuvuutta sairautena. Jos se olisi sairaus, voitaisiin ajatella, että siihen ei voi omalla tahdolla paljon vaikuttaa. Kuitenkin suuri osa toipuneista päihderiippuvaisista sanoo toipumisen ratkaisevaksi tekijäksi oman tahdon. Teoksessa Paluu normaaliin (2000, 28) Tamminen heittää esimerkin, että jos sairaudesta paranee tahdon voimalla, niin voiko sanoa, että parani flunssasta tahdon voimalla. Myöskään geeneillä ei voida yksiselitteisesti selittää alkoholismia ja sen syntyä.

### **5.3 Sairauskäsitys**

Riippuvuuksia yritetään ymmärtää tutkimuksen avulla ja alan ammattilaisilla on keskenään hyvin erilaiset käsitykset siitä, onko riippuvuus sairaus, vai enemmänkin sosiaalinen ongelma. AA:n ja NA:n lisäksi esimerkiksi Minnesota hoidossa tukeudutaan sairauskäsitykseen ja sitä kautta pyritään ymmärtämään riippuvaisen käyttäytymistä ja poistamaan riippuvaisten syyllisyydentunnetta. Hoidon keskeinen lähtöelementti on koko hoidon perustana oleva tiedollinen lähtökohta; alkoholismin ja laajemminkin päihderiippuvuuden tarkastelu aivojen hermosolun kemiallisena riippuvuussairautena. (Oinas-Kukkonen 2013, 21)

Maailman terveysjärjestön WHO:n julkaisemaa ICD-10-järjestelmää on Suomessa noudatettu virallisissa yhteyksissä vuoden 1996 alusta. ICD-10:n luvun 5 mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöt, diagnoosiryhmien F10–F19 mukaan kolmen tai useamman seuraavista kriteereistä on esiinnyttävä yhtäaikaisesti kuukauden ajan viimeisimpien 12 kuukauden aikana tai toistuvasti, mikäli jaksot ovat kuukautta lyhempiä:

1. Esiintyy voimakas himo tai pakonomainen halu ottaa päihdettä.
2. Kyky hallita päihteen käytön aloittamista, määrää tai lopettamista on heikentynyt.
3. Esiintyy vieroitusoireita päihteen käytön päättyessä tai vähentyessä. Ne voivat ilmetä a) käytetylle päihteeille tyypillisenä vieroitusoireyhtymänä tai b) alkuperäisen tai muun samankaltaisesti vaikuttavan päihteen käyttönä vieroitusoireiden lievittämiseksi.
4. Sietokyky kasvaa. Tämä voi ilmetä siten, että a) käytettyä annosta suurennetaan päihtymyksen tai entisen vaikutuksen saavuttamiseksi tai b) entinen annos tuottaa selvästi heikomman vaikutuksen käytön jatkuessa.
5. Käyttö muodostuu elämän keskeiseksi asiaksi. Tämä voi ilmetä a) muista merkittävistä kiinnostuksen kohteista tai tyydytyksen lähteistä luopumisena joko osittain tai kokonaan tai siten, että b) tuntuva osa ajasta kuluu päihteen hankkimiseen, käyttöön ja sen vaikutuksista toipumiseen.
6. Käyttö jatkuu huolimatta sen aiheuttamista kiistattomista haitoista, joista käyttäjä on tietoinen tai joista hänen voidaan olettaa olevan tietoinen. (Arramies 2008)

ICD-10-luokitus auttaa päihdeitä käyttävää itseään tai hänen läheisiään tunnistamaan päihderiippuvuuden piirteitä ja seurauksia, sekä ymmärtämään sairauden vakavuuden. Käytön kontrolloimisen heikkeneminen johtaa syrjäytymisvaaraan, joka mahdollistaa käytön jatkumisen. Pitkäaikaisen käytön seurauksena syntyy myös fyysisiä haittoja, jotka ilmenevät käytön lopettamisen yhteydessä. (Oinas-Kukkonen 2013 28-29)

A-klinikkasäätiön Pirkanmaan palvelualueen ylilääkäri, Pekka Salmela (2014) käytti addiktioita käsittelevässä seminaarissa luennossaan sellaista kuvausta, että riippuvuus on kuin nukkuva karhu. Jos sitä ei mene liikaa härkkimään, se nukkuu kyllä, mutta ei koskaan poistu kokonaan. Jos sitä jossain kohtaa menee tökkimään esimerkiksi siten, että alkoholisti juo yhden oluen tai peliriippuvainen pelaa yhden pelin, karhu herää ja se voi olla todella vihainen. Riippuvuudesta ei koskaan parane, mutta siitä voi toipua.

#### 5.4 Asiakkaiden suhtautuminen työntekijään, joka on toipunut päihderiippuvuudesta

Kysyin, tietävätkö asiakkaat että haastateltava on ollut riippuvainen päihteistä ja jos tietävät, niin miten he suhtautuvat siihen. Kukaan haastateltavista ei salaile taustaansa, mutta ainoastaan yksi käyttää sitä aktiivisesti työvälineenä. Hänet on palkattu siksi, että hän on ikään kuin porrastus henkilökunnan ja asiakkaiden välillä. Hän on se ihminen, jolle ensimmäisenä tullaan puhumaan, johon arvelee olevan yhtenä syynä sen, että hän käy samoissa itsehoitoryhmissä, kuin asiakkaatkin. Kynnys asiakkaiden suunnasta tulla puhumaan on matala, mutta jos tilanne vaatii huolellisempaa selvittämistä, mukaan pyydetään korkeammin kouluttautuneet ja pidemmän työuran tehneet työkaverit. Esimerkiksi Myllyhoidossa on perinteisesti päihdetyötä tekevillä ammattilaisilla oma toipumiskokemus riippuvuudesta koulutuksen lisänä. Sen uskotaan luovan asiakkaisiin uskoa ja helpottavan häpeän tunnetta omasta riippuvuudesta ja sen seurauksista. (Lausvaara 2013, 166; Lehto 2013,167)

Oman kokemuksen julkituominen oli yhdelle haastateltavalle tapa luoda luottamuksellinen suhde asiakkaaseen. Kun itse kertoo jotain itsestään, on asiakkaankin usein helpompi alkaa avautumaan ammattilaiselle. Oman kokemuksen kertominen ei kuitenkaan tarkoita sitä, että kaikilla yksityiskohdilla alettaisi mässäilemään ja kertomaan yksityiskohtaisesti käyttöön liittyvistä asioista. Omasta kokemuksesta kertominen tarkoittaa haastateltavalle sitä, että hän kertoo käyttäneensä päihteitä paljon ja kertoo, milloin on raitistunut. Osa asiakkaista kokee tärkeäksi sen, että työntekijällä on muutakin tietoa riippuvuuksista, kuin kirjoista opittu tieto ja pitävät sitä tärkeämpänä, kuin työntekijä itse. Esille nousi myös sellainen huomio, että on hyvä, että työyhteisössä on erilaisia työntekijöitä.

Yksi haastateltava kertoi kohdanneensa uransa aikana sellaisia asiakkaita, joilla luottamus toisiin ihmisiin on aivan pohjalukemissa. Osalle heistä on tärkeää, että saa puhua sellaisen työntekijän kanssa, jolla on omaa kokemusta päihderiippuvuudesta. Vaikka työntekijä ei halua millään tavalla korostaa omaa asiantuntemustaan, on joskus tilanteita, joissa on asiakkaan kannalta järkevintä suostua siihen, että hän saa itse päättää kenen työntekijän kanssa puhuu. Asiakkaat toivovat, että olisi edes jotain tuttua siinä ihmisessä, kenen kanssa puhua ja käyttömaailman on se yhdistävä tekijä. Työntekijänä

hän itse ei kuitenkaan koe, että oma tausta olisi jotenkin ratkaisevan tärkeä asia, vaan korostaa enemmänkin koulutuksen ja ammattiin kasvun merkitystä siinä, miten tullaan hyväksi työntekijöiksi päihdetyössä.

*Mut että kyllä, kyllä niin kun mieluummin olisin tunnettu päihdetyöntekijänä, kuin entisenä käyttäjänä, joka on päihdetyöntekijä. Että kyllä mieluummin mä teen sillä omalla persoonalla kun tavallaan siitä toipumiskokemuksesta käsin sitä työtä. (H2)*

Jotta yhteistyö ammattilaisen ja asiakkaan välillä pääsee syventymään, täytyy asiakkaalla olla tunne siitä, että hänet hyväksytään kaikista ongelmista huolimatta. Ilman hyväksynnän tunnetta on mahdotonta rakentaa hyvää asiakassuhdetta. (Särkelä 2011, 31) Ehtona hyväksynnälle ei saa olla se, että asiakkaan täytyy muuttua. Muutokseen pyritään, mutta asiakkaan täytyy saada itse määritellä, millaista muutosta hän hakee ja jos tavoitteisiin ei päästä, ei se saa vaikuttaa ammattilaisen asenteeseen asiakasta kohtaan. (Särkelä 2011, 31)

Omalla toipumistaustalla on myös huonojakin vaikutuksia tullut vastaan yhdellä haastateltavalla. Jotkut asiakkaat suorastaan tuntuvat pelkäävän tällaisia työntekijöitä ja väistävät, sekä ahdistuvat heidän seurassaan. Työntekijä koetaan pelottavaksi ja vaikeasti lähestyttäväksi. Haastateltava pohti, että taustalla saattaa olla erilaisia pelkoja, uskomuksia ja häpeän tunnetta. Asiakkaat, jotka eivät ole koskaan ennen edes tavanneet työntekijää ovat suhtautuneet suorastaan vihamielisesti ja päättäneet vihata työntekijää, kun ovat jostain kuulleet työntekijän taustasta. Toisinaan tilanteet ovat olleet niin rajuja, että hoitoa ei olla voitu jatkaa. Yllätyksenä on tullut, että osa asiakkaista tarrautuu ja toinen ääripää suhtautuu vihamielisesti. Vihamielisiä on kuitenkin ollut vähemmän. Vihamielisyyden taustalla olevia syitä haastateltava ajatteli olevan pelko jotain tuntematonta kohtaan, arvottomuuden tunne ja ahdistus. Hän arveli vihamielisyyden johtuvan myös ylpeyteen ja häpeään.

*Että mikä tuokin kuvittelee olevansa. Että se on niin kun ollut tässä samassa tilanteessa ja nyt se on täällä niin kun käskyttämässä meitä.(H3)*

Lisäksi haastateltava uskoi olevansa kävelevä muistutus asiakkaille siitä, että myös he voisivat elää erilaista elämää.

Toinen haastateltava sanoi, että jos hän kertoo toipuneensa ja puhuu jotain oma-apuryhmistä, on joidenkin asiakkaiden toive, että eivät halua kuulla niistä yhtään mitään. Siksi hän onkin kokenut viisaaksi yleensä olla kertomatta omista ryhmäkäynneistään.

## 5.5 Työntekijän merkitys päihdetyössä

Tampereen yliopistonlehtori Pekka Saarnion (2004) näkemyksen mukaan ammatillisessa sosiaalityössä korostetaan liikaa menetelmiä sen sijaan, että ymmärrettäisi yhteistyösuhteen ja terapeutin merkitystä hoidon onnistumisen kannalta. Kun tuloksellisuutta on tutkittu, on huomattu, että hyviin tuloksiin päästään, kun asiallaan tiedon lisääntymisen lisäksi yhteistyö on luottamuksellista ja siihen liittyy vahvoja tunnekokemuksia. (Riikonen 1992, 50-57) Voidakseen vastaanottaa uutta tietoa ja työntekijän esittämiä näkökulmia, asiakkaan täytyy kokea tulleen ensin itse ymmärretyksi ja kokea, että hänen asioitaan ajetaan. Vasta sitten on mahdollista saada aikaiseksi dialogi, jonka kautta päästään vaihtamaan ja arvioimaan erilaisia näkökulmia. (Särkelä 2011, 30) Inhimillinen vastakaiku mahdollistaa sen, että asiakas on valmis ottamaan vastaan uusia malleja toimia ja valmis niitä aidosti pohtimaan. (Särkelä 2011, 30)

Tullakseen hyväksi päihdetyöntekijäksi ei silti missään nimessä täydy olla kokemusta päihderiippuvuudesta ja siitä toipumisesta, toteaa haastateltava. Asiakkailta jää usein huomaamatta se tosiasia, kun he ajattelevat että vain entinen käyttäjä voi ymmärtää heidän tuskaansa, että ihan tavallisilla ihmisillä voi olla paljon karumpia elämäkokemuksia, kuin heillä. Riippuvuuden sijaan on voitu kokea paljon surua, ongelmia ja vaikeita asioita. Ei täydy olla itse rypenyt samoissa ongelmissa ymmärtääkseen elämän vaikeita tilanteita.

## 5.6 Hyödyt työntekijän toipumistaustasta

Kysyin haastateltaviltani, millaisissa tilanteissa he kokevat omien kokemusten olevan hyödyksi. Jokainen haastateltava nosti esiin asiakkaan kohtaamiseen liittyviä asioita. Koettiin, että oman kokemuksen vuoksi osataan olla empaattisia ja aidosti kohdata pohjalla olevia ihmisiä. Yksi haastateltava kuvasi olevansa empaattisempi, koska kun on itse ollut joskus siinä tilanteessa, niin ymmärtää riippuvuuden olevan sairauden tapainen tila. Päihteen käyttö ei ole enää valinta, kun riippuvuus on syntynyt. Ihminen on menettänyt hallinnan elämästään riippuvuuden myötä. Riippuvuutta ei voi pelkistää selittämällä, että se johtuu jostain tietystä geenistä, koska se koskettaa ihmisen kaikkia osa-alueita ja ihmisenä kokonaisuudessa. Jossain kohtaa ihminen valitsee sen että kokeilee huumeita, mutta kun riippuvuus on edennyt riittävän pitkälle, tila on sairauden kaltainen. Haastateltava koki, että siinä kohtaa hän on empaattinen, koska ymmärtää asiakkaan tilanteen. Toinen haastateltava vastasi, että omassa toipumisessaan häntä auttoi se, kun ympärillä oli ihmisiä, jotka jollain tapaa pystyivät oman kokemuksensa kautta ymmärtämään, millaisessa tilanteessa hän on. Itse hän ajattelee, että omasta toipumiskokemuksesta on hyötyä kohtaamisessa ja kokonaistilanteen hahmottamista; siinä kuinka sekaisin ihmisen asiat todella ovat. Pystyy jollain tavalla tavoittamaan sen, millaisissa tunteissa ja epätoivon olotiloissa ihminen kulkee. Hänestä itsestään tuntui tärkeältä, että joku ymmärsi, että millainen tilanne todellisuudessa on. Silti kukaan ei voi oikeasti tietää, miltä toisesta ihmisestä tuntuu, koska jokaisella on oma tarinansa ja omat tunteensa. Ei kukaan ole etulyöntiasemassa sen suhteen, että voisi muita paremmin ymmärtää toisten ihmisten kokemukset.

Selkeänä hyötynä omasta kokemuksesta haastateltava koki sen, että hoitoryhmien vetäminen tuntuu todella helpolta. Vaikeiden asioiden käsitteleminen on luontevaa ja ryhmässä oleminen on tuttua ja helppoa. Tärkeimpänä hän silti koki pyrkimyksen saada asiakkaat kiinnostumaan ihan tavallisesta elämästä ja siitä, mitä se pitää sisällään. Työyhteisön suunnalta odotukset ovat olleet varsinkin uran alkuvaiheessa sen suuntaisia, että entinen käyttäjä pystyisi hoitamaan vaikeimmat asiakkaat ja tunnistaisi päihteiden käytön asiakkaissa, mutta huomasivat kyllä jossain vaiheessa, että ei hänelläkään ole automaattisesti vastauksia kaikkeen.

Yksi haastateltava ajattelee asiakkaille olevan hänen omasta toipumistaustastaan eniten hyötyä siinä, että he pystyvät turvautumaan häneen käytännön asioita hoitaessaan. Kun itse on käynyt läpin samantyyppisen tien, niin osaa hyvin kertoa ja tukea muita kertomalla, miten ajokortin saa takaisin tai millainen on interferonihoitoa c-hepatiittia sairastavilla. Myös velkaneuvontaan liittyvissä asioissa asiakkaat usein turvautuvat juuri häneen, jolla on itselläänkin kokemusta päihteidenkäyttömaailmaan tyypillisten raha-asioiden ongelmista. Kaiken arkisen tekemisen haastateltava koki omaksi parhaaksi puolekseen enemmänkin, kuin papereiden pyörittämisen. Samalla omakin raittius saa lisätukea, kun on mielekästä tekemistä vaikka itseään hän ei olekaan hoitamassa. Usein kuntoutumisen alkuvaiheessa asiakkailla ei ole edes henkilöllisyystodistusta. Vankilataustaiselle ihmiselle on usein iso kynnys mennä poliisilaitokselle ja silloin sinne mennään käsi kädessä. Niissä tilanteissa työntekijän omalla kokemuksella on haastateltavan mielestä suurin hyöty. Omaa kokemustaan hyödyntäen työntekijä pystyy kertomaan asiakkaille, miten kannattaa ajoittaa minkäkin asian hoitaminen ja miten kauan mikäkin asia voi kestää ja missä järjestyksessä asioita kannattaa alkaa hoitaa.

*Tulee sitten heidän polustaan tasaisempi. (H3)*

Myös Seppälä (2004, 105) kuvaa sitä, kuinka huumeidenkäyttäjillä on usein vahva mielikuva viranomaisista, johtuen siitä, että heillä on usein rikollinen tausta. Yksi syy vahvaan kategorisoimiseen on se, että huumeidenkäyttäjät rakentavat omaa identiteettiään ja ryhmäidentiteettiään vahvasti luomalla eron meidän ja niiden välille, samalla muodostaen käsityksen, että viranomaiset ovat vihollisia.

Työssä jaksamisen edellytykseksi yksi haastateltava nosti sen, että hän uskoo siihen että ”pahimmallakin rapanistillä” on mahdollisuus raitistua. Vaikka asiakkaan tilanne näyttäisi kuinka sekavalta ja käyttövuosia ja vankilatuomioita olisi takana paljon, niin aina voi olla edessä se päivä, kun hän raitistuu, vaikka siihen olisi vaikea uskoa. Kun hän kohtaa huonossa kunnossa olevia ihmisiä ja muistaa oman lähtökohtansa, se tuo uskoa siihen että muutkin voivat toipua, vaikka sen hetkinen tilanne näyttäisikin pahalta. Omaa raitistumistaan hän ei pidä yksinomaan omana ansionaan.



*En mä varmaan koskaan oo kauheen pitkään jaksanu henkseleitä paukuttaa omasta raitistumisesta, ku itekki oon ymmärtäny, että ei se kaikki todellakaan oo mun ansiota. Vaan tota se on kauheen monen asian summa. Että ei tota ei oo niin kun tavallaan varaa retostella tai jotenkin ajatella, että mä oon parempi ja viisaampi ja fiksumpi, ku mä oon onnistunu raitistuun.. Mä aattelen, että silloin ei oo kyllä ihan täysin ymmärretty, oivallettu sitä, että tässä elämässä on kauheen vähän asioita, joista me voidaan niin kun ottaa kaikki kunnia itellemme. Melkeen kaikkiin asioihin tarvitaan toisia ihmisiä jollain tavalla. (H2)*

*Vaikka ois mimmosia taitoja ja koulutuksia, ominaisuuksia, luonteenpiirteitä, lahjoja ja kykyjä, ni ei se silti niin kun tee meistä hyviä työntekijöitä jos me ei satsata siihen kohtaamiseen.(H2)*

Haastateltava kertoi työuransa aikana kohdanneensa monta kertaa kyynisyyteen, joka tulee paljosta työn tekemisestä, näkemisestä ja kokemisesta ja omasta kokemuksesta. Silloin tulee sellainen asenne asiakkaita kohtaan, että kyllähän tuon täytyy pystyä, kun minäkin pysyin. Täytyy muistaa, että jokainen ihminen on ainutlaatuinen ja toimia sen mukaan. Jokaisen asiakkaan kohdalla täytyy puntaroida, että onko asiakkaalle oltava kova ja tiukka vai olisiko paikallaan pään silittely. Jokaisen asiakkaan kohdalla täytyy valita sopiva lähestymistapa ja se on haastavaa päihdetyössä. Teoksessa Välittäminen ammattina – Näkökulmia sosiaaliseen auttamistyöhön, otetaan samansuuntaisesti kantaa siihen, että hyväksyntä ei tarkoita sitä, että asiakasta täytyy käsitellä varovasti joka tilanteessa ja myötäillä kaikessa. Ammatilaisen täytyy tilannekohtaisesti arvioida, milloin on hyötyä empaattisuudesta ja milloin on tarpeen olla jämässä ja herätellä asiakasta. Asiakassuhteen eri vaiheissa arviointi on tehtävä uudestaan. (Särkelä 2011, 41)

## 5.7 Epärehellisyys osana riippuvuutta ja siitä herätteleminen

Valehtelu ja sen merkitys osana päihderiippuvuutta nousi vahvasti esille yhden haastateltavan kanssa. Hän kertoi että aiemmin hänellä on tarkka kyky huomata, milloin ihmiset valehtelevat ja uskoi sen johtuvan siitä, että on itsekin aikanaan elänyt päihdemaailmassa, jossa valehtelu on arkipäivää. Hän kuitenkin on tietoisesti pyrkinyt ikään kuin ummistamaan silmänsä siltä, koska on kokenut sen hyvin raskaaksi. Ymmärtääkseen riippuvuutta, täytyy valehtelu ottaa vakavasti ja ymmärtää, että se on koko ajan läsnä ja että se koko elämä perustuu valheelle. Myös asian vierestä puhuminen on hyvin tyypillistä päihderiippuvaisille. Asiakkaat sanovat sellaisia asioita, joita uskovat työntekijöiden haluavan kuulla. Hoitoryhmissä usein puhutaan sienten poimimisesta ja mökillä olemisesta, jolloin työntekijän tehtävä on huomauttaa, että eihän nämä asiat liity millään tavalla siihen, mitä varten täällä oikeasti ollaan. Senkin haastateltava kokee valheen puolelle luiskahtamisena. Hyviä hetkiä työssä ovatkin ne, jolloin asiakkaat havahtuvat omaan valehtelemiseensa ja tietoisesti alkavat pyrkiä eroon siitä. Toinenkin haastateltava toi esille, että hän huomaa valehtelun selvästi, koska hän ajattelee, että juuri siten hän itsekin toimisi, jos olisi jotain salattavaa. Tilanteisiin ei kuitenkaan tarvitse puuttua kovinkaan vahvasti, riittää kun kysyy asiakkaalta, pitäisiköhän tätä asiaa nyt arvioida uudestaan tai muuttaa asennetta.

Konfrontaatio, eli se että herätellään asiakasta huomaamaan puheidensa ristiriitaisuuden ja huomaamaan oman vastuunsa tapahtumista ja tulevaisuudesta saattaa helpottaa, kun asiakas tietää, että työntekijällä on oma toipumistausta. Yksi haastateltava kertoi että asiakkaat ottavat häneltä vastaan erilaista palautetta, kuin muilta koska hän on vankilataustainen entinen päihderiippuvainen ja siten hänen odotetaan puhuvan suoraa.

*Mä pystyn esimerkiksi niille ilmaiseen jonkun jutun että nyt loppuu tuo saatanan haihattelu. Että mitä ei pysty muut työntekijät sanomaan. Koska nää tietää mun.. Nää asiakkaat tietää mun taustat ja ne hyväksyy sillon tavallaan minut siinä semmosseena niinku ihmisenä, joka sanoo suoraan asioita. Niinku sitten joku tämmönen, jolla ei oo omaa taustaa, ni helpommin nää asiakkaat sanoo, että älä viitti puhua, ku sää et tiedä. Mulle ne sanoo ihan suoraan, että sä oot nyt tosi mulkku. Sillon mä tiedän, että mä oon onnistunu jossain. (H3)*

Konfrontaatio on hyödyllistä, jos asiakas kunnioittaa työntekijää ja luottaa häneen. Myös toivon tuominen mukaan keskusteluun lisää konfrontaation hyviä vaikutuksia, koska huumeiden käyttäjillä ei välttämättä itsellään ole kykyä muuttaa elämäänsä. Suvaitsemattomat, ylikriittiset kommentit saavat aikaan pelkästään harmia. Myös konfrontaation täytyy olla riittävän pehmeää, jotta se voidaan ottaa vastaan. Ammattilaisen tulisi miettiä, millaista konfrontaatiota itse olisi valmis ottamaan vastaan ja sen perusteella miettiä, millaisena työkaluna käyttää konfrontaatiota. (Polcin, D., Mulia, N. & Jones L., 2012.)

Toinen haastateltava koki, että hänen taustansa vuoksi hänen antamallaan palautteella on enemmän painoarvoa ja se tuo hänelle auktoriteettia. Silti hän korosti, että siihenkin vaikuttaa suuresti persoona, eli että miten omaa kokemustaan käyttää työkaluna. Konfrontaatio toimii myös asiakkaiden välisessä kommunikoinnissa. Yksi haastateltava kuvasi, että yhteisön sisäisissä palavereissa asiakkaat antavat toisilleen usein rankkaakin palautetta ja sanovat asiat toisilleen suoraan.

Kysyessäni yhdeltä haastateltavalta haastattelurungon ulkopuolelta, miten hän suhtautuu siihen jos asiakas haluaa luopua muista päihteistä, mutta ei kannabiksesta, hän vastasi konfrontaation olevan paikallaan. Tosion sanoen haastetaan asiakkaan ajatuksia kysymällä, onko hän ajatellut asiat loppuun asti ja tuomalla asiaan uusia näkökulmia. Päihdehoitopaikoissa täytyy noudattaa lakia ja sen edessä kannabis on laitonta. Sen sijaan jokaisella on oikeus ryypätä itsensä hengiltä. Ammattilaiset eivät voi puuttua ihmisten vapaaseen tahtoon. Silloin konfrontaatio on hyvä työväline, eli asiakkaalta voi kysyä, onko hän nyt ihan loppuun asti miettinyt tätä valintaansa. Jokainen päättää itse, mitä päihteitä käyttää ja erityisesti nuorempien käyttäjien keskuudessa ei osata ajatella, että kannabis olisi jotenkin paha asia. Oman kokemuksensa pohjalta haastateltava totesi, että ei keho sitä ymmärrä, mitä päihdettä sinne tulee. Kun on riippuvuus olemassa, on itsensä päihdyttäminen riskialtista millä tahansa aineella. Asiakkaan puolesta ei kukaan voi päättää, paljonko hän käyttää mitään päihdettä ja sen kanssa on ammattilaisen opittava elämään, että ehkä asiakas ei ole hoitoon tullessaan valmis luopumaan päihteistä, vaan asiaan kypsyminen menee vielä jokunen vuosi. Pohdinnan päätteeksi haastateltava kuvasi että päihdetyössä on mietittävä, mitä odotuksia asiakkaille asettaa, koska asiakas kuitenkin itse päättää, mitä haluaa käyttää. Lisäksi vaikka suunnitelmana olisikin lopettaa, ei se aina onnistu ensimmäisellä kerralla, kun sitä yrittää. Siihen viitaa myös Blomqvista (2004,176) toteamalla, että vaikka itse olisi pystynyt täydelliseen raittiuteen ja pitäisi sitä parhaana mahdollisena vaihtoehtona, on ymmärrettävä, että hoito tulee räätälöidä jokaisen asiakkaan kohdalla juuri hänelle sopivaksi. Myös muut kuin täydellinen raittius tulee hyväksyä hoidon tavoitteeksi, jos se on asiakkaalle itselleen sopiva tavoite.

## 5.8 Haittapuolet työntekijän omassa toipumistaustassa

Selkeänä hättana taustastaan yksi haastateltava viittasi siihen, kun oli ollut työharjoittelussa terveystalon paikassa, jossa hänen taustansa oli ollut iso ongelma työkavereille. Siinä vaiheessa asian käsittely oli vasta niin alkuvaiheessa, että itsensä puolustaminen tuntui vaikealta. Kun raittiutta on takana jo lähes kymmenen vuotta, ei omaa historiaa tule enää usein edes ajateltua.

Haastateltavan mukaan päihdetyöhön kasvaa ja samalla on suostuttava itsekin kasvamaan ihmisenä ja miettimään omia asenteitaan. Töissä ei ole tarkoituksenmukaista viljellä omia mielipiteitä, vaan töitä tehdään lakien ja etiikan pohjalta. Oman ennakkoluulot ja asenteet eivät kuulu työpaikalle työkaluiksi, vaan ne on tunnistettava ja niiden on oltava neutraalit työtä tehdessä. Hän sanoi haluavansa tehdä töitä ensisijaisesti koulutuksen pohjalta, eikä sen pohjalta, että itsellä on toipumistausta. Samantyyppisen kommentin sanoi toinenkin haastateltava, eli että haluaa olla tunnettu mieluummin päihdetyöntekijänä, kuin entisenä päihderiippuvaisena joka on kouluttautunut päihdetyöhön. Molemmat arvostavat korkeakoulutason opetuksen tuomaa tietotaitoa korkealle. Usein alan kirjallisuudessa kuvataan, että ammattilaisenkin täytyy suostua vastaanottamaan tietoa asiakkailta, jolloin he molemmat voivat oppia toisiltaan. Kummankaan tieto ei ole toista arvokkaampaa, vaan dialogin kautta päästään parhaisiin mahdollisiin tuloksiin. Dialogissa olennaista on se, että ammattilainen asettuu asiakkaan kanssa samalle tasolle ja tarkastelee asiakkaan kertomuksia horisontaalisesti, eli siten että ei nosta omaa asiantuntemustaan asiakkaan tiedon yläpuolelle. Ammattilainen käy asiakkaan kanssa avointa vuoropuhelua, jossa molempien mielipiteet ja kokemukset ovat yhtä arvokkaita, vaikka useissa tapauksissa ammattilainen on se, joka lopulta tekee päätöksen. (Raunio 2004, 129) Ajattelen tämän vaativan ammattialiselta sen, että hän suostuu itsekin muutokseen, eikä kuvittele tietävänsä jo valmiiksi vastauksia asiakkaiden ongelmiin. Mustavalkoinen ajattelu ei johda hyviin tuloksiin päihdetyössä.

Huonona puolena haastateltava näki mustavalkoisen suhtautumisen päihdetyöhön silloin, kun työura oli vasta alkuvaiheessa, vaikkakin silloin asiat olivat olleet yksinkertaisempia.

*Tietyllä tavalla mä kaipaän sitä mustavalkosuutta, että sillon kaikki oli tavallaan helpoo ja piti asiat asioina. Mutta että mitä enemmän riippuvuuden parissa on niin kun kauemmin työtä tehnyt, niin tota katellu ihmisten toipumista ja mimmosta kompurointia se toisilla on ja sitten monen vuoden kompuroinnin jälkeen lopulta onnistutaan. Kyllä se sillain vetää niin kun miitteliääks, että ei nää asiat mee.. taikka ei oo aina mustavalkosia. Et esimerkiksi menetelmät mitenkä ihmiset raitistuu. Mä alkuun aattelin, että on tietyt asiat, mitkä niinku täytyy hoitaa tietyllä tavalla ja tämmönen toisten työntekijöiden tapa hoitaa tai kuljettaa sitä prosessia eteenpäin asiakkaan rinnalla niin tuntu mun mielestä jotenki turhilta, mutta se on osoittautunu aikalailla vääräks. (H2)*

On erittäin tärkeää, että työntekijällä ei ole liian vahvoja ennako-oletuksia asiakkaasta tai hänen tilanteestaan, vaan että kuva asiakkaan elämäntilanteesta muotoutuu yhteistyön aikana tapaamisten ja keskustelujen yhteydessä. Tätä yhteistyössä muotoutunutta tietoa ammattilainen hyödyntää asiakkaan auttamiseksi. (Raunio 2004, 128) Kun oma polku toipumiseen on havaittu hyväksi, kysyin haastateltavilta, tuleeko asiakkaita johdateltua samaa polkua kohti raittiutta. Jokainen haastateltava oli raitistunut oma-apuryhmien tuella. Yksi haastateltava oli selkeästi sitä meiltä, että ei oikeastaan ole kuin yksi polku raitistumiseen, joten ei ole paljon mahdollisuuksia lähteä miittimään eri vaihtoheitoja. Ensin on hoidettava päihdeongelma kuntoon ja sen jälkeen alettava miittimään elämän muita osa-alueita. Hän antaakin asiakkaille neuvon, että töitä ehtii tekemään myöhemminkin, nyt kannattaa satsata toipumiseen, kun siihen on mahdollisuus. AA- ja NA-ryhmistä puhuttaessa hän kertoi huomanneensa sellaisen asian, että ne jotka kokivat ryhmissä käynnit ”huuhaaksi”, palasivat usein vielä takaisin kentälle, eli jatkamaan päihteen käyttöä. Ryhmäkäynnit ovat hänen mielestään ratkaisevan merkittäviä toipumisessa, koska siellä alkaa jokainen pikkuhiljaa omaa tahtiaan avautumaan ja kertomaan itsestään. Samalla helpottuu sosiaalisten tilanteiden pelko ja tulee helpommaksi mennä uusiin paikkoihin. Asiakkaissa on kuitenkin niitäkin, jotka eivät koe hengellisyyttä omakseen ja heidät hän ohjaa esimerkiksi A-killan ryhmään, jossa ei ole hengellistä puolta ollenkaan.

Kaksi muuta haastateltavaa, jotka olivat olleet raittiina jo pidemmän aikaa eivät automaattisesti suositelleet kaikille ryhmiä, vaikka niistä oli heille itselleen ollutkin

apua raitistumisessa. Toinen oli kohdannut ryhmistä puhuttaessa sellaisia asenteita, että asiakkaat eivät halunneet missään nimessä edes kuulla ryhmistä mitään. Toinen haastateltava toi esille sellaisen näkökulman, että työuransa alkuvaiheessa hän oli ajatellut että jokaisen on opeteltava käymään ryhmissä tutustuakseen itseensä ja omaan tapaansa kommunikoida, mutta vuosien varrella hän on kohdannut lukemattomia ihmisiä, jotka haluavat raitistua enemmän kuin mitään muuta maailmassa, mutta he ahdistuvat pelkästä ajatuksesta mennä esimerkiksi AA- tai NA-ryhmään. Hän on kokemuksen karttuessa alkanut ajatella, että ei ole vain yhtä metodologia raitistumiseen, vaan erityyppisten ihmisten kohdalla auttaa erilaiset tavat.

Ryhmässä käyminen voi olla luonteen vastaista toisille ja he lähinnä ahdistuvat, saavat pelkotiloja ja menevät enemmän solmuun. Ihmiset jotka ovat yksinäisiä susia ja joille puhumattomuus on luonteva tapa olla, eivät välttämättä sovellu ryhmämuotoiseen toimintaan. Kun lähes kaikki päihdehuollon toimijat edellyttävät AA- ja NA-ryhmiä, tulee tällaisille ihmisille sellainen tunne, että heillä ei ole mahdollisuutta raitistua, koska ryhmäkäynnit lähinnä ahdistavat heitä. Haastateltava ei nähnyt mitään järkeä suositella ryhmäkäyntejä asiakkaille, joille niistä ei ole koskaan ollut muuta kuin haittaa, koska tarkoituksena on raitistuminen. Hän näkeekin kapeakatseisena ajatteluna sen, jos kaikki asiakkaat pakotetaan samaan kokemusputkeen, jossa ryhmäkäynnit on pakollisia. Oma-apuryhmät hän kokonaisuudessaan kokee hyvin luonteviksi ja helpoiksi paikoiksi, koska niissä saa toisten ryhmän jäsenten kautta paljon tietoa ja vastauksia itseä askarruttaviin kysymyksiin. Jos ihminen on sellainen, että hän oppii hyödyntämään vertaistukiryhmät, niistä on paljon apua. Ammattilaisille hän suosittelee menemistä avoimeen ryhmään, jonne voi mennä kuka tahansa katsomaan ryhmän toimintaa, jotta he ymmärtäisivät, mistä puhuvat asiakkaille. Jos ammattilaisen on vaikeaa mennä sinne ammatillisista syistä tutustumaan, voi vaan kuvitella, kuinka vaikeaa asiakkaiden on mennä ryhmään kertomaan omasta elämästään.

Tunnetuimpana vertaistukiryhmänä huumeiden käyttäjien keskuudessa on Suomessa Nimettömät narkomaanit (Narcotics Anonymous, NA), joka on voittoa tavoittelematon toveriseura, jossa ainut kriteeri osallistumiselle on halu toipua päihderiippuvuudesta. Vertaiset tukevat toisiaan kuuntelemalla ja puhumalla raittiutta tukevista asioista. (Kotovirta 2012, 141) Ammattilaisen olisi tärkeää vähintään tietää, missä NA-ryhmiä kokoontuu ja milloin. NA:n kirjallisuuden ja asiakkaiden kanssa käytyjen keskustelujen

kanssa toiminnasta saa vain pinnallisen kuvan, usein ammattilaiset kokevat hyväksi osallistua avoimeen NA-ryhmään, jonne kaikki ovat tervetulleita. Kaikki NA-ryhmät eivät ole avoimia. (Kotovirta 2012, 143) NA:n lisäksi on myös muita kanavia vertaistuelle, mutta NA on niistä tunnetuin.

## 5.9 Neuvoksi päihdetyöhön hakeutuvalla entiselle päihteiden suurkuluttajalle

*Kyllähän se oma juttu pitää olla sillailta niinku selvillä vesillä ja se semmonen niinku tietynasteinen itsevarmuus niinku saavutettuna sillailta justiin että jos sulla on ne Diapamit kädessä tuossa lääkekaapilla, ni ei se voi olla niinku epävarmaa, että kuka ne ottaa. (H1)*

Päihdetyö kuuluu ammattilaisille. Osa päihdetyön ammattilaisista on itse päihderiippuvuudesta selvinneitä, mutta yksin se ei tee heistä ammattilaisia, vaan toipumisen jälkeinen opiskelu ammattiin ja oppiminen päihdetyöhön. Kun ammattitaito on hyvä, voi oma toipumiskokemus olla hyvä lisä ammattilaiselle. (Häkkinen 2013, 22) Haastateltava piti tärkeänä sen asian ymmärtämisen, että työtä tehdään lakiin ja eettisiin ohjeisiin perustuen ja ylipäättään koulutuksen pohjalta. Päihdetyössä ei pitkälle pötkitä sillä, että on joskus kannabista kokeillut. Hän kertoi saaneensa korkeakoulutasoisissa opinnoissaan paljon arvokasta tietoa ja taitoa, jonka pohjalta työn tekeminen on helppoa.

Kun päihdetyöhön hakeutuu ihminen, jolla on itsellään kokemusta päihteistä, on vaarana se, että luulee liiankin hyvin tietävänsä asiat. Reaktiot saattavat tulla liiankin automaattisesti ilman, että ehtii todella edes ajatella asiaa kokonaisuutena. Sitä kautta on vaarana myös tulla hyvin jyrkkiä asenteita ja alkaa tuomita asiakkaita. Toisena ääripäänä hyvin sinisilmäinen suhtautuminen. Päihdetyön tekeminen ei ole mitään rakettitiedettä, mutta vaatii omaa kasvamista paljon. Täytyy suostua itsekkin olemaan kasvamisen prosessissa. Kasvamiseen liittyy myös identiteetin muutos, kun muuttuukin asiakkaasta työntekijäksi. Omia reaktioita täytyy jalostaa niin, että kun asiakkaalta saa haukkuja tai mitä tahansa, osaa reagoida niihin harkitusti.



Raitista aikaa ennen alalle hakeutumista pitäisi olla haastateltavien mielestä muutamia vuosia riippuen siitä, mitä kautta alalle hakeutuu. Riippuvuudesta toipumisessaan on ehkä hankalinta tunne-elämän epävakaus ja sen tasapainottamiseen menee aikaa. Kasvaminen ihmisenä ja aikuistuminen vie aikaa. Raitistuessa aikuinenkin ihminen joutuu todennäköisesti identiteettikriisiin ja jonkinlaisen minuusprojektiin. Elämässä pitäisi olla muutoksen aikana muutakin, kuin kokemus päihteiden käytöstä ja raitistumisesta, että ei jäisi sen varaan, että on raitistunut narkomaani tai alkoholisti. Tavallista elämää olisi hyvä olla haastateltavan mielestä ainakin kolme vuotta, koska siinä aikana eteen tulee paljon haasteita, kun pitää jaksaa tavallista arkea. Siinä jaksaminen ja luoviminen koului ihmistä. Aineista luopumista hän pitää lasten leikkinä verrattuna oman tunne-elämän tasapainottamiseen, joka on ollut monen vuoden projekti. Kokemus on osoittanut, että liian nopea siirtyminen tiskin toiselle puolelle usein hajottaa ihmisen. Siinä on liian tuoreena kokemusmuisti omasta käyttäjasta ja siinä on vaarana myös se, että sorrutaan helposti mustavalkoiseen lähestymiseen ja ajatteluun. Vaikka ihmisellä olisi kuinka hieno kokemus toipumisesta, ei se suoraan tarkoita, että siitä ihmisestä olisi päihdealalle. Usein näkee ihmisiä, joille työ päihdetyössä on ikään kuin riippuvuuden jatke. Halutaan hoitaa muita ihmisiä, jonka haastateltava kokee jollain tavalla liittyvän tunne-elämän epävakauteen. Halutaan rakennusaineita omaan elämän työstä päihderiippuvaisten parissa. Jalat maassa täytyy olla päihdetyötä tehdessä yleensäkin elämään ja pientä uteliaisuutta ja kiinnostusta muihin ihmisiin.

Huumeiden käytön lopettamista koskevissa kuvauksissa on korostettu persoonallisen ja sosiaalisen identiteetin muutosta. Patrick Biernacki haastatellessaan heroiiniriippuvaisia loi nelivaiheisen muutosmallin. Ensimmäinen vaihe on lopettamispäätöksen tekeminen. Toinen vaihe, riippuvuuskäyttäytymisen katkaiseminen. Kolmas vaihe aineista irti pysyminen. Viimeisenä, eli neljäntenä vaiheena tavalliseksi tuleminen. Viimeinen vaihe edellyttää sosiaalisen identiteetin muutosta siten, että joko palataan riippuvuutta edeltäneeseen identiteettiin tai lähdetään rakentamaan uutta identiteettiä korostamalla jotain nykyisen identiteetin osaa. (Orford 2004, 204)

Kun addiktiin identiteetistä luovutaan, täytyy tilalle rakentaa uusi mielekäs identiteetti. Kun lopettaa päihteiden käytön, tulee oma minä esille. Tavoitteena on usein normaalin

ihmisen identiteetti. Voidakseen elää normaalia elämää ja ymmärtääkseen, mitä on normaalius, täytyy lähteä kokeilemaan niitä asioita, joita normaalit ihmiset tekevät. Voidakseen johdattaa asiakkaita kohti normaalia elämää, täytyy itsellä olla kokemus siitä, millaista on elää ihan tavallista elämää. Addiktin identiteetistä pääseminen näyttäisi olevan yksi raittiuden edellytys, koska se leimaa ihmiset poikkeaviksi. Ollakseen tyytyväinen päihteettömään elämään, täytyy löytyä mielekäs elämäntapa, joka muokkaa minuutta ja persoonallisuutta, se ei kuitenkaan tapahdu hetkessä, vaan on pitkä prosessi. Keskeisiä aktiviteetteja raitistumisen jälkeen löytyy perheestä, ihmissuhteista, itsen kehittämisestä, itsehallinnasta, muiden auttamisesta, opiskelusta, työstä ja monista muista asioista. (Tamminen 2000, 52-61) Päihderiippuvaisten auttamishalu on usein vahva, kun itse on saanut oman elämän järjestykseen. Menneisyydestä tulee mielekästä, kun sitä hyödyntämällä on mahdollisuus auttaa muita samassa tilanteessa olevia. Menneisyyden avulla ei ainoastaan ymmärretä itseä paremmin, vaan siitä voidaan myös ammentaa kykyä ymmärtää ja auttaa muita. (Tamminen 2000, 67)

Koska riippuvuus aiheuttaa ajattelun radikaalia muutosta, on siitä pääseminen pitkän työn takana. Ensin päästään eroon aineen himosta ja vieroitusoireista, jonka jälkeen täytyy omaksua raitis elämäntapa ja raittiina oleminen. Vasta tämä jälkeen on mahdollista alkaa muuttaa ajattelutapoja ja tapoja kokea asioita. (Häkkinen 2013, 34) Tunne-elämän palautuminen, sisäinen eheytyminen ja mielenrauhan löytyminen ovat pitkiä prosesseja, jotka vievät paljon aikaa ja vaativat hyviä hermoja toipujalta itseltään ja hänen läheisiltään. Osana toipumista on päästää irti syyllisyyden tunteesta. Ilman sitä on mahdotonta löytää mielenrauha ja alkaa eheytyä psyykkisesti. (Tamminen 2000, 48) (Häkkinen 2013, 249) Tulosten mukaan tie alkoholismista tai huumeiden käytöstä on pitkällisen prosessin tulos. Siihen vaikuttaa merkittävästi ympäristötekijät, merkityksellisten ihmisten tuki ja vaatimukset, sekä toipujan omat persoonalliset ja sosiaaliset tekijät, sekä erilaiset ammattilaisten väliintulot. (Blomqvist 2004, 169)

Usein päihderiippuvuudesta toipuvan ympärillä on kymmenittäin toisia toipujia ja elämä maistuu toipumiselta ja pää on täyttä ryhmässä opittuja fraaseja. Kun pitää jalat maassa, pärjää aika pitkälle. Jos kuva omasta minästä on supertoipuja, saattaa pudota korkealta jossain vaiheessa. Jos riippuvuudesta toipunut ihminen hakeutuu päihdealalle, saattaa olla että se ei olekaan juuri hänelle sopiva ratkaisu. Silloin on rohkeaa ja viisasta tunnustaa, että itsestä ei ole tälle alalle. Työ on raskasta, vaikka kuinka rutinoituisi vuosien myötä ja pyrki ajattelemaan muuten, kuin ongelmakeskeisesti, koska

jatkuvasti pyöritään ongelmien ympärillä jollain tavalla. Työ on jatkuvaa solmujen aukaisemista ja se on aika kuluttavaa pitkään työtä tehneen haastateltavan kokemuksen mukaan.

Päihdetyön ammattitutkinnon vetäjän ja opettajan Ansa Mikkolan näkökulmasta on esille noussut se, että päihdetyön ammattitutkinnon koulutuksen käy moni entinen päihderiippuvainen. Koulutuksessa on koettu, että nämä opiskelijat ovat olleet hyvin motivoituneita ja hyvin menestyviä oppilaita. On kuitenkin selkeästi havaittavissa, että jotta tulos olisi hyvä, täytyy raittiutta olla opiskelijalla takana jo pidempi pätkä ja sen täytyy olla ollut hyvin tuettua aikaa. Ellei takana ole pitkää toipumista ja hyvää tukea, on työssäoppiminen usein liian haastavaa, koska vaikeiden asioiden kohtaaminen ei vielä onnistu. Hyvä raittiuden kesto on jopa viisi vuotta ennen, kuin kannattaa hakeutua alan koulutukseen. Pitkän toipumistaustan jälkeen monelle tutkinto on koettu erittäin hyväksi ja on nähty, että entisistä riippuvaisista tulee useimmiten erittäin hyviä ammattilaisia, joilla on kyky kohdata asiakkaat eri tasolla, verrattuna ammattilaisiin, joilla omaa toipumiskokemusta ei ole. (Mikkola 2013, 268-271)

Lyhimmän aikaa raittiina ollut haastateltava kertoi tuntevansa parikin ihmistä, joille työ päihderiippuvaisten parissa voisi olla jossain kohtaa tulevaisuudessa ihan luonnollinen jatkumo. Hänkin kuitenkin alleviivasi sitä tosiasiaa, että on oltava sinut itsensä kanssa ennen, kun voi auttaa muita. Menneisyyden suhteen täytyy olla asiat kunnossa ja pelot käsitelty, koska työtä päihderiippuvaisten parissa tehdään sydämellä ja silloin täytyy omien asioiden olla kohdallaan. Myös perhesuhteiden täytyy olla kunnossa ja myös raha-asiat niin pitkälle, kuin mahdollista. Työ päihdealalla on sen tyyppistä, että se saattaa nostaa omat ”möröt” pintaan. Toisille olisi hyvä, että on jonkin aikaa raittiina ennen alalle hakeutumista, mutta esimerkiksi Tampereella entisten vankien ja riippuvaisten polku päihdetyöhön alkaa aika varhaisessa vaiheessa esimerkiksi työharjoitteluna KRIS ry:n kautta, mutta myös sitä reittiä alalle kulkevilla tulee väkisinkin raitista aikaa ennen, kuin he ovat valmiita työntekijöitä.

## 5.10 Kokemusasiantuntijuus

Päihdetyön uskottavuuden kannalta on tärkeää, että mukana toiminnassa on toipujia ja heidän läheisiään vertaisapuna. Esimerkin voimaa pidetään ensisijaisen tärkeänä, koska vertaisiin voidaan samaistua ja käyttää peilinä. Kun näkee jonkun toisen samassa tilanteessa olleen selvinneen riippuvuudesta, se saa aikaan tunteen, että myös itsellä on mahdollisuudet selvitä ja toipua. (Häkkinen 2013, 21)

Halusin nostaa esille myös kokemusasiantuntijuuden, koska se on termi, joka on viime aikoina ollut paljon pinnalla. Kokemusasiantuntijat ovat eri asia, kuin entiset päihderiippuvaiset, jotka ovat kouluttautuneet sosiaali- ja terveystieteiden koulutusten kautta tekemään työtä päihderiippuvaisten parissa. Kysyin haasteltaviltani, millaisessa roolissa he näkevät kokemusasiantuntijat ja mitä he ajattelevat siitä, että päihdetyöhön halutaan kouluttaa kokemusasiantuntijoita parantamaan palveluita, suunnittelemaan toimintaa ja osallistumaan esimerkiksi hoitoryhmien vetämiseen yhdessä ammattilaisten kanssa, sekä menemään kouluihin kertomaan omasta tiestään raittiuteen.

Kokemusasiantuntija päihdetyössä on henkilö, jolla on itsellään toipumiskokemus päihderiippuvuudesta. Heille järjestetään erimittaisia koulutuksia, joka lukeutuu kuntouttavaan työtoimintaan ja siltä ajalta saa ylläpitokorvausta. Koulutuksessa käydään läpi omaa elämäntarinaa siten, että tullaan sinuiksi sen kanssa. Elämäntarina kerrotaan muille siten, että siitä jätetään kertomatta kaikki sellainen, joka itseä vahingoittaa. Ei ole tarkoitus kertoa kaikkia yksityiskohtia riippuvuudesta ja sen aikaisesta toiminnasta, vaan pääpiirteittäin kerrotaan riippuvuudesta ja sen tuomista seurauksista.

Elämäntarinassa kerrotaan myös riippuvuudesta toipumisesta ja siitä, miten se tapahtui. Kokemusasiantuntijat käyvät esimerkiksi kouluilla kertomassa tarinaansa.

Kokemusasiantuntijoita käytetään myös palveluiden suunnittelemiseen ja kehittämiseen. Palveluiden tarjoajilla on mahdollisuus saada tietoa siitä, millaisia asioita asiakkaat pitävät toipumisen kannalta tärkeimpänä. Palveluiden suunnittelemisen lisäksi esimerkiksi ryhmien vetämisessä voidaan käyttää kokemusasiantuntijaa ammattilaisen työparina. Kokemusasiantuntijalle on usein helpompaa avautua, kuin ammattilaiselle ja siten kokemusasiantuntija toimii ikään kuin tulkkina ammattilaisen ja asiakkaan välillä. Samalla hän lisää molemminpuolista ymmärrystä. Kokemusasiantuntijat voivat toimia myös tukihenkilöinä. Jotta kokemusasiantuntijalla on jotain annettavaa, hänen tulee olla

siinä kohtaa toipumisessaan, että pahimmat ongelmat on jo käsitelty. Ellei itse ole eheytyntä, ei voi myöskään auttaa muita. (Kokemusasiantuntijan avulla... 2012; Häkkinen 2013, 250)

Samaistumisen ajateltiin olevan helpompaa potentiaalisten asiakkaiden kanssa silloin, kun raittiutta on takana vasta lyhyt pätkä verrattuna työntekijään, jolla raitista aikaa voi olla takana hyvinkin jo viisitoista vuotta. Hyvänä kokemuksena haastateltava oli kokenut sen, kun opiskelujen aikana kouluun oli tullut mielenterveyskuntoutuja, joka oli kertonut omasta sairaudestaan. Kertomus oli ollut johdonmukainen, eikä siinä otettu kantaa hoitoihin tai mihinkään muuhunkaan, vaan kerrottiin sairaudesta ja siitä toipumisesta. Hän uskookin, että päihdehuollossa kokemusasiantuntijoiden käyttö tulee olemaan haastavampaa, kuin mielenterveyspuolella, koska päihteidenkäyttäjillä on usein hyvin jyrkät mielipiteet esimerkiksi korvaushoidosta tai muista hoidoista.

Entisiä huumeiden käyttäjiä on ajoittain käytetty järjestöjen valistustehtävissä, ja se on aiheuttanut keskustelua. Usein he ovat vakuuttavia ja pystyvät hyvin aikaansaamaan vaikutelman, että tosiaan tietävät, mistä puhuvat. Tieto, joka rajoittuu omaan kokemukseen, ei kuitenkaan ole välttämättä pätevää huumeekysymyksen kaikkien esiin tulevien kysymysten käsittelyyn. (Soikkeli 2001, 56)

Toinen haastateltava arvioi kokemusasiantuntijuuden olevan tällä hetkellä jonkinlainen trendi sosiaali- ja terveysalalla. Hänen mielestään täytyisi olla jokin taho, joka valvoo, ettei ihmiset haukkaisi liian isoa palaa kerrallaan ja huomioisi, missä kohtaa toipumista nämä ihmiset ovat, jotka haluavat kokemusasiantuntijoiksi. Jonkun täytyy arvioida, missä heidän jaksamisensa menee, koska kaikilla ei toimi itsesäätely. Toipuvassa ihmisessä on usein isoja paloja, jotka tarvitsevat rakennusaineita omassa minuudessa ja on mairittelevaa, kun pyydetään puhumaan erilaisiin tilaisuuksiin. Haastateltava itse on jossain vaiheessa vuosia sitten käynyt kouluilla kertomassa omaa tarinaansa ja omasta alastaan, mutta ei enää suostuisi siihen, koska haluaa pitää niin sanotun kokemusasiantuntijuuden erillään ammattitaidostaan. Hän haluaa profiloitua ammattilaiseksi, eikä kokemusasiantuntijaksi. Vaikka onkin sinut oman menneisyytensä kanssa, niin ei halua että itseään liitetään automaattisesti, että on toipumiskokemus.

Haastateltava toi esille myös sellaisen näkökulman, että kun kilpailutukset menevät koko ajan kovemmiksi ja haastavammiksi, helposti aletaan kokemusasiantuntijoilla korvaamaan työntekijöitä. On arvostettavaa, kun ihminen lähtee oman toipumisensa jälkeen opiskelemaan ja koulutautuu oikeasti. Lyhyillä kursseilla ei saa samanlaista teoreettista liikkumavaraa, kuin ammattikorkeakoulun tutkinnolla. Hänen kokemuksensa mukaan lähes kaikki, jotka ovat päihdetyössä pidempään pysyneet, ovat jossain vaiheessa alkaneet opiskella lisää. Johtuu toki osittain myös siitä, että nykyään työmarkkinoilla on hyvä, mitä enemmän on koulutusta. Samalla tulee tietynlainen turvallisuuden tunnekin, koska miten voi kehittyä ammatillisesti, jos ei ole koulutusta taustalla, koska työyhteisö ei yksin riitä opettajaksi, toteaa haastateltava. Mitenkään kokemusasiantuntijoita väheksymättä hän arvioi, että asiakkaat eivät kovin kauaa jaksaisi, jos ryhmänohjaajien sijaan valittaisiin kaksi kokemusasiantuntijaa. Syyksi hän arvioi sen, että pelkkä kokemus vaan ei riitä sellaiseen.

Edistyneemmille toipujille se, että he saavat olla mukana työssä on mahdollisuus maksaa velkaa takaisin. Kun on tullut autetuksi, tulee itsellekin halua auttaa. (Häkkinen 2013, 222) Yksi haastateltava näki kokemusasiantuntijoille hyvän tavan hyödyntää työntekijän apuna esimerkiksi retkien vetämisessä. Työntekijä voisi harkintansa mukaan jakaa tehtäviä ja vastuuta pikkuhiljaa kokemusasiantuntijalle. Työntekijän ja asiakkaan väliin olisi tilausta kokemusasiantuntijalla, joka ikään toimisi porrastuksena ja se voisi toimia tulkkina näiden kahden välillä.

On syytä pohtia myös vertaistukea ja sen merkitystä päihdetyössä.

Toipumiskokemuksen omaava ammattilainen ei anna vertaistukea työssään, vaan sitä varten on eri kanavat. On havaittu, että muiden auttaminen lisää kiinnostusta myös itsestään huolehtimiseen ja samalla oma muutos vaikuttaa muihin samassa tilanteessa oleviin siten, että he alkavat huomata muutoksen ja alkavat myös itse haluta muutosta. Viime vuosina on lisätty ammattilaisten ja vertaisten yhteistyötä hyvin tuloksin. On saatu kehitettyä uusia toimintatapoja ja ammattilaiset ovat saaneet paljon korvaamattoman arvokasta tietoa. Myös palveluiden suunnittelussa, toteuttamisessa ja arvioinnissa on alettu entistä enemmän huomioida kokemusasiantuntijoiden mielipiteitä ja sitä kautta on osattu parantaa menetelmiä ja hoitoja. Näin on saatu asiakkaiden tarpeet paremmin huomioitua ja asiakkaiden ääni paremmin kuuluviin. (Kotovirta 2012, 140)

## 6 YHTEENVETO

Hyötynä omasta toipumistaustasta nähtiin selkeästi se, että asiakkaiden kohtaamisen koettiin olevan helppoa ja oli luontevaa asettua samalle tasolle asiakkaan kanssa. Muistellessa omaa tilannettaan apua hakiessa osattiin ajatella sitäkin, miltä asiakkaasta mahtaa tuntua ja miten vaikea tämän tilanne voi olla. Empaattisuus asiakasta kohtaan koettiin hyödyksi ja sen koettiin johtuvan osittain omasta kokemuksesta. Kun ymmärtää, millaista pakonomaista toimintaa huumeiden käyttäminen on riippuvuuden edetessä, suhtautuu asiakkaaseen empaattisemmin, kuin ehkä muuten tekisi. Ylipäätään päihteenkäyttömaailman ymmärtäminen hyödyttää työntekijää hahmottamaan asiakkaan tilannetta selkeämmin. Osalle asiakkaista on helpompaa puhua työntekijälle, joka on itse kokemusta saman tyyppisiä asioita. Ehkä siihen vaikuttaa se, että koetaan enemmän samankaltaisuutta tai se, että tuntuu ettei tarvitse niin paljon hävetä omia tekojaan ja omaa käyttöönsä. Pari kertaa esille nousi myös se, että omasta kokemuksesta ymmärtää, kuinka olennaisesti valehteleva liittyy riippuvuuteen. Epärehellisyys itseä ja muita kohtaan on hyvin yleistä käyttömaailmassa ja sen ymmärtäminen ja tunnistaminen on yksi iso hyöty, jonka haastateltavat uskoivat kumpuavan omasta kokemuksesta. Ilman tämän ymmärtämistä asiakkaan auttaminen vaikeutuu.

Asiakkaan kannalta hyötynä voi olla se, että on helpompaa kysyä neuvoa käytännön asioissa sellaiselta työntekijältä, joka on itsekin joutunut selvittämään samat asiat. Esimerkiksi interferonihoidosta puhuminen sellaisen kanssa, joka on sen itse käynyt läpi voi olla huomattavasti luontevampaa ja antoisampaa, kuin muiden ammattilaisten kanssa. Isona hyötynä pitkin haastatteluja nousi ylipäätään tuttuuden tunne, eikä sitä voi vähätellä varsinkaan kun hoitoajat ovat lyhyitä ja siten ei jää paljon aikaa tutustumiseen.

Kahden haastateltavan osalta koulutuksen merkitys nousi vahvasti esille. He kokivat saaneensa teoreettista liikkumavaraa asioiden käsittelemiseen korkeakouluopinnoistaan. Myös ajatusten jalostaminen ennen niiden sanomista ääneen koettiin tärkeänä samojen haastateltavien osalta. Ajattelen itsekin, että opinnoista on jäänyt paljon käteen ja yksi tärkeistä taidoista on reflektio. Luennoilta on jäänyt päähäni soimaan sellainen usein kuultu lausahdus, että sosiaalialalla sen lisäksi, että täytyy tietää määrättyjä asioita, täytyy oppia myös ajattelemaan. Siihen viitataan myös teoksessa Olennainen sosiaalityössä. Taitava ammattilainen reflektoi omaa toimintaansa ja sen perimmäistä

tarkoitusta ja vaikutuksia. Toiminnan sisällön ja mielekkyyden pohtiminen kuuluu ammattilaisen kriittiseen reflektioon, jossa kyseenalaistetaan omaa toimintaa. (Raunio 2004, 126)

Huonot puolet olivat sellaisia, jotka oli koettu uran alkuvaiheessa ja ennen korkeakoulutasoisia opintoja. Lyhimmän aikaa työtä tehnyt haastateltava ei ollut kokenut huonoja puolia lukuun ottamatta sitä, että joskus sidosryhmien edustajilla meni hetki luottamuksen rakentamisessa. Pisimmän uran tehnyt kuvasikin hyvin, että mustavalkoinen ajattelutapa oli vuosien varrella hävinnyt ja tilalle oli tullut refleктоiva ja teoreettisempi tapa ajatella. Vastauksia vertaillessani heräsi ajatus, että kun raittiutta on takana lyhyt aika, työ tuntuu selkeämmältä, kun taas vuosien varrella asiat eivät enää olekaan niin yksioikoisia, kun vastaan on tullut useita erilaisia tilanteita. Näin suppealla aineistolla ei mitään varmoja johtopäätöksiä voida tehdä, mutta tällainen tuntuma asiasta jäi.

Huonona puolena pisimmän ja toiseksi pisimmän työuran tehneet kokivat sen, että aiemmin olivat reagoineet asioihin hyvin nopeasti ja automaattisesti. Se voisi johtua siitä, että oman kokemuksen myötä käsitys päihderiippuvuudesta on hyvin vahva ja jokseenkin kapea, joten ei koettu tarvetta pohtia asioita, kun ne vaikuttivat täysin selviltä. Toinen heistä kertoikin olleen helppoa, kun tuntui tietävän kaikkeen vastauksen heti. Hän selkeästi toi esille havainneensa myöhemmin, ettei moneenkaan tilanteeseen ole vain yhtä vastausta. Hyvänä esimerkkinä ajatusten muutoksesta näkyi siinä, että pidemmän kokemuksen myötä nähtiin että NA-ryhmät eivät sovi kaikille päihderiippuvuudesta irti pyrkiville, vaikka joskus vuosia aiemmin oli oltu vahvasti sitä mieltä, että ilman NA:ta tai muita itsehoitoryhmiä ei voi toipua.

Haittana joissakin asiakassuhteissa oli työntekijän käyttötaustasta se, että asiakas suhtautui vihamielisesti tai pelon sekaisin tuntein. Asiakkaan voi olla vaikeaa olla hoitosuhteessa, jossa hän kokee, että työntekijä kuvittelee itsestään liikoja vaikka on itsekin ollut joskus samassa tilanteessa asiakkaan kanssa. Myös liian suuri arvostus toipumistaustaa kohtaan ilmeni siten, että halutaan puhua ainoastaan sen työntekijän kanssa, vaikka muut työntekijät ovat aivan yhtä ammattitaitoisia. Asiakas saattaa olettaa, että tällaisella työntekijällä on automaattisesti vastaukset hänen kysymyksiinsä, vaikka näin ei missään tapauksessa ole.



Terveisinä niille entisille käyttäjille, jotka haluavat hakeutua alalle on tärkeimpänä se, että omat asiat täytyy olla kunnossa ennen, kun kannattaa lähteä opiskelemaan. Oma tunne-elämä on oltava hallinnassa ja tavallista elämää elettyä ennen, kuin on aidosti annettavaa muille ihmisille, jotka pyrkivät eroon riippuvuudesta. Vaikka itse olisikin saanut oman elämänsä kuntoon, ei se automaattisesti tarkoita sitä, että soveltuisi päihdetyöhön. Täytyy olla valmis muutokseen ja ihmisenä kasvamiseen koko loppuelämän ajan ja täytyy olla valmis oppimaan tulevilta asiakkailta, eikä olettaa tietävänsä kaikkea riippuvuuksista ja niiden hoidoista. Päihdetyö ei ole rakettitiedettä, joten tavoite on saavutettavissa kovalla työllä ja sillä että antaa itselleen aikaa tutustua itseensä.

## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Aineistoni pohjalta päädyin sellaiseen johtopäätökseen, että käyttötausta työntekijällä voi olla hyväkin asia päihdetyössä, mutta ei ratkaisevassa asemassa verrattuna muihin etuihin, mitä työntekijällä voi olla. Työnantajan näkökulmasta olisi tärkeää varmistaa, että tällainen työnhakija on saanut käsiteltyä oman menneisyytensä, jotta se ei häiritse työn tekoa ja työssä jaksamista myöhemmin. Raittiita vuosia on suotavaa olla useita jo takana ja ihan tavallista elämää elettyinä.

Samalla tavalla, kuin kenen tahansa alalla työskentelevän, kohderyhmään kuuluvan työntekijän kannalta päädyin sellaiseen johtopäätökseen, että on toisinaan hyvä reflektoida omaa tapaa työskennellä ja pohtia, millä tavalla omat kokemukset vaikuttavat työn tekoon. Hyviä vaikutuksia voi vahvistaa ja jos havaitsee omassa ajattelussa esimerkiksi mustavalkoisuutta, voi siitä pyrkiä eroon.

Alalle haluavien entisten päihteiden suurkuluttajien kannalta ajateltuna olisi tärkeää hoitaa omat asiat ensin kuntoon, koska työn tekeminen on muuten mahdotonta itseään rikkomatta. Koulutusta kannattaa hankkia mieluummin, kuin lähteä pelkän kokemuksen turvin tekemään työtä. Erilaisia reittejä on useita, mutta korkeakoulutusoisten opintojen kautta on mahdollista saada teoreettinen viitekehys ja kehittää omaa ajattelua. Väite ”vaan kirjoista oppinut” voitaisiin mielestäni unohtaa, koska kirjallisuudesta saatu tieto on huomattavasti moninaisempaa, kuin yksittäisen ihmisen kokemus. Nämä kaksi asiaa yhdistettynä kuitenkin tulee hyviä työntekijöitä, kunhan vaan pidetään jalat maassa.

Koulun käynti vaikeutuu, kun huumeet tulevat kuvioihin ja tästä syystä entisillä päihderiippuvaisilla on usein huonot tutkintotodistukset, jos niitä on ollenkaan. Kun asia on kuitenkin niin, että useat heistä hakeutuvat päihdealalle, olisi mielestäni kohtuullista pohtia sellaista mahdollisuutta että korkeakoulutusoisiin sosiaali- ja terveystieteiden opintoihin valittaisiin tietty määrä opiskelijoita siten, että he eivät hakisi samalla tavalla aiemman todistuksen perusteella, kuten muut vaan heidän kohdallaan psykologin haastattelut ja ryhmätehtävät olisivat ratkaisevassa asemassa. Ajattelen näin, jotta useampi alalle hakeutuvasta entisestä riippuvaisesta hakeutuisi korkeakouluun ammattitutkintojen ja toisen asteen opintojen sijaan.

Päihdetyön kannalta ajateltuna kokonaisuutena tein sellaisen johtopäätöksen, että on hyvä, että työpaikoissa on erilaisia työntekijöitä erilaisilla elämänhistorioilla. Jos kaikki työntekijät ovat entisiä käyttäjiä, jotka ovat raitistuneet AA:n tai NA:n avulla, on olemassa se vaara, että kaikki asiakkaatkin pakotetaan samaan muottiin. Kun työntekijöillä on erilaisia mielipiteitä ja kokemuksia elämästä ja toipumisesta, saadaan aikaan työyhteisö, jonka ajattelu ei kapeudu vain yhteen tapaan toipua.

## 8 POHDINTA

Tutkimusetiikkaa täytyi arvioida useissa tilanteissa. Halusin varmistaa, että luottamuksellisuus säilyy, joten päätin tuhota litteroinnit, kun opinnäytetyö on valmis. Kerroin sen myös haastateltaville. Tein haastattelut koululta lainaamalla nauhoituskoneella, joten tarkistin, että mitään pätkiä haastatteluista ei jäänyt nauhoituskoneeseen palauttaessani sitä koululle. En tallentanut äänitteitä koneelleni ollenkaan. Jokaisen äänitteen litteroin samalla tarkkuudella, vaikka työ olikin pitkäväteistä ja viimeisen litteroinnin kohdalla olisi jo halunnut vetää mutkat suoriksi niin sanotusti. Siksi valitsinkin sellaisen tavan litteroida, jossa en jokaista yskähdystä kirjoittanut tekstiin. Olen pyrkinyt analysoimaan vastaukset mahdollisimman syvällisesti ja sen varmistamiseksi luin saamani aineiston, eli litteroinnit useaan kertaan. Sekä yhden kerrallaan, että putkeen kaikki kolme. Eettisesti tärkeänä asiana näen myös sen, että aiheen arkaluontoisuuden vuoksi annoin jokaisen haastateltavan päättää itse, kuinka henkilökohtaisista asioista he haluavat puhua, enkä esittänyt tarkentavia kysymyksiä esimerkiksi käyttötaustasta. Aineiston luotettavuutta en voi millään varmistaa, koska aina on mahdollista, että haastattelija ei ymmärrä haastateltavan sanoja oikein ja tekee vääriä johtopäätöksiä. Pyrin kuitenkin siihen, että unohtaisin omat ennako-oletukseni aiheeseen ja annoin haastateltavien kommenttien muokata omaa näkemystäni asiasta. (Hirsjärvi & Hurme 2004, 20)

Haastateltavien määrä oli niin pieni, että mitään yleistät totuutta tässä työssä ei ollut tarkoituskaan etsiä. Tällä määrällä haastateltavia ei voi lähtemään totuuksina sanomaan tai teorioita rakentamaan, vaan avata näkökulmia ja tuoda esiin ilmiöön liittyviä tekijöitä. Haastattelut olivat yksittäisten ihmisten kokemuksia ja hyvin arvokkaita omakohtaisia näkemyksiä. Koska jokainen haastateltava puhui avoimesti asiasta sain mahtavan aineiston, jonka hävittäminen tuntuu tuhlaukselta. Oman oppimiseni kannalta tämän opinnäytetyön tekeminen oli merkittävän tärkeä.

Pyrin tietoisesti olemaan johdattelematta haastateltaviani. Yritin pitää äänenpainoni neutraalina siten, että se ei johdattelisi vastaamaan tietyllä tavalla. Ei ollut helppoa pysyä puolueettomana ja pitää omia mielipiteitä kurissa tämän työn tekemisen aikana ja varmasti se jollain tavalla myös näkyy lopputuloksesta, vaikka en sitä haluaisi.

En valinnut haastateltaviani sen mukaan, että olivatko he minulle ennalta vieraita vai tuttuja ihmisiä. Pohdin asiaa paljon ja päädyin siihen lopputulokseen, että toisten ihmisten on helpompi puhua avoimesti tutuille, kun taas toisten on helpompi avautua tällaisista asioista vieraalle ihmiselle, joten sen perusteella en halua rajata kumpiakaan pois. Koen, että haastateltavien suhteen minulla kävi tuuri, koska heistä jokainen otti asian riittävällä vakavuudella ja olivat kiinnostuneita puhumaan siitä, sekä halusivat jakaa omia kokemuksiaan.

Aihetta olisi voinut katsoa useasta suunnasta ja siten olisi voitu huomata, että eri tahot ajattelevat asiasta eri lailla. Tässä selvitettiin lähinnä työntekijöiden omaa kokemusta, mutta haastattelut olisi voinut tehdä esimerkiksi asiakkaille, esimiehille tai sellaisille työntekijöille, joilla on työkaverina riippuvuudesta selvinnyt ammattilainen. Jos aihetta lähtisi tutkimaan vielä lisää, esittäisin seuraavaksi kysymyksen; miten päihdetyötä tekevän entisen päihderiippuvaisen ajatukset päihdetyöstä muuttuu vuosien kuluessa ja mitkä seikat siihen vaikuttavat.

## LÄHTEET

Ahokas, H. 2004. Päihdetyön arjesta. Teoksessa Hänninen V.& Ylijoki O-H, Muuttuuko ihminen? Tampereen yliopistopaino: Tampere

Arramies, M. 2008. Alkoholismi, mitä se on? Avominne päihdekliniikka. Luettu 8.3.2014. [http://www.avominne.fi/avominewww/tekstisivu.tmpl?navi\\_id=231](http://www.avominne.fi/avominewww/tekstisivu.tmpl?navi_id=231)

Blomqvist, J. 2004. Pohdintoja riippuvuuden spontaaniparantumisesta Teoksessa Hänninen V. & Ylijoki O-H. Muuttuuko ihminen? Tampereen yliopistopaino: Tampere

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Vastapaino: Tampere

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2004. Tutkimushaastattelu, Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Yliopistopaino: Helsinki

Häkkinen, I. 2013. Toipumiskulttuuri- Päihdetoipuminen ja esimerkin voima. Promerheuskustannus: Tallinna

Keskustelua kokemusasiantuntijuudesta ja vertaisuudesta. 2013. Helsinki. Video. A-klinikkasäätiö. Katsottu 8.3.2014. <http://projektit.a-klinikka.fi/huuko/arkisto/keskustelua-kokemusasiantuntijuudesta-ja-vertaisuudesta-0>

Kokemusasiantuntijan avulla parempia mielenterveys- ja päihdepalveluja. 2012. Neuvoa antava. [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/neuvoa-antavat-fi/kokemusasiantuntijan-avulla-parempia-mielenterveys-ja-paihdepalveluja](http://www.thl.fi/fi_FI/web/neuvoa-antavat-fi/kokemusasiantuntijan-avulla-parempia-mielenterveys-ja-paihdepalveluja). Luettu 10.2.2014

Koskela, K. 2013. Toipumismyönteisen ilmapiirin myönteinen vaikutus käyttäviin päihdeongelmaisiin. Teoksessa Häkkinen I. Toipumiskulttuuri- Päihdetoipuminen ja esimerkin voima. Promerheuskustannus: Tallinna

Kotovirta, E. 2012. Vertaistuki. Teoksessa Seppä K., Aalto M., Alho H., Kiiänmaa K. Huume- ja lääkeriippuvuudet. Duodecim: Helsinki

Lausvaara, J. 2013 Myllyhoidollinen näkökulma työelämän päihdeongelmiin Teoksessa Häkkinen, I. Toipumiskulttuuri- Päihdetoipuminen ja esimerkin voima. Promerheuskustannus. Tallinna

Lehto, J. 2013. Päijät-Hämeen Myllyhoitoklinikka- intensiivistä avohoitoa Teoksessa Häkkinen I. Toipumiskulttuuri- Päihdetoipuminen ja esimerkin voima. Promerheuskustannus: Tallinna

Mikkola, A. 2013. Päihdetyön ammattitutkinnosta. Teoksessa Häkkinen, I. Toipumiskulttuuri- Päihdetoipuminen ja esimerkin voima. Promerheuskustannus. Tallinna

Oinas-Kukkonen, H. 2013. Alkoholistin ja hänen läheisensä samanaikainen toipuminen vapauttavana oppimisprosessina Minnesota-hoidossa. Väitöskirja. Oulun yliopisto. Oulu

Orford, J. 2004. Kohti uutta lähestymistapaa addiktiosta vapautumiseen Teoksessa Hänninen, V.& Ylijoki, O-H. Muuttuuko ihminen? Tampereen yliopistopaino: Tampere

- Polcin, D., Mulia, N. & Jones L., 2012. Substance Users' Perspectives on Helpful and Unhelpful Confrontation: Implications for Recovery. *Journal of Psychoactive Drugs*. Artikkel. Luettu 27.7.2013.  
<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=afh&AN=76446139&lang=fi&site=ehost-live>
- Raunio, K. 2004. Olennainen sosiaalityössä. Gaudeamus: Tampere
- Riikonen, E. 1992. Auttamistyön ongelmakäsitykset ja haastattelukäytännöt, ongelmakielestä kompetenssieleen. Kuntoutussäätiö: Helsinki
- Saarelainen, R. & Stengård, E. & Vuori-Kemilä, A. 2003. Mielenterveys- ja päihdetyö: yhteistyötä ja kumppanuutta. WSOY: Porvoo
- Saarnio, P. 2004. Päihdeongelmista toipumisen punaista lankaa punomassa. *Yhteiskuntapolitiikka* 69 (3), Luettu 7.1.2013  
<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/101603/304saarnio.pdf?sequence=1>
- Salmela, P. 2014. Peliongelmiä lääketieteellinen hoito. Seminaari. Addiktio aikamme ilmiönä 10.4.2014. Tampereen kaupungin valtuustosalin. Tampere
- Soikkeli, M. 2001. Valistus osana huumeiden käytön ehkäisyä. Teoksessa R. Piisi (toim.) *Huumetyö*. Tammi: Helsinki
- Särkelä A., 2011. Välittäminen ammattina – Näkökulmia sosiaaliseen auttamistyöhön. Vastapaino: Tampere

## LIITTEET

### Liite 1.

Konkreettinen teemahaastattelurunko

Taustatiedot

1. Kauanko olet työskennellyt päihdetyössä?
2. Millainen koulutus sinulla on?
3. Kauanko olet ollut käyttämättä päihteitä?
4. Jos olit huumeriippuvainen, luovuitko myös alkoholista?
5. Pääsitkö riippuvuudesta eroon hoitojen avulla vai spontaanisti?

Kokemukset

6. Oletko kohdannut ennakkoasenteita työssäsi taustastasi johtuen? Onko esimerkiksi työkavereidesi ollut vaikea luottaa päihteettömyyteesi?
7. Odotetaanko sinun ymmärtävän päihderiippuvuutta paremmin, kuin niiden ammattilaisten, joilla ei ole toipumistaustaa? Jos kyllä, niin luoko se paineita?
8. Tietävätkö asiakkaat, että olet ollut riippuvainen? Jos tietävät, miten he suhtautuvat siihen?
9. Millaisissa tilanteissa koet omien kokemustesi olevan hyödyksi?
10. Missä tilanteissa omista kokemuksistasi on haittaa? Koetko peilaavasi omia kokemuksiasi koskaan liikaa?
11. Millaisiin asioihin sosiaalialalle hakeutuvan entisen päihderiippuvaisen tulisi mielestäsi kiinnittää erityistä huomiota?