

Katja Kangas
Johanna Murtonen

NAISERITYINEN PÄIHDETYÖ

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Opinnäytetyö

Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomikoulutus

2024



Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu

Tutkintonimike	Sosionomi (AMK)
Tekijä/Tekijät	Johanna Murtonen ja Katja Kangas
Työn nimi	Naiserityinen päihdetyö
Toimeksiantaja	Toimintakeskus Polku
Vuosi	2024
Sivut	33 sivua, liitteitä 13 sivua
Työn ohjaaja(t)	Jari Huotari

TIIVISTELMÄ

Tämän opinnäytetyön aihe on nais erityinen päihdetyö. Työn tavoitteena on koota tietoa nais erityisestä päihdetyöstä. Tutkimuskysymyksenä on selvittää, millaisia kokemuksia kuntoutujilla on nais erityisestä päihdetyöstä, sekä mitä nais erityisessä päihdetyöskentelyssä käsiteltäviä teemoja kuntoutuvat pitävät tärkeinä.

Tutkimus toteutettiin narratiivisena eli kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Tiedonhakua suoritettiin erilaisista tietokannoista ja erilaisilla hakusanoilla sekä manuaalisella haulla. Nais erityisestä päihdetyöstä on saatavilla runsaasti tietoa, mutta kuntoutujien kokemuksia löytyy hyvin niukasti. Aineistojen vähyyden vuoksi laajensimme alkuperäisiä sisäänottokriteerejämme. Tutkimusaineistoiksi valikoitui sisäänotto- ja poissulkukriteerien mukaisesti kymmenen aineistoa. Tieto analysoitiin sisältöanalyysin avulla taulukoihin, jonka jälkeen tulokset koottiin yhteen.

Tulosten mukaan kuntoutajat kokevat kuntoutusryhmän asiakkaiden ja työntekijöiden naissukupuolen hyvin tärkeäksi. Pelkästään naisista koostuva ryhmä koettiin turvalliseksi ympäristöksi jakaa erilaisia tunteita ja kokemuksia. Erityisesti väkivaltakokemusten jakaminen koetaan turvalliseksi vain naisten ryhmässä. Kaikissa aineistoissa nousi esiin naisryhmän tuoman vertaistuen tärkeys.

Tulosten mukaan kuntoutajat pitävät tärkeänä käsitellä kuntoutuksessa seuraavia teemoja: traumakokemukset, ihmissuhteet, äitiys, häpeä ja syyllisyys, naiseus, kehollisuus, väkivaltakokemukset sekä riippuvuus.

Johtopäätöksenä voidaan nähdä, että naiset ovat kokeneet nais erityisen työskentelyn päihdekuntoutuksessa tärkeäksi. Tuloksista nähtävät teemat, joita naiset pitävät merkityksellisinä, toistuivat useissa tai osin kaikissa valitsemissamme aineistoissa. Aineistoissa esiin tulleita teemoja ei käsitellä sekamuotoisessa kuntoutuksessa. Tuloksista voidaan siis päätellä, että nämä teemat olisivat naisten vaikuttavamman kuntoutumisen kannalta olennaisia.

Asiasanat: nais erityinen, naiset, päihdetyö, päihdehoito, päihdekuntoutus

Degree title	Bachelor of Social Services
Author (authors)	Johanna Murtonen and Katja Kangas
Thesis title	Women-specific substance abuse work
Commissioned by	Toimintakeskus Polku Activity Centre
Time	2024
Pages	33 pages, 13 pages of appendices
Supervisor	Jari Huotari

ABSTRACT

The topic of this thesis is women-specific substance abuse work. The aim of the work was to gather information on women-specific substance abuse work. The research question was to find out what kind of experiences rehabilitees have with women-specific substance abuse work, and what themes rehabilitees consider important in substance abuse work for women.

The study was conducted as a narrative or descriptive literature review. Information retrieval was carried out from different databases using different keywords and through manual searches. There is a great deal of information available on women-specific substance abuse work, but there is very little on the experiences among rehabilitees. Due to the lack of material, we expanded our original inclusion criteria. In accordance with the inclusion and exclusion criteria, ten sources were selected as the research material. The data was analyzed using content analysis and the results were then compiled into tables, before being summarized.

According to the results, the female gender of the clients and employees of the rehabilitation group is considered very important by the rehabilitees. A group of women only is seen as a safe environment to share different emotions and experiences. In particular, sharing experiences of violence is considered safe only in a group of women. All of the materials highlighted the importance of peer support provided by the women's group.

The results indicate that rehabilitees consider it important to address the following themes in rehabilitation: traumatic experiences, relationships, motherhood, shame and guilt, femininity, embodiment, experiences of violence, and addiction.

As a conclusion, it can be stated that women have found women-specific work in substance abuse rehabilitation important. The themes that women consider significant were repeated in many or all of the materials we selected. The themes raised in the materials are not addressed in mixed-gender rehabilitation. The results therefore suggest that these themes would be essential for the more effective rehabilitation of women.

Keywords: women-specific, women, substance abuse work, substance abuse treatment, substance abuse rehabilitation

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	TOIMEKSIANTAJAN KUVAUS.....	6
3	KESKEISET KÄSITTEET JA AIKAISEMPI TIETO AIHEESTA.....	6
3.1	Trauma ja traumainformoitu työote	7
3.2	Häpeä ja tunteet	9
3.3	Kehollisuus	10
3.4	Lähisuhteet ja äitiys	11
3.5	Mielenterveys.....	12
4	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE	13
5	AINEISTO JA MENETELMÄT	13
5.1	Tiedonhaun kuvaus	14
5.2	Aineiston kuvaus ja analyysi	16
6	TULOKSET.....	20
6.1	Häpeä ja syyllisyys	21
6.2	Naisten ryhmän turvallisuus, luottamus ja vertaistuki	21
6.3	Traumojen käsitteleminen.....	23
6.4	Naiseus ja kehollisuus	23
6.5	Mielenterveys.....	24
6.6	Väkivaltakokemukset.....	25
6.7	Äitiys ja ihmissuhteet	26
6.8	Riippuvuus-teema.....	28
7	POHDINTA	28
8	JATKOTUTKIMUSEHDOTUKSET	30
	LÄHTEET.....	31

LIITTEET

Liite 1. Opinnäytetyöhön valitut aineistot

Liite 2. Aineiston analyysin etenemisen kuvaus

1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme aiheena on nais erityinen päihdetyö. Aihe opinnäytetyölle syntyi omasta kiinnostuksesta aiheeseen. Nais erityinen päihdetyö ei ole Suomessa aiheena tai työskentelymuotona vielä kovin yleinen, joten siitä on melko suppeasti tietoa saatavilla. Teemme aiheesta kirjallisuuskatsauksen, joka kokoaa aiheesta jo olemassa olevaa tietoa yksiin kansiin.

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, mitä nais erityinen päihdetyö tarkoittaa ja millaisia aihealueita työskentelyssä tulee ottaa huomioon. Tarkoituksena on selvittää myös nais erityistä päihdetyötä saaneiden kuntoutujien kokemuksia heidän saamastaan työstä.

Opinnäytetyömme tavoitteena on nais erityisestä päihdetyöstä kootun tiedon hyödyntäminen toimeksiantajamme toimintakeskus Polun työssä. Toimintakeskus suunnittelee kohderyhmäänsä kuuluville naisille suunnattua suljettua päihdekuntoutusryhmää, jossa paneudutaan nais erityiseen näkökulmaan. Toimeksiantaja tarvitsee nais erityisestä päihdetyöstä koottua tietoa, jota he voivat tulevassa ryhmätoiminnassaan hyödyntää. Opinnäytetyömme on myös yleisesti hyödyksi kaikille aiheesta kiinnostuneille henkilöille, jotka haluavat lukea koottua tietoa nais erityisestä päihdetyöstä ja sitä saaneiden kuntoutujien kokemuksista.

Päätimme tehdä opinnäytetyön kuvailevana kirjallisuuskatsauksena, koska haluamme tuoda tietoa toimeksiantajalle nais erityisestä päihdetyöstä ja sitä saaneiden kuntoutujien kokemuksista. Kirjallisuuskatsaus on tutkimustapa, jolla tutkitaan alkuperäistutkijoiden tutkimuksia. Tätä tutkimustapaa käyttämällä tunnistetaan, arvioidaan, tulkitaan ja yhdistetään olemassa olevaa tietoa. Kirjallisuuskatsauksen avulla on tarkoitus tiivistää alkuperäistutkimuksissa oleva tieto aihepiiristä sekä tehdä keskeiset johtopäätökset tiedon avulla ennalta määrättyihin tutkimuskysymyksiin. Katsauksen tavoite on synteesi eli kriittisesti tarkasteltu kokonaiskuva. (Vilkka 2023, 10.)

2 TOIMEKSIANTAJAN KUVAUS

Opinnäytetyömme toimeksiantajana toimii Mikkelissä sijaitseva toimintakeskus Polku. Toimintakeskus Polku on matalan kynnyksen päihteetön kohtaamispaikka rikos- ja päihdetaustaisille henkilöille. Toimintakeskuksessa on mahdollisuus kohdata samassa elämäntilanteessa olevia ihmisiä. Sen keskeisenä tavoitteena on tukea päihteetöntä ja rikoksetonta elämäntapaa. Avoimen toiminnan lisäksi toimintakeskus Polku järjestää suljettua pienryhmätoimintaa. Toimintakeskus on aloittanut toimintansa toukokuussa 2023. (Toimintakeskus Polku s.a.)

Toimintakeskus Polku on Etelä-Savon Vapautuvien Tuki ry:n pitkään suunnittelema hanke, joka on rahoitettu tällä hetkellä 31.12.2025 saakka. Etelä-Savon Vapautuvien Tuki ry on Mikkelissä vuonna 1984 perustettu yhdistys, jonka toiminnan tarkoituksena on auttaa päihde- ja rikostaustaisia henkilöitä kiinnittymään yhteiskuntaan. Yhdistyksellä on tukiasuntoja vankilasta ja päihdekuntoutuslaitoksista kotiutuville henkilöille. (Toimintakeskus Polku s.a.)

3 KESKEISET KÄSITTEET JA AIKAISEMPI TIETO AIHEESTA

Nais erityisyyden käsitteen määrittely on haastavaa, koska sillä voidaan tarkoittaa eri asioita, kuten erilaisia työmenetelmiä, ammatillista orientaatiota ja ideologista ajattelumallia tai työn sisältöjä. Nais erityisyyteen viitataan useilla eri käsitteillä. Nais erityisyys ei kuitenkaan voi perustua vain siihen, että asiakkaat ja työntekijät ovat naisia. Nais erityisyyteen tulee sisältyä naisten keskinäisten erojen tunnistaminen ja myös naiseuden ja sukupuolten moninaisuus. (Kuronen 2022, 74.)

Karttunen (2019) tunnisti väitöskirjassaan viisi keskeistä ulottuvuutta nais erityisessä päihdehoidossa: naiseus ja sukupuolen merkitys, kehollisuus ja traumatisoituminen, identiteetti, tunteet ja mielenterveys, sosiaaliset suhteet, sekä päihderiippuvuus ja yksilökohtainen muutostyö. Tutkimus osoittaa, että naisten päihdehoidon tulee olla kokonaisvaltaista ja monialaista, ottaen huomioon psykososiaaliset ongelmat ja traumaattiset kokemukset. Hoidossa on tärkeää

varmistaa hoidollinen jatkuvuus myös laitoksen ulkopuolella, sillä naisten toipumisessa keskeistä on heidän kykynsä kiinnittyä takaisin yhteiskuntaan ja muodostaa tukiverkostoja. (Karttunen 2019, 4.)

Karttusen (2019) määrittelemät ulottuvuudet eivät koske vain päihderiippuvuuksien ja niiden hoitoon liittyvää nais erityisyyttä, vaan kyse on yleensäkin naista haavoittaviin erilaisiin elämäntilanteisiin ja niistä johtuviin seurauksiin. Päihteitä käyttävät naiset kokevat kohtaavansa negatiivista asenneilmapiiriä yhteiskunnassa. Heidän kokemuksensa mukaan sosiaalityössä sekä hyvinvointialueiden muissa palveluissa he kokevat pettymystä ja heihin kohdistuvaa epäluuloa. (Kuronen 2022, 75–78.)

Nais erityisen päihdehoidon ulottuvuuksia ovat Karttusen (2019) mukaan naiseuden ja sukupuolen merkityksen huomioiminen päihderiippuvuuksissa ja niiden hoidossa riippuvuuden luonteen, palvelujärjestelmän ja työmenetelmien osalta. Nais erityisyydessä on tärkeää traumaattisten kokemusten ja psyykkisen oireilun huomiointi sekä tunteisiin, minuuteen ja identiteettiin keskittyvä työskentely ja tunteisiin sidoksissa olevien kysymysten tunnistaminen. Yksilöllinen muutostyö ja psykososiaaliset kysymykset liittyvät läheisesti nais erityiseen päihdetyöhön. Kehollisuus on myös yksi nais erityisyyden ulottuvuus. (Kuronen 2022, 74–75.)

Lempisen ym. (2014) artikkelin mukaan tutkimukset kertovat, että naisten alkoholin ja huumeiden käytössä on sukupuoleen liittyvää samankaltaisuutta. Naisten päihteidenkäytön ongelmallisuutta korostetaan ja keskeisenä ovat äitiyteen liittyvät tekijät. Naisten tehtävät lasten synnyttämiseen ja perheestä huolehtimiseen luovat vahvaa tunnelatausta naisten päihteidenkäyttöä kohtaan. (Lempinen ym. 2014, 13.)

3.1 Trauma ja traumainformoitu työote

Trauma määritellään tilanteeksi, joka on poikkeuksellisen järkyttävä. Traumassa ulkoiset ärsykkeet ylittävät henkilön sietokyvyn rajat, mikä aiheuttaa sen, että hän ei pysty selviytymään kokemukseen liittyvistä ajatuksista ja tunteista. Trauma on yksittäinen tapahtuma ja usein sen aiheuttajana on jokin ul-

koisen elämän tapahtuma. Myös läheltä piti- tilanteet tai kokemus uhatuksi tulemisesta voivat aiheuttaa psyykkisen trauman. Mitä pienempänä traumaattinen kokemus on koettu, sitä alttiimpi lapsi on traumatisoitumiselle. Esimerkiksi toistuvissa perheväkivaltatilanteissa lapsi traumatisoituu jokaisen väkivallanteon seurauksena. Väkivallan kohteena voi olla lapsi itse, tai väkivalta voi kohdistua toiseen vanhempaan. Trauman on nähty psykoanalyttisessä ajattelussa aiheuttavan mielenterveysongelmia. (Klaavu 2023, 52.)

Sekä Klaavun (2023) että Karttusen (2019) mukaan toipumisessa on tärkeää, että traumatisoituneen henkilön sisäisestä maailmasta ollaan kiinnostuneita, että hän saa kokemuksen kohdatuksi ja arvostetuksi tulemisesta, ja hänelle halutaan hyvää. Näiden kautta syntyy luottamus ja turvallisuuden tunne siitä, että asioita voidaan jakaa ja työstää vieraassa ympäristössä, itselle vieraiden ammattilaisten ja toisten asiakkaiden kesken. (Klaavu 2023, 23; Karttunen 2019, 118.)

McCradyn ym. (2020) tutkimuksen mukaan suurimmalla osalla päihdehoitoon osallistuvista naisista on taustalla jonkinlainen trauma, joka on voinut vaikuttaa osaltaan päihdeongelmaan. Monet eri hoitomallit ovat alkaneet hyödyntää traumainformoidun työotteen käyttämistä. Traumatietoinen lähestymistapa tunnistaa trauman yleisyyden ja vaikutuksen naisilla ja mukauttaa hoitoa sen mukaisesti, vaikka asiakkaat eivät täyttäisi diagnostisia kriteereitä. Trauma huomioidaan arvioinnissa ja suunnittelussa, vaikka siitä ei olisi aivan täydellistä kuvaa. Päihdehoidon työntekijöillä tulisi olla kokemusta traumatisoituneiden väestöryhmien kanssa työskentelystä. Traumareaktio tai uudelleen traumatisoituminen voi laueta esimerkiksi loukkaamalla asiakkaan luottamusta, tai siitä, että asiakkaan tunteeseen tai kokemukseen suhtaudutaan välinpitämättömästi. Päihdetyöntekijöiden tulisi muokata hoitoympäristöä ja omaa käyttäytymistään niin, että se tukee asiakkaiden selviytymiskykyä ja turvallisuuden tunnetta. Hoidossa tulisi noudattaa johdonmukaisuutta, rutiineja ja sääntöjä. Asiakkaiden tulisi voida ilmaista voimakkaita tunteita ilman muiden tuomitsemista ja kohdata trauma turvallisessa ympäristössä ja soveltamalla traumatietoista lähestymistapaa. (McCrady ym. 2020, 9–10.)

3.2 Häpeä ja tunteet

Naiserityisyydessä on tärkeää ymmärtää häpeän ja syyllisyyden kokemuksia ja tunteita, joita päihderiippuvuuteen liittyy. On myös tärkeää ymmärtää laajalaisesti naisten elämäntilanteita- ja kokemuksia sekä huomioida erilaisten suhteiden merkityksellisyys. Näitä merkityksellisiä suhteita ovat suhteet lapsiin, toisiin naisiin, miehiin ja omaan itseensä. (Kuronen 2022, 74–75.)

Keskeinen naisten päihdeongelmaan liittyvä ja sitä ylläpitävä tekijä on häpeä. Se vaikuttaa sekä hoitoon hakeutumiseen, että toipumiseen. Häpeä vaikuttaa vahvasti naisten kokemuksiin, olemiseen ja toimintaan. Tästä syystä se on olennainen osa naisten päihdekuntoutusta, jossa on tärkeää ymmärtää häpeän merkitystä ja olemusta. (Karttunen 2019, 146.)

Työskentelyn kohteena ja ilmiönä häpeän haasteellisuus liittyy usein stigmaan, joka on ei-toivottu sosiaalinen leima naisten päihdeongelmien yhteydessä. Naiset sisäistävät päihteiden käyttöön häpeän, pelon, stigmat ja epätoivon. Usein pelko lasten menettämisestä ja stigmasta johtaa naisilla päihdeongelman kieltämiseen ja pyrkimykseen minimoida päihteiden käytön vaikutuksia. Kun tarve piilotella ja vaieta omasta päihdeongelmasta poistuu, on mahdollista tarkastella ongelmaa avoimemmin. Myös päihdekuntoutuksen ammattilaisilta vaaditaan herkkyyttä ottaa työskentelyn kohteeksi häpeään ja itseinhon liittyviä kokemuksia. Tärkeää on myös yhteisön hyväksyvä ilmapiiri, jonka kautta voidaan vähentää häpeää ja salailua päihdeongelmasta. Tällaiset häpeän kokemukset vaativat hoidolta syvällistä minän ja identiteetin tasolle menevää työskentelyä. (Karttunen 2019, 147–149.)

Häpeä ja siihen liittyvä sosiaalinen stigma on päihderiippuvuuden yhteydessä korostuneesti naisille yleistä ja ongelmallista. Sukupuoleen ja naiseuteen kiinnittyvät häpeäkokemukset tunnistettiin ja niitä haluttiin lieventää naisille suunnatussa päihdehoidossa. Häpeä ja syyllisyys muodostavat toisiinsa sekoittuvan vyöhykkeen, jossa nainen kokee esimerkiksi syyllisyyttä oman juomisen seurauksista lapsiin ja samalla häpeää itseään päihdeongelman vuoksi ja omaa epäonnistumistaan äitinä lasten menettämisen vuoksi. (Karttunen (2019, 246).

Kehon häpäisyllä eli body shamingilla tarkoitetaan ruumiinosiin kohdistuvia suoria kommentteja, joiden kohteeksi naiset joutuvat. Valtaa ja alistamista voidaan osoittaa sanojen ja tekojen kautta. Näitä voivat olla ulkonäköön ja kehoon liittyvä nimittely ja arviointi, huorittelu, painostaminen seksiin ja raiskaus. Nämä ovat naisten kokemuksissa vahvasti sukupuolistuneita väkivallan kokemuksia. Niillä on tarkoitus nöyryyttää, tuottaa häpeää ja aiheuttaa huononmuuden tunnetta. Ne voivat huonontaa psyykkistä hyvinvointia, traumatisoida ja niistä voi tulla keskeinen osa naisen identiteettiä. Kun nainen joutuu toistuvasti esineellistettäväksi ja määrittyy toisten katseiden, sanojen ja tekojen kautta arvottomaksi ihmiseksi tai naiseksi, saattaa hänen oma käsityksensä itsestä muuttua vääristyneeksi. Silloin hän ei saata ymmärtää tulleen häväistyksi, eikä enää tunnista tällaista seksuaalista häirintää ja väkivaltaa. (Karttunen 2019, 148).

3.3 Kehollisuus

Kehollisuuteen liittyy useasti vääristynyt suhde omaan kehoon, jolloin kehosta huolehtiminen on laiminlyöty ja fyysinen kosketus on vaikeaa. Näihin voi liittyä päihderiippuvuuden lisäksi myös seksuaalista hyväksikäyttöä, kaltoinkohtelua ja kokemuksia väkivallasta. Kehollisuuteen liittyy myös psykosomaattisia tuntemuksia, jolloin henkinen huonovointisuus ilmenee fyysisinä oireina. (Kuronen 2022, 75.)

Tunnistamalla kehon reaktioita voidaan ymmärtää myös, mitä psyykeen alueella tapahtuu. Päihdeongelmaan taustalla olevat, elämässä tapahtuneet asiat ja muistot ilmenevät myös kehon, sen oireiden ja tuntemusten tasolla. Ne voivat ilmentyä naisten eri muotoisena psykosomaattisena oireiluna, oman kehon välinpitämättömyytenä sekä hoitamattomuutena. Kehollisuuteen liittyvät ongelmat liittyvät vahvasti naisten negatiiviseen näkemykseen itsestä ja niihin liittyy vahvasti häpeä, itseinho ja kelpaamattomuuden tunne. Naisilla voi myös olla vaikeuksia hahmottaa kohtuullisuutta ja omia rajoja esimerkiksi syömisen ja liikunnan kaltaisilla elämäntilanteilla. Nais erityisessä päihdehoidossa kiinnitetään huomiota säännölliseen päivärutmiin, uneen, syömiseen ja liikuntaan ja annetaan näihin liittyvää ohjausta. Näiden avulla tuetaan oman kehon tuntemista ja fyysistä toipumista. Tärkeää on myös vahvistaa naisten oman kehon rajoja ja

opettaa, että näitä rajoja kenellekään ei ole oikeutta rikkoa. (Karttunen 2020, 80.)

Kehollisuus ulottuu myös erilaisiin traumaattisiin kokemuksiin. Trauman torjuminen, sen tiedostamattomuus ja kipeys voivat johtaa trauman hoitamiseen päihteillä ja lääkkeillä. Tunteet ja kokemus vaiennetaan, oma olo ja keho rauhoitetaan kemiallisesti tai esimerkiksi viiltelemällä. Traumatietoisessa työskentelyssä on olennaista, että työntekijät pyrkivät vakauttamaan nykytilanteen, varmistavat turvallisuuden sekä psyykkisesti, että fyysisesti ja ylläpitävät rutiineja arjessa ja huolehtivat niiden toistuvuudesta. Tämä tuo vakautta ja turvaa naisille. (Karttunen 2020, 81.)

Toiminnallisuus ja yhdessä tekemiseen ja konkreettisiin asioihin keskittyminen hoidossa tuo naisille kokemuksen siitä, että he pystyvät toimimaan arjen eri tilanteissa ilman psyykkisen hajoamisen tai lamaantumisen tunnetta. (Karttunen 2020, 81).

3.4 Lähisuhteet ja äitiys

Riippuvuus päihteistä ja niistä toipuminen sekä niiden ympärille liittyvä elämäntapa tapahtuvat suhteissa. Lähisuhteet voivat joko tukea naisia tai vahingoittaa heitä. Päihteiden käyttö altistaa naisia väkivaltaisille parisuhteille. Naisten kohtaama väkivalta on hyvin moninaista, kuten lapsuudessa koettua pahoinpitelyä, parisuhdeväkivaltaa, taloudellista sekä seksuaalista väkivaltaa. Koettu väkivalta paitsi traumatisoi, myös alentaa kynnystä käyttää itse väkivaltaa. Väkivaltaan syylistyneiden naisten elämänhistoriassa onkin runsaasti moninaisen väkivallan kokemuksia. (Salovaara 2019, 24.)

Äitiys ja päihteet ovat kulttuurisesti ja historiallisesti toisensa poissulkevia asioita. Raittiit äidit ja terveet lapset ovat runsaan sadan vuoden ikäisessä suomalaisessa sukupuolijärjestelmässä ja nationalistisissa aatteissa kansakunnan perusta. Huumeilla ja päihteiden sekakäytöllä ei ole suomalaisessa kulttuurissa vielä samanlaista kansallista merkitystä kuin alkoholilla. Huumeiden käyttö on kuitenkin yleistynyt hedelmällisessä iässä olevien naisten keskuu-

nessa, ja sen on ennakoitu aiheuttavan tulevaisuudessakin riskitilanteita. Äitien päihdeongelma on nykyään tunnustettu ja dokumentoitu sosiaalinen ongelma, jonka parhaat ratkaisut ovat kiisteltyjä. (Nätkin 2006, 10–17.)

Päihdeongelmainen tuleva äiti tarvitsee paljon tukea selviytymiseensä niin raskauden, synnytyksen kuin vanhemmuuden aikana. Tarvitaan myös tiivistä seurantaa ja yhteistyötä erityisesti päihdehoidon ja lastensuojelun viranomaisien kanssa. Päihdeäidin oma hoitomotivaatio on erittäin tärkeää hoidon toteutumisen kannalta. (Lempinen ym. 2014, 14.)

Lapset ovat tärkeitä identiteetin ja motivaation lähteitä riippumatta siitä, missä lapset asuvat ja kenen kanssa. Heikko itsekunnioitus ja traumatausta voivat heikentää toipumisen prosessia, mutta lapset voivat toimia motivaation lähteenä toipumiseen ja päihhteettömyyteen ja tuoda positiivista vaikutusta oman identiteetin näkemiseen. Lapsiin liittyvät häpeälliset asiat voivat nostaa myös pintaan epäonnistumisen tunteita äitinä varsinkin silloin, jos lapset eivät asu enää kotona äidin päihhteiden käytöstä johtuen. (Salovaara 2019, 25.)

3.5 Mielenterveys

Mielenterveyden huomioiminen päihdetyössä on olennaista, koska päihhteiden käyttö ja mielenterveysongelmat ovat usein kytköksissä toisiinsa. Päihdeongelmat voivat olla seurausta mielenterveysongelmista tai pahentaa niitä. Keskeistä on tunnistaa ja hoitaa molempia ongelmia samanaikaisesti. Tämä edellyttää monialaista yhteistyötä eri ammattilaisten välillä sekä yksilöllistä, asiakaslähtöistä lähestymistapaa. (Savolainen ym. 2023, 72–73.)

Hyviä ennusteita hoitoon ovat alhainen psykiatrinen oireilu, korkeampi sosio-ekonominen asema ja sosiaalinen tuki. Hoito-ohjelmat, jotka tarjoavat hoitoa esimerkiksi myös psyykkiseen oireiluun ja tarjoavat muutenkin kokonaisvaltaista hoitoa, on todettu parantavan hoitotuloksia. Valitettavasti näitä on tarjolla liian vähän. (Karttunen 2019, 55–56.)

Hyvin suunnitellut ja toteutetut hoito-ohjelmat, jotka kattavat sekä päihdeongelmat, että mielenterveydenhaasteet voivat merkittävästi parantaa asiakkaan

kokonaisvaltaista hyvinvointia ja toipumismahdollisuuksia. (Savolainen ym. 2023, 72–73).

4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, mitä nais erityinen päihdetyö tarkoittaa ja millaisia aihealueita työskentelyssä tulee ottaa huomioon. Tutkimuskysymysten tarkoituksena on vastata nais erityistä päihdetyötä saaneiden kuntoutujien kokemuksiin sekä selvittää heille tärkeitä teemoja.

Tutkimuskysymyksemme ovat seuraavat:

Millaisia kokemuksia kuntoutujilla on nais erityisestä päihdetyöstä?

Mitä nais erityisessä päihdetyöskentelyssä käsiteltäviä teemoja kuntoutujat pitävät tärkeinä?

Opinnäytetyömme tavoitteena on nais erityisestä päihdetyöstä kootun tiedon hyödyntäminen toimeksiantajamme toimintakeskus Polun työssä. Opinnäytetyömme on myös yleisesti hyödyksi kaikille aiheesta kiinnostuneille, jotka haluavat lukea ajantasaista koottua tietoa nais erityisestä päihdetyöstä ja sitä saaneiden kuntoutujien kokemuksista.

5 AINEISTO JA MENETELMÄT

Teemme opinnäytetyömme kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Kirjallisuuskatsaus on tieteellinen tutkimusmenetelmä, jolla etsitään tietoa oman alan ajankohtaisesta ja työelämälle merkityksellisestä aiheesta. Rajaamme valitsemamme aineistot tarkasti, analysoimme tiedon ja kokoamme tulokset yhteen.

Opinnäytetyön tutkimusaineistona käytetään yleensä kymmentä kansallista ja kansainvälistä, pääsääntöisesti vertaisarvioitua tutkimusta, artikkelia tai väitöskirjaa. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus antaa mahdollisuuden käyttää myös muita kuin vertaisarvioituja tutkimuksia. Kirjallisuuskatsauksissa voidaan tutkia myös julkisyhteisöjen, kuten Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen, ministeriöiden tai

sosiaalialan osaamiskeskuksen julkaisuja, tutkimusorganisaatioiden kuten yliopistojen eri alojen tutkimuksia tai asiantuntijaorganisaatioiden tutkimuksia, selvityksiä ja raportteja. (Vilkkä 2023, 33.)

Nais erityisestä päihdetyöstä on saatavilla useita tutkimuksia ja aineistoja, mutta tutkimuskysymyksemme mukaisia kuntoutujien kokemuksia oli todella haastavaa löytää sekä kotimaisista, että englanninkielisistä tutkimuksista. Halusimme kuitenkin kerätä työhön tietoa juuri kuntoutujien kokemuksista, koska aihe kiinnostaa sekä opinnäytetyömme tilaajaa, että meitä. Koemme tutkimuskysymyksemme kiinnostavana ja tärkeänä myös siksi, että aiheesta olevaa tietoa on saatavilla niukasti ja se on pirstaleista. Sen vuoksi päädyimme valitsemaan aineistoihin väitöskirjan ja vertaisarvioidun artikkelin lisäksi myös vertaisarvioimattomia tutkimusartikkeleita, YAMK-opinnäytetyön sekä pro gradu -tutkielman, joissa kuntoutujien äänet on saatu kuuluviin.

Narratiivisessa eli kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa ei ole tarkoitus selvittää ilmiön yleisyyttä, vaan etsiä olemassa olevista tutkimuksista vastauksia siihen, mitä ilmiöstä jo tiedetään, mitkä ovat ilmiön keskeiset käsitteet ja mitkä ovat käsitteiden keskinäiset suhteet. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla voidaan järjestää epäyhtenäistä tietoa johdonmukaiseksi kokonaisuudeksi tai tiivistää tietoa. Ilmiötä pyritään ymmärtämään ja kuvailemaan sitä johdonmukaisesti ja argumentoiden. (Vilkkä 2023, 18.) Myös Tuomi ym. (2017) kertovat, että laadullinen tutkimus pyrkii kuvaamaan jotakin ilmiötä ja ymmärtämään tiettyä toimintaa, sekä antamaan teoreettisesti mielekäs tulkinta jollekin ilmiölle.

5.1 Tiedonhaun kuvaus

Määrittelimme aineistolle sisään- ja poissulkukriteerit, jotka näkyvät taulukossa 1. Aineistoja etsiessä huomasimme, että nais erityistä päihdetyötä saaneiden kuntoutujien kokemuksista on saatavilla hyvin niukasti tutkimuksia tai vertaisarvioituja aineistoja. Tämän vuoksi laajensimme alkuperäisiä sisäänotokriteereitämme koskemaan myös vertaisarvioimattomia artikkeleita, YAMK-opinnäytetöitä sekä pro gradu –tutkielmia.

Määrittelimme kriteerit aineiston julkaisuajankohdalle, kielelle, aineistotyyppille, aineiston saatavuudelle, sisällölle sekä luotettavuudelle. Määrittelimme hakusanat ja hakulausekkeet sekä valitsimme tarkoituksenmukaiset tietokannat. Haimme tietokannoista alkuperäisiä tutkimuksia ja toteutimme haun valituilla kriteereillä.

Taulukko 1. Sisään- ja poissulkukriteerit

	Sisäänottokriteerit	Poissulkukriteerit
Aineiston julkaisuajankohta	Aineisto on julkaistu vuosien 2014–2024 välillä	Aineisto on julkaistu ennen vuotta 2014
Kieli	Aineisto on suomen- tai englanninkielinen	Aineisto on kirjoitettu jollakin muulla kielellä kuin suomi tai englanti
Aineistotyyppi	Aineisto on tyypiltään tieteellinen tai ei tieteellinen tutkimus/artikkeli, tieteellinen julkaisu, väitöskirja, YAMK-opinnäytetyö, pro gradututkielma	AMK-opinnäytetyö, ammatillinen julkaisu
Aineiston saatavuus	Aineisto on saatavilla ilmaiseksi ja sähköisessä muodossa	Aineisto on maksullinen ja muussa kuin sähköisessä muodossa
Aineiston sisältö	Aineiston sisältö on sisällöltään opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin vastaava	Aineisto ei vastaa opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin
Aineiston luotettavuus	Tutkimusartikkelit ovat vertaisarvioituja tai tieteellisiä julkaisuja	Tutkimusartikkelit eivät ole AMK-opinnäytetöitä tai ammatillisia julkaisuja

Teimme hakua eri tietokannoista ja erilaisia hakusanayhdistelmiä käyttäen. Tietokantoina toimivat Finna, Google scholar, Academic Search Elite sekä manuaalinen haku. Etsimme aineistoa myös kirjastoista. Tutkimme myös, minäkalaisia aineistoja löytyi valitsemiemme sisäänotto- ja poissulkukriteerien ulkopuolelta.

Kuvasimme tiedonhakua taulukkoon 2. Hakusanoina on käytetty seuraavia sanoja: naiset and päihdetyö, nainen and päihdehoito, nais erityinen and päihdetyö, women or female or woman or females and substance abuse treatment, sekä women and specific substance abuse.

Taulukko 2. Tiedonhaun kuvaus

Tietokanta	Asiasanat/hakulausekkeet (n)	Osumia (n)	Hyväksytty otsikon perusteella (n)	Hyväksytty tiivistelmän perusteella (n)	Hyväksytty koko tekstin perusteella (n)	Lopulliseen analyysiin (n)
Google scholar	naiset and päihdetyö	8110	8	1	1	1
Finna	naiset and päihdetyö	1064	5	2	2	2
Finna	nais erityinen and päihdetyö	145	5	2	2	2
Academic Search Elite	women or female or woman or females and substance abuse treatment	50	4	1	1	1
Google scholar	women and gender specific substance abuse	16400	20	1	1	1

Manuaalisen haun avulla etsimme tutkimuksia muiden opinnäytetöiden ja tutkimusten lähdeluetteloista. Valitsimme seuraavat kolme tutkimusta manuaalisella haulla. McCrady ym. (2020) tutkimus Treatment interventions for women with alcohol use disorder, Shirley-Beavan ym. (2020) Woman and barriers to harm reduction services: a literature review and initial findings from a qualitative study in Barcelona, Spain sekä Sugarman ym. (2020) Gender-Specific Intervention for Women with Substance Use Disorders.

5.2 Aineiston kuvaus ja analyysi

Opinnäytetyöhön valitut aineistot ovat suomen- ja englanninkielisiä tieteellisiä artikkeleita, väitöskirjoja, tutkimuksia, pro gradu –tutkielmia sekä YAMK-opinnäytetöitä.

Aineistoiksi valikoituivat englanninkieliset aineistot, joiden kirjoittajia ovat Sugarman ym. (2020), Neale ym. (2020), Shirley-Beavan (2020) sekä McCrady

ym. (2020). Suomenkielisistä aineistoista valitsimme Karttusen (2019), Vesan ym. (2017), sekä Äijälän (2014), Heiskasen (2020), Kuivalaisen (2018) sekä Salovaaran (2023) kirjoittamat aineistot.

Opinnäytetyöhön valitut aineistot näkyvät taulukossa 3, joka on liitteessä 1. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa käytetään analyysimenetelmänä sisäl-
töanalyysiä. Siinä erilaisten taulukoiden avulla jäsennellään tietoa tiivistämisen
ja analyysin tueksi. Sisältöanalyysi koostuu kolmesta eri vaiheesta, jotka ovat
valmistelu, organisointi ja raportointi. Ensimmäisessä vaiheessa tieto järjestel-
lään sellaiseen muotoon, että sitä voi tutkia. Organisointivaiheessa selvitetään
tutkimuskohteena olevien tutkimusten teoria, aihe, menetelmä, tutkimuksen
tavoite sekä riippuva muuttuja, jos tutkimus pyrkii selittämään asioita. Tässä-
kin voidaan käyttää taulukkoa havainnollistamisen tueksi. Toisessa vaiheessa
edetään aineistoista löytyneiden havaintojen perusteella, jotka vastaavat tutki-
muskysymyksiin varsinaisiin tuloksiin ja päätelmiin. Kolmannessa vaiheessa
tulokset havainnollistetaan ja kuvataan niin, että tulos voidaan toistaa. (Vilkka
2023, 70.)

Aineiston analyysin eteneminen kuvataan taulukossa 4 niin, että siitä näkyy al-
kuperäinen tutkimustulos, pelkistetty kuvaus ja alakategoria. Taulukko 4 on liit-
teessä 2. Taulukossa 5 näkyy aineiston ryhmittely alakategoriasta yläkategori-
aan, josta muodostetaan yhdistävä kategoria. Tutkimuksia ei esitellä yksittäi-
sinä, vaan ne analysoidaan niin, että lukijalle muodostuu kokonaiskuva tutki-
musten tuloksista.

Taulukko 5. Aineiston ryhmittelyn kuvaus

Alakategoria	Yläkategoria	Yhdistävä kategoria
Jaetut kokemukset vähensivät häpeää ja yksinäisyyttä.	Vertaistuki	Naisten ryhmän turvallisuus, luottamus ja vertaistuki
Päihdekuntoutuksessa tärkeää on vertaistuki		
Vertaistuen merkityksellisyys		
Yhteenkuuluvuus, vertaistuki, jaetut kokemukset		

Naisyhteisön tuoma turvallisuuden tunne	Turvallinen ympäristö	
Turvallinen ympäristö jakaa traumaattisia kokemuksia		
Turvallinen ympäristö keskustella traumaista vain naisten kesken		
Turvallinen ympäristö mahdollistaa kokemusten jakamisen ja vähentää stigmaa		
Turvallisuuden tunne naisille tarkoitetussa hoitoympäristössä		
Naisyhteisössä koettu turvallisuus, vaikka naisten kesken esiintyy välillä ristiriitoja.		
Vertaistuki ja luottamus ryhmässä	Luottamus	
Turvallisuus, joka syntyy luottamuksesta ja arjessa toistuvista rutiineista		
Trauman tunnistaminen ja sen aiheuttamat reaktiot ja selviytymiskeinot	Trauman ja sen reaktioiden tunnistaminen ja käsittely	
Traumojen, mielenterveyshäiriöiden ja seksuaalisen hyväksikäytön käsittely päihdehoidossa	Traumojen, mielenterveysongelmien ja seksuaalisen hyväksikäytön käsittely	Traumakokemukset
Traumoihin ja vaikeisiin tunteisiin liittyvä tunnetyöskentely	Traumojen ja vaikeiden tunteiden käsitteleminen	
Aikaisemmat suhteet naispuolisiin henkilöihin olivat huonoja.	Aiemmat vaikeat ja epäterveet ihmissuhteet	
Ongelmalliset miessuhteet sekamuotoisen hoidon aikana		Ihmissuhteet
Naisten kanssa toimeen tulemisen vaikeus. Totuttu toimimaan miesten kanssa ja se koetaan helpompana.		
Naisen mukana päihdehoitoon tulee koko verkosto, isä, äiti, lapset, ystävä, naapuri.	Sosiaaliset suhteet ja dynamiikka	
Läheisverkoston kartoittaminen	Läheisverkosto	
Läheisten luottamuksen menettäminen	Luottamus ihmissuhteissa	
Läheisten luottamuksen palautuminen		
Päihderiippuvainen puoliso		
Äitiys, kehollisuus ja naiseus	Äitiys ja naiseus	
Äitiyteen liittyvien tunteiden käsittely	Äitiys ja tunteet	Äitiys

Äitiys ja syyllisyys	Äitiys ja syyllisyys omasta ja muiden taholta	Häpeä ja syyllisyys	
Äitiyden syyllistäminen viranomaisten taholta			
Äitiyden teemoja toivotaan			Äitiys-teeman käsittely
Henkilökunta muistuttaa onnistumisista äitinä			Äitinä onnistumisista muistuttaminen
Oma lapsuus, äitiys ja suhde omaan äitiin			Oman lapsuuden vaikutukset äitiyteen
Omat lapsuuden kokemukset äitiyden kannalta			
Tunteista ja niiden vaikutuksesta puhutaan avoimemmin	Avoin tunnepuhe ryhmässä		Naiseus
Päihteisiin liittyvä häpeä, syyllisyys, itseinho.	Päihteidenkäyttöön liittyvä häpeä		
Häpeä ja syyllisyys vaikeuttavat ja estävät avun hakemista	Häpeä ja syyllisyys vaikeuttavat avun hakemista.		
Hoitoon hakeudutaan vasta pakon edessä.	Hoitoon hakeutumisen vaikeus		
Naisten päihteidenkäyttöön liittyvä stigma yleisesti ja terveydenhuollossa.	Naisten päihteiden käyttöön liittyvä stigma		
Stigmaa esiintyy naisten päihteiden käytön yhteydessä eri puolilla maailmaa terveydenhuollossa.			
Huumeita käyttävät naiset saavat heikosti apua päihdeongelmaan sekä siitä johtuvaan väkivaltaan tavallisen päihdetyön kautta.			
Naiseuden korostaminen hemmottelulla	Naiseuden korostaminen	Kehollisuus	
Itsensä hyväksyminen, itsetunto, voimavarat ja vertaistuki	Naiseuteen liittyvät aiheet		
Naiset hyviä jätkeä, naisuus on unohtunut tai sitä ei ole löydetty	Naiseuden kadottaminen ja löytäminen		
Naisen huono arvo päihdemaailmassa	Naisen arvon käsitteleminen		
Miehet häpäisevät naista viesteillä, jotka ovat törkeitä ja rivoja.	Naisen arvon käsitteleminen		
Fyysisten ja psyykkisten oireiden vaikeuden erottaminen	Psyykkisten ja fyysisten oireiden erottaminen		
Psyykkiset oireet näkyvät ja purkautuvat fyysisinä oireina.	Psyykkiset oireet näkyvät fyysisinä		
Oman kehon kelpaamattomuus	Oma kehonkuva		

Lääkehoidon sijasta tarjotaan muita vaihtoehtoja rentoutua, kosketusta ja musiikkia.	Rentoutumiseen keinoja kosketuksella ja musiikilla lääkeshoidon sijaan	
Antaa toisen koskea kehoon ja uskallus ja luottamus toisen kosketuksesta.	Toisen kosketuksen hyväksyminen ja luottamus	
Koettua väkivaltaa vähätellään ja erilaisiin uhiin alireagoidaan.	Koetun väkivallan vähättely	Väkivaltakokemukset
Parisuhde jossa toinen hallitsee väkivalloin ja alistamisen myötä tapahtui uskon menetys itse. Epäuskosta itse. tulee todellisuutta, ei pysty normaaleihin asioihin, ei osaa enää mitään.	Väkivallalla hallitsemisen ja alistamisen vie uskon itse. ja omaan toimintakykyyn	
Väkivaltakokemusten käsitteleminen koetaan tärkeänä	Väkivaltakokemusten käsittely	
Oman väkivaltaisuuden käsitteleminen	Oma väkivaltaisuus	
Riippuvuuden ja päihdehimon käsitteleminen	Riippuvuus ja päihdehimo	Riippuvuus
Lipsumisen ja retkahtamisen käsitteleminen	Lipsuminen ja retkahtaminen	
Mielekäs päihtetön tekeminen	Vaihtoehtoinen tekeminen	
Teemojen kokoaminen ja omien voimavarojen kartoittaminen	Voimavarojen kartoittaminen	

Tuloksia analysoidaan suhteessa tutkimuskysymyksiin sekä aiheen teoreettisiin lähtökohtiin. Analyysin tarkoitus on arvioida tiedon luotettavuutta ja käytävyyttä sekä käydä läpi analyysin vahvuuksia ja heikkouksia. (Vilka 2023, 70.)

6 TULOKSET

Seuraavaksi avaamme vastauksia tutkimuskysymyksiimme, jotka vastaavat siihen, mitä nais erityisessä päihdetyöskentelyssä käsiteltäviä teemoja kuntoutajat pitävät tärkeinä sekä millaisia kokemuksia kuntoutujilla on nais erityisestä päihdetyöstä.

6.1 Häpeä ja syyllisyys

Häpeä ja syyllisyys päihteiden käytöstä nousi esiin lähes kaikissa aineistoissa. Nämä vaikuttivat myös päihdehoitoon hakeutumiseen.

Tutkimuksissa tuodaan esille, että häpeä voi olla este hakeutua päihdehoitoon sekä hankaloittaa toipumisprosessia. Häpeän kokemus toimii tehokkaasti torjuntana päihdeongelman käsittelylle. Naisten mukaan häpeän, itseinhon ja syyllisyyden vuoksi päihdeongelmaa peitellään ja kielletään sekä itseltä, läheisiltä, että ammattilaisilta. (Karttunen 2019, 246; Neale ym. 2020, 993–994; Vesa ym. 2017, 27; Shirley-Beavan 2020, 3.)

Kahdessa tutkimuksessa todetaan, että naiset hakeutuvat useammin hoitoon yleisiin terveydenhuollon palveluihin kuin päihdehoitoyksiköihin. Naiset hakevat apua stressaavien elämäntapahtumien ja mielenterveysongelmien vuoksi, jonka yhteydessä voi selvitä myös naisen päihdeongelma. (McCrary ym. 2020 3–1; Karttunen 2019, 27.)

6.2 Naisten ryhmän turvallisuus, luottamus ja vertaistuki

Kaikissa aineistoissamme nais erityistä päihdetyötä saaneet naiset kokivat niin ryhmän asiakkaiden kuin työntekijöiden naissukupuolen tärkeäksi. Pelkästään naisista koostuva ryhmä koettiin turvalliseksi ympäristöksi puhua omista tunteista ja kokemuksista. Etenkin väkivaltakokemuksista puhuminen koettiin turvalliseksi vain naisten ryhmässä. Kaikissa aineistoissa nousi vahvasti esiin naisryhmän tuoman vertaistuen tärkeys.

Nais erityisestä päihdetyötä saaneet kuntoutujat nostivat esille monissa aineistoissa hyvin samoja teemoja. Tutkimuksissa kävi ilmi, että naisille tärkeää päihdekuntoutuksessa ovat jaetut kokemukset, vertaistuki ja yhteenkuuluvuuden tunne. Naiset kokivat, että jaetut kokemukset vähentävät häpeää ja yksinäisyyttä sekä turvallisessa ympäristössä jaetut kokemukset vähentävät myös stigmaa, jonka päihdeongelma aiheuttaa. Haastatteluissa korostui myös nais yhteisön tuoma turvallisuuden tunne. Myös traumaattisten kokemusten jakaminen helpottui turvallisessa ympäristössä, jossa oli vain naisia. Naiset koke-

vat, että on turvallista jakaa kokemuksia esimerkiksi väkivallasta ja hyväksikäytöstä, kun paikalla on vain naisia. Jaetut kokemukset ja vertaistuki vähentävät myös häpeää ja leimautumista päihdeongelmasta ja äitiydestä.

(Karttunen 2019, 122; Neale ym. 2020, 993–994; Kuivalainen 2018, 34; Sugarman ym. 2020, 644; Kuivalainen 2018, 33; Heiskanen 2020, 34; Salovaara ym. 2023, 54; Shirley-Beavan ym. 2020, 3.)

Myös Äijälän ym. (2014) artikkelin mukaan päiväperhekuntoutukseen kuuluvaan äitien päihteettömyysryhmään osallistuneet äidit kokivat ryhmän vertaistuen ja ryhmässä syntyneen luottamuksellisen ilmapiirin hyvin tärkeänä. Äidit kertoivat, että vertaistuki ja toisten äitien samankaltaiset ajatukset auttoivat vähentämään päihteiden käytöstä syntyvää syyllisyyden tunnetta. Äidit kokivat, että ryhmän teemat toivat näkökulmia aiheisiin, joita he eivät olleet ennen käsitelleet ainakaan kovin syvällisesti. Äidit kokivat erityisesti naiseuteen, parisuhteeseen ja päihderiippuvuudesta irtautumiseen liittyvät keskustelut hyvin tärkeinä. (Äijälä ym. 2014, 71–76).

Shirley-Beavan ym. (2020) kirjoittaa, että naisten kokemusten mukaan turvallinen tila on antanut heille mahdollisuuden jakaa kokemuksia ja luoda yhteenkuuluvuuden tunnetta, joka tehostaa, että ei tule leimautumisen tunnetta ja se estää myös naisia itseään leimaamasta itseään huonoksi. (Shirley-Beavan ym. 2020, 3)

Naiseus ja sukupuoli nousee merkittäväksi asiaksi Karttusen (2019) tutkimuksessa. Naisille suunnatussa päihdehoidossa nousee olennaisiksi ja toistuviksi seikoiksi sukupuolen merkityksen näkökulmasta, että töitä tekivät naistyöntekijät naisasiakkaiden kanssa, naisten keskinäinen vertaisuus sekä naissukupuolen kautta tuleva tuki ja ymmärrys naisen elämästä kokonaisvaltaisesti. Sukupuolen merkitys liittyy mm. paikkaan, turvalliseen ympäristöön ja vuorovaikutukseen. Sukupuoli nähtiin myös suhdekysymyksenä, suhteena itseensä naisena ja suhdetta toisiin naisiin ja toisaalta merkityksellistä on myös suhde vastakkaiseen sukupuoleen. Naiseus nähtiin arvokkaana asiana ja naisen keho hoitoa ja huolenpitoa ansaitsevana. (Karttunen 2019, 245–246.) Myös Salovaaran ym. (2023) kirjassa kuntoutujat kertovat, että työntekijän sukupuoli on tärkeää, koska käsiteltävänä on usein muun muassa seksuaalisuuteen liittyviä

asioita. Kuntoutujat kertovat myös naistyöntekijöiden sensitiivisyyden tärkeäksi. (Salovaara ym. 2023, 54–55.)

Naisen suhde itseensä voi olla varhaisissa suhteissa vaurioitunut tai vahvasti kielteisillä asioilla väritynyt. Naisten päihdehoidossa sitä pyrittiin eheyttämään vertaistuen avulla sekä toisenlaisten suhteiden avulla. Peilinä tässä toimivat toiset kuntoutujat ja naistyöntekijät. Tavoitteena oli vahvistaa omaa minää ja tukea naisten voimaantumista ja näin edistää päihdeongelmasta toipumista. (Karttunen, 2019, 248.)

6.3 Traumojen käsitteleminen

Traumatietoisien hoidon periaatteita ovat turvallinen ja voimaannuttava ympäristö, joka korostaa henkilön vahvuuksia ja on herkkä sekä kulttuuri- ja sukupuolisensitiivinen. Hoidossa on tärkeää huomioida traumojen lisäksi naisten mielenterveysongelmat ja vanhemmuus. Turvallisuutta tuovat myös arki ja siinä toistuvat rutinit kuntoutuksessa. (McCrady ym. 2020 3–14; Karttunen 2019, 113.)

Tuloksista on nähtävillä, että traumaattisten kokemusten ja reaktioiden tunnistamisella, käsittelyllä ja niihin liittyvien ilmiöiden tunnistamisella on koettu olevan keskeinen merkitys naisten päihdehoidossa. Trauman huomioon ottaminen auttaa siihen, että ymmärretään, että päihteillä on voitu lievittää sanoittamattomia ja sietämättömiä kokemuksia ja tunnetiloja. Traumoihin liittyvät kokemukset alistamisesta ja väheksynnästä vaikuttavat psyykkiseen vaurioitumiseen sekä myös suoraan toimintakyvyn heikkenemiseen ja epävarmuuteen sosiaalisissa tilanteissa. Tällöin tavallisessa arjessa suoriutuminenkin on kuormittavaa. (Karttunen 2019, 246; Sugarman ym. 2020, 644; Heiskanen 2020, 35; McCrady ym. 2020, 9; Neale ym. 2020, 933; Kuivalainen 2018, 34.)

6.4 Naiseus ja kehollisuus

Naiset toivoivat nais erityiseen päihdetyöskentelyyn käsiteltäväksi aiheita kuten itsetunto, itsensä hyväksyminen, voimavarat ja toisten naisten antama vertaistuki. Hemmottelu esimerkiksi käsihoidolla ja kynsien lakkaamisella koettiin tärkeäksi korostamaan naiseutta ja naisellisuutta. (Heiskanen 2020, 35.)

Kehollisuuden kautta tulee esille päihdeongelman kokonaisvaltaisuus ja sen välittyminen mielen, tunteiden ja kehon alueelle. Esimerkiksi aromaterapiaa ja intialaista päähierontaa käytettiin kehoallisuuden liittyvinä työtapoina Karttusen tutkimuksessa olevassa laitoksessa. Tutkimukset ovat osoittaneet, että kosketushoidot ovat antaneet naisille vireyttä, rentouttaneet ja kohottaneet mielialaa. Ne vähentävät myös ahdistuneisuutta ja vihan tunteita. (Karttunen 2019, 159.)

Naisten yhteisössä kehoallisuuden tematiikka tuli vahvasti esille ensinnäkin erilaisten psykosomaattisten oireiden muodossa. Tällöin mielen sisäinen kaaos, epätoivo, huolet ja ahdistus purkautuivat ja ilmenivät myös somaattisina oireina, joille ei välttämättä löytynyt lääketieteellistä syytä ja selitystä. Naiset kertoivat, että oireina olivat mm. unettomuus, erilaiset kiputilat kehossa, itkuisuus, väsymys ja oksentelu. Väsymys ja päänsärkypuheet olivat yleisiä nais-yhteisössä. (Karttunen 2019, 154.)

Tuloksista käy ilmi, että miehet häpäisevät naisia puheilla, jotka ovat rivoja ja törkeitä sisällöltään. Myös päihdemaailmassa kauan olleet naiset ovat unohtaneet naiseutensa, koska ovat olleet niin kauan ”hyviä jätkeä”, että naiseus on unohtunut tai päihteen käyttö on alkanut jo niin varhaisessa vaiheessa, että naiseksi tulemisen kehitysvaihe on pysähtynyt. Naiset kertoivat, että heidän arvonsa päihdemaailmassa on huono, ja pitivät aiheen käsittelyä tärkeänä osana kuntoutusta. (Karttunen 2019, 140, 148; Äijälä 2014, 73.)

6.5 Mielenterveys

Naisten päihdehoitopaikoissa nousevat esiin lapsiin, äitiyteen, perhetaustaan, sosiaaliseen verkostoon, sosiaalisiin ongelmiin, traumataustaan, seksuaaliseen hyväksikäyttöön, väkivaltaan ja myös psyykkiseen oireiluun liittyvät kysymykset. (McCrary ym. 2020, 3–14).

Mielenterveysongelmat ovat yksi keskeinen ulottuvuus naisten päihdehoidossa. Mielenterveyteen myönteisesti vaikuttavalla hoidolla on vaikutusta myös naisten laitoshoidon jälkeiselle päihteen käytön vähenemiselle. Työskentelyn kannalta olennaista ei ollut mahdollinen psykiatrinen diagnoosi tai

oliko sitä olleenkaan, vaan itse oire ja sen ilmeneminen arjessa sekä sen välityminen toimintakyvyn tasolle. Naisille oli hoidollisesti merkityksellistä tulla kohdatuksi ja nähdyksi omana itsenään eikä diagnoosien kautta määriteltynä. Työskentelyllä pyrittiin tukemaan oireiden lievittymistä ja niiden kanssa elämistä. Kehon kautta naiset ilmaisivat pahaa oloa, jota he eivät muuten pystyneet ilmaisemaan sanoiksi. (Karttunen 2019, 155, 248.)

6.6 Väkivaltakokemukset

Väkivaltakokemukset tulevat tuloksissa esiin erilaisten lähisuhteiden yhteydessä. Väkiältä liittyy vahvasti myös naisten traumakokemuksiin kaikissa tutkimuksissa. Väkivaltakokemukset vaikuttavat myös naisten turvallisuuden kokemukseen ja heidän on helpompi käsitellä näitä kokemuksia yhteisössä, jossa on pelkästään naisia.

Tulosten mukaan naiset kokivat väkivaltakokemusten käsittelyn tärkeäksi, jotta asiat eivät jäisi vaivaamaan vuosien ajaksi. Naiset kokivat uskaltavansa puhua asiasta, kun sekä työntekijä että ryhmän jäsenet ovat naisia. Tähän vaikutti toisten naisten vertaistuki sekä se, että usein väkivaltakokemuksiin liittyy miespuoleinen henkilö. Naiset kertoivat omien seksuaalisen ja muun väkivallan kokemusten jakamisen ja kuulluksi tulemisen tärkeänä vaikeiden kokemusten käsittelemiseksi ja eteenpäin pääsemiseksi. Myös oman väkivaltaisuu- den käsitteleminen naisten kesken koettiin tärkeänä. (Heiskanen 2020, 34–35; Äijälä 2014, 73.)

Karttusen (2019) tutkimuksessa kuntoutujat kertovat, että esimerkiksi parisuh- teessa koettua väkivaltaa vähätellään ja erilaisiin uhkiin alireagoidaan. Lähei- sille ja poliisille vähätellään väkivaltatilanteiden vakavuutta. Naiset kertovat vä- kivallasta puhumisen vaikeana, mutta tärkeänä osana kuntoutumista. Tutki- muksen mukaan naisille on tärkeää, että työntekijät tuovat päihdeongelmai- selle naiselle esille, että naisten väkivaltakokemukset eivät ole normaaleja päihteiden käyttäjien maailmassa, tai että ne liittyvät siihen elämäntapaan kuuluvina ilmiöinä. (Karttunen 2019, 169–170).

Läheisissä ihmissuhteissa koettu väkiältä mm. alistamisen ja vähättelyn muo- dossa muokkaavat naisen omaa käsitystä itsestään. Naiset alkavat uskoa,

että eivät osaa enää tehdä asioita itsenäisesti, kuten käydä kaupassa. Aikuisen pystyvyyden tunteen tilalle tulee yleensä lapsuuteen liitettävä epävarmuus omasta toiminnasta. Kuntoutujat kertovat, että parisuhteessa jossa toinen hallitsee väkivalloin, alistamisen myötä tapahtuu uskon menetys itseensä. Epäuskosta itseensä tulee todellisuutta ja nainen ei enää pysty normaaleihin asioihin. Tätä vääristynyttä käsitystä naisilla omasta itsestään voidaan korjata hoidossa toisilta saadun arvostuksen, huolenpidon ja kunnioituksen kautta. (Karttunen 2019, 170.)

6.7 Äitiys ja ihmissuhteet

Osassa aineistoista naiset nostivat äitiyteen ja vanhemmuuteen liittyvät teemat tärkeäksi osaksi nais erityistä päihdetyötä. Aineistojen mukaan päihteitä käyttäneet äidit kokevat suurta häpeää ja syyllisyyttä päihteidenkäytöstään, ja siitä on ollut vaikeaa puhua. Äidit kokivat aiheen käsittelyn tärkeäksi pelkäänsä naisille suunnatussa ryhmässä. Ihmissuhteiden ja etenkin läheisten luottamuksen käsitteleminen nousi esiin, kuten myös läheisverkosto.

Naisten päihdekuntoutusryhmissä tehtyihin haastattelututkimuksiin osallistuneet äidit toivoivat päihdekuntoutuksessa käsiteltäväksi äitiyteen liittyviä teemoja, kuten raskaus, hyvä äitiys, lapsen kasvatusta, oma äitisuhde sekä tunteet. Äidit kertoivat syyllisyydestä ja häpeästä omasta päihteidenkäytöstään sekä epäonnistumisen tunteestaan ja epävarmuudestaan äitinä. Joidenkin äitien lapsi oli päihteiden käytön vuoksi huostaanotettu, ja siitä aiheutuvien vaikeiden tunteiden lempeää käsittelyä toivottiin osaksi keskustelua. Osalla äideistä oli kokemus omasta roolista päihdevanhemman lapsena, ja vanhemman mallin jatkaminen aiheutti heissä surua ja häpeää. Oman lapsuuden, lapsena saadun hoivan ja lähipiirin päihteidenkäytön läpikäyminen koettiin tärkeäksi sekä naisen itsensä, että hänen lastensa kannalta. Äidit kokivat, että he voivat puhua äitiydestä päihdekuntoutuksessa luottamuksellisesti ja ilman syyllistämistä, sillä ammattilaiset ymmärtävät, mitä riippuvuus on. Äidit kertoivat vertaistuen myös äitiyteen liittyvissä aiheissa tärkeäksi. (Heiskanen 2020, 32–33; Äijälä 2014, 71.)

Naiset pitivät tärkeänä keskustelua läheisten reaktioista päihderiippuvuuteen, läheisten luottamuksen menettämisestä ja palautumisesta sekä parisuhteesta

päihteitä käyttävän puolison kanssa. (Äijälän 2014, 72; Heiskanen 2020, 32.) Yhdessä tutkimuksessa nousi hyväksi koettuna teemana esiin sukupuoliyhteys ja läheisverkoston kartoittaminen (Äijälä 2014, 71).

Useassa aineistossa todettiin myös, että naisten voi olla hankala hakeutua pelkästään naisille suunnattuun päihdehoitoon aikaisempien hankalien naisten välisten ihmissuhteiden vuoksi ja he kokevat, että heidän on helpompi tulla toimeen miesten kanssa. Ongelmaksi saattoi myös muodostua sekamuotoisissa hoidoissa suhteet kuntoutuvien miesten ja naisten välillä. Naiset ovat kuitenkin olleet positiivisesti yllättyneitä, kun he ovat aloittaneet pelkästään naisille suunnatun päihdehoidon, vaikka odotukset hoidon alussa olisivat olleet negatiivisia. Positiiviseen kokemukseen vaikuttivat turvallinen ympäristö, jossa he pystyivät puhumaan mm. hyväksikäytöstä ja traumaista pelkästään naisten läsnä ollessa. (Neale ym. 2020, 993; Karttunen 2019, 142; McCrady ym. 2020, 6.)

Naisten päihdehoidossa merkityksellisiksi muodostuivat sosiaalisten suhteiden käsitteleminen. Suhteisiin sisältyivät perhe- ja läheissuhteet, oma äitiys sekä suhde vastakkaiseen sukupuoleen. Suhteisiin sisältyvät jännitteet, intensiivisyys, merkitykset, ongelmat ja ajalliset ulottuvuudet vaihtelivat. Keskeinen suhteisiin liittyvä ongelmallisuus palautui luottamuksen ja turvallisuuden tunteista päihdehoidossa. Naiset jäsensivät omaa paikkaansa ja olemistaan suhteiden näkökulmasta, ja siksi päihdeongelmaan liittyvä suhteiden särkyminen oli kivuliasta kohdata. Suhteita toisiin työstettiin naistenyhteisössä erilaisissa arkisissa tilanteissa, joissa keskusteltiin, toimittiin ja oltiin vuorovaikutuksessa. Yhteisö omana suhdeverkostonaan oli osaltaan yksi suhteiden tutkimisen ja niissä toimimisen harjoittelun paikka. (Karttunen 2019, 249–250).

Naisen tullessa päihdehoitoon täytyy huomioida hänen koko mahdollinen lähiverkostonsa, johon voi kuulua esimerkiksi lapset, perhe, ystävät tai naapurit. Osa naisista kertoo, että hoitoon tullessaan heidän mukanaan tulee koko verkosto. (Karttunen 2019, 143.)

6.8 Riippuvuus-teema

Riippuvuus teemana sisältyy yleisesti päihdekuntoutukseen, mutta halusimme ottaa myös tämän teeman mukaan katsaukseen, koska se tuli esiin tärkeänä osana yhtä valitsemaamme tutkimusta.

Tutkimuksessa naiset toivat esiin riippuvuuden käsittelyn tärkeänä teemana nais erityisessä kuntoutuksessa. Riippuvuus-teemaan sisältyvät aiheet olivat päihderiippuvuus, päihdehimo, puolison päihderiippuvuus, lipsuminen ja retkahtaminen sekä vaihtoehtoinen päihteen tekeminen. (Äijälä ym. 2014, 76).

7 POHDINTA

Tulosten luotettavuuteen voi vaikuttaa se seikka, että tutkimuksia kuntoutujien kokemuksista löytyi hyvin suppeasti ja tutkimusten otoskoot olivat melko pieniä. Saatavilla olevien tutkimusten suppeuden vuoksi valitsimme katsaukseen myös vertaisarvioimattomia aineistoja, joka voi osaltaan vaikuttaa tulosten luotettavuuteen. Kuitenkin kaikissa kymmenessä aineistossa kuntoutujien kokemuksissa toistuivat usein samat teemat, jonka taas voi ajatella lisäävän tulosten luotettavuutta pienestä otoskoosta huolimatta. Aiheesta täytyisi tehdä lisää tutkimuksia sekä käydä avointa keskustelua pelkästään naisille suunnatun päihdehoidon hyödyistä ja vaikuttavuudesta.

Naisten päihdehoito on kokonaisvaltaista ja siihen nivoutuu monia eri osa-alueita, kuten ihmissuhteet, äitiys, aikaisemmin koettu väkivalta sekä traumatisoivat kokemukset. Hoidon osa-alueiden moninaisuuden sekä yksilöllisten tekijöiden vuoksi tulosten vaihtelua ja ristiriitaisuutta ei voida tutkimuksissa täysin välttää. Päihderiippuvuudesta toipuminen on yksilökohtaista, ja siihen vaikuttavat tekijät vaihtelevat eri ihmisten välillä. Etsimme aineistoista kuntoutujien kokemuksia nais erityisestä päihdetyöstä, ja otimme analysointiin mukaan kaikki teemat, jotka nousivat esiin. Kuitenkin inhimillisiä virheitä on voinut tapahtua, ja osa kokemuksista on saattanut jäädä aineiston ulkopuolelle tai vastaavasti näkyä korostuneesti analysoinnissa. Kokemuksemme aineistojen analysoimisesta on vielä melko vähäistä, joten myös siihen liittyvät asiat voivat vaikuttaa saatuihin tuloksiin.

Myös muutamasta aineistosta käy ilmi, että pelkästään naisille suunnatun päihdekuntoutuksen vaikutuksista on varsin vähän tutkittua tietoa. Tutkijoiden mukaan olisi syytä selvittää, mikä mekanismi nais erityisessä tai sukupuolispesifissä hoitomuodossa tuottaa hyviä tuloksia. Aineistoista ilmenee, että nykyisellä tutkimustiedolla ei voida todeta varmuudella eroja hoitotuloksista sen mukaan, ovatko naiset osallistuneet naisille suunnattuun päihdehoitoon vai sekahoitoon. (Karttunen 2019, 52; Neale ym. 2018, 995.)

Karttunen (2019) kertoo, että tutkimuksia naisten päihdehoidosta tehdään erilaisin asetelmin ja erilaisin menetelmin. Myös mittauskohteet ja mittaustavat eroavat toisistaan. Tutkimukset ovat laajuudeltaan erilaisia, osa kohdistuu laajempaan väestöön ja osa suppeampiin klinisiin hoitoa saavien joukkoon. Osallistujien taustoissa ja päihdeongelman vakavuudessa on suuria eroja. Osa tutkituista hoitomuodoista sijoittuu avohoitoon ja osa laitoksiin. Tutkimusten heikkouksia ovat myös pienet otoskoot ja hoidon osa-alueita ja tuloksia koskevien määrittelyjen epämääräisyys. Tutkimuksista puuttuvat tarkat tilastolliset analyysit ja tutkittuja hoito-ohjelmia ei ole kuvattu tarpeeksi perusteellisesti. (Karttunen 2019, 54.)

Karttunen (2019) raportoi, että nais erityisyyttä koskevissa päihdetutkimuksissa on tuotu yhtenä ongelmana esille käsitteellinen, teoreettinen ja menetelmiin liittyvä epätarkkuus nais erityisyyden syvällisemmästä sisällöstä. Karttunen huomasi tutkimuksessaan, että nais erityisyys on selvästi tunnistettavissa, mutta joissakin kohdin on ollut vaikea perustella jonkin seikan nais erityisyyttä. Hän käyttää esimerkkinä päihdeongelmien hoidossa ja retkahduksen ehkäisyssä käytettävää kognitiivista viitekehystä, jota on sovellettu naisten päihdehoidossa, jolle on tutkimuksellista tukea ja joka sisältyy myös lääketieteen Käypä hoito -suosituksiin. Kognitiivinen viitekehys ei kuitenkaan itsessään ole se nais erityinen elementti. Sen toimivuus rakentuu nais erityiseksi työntekijöiden vuorovaikutustyylin ja orientoitumisen kautta ja siinä hoidollisessa kokonaisuudessa, jossa tunnistetaan ja käsitellään naisten hoidossa tärkeinä pidettyjä kysymyksiä samalla, kun sovelletaan kognitiivisen teorian lähtökohtia ja menetelmiä. (Karttunen 2019, 253.)

8 JATKOTUTKIMUSEHDOTUKSET

Mielestämme tutkimuksissa olisi jatkossa hyvä olla isompia otoskokoja sekä pitkäaikaista seuranta nais erityisen hoitomuodon vaikuttavuudesta, jolloin tulosten luotettavuus olisi suurempaa. Tarkempia määritelmiä hoidon eri osa-alueista tulisi kehittää, kuten myös ottaa huomioon tutkittavien taustat sekä päihdeongelman laajuus ja vakavuus. Myös sosiaalipolitiikan sekä hoitojärjestelmien muutokset tulisi huomioida pitkäaikaistutkimuksissa.

Myös McCrady ym. (2020) tutkimuksessa todetaan, että tarvitaan lisätutkimuksia siitä, onko nais erityinen ja vain naisille tarkoitettu päihdehoito parantanut naisten hoitoon pääsyä tai sitoutumista hoitoon. Tarvittaisiin kehittyneempiä tutkimusmenetelmiä, jotta voitaisiin käsitellä kysymyksiä, miten ja mitkä hoidot toimivat parhaiten ja kenelle. Hoitomuotojen valinnan tulisi perustua hoitoelementteihin, jotka perustuvat tieteeseen ja tutkimuksiin. (McCrady ym. 2020, 12–13.)

Mielestämme naisten päihdeongelman stigmaa tulisi vähentää kaikin tavoin. Tämä helpottaisi naisten hoitoon hakeutumista, kun syyllisyys ja häpeä väheneisi aiheen ympärillä. Tutkimuksissa voisi ottaa huomioon myös rakenteellinen väkivalta, joka on yhteiskunnallista, sosiaalisia rakenteita ja valtajärjestelmiä sekä oletuksia ja toimintatapoja, jotka ylläpitävät epätasa-arvoa.

Karttunen (2019) kertoo tutkimuksessaan, että hoitomallin sidottuna pelkäänsä naislähtöiseksi ei ole välttämättä aina tarpeen, vaan joidenkin naislähtöisten palvelujen liittäminen osaksi hoitoa voi olla joskus riittävää. (Karttunen 2019, 50,). Tämä sai aikaan ajatuksen, että voisiko Suomessa kehittää jonkin nais erityisen materiaalin, jota voisi käyttää sekamuotoisessa päihdekuntoutuksessa. Materiaalin lisäksi voisi tehdä naisille kyselytutkimuksen, jonka avulla voisi kartoittaa naisten kokemuksia nais erityisestä työskentelystä osana sekamuotoista päihdekuntoutusta. Tällaisella toimintatavalla nais erityisyyden saisi huomioitua nykyistä laajemmin ja taloudellisemmin, ja aiheesta voitaisiin tehdä pitkäaikaista tutkimusta samalla tutkimuspohjalla.

LÄHTEET

- Heiskanen, T. 2020. Nais erityinen päihdetyö kuntoutusyksikössä: Asiakaslähtöinen Bikva-arviointitutkimus. YAMK-opinnäytetyö. Laurea-ammattikorkeakoulu. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/343268/Heiskanen_Tiia.pdf?sequence=2&isAllowed=y. [viitattu 19.6.2024].
- Karttunen, T. 2019. Nais erityistä päihdehoitoa. Etnografinen tutkimus päihdehoitolaitoksen naisyhteisöstä. Jyväskylän yliopisto. Humanistis-yhteiskunnallinen tiedekunta. Väitöskirja. PDF-tiedosto. JYU Dissertations. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-7839-6>. [viitattu 26.4.2024].
- Karttunen, T. 2020. Naiset tarvitsevat kokonaisvaltaista päihdehoitoa. Janus Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön *Tutkimuksen Aikakauslehti*, 28(1), 77–84. Saatavilla: <https://doi.org/10.30668/janus.85766>. [viitattu 10.6.2024].
- Klaavu, J. 2023. Lapsuuden kehityksellinen trauma. Syy arvottomuuteen, häpeään ja syyllisyyteen. Helsinki: Viisas Elämä Oy.
- Kuivalainen, H-M. 2018. Nais erityinen työote päihdekuntoutuksessa. Pro Gradu tutkielma. Itä-Suomen Yliopisto. Sosiaalityön tutkinto. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/19504/urn_nbn_fi_uef-20180630.pdf;jsessionid=EE746B24B536939B218C81245F464230?sequence=1. [viitattu 9.7.2024].
- Kuronen, M. 2022. Marginaalisuuden, haavoittuvuuden ja nais erityisyyden käsitteellisiä paikannuksia. Jokinen, A., Raitakari, S., Ranta, J. toim. 2022. Sosiaalityö yhteiskunnan marginaaleissa. Konstruktionistisia jäsennyksiä. E-kirja. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/Record/kaakkuri.222606?sid=3894175367>. [viitattu 26.4.2024].
- Lempinen, I., Rouninoja, K. & Äijälä, S. 2014. Huumeita käyttävät naiset. Julkaisussa T. Orjasniemi (toim.) Moniammatillisen päihdetyön käytäntöjä kehittämässä – kohdeilmiöitä, menetelmiä, strategioita ja rajapintoja. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja C. Työpapereita 57. Rovaniemi. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/61828/Moniammatillisen%20p%c3%a4ihdety%c3%b6n%20k%c3%a4yt%c3%a4nt%c3%b6j%c3%a4%20kehitt%c3%a4m%c3%a4ss%c3%a4_C57_Orjasniemi_Tarja%20%282%29%20PDFA.pdf?sequence=4&isAllowed=y. [viitattu 13.6.2024].
- McCrary, B. S., Epstein, E. E. & Fokas, K. F. 2020. Treatment interventions for women with alcohol use disorder. *Alcohol Research: Current Reviews*, 40(2), 1–18. Verkkojlehti. Saatavissa: <https://arcr.niaaa.nih.gov/media/37/download?inline> [viitattu 5.6.2024].
- Neale, J., Tompkins, C., Marshall, A., Treloar, C. & Strang, J. 2018. Do women with complex alcohol and other drug use histories want women-only residential treatment? *Addiction*. Society for the study of addiction.

Doi:10.1111/add.14131, 991-996. PDF-dokumentti.. Saatavissa: <https://research-ebsco-com.ezproxy.xamk.fi/c/b3hkfh/viewer/html/tevvmr5tn>. [viitattu 10.6.2024].

Nätkin, R. 2006. Kulttuurisista merkityksistä hoidon tutkimukseen. Teoksessa Nätkin, R. (toim.) Pullo, pillerit ja perhe. PS-kustannus: Jyväskylä.

Salovaara, U. 2019. Päihteet ja nais erityisyys. Haaste. 19(4), 24–25. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/73408/1/Haaste4-19_s24-25.pdf .[viitattu 3.6.2024].

Salovaara, U., Kanervo, R. 2023. "En tiedä missä olisin nyt, jos ei olisi tätä RIKSUa.": Nais erityinen ja sukupuolisensitiivinen työote muutosprosessin käynnistäjänä ja mahdollistajana. Teoksessa Kanervo. R. (toim.) RIKSU- Rikoksista irtaantumista tukeva sukupuolisensitiivinen kuntoutus. Laurea-julkaisut 208. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/803391/Laurea%20julkaisut%20208.pdf?sequence=2&isAllowed=y>. [viitattu 18.7.2024].

Savolainen, J., Kivimäki, A., Vikman, M. 2023. Mielenterveys- ja päihdehoito-työ. SanomaPro Oy. Helsinki.

Shirley-Beavan, S., Roig, A., Burke-Shyne, N., Daniels, C. & Csak, R. 2020. Women and barriers to harm reduction services: a literature review and initial findings from a qualitative study in Barcelona, Spain. *Harm Reduction Journal* volume 17, artikkeli 78.1-13. Verkkoletti. Saatavissa: [Women and barriers to harm reduction services: a literature review and initial findings from a qualitative study in Barcelona, Spain | Harm Reduction Journal | Full Text \(bio-medcentral.com\)](https://doi.org/10.1007/s12675-020-00781-1). [viitattu 6.6.2024].

Sugarman, D.E., Meyer, L.E., Reilly, M.E. & Greenfield, S.F. 2020. Gender-Specific Intervention for Women with Substance Use Disorders. *Journal of Women's Health*. Vol. 29, 5: 13. 05.2020, 636-646. Verkkolehti. Saatavissa: [Feasibility and Acceptability of a Web-Based, Gender-Specific Intervention for Women with Substance Use Disorders | Journal of Women's Health \(liebertpub.com\)](https://www.liebertpub.com/jwh). [viitattu 6.6.2024].

Toimintakeskus Polku. s.a. Etelä-Savon vapautuvien tuki ry. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://toimintakeskuspolku.fi/>. [viitattu 12.6.2024].

Tuomi, J., & Sarajärvi, A. 2017. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi. E-kirja. Saatavissa: <https://www.bookbeat.fi/welcome> [viitattu 11.4.2024].

Vesa, E, Orjasniemi, T. & Skaffari, P. 2017. Ikääntyvien päihdeongelmaisten naisten tuen tarpeet ja kotiin jalkautuvan päihdetyön mallin kehittäminen. Artikkel. *Gerontologia* 31: 1, 23-37. PDF-dokumentti. Saatavissa: [Ikääntyvien päihdeongelmaisten naisten tuen tarpeet ja kotiin jalkautuvan päihdetyön mallin kehittäminen - pdf \(journal.fi\)](#) [viitattu 1.6.2024].

Vilkka, H. 2023. Kirjallisuuskatsaus metodina, opinnäytetyön osana ja tekstilajina. Helsinki: Art House Oy. E-kirja. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/Record/kaakkuri.222606?sid=3894175367> [viitattu 11.4.2024].

Äijälä, S. 2014. Päihteettömyysryhmä osana vauvaperheille suunnattua päiväperhekuntoutusta. Julkaisussa T. Orjasniemi (toim.) Moniammatillisen päihdetyön käytäntöjä kehittämässä – kohdeilmiöitä, menetelmiä, strategioita ja rajapintoja. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja C. Työpapereita 57. Rovaniemi, 64–78. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/61828/Moniammatillisen%20p%C3%A4ihdety%C3%B6n%20k%C3%A4yt%C3%A4nt%C3%B6j%C3%A4%20kehitt%C3%A4m%C3%A4ss%C3%A4_C57_Orjasniemi_Tarja%20%282%29%20PDFA.pdf?sequence=4&isAllowed=y. [viitattu 18.6.2024].

Taulukko 3. Opinnäytetyöhön valitut aineistot

Bibliografiset tiedot	Tutkimuksen tarkoitus ja kohdejoukko	Aineiston koko ja aineistonkeruumenetelmä	Keskeiset tulokset
Sugarman, D.E., Meyer, L.E., Reilly, M.E. & Greenfield, S.F. (2020) Gender-Specific Intervention for Women with Substance Use Disorders. Journal of Women's Health. Julkaistu vol. 29, numero 5: 13. 05.2020, 636-646.	Verkkopohjainen psykoedukaatiointerventio naisille, joilla on päihdeongelma lisänä tavalliseen hoitoon sekasukupuoliossa päihdehoito-ohjelmassa.	Tutkittiin yhden istunnon intervention toteutettavuutta ja hyväksyttävyyttä esipilotitutkimuksessa, johon osallistui 30 naista, joilla päihdeongelma Näiden tietojen perusteella tarjennettiin interventiota ja testasimme toteutettavuutta ja hyväksyttävyyttä 60 naisella.	Naiset ilmoittivat olevansa erittäin tyytyväisiä interventioon. Tyytyväisyys ei eronnut merkittävästi hoidon tason (sairaalahoito, osittainen sairaalahoito tai avohoito) tai iän mukaan, eikä se ollut yhteydessä aiempien hoitajaksojen määrään. Osallistujat korostivat, että on tärkeää puuttua samanaikaisesti esiintyviin häiriöihin, traumoihin ja seksuaaliseen hyväksikäyttöön naisten päihdehoidossa.
Karttunen Teija, 2019. Nais erityistä päihdehoitoa. Akateeminen väitöskirja. Etnografinen tutkimus päihdehoitolaitoksen nais yhteisöstä.	Tutkimuksen tehtävä on tarkastella naisille tarkoitettua yhteisömuotoista päihdehoitoa naisille tarkoitettuna interventiona.	Etnografinen tutkimus. Havainnointi aineisto ja työnteekijöiden etnografiset haastattelut kahdessa eri päihdekuntoutus laitoksessa 2007-2010.	Viisi keskeistä ulottuvuutta nais erityisessä päihdehoidossa: naiseus ja sukupuolen merkitys, kehollisuus ja traumatisoituminen, identiteetti, tunteet ja mielenterveys, sosiaaliset suhteet, sekä päihderiippuvuus ja yksilökohtainen muutostyö. Tutkimus osoittaa, että naisten päihdehoidon tulee olla kokonaisvaltaista ja monialaista, ottaen huomioon psykososiaaliset ongelmat ja traumaattiset kokemukset. Hoidossa on tärkeää varmistaa hoidollinen jatkuvuus myös laitoksen ulkopuolella, sillä naisten toimimisessa keskeistä on heidän kykynsä kiinnittyä takaisin yhteiskuntaan ja muodostaa tukiverkostoja.
Eila Vesa, Tarja Orjasniemi & Pia Skaffari, 2017. Ikääntyvien päihdeongelmaisten naisten tuen	Selvittää ikääntyneiden päihdeongelmaisten tuen tarpeet, kehittää kotiin tehtävää päihdetyötä	Tutkimusaineisto käsittää viiden iältään 65-71-vuotiaan	Ikääntyvien päihdeongelmaisten naisten tukeminen vaatii kokonaisvaltaista ja

tarpeet ja kotiin jalkautuvan päihdetyön mallin kehittämisen. Artikkel. Julkaisussa Gerontologia 31: 1, 23-37.	ja parantaa palveluiden saatavuutta ja tehokkuutta.	Etelä-Suomessa kotona yksin asuvan naisen haastattelut.	räättälöityä lähestymistapaa. Naiset kärsivät yksinäisyydestä ja häpeästä, joka pahentaa päihdeongelmia. Kotiin jalkautuva työ vähentää sosiaalista eristyneisyyttä ja parantaa elämänlaatua.
Heiskanen Tiia 2020. Naisierityinen päihdetyö kuntoutusyksikössä: Asiakaslähtöinen Bikva-arviointitutkimus. YAMK-opinnäytetyö. Laurea-ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan käytäntöjen asiakaslähtöinen kehittäminen-koulutus.	Selvittää, millaisia naiseuteen ja naisierityisyyteen liittyviä teemoja naisten päihdekuntoutuksen kannalta on tärkeää käsitellä. Saada päihderiippuvaisten naisten ääntä kuuluviin sekä ymmärtää naisten päihderiippuvuuden ilmenemistä ja sen seurauksia.	Laadullinen tutkimus. Ryhmähaastattelu Bikva-arviointimenetelmää käyttäen. Haastatteluun osallistui viisi (5) päihdekuntoutusyksikössä olevaa naisasiakasta, työntekijöitä sekä esihenkilöitä.	Teemoiksi nousivat äitiys, naiseus, ikävien kokemusten ja tunteiden käsittely. Tunteet teemana nousivat voimakkaasti esille ja ne yhdistivät kaikkia teemoja. Tärkeiksi nousivat myös vertaisuus sekä naistyöntekijän merkitys naisten ryhmässä.
Neale, J., Tompkins, C., Marshall, A, Treloar, C., Strang, J. Do women with complex alcohol and drug use histories want women-only residential treatment. Artikkel. Addiction. National addiction centre, London.	Tutkimus selvitti naisten näkemyksiä naisille suunnattujen asumispalvelujen houkuttelevuudesta ja hyödyistä huomioiden heidän alkoholi- ja huumehistoriansa.	Puolistrukturoitu haastattelu. 19 naista iältään 25-44-vuotiaita.	Naisilla, joilla on monimutkainen päihdetusta, suhtautuivat positiivisesti naisille suunnattuihin asumispalveluihin. Palvelut tarjosivat heille turvaa, tukea ja yksilöllistä hoitoa. Naiset raportoivat myös riidoista, epäluottamuksesta ja jännitteistä hoidon aikana johtuen huonoista suhteista toisiin naisiin.
Äijälä, S. (2014) Päihteettömyysryhmä osana vauvaperheille suunnattua päiväperhekuntoutusta. Julkaisussa T. Orjasniemi (toim.) Moniammatillisen päihdetyön käytäntöjä kehittämässä – kohdeilmioita, menetelmiä, strategioita ja rajapintoja. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja C. Työpapereita 57. Rovaniemi, 64–78	Tavoitteena saada osallistujilta kehittämisehdotuksia naisten päihteettömyysryhmässä käsiteltäviin teemoihin.	Päiväperhekuntoutuksen yhtenä osana on kerran viikossa, yhteensä 12 kertaa kokoontuva äitien päihteettömyysryhmä, johon osallistui kerrasta riippuen 3 tai 4 äitiä.	Äidit kokivat kaikki käsitellyt teemat tärkeiksi-sukupuuta ja päihteet omassa lapsuudessa, lähisuhteet, riippuvuus, kehollisuus, naiseus, väkivalta, retkahdus ja hätäsuunnitelma sekä voimavarojen kartoittaminen. Keskustelun tarve nousi erityisesti naiseuteen, parisuhteeseen ja riippuvuudesta irtautumiseen. Ryhmän tuki koettiin tärkeänä.
Shirley-Beavan, S., Roig, A., Burke-Shyne, N., Daniels, C. & Csak, R. (2020) Women and barriers	Kartoittaa naisten kohtaamia esteitä "haittojen vähentämispalveluiden" käytössä.	Kirjallisuuskatsaus yhdistettynä kvalitatiiviseen tutkimukseen. Kvalitatiivinen	Tutkimuksessa korostetaan, että naisten erityistarpeet on huomioitava ja suku-

to harm reduction services: a literature review and initial findings from a qualitative study in Barcelona, Spain. Harm Reduction Journal volume 17, artikkeli-numero 78 (2020).	tössä. Miten sukupuoliin liittyvät tekijät vaikuttavat palveluiden saatavuuteen ja käyttöön. Kohdejoukkona ovat erityisesti huumeita käyttävät naiset Barcelonassa, Espanjassa. Osa tutkimuksesta perustuu naisten kokemuksiin, jotka on kerätty haastattelemalla.	osa tehty haastattelulla.	puolisensitiivistä lähestymistapaa on kehitettävä, jotta palvelut olisivat tehokkaita ja saavutettavissa kaikille.
McCrary ym. 2020. Treatment interventions for women with alcohol use disorder	Tutkimuksessa käsitellään naisten alkoholinkäyttöhäiriötä ja sen hoitoon liittyviä erikoistarpeita.	Artikkeli on kirjoitettu aikaisempien tutkimusten pohjalta naisten päihdeongelmien hoidosta.	Tutkimuksessa korostetaan, että naisten alkoholinkäytön häiriön osalta on tärkeää tarjota monipuolisia hoitomuotoja, jotka vastaavat naisten erityistarpeisiin ja parantavat hoitoon sitoutumista ja hoitotuloksia.
Kuivalainen, H-M. 2018. Nais erityinen työote päihdekuntoutuksessa. Pro gradu-tutkielma. Sosiaalityön koulutus. Itä-Suomen Yliopisto. (sivut 33-34)	Tutkimuksen tarkoitus on selvittää, mitä nais erityinen työskentely on ja miksi sitä käytetään tutkimustavissa yksiköissä, sekä miten nais erityinen työskentely toteutuu naisille suunnatuissa päihdepalveluissa.	Laadullinen tutkimus. Aineisto on kerätty teemahaastatteluna kahdesta nais erityisestä työotetta käyttävästä yksiköstä; Hoitokoti Tuhkimosta sekä Nais tenkartano ry:stä.	Tulosten mukaan nais erityiseen työskentelyyn sisältyy keskeisesti naisten toteuttama hoiva, yhteisöllisyys, vertaistuki, naiseus sekä esteettisyys. Työssä huomioidaan naisen fysiologiset, emotionaaliset sekä sosiaaliset tarpeet.
Salovaara, U., Kanervo, R. 2023. "En tiedä missä olisin nyt, jos ei olisi tätä RIKSUa": Nais erityinen ja sukupuolisensitiivinen työote muutosprosessin käynnistäjänä ja mahdollistajana. Artikkeliteoksessa Kanervo, R. (toim.) RIKSU- Rikoksista irtaantumista tukeva sukupuolisensitiivinen kuntoutus.	Selvittää kuntoutujien kokemuksia rikoksista ja päihdeistä irtaantumista tukeva nais erityisestä ja sukupuolisensitiivisestä kuntoutuksesta.	Hankkeeseen osallistuneiden naisten haastattelut. Artikkelissa ei kerrota haastateltujen naisten määrää tai muita tietoja heidän anonymiteettiensa turvaamiseksi.	Nais erityiseen työotteeseen kuuluu koko naisen hyvinvoinnin huomioiminen kokonaisvaltaisesti, turvallisuudessa ja sensitiivisessä ilmapiirissä.

Taulukko 4. Aineiston analyysin etenemisen kuvaus

Alkuperäinen tutkimus-tulos	Pelkistetty kuvaus	Alakategoria
Janita (työntekijä) pyytää Mira kertomaan, mikä on koko jakson keskeinen oivalus. Mira miettii hetken ja luettelee sitten: pysähtyminen, etäisyys siviiliin, asioiden käsittely, vertaistuki ja kokemus siitä, että kuuluu nyt johonkin. ”Tuli sellainen tunne Ruusussa”, hän kiteyttää. Janita toteaa tähän: ”Yhteenkuuluvuus ja vertaistuki täällä on tosi tärkeitä ja ilman niitä ei oikein edes voi kuntoutua.” Mira nyökyttelee ja jatkaa: ”Ja äitinä mulla on se syyllisyys... täällä on huomannu, että on niin ku muitakin” (samassa tilanteessa olevia äitejä (Karttunen 2019, 122))	Keskeisiä hoitojakson oivalluksia ovat olleet pysähtyminen, etäisyys siviiliin, asioiden käsittely, vertaistuki ja kokemus siitä, että kuuluu johonkin. Yhteenkuuluvuus ja vertaistuki on tärkeää, ilman niitä ei voi edes kuntoutua. Äitinä koettu syyllisyys ja huomio, että on muitakin samassa tilanteessa olevia äitejä.	Yhteenkuuluvuus, vertaistuki, jaetut kokemukset.
Toisten naisten kokemusten kuuleminen auttoi heitä luomaan enemmän ymmärrystä itseensä tuntemaan vähemmän häpeää ja yksinäisyyttä. (Neale 2020, 993–994)	Toisten naisten kokemukset vähensivät häpeää ja yksinäisyyttä	Jaetut kokemukset vähensivät häpeää ja yksinäisyyttä.
Turvallinen ympäristö antaa naisille mahdollisuuden jakaa kokemuksia ja luoda yhteenkuuluvuuden tunnetta, mikä tehostaa hoidon kykyä torjua leimautumista ja itsensä leimaamista. (Shirley-Beavan 2020, 3)	Turvallinen ympäristö mahdollistaa kokemusten jakamisen ja luo yhteenkuuluvuutta ja vähentää stigmaa.	Turvallinen ympäristö mahdollistaa kokemusten jakamisen ja vähentää stigmaa
Osa naisista koki myös tarpeelliseksi pelkästään naisille suunnatun päihdehoidon koska heillä oli taustalla raiskauksia, seksuaalista väkivaltaa ja he kokivat, että pystyivät kertomaan näistä kokemuksista helpommin pelkästään naisten läsnä ollessa. (Neale ym. ym. 2020, 993).	Naisille suunnattu päihdehoito tarpeellisempaa, koska taustalla seksuaalista väkivaltaa ja helpompi jakaa kokemuksia	Turvallinen ympäristö jakaa traumaattisia kokemuksia.
”Muistan silloin alkuvuosina, meille tuli yksi nainen, joka sanoi, ettei olisi koskaan tullut hoitoon, jos olisi ollut yksikin mies töissä. Niin pahasti hän oli väkivaltaa kokenut.” (Kuivalainen 2018, 34)	Turvallisuuden tunne, joka tulee pelkästään naisille suunnatussa ympäristössä.	Naisyhteisön tuoma turvallisuuden tunne

Haastateltavista jokainen oli sitä mieltä, ettei toisi kokemi- aan asioita esille yhteisessä ryhmässä miesten kanssa. Naiset kokivat, että voivat luottaa enemmän naisiin ja naiset ymmärtävät mistä on kyse. Myös ryhmänohjaajan tulee olla nainen näitä asi- oita käsitellessä. (Heiskanen 2020, 34)	Turvallisuuden tunne, joka tulee pelkästään naisille suunnatussa ympäristössä.	Naisyhteisön tuoma turvalli- suuden tunne
“Just näin sen pitäisi olla, että pystyy tuomaan näitä ai- heita (väkivaltaa ja naisen roolia päihdemaailmassa) esille. Kerro nyt tällaisia, jos X (mieshenkilön nimi) on ryhmässä. Kun mä tiedän, ketä se on mätkenyt.” (Heis- kanen 2020, 34)	Turvallisuuden tunne, joka tulee pelkästään naisille suunnatussa ympäristössä.	Naisyhteisön tuoma turvalli- suuden tunne
Yhden sukupuolen hoitoym- päristöissä olevat naiset ra- portoivat lisääntyneen muka- vuuden, tuen, kuulumisen ja turvallisuuden tunteista (Su- garman ym. 2020, 644)	Pelkästään naisille suunna- tussa hoitoympäristössä nai- set kokivat mukavuuden, tuen yhteenkuuluvuuden ja turvallisuuden tunnetta.	Naisyhteisön tuoma turvalli- suuden tunne
“Se on tärkeä, et se on ollu nainen, koska se on kuitenkin niinku rankkoja asioita taustalla, niinku seksuaalisuu- teen ja tämmöseen liittyviä juttuja, niin sit se tuntuis tosi nöyryyttävältä tai silleen ker- too jollekin miehelle.” (Salo- vaara ym. 2023, 54)	Naistyöntekijöiden tuoma turvallisuuden ja luottamuk- sen tunne	Naisyhteisön tuoma turvalli- suuden tunne
Työntekijät kysyvät, miten laitoksessa oleminen auttaa. Ruusut tuovat esille laitok- sessa olemiseen liittyen tur- vallisuuden, arjen ja sen ru- tiinit. Mikä tuottaa turvalli- suutta, kysyvät työntekijät. Ruusut vastaavat: luottamus (Karttunen. 2019, 113)	Naiset kokevat siellä turvalli- suutta, joka syntyy luotta- muksesta ja arjesta ja sen rutiineista.	Turvallisuus, joka syntyy luottamuksesta ja arjessa toistuvista rutiineista.
Viittauksia Ruusussa ja Lai- toksessa olemiseen: saman- laisessa tilanteessa olevat auttavat, vertaistuki; ”täällä oleminen” (Karttunen 2019, 113).	Vertaistuki on suuri apu kun- toutuksessa	Päihdekuntoutuksessa tär- keää on vertaistuki
“Loppupalautteissa on ko- rostunut vertaistuen merkitys riippumatta kuntoutujan yh- teiskunta-asemasta tai kou- lutuksesta. Kuntoutuja uskoo vertaisen kokemusta ja ker- tomaa paremmin kuin työn- tekijän, toisen kuntoutujan kertomus on tehokkaampi.” (Kuivalainen 2018, 33)	Vertaistuki koetaan merki- tyksellisenä	Vertaistuen merkityksellisyys

Naisilla, joilla on traumaa tai hyväksikäyttöä taustalla voi olla turvallisempi ympäristö keskustella asioista, jos paikalla on pelkästään naisia. Sekaryhmässä miesten läsnäolo voi triggeröidä trauma-oireet (McCrary ym. 2020, 6)	Trauma- ja hyväksikäyttötaustaiset naiset kokevat turvallisemmaksi keskustella ympäristössä, joissa on vain naisia. Miesten läsnäolo voi tuoda esiin trauma-oireita	Turvallinen ympäristö keskustella traumaista vain naisten kesken
Ryhmäytyminen ja luottamuksen syntyminen. Ei olla yksin ongelmien kanssa. (Äijälä 2014, 71)	Ryhmäytyminen, luottamus ja vertaistuki	Vertaistuki ja luottamus ryhmässä
Luottamuksen lisääntyessä uskaltaa jakaa ryhmässä enemmän. (Heiskanen 2020, 32)	Luottamus ryhmän sisällä koettiin tärkeänä.	Luottamus ryhmässä
Omat ajatukset ovat olleet yhteneväisiä toisten ryhmässä olevien kanssa (Heiskanen 2020, 32)	Toisten kuuleminen merkityksellistä	Vertaistuki
Syylisyys vähenee, kun kuulee muiden kertomuksia ja olo helpottuu. (Äijälä 2014, 71)	Vertaistuki vähentää syyllisyyttä	Vertaistuki
No sen merkitys mun mielestä on tänne tulevalle ruusulle usein... usein se, että nyt ei tarvi pelätä, nyt ei tarvi jännittää, nyt ei tarvi välttämättä tälläytyä eikä laittaa itseään, koska täällä on vain naisia. Jotenkin turvallisuus on mun mielestä ensimmäisenä se, mikä liittyy naisyyhteisöön. Kyllä se täälläkin joskus naisten kesken sitten järkkyy, mut silloin kun uus ruusu tänne tulee niin se on usein se ensimmäinen asia, että nyt on turvassa. Vain naisia ympärillä, et nyt on turvassa. (Karttunen 2019, 119)	Ei tarvitse pelätä, jännittää eikä laittaa, koska täällä on vain naisia. Turvallisuus tulee ensimmäisenä mieleen naisyyhteisöstä. Kyllä naistenkin kesken täällä turvallisuus joskus järkkyy.	Naisyyhteisössä koettu turvallisuus, vaikka naisten kesken esiintyy välillä ristiriitoja.
Kaikki äidit kokivat sukupuutyöskentelyn ja läheisverkoston kartoittamisen tärkeäksi. (Äijälä 2014, 71)	Läheisverkoston kartoittaminen tärkeää	Läheisverkoston kartoittaminen
Hoidossa opetetaan naisille, miten tunnistaa trauma ja hyväksikäytön eri muotoja ja auttaa heitä ymmärtämään tyypillisiä reaktioita traumaan ja hyväksikäyttöön ja edistää selviytymiskeinojen kehittämistä niihin. (McCrary ym. 2020, 9).	Trauman ja hyväksikäytön tunnistaminen sekä niiden aiheuttamien tyypillisten reaktioiden ymmärtäminen ja selviytymiskeinoja näihin.	Trauman tunnistaminen ja sen aiheuttamat reaktiot ja selviytymiskeinot

Monet naisista pelkäsivät aloittaa vain naisille suunnatun suljetun päihdehoidon, koska aikaisemmat suhteet naispuolisiin henkilöihin olivat huonoja. (Neale ym. 2020, 992)	Aikaisemmat suhteet naispuolisiin henkilöihin olivat huonoja.	Naispuolisiin henkilöihin hankalat suhteet.
Meillähän on semmonen sanonta, että kun mies tulee tänne (laitokseen) ni tulee mies ja muovipussi, mutta sitte ku tulee nainen, niin tulee nainen, yhdeksän matkalaukkua, mies, äiti, isä, lapset, naapuri ja ystävä... siis verkosto, kaikki ne tulee.” (Karttunen 2019, 143.)	Kun laitokseen tulee mies, niin tulee mies ja muovipussi. Kun nainen tulee, niin tulee yhdeksään matkalaukua, mies, äiti, isä, lapset, naapuri ja ystävä, koko verkosto tulee mukana.	Naisen mukana päihdehoitoon tulee koko verkosto, isä, äiti, lapset, ystävä, naapuri.
Toisaalta sitten on ruusuja, jotka kuvailee itseä sanomalla, että mä oon hyvä jätkä ja jotka on aivan niin kun järkyttyneitä siitä et pitääks mun niin kun tulla naisten kanssa toimeen et mä en niin kun tykkää tästä. Et mä oon aina tullu miesten kans toimeen et miehet on ollu aina se, jonka kanssa mä niin kun hoidan asiat (Karttunen 2019, 142.)	Pidetään itseä hyvänä jätänä. Pitääkö tulla toimeen toisten naisten kanssa. Olen tullut aina toimeen paremmin miesten kanssa ja asiat on helpompi hoitaa heidän kanssaan.	Naisten kanssa toimeen tulemisen vaikeus. Totuttu toimimaan miesten kanssa ja se koetaan helpompana.
Osa naisista oli kokenut ongelmalliseksi sekamuotoisessa hoidossa sen, että he olivat ryhtyneet suhteisiin hoidossa olevien miesten kanssa. (Neale ym. 2020, 993).	Naiset aloittivat suhteen hoidossa olevien miesten kanssa sekamuotoisessa hoidossa	Ongelmalliset miessuhteet sekamuotoisen hoidon aikana.
Naiset tuovat keskusteluun esille myös sen, miten esimerkiksi parisuhdeväkivaltaa vähätellään yhtä lailla: ”Mä äitillekin selitin, et ei tässä mitään... kompastuin rappusissa – ja oikeesti en pystynyt ees istumaan ku toisella puolella. Et siinä sitte töissä kaupan kassalla.” Tai kun joku ulkopuolinen on soittanut poliisin apuun väkivaltatilanteeseen: ”Ei tässä mitään... me just sovittiin – ja meinasin just kuolla.” Useat naiset ryhmässä tunnistavat tämän: koettua väkivaltaa vähätellään ja sen, miten erilaisiin uhkiin alireagoidaan (Karttunen 2019, 169).	Parisuhdeväkivaltaa vähätellään. Äidille kertonut, että kompastui rappusissa ja ei ole hätää. Oikeasti en pystynyt edes istumaan kuin toisella puolella. Menin kuitenkin töihin kaupan kassalle. Tai kun joku ulkopuolinen on soittanut poliisin apuun väkivaltatilanteeseen ja kerrottu, että asia on sovittu jo keskenään vaikka kokemus oli, että meinasi juuri kuolla. Koettua väkivaltaa vähätellään ja erilaisiin uhkiin alireagoidaan.	Koettua väkivaltaa vähätellään ja erilaisiin uhkiin alireagoidaan.
”Itelle anteeks antaminen on helpompaa, kun ymmärtää et mitä riippuvuus tarkoittaa.” (Äijälä 2014, 72)	Riippuvuus-teeman käsittely vertaisryhmässä koettiin tärkeäksi	Riippuvuuden käsitteleminen

Päihdehimon, sen ilmenemisen ja hallitsemisen läpikäyminen koettiin tärkeänä. (Äijälä ym. 2014, 72)	Päihdehimon käsittely vertaisryhmässä koettiin tärkeäksi	Päihdehimon käsitteleminen
Äidit kertovat, että jos olisivat aiemmin käsitelleet jonkin tahon kanssa retkahduksia, niin niitä olisi voinut välttää. (Äijälä ym. 2014, 72)	Lipsahdusten ja retkahdusten käsitteleminen koettiin hyvin tärkeänä.	Lipsumisen ja retkahtamisen käsitteleminen
Äidit kokivat hyväksi ryhmässä käsiteltyjen teemojen kokoamisen sekä omien voimavarojen kartoittamisen tulevaisuuden tavoitteita ajatellen. (Äijälä ym. 2014, 73)	Ryhmässä käsiteltyjen asioiden kokoaminen ja omien voimavarojen kartoittaminen koettiin hyvänä ryhmän päättyessä.	Teemojen kokoaminen ja omien voimavarojen kartoittaminen
”Jos lasta ei olisi, niin vetäisin enkä olis tässä.” (Äijälä ym. 2014, 73)	Mielekkään tekemisen miettiminen päihteiden tilalle	Mielekäs päihteetön tekeminen
”Parisuhde ei toimi, jos toinen lopettaa ja toinen jatkaa päihteiden käyttöä.” (Heiskanen 2020, 32)	Parisuhde toisen päihdeongelman kanssa	Päihderiippuvainen puoliso
”Puolison päihteiden käyttäminen yllyttää itseäkin käyttämään.” (Heiskanen 2020, 32)	Parisuhde toisen päihdeongelman kanssa	Päihderiippuvainen puoliso
”Mun äiti ja sisarukset uskaltaa antaa mulle nykyään rahaa kiitos muutaman kympin, et oon saanu luottamusta takaisin ja se tuntuu hyvälle.. Et ne tietää, ettei se raha mee Subuun vaan ruokaan.” (Äijälä 2014, 72)	Läheisten luottamus palautuu päihteidenkäytön loppuessa	Läheisten luottamuksen palautuminen
Äidit kokevat läheisten reaktiot päihderiippuvuuteen haastaviksi, ja ne vaikuttavat vahvasti luottamukseen ja sen menettämiseen. (Äijälä 2014, 72)	Läheisten reaktiot ja luottamus	Läheisten luottamuksen menettäminen
Naiset eivät tuo oma aloitteisesti päihdeongelmansa esille koska juomiseen liittyy häpeä, itseinho ja syyllisyys johtavat ongelmien salaamiseen peittelyyn ja siihen että ongelma kielletään itseltä läheisiltä ja ammattilaisilta. (Vesa ym. 2017, 27)	Päihdeongelmaa ei tuoda esille, koska siihen liittyy häpeää, syyllisyyttä, itseinhoa.	Päihteisiin liittyvä häpeä, syyllisyys, itseinho.
Hoitoon hakeutuminen tapahtui vasta pakon edessä, kun he eivät kyenneet itse katkaisemaan juomistaan. (Vesa ym. 2017, 28.)	Hoitoon hakeudutaan vasta pakon edessä, kun juomista ei saada itse katkaistua.	Hoitoon hakeutuminen vasta pakon edessä.
Hoitoon ei tullut hakeuduttua aiemmin, koska äidit kokivat, että he olisivat sen kuitenkin pilanneet. Epäluottamus itseä kohtaan. (Heiskanen 2020, 32)	Epäluottamus itseä kohtaan, jonka vuoksi ei hakeuduttu aiemmin hoitoon	Hoitoon hakeutuminen vasta pakon edessä.

<p>Pirjo miettii, häpeääkö mies Pirjoa: "Ku mulle ykskin sano, et kun hävettää noi vitunkantotelineen raamit."</p> <p>Pirjo kertoo myös tekstiviesteistä, joita mieheltä saa ja lukee niitä meille ääneen. Pirjo sanoo, että ei haluaisi saada sellaisia viestejä. Sisällöltään viestit ovat törkeitä ja rivoja (Karttunen 2019, 148.)</p>	<p>Pirjo miettii häpeääkö mies Pirjoa. Tekstiviestit, joita hän saa mieheltä ovat sisällöltään törkeitä ja rivoja eikä Pirjo haluaisi saada sellaisia. Hänelle on sanottu, että "hävettää noi vitunkantotelineen raamit".</p>	<p>Miehet häpäisevät naista viesteillä, jotka ovat törkeitä ja rivoja.</p>
<p>Häpeä ja syyllisyys ovat suurin este ja vaikeus avun hakemiselle. (Vesa ym. 2017, 27.)</p>	<p>Häpeä ja syyllisyys ovat suurin este ja vaikeus avun hakemiselle.</p>	<p>Häpeä ja syyllisyys vaikeuttavat ja estävät avun hakemista.</p>
<p>"Tunteista puhutaan avoimemmin tai niitten vaikutuksesta ja jostakin ja sitten toi... Meillä oli kesällä yks miesten yhteisön ohjaaja, joka oli aivan järkyttynyt. Ihan tossa päiväkahvilla kun oltiin – et yhdessä päivässä oli puhuttu enemmän tunteista kun miesten yhteisössä koko kuukauden aikana. Ja mä olin ihan hämmästynyt, koska mun mielestä se oli ihan tavallinen päivä eikä mitään erityistä tunnepuhetta ollut ilmassa (Karttunen 2019, 145.)</p>	<p>Tunteista puhutaan avoimemmin ja niitten vaikutuksesta. Miesyhteisön ohjaaja oli järkyttynyt siitä, että yhdessä päivässä oli puhuttu enemmän tunteista kun miesyhteisössä koko kuukauden aikana. Nainen olivat hämmästynyt, koska hänen mielestään se oli ihan tavallinen päivä eikä mitään erityistä tunnepuhetta ollut ilmassa.</p>	<p>Tunteista ja niiden vaikutuksesta puhutaan avoimemmin</p>
<p>Huumeita käyttävät naiset kokevat sosiaalista stigmaa yleisesti ja myös ammattilaisten osalta. (Shirley-Beavan ym. 2020, 3)</p>	<p>Huumeita käyttävät naiset kokevat stigmaa yleisesti ja terveydenhuollossa.</p>	<p>Naisten päihteidenkäyttöön liittyvä stigma yleisesti ja terveydenhuollossa.</p>
<p>Naiset ovat raportoineet stigmaa ympäri terveysjärjestelmää eri puolilla maailmaa tehdyissä tutkimuksissa. (Shirley-Beavan ym. 2020, 3)</p>	<p>Naiset raportoivat stigmasta terveydenhuollossa eri puolilla maailmaa tehdyissä tutkimuksissa.</p>	<p>Stigmaa esiintyy naisten päihteiden käytön yhteydessä eri puolilla maailmaa terveydenhuollossa.</p>
<p>Osallistujat korostivat, että on tärkeää puuttua samanaikaisesti esiintyviin häiriöihin, traumoihin ja seksuaaliseen hyväksikäyttöön naisten päihdehoidossa. (Sugarman ym. 2020, 644)</p>	<p>Naiset korostivat, että on tärkeää puuttua päihdehoidossa myös samanaikaisesti esiintyviin mielenterveyshäiriöihin, traumoihin ja seksuaaliseen hyväksikäyttöön</p>	<p>Traumojen, mielenterveyshäiriöiden ja seksuaalisen hyväksikäytön käsittely</p>
<p>Kielteisiin kokemuksiin liittyi myös vahvasti toive tunnettyöskentelystä, koska kokemukset olivat jättäneet traumoja, ahdistusta, pelkoa, häpeää, syyllisyyttä ja epäonnistumisen tunteita. (Heiskanen 2020, 35)</p>	<p>Traumoihin ja vaikeisiin tunteisiin liittyvä tunnettyöskentely koettiin tärkeänä</p>	<p>Traumoihin ja vaikeisiin tunteisiin liittyvä tunnettyöskentely</p>

Harvat sosiaalipalvelut ovat halukkaita tai kykeneviä puuttumaan sukupuoleen perustuvaan väkivaltaan ja huumeiden käyttöön rinnakkaisina ja toisiinsa liittyvinä ilmiöinä, mikä tarkoittaa, että naiset ja sukupuoleen sopeutumattomat ihmiset jäävät usein jommankumman tai molempien ulkopuolelle. (Shirley-Beavan ym. 2020, 4)	Sosiaalipalvelut eivät halua puuttua sukupuoleen perustuvaan väkivaltaan ja huumeiden käyttöön toisiinsa liittyvinä ilmiöinä ja naiset jäävät usein molempien tai toisen avun ulkopuolelle.	Huumeita käyttävät naiset saavat heikosti apua päihdeongelmaan sekä siitä johtuvaan väkivaltaan.
Ku tääl on myös niitä naisia, jotka on ollu niin kauan hyviä jätkiä et ne ei ees muista millasta on olla nainen tai ne ei oo tulleet sellaisiksi naisiksi vaan ne on aloittaneet sen päihteen käytön niin myöhään et nyt on tullu - - (Karttunen 2019, 140)	Täällä on naisia, jotka ovat olleet niin kauan hyviä jätkiä, etteivät edes muista millaista on olla nainen tai he eivät ole tulleet sellaisiksi naisiksi johtuen päihdeongelmasta	Naiset hyviä jätkiä, naiseus on unohtunut tai sitä ei ole löydetty
Naiseuden teeman sisältä nousi aiheina itsensä hyväksyminen, itsetunto, voimavarat ja naisten antama vertaistuki. (Heiskanen 2020, 35)	Naiseuteen ja itsetuntoon liittyvien aiheiden käsittely	Itsensä hyväksyminen, itsetunto, voimavarat ja vertaistuki
”Naiset tarvii jotain höpsötteilyä, vaikka käsihoito ja kynsien lakkaamista. Jotain millä voisi korostaa naiseutta. Kun noi aiheet on niin rankkoja.” (Heiskanen 2020, 35)	Hemmottelua naiseuden korostamiseksi rankkojen aiheiden lisäksi	Naiseuden korostaminen hemmottelulla
Aurora alkaa kuvata omaa tilannettaan parisuhteessa, jossa usko itseän melkein katosi ihan pienissä arkisissa toiminnoissakin – jopa usko siihen, että osaa käydä kaupassa ilman äitiä: ”Jos toistetaan, että susta ei ole mihinkään, siitä tulee todellisuutta ja se menee aina toiminnan tasolle... En uskalla edes kävellä ku ajattelen, että en sitä osaa... Tai et osaanko mä kaupassa-kaan... et äiti mukaan.” Auroran kertoma liittyy parisuhteeseen, jossa toinen hallitsi häntä väkivalloin ja alistamisen myötä tapahtui uskon menetys itseän. ”Epäuskosta itseän tulee todellisuutta, ei pysty normaaleihin asioihin... menee ihan pikkulapsen tasolle – ei enää osaa mitään. (Karttunen 2019, 170.)	Aurora kuvaa tilannetta parisuhteessa, jossa usko itseensä melkein katosi ihan pienissäkin arkisissa toiminnoissa. usko siihen, että pystyy käymään kaupassa. Jos toistetaan, että susta ei ole mihinkään niin siitä tulee todellisuutta ja se menee aina toiminnan tasolle. Ei usko edes, että osaa kävellä. Auroran kertoma liittyy parisuhteeseen, jossa toinen hallitsi häntä väkivalloin ja alistamisen myötä tapahtui uskon menetys itseän. ”Epäuskosta itseän tulee todellisuutta, ei pysty normaaleihin asioihin... menee ihan pikkulapsen tasolle – ei enää osaa mitään.	Parisuhde jossa toinen hallitsi väkivalloin ja alistamisen myötä tapahtui uskon menetys itseän. Epäuskosta itseän tulee todellisuutta, ei pysty normaaleihin asioihin, ei osaa enää mitään.

Naisen arvon käsittely. "Naisen arvo päihdemaailmassa on huono, paitsi jos on joku ultimate gangsterivaimo." (Äijälä 2014, 73)	Naiset kokivat tärkeänä käsittellä naisten huonoa arvoa päihdemaailmassa	Naisten huono arvo päihdemaailmassa
Kielteisten kokemusten purkaminen (väkivalta ja naisen rooli päihdemaailmassa) koettiin tärkeäksi, jotta asiat eivät jäisi vaivaamaan vuoksi. (Heiskanen 2020, 34)	Kielteisten väkivaltakokemusten purkaminen koettiin tärkeäksi	Väkivaltakokemusten käsitteleminen koetaan tärkeänä
Omien seksuaalisen ja muun väkivallan kokemusten jakaminen ja niissä kuulluksi tuleminen koettiin tärkeänä. (Äijälä 2014, 73)	Väkivaltakokemusten jakaminen ja kuulluksi tuleminen tärkeää	Väkivaltakokemusten käsitteleminen koetaan tärkeänä
"Voisi olla hyvä purkaa niitä kokemuksia, kun ne tulee kuitenkin mieleen. Aika paljon pahaa nähnyt jo pienestä pitäen. Se on edelleen ahdistavaa." (Heiskanen 2020, 35)	Väkivaltakokemusten käsitteleminen naisten ryhmässä koettiin tärkeänä.	Väkivaltakokemusten käsitteleminen koetaan tärkeänä
Omasta väkivaltaisuudesta puhuminen, muualla kuin oikeussalissa. (Äijälä 2014, 73)	Omasta väkivaltaisuudesta puhuminen	Oman väkivaltaisuuuden käsitteleminen
Vauvan syntymä on aiheuttanut muutoksia naiseuteen ja kehollisuuteen. (Äijälä 2014, 73)	Äitiyden tuomat muutokset kehollisuuteen ja naiseuteen	Äitiys, kehollisuus ja naiseus
Syylisyyden tunteminen äitinä toimimisesta päihteiden käytön vuoksi (Heiskanen 2020, 33)	Äitiys ja päihteet tuovat syyllisyyttä	Äitiys ja syyllisyys
Naiset kokevat, että heidän äitiyttään syyllistetään viranomaisten, kuten lastensuojelun taholta (Heiskanen 2020, 33)	Päihdeäidit kokevat syyllistämistä viranomaisten taholta	Äitiyden syyllistäminen viranomaisten taholta
Naiset kokevat, että äitiydestä voi puhua päihdekuntoutuksessa ilman syyllistämistä (Heiskanen 2020, 33)	Äitiyden käsittely ilman syyllistämistä henkilökunnan kanssa	Äitiyden käsittely ilman syyllistämistä
"Hoidossa voitaisiin käsitellä lasten kasvatukseen tai yli-päättään äitiyteen liittyviä asioita. Ei niistä ole puhuttu." (Heiskanen 2020, 33)	Äidit toivovat päihdehoitoon puhetta ja vertaistukea äitiyden teemoista	Äitiyden teemoja toivotaan
"Musta tuntuu, että olen epäonnistunut äitinä. Onneksi ohjaajat sanoo asioita, missä olen onnistunut." (Heiskanen 2020, 33)	Päihdekuntoutuksen henkilökunta muistuttaa onnistumisista äitinä	Henkilökunta muistuttaa onnistumisista äitinä
"Häpeä on kova, kun oli subukoukussa raskauden ajan. Vaikka yritin olla ilman, niin ei se ole niin helppoa. Mä oikeesti halveksin niitä, ketä käyttää raskauden aikana, niinkun mun oma äiti.	Suru omasta lapsuudesta päihdevanhemman lapsena, suru ja häpeä omasta päihteiden käytöstä	Oma lapsuus, äitiys ja suhde omaan äitiin

Paljon on joutunut suremaan.” (Heiskanen 2020, 33)		
”Mä oon ollut parempi äitinä, kun mun oma mutsi. En mä haluu tehdä samoin, vaan haluan huolehtia. Mut sit mä oon kuitenkin täällä. Se harmittaa.” (Heiskanen 2020, 33)	Suru omasta lapsuudesta päihdevanhemman lapsena, suru ja häpeä omasta päihteiden käytöstä	Oma lapsuus, äitiys ja suhde omaan äitiin
Äidin kokivat omassa lapsuudessaan mahdollisesti kokemansa lähipiirin päihteiden käytön sekä lapsena saamansa hoivan käsittelyn tärkeäksi sekä itsensä, että vauvan kannalta. (Äijälä 2014, 71)	Omien lapsuuden kokemusten käsittely (saatu hoiva ja päihteiden käyttö)	Omat lapsuuden kokemukset äitiyden kannalta
”Tunteita pitäisi käsitellä tai avata. Jotenkin lempeästi siis. Moni on kokenut, että lapset otetaan pois, mutta ei niistä puhuta, kun se on niin hirveätä.” (Heiskanen 2020, 35)	Äitiyteen liittyvien tunteiden käsittely koetaan tärkeänä naisten ryhmässä	Äitiyteen liittyvien tunteiden käsittely
Juulia toteaa hänellä olleen vaikeaa ja että on saanut itkukohtauksia. Kertoo saunan auttaneen kuitenkin vieroitusoireisiin. Juulia miettii, ovatko vieroitusoireet psyykkisiä vai fyysisiä. Hän miettii, tulevatko ne, siksi, että hän ajattelee niiden tulevan vai ovatko oireet aitoja. (Karttunen 2019, 155.)	Juulialla on ollut vaikeaa ja tullut itkukohtauksia. Sauna auttanut vieroitusoireisiin. Miettii olisivatko vieroitusoireet psyykkisiä vai fyysisiä. Miettii tulevatko ne siksi kun hän ajattelee niitä vai ovatko oireet aitoja.	Fyysisten ja psyykkisten oireiden vaikeuden erottaminen
Lotta ilmestyy työhuoneen ovelle. Kertoo käyneensä oksentamassa ja että jännitys purkautui näin. Jaana nyökyttelee ja toteaa Lotan ihan tärisseen päivän aikana ”et se ihan näky se jännitys ja nyt se purkautu.” (Karttunen 2019, 155.)	Lotta kertoo käyneensä oksentamassa. Jännitys purkaantuu näin. Jännitys oli näkynyt työntekijälle fyysisenä tärinänä ja purkautui oksentamisena.	Psyykkiset oireet näkyvät ja purkautuvat fyysisinä oireina.
Stina on tänään ahdistunut. Itkee. Kokee olevansa kehonsa vanki: ikään kuin alaston eikä voi peittää rintojaan ja mahaansa. Ja vielä jälkeinpäin kokee vaikeana Laitoksen ruokalassa olemisen: ”Että tuijottaako ne mua ja ajattelee, että siinä se läski nyt hakee ruokaa! (Karttunen 2019, 122).	Stina on ahdistunut ja itkee. Kokemus kehon vankina olemisesta. Haluaisi peittää rinnat ja mahaansa. Ajatus, että muut pitävät läskinä ja katsovat kun hän hakee ruokaa.	Oman kehon kelpaamattomuus

<p>Teet käsi- ja jalkahoidon itsellesi, rentouttavaa ja rauhoittavaa musiikkia”, ehdottaa Kristiina. Netta vastaa että ”mä en nyt pysty... oon niin levoton”. Lääkkeen sijasta tarjotaan siis muuta vaihtoehtoa rentoutua. Netalla on edelleen vieroituseireita sekä osin lääkkeisiin liittyvää sydämentykytystä, johon saanut Propralia. (Karttunen 2019, 157.)</p>	<p>Teet käsi- ja jalkahoidon, rentouttavaa ja rauhoittavaa musiikkia. Lääkkeen sijasta tarjotaan siis muuta vaihtoehtoa rentoutua, vaikka Netta kokee olevansa levoton. Netalla on vieroituseireita sekä lääkkeisiin liittyvää sydämentykytystä johon hän saa propralia.</p>	<p>Lääkehoidon sijasta tarjotaan muita vaihtoehtoja rentoutua, kosketusta ja musiikkia.</p>
<p>Vilja oli myös laittanut Violan kulmat ja tehnyt jalkahoidon. Viola ihmettelee itseään, koska oman kertomansa mukaan ei ole vuosiin antanut kenenkään koskea itseään eikä kasvojaan: ”En mä ole voinut edes kuvitella, että joku koskisi mua.” Viola on ilmeisen tyytyväinen edistymiseensä (Karttunen 2019, 164.)</p>	<p>Vilja oli myös laittanut Violan kulmat ja tehnyt jalkahoidon. Viola ihmettelee itseään, koska oman kertomansa mukaan ei ole vuosiin antanut kenenkään koskea itseään eikä kasvojaan: ”En mä ole voinut edes kuvitella, että joku koskisi mua.” Viola on ilmeisen tyytyväinen edistymiseensä</p>	<p>Antaa toisen koskea kehoon ja uskallus ja luottamus toisen kosketuksesta.</p>