

Sinikka Törmä & Kari Huotari
Referenssi Oy

”Vaik on viel käyttöö”

Omaisat Huumetyön Tukena ry:n ET-työmallin
vaikutus nuorten huumeiden käyttäjien elämään

Sinikka Törmä & Kari Huotari
Referenssi Oy

”VAIK ON VIEL KÄYTTÖÖ”

*Omaisat Huumetyön Tukena ry:n ET-työmallin vaikutus
nuorten huumeiden käyttäjien elämään*

Tutkimus julkaistaan Omaiset Huumetyön Tukena ry:n tutkimussarjassa.

Julkaisija: Omaiset Huumetyön Tukena

Tekijät: Sinikka Törmä ja Kari Huotari

Kuvat: © Omaiset Huumetyön Tukena ry

Taitto: © Agnetha Lesch (neettuli@gmail.com)

Tutkimusta on rahoittanut Jenny ja Antti Wihurin säätiö.

"Kaiken on pitänyt tapahtua, että mä olen tänään tässä"

(mies, ei enää huumeiden käyttöä)

"Must olis vaikka mihin, mulla on voimavaroja

ja mä olen kiinnostunut kaikesta.

Mut on vaan tämä yks... tää aine..."

(mies, edelleen subutexin käyttöä)

"Noita kundeja mitä mä olen nähnyt niin ne sano,

että ei millään pahalla, mutta ne oli sitä mieltä,

että mä en tule selviämään.

Mä olin jotenkin fyysisesti niin heikko ja mun kroppa alko pettään.

Mut se onkin usein se viimeinen kestä uskois

- se rapaisin, se, joka on löytänyt pohjan."

(nainen, täysraitis)

Painopaikka:

PicaScript Oy

Helsinki 2010

ISBN 978-952-92-8152-7

ISSN-L 1799-3598

ISSN 1799-3598

Sisällys

Tutkijoiden saatesanat	7
1 Elämäntaitojen opettelu ryhmässä	8
2 Tutkimustehtävä	9
3 Aineistot ja menetelmät	10
4 Tutkimukseen osallistuneet nuoret	13
5 Nuorten suhde päihteisiin ja päihdehoitoon	18
5.1 Huumeiset vuodet	18
5.2 Suhde hoitojärjestelmään	20
5.3 Käyttötilanne haastatteluajankohtana	21
6 ET-ryhmään tulo	22
6.1 ”Se kypsyys siihen touhuun”	22
6.2 Tieto kavereiden kautta	23
6.3 ”Vaik on vielä käyttö”	25
6.4 Odotukset ja epäilykset ryhmän alkaessa	26
7 ”Tänneks mun pitää tulla avautuun?”	27
7.1 Ryhmätoiminnan sopivuus itselle	27
7.2 ”Loppui vähän kesken”	29
8 Mitä ET-toiminnasta jäi reppuun?	30
8.1 Rytmiä päivään ja viikkoon	31
8.2 Toimintaa ja normaaliasioita	32
8.3 Vertaistukea	33
8.4 Työntekijöiden tukea ja välittämistä	35
8.5 Luottamusta ja rehellisyyttä muita sekä itseä kohtaan	38
9 ET-toiminnan vaikutus hoitoon hakeutumiseen ja päihteiden käyttöön	40
10 Suhde läheisiin	42
11 Läheisten näkökulma	45
12 Mikä elämässä oli muuttunut?	47
13 Joitain muutoksen osoittimia	51
14 Pohdinta	54
15 Johtopäätökset	58

Tutkijoiden saatesanat

Omaiset Huumetyön Tukena ry:n Elämäntaitoryhmyön (ET) läpi käyneiden nuorten elämän ja ajatusten kuuleminen haastatteluissa on ollut meille tutkijoille hyvin mielenkiintoinen ja opettava prosessi. Olemme kohdanneet 20 erilaista persoonaa ja yhtä monta erilaista tarinaa. Yhteistä näille nuorille on ollut jossakin elämän vaiheessa eteen tullut sattuma tai väärä valinta. Yhteistä on ollut myös vuosia kestänyt sekava elämä, josta lopulta kaikilla on ollut jonkin asteisena toiveena päästä eroon ja aloittaa niin sanottu normaali elämä. Monet heistä liittävät tähän ajatuksiinsa sellaiset asiat kuin työ, opiskelu, kumppani ja perhe.

Osa nuorista oli tutkimusta tehtäessä jo saavuttanut asettamansa päämäärät, osa oli vielä keskeillä prosessia etenemässä pienin askelin ja välillä taka-askelin niitä kohti. Muutaman haastatellun elämä oli edelleen melko kaotista. Nämäkin nuoret puhuivat muutoksesta ja olivat tehneet sen eteen asioita. Niin realistiset kuin epärealistiseltakin kuulostavat haaveet itivät heidän mielessään. Tärkeintä oli, että he näkivät huumeiden käyttömaailman nyt eri näkökulmasta, ei-toivottuna asiantilana.

Varsin avartavaa oli myös tavata näiden nuorten äitejä, vahvoilta vaikuttavia ja kovan koulun läpikäyneitä vanhempia. Heidän kauttaan valottui se, että lapsen huumeiden käyttö muuttaa koko perheen elämän. Siihen liittyy valtavasti huolta, pelkoa, menetyksiä ja epäluottamusta. Läheiset tarvitsevat itselleen tukea. Tutkimuksessa tuli esiin myös se, miten suuri merkitys läheisillä on huumeiden käyttäjien toipumisprosessissa.

Tämä tutkimus on meille tekijöille merkittävä, sillä se on vasta perustamamme yrityksen, Referenssi Oy:n, ensimmäinen toimeksianto. Tutkimuksen aihe osuu tutkijatiimimme mielenkiinnon ja osaamisen ytimeen. Olemme tarkastelleet koko 2000-luvun ajan monista näkökulmista huumeiden käyttäjien palveluja, ennen kaikkea niin sanottuja matalan kynnyksen palveluja. Oman tutkimustyömme ja alan opiskelun kautta on huumeiden käytön haittojen ehkäisyn ideologia tullut tutuksi ja sen tärkeys ilmeiseksi. Omaiset Huumetyön Tukena ry:n ET-työmalli sekä siihen liittyvät Avoimet ovet ja läheisryhmät edustavat huumeiden käytön haittojen vähentämisen ajattelua ja sen kytkemistä luontevaksi osaksi päihdeettömyyteen pyrkivän hoito- ja palvelujärjestelmän toimintaa.

ET-työmalli on lajissaan ainutlaatuinen ja olemme erittäin kiitollisia siitä, että olemme päässeet tutustumaan siihen lähemmin nuorten näkökulmasta nyt, kun mallia on toteutettu 10 vuotta. Kiitämme tästä mahdollisuudesta ja yhteistyöstä mallin kehittäjää ja Omaiset Huumetyön Tukena ry:n toiminnanjohtajaa Jaana Novitskijaa. Samoin kiitämme muuta yhdistyksen henkilökuntaa, erityisesti ohjaaja Eeva Niemeä, joka on monin tavoin auttanut meitä tutkimuksen eri vaiheissa. Mukana keräämämme aineiston käsittelyssä on lisäksi ollut vapaana tutkijana toimiva YTM Kati Tuokkola, jota kiitämme raportin valmiiksi hiomisessa saamastamme avusta.

Erityinen kiitos kuuluu kaikille niille haastatteluihin osallistuneille nuorille, joiden muutosprosessista tämä tutkimus kertoo sekä neljälle äidille, jotka kävivät kanssamme läpi vaikeita asioita.

Helsingissä 30.9.2010,

tutkija, VTT Sinikka Törmä & tutkija, VTT Kari Huotari

1 Elämäntaitojen opetteleminen ryhmässä

”Elämäntaidot ovat kykyjä, taitoja ja tekniikoita, jotka auttavat ihmistä selviytymään elämässään ja joita hän tarvitsee tullaan toimeen itsensä ja muiden kanssa.” (Novitskij 2006)

Omaisat Huumetyön Tukena ry on kehittänyt nuorille huumeiden käyttäjille tarkoitettua Elämäntaitoryhmätyömallin¹, jonka toteuttamista ovat rahoittaneet Raha-automaattiyhdistys sekä Lapsi ja Luonto Säätiö.

Työmalli on suunnattu erityisesti niille huumeita käyttäville nuorille, jotka eivät ole päihdehoidossa eivätkä tunne päihdepalveluverkostoa. Tarkoitus on tavoittaa nuoria, jotka eivät vielä ole tehneet päätöstä elämäntapansa muutoksesta ja joilta puuttuvat niin keinot kuin voimavaratkin muutoksen aikaan saamiseen. Malli on siis tarkoitettu vielä aktiivisesti huumeita käyttäville nuorille. Ainoa edellytys ryhmätoimintaan osallistumiselle on, että nuori toivoo muutosta elämäänsä.

Elämäntaitoryhmätyö perustuu huumesairauden luonteen ja käyttäjän koko ”huumeuran” ja sen sosiaalisten vaikutusten ymmärtämiseen. Novitskijin (2006) mukaan huumeiden käyttäjät kokevat usein elämänsä merkityksettömänä ja turhauttavana epäonnistumisten ketjuna. Hoitoon haikutumiselle tai käytön lopettamiselle ei välttämättä näy mitään erityistä syytä, kun oman elämän merkityksellisyys ja oma arvo ihmisenä ei ole selvää. Huumeiden käytön lopettaminen ei siksi yksin riitä rakentamaan pohjaa arkielämässä selviytymiselle. Huumeekulttuurista vapautuminen ja itsensä kokeminen osaksi ympäröivää yhteiskuntaa on pitkälinen prosessi. Se voidaan kuitenkin aloittaa jo ennen kuin nuori on tehnyt päätöksen huumeiden käytön lopettamisesta.

Ryhmätyön avulla murretaan nuoren ”narkkari-identiteettiä”, rakennetaan tilalle uutta identiteettiä ja vahvistetaan nuoren itsetuntoa. Tyhjiötä, joka huumeista luopumisesta ja huumeekulttuurista erkanemisesta jää jäljelle, pyritään täyttämään ja saamaan nuori tuntemaan itsensä riittävän merkitykselliseksi ihmiseksi hoitaakseen itseään. (Novitskij 2006.)

ET-ryhmät muodostuvat 6-8 nuoresta ja ne kokoontuvat 2-3 kertaa viikossa 11 kuukauden ajan. Ryhmätyö koostuu ryhmäistunnoista (kerran viikossa), vapaa-ajan toiminnosta (yhdestä kahteen kertaa viikossa) sekä leireistä ja toimintapäivistä (kuudesta kahdeksaan kertaa vuodessa).

Ryhmäistuntojen aikana ryhmän jäsenet käyvät läpi viikon tapahtumia, jakavat kuulumisia ja kertovat mahdollisista ongelmistaan. Ryhmässä käydään keskusteluja esimerkiksi hoitokokemuksista, ihmissuhteista ja oman elämän pettymyksistä. Vähitellen voimavarojen kasvaessa syntyy keskusteluja myös tulevaisuudesta ja henkilökohtaisista toiveista. (Novitskij 2006.)

Tärkeitä ET-ryhmätyömallin elementtejä ovat vertaistuen saaminen ja vuorovaikutuksen opetteleminen ryhmässä sekä mahdollisuus oman itsen peilaamiseen toisiin ryhmäläisiin. Toiminnallisuuden kautta ryhmäläisille tarjotaan ja esitellään vaihtoehtoja päihdekeskeiselle elämälle. Tarkoitus on, että erilaisten harrastusten ja yhteisten leirien aikana myös luottamus ryhmään, ohjaajiin ja

¹ ET-ryhmätyömallin on kehittänyt Omaisat Huumetyön Tukena ry:n toiminnanjohtaja Jaana Novitskij yhteistyössä muiden yhdistyksen työntekijöiden ja nuorten huumeiden käyttäjien kanssa. Malli on rekisteröity tavaramerkki ja se on tarkemmin kuvattu OHT:n julkaisussa Muutoksen mahdollisuus huumetyössä, ET-ohjaajan käsikirja (Novitskij 2006).

omaa itseään kasvaa.

Nuorilla on mahdollisuus lisäksi yksilötyöhön niin halutessaan. He saavat myös palveluohjausta, joka merkitsee sitä, että ollaan yhteydessä nuoren omaan sosiaalityöntekijään, perehdytään hoitovaihtoehtoihin ja sosiaalipalveluihin sekä käydään tutustumassa nuoren hoidon kannalta tarpeellisiin paikkoihin. Ajatuksena on, että nuori oppii itsenäisesti hoitamaan asioitaan hoito- ja palvelujärjestelmän kanssa.

ET-ryhmätyön tavoitteiksi on määritelty:

- oman elämäntilanteen realistinen hahmottaminen
- vuorovaikutus- ja ongelmanratkaisutaitojen kehittäminen
- elämisen taitojen oppiminen ja elämänlaadun parantaminen
- itsetuntemuksen lisääminen
- omien voimavarojen löytäminen
- minäkuvan laajentaminen (narkomaani-identiteetin murtaminen)
- pystyvyyden tunteen kohottaminen
- sosiaalisten suhteiden elvyttäminen ja vakiinnuttaminen
- päihdeettömän elämän näkeminen vaihtoehtona
- yhteiskuntaan integroitumisen tukeminen (Novitskij 2006)

Nuorten ryhmien lisäksi toimii vanhempainryhmiä, jotka kokoontuvat kaksi kertaa kuukaudessa vuodesta kahteen vuoden pituisen ajan. Vanhempien osallistumisella pyritään parantamaan perheiden sisäistä vuorovaikutusta ja samalla tukemaan nuoren muutospyrkimyksiä. Vanhempainryhmät ovat kuitenkin itsenäisiä ryhmiä, joihin voi tulla vaikka oma lapsi ei kävisikään ET-ryhmässä. Tarkoituksena on, että omaiset saavat tukea myös omana itsenään.

Nyt tutkimuksen kohteena olevia nuorten ryhmiä eli ET-ryhmiä on ollut toiminnassa vuodesta 1999 saakka. Yhteensä kahdeksassa ryhmässä on ollut mukana kaikkiaan noin 60 nuorta.

2 Tutkimustehtävä

ET-työmallissa on kyse interventtiosta, jolla pyritään saamaan aikaan muutoksia nuorten huumeiden käyttäjien elämäntapaan ja -tilanteeseen. Tässä tutkimuksessa ei paneuduta itse huumetyön malliin, vaan sen vaikuttavuuteen. Tutkimuksen avulla halutaan saada käsitys siitä, onko tällä toiminnalla ollut toivottua vaikutusta siihen osallistuneiden nuorten elämään. Lähestymme aihetta tutkimuskysymyksellä:

Millaisia vaikutuksia ET-toiminnalla on ollut siihen osallistuneiden nuorten elämään?

Tutkimus on laadullinen ja perustuu ennen kaikkea nuorten omiin näkemyksiin. Tarkoituksena on keskittyä siihen, millaisena nuoret näkevät ET-toiminnan merkityksen itselleen ja millaisia hyötyjä he ovat toiminnasta saaneet.

Tutkimuksen viitekehyksenä on toipumisen käsite (ks. Knuuti 2007, 36-40), joka voidaan käsittää laajasti kaikkien niiden pientenkin elämäntavallisten muutosten kokonaisuudeksi, jotka etäännyt-

tävät huumeekulttuurista ja lähentävät yhteiskuntaan (ks. Virokannas 2007). Huumeista irtautuneen elämäntavan ja toipumisen rakennuselementeiksi voidaan tulkita parannukset sellaisissa osatekijöissä kuin asuminen, toimeentulo, sosiaaliset suhteet ja läheissuhteet, harrastukset, päihteettömyys, työ ja opiskelu, identiteetti, itsearvostus, rehellisyys ja lainkuuliaisuus. (ks. myös Kotovirta 2009.)

3 Aineistot ja menetelmät

Tutkimus toteutettiin kahden toisiaan tukevan aineiston avulla. Ensiksikin hyödynnettiin ryhmätoiminnan itsensä tuottamaa kirjallista materiaalia, siltä osin kuin se oli mahdollista. Tämä aiemmin ET-toiminnassa kerätty materiaali kertoo muutoksista lyhyellä aikavälillä, jonka muodostaa 11 kuukauden ryhmässä oloaika. Toiseksi tutkimusta varten tehtiin haastatteluja, joiden avulla selvitettiin nuorten elämässä tapahtuneita muutoksia, niiden pysyvyyttä ja ET-työmallin merkitystä muutosten aikaan saamisessa. Jälkikäteen tapahtuneet haastattelut kertovat muutoksista pidemmällä aikavälillä.

ET-työmallin omat työvälineet antavat hyvän pohjan tutkimukselle, sillä niihin on dokumentoitu asiakkaan alkutilanne sekä ryhmäprosessin aikana tapahtuneet muutokset. Niistä on johdettu tutkimuksen haastattelukysymykset ja niiden tuloksia on käytetty tukemaan haastatteluista saatua tietoa.

ET-työmallin omat aineistot

ET-työmallin pääasialliset työvälineet, joiden avulla kerätään tietoa ja arvioidaan nuorten kehittymistä, ovat kuntoutussuunnitelmat ja elämäntilannemittarit. Ryhmätoimintaan osallistuville nuorille tehdään aluksi *kuntoutussuunnitelma (ET-kartta)*. Tämä sisältää ensimmäisessä vaihees-



sa asiakkaan taustatiedot ja hänen elämäntilanteensa kartoituksen. Toisessa vaiheessa siihen lisätään suunnitelma omien tavoitteiden saavuttamiseksi. Suunnitelmaan palataan ajoittain asiakkuuden aikana. Jos kaikki on sujunut hyvin, asetetaan jatkotavoitteita. Jos taas tavoitteisiin ei ole päästy, keskitytään näiden epäonnistumisten syiden pohdintaan ja muotoillaan sitten uusia tavoitteita.

Toinen keskeinen työväline on *elämäntilannemittaristo (ET-mittaristo)*. Se sisältää elämäntilannetta monipuolisesti kartoittavia kysymyksiä. Siihen kirjataan muun muassa asumiseen, toimeentuloon, fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen, omaan olotilaan, minäkuvaan, omiin tavoitteisiin, ihmissuhteisiin ja päihteiden käyttöön liittyviä tietoja. Myös ryhmän merkitystä nuorelle seurataan. ET-mittaristo täytetään ryhmäprosessin aikana kolme kertaa.

Jokaisesta ryhmiin osallistuneesta nuoresta ei kuitenkaan ollut käytettävissä kaikkia näitä dokumentteja. Aineistona on käytetty niiden 12 nuoren tietoja, joista on täytetty kaikki edellä mainitut asiakirjat. Näiden pohjalta tarkastellaan muutaman keskeisen kriteerin avulla, millaisia vaikutuksia ET-ryhmään osallistumisella on ollut lyhyellä aikavälillä, eli noin vuoden kestäneen ryhmätoiminnan aikana, nuorten elämäntilanteeseen.

Tutkimusta varten tehdyt haastattelut

Tutkimuksen keskeisin aineisto on tutkijoiden itsensä kokoama 20 nuoren haastatteluaineisto, joka antaa perspektiiviä monen nuoren elämään jopa 10-15 vuoden aikavälillä. Haastattelujen avulla pyrittiin saamaan esiin *millaisia muutoksia heidän elämässään on ollut, miten muutokset ovat tapahtuneet ja mitkä tekijät ovat mahdollistaneet muutokset*.

Haastattelut toteutettiin siten, että ohjaajat ottivat yhteyttä nuoriin ja tiedustelivat halukkuutta osallistua tutkimukseen. Haastateltujen joukko pyrittiin saamaan edustavaksi siten, että siinä olisi mukana tasaisesti kaikissa ET-ryhmissä olleita sekä erilaisissa elämäntilanteissa olevia nuoria (raitistuneet, korvaushoidossa olevat ja edelleen huumeita käyttävät). Ennalta suunniteltu 20 nuoren otos edustaa myös määrällisesti (kolmannes) hyvin kaikkia ET-ryhmiin vuosien varrella osallistuneita.

Koska ensimmäinen ET-ryhmä alkoi jo kymmenen vuotta sitten, on luonnollista, että kaikkiin ryhmissä vuosien mittaan mukana olleisiin ei enää ollut yhteyttä. Yhteyttä otettiin niihin, joihin oli vielä jokin kontakti tai voimassa olevat yhteystiedot. Osa tavoitettiin yhdistyksen Avoimien ovien toiminnan kautta. Avoimet ovet merkitsevät sitä, että kerran viikossa kaikilla halukkailla on vapaa pääsy yhdistyksen asiakastiloihin keskustelemaan, syömään ja saamaan läsnä olevien ohjaajien ja vertaisten tukea. Kyseessä on matalan kynnyksen kohtaamispaikka, jossa saa asioida nimetömmästä. Monet ovat ET-ryhmän jälkeen käyneet vuosiakin joko säännöllisesti tai satunnaisesti Avoimissa ovissa, joten sitä kautta tavoitettiin aktiivisemmin yhdistyksen toimintaan osallistuvia. Osa nuorista ei enää käynyt yhdistyksen toiminnossa, vaan heihin saatiin kontakti muuta kautta.

Suunniteltu 20 nuoren otos oli suhteellisen helppo saada kokoon. Puhelimitse tai Avoimista ovista tavoitetut nuoret tulivat mielellään kertomaan kokemuksiaan ET-toiminnasta. Kukaan ei kieltäytynyt kutsusta. Vain yksi haastatteluun lupautunut ei tullut paikalle ja hänen tilalleen kutsuttiin toi-

nen nuori. Muutoin kaikki haastateltavat tulivat sovittuun aikaan tapaamiseen. Haastattelupaikana käytettiin nuorille tuttua Omaiset Huumetyön Tukena ry:n asiakastilaa, jossa myös ET-ryhmät ja Avoimet ovet kokoontuvat. Palkkioksi osallistumisesta tutkimukseen heille annettiin kullekin Stockmannin 25 euron arvoinen lahjakortti, jonka kustansi Omaiset Huumetyön Tukena ry.

Haastattelut tehtiin kasvokkain keskustelutyypillisesti ja ne kestivät yhdestä kahteen tuntiin. Haastattelujen aikana käytiin läpi kaikkien kanssa samat ennalta määritellyt teemat, jotka sisältyvät myös ET-elämäntilannemittaristoon:

- asumistilanne, työ- ja opiskelutilanne
- ihmissuhteiden tila (perhesuhteet/parisuhde/ystävyyssuhteet)
- päihteiden käyttö (mitä käyttää, kuinka usein ja kuinka paljon)
- toimintakyky ja omakuva
- fyysinen ja psyykinen olotila
- hyvät asiat elämässä
- tärkeimmät tavoitteet ja välittömät toimet tavoitteiden saavuttamiseksi
- tavoitteiden saavuttamiseen kannustavat tekijät

Näitä asioita käsiteltiin kolmessa ajanjaksossa: ennen ET-ryhmää, ryhmän aikana ja ryhmän jälkeen. Keskeistä oli selvittää ET-toimintaan osallistumisen vaikutuksia näihin elämän alueisiin. Nuoria pyydettiin myös kertomaan omia arvioitaan ET-toiminnan vaikutuksesta heidän elämäntilanteeseensa. Asiaa lähestyttiin monista eri näkökulmista ja usean eri kysymyksen avulla.

Nuorilta pyydettiin lupaa haastattelujen nauhoittamiseen ja kaikki antoivatkin siihen luvan allekirjoittamalla suostumuksen. Suostumuksessa kerrottiin, että haastattelut ovat luottamuksellisia ja anonyymeja. Haastattelijat kirjoittivat omasta puolestaan vaitiololupauksen, jonka mukaan he eivät paljasta kenellekään yksittäisiä haastateltavia koskevia tietoja. Tutkijat lupasivat lisäksi hävittää haastatteluaineiston nauhat heti, kun ne olisi analysoitu. Näin on myös toimittu.

Nuorten haastattelujen kuluessa tutkijat kiinnittivät huomiota siihen, että usein nuoret mainitsivat erityisen tärkeinä omat Omaiset Huumetyön Tukena ry:n (OHT ry) omaisten toimintaan osallistuneet vanhempansa, yleisimmin äitinsä. Koska omaisten huomioon ottaminen ja heille tarjottava tuki on tässä toiminnassa keskeistä, päädyttiin täydentämään aineistoa omaisnäkökulmalla. Tätä varten haastateltiin teemahaastattelumenetelmää käyttäen neljää tutkimuksen piiriin kuuluvan nuoren omaista, jotka kaikki olivat äitejä. Haastatteluihin osallistui kaksi huumeiden käytön lopettaneen nuoren äitiä ja kaksi vielä huumeita käyttävän nuoren äitiä.

Tutkimuksen puitteissa ei ollut mahdollisuutta laajempiin omaishaastatteluihin. Lisäksi käynnissä oli erillinen omaisten ryhmiä koskeva tutkimus, jossa heidän saamaansa tukea ja omaisnäkökulmaa tarkastellaan omana tutkimuskohteenaan. Omaisnäkökulman liittäminen myös nuorten ET-toimintaa koskevaan tutkimukseen nähtiin kuitenkin tarpeellisena lisänä kun on kyse nuorista huumeiden käyttäjistä, joiden elämässä vanhemmillä on vielä selkeä rooli. Ratkaisua puoltaa myös se, että Omaiset Huumetyön Tukena ry:n hoitoidologiaan kuuluu kokonaisvaltainen perheen ja läheispiirin huomioiminen osana nuoren toipumisprosessia. Omaishaastattelujen avulla pyrittiin lisäämään ymmärrystä siitä, miten omaisten osallistuminen toimintaan ja heidän itselleen saamansa tuki heijastuu myös nuoren hyväksi.

Haastatteluaineiston analyysi perustui laadulliseen sisällönanalyysiin, jossa huolellisen aineistoon tutustumisen ja puhtaaksi kirjoittamisen jälkeen haastatteluteemojen kautta esille tulleet asiakategoriat luokiteltiin pienemmiksi analyysiyksiköiksi. Analysointi oli eräänlaista palapeliä, jossa luokiteltiin, lajiteltiin ja vertailtiin aineistoa sekä etsittiin siitä eroavaisuuksia ja yhtäläisyyksiä. Tärkeintä tällaisessa laadullisessa analyysissä on inhimillisen ymmärryksen lisääminen tutkittavasta ilmiöstä. (esim. Alasuutari 1999.)

Olemme pyrkineet kohentamaan tutkimuksen luotettavuutta kertomalla aineiston tuottamisen olosuhteet esille mahdollisimman selvästi. Samoin tuomme pitkin raporttia esiin tutkijoiden omaa itsearviointia haastattelutilanteesta ja siitä, millä perusteella esitämme tulkintaamme ja päätelmämme. Tässä lukijaa auttaa myös se, että olemme rikastuttaneet raporttia suorilla haastatteluteilla. (vrt. esim. Hirsjärvi ym. 2004.)

4 Tutkimukseen osallistuneet nuoret

Haastatelluista nuorista osa oli edelleen tiiviissä yhteydessä yhdistykseen sen Avoimien ovien tai muiden toimintojen kautta ja osa piti muutoin yhteyttä ohjaajiin. Osa nuorista oli jo etäännytynyt toiminnasta ja kontaktit olivat satunnaisia. Joillain huumeiden käytöstä eroon päässeillä etäisyyden pitäminen aktiiveihin käyttäjiin oli tietoinen valinta, jonka vuoksi he eivät käyneet esimerkiksi Avoimissa ovissa.

Haastatellut nuoret olivat pääsääntöisesti osallistuneet vain yhteen ET-ryhmään, kuten toiminnassa on tarkoitus. Jotkut olivat olleet kahdessa ryhmässä, jos ensimmäinen oli jostain syystä jäänyt kesken, tai poissaoloja oli ollut paljon esimerkiksi oman sairastelun vuoksi. Pari nuorta oli joutunut vankilaan ja tullut sitten takaisin toiseen ryhmään. Seuraavassa taulukossa (taulukko1) esitetään haastateltujen jako ryhmiin viimeisen ryhmän mukaan. Ryhmät ovat nuorten itsensä nimeämiä.

Taulukko 1. Haastatteluihin pyydettyjen nuorten (N=20) jakautuminen kahdeksaan eri ET-ryhmään vuosina 1999-2010.

ryhmä	ryhmän toiminta-aika	vuotta kulunut ryhmän loppumisesta	naiset	miehet	osuus kaikista ryhmään osallistuneista
Dems & co	1999-2000	10	-	3	3/10
Budz	2001-2003	7	1 (jäi pois)	-	0/9*
KC´s	2003-2004	6	1	3	4/6
Da Crue	2004	6	2	2	4/7
ET´t	2005	5	1	2	3/7
Wekod	2007-2008	2	1	-	1/6
Toget Connect	2008	2	2	1	3/5
Team Joy	2010	käynnissä	2	-	2/3
yhteensä			9	11	20/53

*yksi haastateltu on aloittanut Budzeissa ja jatkanut KC´ssä

Haastatellut olivat tutkimusajankohtana keskimäärin 30-vuotiaita. Nuorimmat olivat syntyneet vuonna 1984, eli olivat 26-vuotiaita. Vanhin oli 36-vuotias. Yhtenäisyyden vuoksi kutsumme heitä kaikkia kuitenkin ”nuoriksi”. Ryhmään tullessaan he olivat keskimäärin 25-vuotiaita. Nuorin oli tuolloin 19-vuotias ja vanhin 30-vuotias. Ryhmän loppumisesta oli haastattelua tehtäessä kulunut kolmella nuorella kymmenen vuotta, kahdeksalla kuusi vuotta, kolmella viisi vuotta ja neljällä kaksi vuotta. Kahdella nuorella ryhmä oli vielä käynnissä.

Jatkossa nuoret saavat kukin oman koodinsa, siten että N1 tarkoittaa ”nainen numero 1”, M1 ”mies numero yksi”, N2 ”nainen numero kaksi”, M2 ”mies numero kaksi” ja niin edelleen.

Numerojärjestys on satunnainen, eikä sillä ole mitään tiettyä merkitystä. Nuoret koodien takana on pyritty tekemään mahdollisimman anonyymeiksi. Koodien avulla voidaan kuitenkin seurata esimerkiksi miten naiset ja miten miehet kommentoivat jotakin asiaa. Suorien sitaattien koodaaminen varmistaa myös sen, että kaikki aineiston nuoret ovat raportissa saaneet äänensä kuuluviin suhteellisen tasapuolisesti.

Seuraavissa taulukoissa (taulukko 2a/naiset ja 2b/miehet) on ensimmäisessä sarakkeessa esitetty lyhyesti haastateltujen nuorten tilanne huumeiden käytön, hoitojen, toimeentulon, työn ja asumisen osalta ryhmään tullessa. Toisessa sarakkeessa on poimittuna heidän kuntoutussuunnitelmistaan tavoitteita ryhmän alkaessa. Kolmannessa sarakkeessa on lyhyesti heidän elämäntilanteensa haastatteluajankohtana. Taulukosta nähdään, että haastateltujen tilanne tutkimusajankohtana vaihtelee melko paljon. Tarkoituksena olikin saada tutkimukseen mukaan niitä, joilla on tapahtunut selkeä toipuminen sekä vielä huumeita käyttäviä.

Taulukko 2a.) Tilanne ryhmään tullessa ja haastatteluajankohtana (naiset).

	Tilanne ryhmään tullessa (ET-mittaristo 1. mittaus)	Tavoitteet ryhmän alussa (kuntoutussuunnitelma)	Tilanne haastatteluajankohtana (haastattelu)
N1	Subutexin ² käyttöä suonensisäisesti, lääkkeitä, käyttö päivittäistä. Menossa katkolle ja päätös hoitoon menosta kypsynyt. Asui vuokralla, koulutus hankittu, työtön, eli toimeentulotuella	Kokeilee avokattoa, A-klinikan kanssa annoksen tiputussuunnitelma, jos ei onnistu, menee katkolle, työ, harrastukset	Meni vuonna 2004 kesken ryhmän hoitoon, siitä lähtien ei huumeiden käyttöä. Asuu omistusasunnossa, ollut pitkään työssä, nyt juuri jäänyt työttömäksi
N2	Subutexia päivittäin suonensisäisesti, amfetamiinia silloin tällöin, vailla vakinaista asuntoa	Ei kuntoutussuunnitelmatietoja	Edelleen subutexin käyttöä suonensisäisesti pienemmillä annoksilla, lääkeriippuvainen, ei töissä

2 Buprenorfiinivalmiste (kauppanimi Subutex), jota käytetään heroiinin korvaushoidossa. Suomessa on yleistynyt subutexin suonensisäinen käyttö huumetarkoituksessa.

N3	Ei mittaristotietoja	Terveysasiat kuntoon, oma asunto, lopettaa päihteiden käyttö	Korvaushoidossa meta-donilla, ei vuosiin töissä, vuokra-asunto
N4	Subutexin käyttöä (ei suonensisäisesti), lääkkeitä, kannabista päivittäin. Asui kaverin luona, eli yhteiskunnan tuilla. Oli hyvin sulkeutunut	Työpaikka tai koulutus, lapsi, hoitoon meno, välit poikki entiseen elämään, uusia harrastuksia ja ystäviä	Meni vuonna 2004 kesken ryhmän hoitoon, siitä lähtien ei huumeiden käyttöä, ei töissä, pieni lapsi
N5	Amfetamiinia ja subutexia suonensisäisesti päivittäin, kannabista kerran pari kuukaudessa, lääkkeitä. Asui vuokralla, eli yhteiskunnan tuilla ja vanhemmilta saadulla avulla, oli aloittanut työtoiminnassa	Hankkia oman näköinen elämä, päästä irti jokapäiväisestä käytöstä, ripeästi työelämään	Jonossa korvaushoitoon, hakenut opiskelemaan, asuu vuokralla, avoliitossa toisen käyttäjän kanssa
N6	Subutexia suonensisäisesti ja eri lääkkeitä päivittäin, kannabista, amfetamiinia. Rajua käyttöä ryhmänkin aikana. Asui kaverin luona, työtön, eli yhteiskunnan tuilla	Päihteettömät ystävät, onnistunut hoito/lopetus, koulutus, ryhmässä pysyminen, perhesuhteet	Meni kesken ryhmän hoitoon 2003, ollut siitä lähtien raittiina. Oma yritys, perhe
N7	Ei mittaristotietoja Rajua päihteiden käyttöä, pääpähde lakka (GhB)	Ei kuntoutussuunnitelmatietoja	Subutexia, joskus lakkaa, vailla vakinaista asuntoa, poikaystävä toinen käyttäjä, yrittää vähentää päihteiden käyttöä, menossa avokatkolle
N8	Ei mittaristotietoja Amfetamiinin ja subutexin suonensisäistä käyttöä	Ei kuntoutussuunnitelmatietoja	Korvaushoidossa suboxonella jo ennen ET-ryhmää, nuorisoaseman asiakas, hakenut opiskelemaan, asuu vuokralla
N9	Subutexia ja Dormicumia suonensisäisesti, asui vuokralla, eli yhteiskunnan tuilla	Ei kuntoutussuunnitelmatietoja	Ei käyttöä puoleen vuoteen, lähti hoitoon vähän ryhmän jälkeen, koulutuspaikka on, mutta tauolla, asuu vuokralla, ei-käyttävä poikaystävä

Taulukko 2b.) Tilanne ryhmään tullessa ja haastatteluajankohtana (miehet).

	Tilanne ryhmään tullessa (ET-mittaristo 1. mittaus)	Tavoitteet ryhmän alussa (kuntoutussuunnitelma)	Tilanne haastatteluajankohtana (haastattelu)
M1	Lääkkeitä, kannabista, korvaushoito alkanut, oheiskäyttöä. Asui vuokralla, eli yhteiskunnan tuilla, rikollisuudella ja sukulaisilta saadulla avulla	Pois piikityksestä ja oheiskäytöstä, oma asunto, tyttöystävä, työ, pois ”kuvioista”	Käyttöä, joutunut pois korvaushoidosta. Asuu vuokralla, tyttöystävä, ei vakituista työtä, uusia ystäviä, jotka ei piikitä
M2	Lakkaa (GhB) päivittäin, amfetamiinia ja subutexia suonensisäisesti useita kertoja viikossa, lääkkeitä, asui vuokralla, eli yhteiskunnan tuilla, rikollisuudella ja vanhemmilta saadulla avulla	Löytää jotain ET:n tilalle, kun se loppuu: Avokatko	Käyttöä, asuu toisen käyttäjän kanssa vuokralla, yrittää vähentää päihteitä
M3	Kannabista, amfetamiinia ja subutexia suonensisäisesti, lääkkeitä ja alkoholia. Asui omassa asunnossa, työtön, eli yhteiskunnan tuilla ja vanhemmilta saadulla avulla	Päästä eroon amfetamiinista, kouluun, pois Suomesta, jatkaa tietokoneiden kanssa räpläämistä tosissaan, elää yli 50-vuotiaaksi	Subutexia, kannabista, alkoholia, korvaushoitojonossa, avoliitossa, asuu vuokralla, työtön
M4	Subutexia suonensisäisesti päivittäin, lääkkeitä ja kannabista joskus vähän, asui vanhempien luona, eli yhteiskunnan tuilla, rikollisuudella ja vanhemmilta saadulla avulla, välillä töissä	Valmistua koulusta, kontrolloituun subutex -hoitoon (ei neulaa ja oheiskäyttöä), asunto, välien selvittely ihmisten kanssa, joita kaman käyttö on kiukuttanut, armeija-asia	Menossa korvaushoitoon, arviot käyty, menossa myös työpajatoimintaan, asuu lapsuuden kodissa, vanhemmat kuolleet, peruskoulun jälkeinen koulutus kesken, odottavalla kannalla, oleilee enimmäkseen kotona
M5	Ei mittaristoa, kuntoutussuunnitelmasta: heroinin käyttöä, yksityislääkärin korvaushoidossa, asui veljen kanssa	Työpaikka, tyttöystävä, koira, ulkomaiset työpaikat, matkustelu	Korvaushoidossa suboxonella, ei oheiskäyttöä, oma yritys, opiskelee, ei-käyttävä tyttöystävä

M6	Ei mittaristotietoja Heroinin käyttöä	Ei kuntoutussuunnitelmatietoja	Edelleen rankkaa käyttöä, ollut neljä vuotta metadonihoidossa, mutta lopettanut, subutex suonensisäisesti
M7	Subutexia suonensisäisesti ja Xanoria päivittäin, kannabista päivittäin, ammattikoulussa, vuokralla, eli yhteiskunnan tuilla ja rikollisuudella, välillä työssä	Ei halua löytää itseään vuokra-asunnosta 40 v-vuotiaana narkarina tai alkoholistina, kouluun sisään, subusta ulos	Subutex-käyttöä omassa ylläpitotarkoituksessa, parisuhteessa toisen käyttäjän kanssa, suunnitteilla yritystoimintaa
M8	Subutexia suonensisäisesti lähes päivittäin, lääkkeitä, asui vuokralla, eli yhteiskunnan tuilla	Päästä eroon kamasta, saada ammatti	Korvaushoitojonossa, subutexia edelleen, avovaimo ei-käyttäjä, lapsi, töitä keikka- luonteisesti, menossa koulutukseen ja työtoimintaan
M9	Subutexia suonensisäisesti ja neään, lääkkeitä, kannabista. Vailla vakinaista asuntoa, työtön, toimeentulo rikollisuudesta	Päästä eroon subutexista ja bentsoista, aikoo lopettaa tulevan matkan aikana, töihin tai opiskelemaan, alkaa urheilla	Ei käyttöä, lopetti itse matkalla ollessaan, tekee työtä, kavereita, jotka eivät käytä
M10	Ei mittaristotietoja Heroini, yksityislääkärin korvaushoidossa	Ei kuntoutussuunnitelmatietoja	Ei käyttöä, opiskelee, käy NA ³ :ssa
M11	Subutexia päivittäin suonensisäisesti, amfetamiinia lähes päivittäin suonensisäisesti, kannabista, lääkkeitä. Opiskelupaikka tauolla, vanhempien luona vuokralla, toimeentulo yhteiskunnan tuista ja vanhemmilta	Ei kuntoutussuunnitelmatietoja, mittaristo: raittius, asioiden vieminen eteenpäin (esim. koulu)	Korvaushoidossa metadonilla, asuu kotona, saamassa opiskelut päätökseen, töihin pyrkimässä

Taulukoista on nähtävissä, että näinkin karkealla tasolla tarkastellen nuorten elämässä on tapahtunut muutosta, joillain hyvin ratkaisevaa muutosta. Joillain elämä ei näyttäisi olevan kovin paljoa muuttunut, vaan huumeet ovat edelleen ongelma. Seuraavassa lähdetään tarkemmin tarkastelemaan nuorten elämänmuutoksia ja erityisesti ET-toiminnan vaikutusta niihin.

5. Nuorten suhde päihteisiin ja päihdehoitoon

5.1 Huumeiset vuodet

Kaikki 20 haastateltua olivat olleet ennen ET-ryhmään tuloaan hyvin syvällä huumeiden käyttömaailmassa. Tullessaan ryhmään he olivat 19-30-vuotiaita ja suurimmalla osalla kovien huumeiden käyttöä oli tuolloin ollut jo useita vuosia, joillain lähes kymmenenkin vuotta. Haastatteluissa ei varsinaisesti pyritty selvittämään sitä, miksi käyttö aikoinaan oli alkanut. Jokainen nuori tuli kuitenkin ryhmään sellaisena miksi hän oli kasvanut, kaikkine ongelmineen ja toisaalta myös omine käyttäjäelämässä piiloon jääneine vahvuuksineen. Siksi myös aiempi elämänkaari ja käyttäjäksi ajautuminen ovat tutkimuksen kannalta mielenkiintoisia.

Tyypillisesti haastateltujen huumeiden käyttö oli alkanut 13-15-vuotiaana pilvenpoltolla tai ekstaasikokeiluilla. Joukossa on kuitenkin esimerkiksi yksi mies, joka oli aloittanut suoraan amfetamiinia pistämällä 13-vuotiaana ja yksi nainen, joka oli aloittanut hankin pistämällä amfetamiinia 15-vuotiaana. Monilla oli näihin aikoihin tapahtunut myös vanhempien ero, läheisen kuolema tai joku muu vaikea asia. Muutamalla oli lastenkotitausta. Jotkut olivat olleet lapsesta saakka ahdistuneita tai sulkeutuneita, useat puhuivat paniikkihäiriöistä. (vrt. Väyrynen 2007, 98.) Joillain ei heidän omasta mielestään ollut taustassaan mitään, joka selittäisi huumeiden käytön aloittamista. Useat haastatellut olivat niin sanotuista perusperheistä, joissa ei ollut mitään erityisiä ongelmia.

Sysäys kovempiin huumeisiin ja käyttäjän elämään oli tapahtunut monilla *"kaveripiiriin tulleiden väärin aineiden"* kautta tai *"isompien poikien yllytyksestä"* tai *"poikaystäväsuhteen myötä"*. Suurin osa ensimmäisiin ryhmiin tulleista 1970-luvun lopulla tai aivan 1980-luvun alussa syntyneistä nuorista oli ollut jossain vaiheessa heroiinin käyttäjiä. Eräs haastateltu kuvaa tilannetta näin:

"Aika rankkaa menoa. Silloin oli polakka⁴ aika pitkälti se pääartikkeli mitä tuolla oli ja siihen kuoli aika helvetisti frendejä." (M1)

Siirtyminen subutexiin oli tapahtunut usein omana yrityksenä päästä siitä kautta eroon heroiiniriippuvuudesta. Yleensä oli kuitenkin käynyt niin, että tilalle oli tullut uusi, hyvin sitkeä ja elämää lamaava riippuvuus. Toisen ryhmän muodostavat nuoremmat, 1980-luvulla syntyneet, joista osa on aloittanut pistämisen suoraan subutexilla. Eräs haastateltu totesi näin: *"Olen sitä sukupolvea, joka ei ole nähnyt heroiinia, vaan on aloittanut suoraan lääkkeellä (subutex)"*(N5). Riippuvuus subutexiin oli yleensä syntynyt nopeasti ja taistelu sen kanssa oli jatkunut lähes kaikilla useita vuosia.

4 Heroiini



Haastatellut nuoret huumeiden käyttäjät olivat kaikki päihteiden ongelmakäyttäjiä, joiden päihteiden käyttöä voitaisiin esimerkiksi Pekka Hakkaraisen (1987) luokituksen mukaan kuvata pakonomaiseksi, sillä kysymys oli kaikilla riippuvuudesta. Heidän joukossaan ei ollut niin sanottuja viihdekäyttäjiä. Heistä suurin osa oli myös tyypillisiä sekakäyttäjiä, jotka käyttivät laittomien huumeiden lisäksi alkoholia ja erilaisia lääkkeitä. Monet kuvasivat aktiivista huumeiden käyttöaikaansa ja elämää ennen ET-ryhmään tuloa kaoottiseksi. Muistikuvat saattoivat olla pitkiltä ajanjaksoilta hyvin hämäriä.

"Tuntuu kauhealta, että on ollut sellaisessa tilassa. Olen käynyt läpi ihan kauheita syllisyyden tunteita. Mutta ei niitä saa pois, ne on tapahtunut ja niiden kanssa pitää vaan oppia elämään. 10 vuotta meni käyttöputkessa, onneksi on ollut välillä kuivia jaksoja..." (N8);

"... hirveässä kunnossa, paljon tuli vietettyä aikaa julkisissa vessoissa. Rankkaa elämää... Kun on ollut pitkään raittiina, niin tuntuu ihan absurdilta, että sellanen mun elämä on ollut." (N6);

"En mä edes hirveesti ajatellut, se vaan oli sitä elämää. Nyt jälkeenpäin ajatellen se on järkyttävää, että siinä meni 10 vuotta hukkaan." (N1)

Monet ihmettelivät ajan kulua ja niin monien vuosien hukkaan menoa. Erityisesti päihteistä eroon päässeet puhuivat tästä ajasta kauhistellen, ikään kuin jonkun muun ihmisen elämästä. Samalla he kuitenkin totesivat sen olleen heidän elämänsä, josta he itse ovat vastuussa.

5.2 Suhde hoitojärjestelmään

ET-toiminnan yksi perusajatus on tutustuttaa hoitojärjestelmän vaihtoehtoihin sellaisia huumeiden käyttäjänuoria, joilla ei ole entuudestaan hoitokontakteja. Haastateltujen joukko näyttäisikin olevan pääosin hoitojärjestelmiin kiinnittymättömiä. Osalla nuorista oli ennen ET-ryhmään tuloaan ollut kuitenkin monia lyhyitä katkaisuhoidoksia:

”Ehkä 10-15 katkoa ja saattoivat tuottaa jotain tulostakin, mutta sitten aina retkahdin, kun en saanut muuta elämää kuntoon.”(N8)

Katkot jäivät tyypillisesti lyhyiksi episodeiksi. Vain harvoilla oli ollut pitkiä hoitojaksoja kuntouttavassa hoidossa. Jotkut kertovat retkahtamisistaan myös pidemmän hoitojakson jälkeen. Usein se liittyi paluuseen vanhaan kaveripiiriin ja saman kumppanin luo tai yksinkertaisesti tyhjiyden tunteeseen ja tekemisen puutteeseen.

Osalla ei ollut hoitokontakteja juuri lainkaan. He uskoivat pystyvänsä itse pääsemään eroon huumeista sitten, kun mitta tulisi täyteen. Moni kuvaileekin omia itsenäisiä irrottautumisyrityksiään ja uskoaan siihen, että lopettaminen omin avuin olisi helppoa. Jälkikäteen he saattoivat suhtautuva tähän ajattelutapaansa jopa hieman itseironisesti.

”En ikinä ollut ennen ryhmää käynyt missään. Mä olin sellanen, että sit kun haluan, niin sit mä vaan lopetan ja meen töihin ja saan perheen. En mä kato tarvinnu hoitoo, mä olin erikoistapaus!”(M3);

”Mä käytin kuusi vuotta heroiniä ja neljä subutexia. Mä lopetin 2000 heroinin ja subutexilla se piti omatoimisesti hienosti itse hoitaa, mutta eihän se niin mene, siihen meni sitten neljä vuotta.”(N1)

Osa etenkin ensimmäisen ryhmän osallistujista oli ollut yksityislääkäri Pentti Karvosen potilaita. He olivat siis saaneet korvaushoitolääkkeensä jonkin aikaa yksityislääkärin määräämänä. Osa nuorista oli ollut avokorvaushoidossa Virossa Wismarin sairaalassa. Osa taas oli hakenut korvaushoitolääkkeensä Latviasta ja jopa Pariisista saakka. Karvosen menetettyä lääkärioikeutensa ja Viron liittyttyä Schengen-sopimukseen vuonna 2007⁵ nämä mahdollisuudet lopuivat ja nuoret palasivat ”katulääkitykseen” tai hakeutuivat korvaushoittoon Suomessa. Haastatellut toivat voimakkaasti esiin sitä, että Virossa saatu hoito oli hyvä ja toimiva ratkaisu. Schengen-sopimus kriminalisoi parin haastatellun mukaan näissä hoidoissa käyneet ja huononsi heidän asemaansa merkittävästi. Se myös merkitsi takapakkia heidän subutexista irrottautumiselleen.

Monen nuoren puheesta tulee esiin, että he eivät halua suomalaisen korvaushoiton järjestelmän joustamattomuuden takia. Lisäksi se ei heidän mielestään ole oikeata päihteettömyyteen pyrkimistä, vaan raskaiden lääkkeiden varassa elämistä. Metadon on joidenkin mielestä ”hirveä myrky”, joka tekee ihmisistä ”eläviä kuolleita”. Samoin Suboxone-niminen lääke, jota nykyisin

5 Mahdollisuus hakea laillisesti lääkkeitä ja käydä korvaushoidossa Virossa loppui joulukuussa 2007, kun Baltian maat liittyivät Schengen-sopimukseen. Sopimuksen rajoitusten takia suomalainen ei voi enää tuoda Baltiasta huumavia lääkkeitä kotimaahansa.

käytetään korvaushoidossa, on useiden haastateltujen mukaan tutkimaton ja vaarallinen aine, jonka hyödyt Subutexiin verrattuna ovat kyseenalaisia. Suurimalla osalla haastateltuja olikin hyvin vahva negatiivinen käsitys Suomen korvaushoitokäytännöistä ja hoitopaikoissa vallitsevista asenteista. Joillain nuorilla oli selvästi korkeammat päämäärät, kuin mitä he kokivat hoitojärjestelmällä olevan. Osa heistä oli jo päässyt päämääräänsä ja monilla siinsi ajatuksissa täysin huumeeton ja lääkkeetön elämä.

5.3 Käyttötilanne haastatteluajankohtana

Edellä (luku 1) on puhuttu ET-toiminnan tausta-ajatuksista ja todettu, että kyseessä on ennen kaikkea haittojen vähentämistoiminta. Nuorten elämään pyritään tuomaan sellaisia normaalielämän elementtejä, jotka vahvistaisivat heitä pärjäämään ja ajattelemaan elämäänsä pidemmällä tähtäimellä ja tätä kautta myös suhdettaan päihteisiin. Raittiusajatus ei tarjota ensimmäisenä nuorille, joiden elämässä niin monet akuutimmat ongelmat ovat ratkaisematta ja keinot selviytyä monesti puuttuvat. Halu vähentää päihteiden käyttöä tai lopettaa se kokonaan on seurausta siitä, että elämä nähdään eri silmin ja aletaan uskoa omiin mahdollisuuksiin irrottautua päihdekeskeisestä elämäntavasta ja riippuvuudesta.

Myöskään haastatteluissa ei haluttu nostaa päihteiden käyttöä ja hoitosuhteita päällimmäiseksi. Haastateltaville ei haluttu antaa sellaista kuvaa, että ET-toiminnan hyödyt mitattaisiin yksiselitteisesti päihteiden käytön pohjalta. Tällainen käsitys olisi voinut jättää varjoon monet muut hienosyisemmät vaikutussuhteet. Haastateltavat olisivat voineet myös ryhtyä liiksi vakuuttamaan päihteistä eroon pääsemistään ja kertomaan tätä odotusta tukevia asioita. Haastatteluissa päihteistä pyrittiin puhumaan mahdollisimman neutraalisti ja korostamaan muita elämän alueita ja edistymisiä niillä.

Näistä ennakoasetelmista ja painotuksista huolimatta huumeet nousivat voimakkaasti haastateltujen keskiöön. Haastateltavat itse määrittivät elämäänsä ja sen eri vaiheita hyvin pitkälle sen mukaan, mikä suhde heillä kulloinkin oli laittomiin huumeisiin ja miten he pärjäsivät ilman niitä. Nuorten puheissa monet haaveet koulutuksesta, työstä ja perheestä odottivat jotakin käännettä päihteiden käytössä. *”Sitten kun pääsen korvaushoittoon”,... ”Hetä, kun olen saanut tiputettua 4 milligrammaan...”, ”Ei ennen kuin olen kokonaan päässyt irti...”, ”En voi jatkaa opiskelua ennen kuin...”.* Monien nuorten kohdalla tulikin sellainen kuva, että elämä oli jollain tavalla odottavalla kannalla, välitilassa. Suunta oli pois päihteistä, mutta toipumisprosessi oli kesken ja se esti muiden suunnitelmien toteutumista.

Koska riippuvuus päihteistä nousi näin monien kohdalla elämää jäsentäväksi tekijäksi, voidaan haastatellut nuoret pyrkiä jakamaan ryhmiin sen mukaan, mikä suhde heillä haastatteluajankohtana oli päihteisiin ja erityisesti laittomiin huumeisiin (ks. taulukko 3). Kahdestakymmenestä haastatellusta kuudella (eli noin kolmanneksella) ei oman kertomuksensa mukaan ollut enää mitään huumeiden käyttöä eivätkä he olleet myöskään korvaushoidossa.

Käytön kokonaan lopettaneista neljä oli naisia ja kaksi miestä. Puolet huumeiden käyttämisen lopettaneista tarvitsi arkensa tueksi bentsodiatsepiineja (esim. Diapam, Opamox tai Xanor). Lääkkeet olivat kuitenkin lääkärin määräämiä ja haastateltujen mukaan kontrolloidusti käytettyjä. Niihin ei liittynyt huumautumistarkoitusta. Kolme laittomien huumeiden käytön lopettanutta tuli

toimeen ilman mitään lääkitystä. Korvaushoidossa oli neljä haastateltua, kaksi metadon- ja kaksi suboxonehoidossa. Heillä ei myöskään ollut kertomansa mukaan oheiskäyttöä.

Taulukko 3. Nuorten (N=20) päihteiden käyttö haastatteluajankohtana vuonna 2010.

Käyttötilanne haastatteluhetkellä	nuoret/lkm
Ei laittomien huumeiden käyttöä eikä korvaushoitoa	6
Korvaushoidossa, ei oheiskäyttöä	4
Käyttöä, jonossa korvaushoitoon	4
Käyttöä	6
Yhteensä	20

Jonkin asteista laittomien huumeiden käyttöä oli siis vielä puolella (10) haastatelluista. Heistä neljä oli jonossa korvaushoitoon. Lisäksi oli kaksi kadulta subutexinsa ostavaa nuorta, jotka katsoivat olevansa tavallaan ”omassa” korvaushoidossaan (edellä taulukossa 3. luokiteltu ryhmään ”käyttöä”). He pudottivat itse annosta alaspäin ja tavoitteena oli kokonaan lopettaminen. He eivät halunneet viralliseen korvaushoitoon, jossa annosta olisi heidän mukaansa nostettu huomattavasti korkeammaksi kuin heidän nykyinen annoksensa on.

Aktiivista, ”sekoilevaa”, erilaisten päihteiden käyttöä oli edelleen neljällä haastatellulla. Heillä elämä tuntui olevan kaikin puolin muita sekavampaa ja epävarmimmalla pohjalla. Joillain oli välillä parempia jaksoja ja välillä huonompia jaksoja. Heillä kaikilla oli kuitenkin selkeitä pyrkimyksiä kohti laittomista päihteistä ja riippuvuudesta eroon pääsemiseen. Missä määrin ne olivat enemmänkin puhetta ja haaveita, on vaikea arvioida. He saattoivat myös puhua sitä, mitä he ajattelivat haastattelijoiden haluavan kuulla. Haastatteluissa jäi joka tapauksessa sellainen kuva, että nämäkin nuoret olivat päässeet jonkin prosessin alkuun ja saaneet ET-ryhmästä tukea ja oivalluksia. He olivat myös sisäistäneet avuntarpeensa ja oman elämäntapansa umpikujan. Yksi heistä oli kertomansa mukaan tässä prosessissa jo melko pitkällä ja jo osittain irrottautunut vanhasta elämäntavasta ajoittaisista takapakeista huolimatta.

6 ET-ryhmään tulo

6.1 ”Se kypsyy siihen touhuun”

Käytännössä kaikki haastatellut olivat ET-ryhmän alkuvaiheessa tulleet jo siihen pisteeseen, että huumeista ei saatu irti mitään positiivista. Monet olivat jo saaneet tarpeekseen käyttöelämästä. ”Mä olin 10 vuotta käyttänyt, se kypsyy siihen touhuun, että tajusi, että elämässä on muutakin.” (N1);

”Itsellä pahin vetohimo jo mennyt kun tänne tulin, olin tosi kypsä, niin sain täältä otettua uuden suunnan.” (M7);

”Saattaa olla, että mä vaan kyllästyin, en jaksanut aina lyödä päätä seinään. Siitä ei saanut enää mitään.” (M5);

”Iso merkitys on ollut. Mä varmaan tulin niin hyvään aikaan, että elämä on ollut siinä tilanteessa, että oon halunnut jotain uutta ja sitten se on antanut jotain uutta.”(N4)

Haastatellut, jotka edelleen käyttivät esimerkiksi subutexia, korostivat sitä, että heidän on pakko käyttää ainetta lääkkeenä pysyäkseen terveenä ja toimintakykyisenä. Monet puhuivatkin suonensisäisesti käytetystä katusubutexistakin lääkkeenä, ei huumeena. (ks. myös Malin ym. 2006, 299, 304)

”...subutex ei vaikuta muhun muutoin, kun että se tekee musta terveen. Olen kymmenen vuotta viettänyt sen seurassa ja alkaa riittää – eka vuosikin olis riittänyt.” (M8);

”Itse aineesta et koe mitään vaikutusta, vaan sen, että on normaali olo, onhan se älytöntä.” (N2)

Monet kuvailevat subutexin käyttöaikaansa rankaksi ja turhauttavaksi. Eräs haastateltu sanoi vihaavansa koko ainetta. Kiihkeä halu päästä eroon subutexista tuli esiin usean vielä käyttävän puheessa. Samalla tuli esiin siitä eroon pääsemisen suuri vaikeus, joka oli yllättänyt monet.

Yhteistä näille nuorille oli se, että huumeiden käyttö oli useimmille heistä pakko (ks. Perälä 2002; Hakkarainen 1987). Huumeita ei käytetty enää mielihyvän takia, vaan siksi, että niistä ei pääsyt eroon. Kukaan näistä nuorista ei myöskään halunnut elää käyttäjän rankkaa elämää. He toivoivat aivan tavallista elämää, sellaista, mitä muutkin ihmiset viettävät. Ne, jotka vielä käyttivät laittomia huumeita tai olivat riippuvaisia lääkkeistä, halusivat eroon riippuvuudesta ja ”kamamaailmasta”, joka ei antanut heille enää mitään.

ET-toiminta antoi monelle nuorelle toivoa siitä, että normaalielämä voi olla heillekin vielä mahdollista. ET-ryhmässä muistutettiin kaikesta siitä, mitä elämässä voisi olla. Myös toipumisprosessissa pidemmällä olevat toivat omalla esimerkillään toivoa vielä riippuvuuden ja sekavan elämäntilanteen kanssa kamppaileville.

”Se on pitänyt sellaista toivoa ja valoa tunnelin päässä, että voi olla jotain muutakin kuin sitä kauheaa elämää.”(N8)

6.2 Tieto kavereiden kautta

Haastatelluista kolme kuului tiiviiseen kaveriporukkaan, joka muodosti ensimmäisen ryhmän ”Dems & co”. He olivat tulleet toimintaan mukaan yhdistyksen perustajan Jaana Novitskijin kutsu- mana. Tämä oli heidän yliannostukseen menehtyneen kaverinsa äiti, jonka he tunsivat entuudestaan. Samaa kaveripiiriä tuli mukaan myös myöhempiin ryhmiin vielä viisi. Nämä kahdeksan ennestään keskenään tuttua nuorta ovat kaikki 1970-luvulla syntyneitä miehiä, jotka olivat samoihin

aikoihin alkaneet käyttää heroïinia. ET-toiminnasta he kuulivat toisiltaan ja/tai Jaana Novitskijilta. ”Sain tiedon kavereilta eka ryhmästä Demseistä. Ne sanoivat, että jos haluat tehdä elämässä jotain muutakin, kuin istua neljän seinän sisällä, niin kannattaa tulla paikalle.” (M9)

ET-toimintaan ohjautumisessa on ollut tyypillistä lumipallomainen tiedonkulku. Ryhmiin tulleet kertoivat omille kavereilleen ja he omilleen. Neljä tyttöä oli tullut toimintaan ryhmässä aiemmin olleen poikaystävänsä kautta ja kaksi jonkun muun ryhmässä olleen kaverin kautta. Ohjaajien kutsumana ryhmiin tuli kaikkiaan viisi haastateltua.

Muulla tavoin kuin ET-ryhmissä mukana olleiden kavereiden tai ohjaajien kautta tulleet oli kaikkiaan kuusi. Heistä ET-toiminnasta oli kuullut jossain muussa hoitoyksikössä kaksi. Kolme oli tullut ET-ryhmään yhdistyksen muiden toimintojen (Jälkipolun tai Avoimien ovien) kautta. Kahdella haastatellulla äiti oli ensin käynyt läheisille tarkoitettussa OHT:n vertaisryhmässä ja kertonut sitten nuorelle ET-toiminnasta.

Suurin osa haastatelluista oli siis tullut ET-ryhmään joko ohjaajien kutsumina tai jo mukana olleiden kavereiden kautta, joilta oli saanut tiedon tästä mahdollisuudesta. Kukaan ei kertonut saaneensa tietoa esimerkiksi esitteistä tai Vinkistä. Tieto toiminnasta kulki selvästi viidakkorummun avulla ja henkilökohtaisten kontaktien kautta. Ryhmissä käyneillä olikin selkeä halu kertoa myös muille huumeiden käyttäjille tästä mahdollisuudesta.

”Kun mulla loppuu (ryhmä), niin tiedän monia kavereita, jotka hyötyis tästä. Aion kertoa ja tuoda tänne, että pääsevät alkuun hekin.”(N7)



”ET-ryhmiä pitäisi olla enemmän. Harva edes tietää näistä. Nytkään kun kerroin kavereille että oon tulossa tänne, ne ei tienneet. Kysyivät että mikä OHT. Nuorille olisi tärkeää kertoa, että he vielä voisivat saada elämästä kiinni — Se tieto ei ehkä pitäisi olla vain hoitopaikassa. Joku semmoinen paikka, missä nuoret on ja käy. On niin paljon niitä, jotka ei oo tiennyt mistään mitään. Jos mäkään en olisi nähnyt Jaanaa, en ehkä olisi lähtenyt ET:hen. Henkilökohtainen kutsu, että tule mukaan, on parempi. Jos mä vaan olisin lukenut jostain, niin en mä olis tullut.” (N4)

6.3 ”Vaik on vielä käyttöö”

ET-toiminta on tarkoitettu aktiivisesti huumeita käyttäville, eikä osallistumisen edellytyksenä ole käytön lopettaminen tai edes valmiiksi kypsyneet motivaatio siihen. Riittää, että haluaa jotain pientä muutosta elämäänsä. ET-toiminta on huumeiden käytön haittojen vähentämistä, joka kuitenkin samalla luo edellytyksiä huumemaailmasta irrottautumiseen sekä käytön lopettamiseen. Lähtökohta siis on, että kaikilla osallistujilla on käyttöä eikä sitä tarvitse siksi salata tai vähätellä. Tämä on monien haastateltujen mielestä ollut ainutlaatuista ja ihmeellistä.

”Se on hienoo, et on tollanen ryhmä, jossa voi käydä kun on vielä käyttöö. Kun joka paikassa muualla vaaditaan, että sä eka lopetat ja sit pääset. Et pääsi leireille ja näki kaikkee hienoo, vaik oli käyttöö. Ei missään muualla oteta tosissaan ja järjestetä keskusteluja ja leirejä vaik on vielä käyttöö. Voithan sä johonkin Vinkkiin mennä istuun, mutta täältä saa tukea.”(N9)

ET-toiminta onkin ollut pitkään ainoaa huumeiden käyttäjille tarkoitettua toimintaa, johon pääkaupunkiseudulla voi osallistua, vaikka on vielä käyttöä. Terveysneuvonta, joka niin ikään on huumeiden käytön haittojen vähentämistoimintaa, lähtee ensisijaisesti kansanterveydellisestä lähtökohdasta. Myöhemmässä vaiheessa esimerkiksi Vinkki-toimintaa, johon edellisessä sitaatissa viitataan, on laajennettu sosiaalisen ja oikeudellisen neuvonnan suuntaan. Samoin Vinkeissä voi oleskella, tavata toisia ja levähtää. Vaikka terveysneuvontakin on tarkoitettu aktiivisesti huumeita käyttäville, ei näissä palvelupisteissä ole mahdollisuutta järjestää vastaavanlaista pitkäjänteistä ryhmätoimintaa tai muita aktiviteetteja.

Siitä huolimatta, että ET-toiminta on tarkoitettu aktiivisille käyttäjille, ei ryhmissä saa olla häiritsevän päihtyneenä. Pää pöydässä nuokkuminen sai haastatelluilta paheksuntaa, koska se pilasi myös toisilta ryhmäkokoontumisen annin. Aluksi ryhmään osallistumiseen liittyi seulojen otto, mutta siitä luovuttiin keskustelujen jälkeen melko pian. Haastateltujen puheesta kuultaa, että paras kontrolli on ollut ryhmäpaine ja ryhmän kannustus.

Nuoret korostivat haastatteluissa sitä, että esimerkiksi leireillä ei saanut olla mitään huumeita mukana eikä siellä saanut käyttää. Tarvittavat lääkkeet annettiin ohjaajille leirin alussa ja he anostelivat ne. Myöskään alkoholia ei saanut käyttää. ”Se oli sellaista kivaa raitista tekemistä” totesi eräs haastateltu. Toki aina välillä heräsi epäilyksiä tai keskustelua siitä, olisiko jollain kuitenkin ollut jotain ja mitä siitä pitäisi seurata. Mitään ”seinään naulaamista” ei haastateltujen mukaan kuitenkaan ollut eikä se kuulunut toiminnan luonteeseen. Retkahdukset ymmärrettiin, epärehellisyttä sen sijaan ei suvaittu.

6.4 Odotukset ja epäilykset ryhmän alkaessa

Monia haastatelluista nuorista houkutteli ET-ryhmään sen toiminnallisuus. He hakivat ennen kaikkea mielekästä toimintaa ja täytettä päiviinsä. Haastatellut kuvasivat käyttöelämän tylsyyttä ja tyhjyyttä sekä sitä, miten ei ollut mitään syytä ryhdistäytyä ja lähteä asunnoltaan johonkin. Monilla oli toive myös jonkun pysyvemmän harrastuksen tai säännöllisen tekemisen löytämisestä. Jotkut olivatkin ennen huumeiden käytön aloittamista harrastaneet jotakin urheilulajia ja halusivat koella, miten pärjäisivät siinä kaikkien vuosien jälkeen.

”Lähinnä juuri toiminnallisena ajattelin, että olisi helpompi olla kun tekee jotain muuta kuin päihkeitä käyttä. Siinä oli juuri sellainen vaihe. Parhaimmillaan oli kaksikin toimintapäivää viikossa maanantaina ja torstaina.”(M2);

”Rytmiä päivään, että lähtee kotoa tekemään ihan normaali-ihmisten juttuja niin kuin menee leffa. Tällaiset oli jäänyt kokonaan pois, kun oli käyttöä. Eli tekemistä ja näitä ryhmäläisiä. Tavoite oli että pääsisin irti huumeista. Se ei onnistunut, vaikka olin ryhmän alussa avokatolla. Mä olen aina halunnu päästä kouluun. Koulu, päivärytmi, päihteettömyys...” (N5);

”Mä odotin näitä aktiviteetteja.. mulla oli tosi tylsää, mä olin yli viis vuotta kuitenkin käyttäny. Kyllä mä myös odotin, että mä olisin päässyt eroon noista opiaateista ja kyllä mä pari kertaa pääsinkin, mutta sitten taas retkahdin. Ei mulla ollu mitään hirveitä odotuksia. Mä vaan kattelin, kun se oli kuitenkin vielä silloin ihan lapsen kengissä, kun se oli vasta toka ryhmä, et se eka saatiin just ajettua loppuun. Kyl mä tiesin, et se on kuitenkin enemmän omasta itsestä kiinni, et se on tommosta esiohjausta. Ajattelin, että on jotain muuta tekemistä, kun vedättää tuolla ympäri, et jos siitä sais vaikka innostuksen taas johonkin harrastukseen, kun pääsee kokeileen kaikkee melomisia ja muuta.” (M4)

Sitaateista on nähtävissä, että nuoret itse asettivat ”tekemisen” päihteiden käytön vaihtoehdoksi ja vastakohtaksi. He toivoivat jotakin käytön ja siihen liittyvän elämäntavan tilalle. Yhdessäkään haastattelussa ei annettu sellaista kuvaa, että toiminta tulisi käyttäjäelämän päivärutiinien lisäksi, vaan nimenomaan korvaamaan ainakin osaa käytöstä ja sen lieveilmiöistä. Nuoret itse siis asettivat selkeästi vastakkain ja toistensa vaihtoehdoiksi käyttöelämän ja mielekkään tekemisen ja päivärytmin. Suurella osalla haastatelluista olikin toimintaa kaivatessaan mukana myös halu vähentää päihteiden käyttöä tai päästä niistä kokonaan eroon. Jotkut odottivat hoitoon pääsyä ja järjestystä elämäänsä. Kaikilla oli mielessään ryhmään tullessaan jonkinlainen muutos elämässä.

”Odotin just sellaista tukea, kun ei ollut käyttänyt mitään hoitopalveluja, niin miten niihin haetaan ja mennään. Ja sit jotenkin että sitä asiaa käsitellään, kun kaikki jotka elää siinä maailmassa ei ajattele mitään ulkopuolista, mutta sitten kun joku pistää sut ajatteleen, että miks sä nyt haluat tällasta ja miks sä et halua lähteä hoitoon? Et tukea siihen päätöksentekoon.” (N1);

”Ei ollut mitään kontaktia normaaleihin ihmisiin, työtäkään siinä vaiheessa en oikein tehnyt, piti saada jotain kivaa tekemistä ja kun joitain frendejä oli ryhmässä ollut ja niille oli ollut hyvä juttu — Munikin tulevassa ryhmässä oli tuttuja. Apua vieroittautumiseen odotin. Olin ravannut katkoilla ja jotenkin oli aina tosi yksin. Aina oli noin neljäs päivä, kun lähdin vetään, se on psyykkisesti niin raskasta. Tavoite oli raitistua. Sekin painoi kauheesti mieltä, että ei ollut enää vanhempiaan kontaktia.” (N6)

Monet odottivat tukea jo mielessään kypsyneille ajatuksille. He kokivat, että olivat yksin ajatukseen, eikä heillä juuri ollut kontakteja muihin kuin toisiin käyttäjiin. Selkeää palveluohjauksen tarvetta tuotiin myös esiin.

”Tulin hoo moilasena, en tuntenut ketään. Kun ryhmä alkoi, olin tosi tyytyväinen. Kun oli tunne, että jotain piti tehdä, mutta ei ollut oikein tietoa että mistä suunnasta hakee, katkot ahdisti, kun oli neljän seinän sisällä. Elämää ja päätä piti saada järjestykseen.” (N9)

Joillain ei ollut juuri minkäänlaisia selkeitä ennako-odotuksia toimintaa kohtaan. He vain tulivat katsomaan mistä oli kyse. Jotkut tulivat omasta aloitteestaan, jotkut läheisen aloitteesta. Kaikki eivät enää muistaneet, miksi olivat tulleet.

”En osannut odottaa mitään. Ei ollut tietoa koko tämmösestä toiminnasta enkä ollut käynyt missään hoitotutussa.” (N4);

”Eka mä luulin, et tää on joku hemmetin NA, et täällä aletaan tuputtaa jotain jumalaa tai sillee. Se aukes sit siitä pikkuhiljaa enemmän ja enemmän. En mä oikein odottanut mitään, fiiliksen mukaan. Kyl sitä vähän jännitti... oli vähän uus tilanne, mut mikäs siinä oli hyvä bändi, saman tien klikkas ja tuli hyvin juttuun.” (M1);

”En mä odottanut oikeastaan yhtään mitään. Vähän sen mutsin takia, kun se pakotti mut tuleen tällaseen ihme ryhmään, siks mä en mitään odottanu. Mut yllätyin suuresti positiivisesti.” (M3)

Epäilyksistä huolimatta ryhmätoiminnan ajatus selkeni nuorille nopeasti ja epäilykset haihtuivat. Monelle oli tärkeää, että ET-toiminta ei muistuttanut esimerkiksi NA-ryhmiä, vaan oli jotain aivan uutta.

7 ”Tänneks mun pitää tulla avautuun?”

7.1 Ryhmätoiminnan sopivuus itselle

”Aluks kyllä aika hoikka poika tuli kyräileen, et mikä vitun mesta, tänneks mun pitäis tulla teille avutuun. Mä olin ottanu bissee ja rauhottavia ja tietty piriä, jota mä käytin joka päivä et mä uskalsin tulla. Eka kerralla kun puhuttiin päihdehistoriasta mä sanoin mutsille, et nyt sun kannattaa poistua, sä et halua kuulla tätä tarkkaan. Ei siinä kauaa menny kun oli ihan messissä.” (M3)

Monet nuoret epäilivät ennalta ryhmätoimintaa. He eivät halunneet tulla ”avautumaan” ja suhtautuivat siksi aluksi ennakkoluuloisesti. Ryhmätoiminnan toteutus oli suurelle osalle mieluinen yllätys. Kyse ei ollutkaan ”paasauksesta” tai ”tuputuksesta” eikä heitä vaadittu puhumaan ryhmässä kaikkia henkilökohtaisia asioitaan.

Yhtä lukuun ottamatta haastatellut pitivät ryhmätoimintaa itselleen sopivana toimintamuotona. Haastateltu, joka olisi kaivannut enemmän yksilötyöskentelyä, oli hänkin viihtynyt ryhmässä kuitenkin hyvin. Monilla oli ryhmässä jo joitain tuttuja tai puolituttuja. Joillekin tämä helpotti ryhmään

tuloa. Vastaavasti juuri tästä samasta syystä jotkut odottivat mieluummin pääsyä seuraavaan ryhmään, jossa ei olisi yhtä paljon ennestään tuttuja.

Erityisesti jotkut tytöt olivat alussa ujoja ja jännittyneitä. Yksi tyttö muisteli kuiskanneensa kaiken mitä halusi sanoa poikaystävälleen, joka sitten välitti asian ryhmälle ja ohjaajille. Hänkin koki ryhmässä saaneensa itsevarmuutta. Joistain tytöistä tuli ryhmässä oman kertomansa mukaan hyvinkin puheliaita. Jotkut pojat totesivat, ettei ryhmätilanne ollut heille mitenkään ensimmäinen. He olivat tyttöjä enemmän osallistuneet erilaisiin joukkuelajeihin lapsuudessaan ja varhaisnuoruudessaan. Yksi tyttökin kertoi olleensa aiemmin mukana monissa erilaisissa tyttöprojekteissa, joissa oppi ryhmässä oloa. Osalle ryhmä oli uusi toimintamuoto. Kaikki alkoivat kuitenkin hyvin nopeasti tottua ryhmätoimintaan.

Eräs haastateltu totesi, että ryhmä oli kyllä ”ok”, mutta välillä olisi ollut sellaisiakin asioita, joita ei olisi halunnut puhua koko ryhmän edessä. Tosin hän totesi myös, että oli helpompi avautua ihmisille, joilla itsellään oli ollut samanlaista elämässään. Siitä, että ryhmässä oli omia kavereita, löydettiin eri puolia:

”Oli hyvä systeemi. Aluksi se oli niin hajanainen ja siellä oli pari sellaista ihmistä, joista en niin välittänyt. Kyllä se sitten kaikkien ryhmätehtävien kautta muodostu se ryhmähenki ihan hyväks. Vieläkin pystyy suurimmalle osalle soittaan ja puhuun mitä vaan. Opetti ryhmätyötä ja suvaitsevaisuutta, kun aluksi oli käsitykset vähän toisenlaiset, että matkan varrella muutti käsityksiä toisistakin.”(M4);

”Ryhmä oli hyvä, kemia oli hyvä. Minulle ryhmä oli hyvä muoto käsitellä asioita. Tietysti olisi ollut helpompi ventovieraiden kanssa kuin omien kavereiden, mutta toisaalta saattoi antaa enemmän,



kun joutui enemmän miettimään mitä sanoi. Meininki oli meillä välillä vähän kaottista. — Ryhmä on tavallaan sosiaalista terapiaa. Yksilöterapiassa tulee helposti hyysätyksi, ryhmä opettaa näkemään muidenkin näkökulman.” (M5)

Juuri edellisessä sitaatissa esiin tuleva toistenkin ihmisten näkökulman kuunteleminen ja huomioon ottaminen oli käyttäjämaailmassa pitkään eläneille uusi kokemus. Monien haastateltujen puheessa korostui, että tämä uusi sosiaalinen taito oli jäänyt heidän vuorovaikutukseensa pysyvämmin.

7.2 ”Loppui vähän kesken”

Haastatellut nuoret eivät juuri tuoneet kysyttäessä esiin mitään negatiivista ET-toiminnasta. Joitain epäkohtia esittäneet, joita oli noin puolet haastatelluista, kiinnittivät huomiota kaikkiin asioihin. Yleisin tyytymättömyyden aihe oli se, että ryhmäaika oli liian lyhyt. Vaikka ennalta oli tiedossa, että ryhmä kestäisi korkeintaan vuoden, oli monilla kuvaustensa mukaan taas sama ”hoo moilanen” –tunne ryhmäajan päättyessä kuin ryhmään tullessakin. Tällä ilmaisulla nuoret ilmeisesti halusivat korostaa uuden tilanteen hämmentävyyttä. Samalla he kuitenkin totesivat, että ”ei ketään tyhjän päälle jätetä”. Tällä viitattiin esimerkiksi Avoimiin oviin ja ohjaajien yhteydenpitoon nuoriin.

Puolitoista vuotta olisi parin haastatellun mielestä ollut ryhmälle parempi kesto. Eräs nuori puhui siitä, miten ryhmäytyminen ottaa aikansa ja siinä vaiheessa ryhmän loppu jo hämöttääkin.

”Olis ollut tarvetta jatkoryhmälle. Loppupeleissä tommonen vuosi on aika lyhyt. Se on aina sellasta, että aluks karsiutuu väkee yks kolmasosa ja sit vasta vähitellen muotoutuu se ryhmä, niin siihenkin kuluu aikaa, ennen kun pääsee kunnolla touhuamaan.” (M1)

Liian pienestä ryhmästä kärsivät pari tyttöä harmittelivat sitä, että alussa ryhmässä olleista oli usea jäänyt pois ja loppuryhmä oli jäänyt liian pieneksi. Jotkut muutkin haastatellut pohtivat voisiko ryhmiä täydentää, jos monia jää heti alussa pois. Täysin avoimia ryhmiä kukaan ei kuitenkaan kannattanut luottamuksen säilymisen turvaamiseksi.

Moni olisi halunnut yhden ryhmän käytyään uuteen ryhmään ja oli kertomansa mukaan kysellytkin useasti mahdollisuutta päästä uudelleen. Periaate kuitenkin oli, että kukin nuori osallistuisi vain yhteen ryhmään. Joidenkin kohdalla oli toimittu toisin, jos esimerkiksi ensimmäinen ryhmäjakso oli jäänyt vankilan, hoidon tai sairastelun vuoksi hyvin vajavaiseksi.

Erään ryhmän osallistujat tekivät itse jatkohakemuksen Raha-automaattiyhdistykselle aktiviteetti-rahasta, mutta hakemus ei mennyt läpi. Eräs nuori kertoi, että nyt oli ensimmäistä kertaa yhdistyksessä näytetty vähän vihreää valoa sille, että ”vanhoista ryhmäläisistä” voitaisiin koota yksi uusi ryhmä, koska halukkaita olisi paljon.

Monet niistäkin, jotka pitivät vuotta lyhyenä aikana, ymmärsivät kuitenkin hyvin, miksi ryhmä kestää vain rajoitetun ajan. Samoin monet sanoivat ymmärtävänsä, miksi kukin nuori pääsee periaatteessa vain yhteen ryhmään. Eräs heistä arveli, että vuodessa kaikki kuitenkin ovat jo saaneet suunnitelmansa tehtyä ja on aika lähteä toteuttamaan niitä. Hän piti hyvänä, että mahdollisimman

monelle tarjoutuu mahdollisuus päästä ryhmään. Tarvitsijoita on hänen mukaansa paljon. Jotkut ihmettelivätkin, miksi joissain ryhmissä on niin vähän osallistujia, vaikka sellaisia nuoria huumeiden käyttäjiä, jotka hyötyisivät tästä toiminnasta, on niin valtavan paljon.

Eräs haastateltu pohti sitä, että ET-ryhmissä ja Avoimissa ovissa on huumeita aktiivisesti käyttäviä nuoria ja Jälkipolku on käytön lopettaneille, mutta korvaushoidossa oleville ei ole tarjolla oikein mitään. Hän kaipasikin omaa ryhmää korvaushoitolaisille ja epäili, että korvaushoidossa oleville voi samoissa ryhmissä huumeita käyttävien kanssa piillä jopa retkahdusvaara.

8 Mitä ET-toiminnasta jäi reppuun?

Kun arvioidaan ET-toiminnan vaikutuksia nuorten elämään, on huomioitava, että ryhmään osallistumisesta on kulunut haastateltujen kohdalla hyvin eripituisia aikoja. Kulunut aika saattaa vaikuttaa siihen, miten ryhmään osallistuminen muistetaan ja miten sen vaikutuksia käsitellään. Elämä ryhmään tullessa oli suurimmalla osalla haastatelluista edelleen aktiivista käyttäjäelämää ja vuosia oli saattanut mennä sumussa. Monilla oli vaikeuksia jälkikäteen muistaa tapahtumien tarkkaa kronologista järjestystä. Samoin tunteet ja kokemukset ennen ryhmää ja ryhmään osallistumisen ajalta saattoivat olla monesti muistissa hieman epämääräisinä.

Tähän nähden haastatellut pystyivät erittelemään ja analysoimaan kokemuksiaan ja elämänsä kulkua hämmästyttävän hyvin. Monet olivat selvästi katsoneet taakseen ja miettineet tekemiään ratkaisuja ja elettyä elämäänsä sekä pohtineet sen tulevaa suuntaa. Tässä pohdinnassa ET-toiminnalla oli lähes jokaiselle ollut merkittävä rooli. ET-ryhmä oli antanut valmiuksia ja keinoja käsitellä asioita. Se oli mahdollistanut oman elämäntavan näkemisen uudesta näkökulmasta ja tuonut esiin vaihtoehtoja. ET-toiminta oli joko näyttänyt uutta suuntaa, vahvistanut omia jo kypsyyneitä ajatuksia tai joidenkin kohdalla toiminut jopa pelastusrenkaana.

Osalla haastatelluista ryhmän alkamisesta oli haastatteluajankohtana kulunut jo 10 vuotta, suurella osalla siitä oli kulunut viidestä kuuteen vuotta, muutamalla kaksi vuotta ja pari oli vielä ryhmässä. Osalla oli siis takanaan monia vuosia elettyä ryhmän jälkeistä elämää, kun taas jotkut olivat vielä joko ryhmän aikaisissa tai sen päättymisen jälkeisissä tunnelmissa.

Yleisenä havaintona voidaan sanoa, että ne joilla ryhmästä oli kaikkein pisin aika, pitivät ET-ryhmän merkitystä heidän sen jälkeiselle elämän kululle ehkä vähäisempänä kuin ne, joilla ryhmän loppumisesta oli esimerkiksi kahdesta viiteen vuotta. Saattaa olla, että asiat ovat kymmenenkin vuoden aikana jo kietoutuneet yhteen ja mukaan on tullut niin paljon muita heidän elämänsä vaikuttaneita tekijöitä, että ET:n vaikutusten erittelemisen ei ole enää aivan yksiselitteistä. Selvää on myös, että ET-toiminta ei ole voinut taikaiskusta muuttaa koko heidän elämänsä, vaan he ovat itse joutuneet tekemään itsensä kanssa valtavasti töitä. Jokainen ensimmäisissäkin ryhmissä olleet haastatellut toi kuitenkin esiin selkeitä hyötyjä, joita he saivat ET-ryhmään osallistumisesta.

Kootusti voidaan sanoa, että ET-ryhmästä saatuja välittömiä hyötyjä olivat:

- rytmiä päivään ja viikkoon
- vaihtoehtoista tekemistä "vetämisen" ja "löhöämisen" tilalle
- normaalielämän elementtejä

- muistutuksia ja pieniä näytteitä siitä, mitä kaikkea kivaa elämässä voi tehdä
 - taitoja ja valmiuksia omien asioiden hoitamiseen
 - vertaistukea ja eläviä esimerkkejä selviytymisestä
 - tukea ja kannustusta ihmisiltä, jotka ymmärtävät eivätkä tuomitse
- Seuraavassa tarkastellaan hieman lähemmin, miten nuoret näitä hyötyjä toivat esiin.

8.1 Rytmiä päivään ja viikkoon

Kun haastatelluilta kysyttiin, mitä välitöntä hyötyä he saivat ryhmässä käymisestä, tuli useimmille ensimmäisenä mieleen rytmi. Huumeiden käyttäjien päivät ovat tyypillisesti hyvin epäsäännöllisiä. He saattavat nukkua hyvin pitkään ja päiviä saattaa kulua epätodellisessa olotilassa. Aina ei ole mitään syytä poistua neljän seinän sisältä, vaan päivä voi mennä esimerkiksi videoita katsellen (vrt. Perälä 2002).

"Se että kun elämä on ihan sekamelska, niin mä sain järjestystä, rytmin siihen elämään eikä se ole kadonnut tänä päivänäkään." (N5);

"Se oli hyvä, että tiesi, että piti olla tiettyyn aikaan tuolla ja tajuissaan, et jutellaan. Ei mihinkään keilamaankaan voi mennä sekasin itseään nolaan... tuli rytmi päiviin, jota ei ollut ollut moniin vuosiin. Vaik se oli vaan kaks päivää, niin oli jotain muuta tekemistä, kun sekotella mömmöjä himassa." (M3);

"Ryhmässä olo ja toiminnallisuus toivat rytmiä. Maanantaina tiettyyn aikaan piti olla ja taas torstaina, niin se rytmi pysyi viikollakin." (M2)

Päivärytmin saaminen vaikutti monella elämään pidemmäksi aikaa, joillain säännöllinen rytmi jäi pysyvästi arkielämän vallitsevaksi olotilaksi. Toisilla säännölliset tapaamiset antoivat elämään ryhtiä lähinnä ryhmissä käyntipäivinä. Oleellista oli kuitenkin toiminnallisuus ja edes hetken kestävä säännöllinen arkirythmi ilman huumeiden käyttökulttuuriin liittyvää arkitodellisuutta, kuten aineiden hankkimista ja nauttimista.



8.2 Toimintaa ja normaaliasioita

Nuoret pääsivät ryhmäaikanaan kokeilemaan monia eri harrastuksia, joihin heillä ei olisi yksin ollut varaa eikä aloitekykyä. Monet olivat käyttäjävuosinaan unohtaneet, mitä kaikkea voi tehdä ilman päihteitä. Jotkut ihmettelivät vielä osaavansa asioita ja pärjäävänsä esimerkiksi pallopeleissä tai muissa lapsena ja varhaisnuoruudessa harrastetuissa lajeissa.

"Mä olin jo siin vaiheessa aika loppu niihin hoitoihin ja siihen, etten saa päihteiden käyttöä katki. Täältä sain niin paljon päiviin tekemistä ja mä innostuin, kun sain tietää, että tällasia juttuja on olemassa. Tuli taas kipinä urheiluun ja tällaiseen elämiseen." (M8);

"Aktiviteetit oli hyviä. Kun oli ihan pohjalla ja kaikki rahat meni ruokaan ja lääkkeisiin, niin pääsi edes hetkeksi maistaan sellaista kun esimerkiksi lumilautailu. Et vähän pääsi muistaan, mitä ne asiat olikaan, mitä ennen teki." (M5)

Osa ei ollut koskaan ehtinyt harrastaa mitään, vaan käyttäjäelämä oli alkanut hyvin nuorena. Osa ei vain saanut itsestään irti aloittaa mitään harrastusta. Oma-aloitteisuus oli monilla nollassa. ET-ryhmässä he kokivat nyt ensimmäistä kertaa mielihyvää päihteettömästä tekemisestä.

"...Näytetään mitä kaikkee mahdollisuuksia on, kun vaan yrittää. Oma-aloitteisuus on tärkeää ja siihen täällä kannustetaan. On toimintapäiviä ja mennään joka paikkaan ja näkee et on tällaista ja tällaista, esimerkiksi seinäkiipeilyä. Täällä näytetään, mitä kaikkee on — Ollaan sellaisia asioita ryhmässä käyty läpi, joita en olisi itse yksin koskaan varmaan kokeillut tai tehnyt. Mulla on vielä paljon sellaista, että pitäis aloittaa harrastus ja pitäis sitä ja tätä ja tota. ET-ryhmässä ollaan käyty esim. Himosleiri. Mä en ollu koskaan lasketellut ja siellä oppi. Siellä mulla ei menny subua



oikeastaan yhtään ja siellä oli hirveesti hommaa. Mä olin tosi siisti siellä. Ku mä tulin takasin, niin poikaystäväkin sanoi, että vitsi ku sun posketkin punottaa terveesti." (N7)

Käyttäjämäärän arki kaventaa ja vinouttaa elämänpiiriä. Kaikki aktiivisuus voi keskittyä aineiden hankkimiseen ja muuhun käyttämisen ympärille kietoutuvaan toimintaan. Monet totesivatkin, että se on sitä elämää, ei siihen kuulu "normaali-ihmisten" tekemiset eikä sitä silloin edes kyseenalaista.

"Olen aina ollut aktiivinen, mutta se vaan suuntautui väärin. Vaikka kaikki oli mulla päin mäntyä, niin en tajunnut sitä itse." (N4)

Jopa sellainen tavallinen tekeminen kuin elokuvissa käynti saattaa kokonaan jäädä. ET-ryhmässä aktivoitiin uskaltautumaan "normaaliin" toimintaan ja muistutettiin erilaisten asioiden olemassaolosta. Seuraava kommentti osoittaa, että elämän normalisoituminen oli nuorille mieluisaa.

"Olen huomannut sitä oman elämän normalisoitumista. ET:n kanssa käydään esim. leffassa, niin nyt olen alkanut itsekin käymään. Syömässä käynti, stand up komiikka, mikroautoilu olleet tosi ihania, niihin ei ole itsellä ollut mahdollisuuksia. Tavallisia asioita, jotka on poistuneet omasta elämästä. Paljon on ollut spontaaniakin toimintaa, tulee vaan viesti, että lähtekää mukaan vaikka pelaan frisbietä. Ei aina vaan oma ryhmä, vaan kaikille avoimia myös." (N8);

"Sitä alkoi kehittää itselleen aktiviteetteja. Jos lojuu himassa, tulee apaattiseksi. Kun ottaa jonkun maalin, mihin tähtää..., täältä se idea tuli." (M7);

"Jos ei oo mitään tekemistä, niin kyllä narkomaani sitten keksii täyttää sen ajan jollain. Tekeminen auttaa hirveesti, kun sä saat positiivisia kokemuksia. Oppii, että sä olet itse siinä tilanteessa ja susta riippuu, mitä sä haluat loppupeleissä elämältä, toiset voi kyllä auttaa, mutta itsestä riippuu käyttääkö vai ei." (M4)

Kommentteja voidaan tulkita niin, että toiminnan kautta ET-ryhmäläiset olivat saaneet oivalluksia elämästään yleisemminkin. He saivat tilaisuuden nähdä itsensä aktiivisina tekijöinä, jotka voivat vaikuttaa elämänsä kulkuun. Tämä herätti monia myös ymmärtämään, että he itse ovat viimekädessä vastuussa elämästään ja siitä, mihin suuntaan se kääntyy.

8.3 Vertaistukea

Vertaisten tuki ja ryhmäpäätökset olivat monille yksi ET-ryhmäajan huumeiden käyttöä vähentävä tekijä. Sanat "tuki" ja "painostus" toistuivat haastateltujen puheissa. Painostuksella ei tarkoitettu mitään negatiivista tai ylhäältä tulevaa, vaan nimenomaan vertaisten keskinäistä ryhmäilmiötä, jossa jokainen tunsu positiivista painetta toimia ryhmän tavoitteiden mukaisesti. Siitäkin huolimatta, että ryhmäläisten tilanteet saattoivat olla kovin erilaisia, vertaistuen todettiin toimivan ja vaikuttavan päihteiden käyttöä vähentävästi ja auttaneen jopa lopettamisessa.

"Kyllä se vaikutti siihen, et pystyin raitistuun. Mä tarviin tällaisen ryhmätuen. Kyllä se opettaa, että sä opit kuuntelemaan ja ottaa vastuuta, ehdottomasti. Se vertaistuki on ehdottoman tärkeä olit sä sitten missä vaiheessa tahansa." (N6)

Ulla Knuutin (2007) huumeiden käytön lopettaneiden elämäntapaa ja toipumista käsittelevässä väitöskirjassa todetaan vertaistuen merkitys toipumista edistävinä resursseina ja tapana rakentaa toipuvien hyvinvointia, sillä vertaisryhmien muodostama saman tavoitteen omaavien yhteisö tuottaa informaalia sosiaalista tukea, mutta myös sosiaalista kontrollia ja luottamusta (ks. myös Ruisniemi 2006).

Edellä tarkoitetaan jo huumeiden käytön lopettaneita tai pidemmällä prosessissa olevia käyttäjiä. Voidaan kysyä, onko hyväksi tuoda yhteen aktiivisesti huumeita käyttäviä nuoria, joista osa kuuluu samoihin käyttäjäpiireihin? Eivätkö he tuo ryhmään alakulttuurinsa lait ja vuorovaikutustavat? Vertaisten seura toimi haastateltujen mukaan kuitenkin aivan eri tavalla ja päinvastaisesti kuin niin sanotussa kamamaailmassa. Nuorilla oli myös Knuutin (2007) mainitsema yhteisiä päämääriä. Seuraava sitaatti kuvaa tätä hyvin:

"Vertaistuki oli ryhmässä tärkeää. Meidän kaikkien lääketasot pieneni, me yritettiin kaikki ja kun me oltiin kimpassa, niin me pysyttiin mahdollisimman skarppina. Ei se ollu sitä mitä me normaalisti kimpassa tehtiin eli ryvettiin ja maattiin jonkun kämpässä. Vaikka jouduttiin itseämme lääkitseen, niin me kaikki yritettiin."(N6)

Myös Knuutin (2007) mainitsemaa keskinäistä kontrollia ja luottamusta tuotiin esiin:

"Avoimissa ovissa olen hoidon jälkeen käynyt ja pari kertaa Jälkipolussa⁶. Mut mä poltin pilvee ja siinä oli niitä tyypejä, jotka oli mua ennen päässeet Myötiksestä ja mä tiesin että ne on täysin raittiita, niin en mä halunnu tuoda huonoo esimerkkiä ja näyttää huonoja tapojani. Tässä tilassa on kyllä hyvin pysynytkin se, että kukaan ei mee vessaan piikittää tai tänne ei tulla myymään mitään. Kaikki aika hyvin kunnioittaa tätä. Meillä on kirjoitettu säännöt. Ryhmissä heti eka kerralla itse laaditaan säännöt, niin kun on itse kirjannut, niin voi niitä noudattaa."(M4);

"Olin jo päässyt pahasta heroiniikierteestä. Lääke-elämä oli aika stabili, oli tukihenkilö, mini-maalinen annos. Elin vanhempien tuella, en edes olis voinut vedellä niitä hulppeita määriä. Kyllä ET ehkä piti vähän ruodussa. Ryhmä oli tukena ja painostikin, että pidetään yhtä eikä lähdetä vetämään. ET:n jälkeen olen jaksanut käydä koulun loppuun. Päihteet kuuluu edelleen arkeen (korvaushoidossa), mutta teen koulun ja duunin. En ole hällävälä –henkilö, mulla on paljon menetettävää."(M11)

Ryhmästä voitiin saada vertailukohtaa omalle elämälle ja perspektiiviä siihen, miten huonoksi tilanteet voivat pahimmassa tapauksessa kehittyä. Vertailukohta saattoi olla joko positiivinen selviytymistarina tai tarina siitä, miten huonosti voi käydä. ET-toiminta ja Avoimet ovet tarjosivat eläviä esimerkkejä siitä, että syvästäkin syrjäytyneisyyden tilasta voi nousta.

"Silmissä elävä esimerkki siitä että voi onnistua, että on ollut pahassa heroiniikoukussa ja nyt käy koulua ja on osa-aikatöissä. Kun mä olen aina aikaisemmin ajatellut, että en voi onnistua. Kun eihän tästä voi kukaan selvitä, mut kun on se ihminen siinä, joka on selvinnyt."(N7)

⁶ Jälkipolku on Omaisat Huumetyön Tukena ry:n kehittämä ja ylläpitämä hoito-ohjelma, joka on tarkoitettu alle 30-vuotiaille päihdeongelmasta toipuville nuorille.

Monet haastatellut pitivät kannustavina esimerkkeinä kahta entistä ET-ryhmäläistä, jotka nyt olivat päihdetyöntekijöitä. He osoittivat omalla olemassaolollaan, että pahastakin huumeikierteestä voi toipua täysin ja vielä auttaa työssään muita. Eräs haastateltu kuvaa tätä näin:

"Siellä (ryhmätoiminnassa) ei mitään vedetty, sen verran pitää olla selkärankaa. Kun siinä oli kaikki frendit, jotka on samassa tilanteessa. Kun kattoo nyt niin on hyvät mestat ja nyt on duunissa kavereita, jotka on ollu sillon mun kaa pää pöydässä, niin on skarpattu, pari tyyppiä. Ollu viis vuotta vetämättä ja nyt duunissa päihdetyöntekijänä. Se on kova juttu, siihen pitäis itekin päästä ja siihen suuntaan ollaan menossakin. Mieluummin hitaasti ja varmasti kun..."(M6)

Avoimissa ovissa kävi aiemmin ryhmissä olleita, jotka olivat saaneet asioitaan järjestykseen. Jotkut olivat korvaushoidossa ja jotkut elivät muutoin normaalia elämää, jossa päihteet eivät olleet enää keskiössä. Eräs tyttö kertoi, että hän koki olevansa ryhmässä hieman liian hyväkuntonen muihin verrattuna ja että hän olisi halunnut muiden korvaushoidossa olevien keskinäistä tukea. Ohjaaja oli pyytänyt häntä ajattelemaan asiaa myös siltä kannalta, että hän on tärkeä ryhmän jäsen, joka omalla esimerkillään kannustaa muita.

Sekin, että joillain meni huonosti, saattoi vaikuttaa kaikkiin ryhmäläisiin ja sai heidät miettimään asioita omalta kohdaltaan.

"Yhdellä ryhmässä oli tosi vaikea elämäntilanne, se joutu vankilaankin ja aina sen perään piti soitella ja olla huolestunut. Silloin mä ajattelin, että mä en niin sekaisin halua asioitani laittaa, että mä joudun vankilaan tai mulla ei ole asuntoa tai muuta. Tällainenkin on vertaistukea, vaikka on vähän toisenlaista. Et just kun on samassa elämäntilanteessa olevia ihmisiä. Kun tuolla maailmassa joutuu elämään sellaista kaksoiselämää, niin täällä pystyy olemaan oma itsensä. Se on tosi tärkeä se vertaistuki. Huomaa, että itse asiassa mullahan onkin asiat ihan hyvin. Ja tääkin tyttö, joka joutu vankilaan, niin hänellä menee erittäin hyvin nyt ja hän on töissä ja koulussa ja korvaushoidossa. Se mitä olen seurannut hänen eteenpäin menoaan, niin se on tuonut mulle hirveän hyvää mieltä, että kai mäkin sitten pystyn, kun hänellä lähtökohdat ovat olleet vielä vaikeammat."(N5)

Vertaistuki ei siis välttämättä aina ole samassa tai paremmassa tilanteessa olevien taholta tulevaa tsemppausta. Myös huonokuntoisimmilla ryhmäläisillä ja heidän edistysaskeleillaan saattaa olla tärkeä merkitys muiden toipumisprosessissa.

8.4 Työntekijöiden tukea ja välittämistä

"Ja sit se kysymys, että mitä sä haluat sun elämältä? No mä haluan raittiiks ja kouluun. Ne (työntekijät) autto mua siinä asiassa, juteltiin ja keskusteltiin. Silloin ei vielä ollut koulun aika, mutta korvaushoidossa he tuki tosi paljon, siinä päätöksenteossa. Olin vatvonut sitä niin kauan, kun se on iso päätös. Siinä asiassa sain heiltä tukea ja luottamusta."(N5)

Työntekijät nähtiin tärkeinä tukihenkilöinä, joiden kanssa voi keskustella omasta elämästä ja siitä, mitä siltä jatkossa haluaa. Nuoret saivat kokea, että heidän pyrkimyksensä otettiin vakavasti ja että niiden vilpittömyyteen luotettiin. Erään haastatellun mukaan ET-ryhmä olikin ”porukka, jossa sai tukea kaikkeen, mitä halusi tehdä.”

Haastatellut kertoivat saaneensa ET-työntekijöiltä paitsi tukea ja kannustusta heidän omissa pyrkimyksissään, myös konkreettista apua asioinnissa viranomaisten ja hoitojärjestelmän kanssa. ET-ohjaajia pidettiin erityisessä arvossa, koska heidän koettiin tietävän asioista paljon.

"Tilanne oli se, että kaikki ovet oli suljettu edestä. Mä en tiedä mitä mä olisin tehnyt. Iso musta aukko. ET osui just oikeaan aikaan. Ihmisiä, jotka tietää asioista."(N2)

Päihteiden ongelmakäyttäjien on usein hyvin vaikeata asioida viranomaisten kanssa ja hoitaa tavallisimpiakin paperiasioitaan. Monesti he kokevat lisäksi itseensä kohdistuvat asenteet ja ennakkoluulot niin voimakkaina, että asiointitilanteet päättyvät helposti umpikujaan. Tarvitaan "asianajajia", tulkkeja ja puolestapuhujia, jotta päihteiden käyttäjien perusoikeudet toteutuisivat (Nuorvala ym. 2007, 15; Törmä & Huotari 2005; Törmä 2009 106-113). ET-ryhmäläiset olivatkin saaneet konkreettista apua asioinnissa. Tarkoituksena näiden nuorten kohdalla kuitenkin oli, että asioita ei tehdä heidän puolestaan vaan että he oppivat tekemään asioita omasta puolestaan. Ohjaajat olivat tarvittaessa tulleet mukaan virastoihin asioita selvittämään. Eräs haastateltu kuvaa apua näin:

"Tosi hyvä tuki tuli työntekijöiltä. Mua autettiin kaikissa virka-asioissa ja koulutusasioissa. Ne tuli mukaan, jos tarvi, mutta ei tyrkytetty. Ne kysyi, jos tarvi apua. Mielelläni otin avun vastaan." (M8)

Tukihenkilöt muodostuivat tärkeiksi. Heidät koettiin erilaisiksi, kuin hoitojärjestelmän ihmiset yleensä. Sitaateista voi nähdä, miten nuoret todella kokivat hoito- ja palvelujärjestelmän lähes vaaralliseksi viidakoksi, jossa he eivät selvinneet yksin. Ohjaajat tulivat tässä avuksi.

"Mulla oli tukihenkilö Veera, josta tuli mulle tosi tärkeä. Hän tuli mun mukaan, jos piti mennä esimerkiksi Kurviin johonkin tapaamiseen tai sossuun. Se oli tärkeätä, että tuli ihan paikan päälle ja auttoi. Se oli hyvä juttu, koska en tiennyt mistään palveluista ja Veera tuli mukaan. Se, että joku otti kädestä kiinni, oli tosi hyvä." (N4);

"Esimerkiksi virastoasioinnissa siitä oli suuri apu. Ennen niitä oikein pelkäs ja otti ne kysymykset ihan kirjaimellisesti, Kelassakin joutu aina menemään kassalle ja kysymään, että mitä mä tähän vastaan, mitä tällä tarkoitetaan jne. — Tuli aluks aina otettua ne mukaan sossun tapaamiseen jne. Siihen tuli ihan toisenlainen suhde sosiaalityöntekijään, kun ei ne enää voinu polettaa⁷. Sit oppi ettei ne aina ole niin vakavia noi byrokratian rattaatkaan, ne on vaan ne kysymykset sitä varten, että jos siihen nyt joku sopii, moni niistä ei sovi omaan itseen ollenkaan ja sitä oli hämmennyksissä. Aluks sitä tuntu tosi nololta mennä sinne ekan kerran sinne fattaan, kun ei tosiaan tienny oikeuksistaan, niin meni ihan hattu kourassa." (M4);

"Mä koin sen sen hetkisen elämäni parhaana aikana. Kun oli ihmisiä ympärillä ja tehtiin kaikkee ja jos oli murheita, niin oli aina tukihenkilöt. Ne lähti sitten mukaan, jos tarvi johonki Duuriin jne. selventään tilannetta. Mä koin sen tosi hyvänä." (N5)

Useissa vastauksissa todettiin, että ohjaajille oli helppo puhua myös siksi, että he eivät asettaneet itseään ylemmäs, vaan olivat kaverillisia. Toisaalta ET-toiminnan kehittäjää kuvattiin myös äitihah-

moksi ja ensimmäiseksi aikuiseksi, jolle on voinut puhua. Vastauksista kuvastui suuri kunnioitus häntä kohtaan. Jotkut sanoivat myös, että ET-ohjaajat tekevät tätä työtä sydämellään. Nuoret kokivat, että heistä aidosti välitetään.

"Ja jos ei olis ollut sellaisia ihmisiä, joista tietää että ne välittää ja joille voi näyttää parhaat puolensa ja olla skarppina niinkun Jaana just niin... aina hävettää kun sen näkee, jos on sekanen, kun tuntee miten se myötäelää kuitenkin. Hän on semmoinen äitihahmo ollut meille. Jaanan ja Annen kanssa voi höpistä sellaisia mitä omalle ei olis jutellut. Oma ei ollut ihan sujut näistä asioista, ei kaikkee voinut kertoa ja stressata." (M4);

"Tää on merkinnyt mulle tosi paljon, tää on mulle tosi tärkeä ja nää ihmiset, nää tekee niin sydämestään tätä juttua... jos tällaista paikkaa ei olisi, niin missä mä sitten? — Näitten työntekijöiden kanssa kun voi käydä vaikka syömässä tai kahvilla ja aina on olemassa tuki. Olen tullut myös rohkeammaksi tulemaan tällaisiin paikkoihin, ettei aina jännitä niin paljon. Ihan varmasti on vaikuttanut todella paljon." (N3)

ET-toiminta ei rajoittunut haastateltujen elämässä vain ryhmäaikaan, vaan suurin osa heistä oli käynyt ryhmän jälkeen myös Avoimissa ovissa ja muissa järjestetyissä tapaamisissa sekä ollut muutoinkin yhteydessä työntekijöihin.

"Avoimissakin voi jutella asioista ja olla yhteydessä tukihenkilöön, jotka tulee mukaan sossuun jne. Sit oli vielä yksilökeskustelut. Mä koen, että olen aina saanut apua, kun olen pyytänyt. Aluksi oli vaikea pyytää. Ne sit onneksi oli oppinut tunteen mut, ja ne lähesty mua. Mun poikaystävä kansanoi niille, että jos ne vois lähestyä mua, kun mä olen niin huono pyytään apua." (N5)

Positiivinen palaute oli haastatelluille tärkeää. He eivät olleet vuosiin tottuneet siihen, että heidän tekemisissään nähtäisiin mitään hyvää tai heidän ominaisuuksiaan arvostettaisiin. Seuraava sitaatti tuo konkreettisesti esiin tämän kokemuksen ulkopuoliselta maailmalta saadusta negatiivisesta palautteesta ja ET-ryhmästä sen vastakohtana.

"Sitten tuli positiivista palautetta, mikä oli tärkeää, kun sitä sait aina vaan sitä oksennusta ulkomaailmalta, se oli se kokemus. Mä uskalsin luottaa ja sitoutua johonkin ryhmäjuttuun. On sillä ollut ihan järjetön vaikutus, kyllä mä olen ihan ET:n puolestapuhuja." (N6)

Monen nuoren itsetunto oli todella alhaalla ja usko omiin kykyihin vähäinen. Monilla oma vahva käsitys itsestä oli jäänyt varhain aloitetun huumeiden käytön ja kamamaailmaan kiinnittymisen johdosta kehittämättä (ks. myös Väyrynen 2007, 92). Nuoret puhuivat myös itsesäälistä ja itseinhosta. Jotkut olivat oppineet käyttäytymismallin: jos ei yritä mitään, ei ainakaan pety.

Pettymykset ja takapakit olivat monen haastatellun puheessa toistuva teema. He olivat ET-ryhmään tullessaan olleet monesti pettyneitä itseensä ja miettivät, että eikö minusta ole oikeasti mihinkään. Monet kokivat myös, että heiltä oli useamman kerran vedetty matto alta. Sen oli tehnyt toisinaan päihdehoitopaikka, sosiaalityöntekijä tai Kela, toisinaan yksinkertaisesti nuori itse.

ET-toiminnassa ulkopuoliset ihmiset näkivät heidät muunakin kuin narkomaaneina. Se oli erittäin tärkeää ja heidän mielestään ainutlaatuista. Narkomaani-identiteetti oli ollut ilmeisesti ainakin

7 Haastateltu tarkoittanee, että häntä ei voitu enää juokuttaa tai pompottaa".

osalla haastatelluista hyvin voimakas. Se oli peittänyt alleen omat persoonallisuuden piirteet ja vahvuudet. ET-toiminta pyrki nostamaan heidän unohtuneita parhaita puoliaan esiin ja pönkittämään niitä. Monet sanoivatkin tämän selvästi nostaneen heidän itsetuntoaan.

"Mulle on sanottu, että sulla on tahtoa, sä pystyt. Jo pelkästään tän kuuleminen, vaikka on epäusko, nii on ruvennut ajattelemaan, että ehkä mä pystyisinkin." (N7)

8.5 Luottamusta ja rehellisyyttä muita sekä itseä kohtaan

ET-ryhmissä on selvästi pystytty luomaan hyvin luottamuksellinen ilmapiiri. Huumeiden käyttäjien maailmassa ei voi luottaa kehenkään, ei parhaisiin kavereihinkaan. Siksi luottamuksen syntyminen ryhmässä on ollut näille nuorille todella merkityksellistä ja uutta.

".... täällä olen saanut jutella ja nyt olen pystynyt ihan avoimesti puhumaan... Olen saanut sellaisen turvallisen olon, kun mulle on sanottu, että täällä ei tarvitse pelätä. On turvallista vaikka tietää, että kaikki ei oo kunnossa. Luottamus ja yhteishenki on tosi hyviä muiden ryhmäläisten ja varsinkin ohjaajien kanssa." (N7);

"Ylipäättään tunteita oppi käsitteleen. Kun on tottunut nyrkeillä hoitaan tunteet, niin oli vähän hukassa niiden kanssa. Helpotti, kun oli ihmisiä, jotka tiesi mistä puhua ja sit oli ihmisiä, joille puhua." (M1);



"Itse on ollut niin sinisilmäinen ja luottanut liikaa ihmisiin ja saanut kärsiä. Ryhmässä on voinut taas opetella luottamusta. Oppi sanomaan ei." (N2);

"Meistä tuli tosi tiivis porukka ja pystyi luottamaan toisiin, ei tarvinnut salata mitään, sain tukea ja käytiin harrastamaan kaikkea ja tehtiin paljon kaikkea yhdessä. Yks oli jonka tunsin ennestään lapsuudesta ja tavattiin uudestaan. Nötö oli niin hieno mesta, oikein haaveilen, että vois päästä takasin." (M8)

Monille haastatelluille oli erityisesti jäänyt mieleen Nötön leiri. Paitsi että se oli paikkana upea, oli nuorille erityisen merkittävää se, että heidät oli kutsuttu ohjaajan omalle mökille. Tämän monet kokivat luottamuksen ja arvostuksen osoituksena. Useat haastellut kiittivätkin ET-toimintaa siitä, että heihin on siellä luotettu, mikä on aivan uusi kokemus monelle.

Se, että nuoriin luotettiin eikä heihin suhtauduttu lähtökohtaisesti vilpillisinä tai epäluotettavina, heijastui myös takaisin. Tätä kuvastaa erään haastatellun toteamus siitä, että hän ei olisi kuvitellutkaan yrittävänsä osallistua esimerkiksi Jälkipolkuryhmään, joka on tarkoitettu raitistuneille, koska hänellä oli edelleen käyttöä.

"Avoimissa ovissa olen ollut. Ei mulla ainakaan olisi pokkaa tulla Jälkipolkuryhmään. Täällä tunnetaan niin hyvin, ei kukaan kehtaa. Ryhmässä tulee luottamus ja kun tuntee noi ihmiset jotka pitää tätä. En mä kehtais ikinä tehdä sitä Jaanalle, kusettaa sitä. Jaanalle on aina voinut puhua kaiken. Siihen tää perustuukin, ettei täällä mitään pissanäytteitä oteta. Mitään muuta tällaista palvelua ei ole, tää on ainoa. NA:han olen luvannut mennä katsomaan kaverin kanssa." (N2)

ET-toiminnassa on myös ymmärretty paremmin kuin hoitojärjestelmässä yleensä huumeiden käyttöön liittyvä "taudinkuva". Retkahdukset kuuluvat prosessiin, eikä niistä pidä rangaista ja palauttaa lähtöruutuun, vaan kannustaa ja auttaa eteenpäin. Monen haastatellun puheessa tuli esiin juuri tämä pettymys hoitojärjestelmää ja erityisesti korvaushoitoa kohtaan. He kertoivat, miten he kokivat, että heitä pyrittiin siellä käyttämään, saamaan kiinni virheistä, rankaisemaan, kyykyttämään ja lannistamaan. Monesti he kokivat, etteivät pärjää yksin järjestelmää vastaan. ET-ohjaajat olivat olleet heidän tukena niin ryhmän aikana kuin sen jälkeenkin ja auttaneet selviytymään hoitojärjestelmien kanssa. He kokivat, että ET:n työntekijät ymmärsivät heitä, eivät tuominneet, vaan auttoivat eteenpäin vastoinkäymisistä ja erehdyksistä huolimatta.

"Se auttoi, kun sai täällä käydä asiaa jälkikäteen läpi (retkahduksen jälkeen). Jos mä vaikka klinikalla sanon, et mä olen käyttänyt subutexia, niin mulla palaa kaikki lomat, eli mulle ei ole edullista kertoa totuutta. Se on huono asetelma, siinä oppii salaamaan asioita, mikä ei ole kenenkään kannalta eduksi. Sehän kuuluu taudin kuvaan, että erehdyksiä tapahtuu." (N8);

"Mä olen tehnyt niin paljon pahaa ihmisille. Ainoa, mikä mut pitää raittiina on täysrehellisyys itselleni ja muille. Mulla ei ole varaa kusettaa itseäni eikä muita." (N6);

"Kyllä se minäkuvan muuttuminen oli ET:n ansiota, en enää tunne häpeää enkä valehtele. Uskon siihen, että pystyn sitoutumaan ja asioiden loppuun viemisen kyky on parantunut." (N5)

Useissa haastatelluissa tuli esiin juuri rehellisyys. Se, miten ryhmässä ja ET-työntekijöiden kanssa oppi olemaan rehellinen itselleen ja muille. Luottamus ja mahdollisuus näyttää tunteitaan ja puhua omasta itsenään oli erityisesti miespuolisille tärkeää ja uusi kokemus käyttäjämaailman jälkeen.

"Ei noita frendejä paljon oo, kelle voi tuolla puhua ja sitten jos niistä sattuu kuuleen joku, joka ei kuulu ystäväpiiriin, niin sitten sen kuulee viikon, kahen päästä sellaisella maustetulla stoorilla että — Täällä muodostu luotettava porukka, jolle voi kertoa sellaisia, mitä ei kertois normaalisti kenellekään. Ei tarvinnu kelaa sitä, että kuulis sen jossain ja se olis sitten joku päivän lööppi." (M1);

"Tää oli mulle turvamesta. Täällä voi vaikka itkee. Jos sä käyttäjämaailmassa teet niin, niin sua kusetetaan – eli sun pitää olla tosi kova jätkä." (M3)

9 ET-toiminnan vaikutus hoitoon hakeutumiseen ja päihteiden käyttöön

Ryhmässä käynti vähensi huumeiden käyttöä suurimmalla osalla nuorista ryhmäaikana. Tapaamiset olivat kaksi kertaa viikossa ja niihin pyrittiin tulemaan hyvässä kunnossa. Aktiviteeteista haluttiin kaikki irti, sillä ne olivat todella mieluisia. Normaalisti näillä nuorilla ei juuri olisi ollut mahdollisuutta tällaiseen tekemiseen. Myös ryhmähenki muodostui vähitellen sellaiseksi, että kovin päihtyneenä ei tehnyt mieli tulla tapaamisiin. Työntekijöiden tuella monet yrittivät suunnitelmallisesti vähentää huumeannoksiaan:

”Veeran kanssa ruvettiin heti suunnitteleen tiputusta siviilissä, kun mulla meni niin paljon päivässä. Meni useita kuukausia, että pääsin sinne 8 milliin, kun mä vedin jotain 16-20 millia. Sen jälkeenmenin Järvenpäähän ja olen ollut siitä asti raitis.”(N9);

”Tää tuki sitä, että vähemmillä päihteillä eläis. Kyllä se ET auttoi, ettei ainakaan silloin tullut käytettyä ja oli poissa porukoista, joissa vedetään kamoja.” (M2);

”Mä sain pirin vedon laskettua ryhmän aikana puoleen. Mä en mielestäni vetänyt oikeestaan ollenkaan, vaikka mä vedin neljä kertaa viikossa. Sit mä fiksuna siirryin heroiniin, kun ei pääkestäny piriä ja sen kautta subuun, jos vaan oli subua. Mä olin tässä ryhmässä ja pyörittiin ja käytiin Nööttöössä ja sillee. Lopulta nää tyypit sai mut potkittua, siin meni monta vuotta, et mämenin sit katkolle Munkkaan kahdeksi viikoksi. Se oli mun eka katko. Nää mut sai puhuttua ja mä vaan ihmettelin, et mihin mut taas puhuttiin. Se meni hyvin ja mämenin sit jatkohoitoon ja mä olin kuusi kuukautta Myötätuulikodissa ja sit vielä kolme kuukautta siviilissä raittiina. Kävin salilla ja sillee. Mä kävin NA-ryhmässä bulevardilla ja mua alko ne keittää, mä en oo koskaan tykänny NA:sta, mut mun oli vaan pakko mennä johonkin, kun mulla ei ollut mitään tekemistä, mulla ei ollut frendejä. Sit mä vaan lähdin vetään ihan tietoisesti, mä vaan ilmotin kaikille, et mä lähden nyt vetään, nyt ei kiinnostakaan mikään. Kahdessa tunnissa olin vetäny kannit ja hankkinu piriä ja pilvee, oikein silmissä näki miten kaikki oli valunu hukkaan. Mä kävin kyllä kaks kertaa sinä vuonna vielä katkolla, mut en jaksanut olla loppuun. Se oli sellaista kahta päivää ja kuutta päivää, en mä kahta viikkoo jaksanut olla. Ei pääkestänyt sitä ajatusta uudestaan.” (M3)

Edellinen pitkä sitaatti kuvaa vielä huumeita käyttävän haastatellun lyhytjännitteisyyttä ja retkahduksia. ”Nää sai mut potkittua” ja ”nää sai mut puhuttua” ilmaisut kertovat siitä, miten melko kaoottista elämää viettävä ryhmäläinen oli saatu yrittämään, mutta omat voimavarat eivät vielä riittäneet minkään loppuun viemiseen. Sitaatista tulee esiin myös tekemisen puute ja tarve saada jotakin ”vetämisen” tilalle. Tähän tarpeeseen ET-toiminta pystyi hyvin vastaamaan.

Ryhmässä saattoi rauhassa miettiä ja saada tukea siihen, mikä voisi olla itselle sopiva tapa päihteistä irroittautumiseen. Eräs käytön lopettanut haastateltu kertoi, kuinka ensimmäisen ryhmän (Dems & co) kaveriporukassa yhdessä yritettiin päästä eroon heroiniin käytöstä subutexin avulla. Se ei kuitenkaan onnistunut. Sen sijaan hän oivalsi ryhmässä tarvitsevansa pitkäkestoista hoitoa ja hakeutuikin siihen jo ryhmän aikana.

”Oltiin kaveriporukka, jolla oli yhteinen päämäärä päästä eroon käytöstä, mutta ei se oikein... Tajuusin, että pitää päästä pitkään hoitoon ja sain siihen tukea.”(M10)

ET-toiminnassa ryhmiin osallistumisen edellytyksenä ei ole hoitoon hakeutuminen. Useat haastatellut korostivatkin sitä, että hoitoon ei painostettu eikä asiaa ”tuputettu”. Silti hoitovaihtoehdot tuotiin esiin, niistä sai tietoa ja hoitoon kannustettiin.

”Koko ajanhan hoitoajatus oli mukana taustalla tän ryhmän aikana, se vaihtoehto, vaikkei sitä tuputettu.”(M1)

Osa nuorista suhtautui melko epäluuloisesti hoitoihin ja heillä oli niistä omakohtaisia lannistavia kokemuksia. Monilla oli myös edelleen usko omaehtoiseen aineista eroon pääsemiseen. Näyttäisi siltä, että ET-toiminta häivensi joidenkin siihen osallistuneiden hoitovastaisuutta ja toimi ikään kuin matalan kynnyksen väylänä hoitoon, mihin he itse eivät ehkä olisi ainakaan vielä omatoimisesti hakeutuneet. Eräs haastateltu totesi, että ET-ryhmässä käytiin oman itsen takia. Esimerkiksi katkoilla oltiin pakosta ja vastustettiin henkilökuntaa, mitä taas ET-toiminnassa ei tapahtunut.

”Ja jos sä menet sossuun, niin eihän ne kysy mitä sulle kuuluu vaan paljo sä tarviit ja mitä sä haluat, eli se lähestymistapa on ihan erilainen. Sama se on katkoilla, ihmiset on ylityöllistetty ja varmaan niin kuin suojellakseen itseään niitten on oltava vähän kylmiä. Jaana taas tulee tilanteeseen vähän kuin äitihahmo ja sit tässä on tää vapaaehtoisuus. Narkomaani kun menee katkolle, niin se kelaa, että ne on siellä vähän niinkun vittuillakseen ja tehdäkseen sun elämästä vaikeempaa ja vähentääkseen lääkkeitä. Se lähtökohta on niin erilainen. Nää ET:ssähän halua tarjota jotain hyvää ja katko on pakollinen piinapenkki.” (N6)

ET-ryhmään tullessaan monilla oli jo virinnyt ajatus lopettamisesta. Ainakin monet olivat kypsyneet käyttöelämään ja kaipasivat siihen jotain muutosta. Ryhmästä he saivat tukea omille pyrkimyksilleen, kuten eräs haastateltu kuvaa:

”Ryhmässä kannustettiin hoitoon, koska olin jo itse päättänyt kesän jälkeen mennä. Se hoitoon lähtö vaati vähän sellaista kypsyttelyä. Ei se käynyt niin, että tänään mä vaan meen. Piti tehdä vähän tällaista pohjustusta, tää oli tämmöinen liukuva...” (N1)

Monien kohdalla oli tärkeää myös konkreettinen apu hoitoon hakeutumisessa. He eivät olisi omasta päätöksestä ja motivaatiosta huolimatta välttämättä hakeutuneet hoitoon. ET-toiminnassa autettiin tämän kynnyksen yli. Tarvittaessa työntekijä tuli mukaan sopimaan hoidoista ja tuki jatkui hoitojen aikanakin. Muutamat kokivat ET-toiminnan olleen suoraan vaikuttamassa heidän hoitoon hakeutumiseensa.

”Jos en olisi käynyt ryhmässä, en olis varmaan ikinä mennyt hoitoon. Se sama meno olis jatkunu vaan vuosia.” (M3);

”Ryhmästä löytyi se tieto hoidoista, että sitä ennen siitä ei ollut mitään tietoa. En usko että olisin edes lähtenyt ilman ryhmää hakemaan mitään paikkaa. Ei mulla olisi ollut edes voimavaroja siihen.” (N4)

Päihteiden käytön lopettaneet ovat jälkikäteen miettineet, mikä suoranainen vaikutus ET-toiminnalla oli heidän lopettamisprosessissaan. Osalla lopettaneista käyttö jatkui jonkin aikaa ET-ryhmän jälkeen. Tarvittiin vielä jotakin tapahtuvaksi ennen kuin käyttö kokonaan loppui. Yhdellä haastateltavalla se oli muutto maasta paikkaan, jossa ei voinut pistää, yhdellä se oli vankilaan

joutuminen, yhdellä raskaaksi tuleminen. Monet kuitenkin olivat sitä mieltä, että osallistuminen ET-ryhmään oli antanut heille välineitä käsitellä asioita ja nähdä ne eri näkökulmasta. ET-toiminta tarjosi ryhmän jälkeenkäin tukea ja neuvoja omissa ratkaisuisissa.

Eräs haastateltu ei kokenut ryhmässä käynnin vaikuttaneen hänen huumeiden käytön lopettamiseksi sinänsä mitenkään. Elämän muutosprosessissa hän arvioi vaikutuksen olleen noin kymmenen prosentin luokkaa. Hän kuvaa vaikutusta näin:

"Näytti vain pienen suunnan, näytti oven. Ei ne voinut sitä ovea avata ja viedä siitä läpi. Itse se piti avata ja siitä käydä. ... Jokaisen on kuitenkin tehtävä omia päätöksiä ja ajateltava se asia itse, jos haluaa päihteistä eroon. Voi näyttää tietä, mutta jokaisen on käveltävä se tie itse."(M9)

Tästä sitaattista ilmenee, miten pienikin vahvistus omille ajatuksille tai vinkki tien valinnassa voi olla yhtenä vaikuttavana tekijänä asioiden kulussa. Jo oivallus siitä, että itse lopulta on tehtävä päätöksiä ja vastattava elämästään voi olla merkittävä monien kohdalla.

10 Suhde läheisiin

Omaiset Huumetyön Tukena ry:n toimintoihin kuuluu myös läheisten ryhmät. Tarkoituksena on tukea nuorten vanhempia ja muita läheisiä sekä tarjota heille vertaistukea. Samalla halutaan parantaa perheen vuorovaikutusta ja näin tukea väliillisesti myös nuorta. Haastatellut nuoret olivat paria poikkeusta lukuun ottamatta tulleet ensin ET-toimintaan ja sitten kysyneet vanhemmiltaan haluavatko he tulla mukaan läheisten ryhmään.

Yhdellätoista nuorella, eli noin puolella haastatelluista oli ollut joku omainen mukana läheisten ryhmässä. Yhdeksässä tapauksessa omainen oli nuoren äiti. Lisäksi yhdellä nuorella äiti oli yhdistyksen työntekijänä. Yhdessä tapauksessa ryhmässä oli aluksi käynyt molemmat vanhemmat, mutta äiti oli jäänyt pois koettuaan osallistumisen nuoren tulinnan mukaan henkisesti liian raskaaksi. Tässä tapauksessa isä jatkoi aktiivisesti yhdistyksen toiminnassa.

Niistä yhdeksästä, joilla ei ollut vanhempia mukana läheisten ryhmässä, yhdellä olivat molemmat vanhemmat kuolleet. Hän totesi saavansa tukea toiminnassa mukana olevilta kavereiden vanhemmilta. Pari nuorta oli yrittänyt saada omia vanhempiaan mukaan, mutta he eivät olleet tulleet. Yleensä syy vanhempien haluttomuuteen osallistua oli asian raskaus tai ongelman jonkin asteinen kieltäminen. Parissa tapauksessa toinen vanhemmista oletti toisen olevan tietämätön heidän yhteisen lapsensa huumeiden käytöstä. Nuorten mukaan molemmat vanhemmat kuitenkin tiesivät. Näissä vastauksissa heijastuu se, miten vaikea vanhempien on kohdata lapsen huumeiden käyttöä ja miten eri tavalla ihmiset asiaa käsittelevät.

Pari nuorta totesi, että heidän äitinsä olivat jo joutuneet asian kanssa niin paljon tekemisiin, että eivät enää jaksaneet tai halunneet sotkeentua siihen enempää. Joillain välit olivat kokonaan poikki.

"Äiti on vähän laittanut suojamuurin. Nuorempana tuki, kun kävin katkoilla, mut sitten kun olin sen pitkän rahtiusjakson ja siitä tipahdin, niin ei se enää jaksanut sen jälkeen."(N5);

"Ei ollut mitään suhdetta vanhempiin, kun varasti, valehteli ja vedätti niin paljon, ettei ne halunneet olla tekemisissä. Yrittivät aina auttaa, mutta kun tuli niin paljon paskaa niskaan ja jäivät odottelemaan puhelua, että mä olen kuollut."(N6)

Monilla nuorilla oli säilynyt suhteet vanhempiin jopa hämmästyttävän hyvinä huolimatta rankoista käyttövuosista. Nuorten puheessa tuli esiin melko usein tapauksia, jolloin vanhemmat ovat esimerkiksi vieneet autolla heitä hakemaan korvaushoitolääkettä, olivat säännöstelleet heidän lääkkeiden ottamistaan tai antaneet rahaa tietoisina siitä, että se menee subutexin ostamiseen tarkoituksena pitää nuori erossa rikollisesta toiminnasta.

Jotkut nuoret ottivat pahimpina käyttövuosinaan itse etäisyyttä vanhempiin. Syynä saattoi olla häpeä ja epäonnistumisen tunne tai vanhempien suojeleminen totuudelta.

"Aika vähän oltiin niihin aikoihin yhdessä. Sitä halusi peitellä. Ei tollasta asiaa halua sanoa tosta vaan."(N1)

Nuoret suhtautuivat yleisesti varsin myönteisesti vanhempiensa ryhmässä oloon ja pitivät tärkeänä, että myös he saivat tukea. Monet kokivat, että heidän suhteensa vanhempiin lähenee ET-ryhmän ansiosta. Monien kohdalla se liittyi salaisuuden paljastumiseen ja kaksoiselämän loppumiseen. Joidenkin nuorten vanhemmat eivät tienneet heidän huumeiden käytöstään vielä siinä vaiheessa, kun he menivät ET-ryhmään. Ainakaan asiasta ei koskaan avoimesti keskusteltu. Huumeiden käyttöä oli saattanut jatkua kuitenkin jo useita vuosia. Eräs haastateltu hyvin nuorena kotoa poikaystävänsä kanssa asumaan muuttanut nuori kertoi, miten huumeiden käyttö paljastui ET-ryhmän aikana leirillä ollessa:

"Siinä vaiheessa äiti ja isä ei tienneet mitään. Ihme ja kumma, vaikka olin käyttänyt monta vuotta. Ryhmän aikana muistan kun oltiin Nötössä ja Jaana sanoi, että kerrotaan sun äidille. Mä sanoin ensin, että ei missään nimessä... mutta sitten Jaana soitti äidille ja hyvä niin."(N4)

Useat nuoret kertoivat kuinka ET-ryhmässä oli kannustettu pitämään yhteyttä vanhempiin ja pyrkimään parempiin väleihin heidän kanssaan. Monien kohdalla suhde vanhempiin paranikin, kun huumeiden käytöstä alettiin puhua avoimesti. Samoin vaikutti se, että ET-ryhmässä oppi toisten huomioon ottamista. Eräs haastateltu totesi myös sen, että kun ryhmässä ja myöhemmin Avoimissa ovissa on saanut käsitellä asioita ja purkaa murheitaan, ovat vanhemmat ja poikaystävä säästyneet pahemmilta purnauksilta.

"Nyt on tosi hyvät suhteet mutsiin. Vähän se kattoo miten mä noita lääkkeitä syön, etten mä oo joka päivä töttöroö. Se on hyvä, koska mä tarviin jootä."(M3);

"Siihen meni kyllä vielä jokunen vuosi, ennen kuin sain mutsin kanssa asiat kondikseen. Nyt tässä on ollut kolmisen vuotta paremmat välit kuin ikinä. Varmasti on ollut ET:llä vaikutusta tähän. Me oltiin sellaisella mummaleirillä et mutsit oli mukana. Istuttiin laavulla ja kerrottiin vitsejä ja syötiin. Sit oli sellaisia paritehtäviä. Mutsikin näki, et on muutakin kuin kusta päässä."(M1)

Usea nuori kertoi myös sisaruksistaan ja siitä, miten ET-toiminnan aikana alkoivat lähentyä heitä ja pyrkivät luomaan heihin uudelleen luottamuksellisia suhteita.

"Kun käyttää ei ole mitään hyviä suhteita läheisiin, suhteet ovat ehtyneet. Itsellä on pikku hiljaa siskoon ja muihin läheisiin muodostunut suhteet." (M10);

"ET:ssä on opittu suoruus, että häpeämättä voi kertoa käytöstään. On vaikuttanut niin, että olen yhdelle ystävälle kertonut ja seuraavaksi kerron veljelle. Ei pelota läheskään niin paljoa kuin ennen. En enää jaksaisi elää kaksoiselämää ja valheessa, haluan tukea läheisiltä." (N5)

Nuorille oli myös tärkeää, että heidän vanhempansa saivat tukea. Monet kokivat huonoa omaatuntoa vanhempiensa ahdingosta ja olivat tyytyväisiä, että heillekin löytyi apua ja ihmisiä, joiden kanssa puhua.

"Ryhmä auttoi äitiä silminnähdessä, koska ei sillä ollut ketään. Asuttiin rivitalossa eikä kenkään muiden lapset olleet tällaisia. Se oli yksin ja kauhuissaan, kun tuli velkoja ja kaikkee ja joutui seuraamaan sitä elämää. Sai tukea tosi paljon siitä ryhmästä, kun tapasi muita ja sai jutella. Epätoivo ja sellainen... huomasin ihan olemuksesta, että oli ihan keventynyt sitten. Äiti tykkäsi siitä, että mäkin kävin ryhmässä ja että käyn Avoimissa ovissa." (M2)

Haastateltujen joukossa oli useita pariskuntia, jotka asuivat yhdessä. He kertoivat melko yhtäpitävästi elämänsä muuttuneen niin, että yhä enemmän oltiin kotona ja kaksin. Haastatelluilla pariskunnilla oli kuitenkin kaikilla edelleen huumeiden käyttöä. Heistä kukaan ei ollut vielä kokonaan lopettanut, vaikka osa oli jonossa korvaushoitoon. Joidenkin haastateltujen kohdalla tärkeää oli



uusi huumeita käyttämätön kumppani, jonka tuella ja takia pyrittiin olemaan erossa aineista. Parista haastatellusta oli tullut itsestään äitejä tai isiä, mikä oli vaikuttanut ratkaisevasti heidän elämäänsä ja ajatuksiinsa.

11 Läheisten näkökulma

Nuoret kuvasivat ryhmää edeltänyttä aikaa usein hyvin kaoottiseksi ja rankaksi. Haastateltujen neljän vanhemman kuvauksissa tämä kaoottisuus konkretisoitui vielä enemmän. He kertoivat omasta näkökulmastaan esimerkein millaiselta nuorten elämä oli näyttänyt ja miten se vaikutti muuhun perheeseen. Tätä puolta ei juuri tuotu esiin nuorten kertomuksissa. Kaikkien neljän äidin lapset asuivat ET-ryhmässä ollessaan jo omassa asunnossa, joten vanhemmat eivät nähneet päivittäin, millaista meno oli. Kaikki haastatellut äidit totesivatkin, että heille asioiden oikea laita selvisi melko myöhään. He olivat tienneet, että jotakin oli vialla ja nuori ehkä käytti jotain aineita, mutta kovien huumeiden päivittäinen käyttö ja elämän todellinen laita tuli yleensä shokkina.

Nuorten sekava elämä heijastui myös monella muulla tapaa koko perheeseen. Huumeita käyttävillä nuorilla oli kaikkein aktiivisimpina käyttövuosina jatkuva rahan tarve ja suuret velat. Monet heistä varastelivat ja vaativat vanhemmiltaan kovaäänisesti rahaa. Raivokohtaukset ja vainoharhat olivat tyypillisiä. Jotkut nuoret asuivat vanhempiensa omistamassa asunnossa. Heidän äitinsä seurasivat tästä syystä tavallista enemmän asunnon tapahtumia ja saivat taloyhtiöstä tietoa, jos jotakin häiriötä ilmeni. Asunnot muuttuivat helposti luukuiksi ja niihin pesiytyi "kavereita", jotka hyväksikäyttivät ja veivät kaiken, minkä irti saivat. Naapureiden valitukset saivat lopulta aikaan häädön asunnosta toisensa jälkeen. Nuorille sattui helposti myös erilaisia onnettomuuksia, jotka toisaalta saattoivat joissain tapauksissa myös toimia herätteenä ja käänteenä parempaan.

Vanhempi oli saattanut olla yhdistyksen toiminnassa samaan aikaan kuin nuori tai vasta sitten, kun ET-ryhmä oli nuoren kohdalla jo loppunut. Nuorten ryhmät ja läheisten ryhmät toimivat erillään eikä kaikille vanhemmille ollut täysin selvää milloin tarkalleen ottaen heidän lapsensa olivat käyneet ET-ryhmän. Monet nuoret eivät juuri keskustelleet vanhempiensa kanssa ryhmäasioista.

Äideistä kaksi oli tullut toimintaan jo ennen lastaan. Toinen äideistä kertoi itse aktiivisesti hakeensa apua. Hän oli ensin kokeillut Al-Anon vertaistukiryhmää⁸, mutta kokenut, että ei saa sieltä tukea. Omaiset Huumetyön Tukena ry:n ja sen ryhmät hän oli löytänyt googlen avulla internetistä. Toinen äiti oli tullut läheisten ryhmään Aseman Lapset ry:n entisen lääkärin ohjaamana. Näissä molemmissa tapauksissa nuori oli saanut tiedon ET-toiminnasta äidiltään ja tuli ryhmään tämän pyynnöstä. Molemmat nuoret totesivat omista haastatteluissaan tullessaan vähän epäilevin mielin ja lähinnä äitinsä mieliksi.

Kaikilta nuorilta kysyttiin haastatteluissa, osallistuiko kukaan heidän läheisistään toimintaan. Nuorten arvion mukaan jotkut äidit olivat läheisten ryhmässä "vain vähän aikaa aluksi". Jotkut kertoivat vanhempiensa olleen hyvin aktiivisesti mukana pidemmän aikaa ja solmineen keskinäisiä ystävyys-suhteita. Kaikki neljä haastateltua äitiä olivat läheisten ryhmien aktiiveja.

⁸ Alcoholics Anonymous (AA)

Haastatelluista neljästä äidistä kahden lapsi oli lopettanut huumeiden käytön. Äidit suhtautuivat kuitenkin varovaisemmin kuin nuoret itse määrittelemään heitä raitistuneiksi tai lopullisesti huumeista eroon päässeiksi. Tämän voi tulkita niin, että nuorten huumeiden käyttövuodet olivat jättäneet äiteihin pysyvän jäljen. Takapakit ja pettymykset sekä elämän epävarmuus olivat horjuttaneet luottamusta asioiden muuttumiseen paremmaksi. Luottamuksen täydellinen palautuminen omaan lapseen vaatii todennäköisesti pitkän ajan. Myös Knuuti (2007) on todennut että aiemman luottamuspulan häivyttämiseen raitistuneen huumeiden käyttäjän ja hänen vanhempiansa väliltä joudutaan tekemään lujasti työtä eikä koettu ole hetkessä pois pyyhittyä.

Vanhemmat pohtivat ET-toiminnan merkitystä kahdesta näkökulmasta: yhtäältä siltä kannalta, mikä merkitys ET-ryhmällä oli ollut heidän lastensa elämään ja toisaalta siltä kannalta, mikä merkitys heidän osallistumisellaan omaisten ryhmään on ollut heille itselleen ja lapselle.

Kaikki neljä äitiä olivat sitä mieltä, että ET-ryhmällä oli ollut selvää positiivista vaikutusta lapsen elämään. Yhden nuoren kohdalla pääsy ryhmään oli ollut todellinen käännekohta, jota ilman oltaisi voitu päätyä todella surullisiin seurauksiin. Yhden nuoren kohdalla merkitys äidin, kuten nuoren itsensäkin, kertomana oli saadussa tuessa jo kypsyneen päätöksen läpiviemiseksi. Kahdessa muussa tapauksessa, joissa käyttö vielä jatkui, hyöty näkyi päihteiden käytön vähenemisenä ja elämän rauhoittumisena ainakin jossain määrin. Lisäksi näidenkin kahden nuoren puheeseen oli alkanut ilmaantua aiempaa enemmän suunnitelmia ja haaveita.

Äidit pitivät ET-toimintaa, Avoimia ovia ja muuta yhdistyksen nuorille tarjoamaa apua, tukea ja verkostoa hyvin tärkeänä heidän toipumisprosessinsa kannalta riippumatta siitä, missä prosessin vaiheessa nuoret olivat. Eräs äiti puki tämän sanoiksi näin: *"suunnattoman suuri ja tärkeä asia, ei noi nuoret selviä itse pois tuosta elämästä, olen hirvittävän kiitollinen tästä, en tiedä mihin oltaisiin jouduttu, joku tuki täytyy olla."*

Omaisten ryhmiin osallistuneet äidit kertoivat, miten hädissään he olivat lapsen huumeiden käytön tultua ilmi. He pelkäsivät, miten lapselle käy ja koska "se viimeinen soitto" tulee. Äideillä ei juuri ollut tietoa huumeista ja siitä maailmasta, jossa käyttäjät elivät. Tämä kaikki näyttäytyi heille hyvin pelottavana eikä heillä ollut ketään kenen kanssa puhua. Työtovereille ei voinut kertoa ja edes ystäville ei tehnyt mieli avautua asiasta. Asiaan liittyi paljon häpeäntunnetta. Omaisten ryhmään pääsy oli kaikille haastatelluille tässä tilanteessa suorastaan pelastus. Eräs äideistä kuvaa sitä näin: *"Omaisten ryhmä oli mulle elämän ehto, olisin tullut hulluksi. Se oli mulle terapiaa, en tarvinnut muuta hoitoa kun pääsin tähän. Ei tämmöistä voi kertoa töissä eikä ystävillekään... olisi varmaan ollut ihan kaaosta koko elämä ilman tätä."*

Äidit korostivat sitä, että heidän avun saantinsa koitui välillisesti nuorten hyväksi. Tämä tuli esiin myös Knuutin (2007) tutkimuksessa, jossa hän toteaa lähiverkoston tarvitsevan voimia pystyäkseen tukemaan läheistään. Kun ET-nuorten ei enää tarvinnut samassa määrin murehtia vanhempiensa pärjäämistä ja tuntea siitä syllisyyttä, he saivat enemmän tilaa omalle toipumiselleen. Äidit olivatkin sitä mieltä, että nuoren tärkein tehtävä on keskittyä omaan muutokseensa. Oma elämäänsä elävä vanhempi on nuorelle parempi tuki, kuin nuoren vaikeuksissa päivästä päivään mukana elävä. *"Eivät nuoret halua meitä joka hetki kannoilleen",* totesi eräs äiti.

Kaikki haastatellut äidit kertoivat, että he eivät kovin tarkkaan tienneet esimerkiksi aineista, joita heidän lapsensa käyttivät eivätkä olleetkaan niistä tarkemmin kiinnostuneita. Sen asian he jätti-

vät hoitohenkilökunnalle. He sanoivat tietävänsä, että jotkut vanhemmat olivat hyvin perillä milligrammamääristä ja jopa annostelivat joitain lääkkeitä lapsilleen. Vanhemmat olivat omaksuneet erilaisia lähestymistapoja nuorten elämään. Haastatelluista äideistä pari oli seurannut nuortensa tekemisiä enemmän ja oli ollut heidän arjessaan mukana tiiviimmin. Kaksi muuta ajatteli, että heidän lapsensa ovat aikuisia, eivätkä he vanhempina pysty vaikuttamaan näiden päätöksiin, he voivat vain antaa tukea tarvittaessa.

Äidit olivat myös havainneet, että heidän lapsensa olivat ET-aikana ja sen jälkeen tyytyväisiä siihen, että heidän vanhempansa olivat toiminnassa mukana. He olivat sitä mieltä, että nuoret jopa kokivat jonkinlaista ylpeyttä omista "mutseistaan", jotka olivat lähteneet mukaan toimintaan. Eräs äiti korosti myös sitä, miten tärkeää nuorille on huomata, että heidän läheisensä tekevät jotakin asioiden eteen eivätkä vain puhu tai moiti. Omien vanhempien ja kavereiden vanhempien osallistuminen toimintaan viestittää nuorille siitä, että isommat voimat ja verkostot ovat mukana asiassa. Tämä antaa nuorille henkistä taustatukea.

Myös nuoret kertoivat siitä, miten he saavat tukea paitsi toiminnassa mukana olevilta omilta läheisiltään, myös esimerkiksi kavereiden vanhemmilta. Tämä on tärkeää erityisesti niille, joiden omat vanhemmat eivät ole jostain syystä tulleet mukaan tai ovat kuolleet. Myös mukana toiminnassa olevat tai olleet äidit kertoivat tuntevansa muitakin ryhmissä mukana olleita nuoria ja entisiä, huumemaailmasta toipuneita ryhmäläisiä.

Verkostoon kuuluvat siis nuorten ja heidän läheistensä lisäksi ohjaajat sekä huumeiden käytön lopettaneet entiset ryhmäläiset, joita jonkin verran osallistuu toimintaan. Yhteistoimintaa onkin ollut monessa muodossa. Huumeiden käytön lopettaneita ryhmiin osallistuneita nuoria on esimerkiksi käynyt puhumassa omaisten ryhmissä. Pysyviä ystävyyssuhteitakin on tässä verkostossa solmittu.

12 Mikä elämässä oli muuttunut?

Haastatelluissa pyrittiin selvittämään monen eri kysymyksen avulla, mikä nuorten elämässä oli muuttunut ET-ryhmään osallistumisen jälkeen joko tilapäisesti tai pysyvästi ja minkä tässä muutoksessa he itse katsovat olevan ET-toiminnan vaikutusta. Monilla ryhmästä oli kulunut jo kymmenkin vuotta, joten vaikutussuhteiden erottaminen saattoi olla vaikeaa. Elämässä oli ehtinyt tapahtua paljon erilaisia asioita, jotka hämärsivät käsitystä siitä, mikä muutokseen on vaikuttanut. Toisaalta mukana oli haastateltavia, joilla ET-ryhmä oli vielä kesken tai lähiaikoina loppunut, joten muutosten arvioiminen saattoi olla liian aikaista. Tästä huolimatta nuorten puheessa oli kuultavissa selkeitä painotuksia, jotka tulivat esiin lähes jokaisessa haastattelussa jossain muodossa.

Yksi keskeinen ET-toiminnan vaikutus oli syntynyt sen toiminnallisuuden kautta. Lähes jokainen haastateltu toi esiin jossakin haastattelun vaiheessa sen, että ET-toiminta oli ryhmissä tehtyjen asioiden avulla näyttänyt nuorille, mitä kaikkea elämässä voi tehdä. Se oli siis esitelty vaihtoehtoja käyttömaailmalle. Nuoret olivat todella innostuneita mahdollisuudesta tehdä sellaisia asioita, mihin heillä ei muutoin olisi ollut voimavaroja, rahaa, eikä kavereita. Tällaisia aktiviteetteja olivat muun muassa laskettelu, lumilautailu, mikroautoilu, sählyn pelaaminen, seinäkiipeily ja jooga. Tämän tyyppinen tekeminen ei kuulu käyttäjämaailmaan, jossa elämä alkaa helposti kapeutua aineen hankkimisen ja sen käytön ympärille.

Haastatellut kuvasivat käyttäjäelämää myös melko passiivisena olemisena, jossa jonkun kämpillä maataan ja katsellaan videoita tai kuunnellaan musiikkia. Monet huumeiden käyttäjät ovat henkisesti aloitekyvyttömiä ja fyysisesti huonossa kunnossa. Erilaiset aktiviteetit ja niiden olemassaolo ovat yksinkertaisesti unohtuneet ja ne kuuluvat ”muille, normaalielämää viettäville ihmisille”. Jo pelkästään se, että nämä nuoret on viety harrastamaan ryhmän aikana erilaisia liikunnallisia harrastuksia, on tuonut heidän elämänsä jotakin uutta ja piristävää, käyttäjämaailmaan kuulu matonta.

Toiminnan vaikutus on ollut nuorten kannalta huomattavasti suurempi, kuin voisi ennakkoon kuvitella. Ensinnäkin nuoret olivat saaneet näistä aktiviteeteista lisää itsetuntoa, kun he ovat huomanneet pystyvänsä samanlaisiin asioihin, kuin mitä heidän ikätoverinsa yleensä harrastavat. Toiseksi nuoret korostivat ET-ryhmän näyttäneen heille, että on vaihtoehtoja, on muutakin kuin käyttäminen ja siihen liittyvä elämäntapa. Tämä sinänsä itsestään selvydeltä vaikuttava seikka oli monille haastatelluille todella merkittävä oivallus ja herääminen. Nuoret olivat niin syvällä käyttäjämaailmassa, että he olivat täysin vieraantuneet kaikesta aktiivisesta harrastamisesta. He olivat tavallaan unohtaneet, mitä elämässä voi tehdä ja miten voi pitää hauskaa ja saada iloa ja mielihyvää ilman huumeita.

Niillekin, jotka eivät ET-ryhmän päätyttyä jatkaaneet näissä harrastuksissa, oli tärkeää, että heille oli ”esitely” näitä muita vaihtoehtoja. Ajatus tekemisestä jäi monilla itämään. Enää ei ollutkaan niin itsestään selvää, että käyttäjämaailma oli ainoa heille lankeava vaihtoehto. Erilaisissa elämänvaiheissa olevat nuoret käsittelivät näitä asioita hieman eri näkökulmista, joten tässäkin ryhmittelimme heidät sen mukaan, mikä heidän suhteensa tutkimusajankohtana oli päihteisiin. Ensimmäiselle ryhmälle nuoria, joilla ei ole enää huumeiden käyttöä. Sen jälkeen tarkastellaan korvaushoidossa olevien nuorten elämänmuutosta ja lopuksi niitä nuoria, joilla on vielä käyttöä.

Huumeiden käytön lopettaneista parilla päätös oli ollut tehtynä jo ryhmään tullessa. He totesivat ET-ryhmään osallistumisen nopeuttaneen ja tukeneen heidän omaa päätöstään lopettaa aineiden käyttö: ”Asiat olis ainakin pitkittyneet ilman ET:tä” (N9). ET-ryhmissä oli usein opittu katsomaan omaa tilannetta rehellisemmin ja ikään kuin ulkopuolisen silmin. Samalla tarjoutui mahdollisuus käsitellä asioita, purkaa tunteita ja punnita vaihtoehtoja aineiden käyttämiselle:

”Varmaan oppi vähän puhumaan, kun aina oli ollut, että tää nyt on vaan tällasta ja tää on mun hallinnassa, mutta eihän se kuitenkaan omassa hallinnassa oo. ... Luulisin, että oli iso tekijä, kevyempi laskeutuminen ja sai miettiä asioita, että on muutakin kuin vetäminen.” (N1)
Toipuneiden joukossa oli kuitenkin niitäkin, jotka eivät olleet ryhmään tullessaan vielä kypsyneet lopettamisajatukseseen tai eivät olleet pitäneet sitä realistisena. Heillä muutos verrattuna aiempaan käyttäjäelämään oli hyvin radikaali, sillä elämä oli muuttunut kaikilla tasoilla:

”Mä olen terve ja hyvinvoiva. Mun aivokapasiteetti on käytössä hyödyllisiin asioihin. Mä olen saanut mun terveyden takaisin, mä olen löytänyt mun elämään oikeita, rehellisiä ihmisiä, mulla on koulutus ja työ. Verraten siihen, että mulla ei ollut mitään muuta kuin silloinen avomies. Siitä on tähän päivään mieleton muutos.” (N6);

”Ryhmään tullessa en ajatellut että nyt käyttöelämä riittää, että nyt loppuisi käyttö. Sitä en ajatellut, mutta kyllä se tuli siinä ryhmässä, että ei enää tuota elämää. Se avarsi näkemystä siitä, miten elämäni voisi olla ja että voisin ruveta tekemään jotain muuta. Se huume-elämä alkoi ahdistaa

siinä.... Elämäni eroaa nyt ihan täysin siitä tilanteesta ennen ryhmää. Nyt olen normaali ihminen, jolla on pieni tyttö, ihan eri elämä on nyt.” (N 4)

Korvaushoidossa oleville nuorille muutos ei näyttäytynyt aivan niin radikaalina, kuin nuorille, jotka eivät enää ollenkaan käyttäneet huumeita. Monet heistä olivat melko ankaria itselleen, eivätkä pitäneet korvaushoidossa oloa vielä ”lopullisena voittona” huumeista. Korvaushoidossa olevat kuvasivat ET-ryhmän vaikutusta heidän elämänsä lähinnä sen kautta, että he olivat saaneet myönteisiä kokemuksia, välittämistä ja vertaisten tukea.

”Samat lääkkeet oli käytössä ja vieläkin olen niihin koukussa. Sain pysyviä kaveruus- ja tuttavuusuhteita. Opiskeleen lähden uudestaan vasta ET:n jälkeen, kun alkoi metadonihoito ja subu jäi pois. Kaikin puolin positiivinen kokemus, ei mitään pahaa. Kiva viikottainen ohjelma, hauskoja leirejä. Ryhmähenkeä kasvattava.” (M11);

”Paljon hyvää on antanut. Oli paikka, missä pysty käymään. Vaikutti pelkästään positiivisesti. Suuri merkitys, että on käynyt täällä... Tää on merkinnyt mulle tosi paljon, tää on mulle tosi tärkeä ja nää ihmiset, nää tekee niin sydämestään tätä juttua.” (N3)

Korvaushoidossa olevat korostivat itseluottamuksen takaisin saamista ja oman minän löytämistä: ”Olen ollut nyt oma itseni. Kaikki pienetkin kommentit voi tukea itsetuntoa ja vahvistaa minäkäsitystä. Se voi olla tässä vaiheessa tosi tärkeää, kun oma minä alkaa tulla esiin.”(N8)

Monen oli vaikea arvioida sitä, mikä merkitys juuri ET-toiminnalla on ollut heidän elämänmuutoksessaan tai mitä olisi tapahtunut ilman ET-ryhmään tuloa:

”Kyllä sitä tunsin itsensä pikkasen etuoikeutetuksi. Oli hyvä homma, mut en osaa sanoa, mitä olisi tullut, jos en olisi ollut ET:ssä. Tyttöystävä myös on vaikuttanut siihen, että käyttö on jäänyt. Monet kyselee et oonko tullut uskoon, ihme olettamus, en ole tullut.---Totta kai sillä on positiivista vaikutusta. Ehkä vähän liian aikaista analysoida, mikä on ryhmän vaikutus.... mutta ei todellakaan mikään ´yksi muiden joukossa -kokemus´. Vähintäänkin tärkeä, hyviä juttuja vaikeitten aikojen keskellä.”(M5)

Ne nuoret, joilla oli vielä huumausaineiden käyttöä, kuvasivat ET-toiminnan elämänmuutosmerkitystä jopa oman hengen pelastajana. Pari nuorta kertoi, että ilman ET-ryhmää he olisivat saattaneet jopa kuolla: ”Fakta on, että se on pelastanu mun hengen.”(M6); ”Mulla on vähän sellainen kutina, että mua ei edes olis. Mä olen ollut tosi lähellä kuolemaa ja olen itse asiassa ollutkin vähän aikaa kuolleena, et mut on saatu elvytettyä. Heroiinin yliannostus.” (M7)

Nuoret myös kertoivat, että ET-ryhmässä mukana olo toi heitä ”vähän enemmän takaisin yhteiskuntaan”. Tämä ilmeni esimerkiksi niin, että omaa narkomaanin identiteettiä alettiin kyseenalaistaa:

”Käytön jäljiltä identiteetti voi olla sellainen, ettei ole yhteiskunnassa mukana. Se narkomaanin identiteetti, se ehkä vähän muuttui. Sitä voi olla sellainen vastustava asenne ja ennakkoluulokin, kyllä se vähän muuttui.” (M2)

Aivan samalla tavalla kuten korvaushoidossa olevat nuoretkin totesivat, omien voimavarojen löytäminen ja itseluottamuksen lisääntyminen oli erityisen tärkeää vielä huumeita käyttäville nuorille:

”ET antoi paljon: itsevarmuutta ja tiimihenkeä, oppi oleen ihmisten kanssa. Olin niin onnellinen kun olin siinä. Vahvuuksia löysin itsestäni, sain tosi paljon voimavaroja ja harrastuksia, jotka ovat jatkuneet... Päihteiden käyttö on kyllä jatkunut samanlaisena, se on ton subutexin kanssa... Mut se lopettaminen on aina pinnassa.”(M8)

Elämänlaatua paransi myös monet ET-ryhmissä saadut konkreettiset käytännön neuvot ja uudet ihmissuhteet: *”Olihan siitä helvetisti apua, et kyllä se aika pahalta alko näyttään. Se antoi ystäviä ja toimintaa, valmiuksia hakea erilaisia töitä. Tollasia pikkuasioita, jotka kyllä vaikuttaa.”(M1); ”Itsetuntoon vaikutti ja sitä käsitti, että on muutakin. Voi tehdä muutakin kuin olla sekaisin. Fattajuissa auttoi ja ne lähti mukaankin.”(M3)*

Monille oli tärkeää myös saada kuulla, huomata ja sisäistää se, että he ovat samanarvoisia kuin muutkin, vaikka heillä on huumeongelma. Tämä vähensi häpeän ja itsesyrjinnän tunteita ja kokemusta B-luokan kansalaisuudesta:

”Avun pyytäminen helpottui, ajattelin, että olenhan vähän tyhmä, kun olen sellaisessa paikassa, jossa ihmiset on mua varten. Aiemmin häpesin niin paljon. Rytmi elämään. Kun sitoudun johonkin, niin pidän siitä kiinni, tällainen asia vahvistui. Aiemmin en oikein ollut sitoutunut, näkeehän sen mun koulunkäynnistäkin. Mä luulin, että se että ei saa suoritettua kouluja ja asioita loppuun on pelkästään päihteiden käyttäjien ongelma, mut mä opin, että on ihan käyttämättömiäkin ihmisiä, jotka ei saa asioita loppuun. Mulla oli jotenkin vääristynyt maailmankuva ja mä tunsin itseni tokan luokan kansalaiseksi. On se omaa kuvaa vahvistanut, että on yhtä hyvä kuin muutkin, vaikka on tää ongelma. Nyt olen ET:n aikana päässyt pois siitä valehtelemisestä, ettei halunnut tunnustaa edes alan ihmisille käyttöä ja repsahduksia.” (N5)

Kun oma minä alettiin vähitellen kokea arvokkaana, nähtiin elämä ja sen mahdollisuudet uusin silmin. Päihteetön elämä alkoi vaikuttaa jopa hauskalta ja houkuttelevalta:

”Elämän kokemusta tuli ja asennetta elämään. Silloin oli jotenkin nuoruuden naiivi ja loppu. Sitä ajatteli, että on hyvä, jos elää kaksvitoseks, et elämä on tässä. Oli jotenkin sellainen fataalimpi asenne silloin. Silloin oli aika masentunut ja pettynyt eikä oikein enää uskonut, että löytäis mitään hyviä fiiliksiä tai kiksejä urheilusta esimerkiksi. Sitten huomasi ryhmässä, että eihän tässä tartte kamaa vetää välttämättä, että elämähän on hauskaa.” (M4);

”Olen asettanut itseni vertailuun näiden muiden tyttöjen kanssa. Ohjaajat ovat sanoneet, että mä jos vaan haluaisin, niin mä pystyisin lopettamaan. Mä lopetin röökkin poltonkin ja mä olen ollut nyt yli neljä kuukautta polttamatta. Se johtui siitä, että poikaystävä ei polta. Mun omalla terveydellä ei ole mitään väliä, se mulla on vielä täällä nupissa. Siitä näkökulmasta en valitettavasti vielä lopettaisi mitään, koska en arvosta itseäni. Mulle on sanottu, että sulla on tahtoa, sä pystyt. Jo pelkästään tän kuuleminen, vaikka on epäusko, niin on ruvennut ajattelemaan, että ehkä mä pystyisinkin — Sen olen tajunnut, että maailma olisi parempi ilman douppia, että saisin sitä alkuperäistä iloa ja mielihyvää, mikä on kadonnut, niin sen saaminen olisi jo tavoittelemisen arvoista.” (N7)

Edellinen sitaatti kuvaa vielä ryhmässä olevan nuoren pohdiskelua omasta tilanteestaan. ET-ryhmässä olo on muistuttanut hänelle hänen omista vahvuuksistaan ja vahvistanut hänen uskoaan omaan itseensä. Vaikka omanarvon tunto ei ole noussut niin paljoa, että oma terveys olisi syy päihteiden käytön lopettamiseen, on tietynlainen itseluottamus saanut selvästi nostetta. Voidaan siis sanoa, että niidenkin nuorten ajattelussa, jotka vielä käyttävät huumeita, on tapahtunut selkeää muutosta ja on päästy jonkin prosessin alkuun.

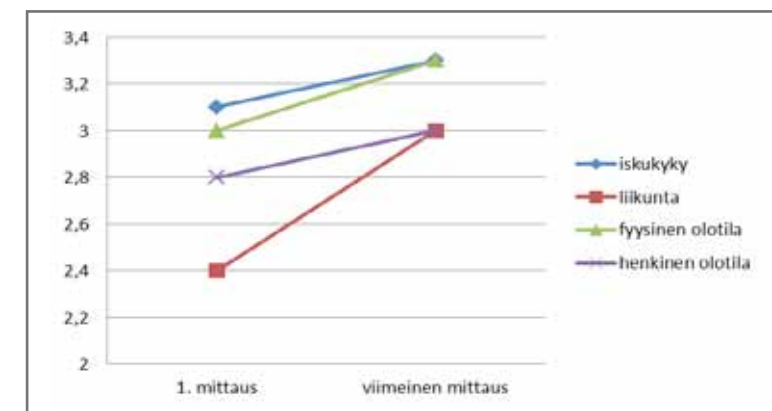
13 Joitain muutoksen osoittimia

ET-työmallin yksi oleellinen osa on siihen osallistuvien nuorten elämäntilannemittaristojen täyttäminen. Tämä tarkoittaa muutaman sivun mittaista lomaketta, jonka nuori joko yksin tai ohjaajan kanssa yhdessä täyttää ensimmäisen kerran ryhmään tullessaan, toisen kerran noin puoleksivälissä ryhmää ja kolmannen kerran ryhmän päättymisen aikaan. Lomakkeella kysytään erilaisia nuorten kuntoisuutta, aktiivisuutta ja omatoimisuutta kuvaavia asioita sekä sanallisesti ja luokitellen että valmiin 1-5 asteikon avulla (asteikossa 1 kuvaa ”huonointa” tilannetta ja 5 ”parasta” tilannetta). Mitattavia asioita ovat olleet ”iskukyky”, liikuntatottumukset, fyysinen olotila, henkinen olotila ja asuminen. Termillä ”iskukyky” tarkoitetaan lähinnä nuoren kulloistakin toimintakykyä, sitä millaiseksi hän tuntee itsensä passiivisuus – aktiivisuus -akselilla.

Nuorten elämässä ryhmässä oloaikana tapahtuneita muutoksia voidaan tarkastella myös tämän ET-toiminnan itse tuottaman materiaalin pohjalta. Haastattelut perustuvat jälkeensä kysymiseen, joten aika on voinut osittain myös kullata muistoja. ET-työmallissa kerättävät tiedot sen sijaan kertyvät ajantasaisesti ryhmäaikana ja vastaukset kuvastavat suoraan nuorten sen ajankohdan tuntemuksia.

Tutkimusta varten yhdistyksestä annetussa aineistossa on seitsemän ensimmäisen ryhmän mittaristotiedot yhteensä 31 nuoresta. Osasta ryhmäläisistä mittaristo oli täytetty vain kerran. Kaikkiaan 17 nuoresta mittaristo oli täytetty useammin kuin kerran; viidestä nuoresta kaksi kertaa ja 12 nuoresta kolme kertaa. Kuviossa 1 on esitetty mittaristoarvojen keskiarvot ensimmäisellä (n=31) ja viimeisellä vastaamiskerralla (n=17).

Kuvio 1: Nuorten fyysinen ja henkinen toipuminen ryhmäaikana mittaristotietojen perusteella



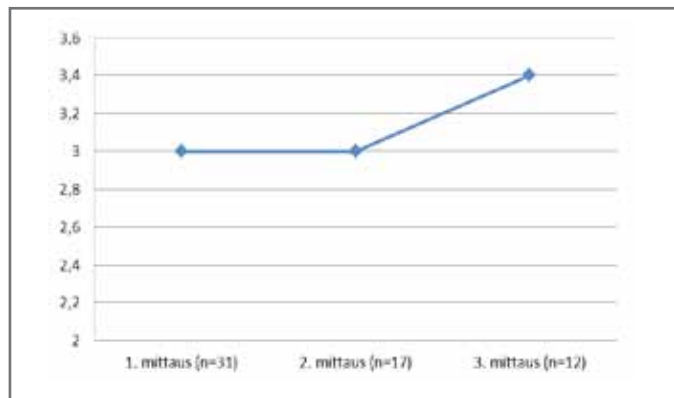
Kuvio 1 kertoo, että nuorten tilanne oli kohentunut kaikkien mitattavien asioiden ("iskukyky", liikunta sekä fyysinen ja henkinen olotila) suhteen ryhmän aikana. Suhteellisesti eniten oli kohentunut liikunta, mikä on luonnollista, koska ryhmätoimintaan liittyi paljon liikuntaharrastusta. Nuoria pyydettiin arvioimaan harrastamansa liikunnan määrää asteikolla 1= ei ollenkaan, 2= silloin tällöin, 3= kerran viikossa, 4= kahdesta kolmeen kertaa viikossa vai 5= lähes päivittäin. Liikunnan määrä nousi nuorten keskuudessa keskimäärin "silloin tällöin" harrastelusta (keskiarvo 2,4) "noin kerran viikossa" tapahtuvaksi (keskiarvo 3,0). Satunnainen liikunta muuttui siis ryhmäaikana säännölliseksi. Sitä harrastettiin kerran viikossa rajoittuen todennäköisesti ryhmän kanssa harrastamiseen.

Koska kaikki nuoret eivät ole olleet mukana molemmissa mittauksissa, tulee tuloksiin suhtautua tietyllä varauksella. Joistain nuorista ei todennäköisesti ole useampia mittauskertoja siksi, että he ovat olleet heikommin ryhmään sitoutuneita ja ehkä myös huonokuntoisempia. Toisaalta osasta nuoria ei ole viimeisiä mittauskertoja siksi, että he ovat lähteneet hoitoon kesken ryhmän ja päässeet eroon huumeista. Näin mittaristojen tuloksia voidaan kuitenkin pitää verrattain kuvaavina kokonaisuudessaan.

Liikunnan ohella myös keskimääräinen "iskukyky" sekä fyysinen ja henkinen olotila paranivat. Kaikki nämä kolme asiaa arvioitiin lomakkeella suoraan asteikolla 1-5, jossa 1 tarkoitti alhaisinta arvoa ja 5 korkeinta arvoa. Fyysisen- ja henkisen olotilan arvioinnin ohessa oli avoin kohta, jossa nuorta pyydettiin kertomaan sanallisesti päällimmäisiä tunteita tai kuvaamaan mahdollisia vaivoja, joita hänellä oli. Nuorten sanallisista kertomuksista voi päätellä, että fyysisen ja henkisen tilan arviot perustuvat hyvin pitkälle juuri sen hetkisiin tuntemuksiin, eivätkä välttämättä kerro kokonaisvaltaisesta olotilasta tai sen kehittymisestä ajallisesti. Vastauksissa esiintyy muun muassa "väsynyt olo" tai "nälkäinen" tai "parhaillaan vaivaa poskiontelontulehdus" -tyyppiset tilapäisluonteiset vaivat, jotka selittävät alhaisia arvioita. Toisaalta osa nuorista arvioi hyvinkin kokonaisvaltaisesti omaa olotilaansa sillä hetkellä, esimerkiksi: "pettymys itseän, seurustelusuhteen päättymisen pelko, olen pohjalla ja aineet ainoa asia seurustelusuhteen lisäksi".

Mitatuista kuntoisuutta kuvaavista asioista "iskukyky" on kenties kokonaisvaltaisesti kuvaavin termi kertomaan nuorten tilanteesta. Kuviossa 2 on eritelty kaikkien elämäntilannemittaristojen täyttäneiden "iskukyky" keskiarvot eri mittauskerroilla.

Kuvio 2: "Iskukyky"-indikaattorin tulokset eri mittauskerroilla



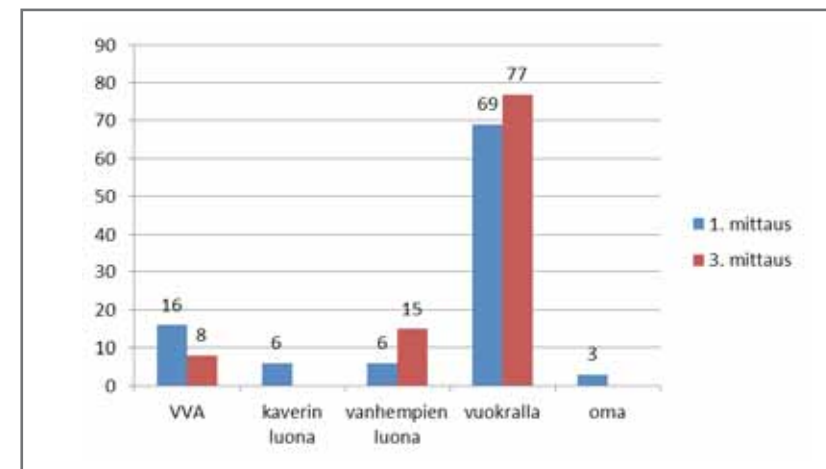
Viereisellä sivulla olevassa kuviossa ensimmäisessä mittauksessa ovat mukana kaikki vähintään kerran elämäntilannemittariston täyttäneet. Heidän keskuudessaan aktiivisuus – passiivisuus akselilla arviot ovat olleet ensimmäisessä mittauksessa keskimäärin 3,0. Niiden osalta, joilla on tehty kolme mittaus, viimeisin mittaus on antanut keskiarvon 3,4. "Iskukyky" on siis parantunut viimeisimpään mittaukseen tultaessa keskimäärin 0,4 yksikköä.

Tutkimusta varten haastatelluilta nuorilta kysyttiin myös haastattelutilanteessa arviota heidän "iskukykyystään". Heitä pyydettiin muistelemaan ja arvioimaan sitä toisaalta ennen ryhmään tuloaan ja toisaalta parhaillaan eli haastatteluajankohtana. Nämä arviot antavat vielä positiivisemmän kuvan nuorten aktiivisuustason noususta. Haastatellut nuoret arvioivat omaa iskukykyään niin, että keskiarvo kaikista vastauksista oli 2,1 ennen ryhmää ja haastatteluajankohtana 4,2. Suuri osa haastatelluista muisteli iskukykyänsä juuri ennen ryhmään tuloaan olleen kakkosen luokkaa. Eli jälkikäteen he arvioivat tilanteensa olleen vielä huonompi kuin ryhmään tuloaikana arvioivat. Tämäkin kuvastaa sitä, miten elämä ennen ET-ryhmään tuloa muistettiin monesti myöhemmin ajateltuna erityisen vaikeana.

Haastateltujen nuorten aktiivisuustaso oli siis heidän arvionsa mukaan kasvanut edelleen ryhmän jälkeisenä aikana. Monet antoivatkin sille nykytilanteessa täydet viisi pistettä. Kukaan ei arvioinut nykyistä tilannettaan huonommaksi kuin ennen ryhmää. Tässä kohden on hyvä muistaa, että nuoret ovat kasvaneet, aikaa on kulunut, ja tietynlaista muutosta olisi voinut tapahtua ilman ET-ryhmääkin. Haastateltavat ovat voineet myös yliarvioida oman tilanteensa haastattelijan läsnäollessa ja pyrkiä vastaamaan odotetun kaltaisesti. Tästä huolimatta nuorten oma arvio on yksi tulos, joka kertoo nuorten käsityksestä omasta itsestään. Se on kuvaava ja vartenotettava merkki heidän elämäntilanteensa kohentumisesta ET-ryhmän aikana ja sen jälkeen.

Asteikollisten arvioiden lisäksi nuorilta kysyttiin ET-mittaristossa esimerkiksi miten he asuvat. Vaihtoehtoina olivat: vailla vakinaista asuntoa, kaverin luona, vanhempien luona, vuokralla tai omassa asunnossa. Kuviossa 3 on kuvattu nuorten asumistilanne sekä heidän tullessaan ryhmään että kolmannella mittauskerralla.

Kuvio 3: Nuorten asumistilanne ET-ryhmään tullessa ja ryhmän päättyessä %



Suurin osa ET-ryhmiin tulleista nuorista asui vuokralla. Vailla vakinaista asuntoa oli yhteensä viisi nuorta ja muutama asui kaverin luona. Tilanne asumisen suhteen ei paljonkaan muuttunut ET-ryhmän aikana. Pientä muutosta tapahtui siihen suuntaan, että vuokralla ja vanhempien luona asuvien osuudet hieman kasvoivat, ja vastaavasti vailla vakinaista asuntoa olevien ja kaverien luona asujien määrät vähenivät. Tähän tulokseen pätee samat varaukset kuin edellä. Kahdella eri mittauskerralla eivät kaikilta osin olleet mukana samat nuoret. Muutos ei siten suoraan kerro tiettyjen nuorten muuttuneesta tilanteesta, vaan lähinnä kahden eri mittauskerran välillä olevasta eroasta asumistilanteesta.

Lopuksi voidaan kuitenkin todeta, että edellä kuvatut ET-työmalliin kuuluvat omat mittaamis- ja arviointivälineet, siltä osin kuin niitä on tässä tutkimuksessa voitu hyödyntää, tuottavat samansuuntaisia tuloksia kuin nyt tehty haastattelututkimuskin. Voidaan siis sanoa, että ne tukevat laadullisesta aineistosta tekemiämme tulkintoja.

14 Pohdinta

Raportin nimi ”Vaik on vielä käyttöön” kertoo olennaisen ET-toiminnan ainutlaatuisuudesta ja sen perusajatuksista. Nuorille huumeiden käyttäjille tarjotaan toimintaa, vaikka he edelleen käyttävät huumeita. Pääteet ovat monelle nuorelle huumeiden käyttäjälle elämän keskeinen sisältö ja käyttöön liittyvä kaveripiiri muodostaa ainoat sosiaaliset kontaktit. Siksi ET-toiminta ei lähesty nuoria niin, että ensimmäisenä heiltä oltaisiin viemässä pääteet pois tarjoamatta mitään tilalle. Toiminnassa on oivallettu, että ensin on oltava jotakin, minkä takia pääteistä luovutaan ja minkä turvin jaksetaan pääteettömänä. Liian usein hoitojärjestelmä jättää huumeiden käyttäjän tyhjänpäälle, omien heikkojen voimiensa varaan.

Tutkimus tuo esiin ET-toiminnan suuren merkityksen sekä nuorille että heidän vanhemmilleen. Erityisen tärkeää on tulosten mukaan se, että ET-ryhmätyö on toimintaa ennen hoitoon hakeutumista. ET-ryhmätyömalli tulee tavallaan nuoria vastaan heidän vielä ollessaan käyttäjämaailman vaikutuspiirissä. Tavoite ei ole taistella tätä maailmaa vastaan eikä rankaista siinä elämisestä, vaan tarjota sille kilpailukykyisiä vaihtoehtoja. Tulkintamme mukaan juuri tämä haittojen vähentämisen ajatteluun perustuva toimintatapa on avain nuorten elämän muutokseen.

Siihen nähden, että ET-toiminnassa ei ensisijaisesti vaadita pääteettömyyttä, nuoret itse puhuivat erittäin paljon pääteistä eroon pääsemisestä. Nuoret eivät, varsinkaan jo jonkin aikaa ryhmässä oltuaan, nähneet ryhmätoimintaa pelkästään mukavana yhdessä tekemisenä käyttäjäelämän ohessa. Heille se selvästi näyttäytyi nimenomaan vaihtoehtona. Nuorten puheessa tuli monesti esiin prosessi, jossa he ovat, joku vasta hyvin alussa, joku jo sen loppuvaiheessa. Prosessiin he näkivät kuuluvan huumeista eroon pääsemisen tai ainakin niiden käytön olennaisen vähentämisen.

Nuoret olivat tulleet ET-toimintaan ilmeisesti kukin itselleen melko otollisessa vaiheessa. Suurin osa oli jo kyllästynyt käyttäjäelämään ja valmis muutokseen. Haastatelluista nuorista valtaosa tavoitteli normaalia elämää, koulutusta, työtä, perhettä, lapsia. He halusivat pois ”tästä kauheasta elämästä”, kuten eräs haastateltava asian ilmaisi.

Huumeitutkimuksessa puhutaan usein leimatusta identiteetistä. Huumeiden käyttäjät ovat olleet erityisesti erilaisen leimaamisen ja kategorisoinnin kohteena ja he helposti ovat itse omaksuneet leimatun identiteetin, joka erottaa heitä normaalista ja tavallisesta. Siinä vaiheessa, jossa huumeiden käyttäjä pyrkii irti käyttömaailmasta, hän joutuu vastakkain omaksumansa leimatun identiteetin kanssa ja näkee itsensä sen kautta muuta huonompana. (Väyrynen 2007, 171; ks. myös Juhila 2004; Kulmala 2006.)

ET-työmalliin pyrkimykseen narkomaani-identiteetin murtamiseen liittyy oleellisesti aineiden tarjoaminen uuden identiteetin rakentamiselle. Jotta ihminen pystyisi irtautumaan huumeekuvioista hänen on saatava kokemuksia ”normaalista” ja päästävä tekemään asioita, joita muutkin ihmiset tekevät (ks. Väyrynen 2007). Tästä ET-toiminnassa on paljolti kysymys.

Aiemmassa tutkimuksessa on todettu, että toipumisprosessissa olevat huumeiden käyttäjät tavoittelevat tämän kaltaista normaaliutta (Knuuti 2007, 168; Kotovirta 2009, 173). Sen sijaan aktiivisesti huumeita käyttävät nuoret, joilla huumeista on vielä jotakin saatavaa, saattavat nähdä normaalielämän tylsänä ja mielenkiinnottomana ja siksi ei-haluttuna (Virokannas 2004, 131-133; Väyrynen 2007, 78). Haastateltujen puheessa ”normaali” huumeeton elämä ei kuitenkaan näyttänyt harmaan keskiluokkaisena. Päinvastoin siitä puhuttiin varsin mielekkäänä tavoitteena. Saattaa olla, että tässä on kysymys siitä, että haastatellut olivat jo keskimäärin 25-vuotiaita ja heidän huumeiden käyttönsä oli yleensä jo tullut siihen pisteeseen, että siinä ei enää nähty mitään jännittävää eikä hohdokasta.

On selvää, että nuoret puhuivat osittain kaunisteltua versiota elämästään ja halusivat yhdistykselle kiitollisina korostaa ET-toiminnan ratkaisevaa merkitystä heille. Uskomme kuitenkin päässeemme kurkistamaan hieman onnellisuusmuurin taakse. Myös äitien haastattelut raottivat tätä muuria. Joka tapauksessa tapasimme 20 nuorta, joiden elämä ilman ET-toimintaa olisi tänä päivänä hyvin toisenlaista, monilla lopputulos olisi voinut olla surullinen. Haastatellut olivat ajatelleet omaa elämäänsä selvästi paljon ja kaikilla heillä oli joku päämäärä ja tiedossa keinoja, joilla päämäärän mahdollisesti voisi saavuttaa. On vaikea tietää, onko kaikkien haastateltujen ilmeisen hyvä kyky käsitellä omaa elämäänsä ja analysoida tekemisiään ja tulevia mahdollisuuksiaan kokonaan ET-toiminnasta lähtöisin. Hyvin todennäköisesti sillä on kuitenkin ollut suuri vaikutus.

ET-toiminta vahvisti useiden nuorten itsetuntoa ja paransi heidän minäkuvaansa. Leimatun identiteetin omaksuminen ja siitä ulos murtautuminen ET-toiminnan avulla tulee hyvin suoraan esiin edellisessä luvussa naishaastatellun (N5) kuvauksesta siitä, miten hänen elämänsä on muuttunut. Hän luuli, että vain narkomaanit jättävät asioita kesken tai epäonnistuvat. Ryhmässä hän oivalsi, että niin voi käydä kenelle tahansa. Hänen kohdallaan ajatus siitä, että hän on toisen luokan kansalainen, vaihtui ajatukseen, että hän on yhtä hyvä kuin kuka muu tahansa, vaikka hänellä on ”tämä ongelma”.

Jos pääteet ovat muodostuneet voimakkaasti osaksi ihmisen minäkäsitystä ja huumeiden käyttäjä on omaksunut narkomaani-identiteetin, tarvitaan Koski-Jänneksen (1998, 171-172) mukaan suuriakin ”identiteetti-projekteja”. Jos narkomaani-identiteetti on omaksuttu hyvin varhain, voidaan joutua rakentamaan kokonaan uutta minuutta. Tässä nuori tarvitsee paljon tukea. Monet haastatellut ET-nuoret totesivat tavallisten asioiden unohtuneen ja oman persoonan jääneen käyttäjä-minän alle. Heille oli erittäin tärkeää, että heitä johdatettiin normaalielämän pariin ikään kuin tutkimusmatkalle, jossa näytettiin siitä parhaita paloja.

Monet nuoret muistivat, miten mukavaa oli ennen käyttövuosia tehdä erilaisia asioita ja harrastaa eri lajeja. Eräs haastateltu puki tämän edellä sanoiksi kaivaten *”sitä alkuperäisistä iloa ja mielihyvää, mikä on kadonnut”* ja totesi, että *”sen saaminen olisi jo tavoittelemisen arvoista.”* Toinen haastateltu oli unohtanut millaisia *”hyviä fiiliksiä ja kiksejä urheilusta esimerkiksi saa”*. ET-ryhmässä hän huomasi *”että eihän tässä tartte kamaa vetää välttämättä, että elämähän on hauskaa”*. Monien persoonassa nämä hyvät kokemukset eivät siis olleetkaan vuosikausien kovien huumeiden käytön jälkeen hautautuneet mihinkään, vaan olivat aivan pinnan alla. Yksin he eivät olisi kuitenkaan näitä asioita löytäneet ja siinä on ET-toiminnan tärkeä merkitys.

Juha Kääriäinen (1994) toteaa, että päihde- ja rikosurasta luopuminen tapahtuu usein vasta 30-40 ikävuoden välillä. Kyllästymisen edellytykset ovat silloin otolliset, kun alamaailman työntövoimat ovat vaikuttaneet riittävän pitkään, eikä konventionaalisen maailman vetovoima ole vielä ehtinyt sammua. Kääriäisen mukaan käyttömaailmasta irrottautumisen onnistumiseksi ja yhteiskuntaan integroitumiseksi tarvittavia voimavaroja, kykyjä ja taitoja on oltava riittävässä määrin tallella, jotta uusi identiteetti voisi rakentua. (Kääriäinen 1994.) Näitä kykyjä ja taitoja ET-toiminta on tuonut onnistuneesti esiin ja aktivoinut niitä nuorten toipumisprosessin aineksiksi.



Haastatellut nuoret ovat olleet ryhmän alkaessa jo keskimäärin 25-vuotiaita. Mukana oli vain yksi nuori, joka oli ryhmään tullessaan vasta 19-vuotias. Huumeiden käyttöä useimmilla oli ehtinyt olla jo yli kymmenenkin vuotta. Aiempien tutkimustulosten perusteella näyttäisi siltä, että muutoshalu ja Kääriäisen alamaailman työntövoimaksi kutsuma muutosta kohti ajava voima alkavat vaikuttaa vasta varsinaisen nuoruusiän jälkeen. Tämä, samoin kuin nuorten puheet pohjalla käymisestä ja tarpeeksi saamisesta viittaisivat siihen, että kypsyys toipumisprosessiin syntyy vasta kun käyttäjämaailma on tullut nähdyksi.

Tästä huolimatta olisi hyvä pohtia, pitäisikö

nuoria pyrkiä saamaan ET-toimintaan jo hieman aikaisemmassa vaiheessa. Eräs haastateltu pohdii tätä näin: *” En tiedä tuliko se itsellä vaan niin hyvään aikaan, sopivan ikäisenä (kirjoittajien lisäys: 26 vuotta), mutta alkoi niin kuin kääntää kurssia, että jotain pitäis tehdä, koulua käydä ja jotain aktiveettia hankkia itselle. Nuoremmat ovat vähän hankalampia, kun niillä on vielä se vetäminen — mut olishan se hyvä, että niillä olis joku paikka mihin tulla puhumaan. Toisaalta kun itseään ajattelee, niin olis ollut parempi, että ei olis ollenkaan mennyt niihin hankaluuksiin, et olis hyvä että nuorille olis joku joka katsoo perään.”*

Vaikka interventiolla ei olisikaan siinä vaiheessa vielä välitöntä päihteistä ja päihdemaailmasta irrottautumista, voidaan olettaa, että hyödyt realisoituvat myöhemmin. Monilla haastatelluilla nuorilla selkeä muutos olikin tapahtunut vasta jonkin aikaa ET-ryhmään osallistumisen jälkeen.

ET-toiminnan yhdeksi tärkeäksi elementiksi nousi tutkimuksessa luottamus. ET-ohjaajat olivat kyenneet voittamaan nuorten luottamuksen heti toimintaan tulon alussa. Myös ryhmän sisäinen luottamus koettiin tärkeäksi. Käyttäjämaailman epäluotettavuuteen tottuneet ja hoitojärjestelmäsäkin pettyneet nuoret saivat jotakin, mihin tukeutua. Luottamus toimi myös molemminpuolisena. Nuorille oli uutta ja merkittävää se, että heihin luotettiin.

Myös terveysneuvontapiste-toimintaa tutkineet Arponen ym. (2008, 139) ovat todenneet, että huumeiden käyttäjillä on usein mennyt jossain elämänsä vaiheessa luottamus yhteiskunnan palveluihin ja niiden kykyyn auttaa huumeongelmaisia. He toteavat, että huumeongelmaiset ovat peruspalveluiden piirissä aina *”jotain liikaa tai liian vähän”*: liian päihtyneitä, liian moniongelmaisia, liian epäluotettavia tai liian pelottavia tai päinvastoin eivät tarpeeksi huonokuntoisia tarvitse palvelua, eivät riittävän kohteliaita tullakseen kuulluksi jne. (ks. myös Kuussaari 2005; Törmä 2009.) Siksi luottamuksen luominen on ensimmäinen edellytys intervention onnistumiselle. ET-toiminnassa nuoria pyrittiin auttamaan myös kommunikoinnissa hoitojärjestelmien ja viranomaisien kanssa. Nuoret saivatkin tästä itseluottamusta ja uskallusta hakea palveluja ja hakeutua hoitoon. Tässäkin mielessä ET-työmalli on toiminut matalana kynnyksenä hoitojärjestelmään.

Myös muussa yhteydessä (esim. Tuokkola 2009) on todettu tehokkaaksi auttamismenetelmäksi luottamuksen ja positiivisen palautteen kautta vaikuttaminen. Muun muassa päihdeongelmaisia nuoria rikoksentekeijöitä on autettu selvittämällä heidän oppimisvaikeuksiaan⁹ ja omaa oppimistyyliään ja sitä kautta omien vahvuuksien löytämisen avulla avattu tietä myös moniin muihin kuntoutumisen kannalta olennaisiin suuntiin. Oppiva projektissa mukana olevilla nuorilla oli hyvin samankaltaisia piirteitä kuin ET-nuorilla. Usein jo hyvin varhain alkaneet oppimisvaikeudet olivat johtaneet ongelmiin koulussa, mistä oli seurannut jatkuvia epäonnistumisia opiskelussa ja muussa elämässä. Oppimisvaikeuksien selvittämisen myötä löydettiin nuoren omia positiivisia puolia. Monen nuoren itsetunto kasvoi sen jälkeen, kun tuli osoitetuksi, että vika ei aina olekaan heissä tai heidän tyhmyydessään. (emt.) Nämä tulokset vahvistavat nyt tehdyssä tutkimuksessa syntynyttä kuvaa siitä, että nuorten omia vahvuuksia voimistamalla ja heitä kannustamalla voidaan saada aikaan merkittäviä vaikutuksia myös päihdetyössä.

9 Kriminaalihuollon tukisäätiön Oppimisvaikeuksista vapaaksi – OPPIVA hankkeessa (2007-2010) selvitetään nuorten rikostaustaisten henkilöiden oppimisvaikeuksia ja rakennetaan kuntoutuspolkuja niiden tukemiseksi.

15 Johtopäätökset

ET-toiminnan voidaan katsoa olleen vaikuttavaa suhteessa sen tavoitteisiin. Nuoret huumeiden käyttäjät ovat saaneet toiminnasta ilmeisiä hyötyjä. ET-ryhmässä koettu ja opittu on monessa tapauksessa ollut yhtenä lenkinä ketjussa, joka on johtanut muutokseen. Joissain tapauksissa se on ollut ratkaiseva lenkki.

Haastatelluista 20 nuoresta kolmannes oli lopettanut huumeiden käytön kokonaan ja viidennes oli korvaushoidossa ilman oheiskäyttöä. Puolet oli siis lopettanut laittomien huumeiden käytön. Viidennes oli jonossa korvaushoitoon ja heillä saattoi olla vielä oheiskäyttöä. Edelleen melko aktiivisesti käyttäviä oli kolmannes. Ne, jotka käyttivät, arvioivat käyttönsä vähäisemmäksi ja hallitummaksi kuin ennen ryhmässä oloa. Samaa näkemystä tukevat vanhempien haastattelut.

Vähimmilläänkin ET-ryhmästä saatuja hyötyjä olivat parempi kyky ajatella asioita myös muiden, esimerkiksi vanhempien kannalta, ottaa vastuuta, pyytää anteeksi, hillitä itsensä ja olla rehellinen. Tärkeintä ehkä kuitenkin on, että nuoret olivat selvästi oppineet enemmän arvostamaan itseään, pitämään huolta itsestään ja pyrkimään muutokseen. Häpeän tunteet huumeiden käyttöä ja sitä kautta myös omaa itseä kohtaan olivat selvästi väistyneet. Muutos on ollut mahdollinen heidän ET-toiminnassa osakseen saamansa arvostuksen ja kunnioituksen avulla.

Toiminnallisuus on ollut oikeaan osunut lähestymistapa, kun on haluttu auttaa nuoria huumeiden käyttäjiä. Tekeminen ja erityisesti niin sanottujen normaaliasioiden tekeminen oli nuorille erittäin tärkeää. Tekemisen puute taas työnsi voimakkaasti kohti käyttömaailmaa. Tekemisen kautta saadut onnistumisen kokemukset vaikuttivat niin, että nuorten itsetunto ja ”iskukyky” paranivat.

Vertaistuki yhdistettynä ohjaajien antamaan ammattilaistukeen oli myös onnistunut kombinaatio. Merkityksellistä oli se, että nuorten kanssa tehtiin asioita ja että heille tarjottiin normaaleja vuorovaikutustilanteita. Välittäminen ja huolenpito myös ammattihenkilöstön puolelta olivat ensiarvoisen tärkeitä, vaikka monilla nuorilla olivatkin heistä välittävät vanhemmat vielä olemassa.

ET-toiminta oli antanut suurelle osalle nuorista heidän tarvitsemaansa tukea muutokseen. On tietysti vaikea tyhjentävästi sanoa, mikä osa muutoksessa on ollut juuri ET-toiminnan aikaansaama. ET-ryhmään osallistumisen jälkeen nuorten elämään on tullut paljon muitakin vaikuttavia tekijöitä, kuten parisuhde tai lapsen saaminen. Joillakin käänteen oli tehnyt vankilatuomio tai jokin päihteiden käytöstä aiheutunut onnettomuus. Tutkimus tuo kuitenkin esiin sen, että ET-toiminnan merkitys välineiden ja voimavarojen antajana muutoksen mahdollistamiseksi on ollut merkittävä.

Voidaan sanoa, että ET-ryhmä ja myöhemmin Avoimet ovet ovat olleet monelle näistä nuorista henkinen koti, joka on auttanut irti häpeän tunteesta ja hyväksymään itsensä kaikkine huumeidenkäyttökokemuksineen. Vaikeissa elämäntilanteissa ET-toiminta on ollut eräänlainen elämän tukipilari monelle. Turvallinen ja luottamuksellinen suhde työntekijöihin on ollut merkittävä tekijä muutoksessa. Nuoret on kohdattu aidosti ja heistä on välitetty. Tämä on mahdollistanut sen, että he ovat voineet aloittaa kokemustensa käsittelyn ja toipumisprosessin.

Monilla nuorilla oli aiemmin ollut erilaisia hoitoyrityksiä. Vaikuttaa kuitenkin siltä, että vasta ET-ryhmästä on saatu riittävästi tukea, ymmärrystä ja apua tilanteeseen huumeiden käyttäjänä. Aiempi

suhde palvelujärjestelmään näyttäytykin horjuvana. Nuoret eivät olleet kiinnittyneet hoitojärjestelmään, tyypillisiä olivat lyhyet hoitajakset ja niiden jälkeinen paluu vanhaan käyttäjäpiiriin.

Miten ET-toiminta sitten poikkesi muun hoitojärjestelmän toiminnasta nuorten kannalta? Yksi ET-toiminnan oleellinen piirre on ohjaajien sitoutuminen ja kasvokkainen aito vuorovaikutus. Ohjaajat eivät ole jääneet etäisiksi palvelujärjestelmän osasiksi, vaan heille on voinut esimerkiksi soittaa ja heitä on voinut tavata tarpeen mukaan. Tämä edisti nuorten tunnetta siitä, että he kuuluvat johonkin muuhunkin joukkoon kuin käyttäjiin. He kokivat, että heidän olemassaolonsa tuli oikeutetuksi ja heidät otettiin vakavasti.

Oleellisena näyttäytyi myös se, että ET-toiminnassa oli tarjolla pitkäjänteistä ja todellista auttamista, jota haastateltavat eivät olleet juuri ennen kokeneet. Aiemmin oli puuttunut intensiivinen tuki ja kohtaamiset hoitojärjestelmän kanssa olivat jääneet episodimaisiksi. Yhteiskunnassamme ei ole juuri ollenkaan ollut kiinnostusta sen tyyppiseen huumeiden käyttäjien auttamiseen, jossa huomioidaan kokonainen toipumisprosessi eikä heti alussa vaadita huumeiden käytöstä luopumista. ET-työmalli on onnistunut kokonaisvaltaisen tuen tarjoamisessa nuorille ja heidän läheisilleen. Tutkimus osoitti, että ET-työmalli tarjoaa vaikuttavaa haittojen vähentämistoimintaa, mutta että sillä on selkeästi merkitystä myös korjaavana päihdetyönä.



Lähteet:

ALASUUTARI, PERTTI (2001) *Laadullinen tutkimus*. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.

ARPONEN, ANNE & BRUMMER-KORVENKONTIO, HENRIKKI & LIITSOLA, KIRSI & SALMINEN, MIKA (2008) *Luottamus ja vapaaehtoisuus terveysneuvontapiste toiminnan onnistumisen edellytyksinä*. Poikkitieteellinen arviointitutkimus ruiskuhuumeiden käyttäjien terveysneuvonnan vaikuttavuudesta tartuntatautien ehkäisyssä ja torjunnassa. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja 15/2008. Helsinki: Kansanterveyslaitos.

HAKKARAINEN, PEKKA (1987) *Huumausainekulttuuri ja käyttötavat Suomessa*. Sosiologian lisensiaatintutkimelma. Turku: Turun yliopisto.

HIRSJÄRVI, SIRKKA & REMES, PIRKKO & SAJAVAARA, PAULA (2004) *Tutki ja kirjoita*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

JUHILA, KIRSI (2004): *Leimattu identiteetti ja vastapuhe*. Teoksessa Arja Jokinen, Laura Huttunen & Anna Kulmala (toim.): *Puhua vastaan ja vaieta*. Helsinki: Gaudeamus, 20–32.

KNUUTI, ULLA (2007) *Matkalla marginaalista valtavirtaan?* Huumeiden käytön lopettaneiden elämäntapa ja toipuminen. Yhteiskuntapolitiikan laitoksen tutkimuksia 1/2007. Helsinki: Helsingin yliopisto.

KOSKI-JÄNNES, ANJA (1998) *Miten riippuvuus voitetaan?* Keuruu: Otava.

KOTOVIRTA, ELINA (2009) *Huumeriippuvuudesta toipuminen Nimettömien Narkomaanien toveriseurassa*. Tutkimuksia 10. Helsinki: THL.

KULMALA, ANNA (2006) *Kerrottuja kokemuksia leimatusta identiteetistä ja toiseudesta*. Acta Universitatis Tamperensis, 1148. Tampere: Tampereen yliopisto.

KUUSSAARI, KRISTIINA (2005) *Näkemyksen kirjo, sirpaloitunut tieto*. Terveystieteiden ja nuorisotoimen työntekijöiden käsityksiä huumeiden käyttäjien hoitopalvelujärjestelmästä. Tutkimuksia 155. Helsinki: Stakes.

KÄÄRIÄINEN, JUHA (1994) *Seikkailijasta pummiksi*. Tutkimus rikosurasta ja sosiaalisesta kontrollista. Julkaisuja. Helsinki: Vankeinhoidon tutkimuskeskus.

MALIN, KATJA & HOLOPAINEN, ANTTI & TOURUNEN, JOUNI (2006) *"Mä käytän subua, että mä pysyn terveenä ja pystyn toimimaan"* Käyttäjän kokemuksia ja näkemyksiä buprenorfiinin käytöstä. Yhteiskuntapolitiikka 71(2006):3, 297-306.

NOVITSKIJ, JAANA (2003) *Elämäntaitoja ryhmätyönä – kuntoutusmalli nuorille huumeidenkäyttäjille*. B Raportteja 17. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.

NOVITSKIJ, JAANA (2006) *Muutoksen mahdollisuus huumetyössä*. ET-ohjaajan käsikirja. Helsinki: OHT.

NUORVALA, YRJÖ & HALMETAHO, MATTI & HUHTANEN, PETRI (2007) *Verukkeiden verkossa* teoksessa Hänninen, Sakari & Karjalainen, Jouko & Lehtelä Kirsi-Marja (toim.) *Pääsy kielletty!* Helsinki: Stakes.

PERÄLÄ, JUSSI (2002) *Hidasta ja nopeaa – heroisiin ja amfetamiinin käytön etnografiaa*. Teoksessa Kaukonen, Olavi & Hakkarainen, Pekka (toim.) *Huumeiden käyttäjä hyvinvointivaltiossa*. Helsinki: Gaudeamus.

RUISNIEMI, ARJA (2006) *Minäkuvan muutos päihderiippuvuudesta toipumisessa*. Tutkimus yhteisöllisestä päihdekuntoutuksesta. Acta Universitatis Tamperensis, 1150. Tampere: Tampereen yliopisto.

TUOKKOLA, KATI (2009) *Oppimisvaikeuksista vapaaksi -hankkeen (OPPIVA) ulkoinen väliarviointi*. Kriminaalihuollon tukisäätiön monisteita 2/2009.

TÖRMÄ, SINIKKA (2009) *Kynnyskysymyksiä*. Huono-osaisimmat huumeiden käyttäjät ja matala kynnys. Hämeenlinna: Sosiaalikehitys Oy.

TÖRMÄ, SINIKKA & HUOTARI, KARI (2005) *Sateisten teiden kulkijoita*. Huono-osaisimmat ja moniongelmaiset päihteiden käyttäjät avun tarvitsijoina ja asiakkaina. Julkaisuja 1. Helsinki: Helsingin Diakonissalaitos.

VIROKANNAS, ELINA (2007) *Normaalien rajan molemmilla puolilla*. Tutkimus huumehoitoyksikön nuorten identiteettien rakentumisesta. Tutkimuksia 144. Helsinki: Stakes

VÄYRYNEN, SANNA (2007) *Usvametsän neidot*. Tutkimus nuorten naisten elämästä huumekeuhoissa. Acta Universitatis Lapponiensis nro 118. Rovaniemi: Lapin yliopiston yhteiskuntatieteiden tiedekunta.

(Footnotes)

- 1 Buprenorfiinivalmiste (kauppanimi Subutex), jota käytetään heroisiin korvaushoidossa. Suomessa on yleistynyt subutexin suonensisäinen käyttö huumetarkoituksessa.
- 2 Narcotics Anonymous (NA)



ISBN 978-952-92-8152-7

ISSN-L 1799-3598

ISSN 1799-3598

