



Päihderiippuvuudesta kuntoutuvien tulevaisuuden toiveet

EEVA EKQVIST

Päihdekuntoutukseen kohdistuu erilaisia odotuksia niin yhteiskunnan, palvelun tilaajien kuin kuntoutujan itsensä ja hänen läheistensä taholta. Artikkelissa tarkastellaan laitospäihdekuntoutusjakson päättävien kuntoutujien itselleen toivomaa tulevaisuutta vuoden kuluttua. Mitä tulevaisuudelta toivotaan, miten päihteet ja päihteettömyys näkyvät toivotussa tulevaisuudessa sekä miten päihteetöntä tulevaisuutta tavoitellaan?

.....
English summary at the end of the article

Johdanto

Tässä artikkelissa tutkitaan toivottua tulevaisuutta laitoskuntoutusjakson päättävien päihdekuntoutujien näkökulmasta. Päihdehuoltolaissa päihdehuollon tavoitteeksi asetetaan päihteiden ongelmakäytön sekä siihen liittyvien sosiaalisten ja terveydellisten haittojen ehkäiseminen ja vähentäminen. Lisäksi tavoitteena on edistää päihteitä ongelmallisesti käyttävän henkilön ja hänen läheistensä toimintakykyä ja turvallisuutta. (PHL 41/1986.) Palveluiden järjestämisvastuu asettuu kunnille, ja niitä järjestetään sosiaali- ja terveydenhuollon peruspalveluina, erikoissairaanhoidon palveluina sekä päihdehuollon erityispalveluina, kuten laitoskuntoutuksena. Päihdekuntoutujille ja heidän läheisilleen merkityksellisiä palveluita ovat myös eri järjestöjen ja seurakuntien toiminnat sekä vertaistukiryhmät, kuten AA ja NA.

Päihdepalveluiden piiriin hakeutumisella halutaan muuttaa elämän suuntaa ja tavoitella nykytilannetta parempaa tulevaisuutta (Jakobsson ym. 2005). On todettu, että ammatillisen avun hakemisen syitä ovat muun muassa päihteidenkäytön hallitsemattomuus ja siihen liittyvien sekä siitä aiheutuvien negatiivisten seurausten kasaantuminen ja monimutkaistuminen. Etenkin fyysi-

seen ja psyykkiseen terveyteen sekä läheissuhteisiin liittyvät syyt kannustavat hakemaan apua ongelmalliseen tilanteeseen, josta ei koeta voivan selviytyä omin voimin. Taustalla voi olla yhtäältä läheisten ja ammattilaisten asettama paine, mutta toisaalta heiltä saatu tuki sekä pettymys itseen ja omaan nykytilanteeseen. (Andrews ym. 2012; Jakobsson ym. 2005; Kuusisto 2010; Orford ym. 2006; Årstad ym. 2018.)

Avohuollon palveluiden asettuessa ensisijaiseksi palvelumuodoksi (PHL, 6.3 §) laitoskuntoutukseen pääsyä edeltää vahva tarveharkinta. Laitoskuntoutus on tarkoitettu niihin tilanteisiin, joissa avopalvelut katsotaan riittämättömiksi. Tarpeen arviointia toteutetaan muun muassa moniammatillisten työryhmien avulla, jolloin kuntoutukseen haluavan motivaatiota ja tavoitteita sekä edellytyksiä niiden saavuttamiseen arvioidaan moniulotteisesti. Laitoskuntoutuksen tulee olla perusteltua, jotta sitä tuettaisiin yhteiskunnallisin varoin, kuten maksusitoumuksina tai etuuksina. Siihen kytkeytyy tavoite työelämään pääsystä, siinä pysymisestä tai siihen palaamisesta (esim. KRL 566/2005).

Kuntoutuksella voi olla erilaisia tavoitteita myös riippuen kuntoutujan perhetilanteesta. Liiallisella päihteidenkäytöllä on laaja-alaisia haitallisia vaiku-

tuksia pähteitä käyttävien ohella heidän läheisilleen ja yhteiskunnalle (Nutt ym. 2010; Ramstedt ym. 2015; Warpenius ym. 2013). Niiden vähentäminen on myös lain tasolla asetettu päihdehuollon tavoitteeksi (PHL, 1 §). Kun perhe hakeutuu laitospäihdekuntoutukseen, taustalla ovat usein myös ne tavoitteet, joita lastensuojelu on asettanut vanhemman kuntoutukselle. Näiden tavoitteiden saavuttaminen tai saavuttamatta jättäminen heijastuvat sekä vanhempien että lasten kuntoutuksen jälkeiseen elämään. Perhekuntoutuksessa kohdennetaankin perheenjäsenten yksilöllisten tavoitteiden lisäksi vahvasti huomiota perheen yhteisiin tavoitteisiin, kuten turvallisen arkielämän sujumiseen sekä vanhemman ja lapsen suhteen myönteiseen vahvistamiseen, jossa lapsen etu on keskiössä. (Esim. Hyttinen 2007; Ruisniemi 2006, 175–192.)

Laitospäihdekuntoutuksen alkuvaiheessa laaditaan asiakas- tai kuntoutussuunnitelma (ks. Päihdehuoltoasetus 653/1986, 2§; KRL, 17–18§), jonka tarkoituksena on selvittää, mitä tavoitellaan ja millaisin keinoin. Ilmari Rostila (2001), Soile Rantasalmi (2008) ja Kirsi Günther (2015) ovat peräänkuuluttaneet asiakkaan vahvaa osallisuutta sosiaali- ja terveydenhuollon suunnitelmien laatimiseen, jolloin suunnitelma asettuu aidosti asiakkaan tavoitelähtöistä työskentelyä tukevaksi. Minna Mattila-Aalto (2013, 403) on todennut, että ”[u]lkopuolelta tulevat suunnitelmat ja veloitteet eivät pysty vakuuttamaan kuntoutujaa, jos hän ei löydä niiden toteuttamisen puolesta puhuvia perusteluja”. Moninaisten ulkoa asetettujen tavoitteiden keskeltä on tärkeä tunnistaa kuntoutujan omat toiveet, jotta kuntoutuja saa toivomaansa ja tarvitsemaansa tukea päihdekuntoutusjakson aikana ja sen jälkeen.

Kuntoutuksen loppupuolella katse käännetään vahvasti tulevaisuuden suunnitteluun. Aiemmassa tutkimuksessa on tarkasteltu kuntoutujien tulevaisuuteen suuntaavaa ajattelua muun muassa tulevaisuusorientoituneisuuden, toiveikkuuden ja optimismin kautta, ja niillä on havaittu olevan suojaavaa ja myönteistä vaikutusta toipumiseen (Beenstock ym. 2011; Bradshaw ym. 2014; Carvajal ym. 1998; Irving ym. 1998; McKay ym. 2013; Robbins & Bryan 2004). Tarkastelun kohteena on ollut myös päihdeidenkäytön vaikutukset kykyyn ylipäänsä ajatella tulevaisuutta ja nähdä itsensä erilaisissa tulevaisuuden skenaarioissa. Näiden on havaittu heikentyvän liiallisen ja pitkäaikaisen päihdeiden käytön seurauksena. (Mercuri ym. 2016; Terrett ym. 2017.)

Aiemmat tutkimukset päihdekuntoutujien tulevaisuuden toiveista sekä toipumista tukevista ja estävistä tekijöistä luovat kuvaa kuntoutujien kaipuusta niin sanottuun tavalliseen arkeen. Toivotaan läheissuhteita, kouluttautumista ja työtä – arkista ja seesteistä elämää. Kuvaa kuitenkin rikkoo pelko retkahtamisesta. Taustalla häilyvät menneisyyden kokemukset sekä päihdeiden täyttämän menneisyyden vaikutukset, kuten terveystaitat, työttömyys, asumiseen liittyvä epävarmuus, velat ja rikollisuus. Jatkohoitoon sitoutumista ja vertaistuki- ja itsehoitoryhmiin osallistumista pidetään tärkeinä liiallisen päihdeidenkäytön ehkäisemisessä. (Duffy & Baldwin 2013; Hännikäinen-Uutela 2004; Knuuti 2007, 168–172; Kotovirta 2009, 142–167; Pärttö ym. 2009; VanDeMark 2007.)

Tässä artikkelissa tarkastellaan, millaista tulevaisuutta laitospäihdekuntoutusjakson päättävät kuntoutujat itselleen toivovat. Katse kohdentuu vuoden päähän laitospäihdekuntoutuksen päättymisestä. Tutkimuksessa vastataan seuraaviin kysymyksiin: 1) mitä tulevaisuudelta toivotaan, 2) miten päihdeet ja päihteettömyys näkyvät toivotussa tulevaisuudessa sekä 3) millaisin keinoin päihteettöntä tulevaisuutta tavoitellaan.

Tutkimuksen toteuttaminen

Tutkimusasetelma ja aineisto

Tutkimus on toteutettu osana *Asiakkaan kokemus kuntoutustoiminnasta ja hyvinvoinnin muutoksesta laitospäihdekuntoutuksen aikana ja seurannassa* -tutkimushanketta. Tutkimusallustana toimiva laitospäihdekuntoutusyksikkö tarjoaa yhteisömuotoista lääkkeetöntä yksilö- ja perhekuntoutusta päihde- ja peliriippuvaisille henkilöille. Yhteisöllisyys on keskeinen elementti kuntoutuslaitoksen toiminnassa, jossa nojaututaan myös 12 askeleen toipumisohjelmaan ja tuetaan osallistumista AA- ja NA-ryhmiin.

Tutkimusaineisto muodostuu laitospäihdekuntoutuksessa olleiden kuntoutujien (N = 95) kirjoittamista vastauksista kysymykseen ”Millaisen toivoisit tilanteesi olevan vuoden kuluttua?” Osa kirjoituksista oli luettelomaisia listauksia tulevaisuuden toiveista, osa sisälsi myös kuvailua ja pohdintaa. Tekstitiedostoon siirrettyjä vastauksista muodostui yhteensä 23 sivua (Times New Roman; pistekoko 12; riviväli 1,5).

Mahdollisuutta kirjoitustehtävään vastaamiseen tarjottiin 1.1.2017–15.8.2018 kuntoutuslai-

toksen uusille kuntoutujille. Tutkimuksen ulkopuolelle on rajattu peliriippuvuuden vuoksi kuntoutuksessa olevat henkilöt. Rajauksen jälkeen tutkimukseen suostuneita potentiaalisia vastaajia oli 157, joista 42 keskeytti kuntoutuksen ennen kirjoitustehtävään vastaamista. Tuntemattomasta syystä vastaamatta jättäneitä oli 13. Vastaajien taustatiedot on esitelty ensimmäisessä tulosluvussa (ks. taulukot 1 & 2).

Kuntoutuslaitoksen työntekijät toteuttivat aineistonkeruun. Tutkijalla ei missään tutkimuksen vaiheessa ollut tietoa vastaajien henkilöllisyydestä, sillä vastaajille luotiin tutkimustunniste kuntoutuslaitoksessa anonymiteetin varmistamiseksi. Vastaajien tunnistettavuus on häivytetty saatettaessa kirjoitukset sähköiseen muotoon. Kirjoitustehtävään vastaaminen oli vapaaehtoista, eikä tutkimukseen osallistumisella tai osallistumatta jättämisellä ollut vaikutusta asiakkaan saamaan kuntoutukseen. Kaikki vastaajat olivat täysi-ikäisiä ja antoivat suostumuksensa tutkimukseen osallistumisesta allekirjoittamalla suostumuslomakkeen.

Analyysin kuvaus

Aineiston analyysi toteutettiin Atlas.ti-analyysiohjelmalla yhdistämällä sisällönerittelyä ja aineistolähtöistä sisällönanalyysiä (Tuomi & Sarajärvi 2009; Krippendorff 2013). Sisällönerittelyn tulosten analyysiä jatkettiin kvantitatiivisin menetelmin SPSS-ohjelmalla.

Ensimmäiseen tutkimuskysymykseen on vastattu kvalitatiivisin ja kvantitatiivisin menetelmin. Analyysi aloitettiin erittelemällä ja kvantifoimalla tulevaisuuden toiveita. Toiveista luotiin ryhmittelemällä yläkäsitteitä, joista muodostettiin laajempia teemoja (ks. taulukko 3). Sisällönerittelyllä saavutettujen tulosten tarkastelua laajennettiin kuvailevilla kvantitatiivisilla menetelmillä (Jokivuori & Hietala 2007, 14). Vastaajien sukupuolen ja iän yhteyttä toiveisiin ja niiden yläkäsitteisiin tarkasteltiin ristiintaulukoinnin ja Khiin neliö (χ^2)-testauksen avulla.

Käytettävissä oleva aineisto oli kvantitatiiviseen tarkasteluun verrattain pieni, mikä rajasi käytettävissä olevia tilastollisia menetelmiä sekä niihin soveltuvia muuttujia. Tämän vuoksi vastaajien iästä luotiin dikotominen muuttuja (alle 40-vuotiaat; 40 vuotta täyttäneet) sukupuolen ollessa valmiiksi kaksiluokkainen. Sukupuoli ja ikä olivat ainoat kaikista vastaajista saatavilla olevat taustatiedot. Tulevaisuuden toiveista ja niiden yläkäsitteistä luotiin kaksiluokkaisia muuttujia (kyllä; ei); oli-

ko vastaaja esittänyt kyseisen toiveen vai ei. Tekstissä on tuotu esiin vain tilastollisesti merkitsevät tulokset luottamustasolla $p < 0,05$.

Toiseen ja kolmanteen tutkimuskysymykseen vastattiin kvalitatiivisin menetelmin. Sisällönerittelyssä päihteiden ja päihteettömyyden tavoitteen teema havaittiin yleisimmäksi ja sen tarkastelua jatkettiin aineistolähtöisenä sisällönanalyysinä tarkasti aineistoa lukien ja Atlas.ti:n toimintoja apuna käyttäen. Huomio keskitettiin kohtiin, joissa kuvailtiin tulevaisuutta päihteiden ja päihteettömyyden tavoittelun valossa. Tämän jälkeen analyysiä jatkettiin keskittyen toiveiden tavoittamista kuvaaviin tekijöihin ja keinoihin.

Analyysin eri vaiheissa koodin muodostavana perusyksikkönä oli joko yksittäinen ajatus, lause tai pidempi tekstin osa. Lyhimmissä kirjoituksissa perusyksikkönä saattoi olla koko kirjoitus. Asiayhteydestä ei aina ole ollut pääteltävissä, mitä vastaaja on ilmaisullaan tarkoittanut. Esimerkiksi läheisillä voidaan viitata perheenjäseniin, muihin sukulaisiin tai läheisiksi koettuihin ystävyyssuhteisiin. Tehdyissä luokitteluisa on näin ollen tiettyä tulkinnallisuutta, jota on minimoitu systemaattisella luetavalla. Tekstejä luettiin useamman kerran osissa, rinnakkain sekä kontekstissaan arvioiden tehtyjen luokitteluiden ja tulkintojen johdonmukaisuutta.

Sitaateista on luettavuuden vuoksi korjattu ilmeisimmät kirjoitusvirheet mutta pyrytty kuitenkin vastaajan kirjoitustyyliin ja ilmaisutavan säilyttämiseen. Sitaatin perässä on sulkeissa tutkittavan koodi, joka on muodostettu seuraavasti: juokseva numero, sukupuoli (N/M) sekä ikä, esimerkiksi (070N33).

Tulokset

Vastaajien taustatiedot

Taulukossa 1 on nähtävillä vastaajien ($N = 95$) taustatietoja, jotka vastaavat hyvin kuntoutuslaitoksen asiakkaiden demografisia tietoja. Vastaajista suurin osa oli miehiä. Nuorin vastaajista oli 18- ja vanhin 68-vuotias ($Mo = 35$; $Md = 39$; $M = 41,5$ vuotta). Suurin osa vastaajista asui joko omassa tai vuokratuessa asunnossa. Yksinasuvia vastaajista oli 46 prosenttia. Suurin osa vastaajista on suorittanut peruskoulutuksen. Ammatillisesta koulutuksesta keskiasteen koulutus oli yleisin. Yli puolet vastaajista oli työttömänä tai työllistymistä edistävässä palvelussa ennen kuntoutukseen tuloaan.

Taulukko 1. Vastaajien (N = 95) taustatiedot

| | n | % |
|--|----|------|
| Sukupuoli (n = 95) | | |
| Nainen | 27 | 28,4 |
| Mies | 68 | 71,6 |
| Ikäluokka (n = 95) | | |
| Alle 30-vuotiaat | 14 | 14,7 |
| 30–39-vuotiaat | 35 | 36,8 |
| 40–49-vuotiaat | 18 | 18,9 |
| 50-vuotiaat ja vanhemmat | 28 | 29,5 |
| Asumistilanne (n = 92) | | |
| Omassa tai vuokratessa asunnossa | 76 | 82,6 |
| Sukulaisten tai tuttavien luona | 6 | 6,5 |
| Asunnoton, vailla vakituista asuntoa | 10 | 10,9 |
| Asumismuoto (n = 89) | | |
| Yksin | 41 | 46,1 |
| Puolison kanssa | 17 | 19,1 |
| Puolison ja lapsen/lasten kanssa | 15 | 16,9 |
| Lapsen/lasten kanssa | 5 | 5,6 |
| Muu asumismuoto | 11 | 12,4 |
| Peruskoulutus (n = 91) | | |
| Osa perusasteen koulutuksesta | 6 | 6,6 |
| Perusasteen koulutus | 67 | 73,6 |
| Lukio | 18 | 19,8 |
| Ammatillinen koulutus (n=91) | | |
| Ei ammatillista koulutusta | 28 | 30,8 |
| Keskiasteen ammatillinen koulutus | 54 | 59,3 |
| Korkeakoulutus | 9 | 9,9 |
| Työtilanne (n=91) | | |
| Työtön tai työllistymistä edistävissä palvelussa | 51 | 56 |
| Työsuhteessa | 23 | 25,3 |
| Opiskelija | 4 | 4,4 |
| Vanhempainloma/hoitovapaa | 5 | 5,5 |
| Eläkkeellä | 8 | 8,8 |

Vastaajien päihteidenkäyttöä ja kuntoutusta koskevat taustatiedot ovat nähtävillä taulukosta 2. Vastaajista liki 90 prosenttia oli yksilökuntoutuksessa. Ennen kuntoutusta käytettyjen päihteiden kirjo on laaja, ja yli puolella vastaajista on ollut moniainekäyttöä. Kaikki vain yhtä päihdetä käyttäneet vastaajat käyttivät alkoholia. Päihteiden käyttö on ollut suurimmalla osalla päivittäistä tai miltei päivittäistä.

Pääosa vastaajista kertoi kuntoutuksen alussa tavoitteekseen täyspäihitteettömyyden. Lähes 80 prosenttia oli tullut kuntoutukseen omasta halustaan.

Taulukko 2. Vastaajien (N = 95) kuntoutusta ja päihteiden käyttöä koskevat tiedot

| | n | % |
|---|----|------|
| Kuntoutusmuoto (n = 92) | | |
| Yksilökuntoutus | 82 | 89,1 |
| Perhekuntoutus | 10 | 10,9 |
| Päihtymistarkoituksessa käytetyt aineet ennen kuntoutusta (n = 92) | | |
| Alkoholi | 88 | 95,7 |
| Rauhoittavat lääkkeet/unilääkkeet | 41 | 44,6 |
| Kannabis, hasis, marihuana | 37 | 40,2 |
| Amfetamiini ja johdannaiset, ekstaasi | 34 | 37,0 |
| Buprenorfiini (esim. Subutex, Suboxone, Temgesic), muutoin kuin korvaushoidossa | 29 | 31,5 |
| Metamfetamiini | 23 | 25,0 |
| Opioidit (esim. tramadoli, fentanyl, kodeiini, morfiini) | 23 | 25,0 |
| Pregabaliini (esim. Lyrica), gabapentiini (esim. Neurontin) | 22 | 23,9 |
| Hallusinogeenit | 17 | 18,5 |
| Kokaiini | 14 | 15,2 |
| Uudet muuntohuumeet (esim. MDPV) | 13 | 14,1 |
| Heroiini | 8 | 8,7 |
| Gamma, lakka | 7 | 7,6 |
| Jokin muu | 10 | 3,3 |
| Käyttömuoto (n = 92) | | |
| Yksiainekäyttö | 39 | 42,4 |
| Moniainekäyttö | 53 | 57,6 |
| Käyttötapa viimeisen 12 kk:n aikana (n = 89) | | |
| Päivittäin tai miltei päivittäin | 58 | 65,2 |
| Viikonloppuisin | 6 | 6,7 |
| Kausittain | 25 | 28,1 |
| Kuntoutujan tavoite kuntoutukselle (n = 88) | | |
| Ei käytä päihteitä lainkaan | 68 | 77,3 |
| Käyttää vain laillisia päihteitä kohtuukäytön rajan mukaisesti | 14 | 15,9 |
| Käyttää vähemmän, mutta käyttö saattaa ylittää kohtuukäytön rajan ja/tai kohdistua laittomiin päihteisiin | 6 | 6,8 |
| Kuntoutuksessa omasta tahdosta (n = 92) | | |
| Kyllä | 73 | 79,3 |
| Ei | 19 | 20,7 |

Loput kuvasivat, että kuntoutukseen hakeutumisen taustalla oli ollut lastensuojelun ja muiden sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten, työnantajan tai läheisten tahto.

Tulevaisuuden toiveet

Taulukossa 3 ovat nähtävillä vastaajien (N = 95) tulevaisuuden toiveet teemoiteltuna vastaajamäärittäin (n = vastaajamäärä). Vasemmassa sarakkeessa on eritelty tulevaisuuden toiveita, joiden määrä vaihteli vastaajaa kohden yhdestä kahteentoista. Yleisimmin tuotiin esiin kuusi toivetta. Kaikkiaan aineistossa oli 486 toivetta. Keskimäinen sarakke kuvaa toiveista luotuja yläkäsitteitä, jotka kokoaavat yksityiskohtaisempia toiveita yhteen. Yläkäsitteistä on edelleen luotu teemoja, jotka on esitelty oikeanpuolimmaisessa sarakkeessa.

Vastaajista yli kolme neljästä toivoo päihitteettömyyttä, jota kuvaillaan termeillä päihitteettömyys, raittius, puhtaus ja huumeettomuus. Aineistossa ei tule esiin toivetta kohtuukäytöstä, joka osalla vastaajista asettui kuntoutuksen alussa tavoitteeksi (ks. taulukko 2). Päihitteettömyyden tavoittelua tukevia keinoja tuodaan esiin vähemmässä määrin.

Vastaajista naiset (48 %; n = 13) kuvailevat miehiä (18 %; n = 12) useammin tukikeinoja päihitteettömyyteen ($\chi^2 = 9,272$; df = 1; p = 0,002). Myös alle 40-vuotiaat vastaajat (37 %; n = 18) kuvaavat vanhempia vastaajia (15 %; n = 7) useammin keinoja ($\chi^2 = 5,665$; df = 1; p = ,017). Keinovalikoimaan asettuu etenkin vertaistuki- ja itsehoitoryhmiin osallistuminen. Tämän lisäksi vastaajat kuvailevat tulevaisuuteensa liittyvän ammatillista apua, itsehoitoa ja tukiverkostoja.

Sosiaaliin verkostoihin kohdistuvia toiveita esitetään runsaasti. Lähes kaksi kolmasosaa vastaajista kuvaa parisuhteeseen ja perheeseen (esim. nykyiseen parisuhteeseen, epäterveestä suhteesta irtautumiseen, uuden kumppanin löytymiseen tai omaan vanhemmuuteen) liittyviä toiveita. Lisäksi toivotaan suhteen rakentumista tai vahvistumista omiin lapsiin, muihin omaisiin ja läheisiin. Vastaajat kuvaavat myös muihin sosiaaliin suhteisiin

Taulukko 3. Kuntoutujien (N = 95) tulevaisuuden toiveet teemoiteltuna vastaajamäärittäin (n = vastaajamäärä)

| Toive (n) | Yläkäsite (n) | Teema (n) |
|---|-------------------------------------|---|
| Päihitteitä (1) Päihitteettömyys (75) | Päihitteet ja päihitteettömyys (75) | Päihitteet ja päihitteettömyyden tavoittelu (79) |
| AA/NA-ryhmät, muu vertaistukitoiminta (21) Ammatillinen apu (7) Itsehoito (6) Tukiverkosto (2) | Päihitteettömyyden tukikeinot (25) | |
| Parisuhde (32) Lapset/vanhemmuus (22) Perhe (18) Läheiset (6) | Parisuhde ja perhe (62) | |
| Ystävät/kaverit (13) Muut sosiaaliset suhteet (11) | Muut sosiaaliset suhteet (24) | Sosiaaliset verkostot (69) |
| Elämän hallittavuus (31) Laadukkuus (15) Harrastukset (23) | Elämän ja arjen sujuvuus (57) | Elämään tyytyväisyys (68) |
| Itsensä löytäminen, kehittyminen (7) Onnellisuus (9) Itsevarmuus, itseluottamus (12) | Minuus (30) | |
| Koti, asuminen (20) | Asuminen (20) | Arki (57) |
| Talouden vakaus, rahan riittävyys (17) Velkojen hoito (7) | Taloudellinen tilanne (23) | |
| Fyysinen ja psyykinen terveys (46) | Terveys (46) | |
| Työ (52) Työllistymistä tukevat palvelut (5) Opinnot (18) | | Työelämä (62) |
| Jokin muu (10) | | |

siin liittyviä toiveita, kuten vanhojen ystävyssuh- teiden vahvistumista ja uusien kavereiden saamis- ta tai osallisuutta yhteiskunnan toimintaan. Vas- taajien sukupuolella tai iällä ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä näihin toiveisiin.

Aineistossa kuvaillaan moninaisesti toivetta elä- mään tyytyväisyydestä. Toiveena on rauhallinen, tasainen, hallittu elämä – ihan tavallinen arki. Vas- taajat esittävät myös itsen ja omaan persoonaan kohdistuvia toiveita, kuten armollisuutta itseään kohtaan, itsekunnioitusta sekä onnellisuutta. Mi- nuuteen kohdentuvat toiveet näyttävät naisille (48 %; n = 13) tyypillisempinä kuin miehille (25 %; n = 17) ($\chi^2 = 4,792$; $df = 1$; $p = 0,029$).

Arkea kuvaavia toiveita (esim. parempaa fyysis- tä ja psyykkistä terveyttä, taloudellista pärjäämis- tä sekä asumiseen liittyviä seikkoja) esitettiin riip- pumatta vastaajan sukupuolesta tai iästä. Pieni osa vastaajista on kuntoutukseen tullessaan asunnot- tomana, mikä osaltaan heijastunee asumiseen liit- tyviin toiveisiin. Vastaajista suurin osa on työttö- mänä, mikä voi vaikuttaa sekä toiveeseen talou- dellisesta pärjäämisestä että työelämään pääsemis- estä. (Ks. taulukko 1.) Suuri osa vastaajista toivoo suuntautuvansa työelämään työllistymällä, työllis- tymistä edistävien palveluiden avulla tai koulut- tautumalla. Toive opinnoista oli odotetusti yhtey- dessä vastaajan ikään. Alle 40-vuotiailla (29 %; n = 14) opinnot ovat 40 vuotta täyttäneitä (9 %; n = 4) yleisemmin osana toivottua tulevaisuutta ($\chi^2 = 6,103$; $df = 1$; $p = 0,013$).

Vastaajista kymmenen kuvailee sellaisia toiveita, joista ei ollut muodostettavissa sisällöllisesti yhten- äistä luokkaa. Vastauksissa tuodaan esiin toivet- ta ajokortin saamisesta tai sen takaisin saamisesta. Kaksi vastaajista esittää toiveen vapaudesta, joka on tulkittavissa monin tavoin. Vastauksissa on nähtävillä myös toivottomuutta ja perustavanlaa- tuisia toiveita: yksi vastaajista toivoo elävänsä vielä vuoden kuluttua, toinen kertoo, ettei osaa kuvailla toiveitaan ja kolmas kuvaa tulevaisuuden näyttä- tyvän mahdottomana. Vastaajien sukupuolella tai iällä ei ollut yhteyttä näihin toiveisiin.

Päihteet ja päihitteetömyys toivotussa tulevaisuudessa

Osa tutkimukseen osallistuneista kirjoittaa toivo- mastaan tilanteestaan vuoden kuluttua mainitse- matta päihitteetömyyttä tai päihhteitä. Valtaosa kui- tenkin toivoo päässeensä irti päihhteiden käytöstä. Toive näyttäytyy ensisijaisen tärkeänä: ”Raittius on ehdoton ykkönen. Sen kun pitää, kaikki muu on-

kin bonusta” (050M60). Pääasiallisesti vastaajat ku- vailevat tulevaisuuttaan täyspäihhteetömyyden va- lossa, ja se asettuu sekä kuntoutussuunnitelmaan kirjatuksi että omaksi tavoitteeksi: ”Olen onnistu- nut pitämään kiinni kuntoutussuunnitelmasta ja ta- voitteestani => täysi raittius” (024M53). Kontrasti täyspäihhteetömyyden ja vastaajien aiemman päih- teidenkäyttötavan välillä on suuri (ks. taulukko 2).

Vain yksi vastaaja toivoo tulevaisuuteensa liit- tyvän päihhteiden käyttöä: ”Olisihan se mukava il- taisin rentoutua kannabiksen ja muutaman olu- en ääressä kuunnellen musiikkia, ei enää mitään överikännejä mistä ei muista mitään. Ettei tarvi- si ottaa krapularyyppyä ja uskaltaisi liikkua ihmisen ilmoilla ilman rohkasupulloa” (003M37). Vas- taajalla päihhteiden käyttöön yhdistyy positiivise- na asiana rentoutuminen, mutta muutoin käyttöä kuvataan negatiivisina ilmauksina. Muilla vasta- jilla päihhteiden käyttö asettuu pikemminkin uhka- kuvaksi kuin toivottavaksi asiaksi.

Laaja-alainen psyko-fyysis-sosiaalinen muutos voi vaatia toteutuakseen pitkän ajan. Päihhteistä irtautumisen kuvataan olevan ”koko elämän projek- ti” (001M35) ja ”elämänpituinen toipumismat- ka” (035N55). Tällöin päihhteetömyyteen pyr- kiminen on vuoden kuluttua edelleen osa arkea. Kuntoutumisen aikajänne on nähtävillä seuraavis- sa kuvauksissa: ”Olen pystynyt elämään sinne as- ti raittiina ja siirtä eteenpäin päivä kerrallaan rait- tiina” (007M50) sekä ”Olen kiitollinen, että olen saanut viettää selvän päivän” (002N59). Päihhte- tön tulevaisuus ei näyttäydä itsestäänselvyytenä vaan tavoitteena, jonka saavuttaminen edellyttää pystymistä ja onnistumisen herättää kiitollisuu- den tunteen. Päihhteetömyyden tavoittele- tu saattaa olla myös toivetta palaamisesta aikaan ennen päihhteongelmaa: ”Toivoisin olevani päih- teetön, eläisin sitä elämää, jota olen elänyt viisi vuotta sitten” (053M43).

Tulevaisuuden kuvittelu mahdollistaa erilaisten vaihtoehtoisten tulevaisuuksien pohdinnan. Voi kuitenkin olla ”vaikeaa ajatella vuoden päähän” (051N38). Taustalla saattaa olla useita yrityksiä irtautua päihhteistä, jolloin retkahtamisen mahdolli- suuden huomioiminen osoittaa realismia tulevai- suuden suhteen. Osa vastaajista tuokin esiin mah- dollisen retkahtamisen, jolta toivotaan vältyttä- vän: ”Ensinnäkin vapaa päihhteistä ilman retkah- duksia” (020N51).

Sosiaalisiin verkostoihin kohdentuviin toiveisiin kytkeytyy monella tapaa aiempi päihhteiden käyt- tö ja päihhteetömyyden tavoittelu. Vastauksista on

nähtävissä toive päihteettömyyden positiivisesta vaikutuksesta läheissuhteisiin, kuten ”[toivon] välini isääni ja äitipuoleeni parantuneen raittiuden myötä” (036M38) ja ”perheeni huomioi uuden, raittiin ja aikaansaavan minän” (048M58). Sitä ei välttämättä saavuteta kivutta: ”Toivoisin saavani anteeksi ihmisiltä, joita olen kusetanut, satuttanut henkisesti ja hylännyt” (052M36). Toiveena on, että vuoden kuluttua päihteettömyyden myötä ”luottamus olisi korjaantunut” (056N35). Vastauksissa mahdollisuus lasten tapaamiseen tai takaisin saamiseen asettuu vahvaksi motivaatioksi päihteettömyyden tavoittelulle: ”Vuoden päästä olen kotona mieheni kanssa. Olemme saaneet [pienet lapsemme] takaisin. (...) Elämme raittiina ja vietämme tasapainoista perhe-elämää.” (075N39).

Perhesuhteiden lisäksi aineistossa kuvaillaan muita sosiaalisia suhteita, jotka toisaalta tukevat, toisaalta uhkaavat päihteettömyyden saavuttamista. Kuntoutuksen aikana välit käyttäjäpiiriin pyritään katkaisemaan kokonaan päihteettömyyden turvaamiseksi: ”Vanhoihin kavereihini en meinaa pitää mitään yhteyttä” (036M38). Vastaajat toivovat kuitenkin myös välien korjaantumista vanhoihin hyviin ystäviin sekä uusia ystävyys-suhteita. Uuden ystäväpiiriin toivotaan koostuvan ”raittiista ja harrastavista ihmisistä” (006M48). Päihteettömät sosiaaliset piirit asettuvat tukemaan päihteetöntä arkea.

Elämään tyytyväisyyden ja hyvän arjen saavuttamisessa päihteettömyys on avainroolissa: ”Uskon, että elämä kantaa ja elämäni muuttuu raittiuden myötä elämisen arvoiseksi ja tasapainoiseksi” (046M45). Sen sijaan, että elämään haettaisiin sisältöä päihteistä, elämän toivotaan muuttuvan päihteistä irtautumalla menneisyyttä paremmaksi. Päihteetön tulevaisuus näyttäytyy valoisana: ”Toivoisin olevani yhtä onnellinen ja toiveikas kuin tänään. Yhtä luottavainen elämää kohtaan ja kiitollinen siitä mitä olen saanut, yhteiskunnalta ja oman raittiuden myötä” (038N34).

Toisin kuin muita teemoja, arkeen kuuluvia terveyteen, taloudelliseen tilanteeseen ja asumiseen kohdistuvia toiveita kuvataan pääasiassa päihteettömyydestä ja päihtheidenkäytöstä irrallisina asioina. Muutama vastaaja nostaa esiin psyykkisen terveyden järkkymisen retkahdusriskinä, mutta syyseuraussuhdetta aiemman päihtheidenkäytön ja terveydentilanteen, kuten myöskään päihtheidenkäytön ja asumiseen liittyvien toiveiden välille ei luoda. Vain yksi vastaajista kuvaa päihtheidenkäytön

yhteyttä taloudelliseen tilanteeseen: ”Toivoisin, että olisin päihteetön ja olisin pystynyt käyttämään rahani muuhun kuin päihtheisiin. (...) Rahat menisi tarpeelliseen ja rötöstelytkin jäisivät pois!” (062M62).

Työelämään kohdentuvien toiveiden osalta päihteettömyys näyttäytyy tavoitteen saavuttamista tukevana tekijänä: ”Työn tekeminen myös on iso edellytys raittiuden edistämiseksi kohdallani” (006M48). Toisaalta päihteettömyyden kuvataan mahdollistavan työelämään palaamisen tai sinne pääsemisen. Eräs vastaaja kuvaa tulevaisuuttaan kouluttautumisen ja toipumisen valossa: ”Olisin ehkä jopa hakeutunut opiskelemaan, tai sitten keskittyisin vielä täysin itsehoitoon, toipumiseen sekä hyvään arjenhallintaan” (038N34). Opintojen aloittaminen edellyttää vakaan tilanteen saavuttamista niin päihtheiden kuin arjen sujuvuuden suhteen.

Keinot päihteettömän tulevaisuuden tavoitteluun

Aineistossa päihteettömyyden tavoittelun keinoiksi asettuvat vertaistuki- ja itsehoitoryhmiin osallistuminen, ammatilliseen apuun turvautuminen, itsehoito ja tukiverkostot. Vastaajat myös kuvailevat keinoja niitä yksilöimättä: ”Uskon, että (...) saan elää raitista elämää niillä eväillä, jotka [Kuntoutuslaitoksesta] sain” (008N35). Kuvauksessa päihteettömyys asettuu tavoitteeksi, mutta keinot sen saavuttamiseksi jäävät kirjoittajan omaksi tiedoksi. Keskeistä on, että kuntoutuksessa on saatu eväitä sen saavuttamiseen. Eräs vastaajista nostaa esiin konkreettisia työkaluja: ”Tunnepäiväkirjaa aion myös jatkaa. Se on ollut oiva apu niin kotiharjoituksissa kuin täällä laitoksessakin” (085N39). Kotiharjoituksilla, kuten muutaman päivän kestoilla kotona vietetyillä jaksoilla, pyritään hallittuun siirtymään kuntoutuslaitoksesta takaisin kotiin. Vastaaja kuvaa omien tunteiden seuraamisen tukevan toipumista. Kuntoutusjakson aikana sekä itsestä että riippuvuudesta opitut asiat nähdään merkitykselliseksi tavoitteen saavuttamiselle: ”[Kuntoutuslaitoksen] henkilökunta sai ’kai-vettua’ minusta esille syyn miksi juon. En tien-nyt itsekään siihen syytä. Nyt minun on helpompi käsitellä asiaa ja vuoden päästä, en luule, vaan tiedän pysyneeni tavoitteessani” (067M56). Varmuutta tavoitteen saavuttamiseen näyttää lisäävän tieto päihtheidenkäytön syistä.

Päihteettömyyden tavoittelussa tukiverkosto ja keinot voivat muodostua monista lähteistä: ”[J]os

alan syömään taas Antabusta säännöllisesti ja valvotusti Päihdekllinikalla käydessäni ja siihen lisätynä (...) käynnit seurakunnassa, uskon selviävänä. Siihen kuuluu tietenkin runsas määrä keskustelujakin niin päihdekllinikalla kuin uskovien ystävien ja toipuvien alkoholistien kanssa.” (035N55). Lisäksi vastaaja uskoo saavansa apua työllistymiseen työvoiman yhteispalvelupisteestä. Hänen keinovalikoimansa on monipuolinen: lääkkeellinen, ammatillinen ja hengellinen tuki sekä vertaisten ja ystävien kanssa puhuminen.

Aineistossa yleisimmin toistuva keino päihteettömyyden tavoittelussa on vertaistuki- ja itsehoitoryhmiin osallistuminen, johon myös kuntoutuksessa kannustetaan. Elämäkokemuksen avulla halutaan tukea muiden toipumista: ”Toivoisin, että voisin jotenkin auttaa muita samanlaisia velttoja, elämään kyllästyneitä velliperseitä tai ainakin antaa neuvoja, kuunnella tai antaa tarvittaessa avarilla, että tajuu paljonko syyttömät kärsii” (052M36). Mikäli muita pyritään auttamaan neuvoja antamalla, kuuntelemalla sekä pysäyttämällä ajattelemaan oman toiminnan vaikutuksia muihin ihmisiin, ovat nämä todennäköisesti keinoja, jotka on koettu omaa toipumista tukeviksi.

Erilaiset itsehoitoryhmät voidaan nähdä ammatillista tukea toivottavampina: ”AA-kerhoissa käyn yhä viikoittain, mutta muita tukitoimia ei enään tarvita”. Vastaaja kuitenkin vielä jatkaa: ”[Kuntoutuslaitoksessa] käyn muutaman kerran vuodessa AA-kummini kanssa” (085N39). Tukitoimien asteittainen vähentäminen kuvastaa toivetta toipumisesta – ei kuitenkaan yksin omin voimin, vaan vertaisiin tukeutuen. Ammatillista tukea tuodaan esille etenkin mielenterveyshäiriöiden yhteydessä: ”Toivoisin että hoitosuhteeni päihdepalvelukeskuksessa jatkuisi moitteettomasti eikä kaksisuuntaisessa mielialahäiriössäni tulisi suuria muutoksia ylös tai alas” (007M50). Yhtäaikaiseen päihde- ja mielenterveysongelmaan toivotaan moninaista tukea. Vastaaja, joka toivoo pääsevänsä asumaan tukiasuntoon ja voivansa jatkossakin käyttää psykiatrian ja päihdepoliklinikan palveluita totea: ”[M]inulla on siis mielestäni selkeät suunnitelmat, ja omalta osaltani uskon vahvasti pystyväni pitämään niistä kiinni. Tähän auttaa vahva tukiverkosto ympärilläni” (036M38).

Pohdinta

Tässä tutkimuksessa on kartoitettu laitoskuntoutuksen päättävien kuntoutujien tulevaisuuden toiveita tarkastelemalla 1) mitä tulevaisuudelta toivotaan, 2) miten päihteet ja päihteettömyys näkyvät toivotussa tulevaisuudessa sekä 3) millaisin keinoin päihteettömyyttä tulevaisuutta tavoitellaan. Aineiston muodostavat kirjoitukset (N = 95) ovat varsin toiveikkaita. Tähän toki vaikuttaa kysymyksenasettelu, jolla houkuteluaan vastaajaa kertomaan toivomastaan tulevaisuudesta. Sosiaalityössä on peräänkuulutettu toimintakulttuurin muuttamista ongelmakeskeisestä toivokeskeiseksi (Ruuskanen ym. 2011). Toivotun tulevaisuuden tarkastelu voi luoda toivottomalta vaikuttavaan tilanteeseen positiivista näkökulmaa. Kuntoutujan omien toiveiden kartoittaminen apua haettaessa ja eri palveluiden piirissä ollessa auttaa tuen kohdentamisessa. Tulevaisuuden toiveet luovat kuvaa siitä, millaiset asiat koetaan tärkeiksi ja tavoitellun arvoisiksi.

Päihdekuntoutujien tulevaisuuden toiveet kohdistuvat viiteen teemaan: päihteet ja päihteettömyyden tavoittelu, sosiaaliset verkostot, elämään tyytyväisyys, arki ja työelämä. Nämä ovat hyvin samankaltaisia aiemmassa tutkimuksessa esiin tuotuihin toiveisiin nähden (ks. Duffy & Baldwin 2013; Hännikäinen-Uutela 2004; Knuuti 2007, 168–172; Kotovirta 2009, 142–167; Pärttö ym. 2009; VanDeMark 2007). Toiveet koskevat laajasti elämän eri osa-alueita ja asioita, joita kuka tahansa meistä voisi toivoa. Aiempi ongelmallinen päihneiden käyttö ja tulevaisuudelta toivottu päihteettömyys leikkaavat kuitenkin läpi aineiston ja tuovat esiin tutkimuksen kontekstin.

Tulevaisuuden toiveista päihteettömyys osoitautui yleisimmäksi. Se määrittyi vastauksissa pidättäytymiseksi kaikista päihteistä. Vain yksi vastaajista haaveili, että hänen tulevaisuuteensa liittyisi hallittua päihteenkäyttöä. Tutkimusalustana olevan kuntoutuslaitoksen toiminnassa täyspäihteettömyys nähdään kohtuukäyttöä suositeltavampana tavoitteena. Pieni osa vastaajista ei kuitenkaan kuvaile päihteisiin ja päihteettömyyteen liittyviä seikkoja. Taustalla voi olla toive kohtuukäytöstä tai se, että päihteettömyyden tavoittelua pidetään itsestään selvänä. Kenties toivotaan, ettei päihteillä tai päihteettömyydellä olisi sellaista roolia elämässä, että niitä tarvitsisi erikseen mainita. Kirjoitelmissa retkahtaminen näyttäytyi uhkana toivotun tulevaisuuden saavuttamiselle. Kun-

toutusjakson aikana paneudutaankin kunkin kuntoutujan retkahdusriskeihin erilaisin mielikuva- ja eläytymisharjoittein (ks. Daley & Douaihy 2015, 51–63). Näin pyritään valmistautumaan elämään kuntoutuslaitoksen ulkopuolella; saavutetun tuloksen kestävyys koetellaan toden teolla vasta kuntoutujan kotiuduttua.

Sosiaalisten verkostojen osalta parisuhteeseen ja perheeseen kohdistuvat toiveet korostuivat muihin sosiaalisiin suhteisiin nähden. Kunnioituksen, rakastamisen ja rakastetuksi tulemisen kokemukset on yhdistetty elämään tyytyväisyyteen, jolloin ihmissuhteet ovat yksi keskeinen hyvinvoinnin lähde (Kainulainen 2014). Läheisillä ja muilla sosiaalisilla suhteilla on oma, osin ristiriitainenkin roolinsa niin kuntoutujan hoitoon hakeutumisessa kuin päihteettömyyden tukemisessa (McCrary 2004; Ruisniemi 2006, 175–192; Väyrynen 2007, 162–166).

Elämään tyytyväisyyteen ja arkeen kohdistuvat toiveet luovat kuvaa tavallisesta, tasapainoisesta ja onnellisesta tulevaisuudesta, jossa talous ei aiheuta huolta ja terveydellinen tilanne on hyvä. Päihteettömyyden toivotaan tuovan elämään ja arkeen sujuvuutta sekä hallittavuutta. Talouteen ja terveyteen liittyviä toiveita kuitenkin kytkettiin muita toiveita vähäisemmässä määrin päihteettömyyteen. Oletettavaa kuitenkin on – etenkin kun yli puolella vastaajista kuntoutusta edeltävä päihteidenkäyttö on ollut lähes päivittäistä – että päihteidenkäytöllä on ollut negatiivisia vaikutuksia sekä vastaajien terveydelliseen että taloudelliseen tilanteeseen (mm. Kauppinen 2010; Kuussaari ym. 2014; Pitkänen ym. 2016).

Suuri osa vastaajista toivoi työtä, työllistymistä edistäviin palveluihin osallistumista sekä koulutautumista. Päihdekuntoutukseen kytkeytyy vahvasti työllistymisen aspektit; tavoitteiksi asettuvat esimerkiksi Kelan suunnalta työelämään pääsy tai siinä pysyminen (KRL 566/2005). Tältä osin kuntoutujien tulevaisuuden toiveet vastaavat yhteiskunnan asettamia tavoitteita. Päihdekuntoutujan vastuuttaminen suuntaamaan työelämään liian nopeasti voi kuitenkin vaarantaa toipumisen (Mattila-Aalto 2009, 158–167; 2013). Keskeistä on kuntoutujien yksilöllisten tavoitteiden ja voimavarojen suhteuttaminen toisiinsa. Työ voi yhtäältä asettua realistiseksi tavoitteeksi, ulkoapäin asetetuksi velvoitteeksi, toipumisen mahdollistajaksi mutta myös unelmoinnin kohteeksi. Päihdetyöhön työllistymisen sijaan vastaajat kuvailevat yleisemmin muiden auttamista oman kokemuk-

sen pohjalta (vrt. Duffy & Baldwin 2013; Knuuti 2007).

Mutta kuinka tavoittaa päihteetön tulevaisuus? Kirjoituspyynnössä vastaajia ei ohjeistettu kirjoittamaan keinoista, joilla toivottua tulevaisuutta tavoitellaan, joten ne ovat vastaajien spontaanisti esiin tuomia. Niitä tuotiinkin esiin vähemmän ja epäselvemmin kuin itse toiveita. Tukikeinoina päihteettömään tulevaisuuteen kuvailtiin vertais- tukiryhmiin osallistumista, ammatillista tukea, itsehoitokeinoja ja tukiverkostoja. Ammatilliseen apuun tukeutuminen näyttytyi selvästi vertais- tukea vähäisempänä. Vaikka pääosin kvantitatiivinen tulevaisuuden toiveiden tarkastelu vastaajien sukupuolen ja iän suhteen osoitti toiveiden olevan yhteisesti jaettuja, keinoja koskevat toiveet muodostivat mielenkiintoisen poikkeuksen. Niin naisille kuin alle 40-vuotiaille vastaajille oli muita tyypillisempää kuvata tulevaisuuteen liittyvän päihteettömyyden tavoittelua tukevia keinoja.

Tällä tutkimuksella on tiettyjä rajoituksia. On huomioitava konteksti, jossa kirjoitukset on laadittu. Ammattilaisten toteuttama tarvearvio ennen laitospainotusta pääsemistä, etuuskriteerit ja etenkin laitospainotuksessa käsitellyt teemat, muiden kuntoutujien mielipiteet sekä kuntoutusyksikön toiminnan taustalla oleva riippuvuuskesitys voivat ohjata kuntoutujan ajattelua tiettyyn suuntaan. Lisäksi toiveisiin vaikuttavat kuntoutujan elämäkokemus ja identiteetti sekä käsitykset omista kyvyistä ja mahdollisuuksista. Tulevaisuutta koskevat toiveet, pelot ja uhat muovaavat näkemystä omasta tulevaisuudesta, kuten myös yhteiskunnassa yleisesti vallalla olevat arvot sekä tieto siitä, mikä on tavoiteltavaa ja suotavaa. (Rubin & Linturi 2001; Rubin 2003, 795–799.) On syytä pohtia, ovatko toiveet sellaisia, joiden vastaajat ajattelevat olevan tutkijoiden, kuntoutuslaitoksen, yhteiskunnan tai palvelun maksajien toiveiden mukaisia. Tutkimuksen tulokset ovat kuitenkin varsin yhteneväisiä aiempaan tutkimukseen nähden, mikä lisää saavutettujen tulosten luotettavuutta.

Aiemmassa tutkimuksessa on havaittu pitkäaikaisen opiaattien käytön negatiivinen vaikutus kykyyn kuvitella ja suunnitella tulevaisuutta (Mercuri ym. 2016; Terrett ym. 2017). Tämä sekä mahdollinen vaikeus ilmaista itseään kirjallisesti voi olla aineiston muodostamisen kirjoitelmien lyhyden taustalla. Kuntoutuksen aikana kuitenkin toteutetaan erilaisia kirjoitustehtäviä, joten voidaan olettaa, että vastaajat ovat jossain määrin tottu-

neita kirjoittajia. Vastausten pituuteen on voinut vaikuttaa myös kirjoitustehtävän toteuttamisen osana tutkimushankkeen kvantitatiivisen lomakeaineiston keruuta. Tällöin kyselylomakkeen täyttäminen on voinut ohjata vastaajaa niukkaankin kirjoittamistapaan, vaikka vastaamistilaa oli kahden sivun verran. Kirjoitustehtävä on toteutettu kuntoutusprosessiin integroiden kuntoutusjakson loppupuolella, mikä on aiheuttanut katoa kuntoutuksensa ennakoimattomasti tai ennenaikaisesti päättäneiden osalta. Tämän tutkimuksen saavuttamattomiin ovatkin jääneet kuntoutuksensa keskeyttäneiden tulevaisuuden toiveet.

Tässä tutkimuksessa on kvalitatiivisten menetelmien lisäksi käytetty kvantitatiivisia menetelmiä. Aineisto on kvantitatiiviseen tarkasteluun pieni, joten siinä on pitäydytty kuvailevalla tasolla. Tulokset vastaajien sukupuolen ja iän yhteydestä esitettyihin tulevaisuuden toiveisiin ovat pikeminkin suuntaa antavia kuin yleistettävissä olevia, vaikka ne ovatkin tilastollisesti merkitseviä. Ne asettuvat täydentämään kvalitatiivisin menetelmin saavutettuja tuloksia.

Päihdekuntoutujien tulevaisuuden toiveiden tarkastelu ei ole ollut yhtä yleistä kuin kuntoutuksen vaikutusten tai kuntoutujan ominaisuuksien arviointi (mm. Adamson ym. 2009; Connors ym. 1996; Foulds ym. 2017), joilla tavoitellaan tietoa myös tekijöistä, jotka estävät tai mahdollis-

tavat toivotun tuloksen saavuttamisen. Tällä tutkimuksella on haluttu nostaa keskiöön kuntoutujien omat tulevaisuuden toiveet. Tärkeä jatkokutkimusaihe olisikin, ovatko tulevaisuuden toiveet täyttyneet ja mitkä seikat ovat niiden toteutumisen tai toteutumatta jäämisen taustalla.

Toive päihdeettömästä tulevaisuudesta, johon kuuluu toimivia sosiaalisia suhteita, hyvää arkea ja työelämään kiinnittymistä, haastaa sekä laitos-päihdekuntoutusta että jatkohoitoa tarjoavia tahoja: millaisia eväitä laituskuntoutus antaa kuntoutuksen jälkeiseen arkeen ja miten jatkohoito asettuu tukemaan toiveiden saavuttamista? Esimerkiksi intervallijaksoilla voidaan tukea saavutetun muutoksen ylläpitämistä sekä kannustaa kiinnittymistä avoimuuden palveluihin ja itsehoitoryhmiin. Minna Pärttö kumppaneineen (2009) havaitsi, että huume-kuntoutuksen päättäneillä itsehoitoryhmät ovat yleisin jatkohoidon muoto, joka ei välttämättä kuitenkaan pysty vastaamaan esimerkiksi toiveeseen työllistymisestä. On selkeästi tarvetta laaja-alaisesti elämän eri osa-alueita koskeville palveluille, kuten päihdetyön ja työelämäpalveluiden tiiviille yhteistyölle, arjen ja elämänhallinnan tukitoimille, päihdekuntoutujille suunnatuille parisuhde- ja perhepalveluille, terveydenhuollon palveluille sekä päihdeettömälle ystävä- ja harrastustoiminnalle. Ne voivat parantaa mahdollisuuksia päihdeettömän tulevaisuuden saavuttamiseen.

Saapunut 3.10.2018
Hyväksytty 20.12.2018

KIRJALLISUUS

- Adamson, Simon & Sellman, John & Frampton Chris: Patient predictors of alcohol treatment outcome: A systematic review. *Journal of Substance Abuse Treatment* 36 (2009): 1, 75–86.
- Andrews, David & Kramer, Rachel & Klumper, Lena & Barrington, Clare: A Qualitative Exploration of Individuals' Motivators for Seeking Substance User Treatment. *Substance Use & Misuse* 47 (2012): 11, 1224–1233.
- Beenstock, Jane & Adams, Jean & White, Martin: The association between time perspective and alcohol consumption in university students: cross-sectional study (2010) *European Journal of Public Health* 21 (2011): 4, 438–443.
- Bradshaw, Spencer & Shumway, Sterling & Wang, Eugene & Harris, Kitty: Addiction and the Mediation of Hope in Craving, Readiness, and Coping. *Journal of Groups in Addiction & Recovery* 9 (2014): 4, 294–312.
- Carvajal, Scott & Clair, Scott & Nash, Susan & Evans, Richard: Relating optimism, hope, and self-esteem to social influences in deterring substance use in adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology* 17 (1998): 4, 443–465.
- Connors, Gerard & Maisto, Stephen & Zywiak, William: Understanding relapse in the broader context of post-treatment functioning. *Addiction* 91 (1996): supplement, 173–189.
- Daley, Dennis C. & Douaihy Antoine: Relapse Prevention Counseling: Clinical Strategies to Guide Addiction Recovery and Reduce Relapse. Eau Claire, WI: PESI Publishing & Media, 2015.
- Duffy, Paul & Baldwin, Helen: Recovery post treatment: plans, barriers and motivators. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy* 8 (2013): 6.

- Foulds, James & Newton-Howes, Giles & Guy, Nicola & Boden, Joseph & Mulder, Roger: Dimensional personality traits and alcohol treatment outcome: a systematic review and meta-analysis. *Addiction*, 112 (2017): 8, 1345–1357.
- Günther, Kirsi: Asiakasdokumentaatio arviointina mielenterveystyön arjessa. Tutkimus ammatillisesta kirjaamisesta. Tampere: Acta Universitatis Tamperensis 2108, 2015.
- Hännikäinen-Uutela, Anna-Liisa: Uudelleen juurtuneet. Yhteisökasvatus vaikeasti päihderiippuvaisten narkomaanien kuntoutuksessa. Jyväskylä: Jyväskylän studies in education, psychology and social research 252, 2004.
- Hyytinen, Riitta: Lapsi, huumeperhe ja toivo. Lapsen todellistuminen huumeperheen kuntoutusprosessissa. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto. Lisen-siaatintyö: Helsingin yliopisto, yhteiskuntapolitiikan laitos, 2007.
- Irving, Lori & Seidner, Andrea & Burling, Thomas & Pagliarini, Robert & Robbins-Sisco, Debra: Hope and Recovery from Substance Dependence in Homeless Veterans. *Journal of Social and Clinical Psychology* 17 (1998): 4, 389–406.
- Jakobsson, Annika & Hensing, Gunnell & Spak, Fredrik: Developing a willingness to change: Treatment-seeking processes for people with alcohol problems. *Alcohol & Alcoholism* 40 (2005): 2, 118–123.
- Jokivuori, Pertti & Hietala, Risto: Määrällisiä tarinoita. Monimuuttujamenetelmien käyttö ja tulkinta. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit, 2007.
- Kainulainen, Sakari: Raha ja rakkaus hyvinvoinnin lähteinä. *Yhteiskuntapolitiikka* 79 (2014): 5, 485–497.
- Kauppinen, Timo: Voiko juomari hyvin? S. 204–219. Teoksessa Mäkelä, Pia & Mustonen, Heli & Tigerstedt, Christoffer (toim.): Suomi juo. Suomalaisen alkoholinkäyttö ja sen muutokset 1968–2008. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2010.
- Knuuti, Ulla: Matkalla marginaalista valtavirtaan? Huumeiden käytön lopettaneiden elämäntapa ja toipuminen. Helsinki: Yhteiskuntapolitiikan laitoksen tutkimuksia, 1/2007.
- Kotovirta, Elina: Huumeriippuvuudesta toipuminen Nimettömien Narkomaanien toveriseurassa. Tutkimus 10. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2009.
- Krippendorff, Klaus: Content Analysis: An introduction to its methodology. 3. painos. Thousand Oaks, CA: Sage, 2013.
- KRL: Laki Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista 566/2005.
- Kuusisto, Katja: Kolme reittiä alkoholismista toipumiseen. Tutkimus muutoksesta hoidon ja vertaistuen avulla sekä ilman professionaalista hoitoa. Tampere: Acta Universitatis Tamperensis 1492, 2010.
- Kuussaari, Kristiina & Kaukonen, Olavi & Partanen, Airi & Vormaa, Helena & Ronkainen Jenni-Emilia: Päihdeasiakkaat sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa. *Yhteiskuntapolitiikka* 79 (2014): 3, 264–277.
- Mattila-Aalto, Minna: Kuntoutusosallisuuden diagnoosi. Tutkimus entisten rappiokäyttäjien kuntoutumisen muodoista, mekanismeista ja mahdollisuuksista. Helsinki: Kuntoutussäätiön julkaisuja 81/2009.
- Mattila-Aalto, Minna: Päihdekuntoutuksen asiakkaan toimijuuden ja sitoutumisen perusteet. S. 375–403. Teoksessa Laitinen, Merja & Niskala, Asta (toim.): Asiakkaat toimijoina sosiaalityössä. Tampere: Vas-tapaino, 2013.
- McCrary, Barbara: To Have But One True Friend: Implications for Practice of Research on Alcohol Use Disorders and Social Networks. *Psychology of Addictive Behaviors* 18 (2004): 2, 113–121.
- McKay, Michael & Percy, Andrew & Cole, Jon: Present orientation, future orientation and alcohol use in Northern Irish adolescents. *Addiction Research and Theory* 21 (2013): 1, 43–51.
- Mercuri, Kimberly & Terrett, Gill & Bailey, Phoebe & Henry, Julie & Curran, Helen Valerie & Rendell, Peter: Deconstructing the nature of episodic foresight deficits associated with chronic opiate use. *British Journal of Clinical Psychology* 55 (2016): 4, 401–413.
- Nutt, David & King, Leslie & Phillips, Lawrence: Drug harms in the UK: a multicriteria decision analysis. *The Lancet* 376 (2010) 9752, 1558–1565.
- Orford, Jim & Kerr, Cicely & Copello, Alex & Hodgson, Ray & Alwyn, Tina & Black, Rachel & Smith, Melanie & Thistlethwaite, Gill & Westwood, Alison & Slegg, Gary: Why people enter treatment for alcohol problems: Findings from UK Alcohol Treatment Trial pre-treatment interviews. *Journal of Substance Use* 11 (2006): 3, 161–176.
- PHL: Päihdehuoltolaki 41/1986.
- Pitkänen, Tuuli & Kaskela, Teemu & Tyni, Sasu & Turunen, Jouni (toim.): Päihdehoitoon hakeutuneiden rikollisuus. Rekisteri- ja hoitotietoihin perustuva seurantatutkimus vankeusrangaistukseen tuomituista päihdehoidon asiakkaista. Helsinki: Rikosseuraamuslaitoksen julkaisuja 1/2016.
- Päihdehuoltoasetus 653/1986
- Pärttö, Minna & Hännikäinen-Uutela, Anna-Liisa & Määttä, Paula: Huumeiden käyttäjien arki yhteisöllisen huume-kuntoutuksen jälkeen. *Janus* 17 (2009): 2, 121–138.
- Ramstedt, Mats & Sundin, Erica & Moan, Inger & Storrø, Elisabet & Lund, Ingunn & Bloomfield, Kim & Hope, Ann & Kristjánsson, Sveinbjörn & Tigerstedt, Christoffer: Harm experienced from the heavy drinking of family and friends in the general population: A comparative study of six northern european countries. *Substance Abuse: Research and Treatment* 9 (2015) S2, 107–118.
- Rantasalmi, Soile: Aikuissoisiaalityön suunnitelmallisuus – kehittämistyön suuntaviivoja. S. 13–24. Teoksessa Huotari, Kari & Hurtig, Johanna (toim.): Sosiaalityötä monitoroimassa. Helsinki: Palmenia Helsinki University Press, 2008.
- Robbins, Reuben & Bryan, Angela: Relationships Between Future Orientation, Impulsive Sensation Seeking, and Risk Behavior Among Adjudicated Adolescents. *Journal of Adolescent Research* 19

- (2004): 4, 428–445.
- Rostila, Ilmari: Tavoitelähtöinen sosiaalityö. Voimavarakeskeisen ongelmanratkaisun perusteet. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto SoPhi 61, 2001.
- Rubin, Anita & Linturi, Hannu: Transition in the Making. The Images of the Future in Education and Decision-making. *Futures* 33 (2001): 3–4, 267–305.
- Rubin, Anita: Tulevaisuudenkuvat ja identiteetin rakentuminen myöhämodernissa. S. 791–819. Teoksessa Kamppinen, Matti & Kuusi, Osmo & Söderlund, Sari (toim.): Tulevaisuudentutkimus: perusteet ja sovelluksia. 2. korjattu painos. Toimituksia 896. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran, 2003.
- Ruisniemi, Arja: Minäkuvan muutos päihderiippuvuudesta toipumisessa. Tutkimus yhteisöllisestä päihdekuntoutuksesta. Tampere: Acta Universitatis Tamperensis 1150, 2006.
- Ruuskanen, Petri & Savolainen, Katri & Suonio, Mari (toim.): Toivo sosiaalisessa. Toivoa luova toimintakulttuuri sosiaalityössä. Kuopio: UNIpress, 2011.
- Terrett, Gill & Lyons, Amanda & Henry, Julie & Ryrrie, Clare & Suddendorf, Thomas & Rendell, Peter: Acting with the future in mind is impaired in long-term opiate users. *Psychopharmacology* 234 (2017): 1, 99–108.
- Tuomi, Jouni & Sarajarvi, Anneli: Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 5. painos. Helsinki: Tammi, 2009.
- VanDeMark, Nancy: Policy on reintegration of women with histories of substance abuse: A mixed methods study of predictors of relapse and facilitators of recovery. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy* 28 (2007): 2. <https://doi.org/10.1186/1747-597X-2-28>
- Väyrynen, Sanna: Usvametsän neidot. Tutkimus nuorten naisten elämästä huumeekuvioissa. Rovaniemi: Acta Universitatis Lapponiensis 118, 2007.
- Warpenius, Katariina & Holmila, Marja & Tigerstedt, Christoffer (toim.) Alkoholi- ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos, 2013.
- Årstad, Janne & Nesvåg, Sverre Martin & Njå, Anne-Lill Mjølhus & Biong, Stian Nissen: How enough becomes enough: Processes of change prior to treatment for substance use disorder. *Journal of Substance Use*, 23 (2018): 4, 429–435.

ENGLISH SUMMARY

Eeva Ekvist: Hopes for the future at the end of inpatient substance abuse treatment (Päihderiippuvuudesta kuntoutuvien tulevaisuuden toiveet)

The main goal of substance abuse treatment and rehabilitation is to secure a better future for the client. In this study I ask 1) what inpatients hope for their future after completing their substance abuse treatment; 2) how substances and abstinence are present in these hopes for the future; and 3) how abstinence is pursued. The study involved 95 participants who wrote short answers to the question, “In what situation would you want to be one year from now?” The first stage of analysis was to quantify the participants’ future hopes. Cross tabulation and chi square test were used to examine how gender and age were related to future hopes. This was followed by qualitative content analysis.

Five themes were identified in future hopes: abstinence and ways of achieving abstinence, social relationships, life satisfaction, elements of everyday living, and working life. Female gender was associated with ways of achieving abstinence and hopes concerning self. Age under forty was associated with ways of achieving abstinence and hopes concerning education. Abstinence was seen as essential to achieving a better future. AA/NA groups and peer support were seen as important ways of achieving abstinence, but participants also wanted to have access to professional help. The findings indicate that inpatients have future hopes relating to many aspects of life at the end of their inpatient treatment. More research is needed to better understand how these hopes can be realized.

Keywords: substance abuse treatment, future hopes.